089/2023 23.10.2023

**Hilfe für Patientinnen und Patienten mit Pornografie-Nutzungsstörung  
Das Projekt PornLoS testet erste Therapieangebote**

Online verfügbar und praktisch überall abrufbar - der Konsum pornografischer Inhalte ist weit verbreitet. Die regelmäßige Nutzung von pornografischen Inhalten aber kann eine Sucht zur Folge haben. Betroffenen ein angemessenes Therapieangebot zu bieten, hat sich das Projekt PornLoS zum Ziel gesetzt. Prof. Dr. Julian Rubel von der Uni Osnabrück unterstützt das Projekt mit der Entwicklung einer digitalen Begleit-App. Gefördert wird das Vorhaben vom Innovationsfond des Gemeinsamen Bundesausschusses, die Projektleitung hat Prof. Dr. Rudolf Stark von der Justus-Liebig-Universität Gießen.

Konflikte in der Partnerschaft, Konzentrationsschwierigkeiten sowie Müdigkeit am Arbeitsplatz sind beispielsweise mögliche negative Konsequenzen der sogenannten Pornografie-Nutzungsstörung (PNS). Derzeit sind ca. fünf Prozent Männer und ca. ein Prozent Frauen davon betroffen. Bisher gibt es allerdings noch kein angemessenes Therapieangebot, um die zwanghafte sexuelle Verhaltensstörung nachhaltig zu verbessern.

Untersucht werden im Projekt PornLoS zwei Varianten einer sechsmonatigen Intensivbehandlung, bestehend aus kombinierter psychotherapeutischer Einzel- und Gruppentherapie. Diese werden dann mit dem „treatment as usual“ (TAU) verglichen. Die zwei Varianten der Intensivbehandlung unterscheiden sich in ihren Therapiezielen: „Abstinenz“ vs. „reduzierte Nutzung“. Es wird erwartet, dass Patientinnen und Patienten beider Therapievarianten zu Behandlungsende seltener eine PNS zeigen als Betroffene, die TAU erhalten haben.

„Neben der psychotherapeutischen Einzel- und Gruppenbehandlung wird den Patientinnen und Patienten auch eine App zur Verfügung gestellt. In Hochrisikosituationen können die Betroffenen dann darauf zurückgreifen“, so Prof. Dr. Julian Rubel, Leiter des Fachgebiets Klinische Psychologie und Psychotherapie des Erwachsenenalters sowie der Erwachsenen Psychotherpieambulanz der Universität Osnabrück. „Wir sind zuversichtlich, dass sich eine Intensivbehandlung in Kombination mit der App als nachhaltige Therapiemöglichkeit für Betroffene erweist.“

Die App fungiert für die Patientinnen und Patienten als Begleiter im Alltag und soll genau dann helfen, wenn der Konsumwunsch aufkommt. Neben generellen Strategien wie der Anwendung ablenkender Übungen, werden auch individualisierte Aspekte in die App eingebaut, die für jede Patientin und jeden Patienten verschieden sind. So können Betroffene etwa für sie besonders motivierende Bilder, Vorsätze oder Nachrichten sowie Notfallkontakte in der App hinterlegen, sodass diese in schwierigen Situationen stets griffbereit sind.

Das Projekt ist im Sommer gestartet und läuft voraussichtlich bis Ende 2026. Ab Januar 2024 werden die Therapien in den Bundesländern Hessen, Rheinland-Pfalz und dem Saarland angeboten. Im Erfolgsfall könnte das neue Therapieangebot zukünftig Teil der bundesweiten Regelversorgung werden.

**Weitere Informationen für die Redaktionen:**Prof. Dr. Julian Rubel, Universität Osnabrück  
Klinische Psychologie & Psychotherapie des Erwachsenenalters  
Tel.: +49 541 969-7620  
E-Mail: [jrubel@uni-osnabrueck.de](mailto:jrubel@uni-osnabrueck.de)