



# Exzessive Mediennutzung

## ERZIEHUNGSPROBLEM UND/ODER SUCHTGEFAHR?

von Rudolf Kammerl

### Einordnung der Phänomene

Pädagogische Fachkräfte sind immer wieder mit besorgten Eltern konfrontiert, die von Jugendlichen berichten, die so stark im Sog digitaler Welten stehen, dass alle anderen Lebensbereiche vernachlässigt werden. Schule, Familie, frühere Hobbies aber auch der Freundeskreis scheinen nur noch eine untergeordnete Rolle zu spielen. Seit regelmäßig in den Medien über Onlinesucht, Internetsucht und Computerspielesucht berichtet wird, wachsen Aufmerksamkeit und Sorge um die Heranwachsenden, wenn diese sich zeitintensiv mit Internetanwendungen beschäftigen.

Andererseits ist bekannt, dass seit Jahren ein Anstieg der durchschnittlichen Internetnutzungszeiten in der Gesamtbevölkerung festzustellen ist. Ebenso ist es keine Neuigkeit, dass die Beschäftigung mit digitalen Medien im Jugendalter einen besonderen Stellenwert hat.<sup>1</sup> Eine ausgeprägte Leidenschaft für Computerspiele findet organisiert in Gilden, Clans und Ligen des E-Sports einen kollektiven Resonanzboden. So wird Gaming einerseits als Bestandteil einer digitalen Kultur anerkannt und Internetnutzung als Bestandteil ge-

sellschaftlicher Partizipation aufgefasst, andererseits werden auch mögliche Gefahren von zeitlich ausufernden Onlinezeiten, wie z. B. die Suchtgefahr hervorgehoben (Drogenbeauftragte 2012, S. 51).

Für den Laien aber auch für die Fachkraft besteht die Schwierigkeit darin, zu unterscheiden, ob es sich in dem konkreten Fall primär um ein leidenschaftlich ausgelebtes Hobby, um Erziehungskonflikte in der Familie, um Entwicklungsstörungen oder um Abhängigkeitssymptome handelt. Je nach Einschätzung werden in erster Linie die Eltern, die ganze Familie oder die Jugendlichen adressiert und unterschiedlichen Einrichtungen zugeordnet. Inzwischen gibt es eine wachsende Anzahl spezialisierter Beratungs- und Behandlungsangebote (Petersen/Thomasius 2010a), ein Teil der als „süchtig“ eingestuft Jugendlichen landet letztlich aber auch in Maßnahmen, die sich an Drogenabhängige richten.

Eine besondere Schwierigkeit ergibt sich dadurch, dass suchtähnliches Mediennutzungsverhalten nicht

nur relativ neu ist, sondern dass es – trotz anders lautender Medienberichte – derzeit (Frühjahr 2012) international nicht als eigenständige Suchterkrankung anerkannt ist.

Im Alltagssprachlichen Gebrauch wird „Sucht“ in erster Linie mit stoffgebundenen Abhängigkeiten assoziiert. In der Suchtforschung werden vielfältigere Diagnosen für möglich gehalten. Einige Forscher sehen die pathologische Internet-/Computerspielnutzung als Entwicklungsstörung, andere als Impulskontroll-, Zwangs- oder Persönlichkeitsstörung oder als eine Verhaltenssucht. Offen ist weiterhin, ob es sich um ein eigenständiges Krankheitsbild handelt oder eher um eine Komorbidität zu einer anderen psychischen Erkrankung. Wenn mittlerweile 100 % aller Jugendlichen online sind, dann ist auch anzunehmen, dass diejenigen mit Persönlichkeits- oder Verhaltensstörungen auch online ein auffälliges Nutzungsverhalten aufweisen können. Dabei gelten insbesondere hohe Korrelationen mit Depressionen und ADHS als gut belegt. Inzwischen wird allerdings davon ausgegangen, dass das Phänomen Computer- und Internetabhängigkeit nicht generell aus dem Bestehen anderer psychiatrischer Störungen erklärt werden kann (Gentile et al. 2011). Unklar ist aber, ob gemeinsame Risikofaktoren als Auslöser für ein gestörtes Mediennutzungsverhalten und Persönlichkeitsstörungen existieren könnten. Unabhängig von der noch ungeklärten Frage nach dem eigenständigen Krankheitsbild ist einerseits davon auszugehen, dass es Heranwachsende mit intensivem und gestörtem Mediennutzungsverhalten gibt, für die eine klinisch-therapeutische Hilfe angebracht sein kann. Gleichzeitig ist davon auszugehen, dass sich in vielen Familien die zeitliche Regulierung der Mediennutzung von Kinder und Jugendlichen als Erziehungsproblem manifestiert – ohne dass eine Störung im pathologischen Sinne vorliegt. „Exzessive Mediennutzung“ kann dabei als Sammelbegriff angesehen werden, in dem all diese Phänomene subsumiert werden.

## Kriterien und Prävalenzen

### Kriterien

In den internationalen Klassifikationssystemen zu psychischen Störungen (ICD-10) und (DSM-IV-TR) finden sich keine Kriterien, mit denen Onlinesucht o. ä. eindeutig identifiziert werden kann. Es ist deshalb nicht verwunderlich, dass sich ein Großteil der Forschung zu gestörtem Medienverhalten an allgemeinen

Suchtkriterien orientiert. Klassische Kriterien stoffgebundener Abhängigkeit oder Kriterien zur Diagnose des pathologischen Glücksspiels werden zur Bewertung von Online-Beschäftigungen angepasst. In der Regel sind das die „Einengung des Verhaltensraums“, der „Kontrollverlust“, die „Toleranzentwicklung“, „Starkes Verlangen“, „Entzugserscheinungen“ sowie „schädlicher Gebrauch“ (anhaltender Gebrauch trotz negativer Folgen).

Darüber, ob und wie die klassischen Kriterien auf das Phänomen des suchtähnlichen Mediennutzungsverhaltens anzuwenden sind, besteht Uneinigkeit. Dies führt dazu, dass national wie international keine einheitlichen Kriterien in der Forschung verwendet werden. In Folge davon unterscheiden sich auch die Angaben über die Anzahl der Betroffenen stark.

### Prävalenzen

#### Perspektiven der Suchtforschung

In ihrem Überblick über den internationalen Forschungsstand berichten Petersen und Thomasius, dass die Prävalenzraten für Jugendliche, die ein suchartiges Verhalten bezüglich ihrer Mediennutzung (Computerspiele/Internet) zeigen, zwischen 1,7 % und 8,4 % liegen (vgl. Petersen/Thomasius 2010 a). In einer für Deutschland repräsentativen Erhebung wurden 16 % der männlichen Neuntklässler als exzessive Computerspieler identifiziert (vgl. Rehbein et al. 2009, S. 66). In der 2011 veröffentlichten PINTA-Studie wurden bei der Gruppe der 14–16-Jährigen 4,0 % als Internetabhängige (Mädchen 4,9 %, Jungen 3,1 %) klassifiziert (vgl. Rumpf u. a. 2011). Über die Dauer der Verhaltensstörung ist wenig bekannt. In einer Längsschnittstudie mit einer großen Schülerstichprobe im Alter von 13–16 Jahren, in der drei Prozent Online-Computerspieler als süchtig eingestuft werden, erfüllte die Hälfte der Beteiligten nach einem Jahr die verwendeten diagnostischen Kriterien nicht mehr – ohne dass hier professionelle Intervention stattfand (van Rooij et al. 2011).

#### Perspektiven von Eltern und Jugendlichen

Wie viele betroffene Familien gibt es? Konsequenterweise sollte auch gefragt werden, wie hoch der Anteil der Eltern ist, welche die Mediennutzung ihrer Heranwachsenden deshalb als übermäßig und problematisch einschätzen, weil bereits ihre Problemwahrnehmung Erziehungsprobleme und Beratungsbedarf auslösen kann. Die subjektiven, zum Teil generationspezifischen Sichtweisen zur Computer- und Internetnutzung und die (medienerzieherische) Interaktion

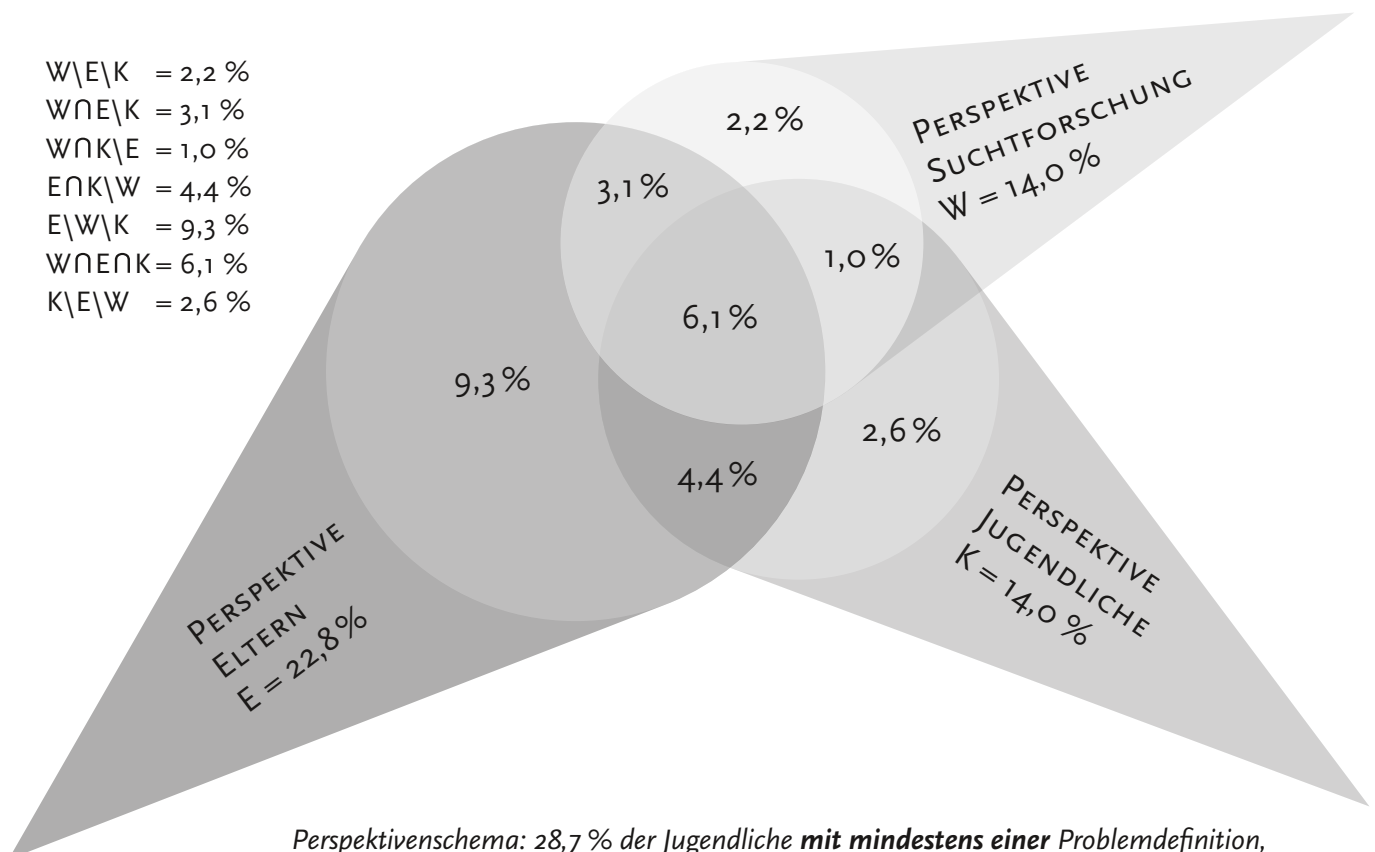


in den Familien waren zentraler Gegenstand des Forschungsprojekts „EXIF – Exzessive Internetnutzung in Familien“, das von 2010–2012 gefördert vom BMFSFJ an der Universität Hamburg durchgeführt wurde. Bundesweit wurden in 1744 Familien mit 14–17-jährigen Eltern und Jugendliche befragt. Dabei wurden u.a. die „Compulsive Internet Use Scale“ (CIUS) (Meerkerk et al. 2007) zur Messung des Personenanteils mit gestörtem Internetverhalten und Familienbögen zur Bestimmung der Beziehungsqualität in den Familien (Cierpka/Frevert 1994) eingesetzt.

Bei der Auswertung wurde zwischen einer wissenschaftlichen und einer subjektiven Perspektive auf die Probleme mit exzessiver Computer- und Internetnutzung unterschieden. Die wissenschaftliche Ebene beinhaltet Kriterien aus der Suchtforschung, für die die CIUS eingesetzt wurde. Die subjektive Ebene kennzeichnet die Perspektive der befragten Eltern einerseits und der Jugendlichen andererseits. Die zentralen Befunde zur quantitativen Verteilung sind in der Abbildung unten zusammengefasst.

Die Mengen der Jugendlichen, die nach der CIUS, nach der Einschätzung des Elternteils oder nach den Einschätzungen des Jugendlichen selbst als exzessiv eingestuft werden, sind in dem Schema in drei Kreisen dargestellt. Der linke untere Kreis (E) zeigt, dass

22,8 % der Eltern in ihrer subjektiven Einschätzung die Computer- und Internetnutzung ihres Sohnes / ihrer Tochter als „manchmal, häufig oder sehr häufig übermäßig“ sowie „leicht, mittel oder schwer problematisch“ einschätzen. Der untere rechte Kreis (K) entspricht dem Anteil von Jugendlichen, die ihre eigene Nutzung als „manchmal, häufig oder sehr häufig übermäßig“ sowie „leicht, mittel oder schwer problematisch“ bezeichnen (14,0 %). Wie aus den Schnittmengen hervorgeht, wird in 6,1 % der Familien aus allen drei Perspektiven eine Problematik wahrgenommen. Die Auswertung des CIUS ist in diesen Fällen positiv, der Jugendliche nimmt eine Problematik wahr, ebenso der befragte Elternteil (Gruppe  $W \cap E \cap K$ ). Hier kann von einem intersubjektiv feststellbaren Problem ausgegangen werden. Diese Familien finden sich in allen Gesellschaftsbereichen, wobei Familien aus schwächeren sozialen Schichten und Eltern-Familien in dieser Gruppe häufiger vertreten sind. In 9,3 % der Familien nehmen nur die Eltern eine zeitlich übermäßige Computer- und Internetnutzung wahr, die sie als problematisch bewerten. Weder anhand der Kriterien der Suchtforschung (CIUS) noch in der Wahrnehmung des dazugehörigen Jugendlichen ist die Computer- und Internetnutzung als problematisch einzustufen (Gruppe  $E \setminus W \setminus K$ ). Eine weitere Auswertung dieser Teilmengen weist auf



Perspektivenschema: 28,7 % der Jugendliche **mit mindestens einer** Problemdefinition, 71,3 % der Jugendlichen **ohne irgendeine** Problemdefinition



Besonderheiten in diesen Familien hin. In Familien, in denen ein Problem mit der Computer- oder Internetnutzung des Jugendlichen gesehen wird, besteht generell ein schlechteres Familienklima. Es wird in diesen Familien häufig gestritten – nicht nur, aber auch über die Mediennutzung (Kammerl et al 2012). Auch in ersten Längsschnittstudien zeigt sich, dass ein allgemein belastetes Familienklima und die Unfähigkeit der Familie, die Rolle des Heranwachsenden entwicklungsgemäß auszugestalten, offenbar dazu beitragen kann, dass die Jugendlichen eine suchtähnliche Internetnutzung entwickeln. Wenn sich die Jugendlichen in ihrem auf den Computer bezogenen Verhalten nicht verstanden, ernst genommen und respektiert fühlen, begünstigt dies eine exzessive Mediennutzung (van den Eijnden et al. 2010).

Es zeigt sich, dass geeignete medienerzieherische Maßnahmen der Eltern positive Einflüsse haben. Siomos et al. 2012 weisen dabei u.a. auch auf die Rolle der Zeitbeschränkungen durch Eltern hin und konnten einen Zusammenhang zwischen Internetabhängigkeit und dem Bindungsstil aufzeigen.

In der genannten EXIF-Studie schätzen in den belasteten Familien Eltern ihre eigene Medienkompetenz geringer ein als in anderen Familien, sie erwähnten häufiger Unsicherheiten in der Medienerziehung und berichten öfters von Erziehungspraktiken, die als ungünstig zu bewerten sind – so sprechen z. B. Eltern der Gruppe WΠΕΠΚ doppelt so häufig (63,3 %) spontane Nutzungsverbote aus als Eltern von Jugendlichen mit unproblematischer Internetnutzung.

## Weitere Risikofaktoren

Neben Persönlichkeitsmerkmalen und Merkmalen des sozialen Umfelds stehen naturgemäß Merkmale

der Medien im Fokus. Wurden in frühen Veröffentlichungen auch umfangreiches Bücherlesen oder lange Fernsehzeiten problematisiert, stehen heute Online-Spiele und Social Communities im Fokus. Dabei werden bestimmte Merkmale in der Forschung als mitverantwortlich für das Entstehen des suchtähnlichen Verhaltens eingeschätzt. Besondere Aufmerksamkeit erhielten in der Vergangenheit MMORPGs (Massively Multiplayer Online Role-Playing Games), insbesondere das kommerziell sehr erfolgreiche World of Warcraft. Der Möglichkeit, im Rollenspiel einen Spielcharakter nach den Wünschen des Spielers aufzubauen, wird Erklärungskraft für die Entwicklung der hohen Immersion zugesprochen (Rehbein et al. 2009). In Massively Multiplayer Online Games (MMOG) können bis zu mehrere tausend Spieler in einer persistenten<sup>2</sup> Spielwelt gleichzeitig spielen. Das Spielen in einer Spielergemeinschaft, wie z. B. einem Clan oder einer Gilde, und das damit einhergehende Zugehörigkeitsgefühl binden dabei zusätzlich an ein Spiel.

## Folgerungen für Präventionsmaßnahmen

In der Prävention kommt den Familien aus verschiedenen Gründen eine besondere Rolle zu. Erstens sind es in der Regel Familienangehörige, die eine problematische Computerspielenutzung wahrnehmen und darauf aufmerksam machen; zweitens können Eltern durch ihre (Medien-)Erziehung positiven wie negativen Einfluss auf den Mediengebrauch ihres Kindes nehmen. Drittens stellen sie eine Ressource dar, um ein bestehendes Problem zu lösen. Sie können viertens aber auch eine Ursache für die exzessive Computer- und Internetnutzung des Jugendlichen sein. Al-





tersangemessene medienerzieherische Maßnahmen und insbesondere deren konsequente Umsetzung können Problemen mit der exzessiven Computer- und Internetnutzung präventiv begegnen und so in vielen Fällen das Entstehen oder eine Zuspitzung bestehender Problematiken mindern. Insbesondere für Mütter stellt eine entwicklungsgemäße medienerzieherische Begleitung ihrer Söhne im Kontext der Computerspiele eine Herausforderung dar, der sie sich aufgrund anderer Medienvorlieben nicht gerne stellen. Die Stärkung der medienerzieherischen Kompetenz der Eltern und die Sensibilisierung für Risiken aber auch Chancen sind heute bereits im Kindesalter gefordert. Neben der verbindlichen Vereinbarung von Zeitkontingenten für die Nutzung von Unterhaltungsmedien scheint insbesondere auch die Anschlusskommunikation eine zentrale Rolle zu spielen. Eine interessierte, dem Kind zugewandte Haltung, aber auch gemeinsame Spielphasen, wie sie z. B. durch die Computerspielschule Leipzig vorgeschlagen werden, führen nicht nur zu einem besseren Verständnis für die Spielwelten der Heranwachsenden, sondern verringern offenbar auch die Ausbildung exzessiven Nutzungsverhaltens. Umgekehrt scheint das Fehlen verbindlicher Regeln, die Verwendung von Nutzungszeiten als allgemeines Sanktionsmittel (wie z. B. für Belohnung oder Bestrafung von Schulleistungen) ungünstig zu sein.

Eine Unterstützung bei der Auswahl altersangemessener Spiele bieten die leider wenig bekannten pädagogisch ausgerichteten Spielbewertungen, wie z. B.

- ▶ „Pädagogisch wertvoll“: [www.games-wertvoll.de](http://www.games-wertvoll.de),
- ▶ „Pädi“: [www.sin-net.de/paedi.htm](http://www.sin-net.de/paedi.htm),
- ▶ „Tommi“: [www.kindersoftwarepreis.de](http://www.kindersoftwarepreis.de)
- ▶ Deutscher Computerspielpreis: [www.deutscher-computerspielpreis.de](http://www.deutscher-computerspielpreis.de) und
- ▶ „Giga-Maus“: [www.gigamaus.de](http://www.gigamaus.de).

Mit zunehmendem Alter müssen Jugendliche dabei unterstützt werden, selbst einen handlungsleitenden Orientierungsrahmen im Umgang mit Medien zu entwickeln. Sowohl im Umfang als auch in der inhaltlichen Auswahl ihrer Freizeitaktivitäten erhalten sie mehr Freiheiten, aber auch mehr Verantwortung. Medienpädagogische Maßnahmen aber auch Peer-to-Peer-Angebote können dabei Gelegenheit bieten, die eigene Mediennutzung zu reflektieren. Neben Familien, den Eltern, den Jugendlichen ist last but not least das pädagogische Personal eine Zielgruppe, die im Rahmen von Präventionsmaßnahmen zu sensibilisieren und zu qualifizieren ist. Sowohl Überschätzungen

wie Unterschätzungen des Problemkreises sind aufzufinden. Hier müssen Informations-, Beratungs- und Interventionsmöglichkeiten bekannt gemacht werden.

<sup>1</sup> Sehr lange Fernsehnutzungszeiten hingegen sind bei älteren Menschen häufig aufzufinden.

<sup>2</sup> Persistente Welten sind jeder Zeit zugänglich und in ihnen finden die Spieleereignisse auch statt, wenn der Spieler nicht am Spiel beteiligt ist. Um insbesondere bei spielkritischen Ereignissen online zu sein, strukturieren engagierte Spieler den Tagesablauf unter Berücksichtigung dieser Termine. Eine zeitintensive kontinuierliche Hinwendung zum Spiel wird dabei auch durch ein dem Spiel immanentes Belohnungssystem unterstützt.

## Literatur

BEUTEL, MANFRED / HOCH, CONSTANTIN / WÖLFLING, KLAUS & MÜLLER, KAI: **Klinische Merkmale der Computerspiel- und Internetsucht am Beispiel der Inanspruchnehmer einer Spielsuchambulanz**. In: Zeitschrift für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie 1/2011, 77–90 (2011)

DROGENBEAUFTRAGTE DER BUNDESREGIERUNG: **Nationale Strategie zur Drogen- und Suchtpolitik**. Berlin. Zugriff am 17. Februar 2012 unter der URL: [http://drogenbeauftragte.de/fileadmin/dateien-dba/Presse/Downloads/12-02-08\\_Nationale\\_Strategie\\_final\\_Druckvorlage.pdf](http://drogenbeauftragte.de/fileadmin/dateien-dba/Presse/Downloads/12-02-08_Nationale_Strategie_final_Druckvorlage.pdf).

GENTILE, DOUGLAS / CHOO, HYEKYUNG / LIAU, ALBERT / SIM, TIMOTHY / LI, DONGDONG / FUNG, D. / KHOO, ANGELINE: **Pathological Video Game Use Among Youths. A Two-Year Longitudinal Study**. In: PEDIATRICS, 127(2), 319–329 (2011)

KAMMERL, RUDOLF / HEIN, SANDRA / HIRSCHHÄUSER, LENA / SCHWINGE, CHRISTIANE / PETERSEN, KAY-UWE / ROSENKRANZ, MORITZ / WARTBERG, LUTZ: **Exzessive Internetnutzung in Familien**. Berlin 2012. Zugriff am 15. März 2012 unter URL: <http://www.bmfsfj.de/RedaktionBMFSFJ/Broschuerenstelle/Pdf-Anlagen/EXIF-Exzessive-Internetnutzung-in-Familien,property=pdf,bereich=bmfsfj,sprache=de,rwb=true.pdf>

MEERKERK, GERT- JAN / VAN DEN EIJNDEN, R. J. J. M. / VERMULST, A. A. & GARRETSSEN, H. F. L.: **The Compulsive Internet Use Scale (CIUS). Some Psychometric Properties**. In: Cyber-Psychology & Behavior, 12(1), 1–6 (2009)

PETERSEN, KAY-UWE / THOMASIIUS, RAINER: **Beratungs- und Behandlungsangebote zum pathologischen Internetgebrauch in Deutschland**. Lengerich: Pabst Science Publishers (2010 a)

PETERSEN, KAY-UWE / THOMASIIUS, RAINER: **„Süchtige“ Computer- und Internetnutzung**. In: Psychiatrie und Psychotherapie up2date, 4(2), 97–108 (2010 b)

REHBEIN, FLORIAN / KLEIMANN, MATTHIAS / MÖSSLE, THOMAS: **KFN-Forschungsbericht**. Bd. 108: Computerspielabhängigkeit im Kindes- und Jugendalter. Empirische Befunde zu Ursachen, Diagnostik und Komorbiditäten unter besonderer Berücksichtigung spielimmanenter Abhängigkeitsmerkmale. Hannover: Kriminolog. Forschungsinst. Niedersachsen (2009)

RUMPF, KAY-UWE / MEYER, CHRISTIAN / KREUZER, ANJA / JOHNS, ULRICH: **Prävalenz der Internetabhängigkeit**. Bericht an das Bundesministerium für Gesundheit. Lübeck. Zugriff am 18. Oktober 2011 unter URL: [http://drogenbeauftragte.de/fileadmin/dateien-dba/DrogenundSucht/Computerspiele\\_Internetsucht/Downloads/PINTA-Bericht-Endfassung\\_280611.pdf](http://drogenbeauftragte.de/fileadmin/dateien-dba/DrogenundSucht/Computerspiele_Internetsucht/Downloads/PINTA-Bericht-Endfassung_280611.pdf).

