



Petra Schuhler · Monika Vogelgesang

Pathologischer PC- und Internet- Gebrauch

Eine Therapieanleitung



HOGREFE



Pathologischer PC- und Internet-Gebrauch

Pathologischer PC- und Internet- Gebrauch

Eine Therapieanleitung

von

Petra Schuhler und Monika Vogelgesang
unter Mitarbeit von Holger Feindel

HOGREFE



GÖTTINGEN · BERN · WIEN · PARIS · OXFORD · PRAG · TORONTO
CAMBRIDGE, MA · AMSTERDAM · KOPENHAGEN · STOCKHOLM

Dr. phil. Petra Schuhler, geb. 1953. Studium der Psychologie in Saarbrücken. 1984 Promotion an der TU Berlin. Seit 1988 leitende Psychologin an der AHG Klinik Münchwies. 1999 Approbation zur Psychologischen Psychotherapeutin.

Dr. med. Monika Vogelgesang, geb. 1960. Studium der Humanmedizin in Saarbrücken. Seit 2001 Chefärztin der AHG Klinik Münchwies. Dozentin für Verhaltenstherapie an verschiedenen verhaltenstherapeutischen Weiterbildungsinstituten, Lehrbeauftragte an der Universität des Saarlandes und der Katholischen Hochschule Köln.

Wichtiger Hinweis: Der Verlag hat für die Wiedergabe aller in diesem Buch enthaltenen Informationen (Programme, Verfahren, Mengen, Dosierungen, Applikationen etc.) mit Autoren bzw. Herausgebern große Mühe darauf verwandt, diese Angaben genau entsprechend dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes abzdrukken. Trotz sorgfältiger Manuskriptherstellung und Korrektur des Satzes können Fehler nicht ganz ausgeschlossen werden. Autoren bzw. Herausgeber und Verlag übernehmen infolgedessen keine Verantwortung und keine daraus folgende oder sonstige Haftung, die auf irgendeine Art aus der Benutzung der in dem Werk enthaltenen Informationen oder Teilen davon entsteht. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handele.

© 2012 Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG
Göttingen • Bern • Wien • Paris • Oxford • Prag • Toronto
Cambridge, MA • Amsterdam • Kopenhagen • Stockholm
Merkelstraße 3, 37085 Göttingen

<http://www.hogrefe.de>

Aktuelle Informationen • Weitere Titel zum Thema • Ergänzende Materialien

Copyright-Hinweis:

Das E-Book einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Der Nutzer verpflichtet sich, die Urheberrechte anzuerkennen und einzuhalten.

Satz: ARThür, Grafik-Design & Kunst, Weimar
Fotografien: © Manfred Gortner, Pirmasens
Illustration: „kleiner Junge“: Marco Flatau
Format: PDF

ISBN 978-3-8409-2287-9

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus P. Schuhler, M. Vogelgesang: Pathologischer PC- und Internet-Gebrauch (ISBN 9783840922879) © 2012 Hogrefe Verlag, Göttingen

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

Anmerkung:

Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigelegt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

Vorwort

Pathologischer PC- und Internet-Gebrauch – was für ein Wortungetüm! Jedoch vermag der umständliche Begriff auf wesentliche Merkmale des komplexen neuen Phänomens verweisen: Es handelt sich nämlich um eine Pathologie, die durch den falschen Gebrauch eines schillernden Mediums entstanden ist. Eines Mediums, ohne das unsere moderne Gesellschaft gar nicht mehr denkbar ist. PC und Internet können Welten eröffnen, aber auch zum Fallstrick werden, insbesondere für vulnerable Persönlichkeiten. Wenn Lebenskrisen und Entwicklungsaufgaben nicht adäquat gemeistert werden und Entlastung in der PC-/Internet-Aktivität gesucht wird, kann das neue Medium krank machen. Krank vor allem in psychischer und psychosomatischer Hinsicht: Nahe Beziehungen, Selbstbild und Selbstbeherrschung können betroffen sein, die Art und Weise, wie mit anderen umgegangen wird, das Arbeitshandeln und sogar die Alltagskompetenzen. Die Angebote in PC und Internet machen es leicht, in eine andere Haut zu schlüpfen, aus der im ungünstigen Fall der Mensch nicht mehr ohne weiteres herausfindet und sich in der Folge in den virtuellen Welten verliert.

Der Wunsch, die ursprüngliche Identität abzustreifen und sich eine neue, vermeintlich passendere zu kreieren, ist ein uralter Menschheitstraum, der auch in der Literatur immer wieder aufgegriffen wurde. Thomas Mann zum Beispiel gibt uns Aufschluss über die Lust an der anderen Identität, wenn er seinen Felix Krull sagen lässt: „Offenbar geht mit dem Identitätswechsel nicht allein eine erfrischende Veränderung und Erneuerung meines abgetragenen Ich einher, sondern auch eine gewisse Ausgeblasenheit meines Innern – insofern ich alle Erinnerungen, die meinem ungültig gewordenen Dasein angehören, auslöschen muss. Wie ich hier sitze, habe ich auf sie kein Anrecht mehr – was gewiss kein Verlust ist. Meine Erinnerungen, ganz und gar kein Verlust. Nur ist es nicht leicht, andere an ihre Stelle zu setzen ...“ Ähnlich wie bei Felix Krull wurzelt die pathologische Bindung an die virtuelle Erlebniswelt in Krisen und Konflikten in der individuellen Entwicklung, die nicht günstig gelöst werden konnten. Der dysfunktionale Selbstheilungsversuch wird zur Flucht in die virtuelle Welt, in der die Erfüllung eines Selbstideals und befriedigende Beziehungen zu anderen scheinbar gelingen. Dies ist nur möglich,

wenn die innere wie die äußere Realität zunehmend mehr verleugnet werden. Der damit verbundene soziale Rückzug sowie die Probleme in der Arbeitswelt und den nahen Beziehungen entwickeln sich zunehmend aversiver, wodurch das Bedürfnis, dieser belasteten und unerfreulichen Wirklichkeit zu entfliehen, immer größer wird. „Die Augen zu, wie vor zu vieler Ferne ...“, schreibt Rilke in den Hetärengedichten und fängt damit den Wunsch nach Ruhe vor innerer wie vor äußerer Realität anschaulich ein.

Wir beschäftigen uns aus psychotherapeutischer Sicht mit dem neuen Medium und seinen Risiken für die Persönlichkeitsentwicklung und Gesundheit: Wie hier eine aussichtsreiche Psychotherapie angelegt werden kann, das ist das Thema dieses Buches. Wir haben dabei unsere mehr als 10-jährige Erfahrung mit dem Problem zusammengeführt und stellen Therapie- und Patientenmaterial zur Verfügung, das sich bewährt hat. Das Buch beschäftigt sich vornehmlich mit der Psychotherapie im Einzelsetting im ambulanten oder stationären Rahmen, da die Einzeltherapie in Deutschland vorherrschend ist. Auf eine Version für die Durchführung des Programms in Gruppen wird jedoch verwiesen.

Der Schwerpunkt des Buches liegt auf der praxisorientierten Darstellung des diagnostischen und therapeutischen Vorgehens. Das Buch ist in drei Teile geteilt. Zunächst werden das Krankheitsbild, Fragen der Nosologie und Komorbidität, sowie der theoretische Hintergrund erörtert. Der zweite Teil beschreibt das diagnostisch-explorative Vorgehen und einen klinischen Interviewleitfaden als wertvolle Quelle therapeutischer Schlussfolgerungen für den individuellen Fall. Der dritte Teil widmet sich zunächst der psychotherapeutischen Vorgehensweise und geht abschließend auf die Genderperspektive sowie die Evaluation des Programms ein. Jedem Kapitel ist eine kurze zusammenfassende Orientierung vorangestellt.

Dieses Buch gibt viele Beispiele aus unserer klinischen Praxis und enthält auf der beiliegenden CD-ROM in großem Umfang therapeutisches Material, das sich bewährt hat. Zum einen, weil der Problembereich in der klinischen Praxis neu ist und deshalb noch wenig Anleitung zur Verfügung

steht, aber vor allem deshalb weil die Patienten, mehr als andere, auf konkretes und anschauliches therapeutisches Vorgehen angewiesen sind, um sich verändern zu können.

Bei der Erarbeitung der therapeutischen Vorgehensweise hat uns unsere lange Erfahrung mit der Therapie besonders schwieriger Patientengruppen geholfen. Hilfreich war unsere klinische Erfahrung in der Behandlung von Persönlichkeitsstörungen, stoffgebundenen Abhängigkeitserkrankungen und posttraumatischen Belastungsstörungen. Außerdem behandeln wir seit Jahrzehnten pathologische Glücksspieler, die ebenfalls durch ein Medium, in der Regel den Spielautomaten, in dysfunktionale Selbstheilungsversuche verstrickt sind. Obwohl es manche Parallelen gibt, lassen sich Glücksspieler aber keineswegs umstandslos mit den Patienten vergleichen, die pathologischen PC-/Internet-Gebrauch betreiben.

Wir bedanken uns vor allem bei unserem Kollegen Dr. Jörg Petry, der in seiner Münchwieser Zeit als Leitender Psychologe unserer Abteilung für Abhängigkeitserkrankungen das Thema schon früh, in den 90er Jahren des letzten Jahrhunderts, aufgegriffen hat. Die Diskussionen mit ihm, die Erarbeitung mehrerer Publikationen zum Thema, gemeinsame Vorträge, die Bearbeitung eines Forschungsvorhabens – das alles hat uns wichtige Impulse gegeben und dabei geholfen, die klinische Arbeit voranzutreiben. Sein Buch zum Thema aus kulturhistorischer und medienpsychologischer Sicht, das auch entwicklungspsychologische Aspekte integriert (Petry, 2010a), hat uns inspiriert. Holger Feindel und Marco Flatau, unsere ärztlichen bzw. psychologischen Kollegen, arbeiten seit Jahren mit uns im therapeutischen Schwerpunkt *pathologischer PC-/Internet-Gebrauch*. Wir haben viele Fälle diskutiert, unser

psychotherapeutisches Konzept mit ihrer Hilfe erprobt und ausgeformt bzw. die empirischen Untersuchungen zusammen vorbereitet – das alles hat unser Verständnis für die Problematik vertieft und bereichert. Zu danken haben wir auch unserem Kollegen Manfred Gortner, der mit seinem ganz besonderen fotografischen Talent eine herausragende Dokumentation therapeutischen Materials für die Patientengruppe erstellt hat. Marco Flatau haben wir ebenfalls viele bewährte Patientenmaterialien zu verdanken, die er mit zeichnerischer Kreativität angefertigt hat. Einige davon sind auch in diesem Buch wiedergegeben. Den Lektorinnen des Hogrefe-Verlags, Frau Karen Fries und Frau Alice Velivassis, danken wir für hilfreiche Hinweise bei der Manuskriptgestaltung.

Dank gebührt darüber hinaus Iris Bähr und Udo Weber, die sich mit viel Engagement und großem psychologischem Sachverstand den Problemen der Patientengruppe widmen, ebenso wie wir uns bei dem therapeutischen Team der Klinik bedanken, das sich in besonders engagierter Weise den Patienten zuwendet. Die Erörterung der therapeutischen Verläufe mit den Ergo-, Sport- und Soziotherapeutinnen der Münchwieser Klinik hat unseren Blickwinkel erweitert. Last but not least sind wir unseren Patienten und Patientinnen zu Dank verpflichtet – die, nachdem sie sich in der virtuellen Welt verloren hatten, es uns ermöglichten, sie auf dem Weg hinaus zu begleiten. Ohne sie hätte dieses Buch nicht geschrieben werden können. Wir hoffen damit einen Beitrag leisten zu können, die schnell anwachsende Gruppe derer, die Hilfe brauchen, mit der dringend gebotenen Psychotherapie zu versorgen.

Münchwies, April 2012

Petra Schuhler
Monika Vogelgesang

Inhaltsverzeichnis

Teil I: Grundlagen

Kapitel 1: PC- und Internet-Aktivität im klinischen Kontext	15
1.1 PC-Spiele	15
1.1.1 Mehrpersonen-Online-Rollenspiele	15
1.1.2 Shooter-Spiele	16
1.1.3 Browserspiele	17
1.2 Chatten	17
1.3 Exzessives Surfen	18
Kapitel 2: Krankheitsbild und diagnostische Kriterien	19
2.1 Erklärungsmodelle	19
2.2 Beschreibung des Krankheitsbildes	20
2.3 Diagnostische Kriterien	22
Kapitel 3: Nosologische Einordnung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs	25
3.1 Abgrenzung zur Sucht	25
3.2 Abgrenzung zu Impulskontrollstörungen	27
3.3 Abgrenzung zu Zwangsstörungen	27
3.4 Abgrenzung zu anderen Störungen, die sich via Computer/Internet manifestieren	28
3.5 Möglichkeit der Einordnung im ICD-10	28
Kapitel 4: Komorbidität	30
4.1 Empirische Ergebnisse	30
4.2 Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch und depressive Störungen	32
4.2.1 Epidemiologie	32
4.2.2 Zeitliche Taktung	32
4.2.3 Funktionalität	33
4.3 Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch und Persönlichkeitsstörungen	34
4.3.1 Epidemiologie und Gemeinsamkeiten	34
4.3.2 Funktionalität	34
4.4 Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch und Abhängigkeitserkrankungen	35
4.4.1 Epidemiologie	35
4.4.2 Symptomatik	36
4.4.3 Zeitliche Taktung	36
4.4.4 Funktionalität	36
4.5 Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch und Angststörungen	37
4.5.1 Epidemiologie	37
4.5.2 Symptomatik	37
4.5.3 Funktionalität	38
4.6 Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch und pathologisches Glücksspielen	38
4.6.1 Epidemiologie	38
4.6.2 Symptomatik, Gemeinsamkeiten und Unterschiede	38

4.7	Therapie der Komorbidität bei pathologischem PC-/Internet-Gebrauch	39
4.7.1	Prioritäten	39
4.7.2	Basisziele und Basismaßnahmen	40
4.7.3	Spezifische Ziele und entsprechende Maßnahmen	40
4.7.4	Komorbidität als besondere Anforderung an die Therapieplanung	40
Kapitel 5: Entstehungsbedingungen und Erklärungsansätze		42
5.1	Emotionsfokussierende und metakognitive Ansätze	42
5.2	Unreifes Mentalisierungsniveau	44
5.3	Bindungstheoretische Ansätze	46
5.4	Entwicklungspsychologische Aspekte	47
5.5	Flow-Erleben in der Handlungsmotivation	49
5.6	Fazit für die therapeutische Herangehensweise	49
Teil II: Diagnostisches und exploratives Vorgehen		
Kapitel 6: Theoretische Verankerung des diagnostischen und therapeutischen Vorgehens		53
6.1	Hintergrund des Therapieprogramms und Voraussetzungen für die Durchführung	53
6.2	Bindungstheoretische Fundierung	54
6.3	Mentalisierungsaspekte	55
6.3.1	Arbeit mit Metaphern	55
6.3.2	Arbeit mit Narrativen	57
Kapitel 7: Die therapeutische Beziehung		59
7.1	Therapeutische Allianz	59
7.1.1	Gestaltung der therapeutischen Beziehung mithilfe des klinischen Interviews	60
7.1.2	Therapeutische Haltung und Anforderungen	61
7.2	Inszenierungen im therapeutischen Kontakt	61
7.3	Therapeutische Selbstreflexion und therapeutisches Setting	62
Kapitel 8: Anamnese, Diagnostik und Therapieziele		64
8.1	Exploration der PC-/Internet-Aktivität	65
8.2	Psychopathologischer Befund	65
8.3	Substanzabhängigkeit und -missbrauch	65
8.4	Exploration zentraler Problembereiche: Dichotomieerleben	66
8.5	Anamnese und Exploration im diagnostischen Gespräch	67
8.5.1	Spezielle Anamnese	67
8.5.2	Klinisches Interview	67
8.6	Weitere klinische Befunde	67
8.6.1	Körperlicher Befund bzw. medizinische Anamnese	67
8.6.2	Psychische Komorbiditäten	68
8.7	Formulierung der individuellen Therapieziele	68
8.7.1	Bei pathologischem PC-/Internet-Gebrauch	68
8.7.2	Bei dysfunktionalem PC-/Internet-Gebrauch mit hohem zeitlichem Ausmaß, aber ohne Dichotomieerleben	71
8.8	Motivation als Voraussetzung für den Erfolg einer Therapie	72

Kapitel 9: Das klinische Interview zur Erfassung von pathologischem PC-/Internet-Gebrauch	73
9.1 Allgemeine Beschreibung des klinischen Interviews	73
9.1.1 Interviewziele	73
9.1.2 Zur Interviewtechnik	73
9.1.3 Aufbau des Interviewleitfadens	74
9.2 Interviewführung	74
9.2.1 Material für das Interview	74
9.2.2 Einführung	74
9.2.3 Prinzipien der Interviewtechnik	75
9.2.4 Fragetechnik	75
9.3 Auswertung des Interviews	77
9.4 Klinische Interviewparameter	77
9.4.1 Dysfunktionale Problemlösung	78
9.4.2 Selbsterleben	79
9.4.3 Affekterleben	79
9.4.4 Erleben der sozialen Interaktionsfähigkeit	79
9.4.5 Motivationserleben	80
9.4.6 Hinweise auf die Bindungsorganisation	80
9.4.7 Hinweise auf das Mentalisierungsniveau	81
9.5 Beispielhafte Auswertung von Interviewaussagen: Problemexploration und therapeutische Einsichten	82
9.5.1 Fallbeispiel 1: Mehrpersonen-Online-Rollenspiel	82
9.5.2 Fallbeispiel 2: Ego-Shooter-Spiel	87
9.6 Prognose des Therapieergebnisses	92

Teil III: Therapeutisches Vorgehen

Kapitel 10: Erste Therapieeinheit: Aufbau von Krankheitseinsicht, Veränderungsmotivation und emotionaler Aktivierung in realen Bezügen	95
10.1 Einführung in die Therapie: Funktionalität des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs erkennen	96
10.2 Das Riesenrad	97
10.3 Heranführung an die Therapieziele	99
10.4 Präzisierung der Therapieziele	100
10.4.1 Die Johari-Bildkarten der inneren Welt	100
10.4.2 Das Ampelmodell	101
10.5 Der Zauberer	103
10.6 PC-/Internet-Vertrag	104
10.7 Hand auf's Herz	104
10.8 Sekundenkleber und Kleister	107
10.9 Was am Ende dieser Therapieeinheit erreicht sein sollte	107
Kapitel 11: Zweite Therapieeinheit: Adäquate Selbstwertregulierung und Handlungsmotivierung im realen Kontext	109
11.1 Das veränderliche Selbstbild	110
11.2 Virtuelles und reales Selbst	112
11.3 Ego-Hoch und Ego-Tief	113
11.4 Zwei Gesichter: Superman und Clark Kent	115

11.5	Der Becher des Selbstwerts	116
11.6	Der Selbstwert zerplatzt wie Seifenblasen	118
11.7	Selbstwert stärken	119
11.8	Depression, PC und Internet	121
11.9	Die Frosch-Metapher	124
11.10	Im Spiegel der anderen	124
11.11	Was am Ende dieser Therapieeinheit erreicht sein sollte	125
 Kapitel 12: Dritte Therapieeinheit: Soziale Interaktionskompetenz in realen Kontakten		126
12.1	Kontaktängste unter der Lupe	127
12.2	Distanz und Nähe	127
12.3	Ich und die anderen	130
12.4	Das leere und das volle innere Haus	131
12.5	Andere verstehen und sich selbst verständlich machen können	132
12.6	Was am Ende dieser Therapieeinheit erreicht sein sollte	134
 Kapitel 13: Vierte Therapieeinheit: Stärkung des affektiven Realitätsbezugs		135
13.1	Vier Sinne	135
13.1.1	Ziel	135
13.1.2	Riechen	135
13.1.3	Sehen	137
13.1.4	Tasten	138
13.1.5	Hören	138
13.1.6	Abschluss der Intervention <i>Vier Sinne</i>	140
13.2	Sinnvoll: Das Gefühl	140
13.3	Lebensenergie finden	142
13.4	Was am Ende dieser Therapieeinheit erreicht sein sollte	143
 Kapitel 14: Fünfte Therapieeinheit: Sicherung der Therapiefortschritte in der Alltagswelt		144
14.1	Die Kristallkugel: Blick in die Zukunft	144
14.2	Tüte voll Leben	146
14.3	Das Drehbuch des Scheiterns mit Happy End	146
14.4	Was am Ende dieser Therapieeinheit erreicht sein sollte	147
 Kapitel 15: Genderperspektive: Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch bei Frauen		148
15.1	Empirische Ergebnisse	148
15.2	Funktionalität	148
15.3	Fallbeispiel	149
15.4	Fazit	151
 Kapitel 16: Evaluation		152
16.1	Zusammenfassung des Krankheitsverständnisses und des diagnostischen Ansatzes	152
16.2	Methode	153
16.2.1	Das psychotherapeutische Programm	153

16.2.2 Stichprobe und Datenerhebung	153
16.3 Ergebnisse	154
16.3.1 Soziodemografische Variablen	154
16.3.2 Indikation: Psychosomatische oder Entwöhnungsbehandlung	154
16.3.3 Symptombelastetheit im Prä-Post-Vergleich	154
16.3.4 Therapieakzeptanz	154
16.3.5 Erfolgsbeurteilung durch die Patienten	155
16.4 Fazit und Ausblick	156
Literatur	157
Anhang	163
Übersicht über die Arbeitsmaterialien	165
Bildmaterial für die Intervention <i>Sehen</i>	167
Interviewleitfaden zur Abklärung einer komorbiden stoffgebundenen Suchterkrankung	170
Klinischer Interviewleitfaden zum pathologischen PC-/Internet-Gebrauch	172
Kurzfragebogen zu Problemen beim Computergebrauch (KPC)	174
Kurzfragebogen zu Problemen beim Computergebrauch (KPC): Auswertungshinweise	176
Leitfaden zur speziellen Anamnese	177
Meine PC-/Internet-Aktivität und die Realität	182
Meine PC-/Internet-Aktivität und die Realität: Hinweise zur Exploration	189
Narrative	190

CD-ROM

Die CD-ROM enthält PDF-Dateien aller Info- und Arbeitsblätter, die zur Durchführung des Therapieprogrammes verwendet werden können.

Die PDF-Dateien können mit dem Programm Acrobat® Reader (eine kostenlose Version ist unter www.adobe.com/products/acrobat erhältlich) gelesen und ausgedruckt werden.