



LPT 2021

Fluch und Segen internetbasierter Techniken und Methoden

Mein Weg zur und mit der Digitalisierung

Catharina Flader

EX-IN Genesungsbegleiterin, SRH Karlsbad



Meine Ausgangssituation

- Kassetten
- VHS
- Festnetz mit Wählscheibe und Schnur
- Bücher
- Wartezeit bei Treffen
- Im Hier und Jetzt sein



Ich habe Spaß an Technik und ein gutes Grundverständnis

Begegnungen

- 1993: Schule: AG Informatik (Jahuu)
- 1998: Klinikschule: Google (aktuelle Börsenwerte)
- 1999: Erstes Handy
- 2000: „App“ in der Forschung/DBT
- 2001: Wunsch nach E-Mail-Therapie (Belächelt worden)
- 2004: Modem (kein Telefon mit Internet „Raus aus dem Internet, will telefonieren.“)
- Mails als Therapiebestandteil
- Foren (Austausch mit anderen)

Privat, Beruflich, Ehrenamt, Kursangebote



Mittlerweile „Standard“

Privat / Bei der Arbeit

- Messenger (Kontakt zu Freunden)
- Social Media (themenbegrenzt)
- Laptop
- Online Video, Audio, Einkauf
- Outlook (Mail und Kalender)
- SIT , E-Health, Apps
- Digitale Fortbildungen/Teamsitzungen
- Vernetzung der Geräte und Anwendungen



Herzlich Willkommen bei Stay in Touch!



Privat / Als Nutzerin

Chancen

- Kontakte bekommen + halten
- Klärungen, Absprachen per Mail
- Vernetzung
- Austausch mit Betroffenen (SH)
- Informationsfluss
- Informationsbeschaffung
- Erhaltung von Informationen
- Partizipation
- Ablenkung / Beschäftigung



Privat / Als Nutzerin

Herausforderungen

- Know-How
- Technische Ausstattung
- Ständige Veränderungen
- Erwartungshaltung, Alternativen fraglich
- Raum für Begegnungen, Miteinander, Atmosphäre fehlt
- Erreichbarkeit
- Abgrenzung
- Ordnung/Sortierung

Beruflich (als Mitarbeiterin)

Chancen

- Vernetzung
- Informationsfluss
- Erhaltung von Informationen (-)



Herausforderungen

- Know-How wird vorausgesetzt
- Alternativen fraglich
- Raum für Begegnungen, Miteinander, Atmosphäre
- Abgrenzung





Wo stehe ich?

- Das Thema erstreckt sich auf alle Lebensbereiche und in jedes Alter.
- Wir können nicht alle Entwicklungen vorhersehen.
- Es entwickeln sich ungewollte Erwartungen.
- Bleiben eigene Entscheidungen möglich?
- Ich muss ein gewisses Tempo mitgehen.
- Geld und Bildung spielen eine große Rolle.
- Grenze zwischen Nutzen und Schädigung ist schmal.
- Wo geschieht Ausgrenzung, wo tatsächliche Partizipation?
- Es sollte ein Kann, kein Muss sein – ist das realistisch?