

Hornung, Antje; Lukesch, Helmut

## **Die unheimlichen Miterzieher – Internet und Computerspiele und ihre Wirkungen auf Kinder und Jugendliche**

*Hardt, Jürgen [Hrsg.]; Cramer-Düncher, Uta [Hrsg.]; Ochs, Matthias [Hrsg.]: Verloren in virtuellen Welten. Computerspielsucht im Spannungsfeld von Psychotherapie und Pädagogik. Göttingen : Vandenhoeck & Ruprecht 2009, S. 87-113*



### **Quellenangabe/ Reference:**

Hornung, Antje; Lukesch, Helmut: Die unheimlichen Miterzieher – Internet und Computerspiele und ihre Wirkungen auf Kinder und Jugendliche - In: Hardt, Jürgen [Hrsg.]; Cramer-Düncher, Uta [Hrsg.]; Ochs, Matthias [Hrsg.]: Verloren in virtuellen Welten. Computerspielsucht im Spannungsfeld von Psychotherapie und Pädagogik. Göttingen : Vandenhoeck & Ruprecht 2009, S. 87-113 - URN: urn:nbn:de:0111-pedocs-111025 - DOI: 10.25656/01:11102

<https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0111-pedocs-111025>

<https://doi.org/10.25656/01:11102>

in Kooperation mit / in cooperation with:

**Vandenhoeck & Ruprecht** **v&r**

<http://www.v-r.de>

### **Nutzungsbedingungen**

Gewährt wird ein nicht exklusives, nicht übertragbares, persönliches und beschränktes Recht auf Nutzung dieses Dokuments. Dieses Dokument ist ausschließlich für den persönlichen, nicht-kommerziellen Gebrauch bestimmt. Die Nutzung stellt keine Übertragung des Eigentumsrechts an diesem Dokument dar und gilt vorbehaltlich der folgenden Einschränkungen: Auf sämtlichen Kopien dieses Dokuments müssen alle Urheberrechtshinweise und sonstigen Hinweise auf gesetzlichen Schutz beibehalten werden. Sie dürfen dieses Dokument nicht in irgendeiner Weise abändern, noch dürfen Sie dieses Dokument für öffentliche oder kommerzielle Zwecke vervielfältigen, öffentlich ausstellen, aufführen, vertreiben oder anderweitig nutzen.  
Mit der Verwendung dieses Dokuments erkennen Sie die Nutzungsbedingungen an.

### **Terms of use**

We grant a non-exclusive, non-transferable, individual and limited right to using this document.  
This document is solely intended for your personal, non-commercial use. Use of this document does not include any transfer of property rights and it is conditional to the following limitations: All of the copies of this documents must retain all copyright information and other information regarding legal protection. You are not allowed to alter this document in any way, to copy it for public or commercial purposes, to exhibit the document in public, to perform, distribute or otherwise use the document in public.

By using this particular document, you accept the above-stated conditions of use.

### **Kontakt / Contact:**

**peDOCS**  
DIPF | Leibniz-Institut für Bildungsforschung und Bildungsinformation  
Informationszentrum (IZ) Bildung  
E-Mail: [pedocs@dipf.de](mailto:pedocs@dipf.de)  
Internet: [www.pedocs.de](http://www.pedocs.de)

Mitglied der

  
Leibniz-Gemeinschaft

Antje Hornung und Helmut Lukesch

## **Die unheimlichen Miterzieher – Internet und Computerspiele und ihre Wirkungen auf Kinder und Jugendliche**

### **Zusammenfassung**

Es existieren überzeugende empirische Befunde, nach denen mit Art und Ausmaß der Medienbetätigung eine Reihe gesellschaftlich unerwünschter Effekte verbunden sind, die aus der Nutzerperspektive aus verschiedenen Gründen (z. B. »Third-Person«-Effekt) nicht unbedingt erkannt werden. Diese »dunklen Seiten der Spielenutzung« können mit folgenden Schlagworten charakterisiert werden: 1. Gewaltwirkungen, 2. Lernbeeinträchtigungen, 3. körperliche Effekte (Zunahme von Übergewicht und mangelnder körperlicher Fitness) und 4. Suchtwirkungen. Zu den ersten drei Aspekten wird unter Verweis auf aktuelle Forschungsbefunde ein kurzer Überblick gegeben. Hingegen wird die Thematik der Computer- und Internetsucht ausführlich dargestellt. Nach einer begrifflichen Erläuterung werden Kriterien für suchtartiges Verhalten und mögliche Einordnungen in die klinischen Klassifikationssysteme (ICD-10, DSM-IV) vorgenommen. Ausführlich werden die bislang entwickelten Verfahren zur Diagnose von Computer- und Internetsucht dargestellt. Auf deren Basis können auch Angaben zur Epidemiologie und zum Verlauf von Computer- und Internetsucht gemacht werden, wobei die konkreten Zahlen je nach einbezogener Stichprobe und Diagnoseverfahren sehr stark schwanken. Abschließend werden weitere Korrelate der Computer- und Internetsucht angesprochen und im Sinne von ätiologischen Modellvorstellungen interpretiert.

### **Die »dunklen Seiten« der Mediennutzung**

Die rasante technische Entwicklung von Computer und Internet hat bei deutschen Kindern und Jugendlichen zu einer hohen Bindung an diese Medien geführt. Ein Blick in die KIM- und

JIM-Studien (Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest, 2007, 2006) macht deutlich, dass sich in den letzten acht Jahren die zumindest wöchentliche Nutzung des Computers bei Kindern von 34 auf 84 % gesteigert hat (Anstieg der Internetnutzung von 31 auf 57 %); bei Jugendlichen ist die tägliche bzw. mehrmalige Nutzung pro Woche von 48 auf ebenfalls 84 % angestiegen (Anstieg der Internetnutzung von 18 auf 77 %). Bei Kindern steht die On- oder Offline-Nutzung des Computers für Spiele an der ersten Stelle, bei Jugendlichen liegt die Benutzung dieser Medien für Spiele immerhin an der zweiten Stelle der Verwendungen. Nicht übersehen sollte man, dass bei Jugendlichen (Frage: »Am wenigsten verzichten kann ich auf ...«) bereits jetzt die Bindung an Computer und Internet (25 %) höher ist als an das Fernsehen (15 %) (JIM-Studie, 2007).

Es ist trivial festzustellen, dass die Computerspiele aufgrund ihrer formalen Gestaltung und ihrer inhaltlichen Ausgestaltung den Nutzern Spaß bereiten und zur Entstehung einer sozial vernetzten Gamer-Szene geführt haben; tägliche Computernutzungszeiten von fünf Stunden und mehr bei 11 % der Mädchen und Jungen (Jugendliche aus der JIM-Studie 2007) sprechen hier eine deutliche Sprache. Diese subjektiven Einschätzungen sagen allerdings nichts über die mit der Spielenutzung tatsächlich verbundenen psychischen und sozialen Wirkungen aus. Gerade Jubelmeldungen spielefreundlicher Presseorgane zeigen aber<sup>1</sup>, dass

---

1 Beispielhaft ist eine Meldung von »rp-online« vom 13.05.2008: Computerspiel ist Verkaufsschlager: »Das Videospiel ›Grand Theft Auto IV‹ (GTA) entwickelt sich schon in der ersten Woche zu einem echten Verkaufsschlager. Seit dem Verkaufsstart am 29. April gingen schon mehr als sechs Millionen Spiele über die Ladentheke, teilte der Hersteller Take-Two Interactive Software mit. Der Umsatz beläuft sich auf weltweit mehr als 500 Millionen Dollar.« Oder die »Süddeutsche Zeitung« titelt am 26.04.2008: »Die Freiheit, durch fremde Welten zu surfen. Das Videospiel ›Grand Theft Auto IV‹ gilt als Sensation, weil es die Grenzen seines Genres überwindet.« Dass mit dem Spiel gegen zentrale grundgesetzliche Wertvorstellungen – wie die Würde des Menschen [GG, Art. 1] oder die Garantie auf Leben und körperliche Unversehrtheit [GG, Art. 2 (2)] – verstoßen wird, scheint nicht weiter aufzufallen.

vor allem die problematischen Effekte des Computerspiels nicht gesehen, heruntergespielt oder ohne Sachkompetenz auch schlicht und einfach geleugnet werden.

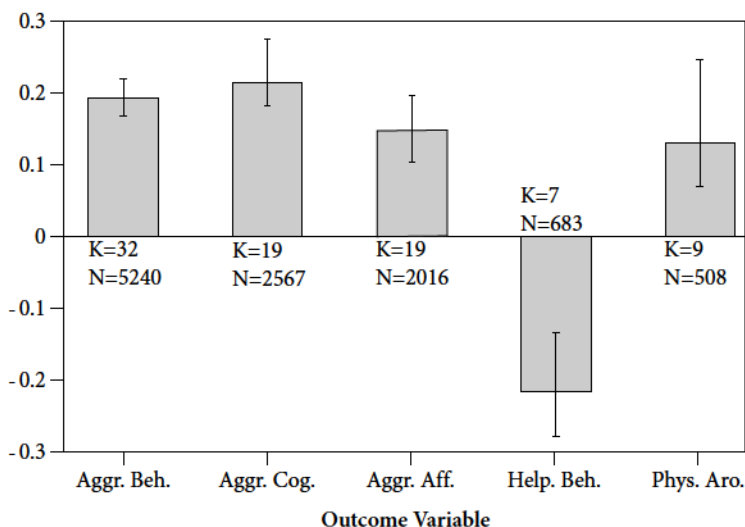
Verlässt man hingegen die Froschperspektive der Gamer-Szene und der Spieleentwickler, dann zeigt eine Einschätzung dieser Freizeittätigkeit auf empirisch-wissenschaftlicher Basis, dass damit gesellschaftlich negative Konsequenzen verbunden sind. Diese »dunklen Seiten der Spielenutzung« können mit folgenden Schlagworten charakterisiert werden:

1. Gewaltwirkungen,
2. Lernbeeinträchtigungen,
3. körperliche Effekte (Zunahme von Übergewicht und mangelnder körperlicher Fitness) und
4. Suchtwirkungen.

In Bezug auf *Gewaltwirkungen* haben experimentelle Studien, längsschnittlich angelegte Untersuchungen (Gentile et al., 2004; Hopf, Huber u. Weiß, 2008; Krahé, Möller u. Berger, 2006) und zusammenfassende Darstellungen bzw. auch Metaanalysen (Lukesch, 2005; Anderson, 2004) klare aggressionsstimulierende und zugleich empathiereduzierende Effekte der Gewaltspiele deutlich gemacht.

In der aktuellsten Arbeit zu diesem Thema (Anderson, 2004) sind die Ergebnisse von 44 experimentellen oder korrelativen Studien mit ca. 6000 Probanden eingegangen. Die Wirkeffekte liegen für alle untersuchten Bereiche (AVs) deutlich über der Zufallserwartung (vgl. Abbildung 1).

Aggressives Verhalten, aggressive Kognitionen und aggressive Affekte steigen deutlich mit dem Konsum gewalthaltiger Spiele an, Prosozialität bzw. das Hilfeverhalten nimmt deutlich ab. Zudem kommt es durch die Spiele zu einer Zunahme an physiologischer Erregung (was wiederum Voraussetzung für entsprechend ungehemmtes Verhalten ist). Gerade die Effekte in Richtung einer reduzierten Empathiefähigkeit sind bedenklich, da es sich hier um langfristige Folgen handelt (Funk et al., 2003). Damit nimmt die Einfühlung in die Opfer von Gewalthandlungen im Spiel ab und es werden reale Gewalthandlungen leichter möglich (Klimmt u. Trepte, 2003).



**Abbildung 1:** Effekte gewalthaltiger Computerspiele auf aggressives Verhalten, aggressive Kognitionen, aggressive Affekte, Hilfeverhalten und physiologische Erregung (Anderson, 2004, S. 119; K = Anzahl der analysierten Studien, N = Anzahl der einbezogenen Probanden)

Auch wenn in manchen Studien der Einfluss vorheriger Gewaltbereitschaft auf die Spielenutzung herausgearbeitet wurde (vgl. hierzu die so genannte Medienselektionsthese: Kirsten, 2005; Oppl, 2005), so ist dies kein Gegenargument, da bidirektionale Effekte die eindeutigen Belege für die gewaltstimulierenden Effekte des Spielens einschlägiger Computerspiele keinesfalls widerlegen.<sup>2</sup> Diese bidirektionalen Beziehungen können letztendlich mit einem »Downward spiral model« (also als ein quasi abwärtsgerichteter Teufelskreis) treffend beschrieben werden (Slater et al., 2003).

Belege für *lernbeeinträchtigende Wirkungen des Computerspiels* lassen sich sowohl aufgrund der zeitlichen Verdrän-

<sup>2</sup> In der Studie von Gentile et al. (2004) wurde etwa überprüft, ob die bereits hoch aggressiven Kinder mehr durch gewalthaltige Medien beeinflusst werden als die weniger aggressiven; statt eines Interaktionseffektes ließ sich aber nur das additive Zusammenwirken beider Bedingungen (Persönlichkeit und Medienkonsum) bestätigen.

gungseffekte (bei hoher Verfügbarkeit von Geräten und zeitlich ausgedehnter Nutzung bleibt weniger Zeit für die intensive Beschäftigung mit schulischen Lernanforderungen; Pfeiffer et al., 2007), der einseitigen Interessensverlagerung auf den Spielbereich sowie wegen der negativen Gedächtniseffekte aufgrund der Erregungswirkungen von Computerspielen finden. Diese Effekte deuten sich auch bei Kindern an, die aus Familien mit gutem Bildungshintergrund stammen, die eine gute Beziehung zu ihren Eltern und die keine Gewalterfahrungen in der Familie gemacht haben (Mößle et al., 2006). Schulnoten sind demnach bedeutend schlechter,

- wenn Kinder einen eigenen Fernseher in ihrem Zimmer haben,
- wenn sie lange fernsehen,
- wenn sie Vielspieler von Computerspielen sind oder
- wenn sie Spiele spielen, die erst ab 16 oder 18 freigegeben sind (Mößle et al., 2006, S. 12 f.).

All dies lässt sich auch in einem pfadanalytischen Modell abbilden, das heißt unter Berücksichtigung konkurrierender Bedingungsvariablen (Baier, Pfeiffer u. Windzio, 2006).

Eine weitere Frage ist, ob auch eine *Zunahme von Übergewicht und mangelnder körperlicher Fitness* etwas mit dem Medienkonsum und speziell der Computerspielhäufigkeit zu tun hat. Eine der großen gesundheitspolitischen Herausforderungen in den Industrieländern stellen die Ausbreitung von Übergewicht und Adipositas sowie der Rückgang an körperlicher Fitness dar. Beides hat mit geänderten Ernährungsgewohnheiten (Angebot an hochkalorischen Nahrungsmitteln, die zudem noch aggressiv beworben werden) und mit einer zunehmenden »sitzenden« Lebensweise zu tun. Die mit mangelnder körperlicher Fitness und mit Übergewicht einhergehenden körperlichen und psychischen Risiken sind bekannt (Samitz u. Baron, 2002; Pate et al., 1997) und bestehen in einer Zunahme von Koronarerkrankungen, einem steigenden Risiko für Herzinfarkt, Bluthochdruck, Typ-2-Diabetes, Fettleber, Osteoporose, Darmkrebs, orthopädische Probleme, Angststörungen und Depressionen. Ebenfalls weiß man über die Vorteile körperlicher Fitness sehr



gut Bescheid (Zunahme an Beweglichkeit, weniger Rückenschmerzen, seltenere Arbeitsunfähigkeit, psychische Ausgeglichenheit).

Hinsichtlich des Problems der Adipositas und des Übergewichts ergeben sich in Bezug auf Kinder und Jugendliche für Deutschland die gleichen Trends wie etwa in den USA: Nach dem Kindheits- und Jugendgesundheitsurvey (Lampert et al., 2007; KiGGS des Robert Koch-Instituts) hat sich der Anteil der Adipösen in einem Siebenjahreszeitraum sowohl bei den Mädchen wie auch den Jungen von 3 auf 6,4 % verdoppelt. Und hier stellt sich naheliegender Weise die Frage nach dem Stellenwert des Medienkonsums für diese Entwicklungen.

Bereits aus der Fernsehforschung ist bekannt, dass bei Vorschulkindern eine Erhöhung der Prävalenzrate für Übergewicht um 6 % pro Stunde Fernsehdauer eintritt (Dennison, Erb u. Jenkins, 2002). Wenn ein Kind noch dazu einen Fernseher im eigenen Zimmer stehen hat, erhöht sich die Übergewichtsrate um zusätzliche 31 % pro Stunde Fernsehdauer; zudem sehen Vorschulkindern mit einem eigenen Fernseher im Zimmer um 4,8 Stunden in der Woche mehr fern als Kinder ohne eigenes Fernsehgerät.

Anhand der im Rahmen des »Third National Health and Nutrition Examination Survey« (NHANES III) zwischen 1988–1994 erhobenen Daten analysierten Crespo, Smit, Troiano, Bartlett, Macera und Andersen (2001) den Zusammenhang zwischen der im Sitzen verbrachten Zeit, der Energieaufnahme, der sportlichen Aktivität und dem Adipositasstatus amerikanischer Kinder im Alter von 8 bis 16 Jahren und kamen dabei zu folgenden Ergebnissen:

- Die geringste Adipositasprävalenz zeigten Kinder, die eine Stunde pro Tag oder weniger fernsahen.
- Bei Kindern, die vier oder mehr Stunden pro Tag fernsahen, wurde die höchste Prävalenz festgestellt.
- Nach Abgleich mit der Zugehörigkeit zu unterschiedlichen ethnischen Gruppen, dem Alter, dem BMI, dem Familieneinkommen und der wöchentlichen sportlichen Aktivität korrelierte die Höhe des Fernsehkonsums bei Mädchen ( $r = 0,43$ ) stärker als bei Jungen ( $r = 0,26$ ) mit der Energiezufuhr.

Für Deutschland sind in dieser Hinsicht aussagekräftige Befunde in dem Kinder- und Jugendgesundheitsurvey (Lampert et al., 2007) enthalten. Danach erhöht sich die Wahrscheinlichkeit körperlich-sportlicher Inaktivität bei sechs- und mehrstündiger täglicher Mediennutzung bei Jungen um den Faktor 2,66 und bei Mädchen verdoppelt sich diese Wahrscheinlichkeit in dieser Mediennutzungsgruppe (vgl. Tabelle 1).

Tabelle 1: Zusammenhang zwischen Medienkonsum und körperlich-sportlicher Inaktivität (nach Lampert et al., 2007, S. 649)

Erhöhung körperlich-sportlicher Inaktivität durch	Jungen (ORs) <sup>1)</sup>	Mädchen (ORs)
dreistündigen Fernsehkonsum	1,73	1,54
drei- und mehrstündige tägliche Computer- und Internetnutzung	1,95	1,70
drei- und mehrstündige tägliche Spielkonsolennutzung	2,37	2,66
sechs- und mehrstündige tägliche Mediennutzung	2,66	2,07

Anmerkungen: <sup>1)</sup> ORs = Odd Ratios (geben die Wahrscheinlichkeit an, mit der ein Ereignis im Vergleich zu einer Grundwahrscheinlichkeit eintritt)

Ebenso lassen sich entsprechende Beziehungen zur Adipositasprävalenz finden (vgl. Tabelle 2). Die Folgen eines sechs- und mehrstündigen täglichen Medienkonsums sind besonders für die Mädchen gravierend: Bei diesen verdreifacht sich das Risiko einer Adipositas, bei den Jungen verdoppelt sich dieses Risiko.

Tabelle 2: Zusammenhang zwischen Medienkonsum und Adipositas (nach Lampert et al., 2007, S. 651)

Erhöhung von Adipositas durch	Jungen (ORs)	Mädchen (ORs)
dreistündigen Fernsehkonsum	2,10	1,47
drei- und mehrstündige tägliche Computer- und Internetnutzung	1,33	2,75



Erhöhung von Adipositas durch	Jungen (ORs)	Mädchen (ORs)
drei- und mehrstündige tägliche Spielkonsolennutzung	0,94	1,33
sechs- und mehrstündige tägliche Mediennutzung	2,09	3,49

Angesichts dieser klaren Belege ist es nicht zu leugnen, dass der Medienkonsum sowohl die körperliche Fitness beeinträchtigt wie auch Übergewicht fördert. Es ist daher dringend geboten, nach anregenden Alternativen gerade hinsichtlich des Medienkonsums Ausschau zu halten.

Eine weitere kritische Bewertung der Computerspiele ergibt sich aus den Befunden zum *Suchtpotential* dieser Spiele. Die Angaben zur Verbreitung der Computer- und anderen Varianten der Internetsucht variieren zwar von Studie zu Studie je nach einbezogener Stichprobe und den verwendeten Einschlusskriterien, sie zeigen aber, dass ein bedeutsamer Teil der Spieler davon betroffen sind: Nach Wölfling, Thalemann und Grüsser (2007) können immerhin 6,3 % der Schüler aus 8. Schulstufen als süchtig gelten, aufgrund einer Studie von Quant und Wimmer (2008) sind es 5 % der befragten 14- bis 64-jährigen Onlinespieler. Nach Hahn und Jerusalem (1999) können nach Daten aus einer sehr umfangreichen Studie 3 % der Befragten als internetsüchtig und weitere 7 % als suchtgefährdet angesehen werden. Dass die Spielzeiten dieser Gruppen 35 bzw. 29 Stunden wöchentlich betragen, ist nur ein Aspekt. Schlimmer sind die damit verbundenen suchtspezifischen Verhaltens- und Erlebnisweisen wie der Kontrollverlust, die auftretenden Entzugserscheinungen, die Toleranzentwicklung sowie die Inkaufnahme negativer Konsequenzen in Bezug auf soziale Beziehungen außerhalb der Spielergemeinschaft sowie in Bezug auf Arbeit und Leistung. Diese Spiele sind zudem Anlass zu gravierenden Auseinandersetzungen in den Familien, da Eltern, vor allem Mütter, es nicht einfach hinnehmen wollen, dass ihre Kinder den Anschluss an Schule und Beruf verlieren. Die gesellschaftlichen Kosten der Spielsucht zeigen sich am deutlichsten in dem Land, das als Paradies der Gamer-

Szene gepriesen wird, nämlich in Südkorea, wo es bereits 96 Kliniken zur Behandlung von Computerspielsucht gibt und wo die Kosten für Beratung und Therapie der Computerspielsucht höher sind als die Kosten für Alkohol- und Drogensucht (Pfeiffer, persönliche Mitteilung am 25.09.2008).

Da das Suchtpotential des Internets in der letzten Zeit vermehrt sowohl in der Politik, den Medien als auch in Wissenschaftskreisen Beachtung findet, werden in den folgenden Kapiteln einige ausgewählte Aspekte der aktuellen Diskussion zusammengefasst.

## Pathologische Internetnutzung

Die für die Definition vieler psychologischer Phänomene typische babylonische Sprachverwirrung beginnt bei dem Thema Internetsucht bereits bei der Begriffsfindung. Da ist im englischsprachigen Raum von (Inter-)Net Addiction, Online Addiction, Internet Addiction Disorder (IAD), Pathological Internet Use (PIU) oder Cyberdisorder die Rede. In deutschsprachigen Veröffentlichungen findet man Begriffe wie Internetsucht, Online-sucht, Internetabhängigkeitssyndrom (IAB), Pathologischer Internetgebrauch (PIG) oder Internetabhängigkeit. Als Kritik an vielen dieser Begriffe wird geäußert, dass diese »das Internet als Ursprung und Ursache der Verhaltensstörung festzumachen scheinen« (Seyer, 2004), während das Internet in Wirklichkeit nur der Austragungsort sei, an dem die Sucht ausgeübt wird.

Auch besteht keine Einigkeit darüber, ob es so etwas wie eine »allgemeine« Internetsucht gibt, oder ob in Abhängigkeit von den Inhalten verschiedene Typen unterschieden werden müssten. So sollten nach Meinung einiger Autoren (Schorr, 2008) in Weiterentwicklung der Subtypen von Young (1999) die folgenden Erscheinungsformen mit jeweils unterschiedlicher Ätiologie, Pathogenese und Therapiemöglichkeiten berücksichtigt werden:

- *Informationsüberbelastung* (»Information Overload«): Hierbei handelt es sich um ein zwanghaftes Surfen im Internet sowie exzessive Suchmaschinenbenutzung, um bestimmte Informationen abzurufen.

- *Onlinespielesucht* («Online Gaming Addiction»): Viele der in der letzten Zeit veröffentlichten Studien beschäftigen sich mit dem Thema Computerspielsucht und untersuchen hauptsächlich das Suchtpotenzial von Rollenspielen wie »World of Warcraft« oder der 3D-Simulation einer relativ lebensechten, interaktiven Gemeinschaft »Second Life«. Problematisch bei diesen neuen Onlinespielen ist zum einen der hohe »Gruppendruck« durch die Organisation der Spieler in so genannten Gilden und zum anderen der Umstand, dass sich die Charaktere und deren Umfeld rund um die Uhr weiterentwickeln und so immer wieder neue Herausforderungen an den Spieler stellen.
- *Zwanghafte Nutzung von Netzinhalten* («Net Compulsion»): Unter dieser Kategorie können all jene Nutzer subsumiert werden, die das Internet nutzen, um Störungen auszuleben, welche auch im nichtmedialen Umfeld vorkommen. Hierzu gehören zum Beispiel das Ausleben der Kaufsucht auf Internetauktionsbörsen oder über Onlineverkaufshäuser, der Besuch von pornographischen Seiten im Zusammenhang mit einer Sexsucht (Young formuliert dies als eigenen Subtyp der »Cyber-sexual Addiction«) oder die Teilnahme an virtuellen Pokerrunden im Rahmen einer pathologischen Glücksspielsucht. Da es in diesem Bereich bisher nur wenig Forschung gibt, ist unklar, welche Rolle das Internet bei der Pathogenese der verschiedenen Störungen spielt. Sicherlich müssen zukünftige Studien der Fragestellung nachgehen, ob hier eine bereits vorhandene Störung lediglich in einem neuen Umfeld ausgeübt wird oder ob es sich um ein eigenes Krankheitsbild handelt.
- *Virtuelle Beziehungssucht* («Cyber-relationship Addiction»): Diese Art der pathologischen Internetnutzung ist dadurch gekennzeichnet, dass Betroffene Zuneigung und Beziehungen mit Menschen im Internet suchen, die sie im realen Leben, zum Beispiel aufgrund von Schüchternheit, nicht finden. Sie verbringen die meiste Zeit in Chat-Räumen und/oder Communities (deutsch: Gemeinden) und sorgen sich dort um ihre Freunde. Die zwischenmenschlichen Beziehungen in Chatrooms sind in den letzten Jahren vermehrt zum wissenschaftlichen Untersuchungsgegenstand geworden.

Jerusalem und Hahn (2001a) definieren Internetsucht oder Internetabhängigkeit als eine stoffungebundene Abhängigkeit, die dann als vorhanden gilt, wenn die folgenden fünf Kriterien erfüllt sind:

- *Einengung des Verhaltensraums*: Über längere Zeitspannen wird der größte Teil des Tageszeitbudgets mit Internetnutzung verbracht (hierzu zählen auch verhaltensverwandte Aktivitäten wie beispielsweise Optimierungsarbeiten am Computer).
- *Kontrollverlust*: Die Person hat die Kontrolle über ihre Internetnutzung weitgehend verloren bzw. Versuche, das Nutzungsausmaß zu reduzieren oder die Nutzung zu unterbrechen, bleiben erfolglos oder werden erst gar nicht unternommen (obwohl das Bewusstsein für dadurch verursachte persönliche oder soziale Probleme vorhanden ist).
- *Toleranzentwicklung*: Die »Verhaltensdosis« zur Erreichung der angezielten positiven Stimmungslage musste im zeitlichen Verlauf gesteigert werden.
- *Entzugserscheinungen*: Als Folge zeitweiliger, längerer Unterbrechung treten Beeinträchtigungen der psychischen Befindlichkeit (Unruhe, Nervosität, Unzufriedenheit, Gereiztheit, Aggressivität) und das psychische Verlangen (»Craving«) nach weiterer Internetnutzung auf.
- *Negative soziale und personale Konsequenzen*: Wegen der Internetaktivitäten treten negative soziale Konsequenzen in den Bereichen Arbeit, Schule und Leistung sowie in sozialen Beziehungen (z. B. Ärger mit Freunden oder Arbeitgeber) ein.

Die vorgeschlagenen Kriterien sollen dabei als normativ-deskriptive Merkmale der Phänomenologie der Internetsucht verstanden werden und keine ätiologischen Merkmale thematisieren.

## Klassifikation

Derzeit finden sich keine Kriterien in den üblichen Diagnosemanualen (ICD-10 bzw. DSM-IV), die eine Einordnung der Symptome der exzessiven Internetnutzung unter einer der fir-

mierenden Begrifflichkeiten erlauben. Allerdings ist eine Klassifikation in beiden Manualen unter der Gruppe der »Störungen der Impulskontrolle« möglich.

Als Störungen der Impulskontrolle werden Verhaltensweisen bezeichnet, bei denen die Betroffenen nicht in der Lage sind, dem Impuls zu widerstehen, eine Handlung auszuführen, die für sie selbst oder andere schädlich ist. Das entscheidende diagnostische Kriterium liegt hierbei im subjektiv erlebten inneren Spannungszustand vor der Handlung und in der Entlastung nach der Handlung (Herpertz, 2001) – auch wenn nach der Handlung eventuell Reue, Selbstvorwürfe oder Schuldgefühle auftreten können. Schwerer mit dem Konstrukt der alleinigen Impulskontrollstörung zu vereinbaren ist jedoch die bei exzessiven Verhaltensweisen berichtete Toleranzentwicklung, die Zentrierung der Lebensinhalte um das Suchtmittel sowie die längere Vorbereitungszeit. Die Einordnung der pathologischen Internetnutzung unter die Störung der Impulskontrolle erweist sich demnach als unzureichend und kann verhindern, dass geeignete Behandlungsmaßnahmen aus dem Bereich suchtkranker Patienten angewendet werden (Grüsser et al., 2007).

Autoren, welche sich bei der Entwicklung von Erhebungsinstrumenten an der bisherigen therapeutischen Praxis, exzessive Internetnutzung als »Störung der Impulskontrolle« zu klassifizieren, orientieren, modifizieren häufig die in den Manualen aufgeführten diagnostischen Kriterien des pathologischen Spielens. So empfehlen zum Beispiel Zimmerl und Panosch (2006) aufgrund ihrer Online-Studie in einem deutschsprachigen Chat-system mit 473 Teilnehmern die folgenden diagnostischen Kriterien:

1. häufiger unwiderstehlicher Drang, sich ins Internet einzuloggen;
2. Kontrollverluste (= länger als intendiert online verweilend), einhergehend mit Schuldgefühlen;
3. negative soziale Auffälligkeit im engsten Umkreis;
4. nachlassende Arbeitsfähigkeit;
5. Verheimlichung des Ausmaßes der Online-Zeiten;
6. psychische Irritabilität bei Verhinderung, online zu sein;
7. mehrfache vergebliche Versuche der Einschränkung.



Hinzu kommen irreversible psychosoziale Folgeschädigungen (wie Jobverlust, Trennung von Partner/Familie, soziale Selbstisolierung, inadäquate Verschuldung durch exorbitante Telefonkosten) und allfällige somatische Schäden (Schädigung des Sehapparates, Schädigung der Wirbelsäule).

Anhand der Dauer und der Anzahl der vorliegenden Kriterien schlagen die Autoren folgende diagnostische Einteilung vor:

- Gefährdungsstadium (mindesten drei Kriterien über eine Dauer von bis zu sechs Monaten),
- kritisches Stadium (mindesten vier Kriterien über eine Dauer von bis zu sechs Monaten),
- chronisches Stadium (vier oder mehr Kriterien über eine Dauer von mehr als sechs Monaten).

Andere Autoren, wie zum Beispiel Jerusalem und Hahn (2001a), verzichten auf eine Einordnung in die bestehenden, ätiologiegebundenen Kategorien der Klassifikationssysteme als »Störung der Impulskontrolle«, Zwangsstörung oder psychosomatische Erkrankung. Stattdessen schlagen sie vor, Internetsucht als »eine moderne Verhaltensstörung und eskalierte Normalverhaltensweise im Sinne eines exzessiven und auf ein Medium ausgerichteten Extremverhaltens« (S. 165) zu verstehen. Eine Klassifikation wäre dann über den Umweg der technologischen Süchte als eine Unterkategorie verhaltensbezogener, stoffungebundener Abhängigkeiten möglich.

Einen Überblick über die aktuell diskutierten Klassifikationsmöglichkeiten gibt Abbildung 2.

Für die neuen Ausgaben beider Klassifikationssysteme gibt es bereits verschiedene Bestrebungen, die Internetabhängigkeit als eigenständiges Störungsbild aufzunehmen (Jerald, 2008). So gibt es zum Beispiel einen Vorschlag, eine eigene Kategorie »Obsessive-Compulsive Spectrum Disorders, OCSD« (Zwangsspektrumsstörungen) mit einer Untergruppe »Impulse Control Disorders« einzurichten, in welcher dann unter anderem auch die »Compulsive-Impulsive (C-I) Internet Usage Disorder« zu klassifizieren wäre. Ob diese Anregungen Erfolg haben, hängt nicht zuletzt auch von den Ergebnissen wissenschaftlicher Studien ab.





Abbildung 2: Überblick der aktuellen Klassifikationsversuche der exzessiven Internetnutzung

## Diagnostik und diagnostische Verfahren

Im alltagspsychologischen Verständnis von Sucht wird diese häufig über die Menge des konsumierten Stoffes – im Falle des Internets anhand der dafür aufgewendeten Zeit – definiert. Im Gegensatz zu besorgten Eltern und Lehrkräften weiß der wissenschaftlich orientierte Psychotherapeut jedoch, dass nicht jede Verhaltensweise, die über einen längeren Zeitraum hinweg exzessiv durchgeführt wird, immer gleich als pathologisches Verhalten einzustufen ist (Wölfling, 2008). So weist eine Verweildauer von 2,5 Stunden täglich bei einem 17-jährigen Jugendlichen, anders als von dem ihm nahestehenden Erwachsenen vielleicht angenommen, für sich allein noch nicht auf eine Internetsucht hin, sondern liegt innerhalb der durchschnittlichen täglichen Verweildauer von 159 Minuten der Altersgruppe der 14- bis 29-Jährigen im Jahre 2008 (ARD/ZDF Onlinestudie, 2008). Dass Eltern diese Zeit schon als alarmierend empfinden, kann zum Beispiel an einer Orientierung an deren eigenem Internetkonsum (die Altersgruppe der 30- bis 49-Jährigen verbrachte im Jahr 2008 im Durchschnitt 115 Minuten im Internet) oder an Auswirkungen auf das Familienklima liegen, ist zunächst jedoch nur aufgrund der Zeitangabe kein Indikator für

ein klinisch relevantes Verhalten. So kann exzessive Internetnutzung, so lange diese nicht mit subjektiven oder objektiven Einschränkungen verbunden ist, als normales Verhalten im Jugendalter (häufiges Aufsuchen von Diskotheken im Alter zwischen 16 und 25 Jahren zieht auch nicht die Diagnose einer »Diskosucht« nach sich), als Ausdruck individueller Persönlichkeitsmerkmale oder als funktionales Ausweich- oder Copingverhalten gesehen werden.

In der Fachliteratur wird somit auch nicht die aufgewendete Zeit als Indikator für eine Internetsucht verwendet, sondern zwischen *exzessiver* Mediennutzung (kein Kontrollverlust, kaum negative Folgen im Alltag), *exzessiv-dysfunktionaler* Mediennutzung (subjektiv erlebter Kontrollverlust, deutlich negative Folgen im Alltag in den Bereichen Leistung und soziale Beziehungen) und *süchtiger* Mediennutzung (Sucht nach DSM-IV bzw. ICD-10) unterschieden (Schorr, 2008).

Wie bei vielen anderen psychologischen Phänomenen auch gibt es im Internet mittlerweile einige online bearbeitbare Selbsttests, an deren Aussagekraft aufgrund nicht überprüfter diagnostischer Gütekriterien jedoch gezweifelt werden darf. Als Screening-Verfahren können jedoch die folgenden Online-Tests zum Einsatz kommen:

- <http://www.psychiater.org/open.php5?page=internet-sucht-test>
- <http://www.stangl-saller.at/ARBEITSBLAETTER/SUCHT/InternetsuchtTest.shtml>

Im Folgenden werden aus der Vielzahl diagnostischer Instrumente, welche bisher in den unterschiedlichsten Studien zum Einsatz kamen, drei Fragebögen vorgestellt, deren Einsatz in der therapeutischen Arbeit als sinnvoll erscheint. Methodisch am besten abgesichert ist die in Anlehnung an die Definition der substanzgebundenen Abhängigkeiten nach ICD-10 und DSM-IV von Hahn und Jerusalem (2001b) entwickelte Skala zur Erfassung der Internetsucht (vgl. Tabelle 3). Insgesamt umfasst die Internetsuchtskala 20 Items, wobei jeweils vier Items den fünf Subskalen a) Kontrollverlust, b) Entzugserscheinungen, c) Toleranzentwicklung, d) negative Konsequenzen im Bereich soziale Beziehungen und e) negative Konsequenzen im Be-

reich Arbeit und Leistung zugeordnet sind. Die Antwortskala wurde vierstufig konstruiert und unterscheidet zwischen den Antwortalternativen 1 = »trifft nicht zu«, 2 = »trifft kaum zu«, 3 = »trifft eher zu« und 4 = »trifft genau zu«. Zur Auswertung der Daten werden Mittelwerte für jede Subskala und die Gesamtskala berechnet. Die internen Konsistenzen sind zufriedenstellend. Cronbachs Alpha lag in der ersten Studie für die Gesamtskala bei .93 und für die fünf Subskalen bei über .81. Die theoretische Struktur des Instruments wurde in konfirmatorischen hierarchischen Faktorenanalysen kreuzvalidiert. Zur internen Validierung haben Niesing (2000) und Hecht (2001) in zwei weiteren Teilprojekten die Reliabilität und die faktorielle Struktur der Skala repliziert. Um die drei theoretisch angenommenen Suchtgruppen zu identifizieren, wurden Cut-off-Points für normales, gefährdetes und süchtiges Internetverhalten ermittelt. Zur Festsetzung des Cut-off-Points wurde das folgende Verfahren eingesetzt: Die Teilnehmer, die auf der vierstufigen Antwortskala im Mittel einen Gesamtsuchtscore größer 3.0 erreichten, wurden als »internetsüchtig« diagnostiziert. Lagen die Antworten der Netznutzer zwischen 2.5 und 3.0, gehörten sie zur Gruppe der »gefährdeten« Netznutzer. Wurde die Antwortskala mit einem durchschnittlichen Gesamtscore kleiner 2.5 beantwortet, gehörten die Untersuchungsteilnehmer zur Gruppe der »unauffälligen« Netznutzer (Hahn u. Jerusalem, 2001a).

Tabelle 3: Items der Subskalen der Skala zur Erfassung der Internetsucht von Hahn und Jerusalem (2001a) (M, SD und Cronbachs Alpha)

*Soziale Beziehungen* (M = 5,60, SD = 2,28, Cronbachs Alpha = 0,82)

- Mir wichtige Menschen sagen, dass ich mich zu meinen Ungunsten verändert habe, seitdem ich das Netz nutze.
- Seitdem ich das Internet nutze, haben sich einige Freunde von mir zurückgezogen.
- Mir wichtige Menschen beschwerten sich, dass ich zu viel Zeit im Netz verbringe.
- Seitdem ich die Online-Welt entdeckt habe, unternehme ich weniger mit anderen.

*Kontrollverlust* ( $M = 8,03$ ,  $SD = 3,08$ , Cronbachs Alpha = 0,82)

- Beim Internet-Surfen ertappe ich mich häufig dabei, dass ich sage: Nur noch ein paar Minuten, und dann kann ich doch nicht aufhören.
- Ich verbringe oft mehr Zeit im Internet, als ich mir vorgenommen habe.
- Ich habe schon häufiger vergeblich versucht, meine Zeit im Internet zu reduzieren.
- Ich gebe mehr Geld für das Internet aus, als ich mir eigentlich leisten kann.

*Entzugerscheinungen* ( $M = 6,04$ ,  $SD = 2,40$ , Cronbachs Alpha = 0,83)

- Ich beschäftige mich auch während der Zeit, in der ich nicht das Internet nutze, gedanklich sehr viel mit dem Internet.
- Meine Gedanken kreisen ständig um das Internet, auch wenn ich gar nicht im Netz bin.
- Wenn ich längere Zeit nicht im Internet bin, werde ich unruhig und nervös.
- Wenn ich nicht im Internet sein kann, bin ich gereizt und unzufrieden.

*Arbeit/Leistung* ( $M = 5,72$ ,  $SD = 2,40$ , Cronbachs Alpha = 0,83)

- Ich bin so häufig und intensiv mit dem Internet beschäftigt, dass ich manchmal Probleme mit meinem Arbeitgeber oder in der Schule bekomme.
- Meine Leistungen in der Schule/im Beruf leiden unter meiner Internet-Nutzung.
- Ich vernachlässige oft meine Pflichten, um mehr Zeit im Internet verbringen zu können.
- Wegen des Internets verpasse ich manchmal wichtige Termine/Verabredungen.

*Toleranzentwicklung* ( $M = 8,88$ ,  $SD = 3,30$ , Cronbachs Alpha = 0,81)

- Mittlerweile verbringe ich mehr Zeit im Internet als zu Beginn meiner Online-Aktivitäten.
- Die Zeit, die ich im Internet verbringe, hat sich im Vergleich zur Anfangszeit ständig erhöht.
- Mein Verlangen danach, mehr Zeit im Internet zu verbringen, hat sich im Vergleich zu früher ständig erhöht.
- Mein Alltag wird zunehmend stärker durch Internet-Aktivitäten bestimmt.

Für Kinder scheint dieser Fragebogen jedoch aufgrund der verwendeten Formulierungen eher nicht geeignet. Hier sei auf den

Fragebogen zum Computerspielverhalten bei Kindern (CSVK) verwiesen (Grüsser, Thalemann, Albrecht u. Thalemann, 2005), welcher sich an den Kriterien für pathologisches Glücksspiel nach den internationalen Klassifikationssystemen DSM-IV und ICD-10 orientiert. Die Items umfassen zum Beispiel Dauer und Häufigkeit sowie Funktion des Computerspielens, die Vernachlässigung von Verpflichtungen sowie negative soziale Folgen aufgrund des Computerspielens und die gedankliche Beschäftigung mit dem Computerspielen. Um als »auffällig« charakterisiert zu werden, muss ein Kind alle sieben formulierten Kriterien erfüllen und jedes Item überdurchschnittlich im Sinne der Kriterien beantworten, das heißt in der Summe mindestens 19 Punkte erreichen. Dabei gilt: Je höher der Wert, umso größer die Gefährdung – die maximal erreichbare Punktzahl beträgt 28.

Wenn bei der Diagnostik nicht so viel Wert auf die Erfüllung der wissenschaftlichen Gütekriterien gelegt wird, sondern ein ressourcenorientiertes Arbeitsmittel für die Beratung von Eltern und Kindern im Vordergrund steht, sei abschließend noch auf die im Buch »Computerspielsüchtig? Rat und Hilfe« (Grüsser u. Thalemann, 2006) enthaltenen und online unter [www.verlagshanser.com/downloads/computerspielsucht](http://www.verlagshanser.com/downloads/computerspielsucht) als Kopiervorlage verfügbaren Checklisten zur Verhaltensbeobachtung für Eltern und Kinder verwiesen. Eine genaue Beschreibung zur Auswertung und Interpretation findet sich in dem Buch, welches auch als Literaturhinweis für betroffene Eltern empfehlenswert ist.

## Epidemiologie und Verlauf

»Kaum zu glauben, aber bereits die Frage nach der Häufigkeit des Merkmals Internetsucht in der Population der Internetnutzer kann die bisherige Forschung nicht zufriedenstellend beantworten« (Hahn u. Jerusalem, 2001a, S. 165). Leider muss diesem Zitat auch heute noch zugestimmt werden. Denn auch wenn die Anzahl der Studien zum Thema pathologische Internetnutzung in den letzten Jahren zugenommen hat, sind die



wissenschaftlichen Kenntnisse zu diesem Gebiet immer noch als eher gering zu betrachten. Die Ursachen hierfür liegen in verschiedenen Gründen. So ist der Schwerpunkt der Großteil der aktuellen Untersuchungen (vgl. Tabelle 4) nicht die »Internetsucht« sondern der Untertyp des Computerspielverhaltens. Befunde zur pathologischen Internetnutzung oder zu den anderen Untertypen wie zum Beispiel Onlinesex- oder Onlinekaufsucht sind bisher für den deutschsprachigen Raum nicht vorhanden. Weiterhin beruhen fast alle Studien auf Gelegenheitsstichproben, so dass eine Generalisierung der Befunde auf die Population der Internetnutzer nur sehr selten möglich ist. Zudem erschweren sowohl die Unterschiede zwischen den häufig selbstentwickelten Erhebungsinstrumenten und den verschiedenen, mehr oder weniger willkürlich festgelegten Cut-Off-Punkten die Aussagen zur Prävalenz erheblich. Und auch wenn die methodischen Schwächen geringer werden, so bleibt trotzdem anzumerken, dass der Hauptteil der Untersuchungen Mängel bei der psychometrischen Messung (keine Angaben zur Reliabilität, Validität oder Objektivität der Diagnostik) aufweist (Hahn u. Jerusalem, 2001a). Aus den genannten Gründen sind somit auch die Ergebnisse der in Tabelle 4 vorgestellten aktuellen nationalen Studien unter der kritischen Berücksichtigung von Stichprobe, Erhebungsinstrument und Teilnehmerakquise zu betrachten.

In fast allen der in Tabelle 4 vorgestellten Studien wurden Unterschiede der Prävalenz hinsichtlich Alter und Geschlecht gefunden mit einer Tendenz der höchsten Gefährdung für männliche Jugendliche. So belegte die Altersgruppe der unter 19-Jährigen mit 7,1 % Internetsüchtigen (männlich: 7,3 %, weiblich: 5,7 %) den ersten Platz in der Untersuchung von Jerusalem und Hahn (2001b), gefolgt von der Gruppe der 20- bis 29-Jährigen mit 2,3 % Süchtigen.

Lediglich Quandt und Wimmer (2008) fanden zumindest hinsichtlich der Nutzungszeit von Onlinespielen eher unerwartete Ergebnisse. So spielten die weiblichen Teilnehmer mehr als die männlichen und auch zwischen erwachsenen und jugendlichen Spielern gab es keine Unterschiede.



Tabelle 4: Überblick zu den Ergebnissen aktueller nationaler Studien zum Ausmaß der Medienabhängigkeit (Internet-/Online- und Computerspielsucht)

Autoren/Jahr	Methodik/Stichprobe	süchtiges Verhalten	Risiko-verhalten
Hahn u. Jerusalem, 2001b	standardisierte Onlinebefragung zur Internetsucht 7091 Internetnutzer bis 60 Jahre	3,2 % gewichtet: 2,7 %	6,6 % gewichtet: 5,9 %
Grüsser, Thalemann, Albrecht u. Thalemann, 2005	Fragebogenuntersuchung zum exzessiven Computerspielverhalten 321 Kinder, Alter: 11–14 Jahre	9,3 %	
Cypra, 2005	Online-Fragebogen zu Online-Rollenspielen 11445 Online-Spieler, Alter: M = 22,5 Jahre	5 %	21 %
Grüsser, Thalemann u. Griffiths, 2007	Onlinebefragung zur Computerspielsucht 7069 erwachsene registrierte Nutzer eines Online-Spielmagazin	11,9 %	
Wölfling, Thalemann u. Grüsser-Sinopoli, 2007	Fragebogenuntersuchung zum pathologischen Computerspielverhalten 221 Jugendliche, Alter: 13–16 Jahre	6,3 %	
Jäger u. Moormann, 2008	Onlinebefragung zum pathologischen Computerspielverhalten 688 Jugendliche, Alter: 9–20 Jahre	11,3 %	48 %
Quandt u. Wimmer, 2008	793 Onlinespieler 14–64 Jahre	5 %	

## Ursachen und Korrelate von Internetsucht

In Abhängigkeit davon, unter welchem Oberbegriff exzessive Internetnutzung von verschiedenen Forschungsgruppen subsumiert wird (vgl. Abbildung 2), ergeben sich unterschiedliche Forschungsfragen zu möglichen Korrelaten.

Bisher untersucht wurden:

- *Stressbewältigung*: Einige Studien weisen darauf hin, dass Internetsüchtige oder exzessiv Computerspielende vorwiegend vermeidende Stressverarbeitungsstrategien verwenden (Yee, 2006; Wan u. Chiou, 2006). Das Spiel oder Internetverhalten wird als Copingversuch eingesetzt, wobei die durch die Vermeidung empfundene Belohnung das Vermeidungsverhalten weiter verstärkt.
- *Sensation Seeking*: Für den Zusammenhang von exzessiver Computernutzung und einem hohen Bedürfnis nach Stimulation und Abwechslung mag es möglicherweise das Phänomen geben, dass es eine Gruppe von Computersüchtigen oder Internetsüchtigen gibt, die durch schnelle Bildinformationen bzw. durch Medieninhalte extremer Art (Pornographie, Gewaltdarstellungen) eine für sie optimale Stimulation suchen (Lin u. Tsai, 2002; Weisskirch u. Murphy, 2004).
- *Kontrollüberzeugungen*: Chak und Leung (2004) fanden bei Internetsüchtigen eine geringe Kontrollüberzeugung. Je stärker der Glaube an die überwältigende Macht der anderen war und umso mehr eine Person glaubte, der Zufall würde den eigenen Lebensweg bestimmen, umso wahrscheinlicher war eine Internetabhängigkeit. Zudem können die Spieler im Spiel Kontrolle ausleben. Die Erfahrung von Kontrolle wird häufig als Motiv von exzessiv online Spielenden genannt (Wan u. Chiou, 2006; Yee, 2006).
- *Soziale Kompetenz*: Im Zusammenhang mit mangelnden sozialen Kompetenzen stehen die Befunde zu Unsicherheit im Sozialkontakt/soziale Angst/Schüchternheit (Hahn u. Jerusalem, 2001b; Chak u. Leung, 2004; Caplan, 2007). Internetabhängige/computersüchtige Probanden mit geringen sozialen Kompetenzen erleben eher frustrierende soziale Kontakte

und entwickeln daher eher eine soziale Angst/Schüchternheit/Unsicherheit im Sozialkontakt.

- *Selbstwertschätzung*: In vielen Studien zu Computer- oder Internetsucht zeigen sich bei exzessiven Anwendern geringere Werte bezüglich ihrer Selbstwertschätzung (Ko et al., 2005; Hahn u. Jerusalem, 2001b).
- *Impulskontrolle*: In weiteren Studien zur Internetsucht findet sich bei exzessiven Nutzern eine verminderte Impulskontrolle (Hahn u. Jerusalem, 2001b).
- *Komorbidität*: Einige Autoren sind der Meinung, dass nicht das Internet per se süchtig mache, sondern der Anwender damit Depressionen, Angstzustände oder Dysphorie bekämpfe. Kratzer (2006) fand in ihrer Studie mit 61 Versuchspersonen, dass 90 % der pathologischen Internetnutzer mindestens fünf der sechs Kriterien für psychische Störungen erfüllten. Im Vergleich dazu lagen nur bei 23 % der nicht-pathologischen Nutzer höchstens zwei der sechs Kriterien vor. Eine weitere Studie zu diesem Thema findet sich in diesem Band (vgl. den Beitrag von Wölfig).

## Therapie

Zwar ist die Zahl der Kliniken, Therapeuten und Selbsthilfegruppen für die von Internetsucht Betroffenen in den letzten Jahren angestiegen, allerdings sind bisher nur wenige Veröffentlichungen zum Thema vorhanden (ein Beitrag findet sich in diesem Tagungsband). Da eine ausführliche Beschäftigung mit dem Thema den Rahmen des Beitrags sprengen würde, wird im Folgenden nur eine kleine Auswahl möglicher Anlaufstellen sowohl für Patienten als auch zum fachlichen Austausch vorgestellt:

- Kompetenzzentrum Verhaltenssucht am Klinikum der Johannes Gutenberg-Universität Mainz (<http://www.verhaltenssucht.de>),
- Charité Berlin (<http://www.isfb.org/Beratung.html>),
- Klinik Schweriner See (<http://www.ahg.de/Schwerin>),
- Bredstedt Fachkrankenhaus Nordfriesland gGmbH (<http://www.spielsucht-therapie.de>),

- Liste von Therapeuten und Kliniken (<http://www.webaholic.info/hilfe/behandlung/psychologen/>),
- Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e. V. (DHS) (<http://www.dhs.de>),
- Fachverband Sucht e. V. (<http://www.sucht.de/>),
- HSO e. V. – Hilfe zur Selbsthilfe für Onlinesüchtige (<http://www.onlinesucht.de>, <http://www.hso-gildenhaus.de>),
- Elterninitiative von und für Eltern von betroffenen Online-Rollenspielern (<http://www.rollenspielsucht.de>),
- Verein gegen Mediensucht e. V. (<http://www.aktiv-gegen-medien-sucht.de>),
- Weißes Kreuz e. V. (<http://www.internet-sexsucht.de>).

## Literatur

- Anderson, C. A. (2004). An update on the effects of playing violent video games. *Journal of Adolescence*, 27, 113–122.
- ARD/ZDF-Onlinestudie (2008). Durchschnittliche tägliche Verweildauer bei der Onlinenutzung 2002 bis 2008. Zugriff am 14.10.2008 unter <http://www.ard-zdf-onlinestudie.de/index.php?id=119>.
- Baier, D., Pfeiffer, C., Windzio, M. (2006). Ethnische Gruppen und Gewalt. Junge Migranten als Opfer und Täter. In W. Heitmeyer, M. Schrötte (Hrsg.), *Gewalt*. Bonn: Bundeszentrale für politische Bildung.
- Caplan, S. E. (2007). Relations among loneliness, social anxiety, and problematic Internet use. *CyberPsychology & Behavior*, 10, 234–242.
- Chak, K., Leung, L. (2004). Shyness and locus of control as predictors of Internet addiction and Internet use. *CyberPsychology & Behavior*, 7, 559–570.
- Crespo, C. J., Smit, E., Troiano, R. P., Bartlett, S. J., Macera, C. A., Andersen, R. E. (2001). Television watching, energy intake and obesity in US children: Results from the third national health and nutrition examination survey, 1988–1984. *Archives of Pediatric and Adolescent Medicine*, 155, 360–360.
- Cypra, O. (2005). Warum spielen Menschen in virtuellen Welten? Eine empirische Untersuchung zu Online-Rollenspielen und ihren Nutzern. Unveröffentlichte Diplomarbeit, Johannes Gutenberg Universität Mainz, Zugriff am 14.10.2008 unter <http://www.staff.uni-mainz.de/cyprao/diplom-arbeit.pdf>
- Dennison, B. A., Erb, T. A., Jenkins, P. L. (2002). Television viewing and television in bedroom associated with overweight risk among low-income preschool children. *Pediatrics*, 190, 1028–1035.

- Funk, J. B., Buchman, D. D., Jenks, J., Bechtoldt, H. (2003). Playing violent video games, desensitization, and the moral evaluation in children. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 24, 413–436.
- Gentile, D. A., Lynch, P. J., Linder, J. R., Walsh, D. A. (2004). The effect of violent video game habits on adolescent hostility, aggressive behaviors, and school performance. *Journal of Adolescence*, 27, 5–22.
- Grüsser, S. M., Thalemann, R., Albrecht, U., Thalemann, C. N. (2005). Exzessive Computernutzung im Kindesalter – Ergebnisse einer psychometrischen Erhebung. *Wiener Klinische Wochenschrift*, 117/5–6, 188–195.
- Grüsser, S. M., Thalemann, R. (2006) Computerspielsüchtig? Rat und Hilfe für Eltern. Bern: Hans Huber.
- Grüsser, S. M., Thalemann, R., Griffiths, M. D. (2007). Excessive computer game playing: Evidence for addiction and aggression? *CyberPsychology & Behaviour*, 10, 290–292.
- Grüsser, S. M., Poppelreuter, S., Heinz, A., Albrecht, U., Saß, H. (2007). Verhaltenssucht. Eine eigenständige diagnostische Einheit? *Der Nervenarzt*, 9, 997–1002.
- Hahn, A., Jerusalem, M. (2001a). Internetsucht – Reliabilität und Validität in der Online-Forschung. In A. Theobald, M. Dreyer, T. Starsetzki (Hrsg.), *Handbuch zur Online-Marktforschung. Beiträge aus Wissenschaft und Praxis* (S. 161–186). Wiesbaden: Gabler.
- Hahn, A., Jerusalem, M. (2001b). Internetsucht: Jugendliche gefangen im Netz. In J. Raithel, (Hrsg.). *Risikoverhaltensweisen Jugendlicher. Erklärungen, Formen und Prävention* (S. 279–284). Opladen: Leske + Budrich.
- Hecht, B. (2001). Geschlechtsspezifische Aspekte der Internetsucht. Unveröffentlichte Diplomarbeit. Freie Universität Berlin. Zugriff am 14.10.2008 unter [http://www.internetsucht.de/publikationen/Diplomarbeit\\_Hecht\\_Internetsucht\\_20011101.pdf](http://www.internetsucht.de/publikationen/Diplomarbeit_Hecht_Internetsucht_20011101.pdf)
- Herpertz, S. (2001). *Impulsivität und Persönlichkeit*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Hopf, W. H., Huber, G. L., Weiss, R. H. (2008). Media violence and youth violence. A 2-year longitudinal study. *Journal of Media Psychology*, 20 (3), 79–96.
- Jäger, R. S., Moormann, N. (2008). Merkmale pathologischer Computerspielnutzung im Kindes- und Jugendalter. Zugriff am 14.10.2008 unter [http://www.zepf.uni-landau.de/fileadmin/user\\_upload/Bericht\\_Computerspielnutzung.pdf](http://www.zepf.uni-landau.de/fileadmin/user_upload/Bericht_Computerspielnutzung.pdf)
- Jerald, J. B. (2008). Issues for DSM-V: Internet Addiction. *Psychiatry*, 165, 306–307.
- Klimmt, C., Trepte, S. (2003). Theoretisch-methodische Desiderata der medienpsychologischen Forschung über die aggressionsfördernden Wirkungen gewalthaltiger Computer- und Videospiele. *Zeitschrift für Medienpsychologie*, 15, 114–121.

- Ko, C., Yen, J., Chen, C., Chen, S., Yen, C. (2005). Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 193, 273–277.
- Krahè, B., Möller, I., Berger, A. (2006). Aktuelle Forschungsprojekte zum Thema »Mediengewalt«: Fragestellungen, Methode und Ergebnisse. Zugriff am 01.02.2007 unter <http://www.psych.uni-potsdam.de/social/projects/files/ForschungThema-Mediengewalt.pdf>
- Kratzer, S. (2006). Pathologische Internetnutzung. Eine Pilotstudie zum Störungsbild. Lengerich: Pabst-Publishers.
- Kristen, A. (2005). Aggressive Jungen und gewalthaltige Computerspiele: Eine Längsschnittstudie zu der Frage, wer wen beeinflusst. Berlin: Dissertation.
- Lampert, T., Sygusch, R., Schlack, R. (2007). Nutzung elektronischer Medien im Jugendalter. Ergebnisse des Kinder- und Jugendgesundheits-surveys (KiGGS). Zugriff am 26.09.2008 unter [http://www.kiggs.de/experten/erste\\_ergebnisse/Basispublikation/Gesundheitsverhalten/Entwicklung.html](http://www.kiggs.de/experten/erste_ergebnisse/Basispublikation/Gesundheitsverhalten/Entwicklung.html)
- Lin, S. S. J., Tsai, C. C. (2002). Sensation seeking and Internet dependence of Taiwanese high school adolescents. *Computers in Human Behavior*, 18, 411–426.
- Lukesch, H. (2005). Wirkungen gewalthaltiger Video- und Computerspiele. In R. Hänsel, R. Hänsel (Hrsg.), *Das Spiel ich nicht mit! Auswirkungen von »Unterhaltungsgewalt« in Fernsehen, Video- und Computerspielen – und was man dagegen tun kann. Eine Handreichung für Lehrer und Eltern* (S. 119–135). Donauwörth: Auer.
- Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (2007). JIM-Studie 2007. Jugend, Information, (Multi-)Media. Basisuntersuchung zum Medienumgang 12- bis 19-Jähriger. Zugriff am 08.02.2007 unter [http://www.mpfs.de/fileadmin/JIM-pdf06/JIM-Studie\\_2007.pdf](http://www.mpfs.de/fileadmin/JIM-pdf06/JIM-Studie_2007.pdf)
- Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (2006). KIM-Studie 2005. Kinder + Medien, Computer + Internet. Basisuntersuchung zum Medienumgang 6- bis 13. Jähriger. Zugriff am 08.02.2007 unter <http://www.mpfs.de/fileadmin/Studien/KIM05.pdf>
- Mößle, T., Kleimann, M., Rehbein, F., Pfeiffer, C. (2006) Mediennutzung, Schulerfolg, Jugendgewalt und die Krise der Jugend. Zugriff am 08.02.2007 unter <http://www.kfn.de/>
- Niesing, A. (2000). Zusammenhang des Persönlichkeitsmerkmals Impulsivität und Internetsucht. Unveröffentlichte Diplomarbeit. Technische Universität Berlin. Zugriff am 14.10.2008 unter [http://www.internetsucht.de/publikationen/Diplomarbeit\\_Niesing\\_Internetsucht\\_20001201.pdf](http://www.internetsucht.de/publikationen/Diplomarbeit_Niesing_Internetsucht_20001201.pdf)
- Oppl, C. (2005). Lara Crofts Töchter? Eine Längsschnittstudie zu Computerspielen und aggressivem Verhalten von Mädchen. Berlin: Dissertation.



- Pate, R. R., Pratt, M. P., Blair, S. N. et al. (1997). Physical activity and public health. A recommendation from the centers for disease control and prevention and the American College of Sports Medicine. *Journal of the American Medical Association*, 273 (5), 402–407.
- Pfeiffer, C., Mößle, T., Kleimann, M., Rehbein, F. (2007). Die PISA-Verlierer – Opfer ihres Medienkonsums. Eine Analyse auf der Basis verschiedener empirischer Untersuchungen. Zugriff am 26.09.2008 unter <http://www.kfn.de/Aktuelles/Neuveroeffentlichung.htm>
- Quandt, T., Wimmer, J. (2008). Online-Spieler in Deutschland 2007: Befunde einer repräsentativen Befragungsstudie. In T. Quandt, J. Wimmer, Jeffrey, J. Wolling (Hrsg.), *Die Computerspieler. Studien zur Nutzung von Computergames* (S. 169–192). Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften.
- Samitz, G., Baron, R. (2002). Epidemiologie der körperlichen Aktivität. Definitionen, Klassifikationen, Methoden und Konzepte. In G. Samitz, G. B. M. Mensink (Hrsg.), *Körperliche Aktivität in Prävention und Therapie. Evidenzbasierter Leitfaden für Klinik und Praxis* (S. 11–31). München: Hans Marseille Verlag.
- Schorr, A. (2008). Antworten zum Fragenkatalog des Ausschusses für Kultur und Medien des Deutschen Bundestages zum Thema »Onlinesucht« am 09.04.2008. Zugriff am 14.10.2008 unter <http://www.bundestag.de/ausschuesse/a22/anhoerungen/onlinesucht/Stellungnahmen/Schorr.pdf>
- Slater, M. D., Henry, K. H., Swaim, R. C., Anderson, L. L. (2003). Violent media content and aggressiveness in adolescents. A downward spiral model. *Communication Research*, 30, 713–736.
- Seyer, S. (2004). Das Internet – wieder eine neue Sucht? Kontraste. *Presse- und Informationsdienst für Sozialpolitik*, 5, 11–13.
- Wan, C. S., Chiou, W. B. (2006). Psychological motives and online games addiction: A test of flow theory and humanistic needs theory for Taiwanese adolescents. *CyberPsychology & Behavior*, 9 (3), 317–324.
- Weisskirch, R. S., Murphy, L. C. (2004). Friends, porn and punk: Sensation-seeking in personal relationships, internet activities and music preference among college students. *Adolescence*, 39 (154), 189–201.
- Witting, T., Esser, H. (2003). Nicht nur das Wirkende bestimmt die Wirkung. Über die Vielfalt und das Zustandekommen von Transferprozessen beim Bildschirmspiel. In J. Fritz, W. Fehr (Hrsg.), *Computerspiele. Virtuelle Spiel- und Lernwelten*. Bonn: Bundeszentrale für politische Bildung. Zugriff am 14.10.2008 unter <http://www.staff.uni-marburg.de/~feldbusc/page12/files/25WITTI.PDF>
- Wölfling, K. (2008). Stellungnahme zum Fragenkatalog in Vorbereitung der öffentlichen Anhörung zum Thema Onlinesucht. Zugriff am 14.10.2008 unter <http://www.bundestag.de/ausschuesse/a22/anhoerungen/onlinesucht/Stellungnahmen/Woelfling.pdf>

- Wölfling, K., Thalemann, R., Grüsser, S.M. (2007). Computerspielsucht: Ein psychopathologischer Symptomkomplex im Jugendalter. *Psychiatrische Praxis*, 35, 226–232.
- Yee, N. (2006). The demographics, motivations and derived experiences of users of massively-multiuser online graphical environments. *PRESENCE: Teleoperators and Virtual Environments*, 15, 309–329.
- Young, K.S. (1999). *Caught in the Net. Suchtgefahr Internet*. München: Kösel.
- Zimmerl, H.D., Panosch, B. (2006). Internetsucht. Zugriff am 14.10.2008 unter <http://gin.uibk.ac.at/thema/internetsucht/internetsucht-zus.html>