

Komorbiditäten bei problematischem Medienkonsum

Gerhard Libal & Jakob Nützel

Schloss Hofen, 28.06.2010

Vielfalt der Termini

- Computerspielsucht
- Internetabhängigkeit
- Problematischer / pathologischer Medienkonsum
- Internetsucht / Onlinesucht
- Pathologischer PC-Gebrauch

Wann spricht man von problematischem Medienkonsum?

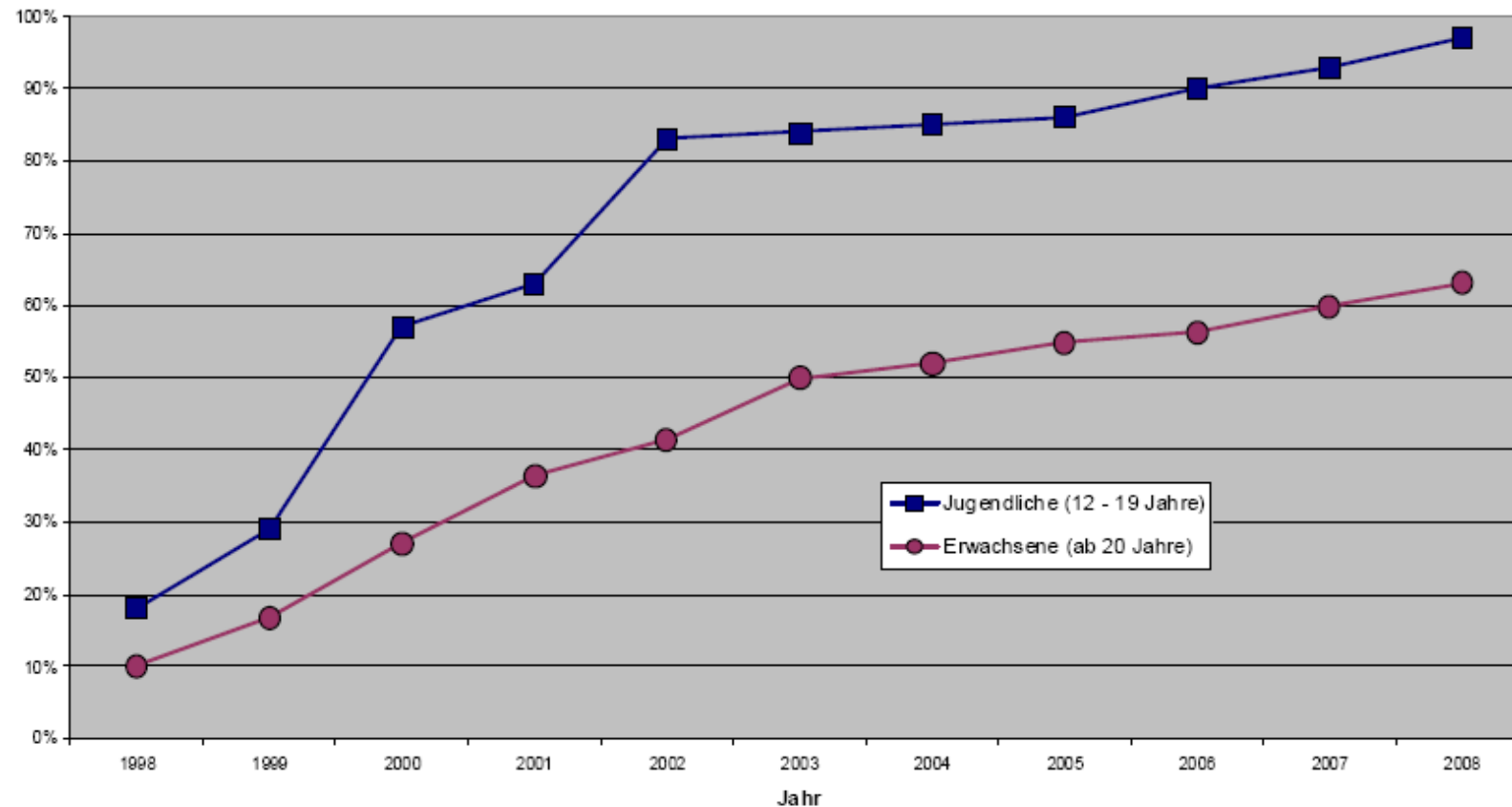
- Häufiges und langes Computerspielen alleine ist nicht als pathologisch aufzufassen
- Auffällig wird es dann, wenn Merkmale süchtigen Verhaltens hinzutreten:
 - Negative Konsequenzen im schulischen und sozialen Bereich
 - Schwierigkeiten, das Spielen zu beenden od. einzuschränken
 - Unruhe, Gereiztheit, wenn nicht gespielt wird
 - Zunahme der Spielzeit

Jäger & Moormann, 2008
Hahn & Jerusalem, 2001

Prävalenz süchtigen / pathologischen Computerkonsums

- **Süchtiges Konsumverhalten** bei etwa 5-7 % aller Jugendlichen, Risikokonsum bei etwa 10 % aller Jugendlichen (Grüsser, 2005, 2007, Wölfling, 2007)
- Bei 1,6 – 8,2 % der Jugendlichen **pathologischer Internetgebrauch** (umfassende Review) (Thomasius et al., 2009)
- Methodische Probleme:
Erhebungsinstrumente umstritten (zB IAT (Young, 1998)),
Rekrutierung der Probanden (oft online-Befragungen),
Veränderung der allgemeinen Konsumgewohnheiten

Entwicklung der Internetnutzung 1998 bis 2008



Anmerkungen. Quellen: Jugendliche: JIM-Studie 1998-2008, Erwachsene: ARD/ZDF-Onlinestudie 1998-2008.

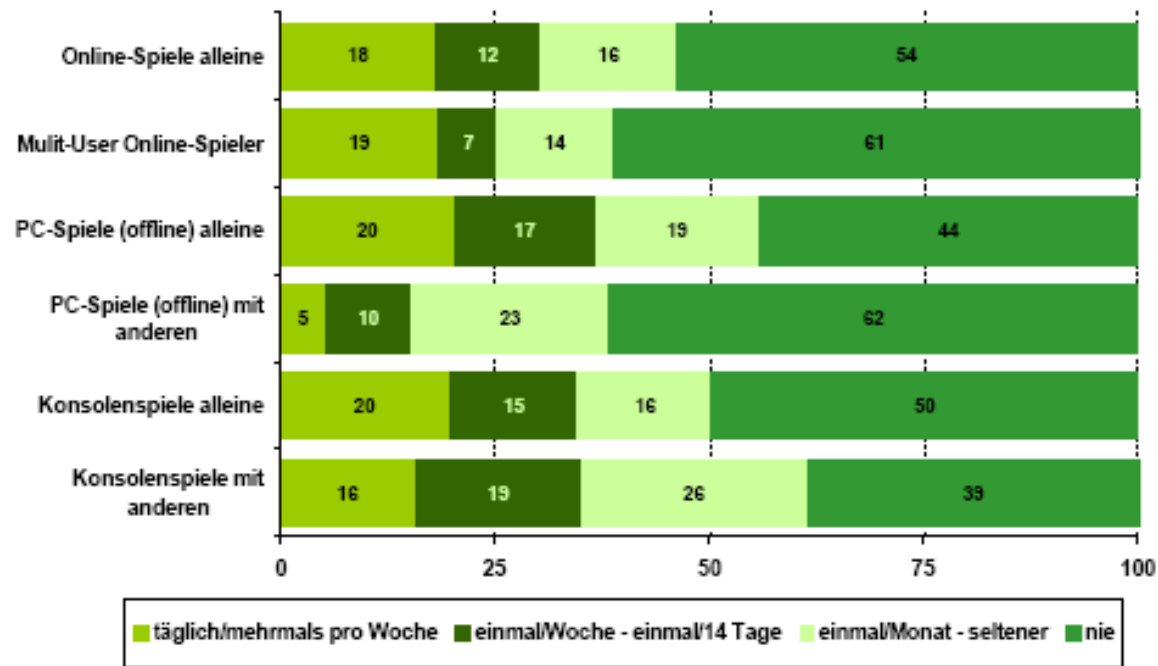
Unterscheidung Problem-user vs. Viel-user

- Unterscheidung durch Zeit am PC alleine nicht möglich
- Problem-User zeigen (häufiger)
 - Männliches Geschlecht
 - Mehr Überforderung / weniger Bewältigungsstrategien in Alltagssituationen
 - Geringere Selbstwirksamkeit im Allgemeinen
 - PC-Konsum zur Stimmungsregulierung (va ängstlich gebundene Kinder/Jugendliche)
 - Deutliche Präferenz für MMORPGs (va World of Warcraft)

Jäger & Moormann, 2008

Die PC-Vorlieben sind relativ gleichmäßig verteilt

Computer-, Konsolen-, Onlinespiele: Nutzungsfrequenz 2009



Quelle: JIM 2009, Angaben in Prozent

Basis: alle Befragten, n=1.200

Bild der in der virtuellen Welt verlorenen Generation
sicher medial überhitzt (gilt auch für „Komasaufen“)

Häufige Symptombelastungen

(in Abhängigkeit von der täglichen Konsumdauer)

- Schlafstörungen
 - Depressive Störungen
 - Suizidale Ideationen
 - Ängste
 - Zwangssymptome
 - Alkohol- und Drogenkonsum
-
- Zusammenhang gilt für Jugendliche und Erwachsene

Wenzel et al., Psychol Rep, 2009

Depressivität

- Jugendliche/Erwachsene mit abhängigem Internetkonsum zeigen moderate bis schwere depressive Symptome i. Vgl. zur Kontrollgruppe ($p < 0,001$)
- Jüngere zeigen ausgeprägtere Zeichen einer Abhängigkeit als ältere Erwachsene
- Jugendliche / Erwachsene mit abhängigem Konsum tendieren zu ausgeprägtem Konsum von Chat- und onlinegaming-Seiten

*Untersuchung an 1319 Jugendlichen und Erwachsenen,
Morrison et al., Psychopathology, 2010*

Soziale Phobie

- Untersuchung an 188 online- und 27 offline-Probanden (Campbell et al., Cyberpsychol Behav, 2006):
 - Konsumdauer alleine hat keine Aussagekraft über Ausmaß sozialer Ängste
 - „Chat“-Konsum wird als hilfreich erlebt (weniger „gefährlichere“ soziales Übungsfeld)
 - Gleichzeitig wird das Internet als vereinsamend und verbunden mit der Gefahr einer Abhängigkeit eingeordnet
- Konzept des Eskapismus alleine (Katz&Foulkes, 1962) greift zu kurz, therapeutische Aspekte des Mediums Internet sind noch zu wenig verstanden (Wilkinson, 2008)

Schizoide Persönlichkeit / Asperger-Störung

- Datenlage nahezu nicht vorhanden
- Persönliche klinische Erfahrungen:
 - Immersion teils extrem hoch
 - Große therapeutische Probleme bei geringem / fehlendem Ansprechen auf soziale Verstärker
 - Auch hier:
Training bevorzugter sozialer Interaktionen findet statt, PC teils starker Enhancer für Interesse an sozialem Austausch

Diagnostische Empfehlungen

- Fremd- und Selbstanamnese
- Tagesablauf dokumentieren: Zeiten für
 - Schule, Lesen
 - PC-Spiele
 - Sport
 - Zeit mit realen Freunden ohne PC, Familie (ohne TV)
- Spieleliste erstellen
- Liste an sonstigen Hobbies erstellen

= 1. Intervention!

Diagnostische Empfehlungen 2

- Schulleistungsentwicklung
- Familienkultur
 - Gemeinsame Mahlzeiten?
 - Gemeinsame Interessen?
 - PC-Gebrauch der Eltern? Kommunikation über die Spiele?
- Schlafgewohnheiten
- PC im eigenen Zimmer?
- Körperliche Untersuchung / Fitness

= 2. Intervention

Diagnostische Empfehlungen 3

- Lieblingsspiele und Identifizierungen?
- Subjektive Motivation zum Spielen
 - Gegen Ärger, Langeweile
 - Für Freundschaften
 - Wegen des subjektiven Gewinns
- Erst dann: Suchtkriterien wie oben
- Erst dann: Diagnostik von ggfs. zugrundeliegenden Problemen (Teilleistungsstörung? Soziale Phobie? Depression? Angst? Zwang? Asperger-Autismus? ADHS?)
siehe auch DÄB, 2010