

# **Internet, Videogames und Handy:** Grenzen zwischen engagierter Nutzung und Verhaltenssucht.

Aktuelle Befunde aus der Forschung

Gregor Waller, MSc

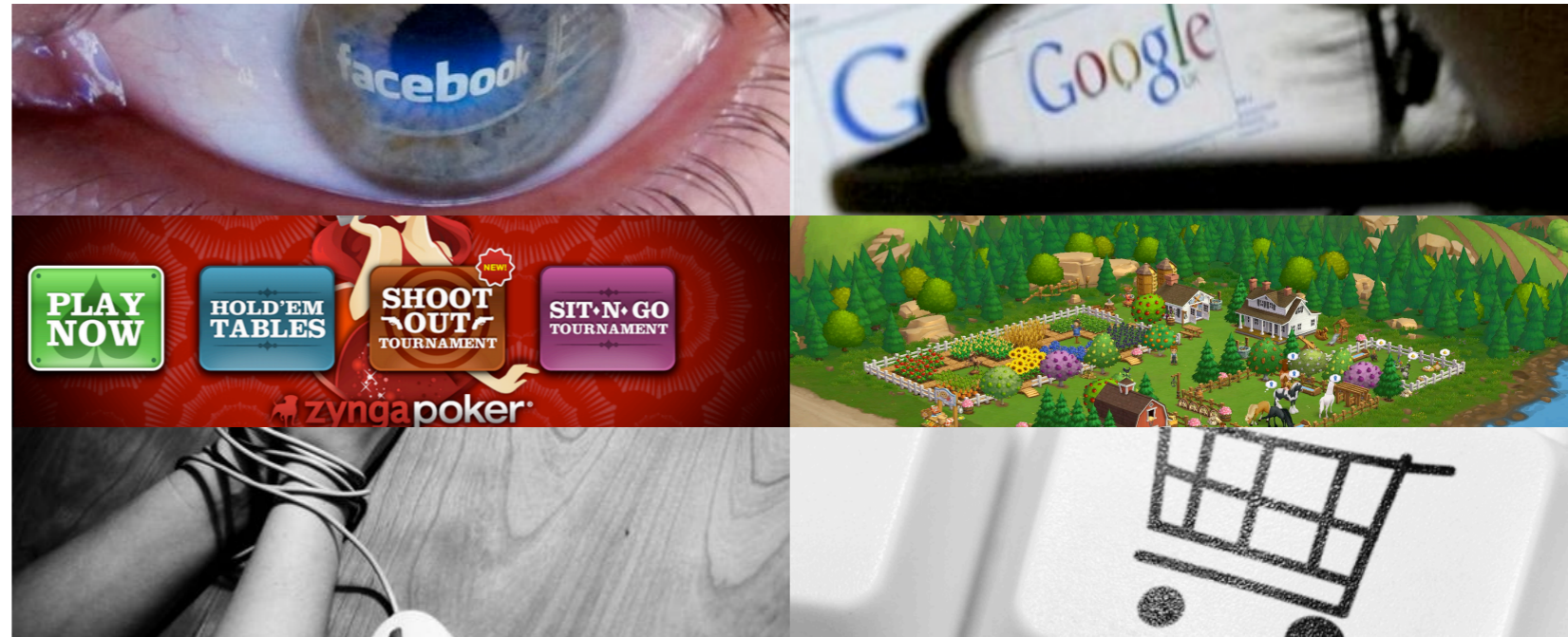
Bern, 7. März 2013  
Fachforum Jugendmedienschutz

# Inhalt

1. Onlinesucht: Gibt es das Phänomen überhaupt?  
Definitionsversuche
2. Wie verbreitet ist Onlinesucht? Prävalenzraten
3. Was sind potenzielle diagnostische Kriterien?
4. Welche Schweregrade lassen sich unterscheiden?
5. Was sind komorbide Störungen von Onlinesucht?
6. Wie wird Onlinesucht therapiert?
7. Weiterführende Gedanken / offene Fragen

## Begriffe: Onlinesucht als Sammelbecken von...

- Glücksspielsucht
- Gamesucht
- Pornosucht
- Facebooksucht (Social Network)
- „News-Junkies“
- Shoppingsucht



Eine Suchtart vs verschiedene Suchtarten?

**Aktueller Stand:** Onlinesucht als Überbegriff für **alle** Subformen

- ▶ Internetspezifische Ähnlichkeiten (Anonymität, risikoarme Interaktion)
- ▶ Überlappende Symptomatik

# Onlinesucht als Symptom anderer Störungen

- Angststörung
  - Depression
  - Störung der Impulskontrolle
  - Zwangsstörung
- 
- ▶ Onlinesucht als eine (inadäquate) Coping-Strategie zur Bewältigung anderer Störungen?
  - ▶ Huhn-Ei-Frage: Kausalität?

# Symptom vs eigene Störung

Aktuelle Befunde weisen in Richtung einer **eigenen Störung**

- ▶ Symptome sind sehr ähnlich wie bei anderen Verhaltenssuchten
- ▶ Neurologische Studien zeigen auch Ähnlichkeiten zu anderen Suchtkrankheiten

## Aufnahme in diagnostisches Klassifikationssystem?

- Erstmaliger Vorschlag zur Aufnahme in **DSM-IV** (1996 von Kimberly Young)
- **Aktueller Stand:** Diskussion zur Aufnahme in **DSM-V** (erscheint im Mai 2013). Nicht als eigenständige Störung sondern als Spezialfall der Verhaltenssucht (im Appendix)

# Onlinesucht als Form einer Verhaltenssucht

„Verhaltenssucht ist eine Bezeichnung für **exzessive Verhaltensweisen**, die Merkmale einer psychischen Abhängigkeit aufweisen und von Betroffenen willentlich nicht mehr vollständig kontrolliert werden können.“ Grüsser & Thalemann (2006).

Gruppe der stoff**un**gebundenen Süchte

**Weitere Beispiele:**

- Arbeitssucht
- Kaufsucht (offline)
- Fernsehsucht

# Prävalenz-Raten

- Von Land zu Land resp. Studie zu Studie verschieden
- In kollektivistischen Gesellschaften höher als in individualistischen Gesellschaften
- Minimalrate: **0.3%** US-Studie
- Maximalrate: **10%** USA, Europa / **38%** China

## Gründe für die grossen Unterschiede:

- ▶ Uneinheitliche diagnostische Kriterien
- ▶ Uneinheitliche cut-off-Werte
- ▶ Selektive Stichproben
- ▶ Kulturelle Faktoren



# Vorgeschlagene diagnostische Kriterien

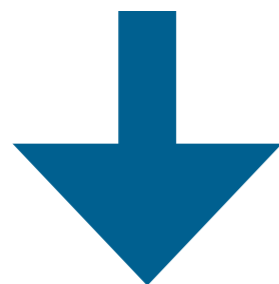
## Kriterien nach APA (2012) für DSM-V

Kriterium	Beschreibung
Salienz auf der kognitiven Ebene	„ständiges daran Denken“
Salienz auf Verhaltensebene	wiederkehrende Handlungen, z.B. ständiges Einloggen auf Facebook
Euphorie / Stimmungsregulation	während der Aktivität werden positive Emotionen erlebt (z.B. Begeisterung)
Toleranzaufbau	um Level der positiven Emotionen zu halten, muss Aktivität gesteigert werden
Entzugserscheinungen	negative Emotionen, wenn Aktivität nicht ausgeführt werden kann (Gereiztheit)
Rückfallerscheinungen	Tendenz zur Wiederaufnahme von alten Gewohnheiten nach Phase der Kontrolle
Konflikte mit negativen Konsequenzen	Konflikte mit Personen aus dem sozialen Umfeld oder anderen Aktivitäten (Job / Schule). Z.B. Täuschung anderer / aufs Spiel setzen von Beziehung / Job / Schule

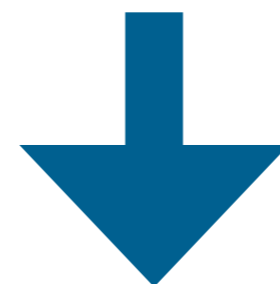
## 2-Faktoren-Modell der Verhaltenssucht

nach Charlton & Danforth (2007, S. 1539)

Faktor I „Verhaltenssucht“	Faktor II „engagierte Nutzung“
Salienz (auf Verhaltensebene)	Salienz (auf Gedankenebene)
Konflikte mit negativen Konsequenzen	Euphorie/ Erleichterung / Stimmungsregulation
Rückfallerscheinungen	Toleranzaufbau
Entzugserscheinungen	



„core criteria“



„peripheral criteria“

# Abstufungen des Nutzungsverhaltens auf der Basis des Modells (Schweregrade)

<b>Nicht-Nutzer</b>	kein Internet-Zugang
<b>Zurückhaltende Nutzer</b>	Unterdurchschnittliche Werte auf Faktoren „engagierte Nutzung“ und „Verhaltenssucht“
<b>Engagierte Nutzer</b>	Unterdurchschnittlich auf Faktor „Verhaltenssucht“ / Überdurchschnittlich auf Faktor „engagierte Nutzung“
<b>Süchtige</b>	Überdurchschnittliche Werte auf Faktoren „engagierte Nutzung“ und „Verhaltenssucht“

# Komorbide Störungen von Onlinesucht

- **Affektive Störungen (24%)**  
z.B. Depression, Angststörungen (soziale / generalisierte)
- **Aufmerksamkeitsdefizits-Störung (ADHS / 14%)**
- **Psychotische Störungen (10%)**

# Therapieformen der Onlinesucht

- **Psychologische** Therapien:  
Kognitive Verhaltenstherapie  
Systemische Therapie
- **Pharmakologische** Therapien:  
Antidepressiva (z.B. SSRI)  
Phasenprophylaktikum / Stimmungsstabilisierer (z.B. Lithium)

# Wirksamkeit der Therapieformen

- Zielgrössen:
  - ▶ Reduktion der negativen Symptome
  - ▶ Abnahme der Onlinezeit
  - ▶ Abstinenz **nicht** als Ziel
- Beide Grundformen (psychol. /pharmakol.) sind wirksam
- Wirksamkeit bei den psychologischen Therapieformen ist besser belegt / grössere Effekte / nachhaltiger

# Wirksamkeit der Therapieformen

- Bessere Therapie-Erfolge bei **Frauen**

**Möglicher Grund:** Frauen tendieren eher zu kommunikativen Internet-Tätigkeiten, die besser offline substituiert werden können. Männer sind eher Infoseekers (Web)

- Bessere Therapie-Erfolge bei **älteren Patienten**

**Mögliche Gründe:** Offline Substitution bei älteren Personen einfacher / soziales Umfeld / Muster aus früherer Zeit verfügbar

- Bessere Therapie-Erfolge in **westlichen Industrienationen** als im asiatischen Raum

**Mögliche Gründe:** Onlinekultur (z.B. Gaming) ist in der asiatischen Welt stärker kulturell verankert und akzeptiert (Gaming Liga etc.).

Das Internet bietet in einer kollektivistischen Kultur individuellen Freiraum, den es dort sonst nicht gibt.

## Weiterführende Gedanken / offene Fragen

- Huhn-Ei-Problematik: Kausalität Onlinesucht - andere Störungen. Es braucht Längsschnittstudien
- Systemische Wechselwirkung (Umfeld & Person & Kultur)
- Evtl. besteht eine übergeordnete Medienabhängigkeit
- Kontrollverlust vs Flow-Erleben?
- Spontanremission?



# Literatur

American Psychiatric Association (2012). Internet use disorder. Retrieved October 12, 2012, from <http://www.dsm5.org/ProposedRevision/Pages/proposedrevision.aspx?rid=573#> (Oktober 2012)

Chakraborty, K., Basu, D., & Vijaya, K. (2010). Internet Addiction: Consensus, Controversies and the Way Ahead. *East Asian Archive of Psychiatry*, 20(3), 123-132.

Charlton, J., & Danforth, I. (2007). Distinguishing addiction and high engagement in the context of online game playing. *Computers in Human Behavior*, 23, 1531-1547.

Grüsser, S. M. & Thalemann, C. N. (2006). *Verhaltenssucht: Diagnostik, Therapie, Forschung*. Bern: Huber.

Weinstein, A., & Lejoyeux, M. (2010). Internet Addiction or Excessive Internet Use. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 277-283.

Winkler, A., Dörsing, B., Rief, W., Shen, Y., & Glombiewski, J. (2013). Treatment of internet addiction: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 33, 317-329.