

Wir verändern.

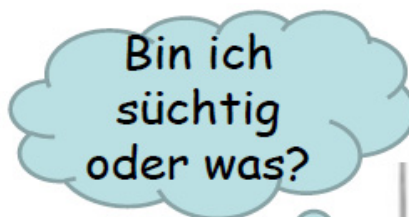
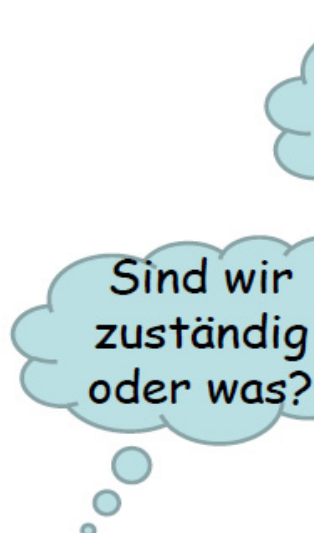
drops Halle 2013

Hilfe bei problematischer Internetnutzung

Bernd Kukielka | Eröffnung Suchtberatungsstelle Eisleben am 6.12.2013

Der PARITÄTISCHE Sachsen-Anhalt Wiener Straße 2 | 39112 Magdeburg | www.paritaet-lsa.de

Wir verändern.



**Sucht- und
Drogenberatung**

Bildquelle: Postkartenaktion Logout e.V.



Was daran ist für uns interessant?

Wenige Fälle, jedoch:

- **Komorbidity zur Drogenabhängigkeit**
- **Anfragen von Betroffenen + Angehörigen**



Orientierung und Hilfe bei exzessiver Mediennutzung

2011-12 Projekt Landesstelle für Suchtfragen Sachsen-Anhalt, TKK,
Suchtberatungsstellen

Sensibilisieren

Informieren von Multiplikatoren und Öffentlichkeit

Qualifizieren

Fortbildung von Fachkräften der Suchtberatungen

Intervenieren

Entwicklung von Angeboten für Betroffene + Angehörige

Selbsthilfe fördern



Suchtberatungsstellen zum „Clearing“

Worum handelt es sich im Einzelfall?

Erziehungsprobleme und/oder pathologische Nutzung

Wer oder was könnte helfen?

Erziehungsberatung, Suchtberatung oder ambulante bzw. stationäre
Therapie



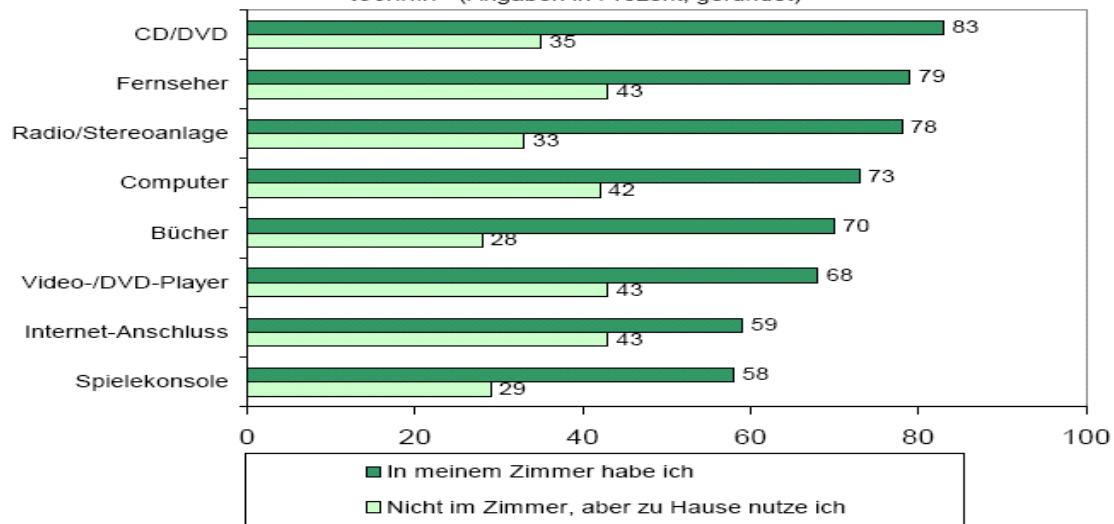
Mediennaivität? Ausgangslage

- Realität ist was für Menschen, die ...
- Ich erzähle meinen Eltern etwas über ...
Sie verstehen Nichts!
- Freizeit: PC an, reales Leben aus.
... und das jeden Tag. Kellerkind!
- Sucht. Schlaflose Nächte. World of Warcraft.
Ich will (kann) nicht mehr aufhören



Sachsen-Anhalt: Ausstattung mit Unterhaltungselektronik und – technik (MODRUS IV 2008)

Abb. 4: "Zuhause nutze ich verschiedene Unterhaltungselektronik und -technik" (Angaben in Prozent, gerundet)



14.12.2013

© drobs Halle 2013 | Bernd Kukielka | Eröffnung Eisleben

7



Sachsen-Anhalt: Nutzung von Computer und Internet (MODRUS IV)

Tab. 6: Zeitaufwand der Nutzung von Computer/Internet innerhalb der Woche (Angaben in Prozent, gerundet)

„Ich selbst spiele/chatte während der Schulwoche durchschnittlich am Tag“	0-1 h	2-3 h	4-6 h	mehr als 6 h
am Computer/an der Konsole spielen.	45	36	11	8
Online-Rollenspiele betreiben.	80	12	4	4
im Internet chatten/E-Mails schreiben.	43	35	14	8

Tab. 7: Zeitaufwand der Nutzung von Computer/Internet am/in Wochenende/Ferien (Angaben in Prozent, gerundet)

„Ich selbst spiele/chatte am Wochenende/den Ferien durchschnittlich am Tag“	0-1 h	2-3 h	4-6 h	mehr als 6 h
am Computer/an der Konsole spielen.	31	35	18	16
Online-Rollenspiele betreiben.	70	16	7	7
im Internet chatten/E-Mails schreiben.	32	33	20	15

14.12.2013

© drobs Halle 2013 | Bernd Kukielka | Eröffnung Eisleben

8

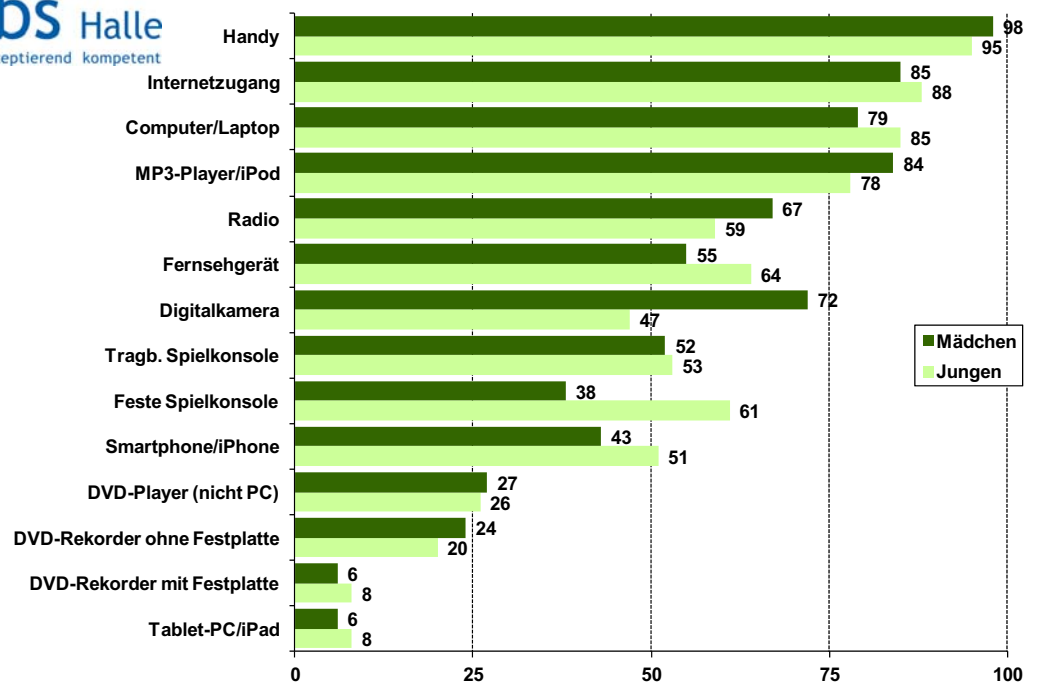


Mediennutzung bei Jugendlichen (Jugend, Information, Multi-Media JIM 2012)

- 98 Prozent der Jungen und Mädchen aller Altersstufen nutzen (zumindest selten) Internet. Hinsichtlich Alter, Geschlecht oder Bildung gibt es nur geringe Abweichungen.
- Mädchen bevorzugen die persönliche Kommunikation, die Kontaktaufnahme im Chat und in Online-Communities.
- Jungen eher das Spielen und das Herunterladen von Musik.



Gerätebesitz Jugendlicher 2012

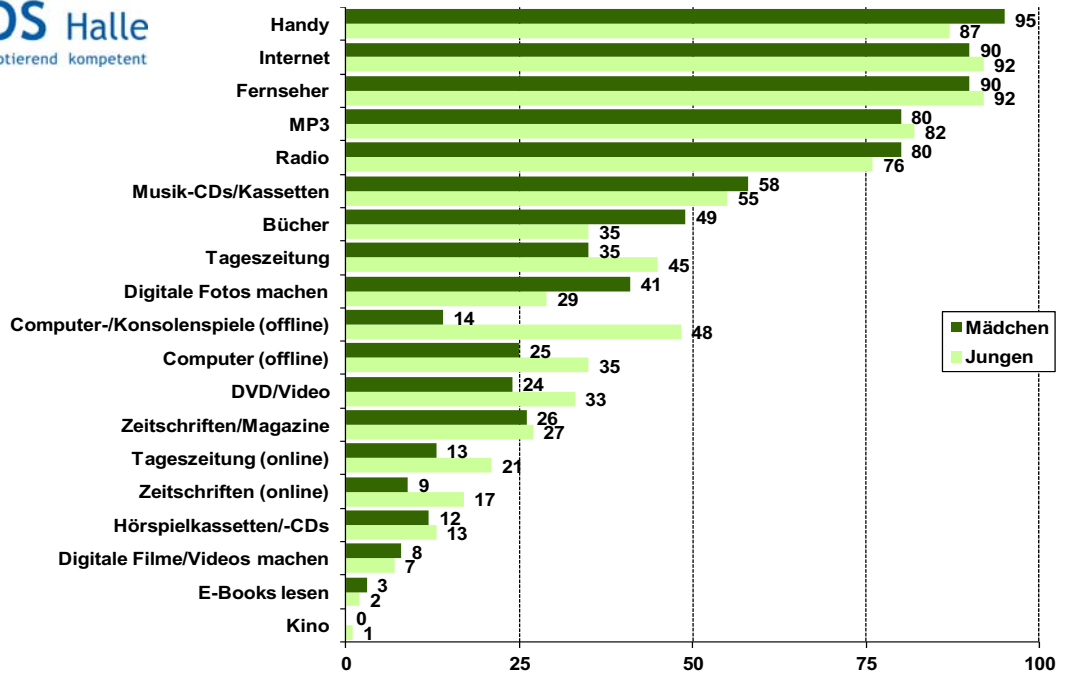


Quelle: JIM 2012, Angaben in Prozent
Basis: alle Befragten, n=1.201
www.mpfs.de



Medienbeschäftigung in der Freizeit 2012

- täglich/mehrmals pro Woche -

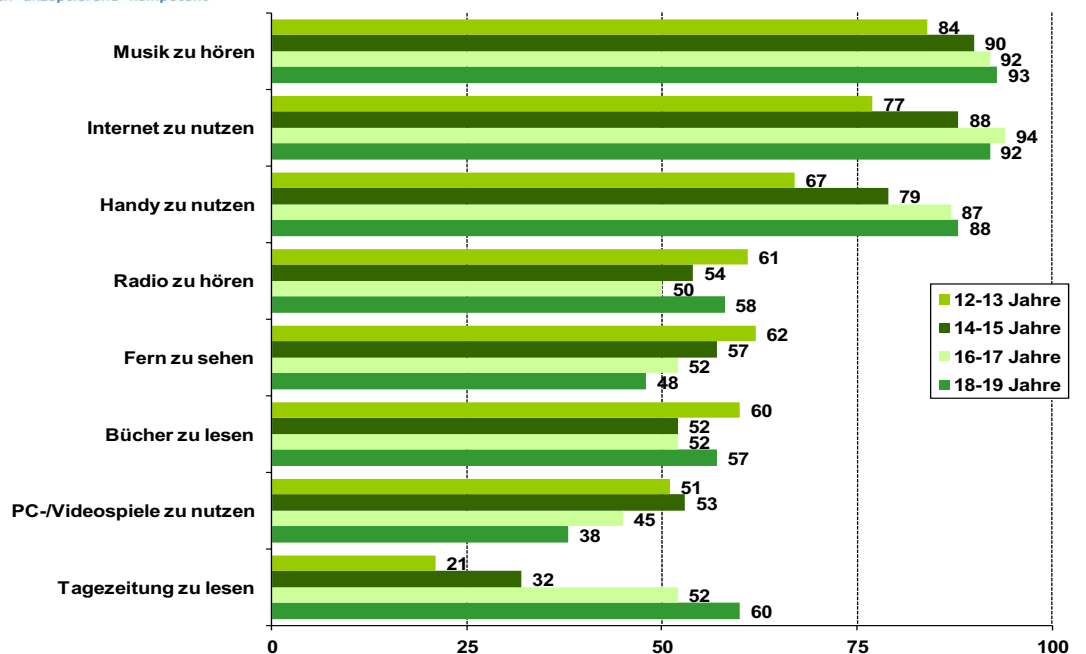


Quelle: JIM 2012, Angaben in Prozent
Basis: alle Befragten, n=1.201
www.mpfs.de



Wichtigkeit der Medien* 2012

- sehr wichtig/wichtig -



Quelle: JIM 2012, Angaben in Prozent; *egal über welchen Weg genutzt
Basis: alle Befragten, n=1.201
www.mpfs.de

NA, WENIGSTENS HÄNGST DU NICHT WIEDER
DIE GANZE ZEIT IM NETZ HERUM!



„Die Handynutzung ist stark rückläufig ... „

14.12.2013

© drobs Halle 2013 | Bernd Kukielka | Eröffnung Eisleben

Quelle: klicksafe.de

13

Computerabhängigkeit im Kindes- und Jugendalter (Rehbein u.a., 2009)

In der Pubertät zeigt ein hoher Prozentsatz einen exzessiven Computer- und Internetgebrauch. Es zeigen sich gravierende Geschlechtsunterschiede.

- Bundesweite Repräsentativbefragung (N = 44.610) Schüler 9. Klasse
- „ ... ab 4,5 Stunden täglicher Spielzeit (Perzentil 90) als Exzessivspieler klassifiziert“
- Mädchen 4,3% und Jungen 15,8%).

1,7 % der 15jährigen Schüler weisen eine sogenannte Computerabhängigkeit auf.

Jungen: 3 % Mädchen : 0,3 %



Die PISA-Verlierer – Opfer ihres Medien Konsums (Pfeiffer u.a., 2007)

Der exzessive PC-/Internet-Gebrauch hat u. a. negative Auswirkungen auf die Schulleistungen.

Die negativen Folgen müssen im Zusammenhang mit sozialem und familiären Umfeld gesehen werden.

Es existiert eine als „Pisa-Verlierer“ bezeichnete Risikogruppe von Jungen aus bildungsfernen Schichten.



Risikofaktoren und Anzeichen

- Fehlende soziale Kontrolle (ungehinderter Zugang)
- Probleme in Schule, Ausbildung, Arbeit
- Mangelnde soziale Bindungen
- Fehlen sozialer Kontakte
- Unkenntnis bezüglich Gefahren



Folgen

- Körperliche Beschwerden: Rückenprobleme, Übergewicht
- Psychische Erkrankungen: Depressionen, Ängste, Abhängigkeiten
- Soziale Isolation, schulisches bzw. berufliches Versagen



Störungsbild? Begriffsverwirrung! (Goldberg 1995)

Computer

Computersucht, Computerspielesucht, pathologischer PC-Gebrauch, exzessive Computernutzung

Medien

Mediensucht, Medienabhängigkeit

Internet

Online Addiction, Internetsucht, Onlinesucht, Internet Addiction Disorder (IAD), Pathological Internet Use (PIU) oder Cyberdisorder



Psychische Störung?

„Das neue, eigenständige Störungsbild des pathologischen PC-/ Internet-Spielens kann innerhalb des psychiatrischen Klassifikationssystems ICD-10 in den Bereich der Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen eingeordnet werden.“ (*gemeint hier F60 bis F69*)

Petry, 2010



Jörg Petry

Dysfunktionaler und pathologischer PC- und Internet-Gebrauch



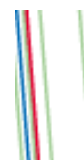
HOGREFE 



Abhängigkeit?

Die Arbeitsgruppe *Diagnostik des Fachverbands Medienabhängigkeit* schlägt vor, Medienabhängigkeit, insbesondere Computerspielabhängigkeit, als eigenständiges Störungsbild den anderen Abhängigkeitserkrankungen, insbesondere den stoffgebundenen, zuzuordnen.

In diesem Zusammenhang wird für die Aufnahme in die entsprechenden Kapitel der Neuauflagen der internationalen Klassifikationssysteme für psychische Erkrankungen, ICD (F1) und DSM (Achse 1, 2. Kapitel), plädiert.



Fachverband
Medienabhängigkeit e.V.



Diagnostische Kriterien für Pathologischen Internetgebrauch nach Young (1999)

- Ständige gedankliche Beschäftigung mit dem Internet - Gedanken an vorherige Online-Aktivitäten oder Antizipation zukünftiger Online-Aktivitäten
- Zwangsläufige Ausdehnung der im Internet verbrachten Zeiträume, um noch eine Befriedigung zu erlangen
- Erfolgreiche Versuche, den Internetgebrauch zu kontrollieren, einzuschränken oder zu stoppen
- Ruhelosigkeit, Launenhaftigkeit, Depressivität oder Reizbarkeit, wenn versucht wird, den Internetgebrauch zu reduzieren oder zu stoppen
- Längere Aufenthaltszeiten im Internet als ursprünglich intendiert

Alle Kriterien müssen vorliegen!



Zusatzkriterien nach Young + Beard (2001)

Aufs Spiel Setzen oder Riskieren einer engen Beziehung, einer Arbeitsstelle oder eines beruflichen Angebots wegen des Internets

Belügen von Familienmitgliedern, Therapeuten oder anderen, um das Ausmaß und die Verstrickung mit dem Internet zu verbergen

Internetgebrauch als ein Weg, Problemen auszuweichen oder dysphorische Stimmungen zu erleichtern (wie Gefühle von Hilflosigkeit, Schuld, Angst, Depression)

Mindestens 1 Kriterium müssen vorliegen!



Subtypen nach Young

- Cybersexabhängigkeit
- Abhängigkeit von virtuellen Gemeinschaften in Chats und Internetforen
- Zwanghafte Nutzung von Netzinhalten in Online-Spielen, Geschäften und Auktionen
- Informations – Overload bei Nutzung von Daten
- Computerabhängigkeit bei Spielen und Programmieren unabhängig vom Internet

Subtypen nach Petry (2003)

Gamer

Surfer

Chatter



Problemfelder

Online-Rollenspiele (MMORPG)
Ego-Shooter
Chatten, soziale Netzwerke
Strategiespiele, Simulationen
Pornographie
Actionspiele
Browserspiele
Surfen (News, Musik, Filme, Wiki)



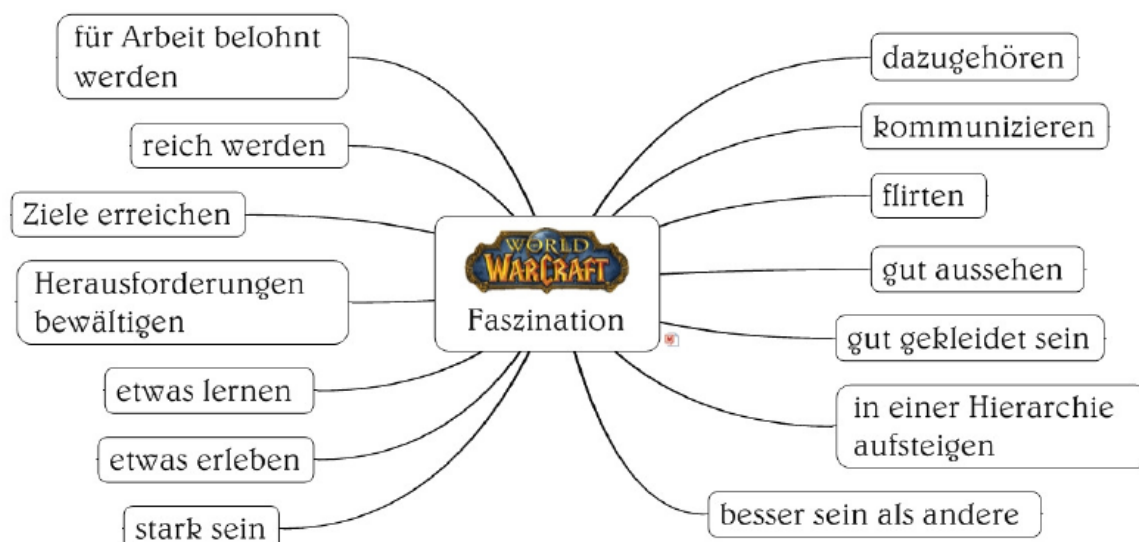
Online-Rollenspielen inhärentes Abhängigkeitspotential

nach Regine Pfeiffer+ te Wildt

- stetiger Flow von Belohnungen (Geld, Items) mit Garantie: Auf Arbeit folgt Lohn!
- Sog-Kraft: Dauerzustand erregter Glücks-Erwartungen
- Emotionale Grundbedürfnisse werden befriedigt.
- Mehr-Haben = Besser-Sein. **Das Geheimnis** der Kampf- u. Sammelleidenschaft.
- mit einem Account viele verschiedene Charaktere „hochleveln“
- erlebte Unendlichkeit
- Kombination von Internet und interaktivem Spiel als Beziehungsdimension
- Lange Nutzungszeiten werden belohnt und sind notwendig, um Ziele zu erreichen.
- Intermittierende Verstärkung im Belohnungssystem: je unregelmäßiger die intermittierende Verstärkung, desto löschungsresistenter das Verhalten
- Affektregulation über externe Bewertungs- und Belohnungsmechanismen



Faszination World of Warcraft (MMORPG)





Vorsicht mit Diagnosen!

Es ist problematisch, bei Kindern und Heranwachsenden bereits von einer Abhängigkeit zu sprechen. Die Mehrheit jugendlicher Exzessivspieler kehrt im Erwachsenenalter zu einem medienkompetenten Umgang mit Computer und Internet zurück. Eine solche Normalisierung ist für alle jugendlichen Risikobereiche typisch.



Bild: Wachjohannis



Katamnese: Evaluation der Behandlung von Patienten mit Pathologischen PC-/Internet-Gebrauch ein Jahr nach Entlassung aus der stationären medizinischen Rehabilitation

Dr. Sobottka, AHG Schweriner See
FVS Juni 2013 Heidelberg

Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch bei Patient/Innen der stationären psychosomatischen und Suchtrehabilitation



Schuhler, P. (1); Sobottka, B. (2); Vogelgesang, M. (1); Fischer, T. (2); Flatau, M. (1); Schwarz, S. (2); Brommundt, A. (2); Beyer, L. (3)

Abschlussbericht eines zweijährigen Forschungsprojekts 2010 – 2012
gefördert von der DRV Bund
Förderkennzeichen: AZ 8011-106-31/31.94



Fragestellung (N=100)

Vergleich mit Patienten Glücksspiel, stoffl. Abhängigkeit, psychische Erkrankung

Komorbiditäten

- Depressionen (~ 50%)
- Störungen durch psychotrope Substanzen (~ 33%)
- Persönlichkeitsstörungen (~ 25%)
- Soziale Angststörungen (~ 15%)
- Essstörungen (~ 10%)
- Ernährungs- und Stoffwechselkrankheiten (~ 45 %)
- Krankheiten des Muskel-Skelett-Systems (~ 35%)

Chronisch kranke, alleinstehende jg. Männer, die trotz solidem intellektuellem Leistungsvermögen nicht am Erwerbsleben teilhaben.



Ergebnisse

- Abnahme körperlicher und seelischer Beschwerden
- deutliche Abnahme PC – Nutzungsdauer
- leichte Verbesserung Partnersituation
- deutliche soziale Aktivierung, etwas mehr Sport
- bemerkenswerte Verbesserung der Erwerbstätigkeit (31->67%)

„Ein Jahr nach Entlassung aus der stationären medizinischen Rehabilitation zeigen sich die untersuchten Patienten anhaltend gebessert.“

... auch Dank nahezu 80% weiterer Hilfen, Nachsorge, Therapien.



14.12.2013

© drobs Halle 2013 | Bernd Kukielka | Eröffnung Eisleben

31

Tipps an Eltern (-generation)

Geben Sie zu, wenn Sie keine Ahnung haben und das Kind mehr weiß als Sie.

Interessieren Sie sich, bitten Sie um Informationen bei Ihren Experten.

Zeigen und zeigen lassen. Verbringen sie gemeinsame Zeit, auch mit Medien.

Ich - Botschaften: äußern Sie Bedenken auf Augenhöhe.
Formulieren Sie Ihre begründeten Erwartungen und handeln Sie **altersgerechte** Regeln aus.

Achten Sie auf die Einhaltung, vereinbaren Sie Termine für die Überprüfung der Regeln.

14.12.2013

© drobs Halle 2013 | Bernd Kukielka | Eröffnung Eisleben

32

Wir verändern.



Linkliste

www.klicksafe.de

www.schau-hin.info

www.spieleratgeber-nrw.de

www.bundespruefstelle.de

www.usk.de

www.msa-online.de/medienkompetenz

14.12.2013

© drobs Halle 2013 | Bernd Kukielka | Eröffnung Eisleben

33

Wir verändern.



Danke für Ihre Aufmerksamkeit

14.12.2013

© drobs Halle 2013 | Bernd Kukielka | Eröffnung Eisleben

34

Wir verändern.



www.drobs-halle.de

Moritzzwinger 17 | 06108 Halle (Saale)
(direkt am Franckeplatz)

fon | 0345.51704-01

fax | 0345.51704-02

mail | info@drobs-halle.de

Bernd.Kukielka@drobs-halle.de

streetwork | 0179.5286914

außenstelle merseburg | 01578.76 39 388