

# Neue Medien Suchtgefahr für unsere Kinder und Jugendlichen?

Seminar Suchtmedizin Solothurn

Olten

17. April 2008

Eveline Winnewisser

Leiterin der Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich



**Stadt Zürich**

Suchtpräventionsstelle

# Ansichtssache?

EVA

von  
Jaermann/  
Schaad

GOPE KEVIN: DU HOCKST  
TAG UND NACHT VOR DER  
KISTE UND SPIELST DIESES  
"WORLD OF DINGSDA..."



WILLST DU NICHT MAL  
NACH DRAUSSEN  
GEHEN UND DICH  
MIT KOLLEGEN  
TREFFEN?



MEINE KOLLEGEN HÄNGEN  
AM HIRSCHENPLATZ RUM UND  
DRÖNNEN SICH MIT BIER VOLL...

WILLST DU  
DAS?



ÄH...

EBEN!



# Fragen für die Suchtprävention

- Wer nutzt effektiv in welchem Ausmass und in welcher Form elektronische Bildschirmmedien?
- Wie lässt sich der Übergang vom exzessiven Spielen und Internetgebrauch zur Spiel- und Internetsucht präzise beschreiben?
- Wie entsteht die Suchtgefährdung genau und wie zeigt sie sich bei wem in welcher Form und Ausprägung?
- Welches sind die entscheidenden Risikofaktoren und welches die effektiven Schutzfaktoren?
- Welche neurobiologischen Faktoren in Bezug auf die Entstehung und Aufrechterhaltung einer Computerspiel- und/oder Internetnutzungssucht sind bekannt?
- Welche Prävention im Hinblick auf exzessive Bildschirmmediennutzung ist wirksam?



# Literatur

- American Journal of Psychiatry (2008) Issues for DSM-V: Internet Addiction. J. J. Block
- Baacke, D. (1997): Medienkompetenz. Tübingen: Niemeyer Verlag.
- Bergmann, H. (2006): Computersüchtig. Kinder im sog der modernen Medien, Düsseldorf: Patmos.
- Eidenbenz, F. (2001): Internetsucht in der Schweiz. Studie Offene Tür Zürich in Kooperation mit der Humboldt Universität Berlin (Prof. M. Jerusalem).
- Eidenbenz, F. (2004): Online zwischen Faszination und Sucht. In: SuchtMagazin 1, S. 3-12.
- Grüsser, S.M., Thalemann, R., Albrecht, U., Thalemann, C.N. (2005): Exzessive Computernutzung im Kindesalter – Ergebnisse einer psychometrischen Erhebung. In: Wiener Klinische Wochenschrift 117/5-6, S. 188-195.
- Grüsser, S.M., Thalemann, R. (2006): Exzessives Computerspielen – eine Verhaltenssucht. In: Medizinische Welt, 3, S. 1-5.
- Hahn, A., Jerusalem, M. (2000): Internetsucht: Jugendliche gefangen im Netz. In: Raithel, J. (Hg.): Risikoverhaltensweisen Jugendlicher: Erklärungen, Formen und Intervention; Berlin: Leske und Budrich, S. 279-293.
- Seyer, S. (2004): Das Internet – wieder eine neue Sucht? In: Kontraste. Presse- und Informationsdienst für Sozialpolitik, Nr. 5, S. 11-13.
- Young, Kimberly S. (1998). Caught in the Net. New York: John Wiley & Sons, Inc. deutsche Ausgabe (1999): Suchtgefahr Internet: München: Kösel-Verlag GmbH & Co..
- Zimmerl, H. D. & Panosch, B. (1997). Internetsucht: Eine Studie. In: Wiener Zeitschrift für Suchtforschung, Jg 21, Nr.4/98, API/Eigenverlag.

# Inhalt

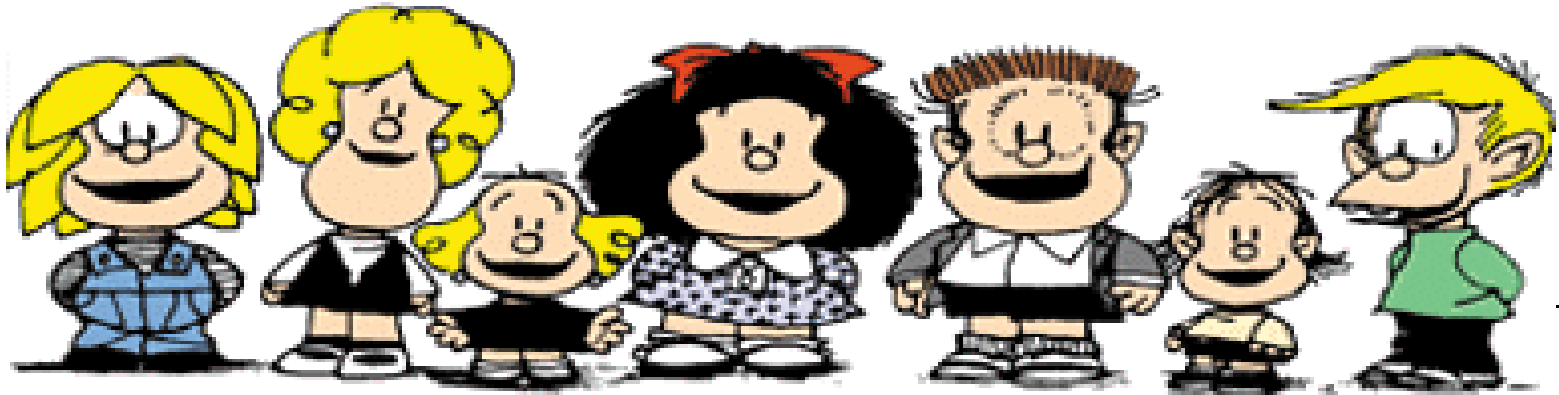
- Generation @  
Internet und Computerspiele als Teil einer Lebenswirklichkeit
- Suchtgefahr am Bildschirm  
Wann muss von suchtähnlichem Verhalten gesprochen werden?
- Handlungsbedarf für die Suchtprävention  
Vorläufiger Stand der Diskussion



# Generation @

1976 befanden sich in den Kinder- und Jugendzimmern von 8 bis 16-Jährigen Bücher, Radio, Comics, Zeitschriften und Plattenspieler. Heute sind zusätzliche Medien wie Handy, Computer, MP3-Player, Fernseher, Video- und DVD-Player sowie Spielkonsolen weit verbreitet.

Kinder und Jugendliche, die nach 1985 geboren worden sind und mit Internet, Multimedia und Mobilkommunikation aufwachsen gehören zur Generation@. Für diese sind Internet und Computerspiele Teil ihrer Lebenswirklichkeit und somit prägend für ihre Sozialisation.



# Computernutzung

- Jede zweite Person in der Schweiz ab 14 Jahren nutzt täglich das Internet.
- 60% der Kinder zwischen 6 und 13 Jahren nutzen zu Hause einen Computer. Für Kinder zwischen 6 bis 13 Jahren ist der Computer vor allem Spiel- und Lerngerät.
- Die tägliche Nutzungsfrequenz in Bezug auf „Spielen“ ist mit 12/13 Jahren am höchsten, mit steigendem Alter nimmt sie kontinuierlich ab.

# Internetnutzung

- Ab 10 Jahren interessieren sich die Kinder intensiver für das Internet. Mit steigendem Alter erhöht sich die Nutzungsfrequenz.
- Die 10 bis 13-Jährigen nutzen das Internet vor allem zur Informationssuche, für Emails, zum Spielen und Chatten.
- Ältere Jugendlichen als Kommunikationsmedium, zur Informationssuche, für Herunterladen und Austausch von Musik, für Online-Spiele.



# Gewinn der Mediennutzung für die Jugendlichen

- Erweiterte Handlungsspielräume  
(*gestalterisch-kreativ, kommunikativ, partizipativ*)
- individuelle Bildungsprozesse  
(*optimieren von Kenntnissen, Spezialisierung, Vertiefung*)
- Experimentelle Identitätsarbeit.  
(*Teilhabe in verschiedenen Welten und Szenen, kreieren neuer Entwürfe und Stylrichtungen*)
- Individuelle Nutzung technischer Fähigkeiten  
(*z.B. Filme ohne Werbung, Handy als Medienzentrale*)
- Beschleunigung der visuellen Wahrnehmung
- Abgrenzung zur Elterngeneration  
(*Generationenkonflikt wird zum Medienkonflikt*)

# Die Attraktivität von Computerspielen

- Hohe Anziehungskraft von virtuelle Welten  
(*Spannend, unterhaltsam, vertreiben Langeweile*)
- Kombination von Eigenschaften anderer Medien  
(*Comics, Filme, TV, etc.*)
- Mannigfaches virtuelles Erleben  
(*Hobby, Wunschträume, neue Rollen und Identitäten, Handlungsmöglichkeiten*)
- Erfahrung von Macht und Ohnmacht  
(*Kontrolle auszuüben, sich im Wettbewerb bewähren*)
- manuelle und kognitive Lernmöglichkeiten  
(*Fähigkeiten wie Schnelligkeit, vernetztes Denken, Selbstlernkompetenzen, gleichzeitige Nutzung mehrerer Medien*)

# Online-Spiele

## Internetbereich mit besonders hoher Faszinationskraft

- Hohe Spielbindung  
*(monatliche Gebühr, ständige Verfügbarkeit des Spiels, Spielgeschehen nicht unterbrechbar)*
- Fortschritte erst nach hohem zeitlichen Einsatz
- Aufgaben müssen in Kooperation mit anderen gelöst werden, um weiterzukommen.  
*(Die SpielerInnen und Spieler sind aufeinander angewiesen, sozialer Druck, „dabei zu bleiben“)*
- Bisher vorwiegend männliche Domäne  
*(am beliebtesten sind die Egoshooterspiele)*
- Mädchen interessieren sich mehr für nichtmilitärische Strategiespiele.
- Viele Online-Spielerinnen und -spieler sind passionierte Spieler  
*(spielen oft und ausdauernd)*

# Suchtgefahr am Bildschirm?

---



Die Grenze zwischen exzessivem Verhalten und effektivem Suchtverhalten ist fließend.

Gefährdet sind diejenigen, bei denen Spielen am Bildschirm eine kompensatorische Funktion erhält.

Die meisten Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen nutzen die Computerspiele komplementär. Für sie bleibt das Eintauchen in die virtuelle Welt eine Ergänzung und stellt keinen Ersatz zum realen Leben dar.

# Sucht? - Aktuelle Situation

Einerseits:

- Dünne wissenschaftliche Faktenlage
- Fehlende Anerkennung als psychische Störung
- Geringe politische Priorität

Andererseits:

- Eindrückliche Fallbeispiele
- Zunehmend Thema in den Medien
- Betroffene nehmen vermehrt professionelle Beratung in Anspruch
- Vermehrte Inanspruchnahme professioneller Beratung
- Spezialisierte Kliniken und Therapieangebote

# Sinn einer Klassifikation? oder Ist das Internet bloss Austragungsort verschiedener Suchtformen?

## **ICD 10** F63.0 Pathologisches Spielen

(F00-F99) Psychische und Verhaltensstörungen

(F60-F69) Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen

Die Störung besteht in häufigem und wiederholtem episodenhaften Glücksspiel, das die Lebensführung des betroffenen Patienten beherrscht und zum Verfall der sozialen, beruflichen, materiellen und familiären Werte und Verpflichtungen führt.

## **DSM-IV** 312.31 Pathological Gambling

Achse 1, Störungen der Impulskontrolle

## Internet Addiction

Vorschlag zur Aufnahme in DSM-V

(American Journal of Psychiatry, 03.08, Dr. med. Jerald J. Block)

# Kriterien

kompensatorisch statt komplementär

- Unwiderstehliches Verlangen
- Toleranzentwicklung
- Entzugerscheinungen
- Kontrollverlust
- Regulation/Verdrängung negativer Gefühle
- Negative soziale Konsequenzen

Fazit:

Wir haben es mit einem Verhalten zu tun, das sich als eine **nicht-stoffgebundene Verhaltenssucht zeigt**, die sich in **exzessivem** Surfen, Chatten, Downloaden, Spielen oder anderen Online-Tätigkeiten äussern kann.

# Signale

- Verleugnung der Zeitmenge, die im Internet verbracht wird
- Aggressivität bei Unterbruch / Störung
- Veränderung der Schlafgewohnheiten
- Leistungsprobleme
- Vernachlässigung von Pflichten
- Rückzug von Freunden und Hobbies
- Verwahrlosungstendenzen bezüglich Aussehen und Hygiene



# Verbreitung

Südkorea (Internetsucht hat hohe Priorität)

Forschungsdaten (2006)

Ca. 2.1% aller 6 – 19 Jährigen (210'000) sind betroffen und brauchen Behandlung (Vernachlässigung von Schule und Arbeit), 1,2 Millionen Jugendliche gelten als gefährdet.

China

10 Millionen Teenagers (13,7% der jugendlichen Internet Benutzer) sollen Kriterien einer Internetsucht erfüllen.

Quelle: American Journal of Psychiatry März 2008

# Verbreitung

## **Exzessives Computerspielen:**

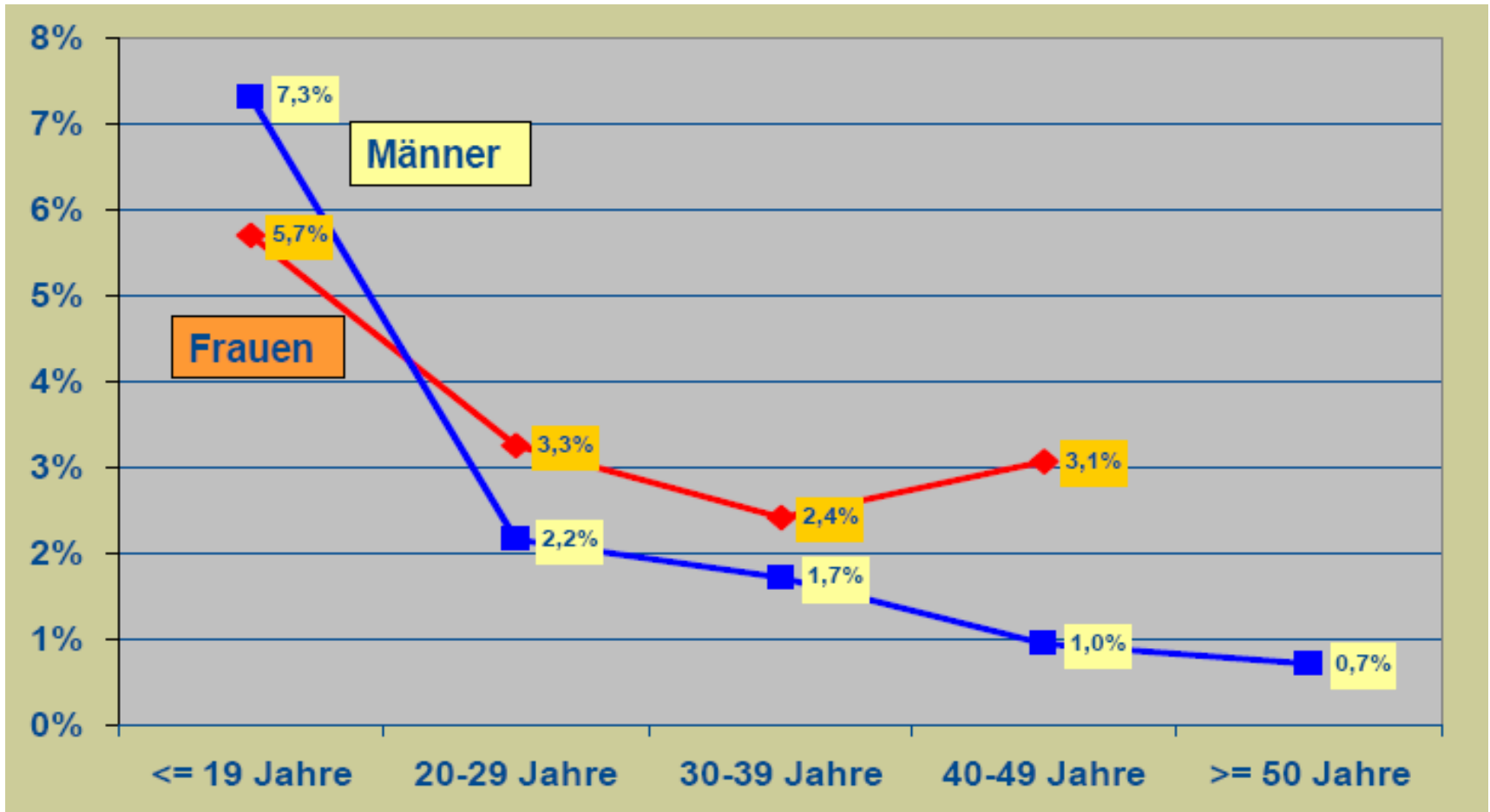
Anteil innerhalb der Gesamtbevölkerung bis anhin unbekannt.

Studien bei Grundschulkindern (11 -14 Jährige) Berlin  
9,3% der Schülerinnen und Schüler zeigen Kriterien eines exzessiven Bildschirmspielverhaltens. Diese Kinder sehen auch häufiger Filme, sprechen wesentlich seltener mit ihren Mitschülerinnen und Mitschüler und geben wesentlich häufiger an, Konzentrationsprobleme im Unterricht zu haben und bei Ärger oder Trauer öfter am Bildschirm zu spielen oder fern zu sehen.

## **Exzessive Internetnutzung:**

rund 3-6% zeigen ein süchtiges Nutzungsverhalten, nochmals 3-5% gelten als gefährdet. Schweiz: 70'000 Internetsüchtige, 110'000 Gefährdete (exzessives Chatten, Besuch von Foren, Herunterladen von Musik, Besuch von Cybersexseiten, Online-Spielen)

# Internetsucht - Verteilung auf Alter und Geschlecht



Quelle: Hahn&Jerusalem (2002)

# Besonders Gefährdete

Vorwiegend ein Problem der Jugendlichen (anscheinend)

- **Computerspielsucht**  
Kinder unter 12 Jahren, insbesondere Jungen  
*(vor allem diejenigen, welche sehr viel Zeit am Bildschirm spielend verbringen und dabei die Online-Spiele bevorzugen)*
- **Internetnutzungssucht**  
männliche Jugendliche ohne feste Beziehung und ohne geregelte Tagesstruktur  
*(Die wenigen Studien haben bisher die höchsten Werte um das 15. Lebensjahr ermittelt. Ab 18 Jahren sind die Frauen dann mit zunehmendem Alter stärker betroffen als die Männer.)*

# Besonders Gefährdete, Anzeichen und Profil

Die Nutzung steht in kompensatorischer Funktion zu den Anforderungen im realen Leben.

- Deutliche soziale Schwierigkeiten
- hohe Nutzungszeit, eher unspezifische Nutzung, zur Stimmungsregulation, aus Langeweile
- Auswirkung auf Alltagsbewältigung
- Leistungsprobleme in der Schule oder in der Lehre
- wenig Vertrauen in die Erreichbarkeit der eigenen Ziele in der Zukunft

# Risiko- und Schutzfaktoren

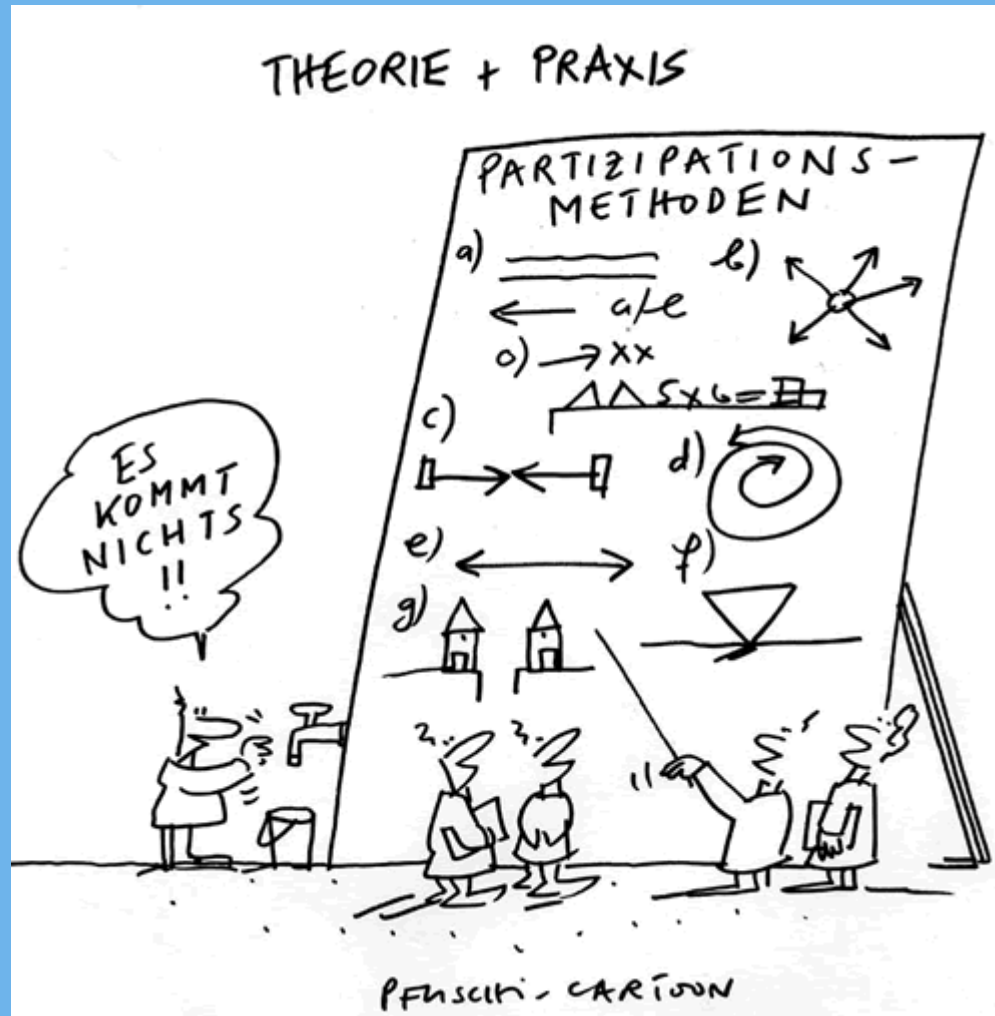
## Risikofaktoren

- *Mangelnde Anerkennung im realen Leben*
- *Geringes Selbstwertgefühl*
- *Depressivität, soziale Ängstlichkeit*
- *Ungenügende Bewältigungsstile*
- *Hohe, unrealistische Erwartungen an das Computerspiel bzw. Internet*

## Schutzfaktoren

- *Soziale Integration*
- *Gutes Beziehungsnetz*
- *Kommunikationsfähigkeit („sich mitteilen können“)*
- *Medienkompetenz*
- *Frustrationstoleranz*
- *Alternative Interessen und Freizeitbeschäftigungen*
- *Bewältigungskompetenzen*

# Ansatzpunkte für die Suchtprävention



# Internetsucht – Präventionsziele

- **Schutzfaktoren stärken**  
Allgemeine Lebenskompetenzen
- **Erziehungskompetenzen stärken**  
Dialogfähigkeit, Sensibilisierung
- **Medienkompetenz fördern**  
Kritischer, reflektierter und selbstverantwortlicher Umgang
- **Befähigung zur Früherkennung**  
Signale wahrnehmen, Verantwortung übernehmen, Hilfe vermitteln



# Ansatzpunkte für die Suchtprävention

- Universelle Prävention
- Sensibilisierung und Information
- Stärkung der allgemeine Schutzfaktoren
- Lobbying für einen wirksamen Jugendschutz  
**Zielgruppen:** Gesamtbevölkerung, Kinder und Jugendliche und ihre Bezugspersonen, Politikerinnen und Politiker
  
- Selektive Prävention
- Kompetenzförderung und Sensibilisierung bei Personen mit einem erhöhten Risiko.  
**Zielgruppen:** v.a. Jungen unter 12 Jahren, Jugendliche mit fehlender Tagesstruktur
  
- Indizierte Prävention
- Früherkennung und Frühintervention  
**Zielgruppen:** Schulleiterinnen und Schulleiter, Lehrpersonen, Schulsozialarbeiterinnen und –arbeiter sowie Auszubildende und Mitarbeitende der offenen Jugendarbeit.

**Besten Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**

