

Bundesgesundheitsbl 2019 · 62:486–492
<https://doi.org/10.1007/s00103-019-02919-9>
 Online publiziert: 11. März 2019
 © Springer-Verlag GmbH Deutschland, ein Teil
 von Springer Nature 2019



Kai W. Müller¹ · Knut Kiepe² · Stephan Pitten² · Michael Dreier¹

¹ Grüsser Sinopoli-Ambulanz für Spielsucht, Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Universitätsmedizin der Johannes Gutenberg-Universität Mainz, Mainz, Deutschland

² Fachverband Medienabhängigkeit e. V., Hannover, Deutschland

Internetbezogene Störungen – alte und neue Herausforderungen. Tagungsbericht zum 10. Symposium des Fachverbandes Medienabhängigkeit e. V.

Geschichte des Symposiums

„Zehn Jahre nach Gründung des Fachverband Medienabhängigkeit e. V. erfüllt sich mit der Anerkennung der Computerspielsucht durch die WHO und insbesondere der Aufnahme in die ICD-11 (Internationale Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme, 11. Revision) eine unserer zentralen Forderungen. Der Stein, der unsere Arbeit und die Versorgung der Betroffenen voraussichtlich weitreichend verändern wird, ist nun endlich ins Rollen gekommen.“ So war es in der Vorankündigung des Symposiums zu lesen, welches nicht nur vor dem Hintergrund der aktuellen gesundheitspolitischen Entwicklungen eine besondere Bedeutung einnahm, sondern gleichzeitig auch das zehnjährige Bestehen des Fachverbands markierte.

Was war in den zehn Jahren zuvor passiert? Ein Blick zurück offenbart, dass seit der Gründung des Fachverbands am 17.11.2008 tatsächlich nicht nur ein Stein, sondern eher eine Lawine ins Rollen gekommen ist.

Der Gründungsgedanke des Fachverbands, der übrigens auch im Rahmen des Jubiläumssymposiums in Form eines charmanten Rückblicks früherer Vorstandsmitglieder aufgegriffen wurde, bestand darin, die Kompetenz von Fachkräften aller möglichen Fachdisziplinen,

die sich schon damals mit internetbezogenen Störungen auseinandersetzen, zu bündeln, um dieses noch nebulöse neuartige Phänomen besser verstehen zu lernen. Aufbauend auf einem vertieften Verständnis sollten Akteure an unterschiedlichsten Schnittstellen befähigt werden, dieser neuen „Gesundheitsbedrohung“ kompetent begegnen zu können.

Es war schon damals gerade die Verbindung von Theorie und Praxis, die den Gründungsmitgliedern am Herzen lag und die konsequent in Form des ersten Symposiums des Fachverbands im Jahre 2009 in Hannover umgesetzt wurde: Expertinnen und Experten konnten sich erstmals vor Ort austauschen und vernetzen.

Fortan wurde in jedem Folgejahr bis auf 2012 ein Symposium organisiert. Die unterschiedlichen thematischen Schwerpunkte – mal war es eher die Prävention, mal Formen der Intervention, dann wieder Diagnostik – verdeutlichen die Vielschichtigkeit der Fragestellungen und ebenso die ungebrochenen Herausforderungen, die das Thema an die Gesellschaft und die damit betrauten Expertinnen und Experten stellt.

Im Laufe der Jahre nahm nicht nur die Vielfalt der inhaltlichen Schwerpunkte zu, es gelang bald – neben den nationalen – auch internationale „Schwerge-

wichte“ auf dem Gebiet der Internetsucht, sowohl aus Forschung als auch aus Praxis, als Referentinnen und Referenten zu gewinnen. Beispielhaft genannt seien etwa Prof. Marc Potenza (Yale School of Medicine, USA), Dr. Mark Griffiths (Nottingham Trent University, Großbritannien), Dr. Ellen Hellspäcker (London School of Economics and Political Science, Großbritannien), Prof. Astrid Müller (Medizinische Hochschule Hannover), Dr. Hans-Jürgen Rumpf (Universitätsmedizin Lübeck), Dr. Klaus Wölfling (Universitätsmedizin Mainz), Daniel Luke King (University of Adelaide, Australien), Dr. Kimberly Young (St. Bonaventure University, USA) sowie Dr. Daria Kuss (Nottingham Trent University, Großbritannien). Durch den so angeregten Austausch zwischen Mitgliedern des Fachverbands und externen Expertinnen und Experten wuchs nicht nur die Expertise innerhalb des Verbands, es wurden auch hilfreiche Kooperationsnetzwerke geknüpft.

Das Jahr 2015 bot in zweierlei Hinsicht Neues: Zum einen richtete der Fachverband unter dem vielleicht wegweisenden Titel „Virtuelle Welten – Reale Probleme. Medienabhängigkeit als Herausforderung für Prävention und Behandlung“ ein reines Onlinesymposium aus, zum anderen veranstaltete er – quasi als reales Pendant – die 5. Berliner Mediensucht-Konferenz, denn „PROBLEME IN



Abb. 1 ▲ Hauptvortrag zum Thema Prävention internetbezogener Störungen. Herr Stephan Pitten stellt das innovative Präventionsprojekt Bildersucht & Cyberflucht vor. (Mit freundlicher Genehmigung © Stephan Pitten)



Abb. 2 ▲ Der Workshop von Franz Eidenbenz befasste sich mit Methoden der Angehörigenberatung bei internetbezogenen Störungen. (Mit freundlicher Genehmigung © Stephan Pitten)

virtuellen Welten brauchen HILFEN in realen Netzwerken“ – so der Titel der sehr gut besuchten und vielbeachteten Zusammenkunft.

Kongressthema 2018: „Kategorisch nach 10 Jahren“

Ganz im Geiste der Zeit widmete sich das Jubiläumssymposium den aktuellen Fragen und Aufgaben auf dem Gebiet der internetbezogenen Störungen (**Abb. 1**). Und entsprechend der schon bisher dynamischen Entwicklung wurden zunächst die vergangenen Jahre betrachtet. Nach der folgenden Beschreibung und Bewertung des Status quo wurde ein Blick in die Zukunft gewagt.

Der aktuelle rote Faden der Veranstaltung war indirekt wenige Monate zuvor durch die Weltgesundheitsorganisation (WHO) gesponnen worden. Die Ankündigung, im Juni 2018 in der Revision der ICD (International Classification of Diseases, ICD-11) die Diagnose „Gaming Disorder“ aufnehmen zu wollen und zudem noch die Möglichkeit zu schaffen, auch andere internetbezogene Störungen künftig verschlüsseln zu können [1], hatte unter Forschenden und Behandelnden im positiven wie negativen Sinne für Aufsehen gesorgt.

Für die Befürworter der Entscheidung steht im Vordergrund, dass Betroffene durch die Existenz der Diagnose leichter an das Hilfesystem vermittelt werden können und dort die notwendige

Versorgung erhalten. Die Kritiker hingegen befürchten eine allgemeine Pathologisierung großer Bevölkerungsanteile. Vergewagt man sich, dass durch die Aufnahme des Störungsbildes in die ICD-11 in Zukunft verbindliche diagnostische Richtwerte verfügbar sind, welche gerade die Abgrenzung eines suchtartigen von einem gesunden Nutzungsverhalten erleichtern wird, erscheint diese Befürchtung freilich eher abwegig.

Sowohl die klinische Erfahrung als auch die Forschung zu diesem Störungsbild ist noch vergleichsweise jung. Ganz allgemein versteht man unter internetbezogenen Störungen eine exzessive, sich großenteils der bewussten Kontrolle entziehende Nutzung von spezifischen Internetinhalten, die für Betroffene zu wiederholten negativen Konsequenzen und Funktionsbeeinträchtigungen führt. Ebenfalls Konsens ist, dass sich das Störungsbild nicht auf die Nutzung des Internets im Allgemeinen bezieht, sondern stattdessen auf bestimmte Onlineaktivitäten. Die wohl häufigste Variante stellt die suchtartige Nutzung von Onlinecomputerspielen dar. Jedoch gibt es zunehmend Evidenz, dass auch die suchtartige Nutzung von Onlinepornografie und sozialen Netzwerken als internetbezogene Störungen aufzufassen sind [2, 3].

Der Auftakt – Wo stehen wir beim Thema internetbezogene Störungen?

Angemessen tagte das Jubiläumssymposium im stilvollen und altehrwürdigen Festsaal auf dem pittoresken Campus des Evangelischen Johannesstifts in Berlin. Die rund 150 Gäste und Mitglieder konnten sich auf ein erneut hochkarätiges Programm freuen, das sich über zwei Tage erstrecken sollte und nationale wie internationale Referentinnen und Referenten aufbot. In der guten alten Tradition umfasste die Veranstaltung sowohl Vorträge als auch praxisbezogene Workshops und Diskussionsrunden sowie die Möglichkeit zum fachlichen Austausch (**Abb. 2 und 3**).

Besonders geehrt fühlte sich das Organisationskomitee durch die Mitwirkung der Bundesdrogenbeauftragten. In ihrer Grußwortrede ließ Frau Marlene Mortler keinen Zweifel daran aufkommen, dass sie bereits seit vielen Jahren das Thema internetbezogene Störungen im Blick hat und sehr genau um die gesundheitliche Relevanz dieses Störungsbildes weiß. In ihrer ebenso fachkundigen wie prägnanten Rede ging sie auf bereits erreichte wesentliche Ziele und Erkenntnisse ein, wies aber gleichzeitig auf die vielen nach wie vor bestehenden Fragezeichen und Versorgungslücken hin. Sie betonte den dringenden Bedarf an weiterer Forschung, sowie an der Implementierung von Prä-

Bundesgesundheitsbl 2019 · 62:486–492 <https://doi.org/10.1007/s00103-019-02919-9>
© Springer-Verlag GmbH Deutschland, ein Teil von Springer Nature 2019

K. W. Müller · K. Kiepe · S. Pitten · M. Dreier

Internetbezogene Störungen – alte und neue Herausforderungen. Tagungsbericht zum 10. Symposium des Fachverbandes Medienabhängigkeit e. V.

Zusammenfassung

Internetbezogene Störungen stellen eine zunehmende Herausforderung für das psychosoziale Versorgungssystem und die Gesellschaft als Ganzes dar. Seit 10 Jahren setzt sich der Fachverband Medienabhängigkeit e. V. für die Kooperation von Forschung und Praxis ein, um den neuen Krankheitsbildern kompetent begegnen zu können. Unter dem Titel „Kategorisch nach 10 Jahren“ veranstaltete der Verband im November 2018 sein alljährliches Symposium. In diesem Tagungsbericht werden zunächst Einblicke in die Geschichte des Symposiums gegeben. Über die Jahre referierten viele nationale und internationale Expertinnen und Experten, wodurch auch innerhalb des Fachverbands die Expertise weiter wachsen konnte. Im Mittelpunkt des aktuellen

Symposiums stand die im Sommer 2018 von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) angekündigte Aufnahme der Diagnose „Gaming Disorder“ sowie weiterer internetbezogener Störungen in das Klassifikationssystem ICD-11. Unter internetbezogenen Störungen wird eine exzessive, sich großenteils der bewussten Kontrolle entziehende Nutzung von spezifischen Internetinhalten verstanden, die für Betroffene zu wiederholten negativen Konsequenzen und Funktionsbeeinträchtigungen führt. Das Störungsbild bezieht sich v. a. auf bestimmte Onlineaktivitäten (suchtartige Nutzung von Onlinecomputerspielen, -pornografie und sozialen Netzwerken). Das Symposium bot erneut die Gelegenheit des Austauschs zwischen Wissenschaft

und Praxis. Das Angebot an Vorträgen und Workshops ermöglichte einen umfassenden Überblick über den Status quo und zu erwartende Entwicklungen in den Bereichen Diagnostik, Prävention und Intervention. Neue Gefährdungspotenziale, z. B. durch die zunehmende Verbreitung von Monetarisierungsstrategien in Computerspielen, wurden thematisiert.

Schlüsselwörter

Computerspielsucht · Internationale statistische Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme, 11. Revision (ICD-11) · Intervention · Prävention · Verhaltenssucht

Internet-related disorders—old and new challenges. Conference report on the 10th symposium of the German Association on Internet-Related Disorders

Abstract

Internet-related disorders have become a growing challenge for psychosocial healthcare and society. For ten years, the German Association on Internet-Related Disorders has been a cooperative network, bringing together caregiving professionals and researchers, fostering our knowledge and expertise in facing this health issue. The conference “Categorically after 10 years,” held in November 2018, was the annual meeting of these experts. This proceeding aims to depict the history of the conference, by referring to the many national and international experts of the past years that had crucial impact on the growing expertise of the association’s members. The

current conference mainly dealt with the expected inclusion of “gaming disorder” as a new diagnosis and other internet-related disorders in the ICD-11 that were announced by the World Health Organization (WHO) in summer 2018. Internet-related disorders have been clinically described as excessive and poorly controlled online behaviors that are causing detrimental consequences and result in decreasing psychosocial functioning. The main subtypes of internet-related disorders encompass the uncontrolled use of (online) computer games, pornography, and social networking sites. As in past years, this conference again offered the opportunity for exchange between

researchers and healthcare professionals. The program contained an eclectic mix of lectures and workshops, offering a sound review of current developments in internet-related disorders and future perspectives of prevention, diagnostics, and intervention strategies. A particular emphasis was set on the addictive potential of modern computer games, for instance by the implementation of monetization strategies.

Keywords

Gaming disorder · International Classification of Diseases, 11th edition (ICD-11) · Intervention · Prevention · Behavioral Addiction

ventionsmaßnahmen und Versorgungsangeboten.

Passend hierzu hielt Dr. Kai W. Müller von der Universitätsmedizin Mainz (Ambulanz für Spielsucht) den ersten Vortrag des Symposiums mit dem Titel „Einordnung von Computerspielsucht/Gaming Disorder in die ICD-11“. Er skizzierte die Anfänge der Forschung auf dem Gebiet der internetbezogenen Störungen und berichtete über die im Ver-

lauf der Jahre sukzessive Verbesserung des Verständnisses bis hin zu der im Frühjahr 2018 durch die WHO angekündigten Aufnahme des Störungsbildes in die ICD-11. Dr. Müller unterstrich, dass fraglos weiterer Bedarf an Forschung bestehe, dass gleichzeitig jedoch im Laufe der Jahre viele wesentliche Punkte sehr gut und überraschend eindeutig zu beantworten seien. Müller wies überdies auf gerade beginnende und bald abzu-

sehende Entwicklungen hin, indem er exemplarisch auf die Arbeiten von Kritikern des Konzepts der Internetsucht – und damit verbunden, der Aufnahme in die ICD-11 – verwies. Auch stellte er Parallelen zu den teilweise noch immer anhaltenden Debatten im Zusammenhang mit der Glücksspielsucht her.



Abb. 3 ◀ Gelegenheit zum fachlichen Austausch. (Mit freundlicher Genehmigung © Stephan Pitten)

Welche Entwicklungen sind zu erwarten?

Der Hinweis zu den Parallelen zwischen Computerspiel- und Glücksspielsucht wurde in dem Vortrag „Internet Gaming disorder: An international perspective“ des diesjährigen internationalen Ehrengasts des Fachverbands, Dr. Daniel Luke King von der University of Adelaide, Australien, vertieft aufgegriffen. Dr. King, der ebenfalls bereits seit zehn Jahren speziell auf dem Feld der Computerspielsucht forscht und insbesondere mit seinen wertvollen systematischen Literaturreviews [4, 5] entscheidend zum Verständnis dieser Störung beigetragen hat, behandelte in seinem Vortrag vorrangig das Prinzip der Monetarisierung als Bindungselement, welches immer häufiger als Bestandteil von Computerspielen anzutreffen ist. Damit griff er ein sehr aktuelles Thema auf, zeigt sich doch sowohl in epidemiologischen Studien [6] als auch in der klinischen Praxis [7], dass derartige Strategien sowohl ein suchtartiges Konsumverhalten begünstigen als auch zu erheblichen finanziellen Belastungen sowie Überschuldung führen können. Unter besagten Monetarisierungsstrategien versteht man die Einbindung von glücksspieltypischen Merkmalen in Computerspiele. Ein prominentes Beispiel sind sogenannte Lootboxen, also eine Art virtuelles „Überraschungsei“, nach deren käuflichem Erwerb der Spielende nicht wissen kann, ob darin für ihn wertvolle virtuelle Items verborgen sind – oder eben nicht. In seinem Ausblick auf zukünftige Entwicklungen skizzier-

te Daniel King zudem, dass auch die Einbindung von virtueller Realität die Immersionseffekte bei der Nutzung von Computerspielen in eine neue Dimension heben werde – sowohl im positiven als auch im negativen Sinne.

Welches Potenzial der Technologie der virtuellen Realität (VR) innewohnt, demonstrierte Sara Lisa Vogl. Die in ihrer Community als „VR-Schamanin“ geltende Frau Vogl bot dabei einen deutlichen Kontrast zu den anderen Mitwirkenden und stellte in ihrem Vortrag „The future of virtual reality“ die positiven Seiten des technologischen Fortschritts in den Vordergrund. Darüber hinaus konnten die Tagungsteilnehmenden mittels einer eigens aufgebauten „VR-Station“ die virtuelle Realität gleich am eigenen Leibe testen. Mit diesem Kontrast wurde dem Programm eine abwechslungsreiche und ganzheitliche Komponente verliehen und den Teilnehmenden der so wichtige Blick über den Tellerrand hinaus ermöglicht. Dementsprechend hielt der sachkundige Vortrag diverse Aha-Erlebnisse bereit. Der Referentin gelang es überdies sehr klar und anschaulich herauszustellen, dass ein Einsatz der VR-Technologie im Rahmen psychotherapeutischer Interventionen keine abstrakte Zukunftsvision sein muss. Betrachtet man die internationale Literatur, wird deutlich, dass virtuelle Realität bereits in diversen Pilotstudien, aber auch ersten randomisierten kontrollierten Studien effektiv eingesetzt wird [8, 9]. Hierunter fallen etwa Expositionsbehandlungen bei Angststörungen, also der kontrollierten Konfrontation von Patientinnen und Patienten mit angst-



Abb. 4 ▲ Eine Tagungsteilnehmerin taucht an der „VR-Station“ in die virtuelle Realität ein. (Mit freundlicher Genehmigung © Stephan Pitten)

besetzten Reizen. Im klassischen Sinne wurden derartige Reize bislang stets „direkt“, also im wirklichen Leben aufgesucht. Dies ist aber nicht im Hinblick auf alle Angstreize immer leicht beziehungsweise völlig gefahrlos zu bewerkstelligen (man denke beispielsweise an Höhenangst oder eine phobische Störung in Bezug auf das Autofahren). Hier kann eine Exposition unter Zuhilfenahme von VR-Simulationen sicherlich eine sowohl hilfreiche wie auch effektive Ergänzung darstellen (▣ Abb. 4).

In diesem Zusammenhang bildete der Vortrag von Herrn PD Bert te Wildt eine schöne thematische Klammer. Herr te Wildt ging in seinen Ausführungen ebenfalls auf die verschiedenen Möglichkeiten, die der Einsatz neuer Technologien bietet, ein – hier allerdings ganz spezifisch in Bezug auf das Störungsbild der internetbezogenen Störungen. Oberflächlich betrachtet mag es kontraintuitiv anmuten, Patientinnen und Patienten, die gerade im Umgang mit dem Internet psychopathologische Symptome entwickeln, mithilfe internetbasierter Ansätze zu therapieren. Das von der Arbeitsgruppe um te Wildt entwickelte Verfahren Online-Ambulanz-Service für Internetsüchtige (OASIS) stellt jedoch fraglos eine raffinierte Methode dar, um die Vorteile

des Internets gezielt zu therapeutischen Zwecken zu nutzen und Betroffene dort abzuholen, wo sie stehen. Dementsprechend führte Herr te Wildt aus, dass das Verfahren nicht den Anspruch hat, Betroffene über reine Onlinekontakte zu behandeln. Vielmehr sei es das Ziel, über internetbasierte Kommunikation die Zugangsschwelle zu senken und eine erste motivationale Einwirkung auf Betroffene zu erreichen. Die eigentliche Behandlung des Störungsbildes erfolgt in einem zweiten Schritt über die gezielte Vermittlung an spezifizierte Einrichtungen, wozu psychosoziale Beratungsstellen, Fachambulanz und Kliniken zählen. Die vorgestellten ersten Daten zur Evaluation des Projekts erscheinen vielversprechend [10].

Innovative Behandlungs- und Forschungsansätze

Als weiteren Hauptredner durfte der Fachverband Herrn Dr. Bilke-Hentsch begrüßen, ebenfalls seit Jahren ein Experte auf dem Gebiet [11] sowie Mitherausgeber von verschiedenen Fachbüchern zum Thema und seines Zeichens Chefarzt der sozialpädagogisch-psychiatrischen Modellstation für schwere Adoleszentenstörungen (SOMOSA) in Winterthur (Schweiz). Sein Vortrag „Modellprojekt MediaLab bei der Behandlung von internetbezogenen Störungen“ unterstrich ebenfalls, dass das Potenzial neuer Technologien im speziellen therapeutischen Kontext nicht vernachlässigt werden sollte. Das vorgestellte Modellprojekt in der Schweiz sieht eine stationäre Langzeittherapie von vornehmlich jungen Menschen vor, bei denen internetbezogene Störungen als komorbide Erscheinung behandelt werden. Bilke-Hentsch führte aus, dass die Internetnutzung somit für diese spezielle Klientel eine besondere Funktionalität aufweise. Dementsprechend gering sei die Veränderungsmotivation ausgeprägt. Anstatt es also mit einem allgemeinen Abstinenzverbot zu versuchen, sieht der Ansatz der Modellstation SOMOSA eher eine Kanalisierung der Medienaffinität der dort behandelten zumeist männlichen Patienten vor. Über die Einbindung von Medienpädagogin in das Therapieset-

ting gelinge es sehr gut, einen speziellen Zugang zu den Patienten zu erhalten und deren zuvor unkontrolliertes Medien-nutzungsverhalten sukzessive auf enger umgrenzte, funktionale und gestaltende Bereiche zu lenken. Insbesondere das kreative Moment, welches einer funktionalen Internetnutzung innewohnt, stelle für die Patienten eine Bereicherung des klinischen Alltags dar und fördere zudem zuvor verborgene Kompetenzen.

Will man sich einem Störungsbild auf ganzheitlicher Ebene nähern, stellen die modernen Neurowissenschaften einen unverzichtbaren Bestandteil dar. Der Vortrag „Identität und Selbstkonzept bei Computerspielsucht“, fachkundig präsentiert von Frau PD Tagrid Lemenager, Zentralinstitut für Seelische Gesundheit (ZI Mannheim), ebenfalls eine langjährige Expertin im Bereich Behandlung und Erforschung von Computerspielsucht, stellte Forschungsarbeiten zur Verknüpfung von klassischen psychologischen Konstrukten und neurobiologischen Korrelaten auf ebenso informative wie spannende Art und Weise dar. Frau Lemenager präsentierte unter anderem Daten einer eigenen Untersuchung [12] unter Verwendung der funktionellen Magnetresonanztomographie (fMRT). Um vermutete, bislang aber nicht nachgewiesene Diskrepanzen zwischen dem Selbstkonzept von computerspielsüchtigen Patienten und ihrem virtuellen Ich, dem Avatar, zu untersuchen, wurden den Patienten verschiedene Bildreize gezeigt, welche entweder sie selbst als reale Person oder ihren Avatar darstellten; die dabei ausgelöste Aktivierung spezifischer Gehirnareale wurde als Zielvariable aufgezeichnet. Tatsächlich bestätigten sich in der Auswertung die zuvor vermuteten Diskrepanzen: Insbesondere im Gyrus angularis, einer Struktur, die als neuroanatomisches Korrelat des Selbstkonzepts angesehen wird, wurde bei Betrachtung des eigenen Bildes eine geringere Aktivierung als bei der Betrachtung des Avatars sichtbar. Die Untersuchungsergebnisse legen nahe, dass bei Patienten mit Computerspielsucht deutliche Defizite in der Eigenwahrnehmung des Selbstkonzepts vorliegen. Diese Defizite bilden sich in der relativen Hypoaktivierung des Gyrus

angularis auf neurobiologischer Ebene ab. Weiter deuten die Befunde an, dass demgegenüber der eigene Avatar als positiver wahrgenommen wird und sich Patienten gegebenenfalls stärker mit dieser virtuellen Figur als mit dem eigenen Selbst identifizieren. Diese Ergebnisse lassen wiederum darauf schließen, dass Betroffene von spezialisierten Therapieansätzen profitieren könnten, die diese spezielle Diskrepanz aufgreifen. Möglich wären hier Interventionsstrategien aus der Tradition der Schematherapie – ein Gedanke, der im Vortrag „Spielsucht als Störung der Affektregulation“ von Christian Groß vertieft aufgegriffen wurde. Herr Groß stellte das Potenzial schematherapeutischer Ansätze bei der stationären Therapie Betroffener vor und untermauerte die praxisbezogenen Therapiebausteine mit passenden Konzepten.

Prävention internetbezogener Störungen

In den vergangenen Jahren sind verschiedene Ansätze der Prävention für internetbezogene Störungen entstanden. Im Wesentlichen handelt es sich um auf Jugendliche zugeschnittene Ansätze, die an Schulen realisiert werden. Wenngleich das Setting ähnlich ist, unterscheiden sich die Herangehensweisen dieser Ansätze deutlich und eine adäquate Überprüfung und ein Vergleich der Wirksamkeit derartiger Konzepte stehen derzeit noch aus. Throuvala und Kollegen [13] veröffentlichten unlängst eine systematische Literaturübersicht zu wissenschaftlichen Publikationen über die Prävention internetbezogener Störungen. Es konnten 1597 Arbeiten identifiziert werden, von denen jedoch lediglich 20 die methodischen Anforderungen erfüllten, was den aktuellen Forschungsbedarf unterstreicht. Exemplarisch sollen drei in diesem Review aus Deutschland eingeschlossene Arbeiten kurz beschrieben werden und um weitere Programme ergänzt werden:

In einer zweiarmligen randomisierten kontrollierten Studie wurde Schülerinnen und Schülern ein vierwöchiges verhaltenstherapeutisches Programm angeboten mit dem Ziel, das Erkrankungsri-

siko für eine internetbezogene Störung zu minimieren sowie assoziierte Aspekte, wie Problemlösefähigkeit und Emotionsregulation im Sinne einer Ressourcenstärkung, zu verbessern [14]. In einer clusterrandomisierten kontrollierten Studie wurden an vier Wochenenden Medienbildungswochenenden von geschulten Experten angeboten. Ziel war es, die Nutzungszeiten zu reduzieren und problematische Nutzungsmuster abzubauen. Zusätzlich sollten elterliche Kontrolle und Medienregeln implementiert werden [15].

In einem breitenwirksamen Ansatz wurde ein Peer-Education-Konzept erstellt, welches in digitalen Methodenkoffern komplette Arbeitsmaterialien für Lehrer zur Verfügung stellt. Die Lehrer finden Arbeitsmaterial für drei Workshops mit den Themen: Sensibilisierung der Internetsucht (Workshop I), Diagnostische Kriterien der Internetsucht (Workshop II) und Mikrotransaktionen und Monetarisierungskonzepte von Computerspielen (Workshop III). Ziel ist es, dass die Schüler die bereitgestellten Arbeitsmaterialien selbst bearbeiten, dabei ihre eigenen Erfahrungen einbringen, reflektieren und somit ein Verständnis für die Abhängigkeitserkrankung Internetsucht ausbilden können. Über das gemeinsame Arbeiten am Thema soll ein tief greifendes Verständnis hergestellt werden. Somit kann zum einen die Entwicklung eines internetsüchtigen Verhaltens vermieden werden, zum anderen werden die Jugendlichen selbst dazu befähigt, betroffenen Jugendlichen die Hand zu reichen [16].

Eines der vielversprechenden Programme in Deutschland, das sich nicht in dem Review wiederfindet, ist die Multiplikatorenschulung Net-Piloten, welche von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) in einer bundesweiten Präventionskampagne Kinder und Jugendliche zwischen 12 und 18 Jahren adressiert.

Ein weiteres Projekt ist „ESCapade – Familienorientierte Intervention bei problematischer Computernutzung“ von der Drogenhilfe Köln. Hier stehen Familien von Jugendlichen mit exzessiver Computernutzung im Fokus. Das Ziel in diesem Programm ist einerseits eine Stressreduk-

tion innerhalb des Familiensystems als auch die Implementierung von adäquaten familiären Regeln in Bezug auf die Mediennutzung [17].

Einen besonderen und innovativen Ansatz der Prävention stellt das Kooperationsprojekt „Bildersucht & Cyberflucht“ dar, eine Wanderausstellung mit Erlebnisinstallationen. Das Projekt wurde beim Symposium von Stephan Pitten in Form eines Vortrags vorgestellt. In den Jahren 2017 und 2018 hatte der Fachverband Medienabhängigkeit e. V. das Konzept für diese Ausstellung zusammen mit dem deutschen Regisseur und Drehbuchautor Hansjörg Thurn erarbeitet. Die Förderung erfolgt durch die Auerbach-Stiftung. Kernpunkt der Installation ist ein begehbare Kubus, der außen und innen das direkte Erleben des Themas „internetbezogene Störungen“ ermöglicht. Präsentiert werden Bild-, Film-, Ton- und Textmaterialien zu Suchtauslösern, zum Umgang mit der Sucht und zu relevantem Hintergrundwissen (u. a. über Fallstudien, Zahlen zur Epidemiologie, Therapieformen). Online kann die Ausstellung über <https://freiheit.pro> mit sämtlichen Inhalten erfahren werden.

Zum einen ist diese Ausstellung eine gute Möglichkeit, die Öffentlichkeit für das Thema zu sensibilisieren und zum Diskurs anzuregen. Zum anderen kann durch die Verknüpfung mit den jeweiligen örtlichen Beratungsstellen, Kliniken, öffentlichen Amtsträgern und Schulen auf weiterführende Informationen und Hilfen verwiesen werden. Es soll verhindert werden, dass bereits Gefährdete ohne Risikobewusstsein weiter in Problemverhalten abdriften, was langfristig die Teilhabe an Beruf und Gesellschaft erschwert oder gar verhindert. Seit Juli 2018 wird die Ausstellung unter anderem im Rahmen von Suchtaktionstagen, schulischen Projekten und öffentlichen Diskursen in Museen und Bibliotheken sowie klinischen Einrichtungen gezeigt.

Seit Anfang 2019 findet eine Erweiterung des Projekts statt, um noch gezielter relevante Zielgruppen anzusprechen. Es soll unter anderem ein Leitfaden zur Rezeption und Verwertung der Ausstellung im schulischen und betrieblichen Kontext vorgestellt werden. In einem weite-

ren Schritt beteiligt sich der Fachverband an der Entwicklung eines Browsergames, welches die Inhalte der Ausstellung aufgreifen und erlebbar machen soll. Die Zielgruppe kann hierbei ohne erhobenen Zeigefinger innerhalb der ihr nativ vertrauten Erlebenswelt angesprochen und zur kritischen Auseinandersetzung mit den eigenen Nutzungsweisen motiviert werden.

So geht es weiter

Statt eines abschließenden Fazits nach einer gelungenen Jubiläumsveranstaltung lohnt sich der Blick zurück auf die Ankündigung zum Symposium:

„Dennoch bleiben weiterhin Fragen und Aufgaben im Feld der Computerspielsucht und anderer internetbezogener Störungen offen. Auch zukünftig widmen wir uns diesen Aufgaben und formulieren die richtigen Fragen.“

Korrespondenzadresse

Dr., Dipl.-Psych. Kai W. Müller

Grüßer Sinopoli-Ambulanz für Spielsucht, Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Universitätsmedizin der Johannes Gutenberg-Universität Mainz
Untere Zahlbacher Str. 8, 55131 Mainz, Deutschland
muellka@uni-mainz.de

Einhaltung ethischer Richtlinien

Interessenkonflikt. K.W. Müller, K. Kiepe, S. Pitten und M. Dreier geben an, dass kein Interessenkonflikt besteht.

Dieser Beitrag beinhaltet keine von den Autoren durchgeführten Studien an Menschen oder Tieren.

Literatur

1. World Health Organization (2018) The ICD-11 classification of mental and behavioral disorders: diagnostic criteria for research. World Health Organization, Geneva
2. Rumpf H-J, Arnaud N, Batra A et al (2016) Memorandum internetbezogene Störungen der Deutschen Gesellschaft für Suchtforschung und Suchttherapie. Sucht 62:167–172
3. Wölfling K, Müller KW (2010) Pathologisches Glücksspiel und Computerspielsucht – Wissenschaftlicher Kenntnisstand zu zwei Varianten substanzungebundener Abhängigkeitserkrankungen. Bundesgesundheitsblatt Gesundheitsforschung Gesundheitsschutz 53:306–312

4. King DL, Delfabbro PH, Griffiths M, Gradisar M (2012) Cognitive-behavioral approaches to outpatient treatment of internet addiction in children and adolescents. *J Clin Psychol* 68:1185–1195
5. King DL, Delfabbro PH, Wu AM et al (2017) Treatment of Internet gaming disorder: an international systematic review and CONSORT evaluation. *Clin Psychol Rev* 54:123–133
6. Dreier M, Wölfling K, Duven E, Giral S, Beutel ME, Müller KW (2017) Free-to-play: about addicted whales, at risk dolphins and healthy minnows. Monetization design and Internet gaming disorder. *Addict Behav* 64:328–333
7. Müller KW, Wölfling K (2017) Pathologischer Mediengebrauch und Internetsucht. Kohlhammer, Stuttgart, S 73f
8. Eichenberg C (2007) Einsatz von „virtuellen Realitäten“ in der Psychotherapie. *Psychotherapeut* 52:362–367
9. Parsons TD, Rizzo AA (2008) Affective outcomes of virtual reality exposure therapy for anxiety and specific phobias: a meta-analysis. *J Behav Ther Exp Psychiatry* 39:250–261
10. te Wildt B, Dieris-Hirche J, Bottel L (2018) Entwicklung und Evaluation eines Online-Ambulanz-Service zur Diagnostik und Beratung von Internetsüchtigen (OASIS). Abschlussbericht an das Bundesministerium für Gesundheit. https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/Berichte/Abschlussbericht/Abschlussbericht_OASIS.pdf. Zugriffen: 06.03.2019
11. Bilke-Hentsch O, Calia G, Pellarin M, Müller KW, Wölfling K (2012) Pathologischer Mediengebrauch und sog. Internetsucht in der klinischen Praxis. *Pädiatr Prax* 78:507–515
12. Leménager T, Dieter J, Hill H et al (2014) Neurobiological correlates of physical selfconcept and self-identification with avatars in addicted players of Massively Multiplayer Online Role-Playing Games (MMORPGs). *Addict Behav* 39:1789–1797
13. Throuvala MA, Griffiths MD, Rennoldson M, Kuss DJ (2018) School-based prevention for adolescent Internet addiction: prevention is the key. A systematic literature review. *Curr Neuropsychopharmacol* 16. <https://doi.org/10.2174/1570159x16666180813153806>
14. Lindenberg K, Halasy K, Schoenmaekers S (2017) A randomized efficacy trial of a cognitive-behavioral group intervention to prevent Internet Use Disorder onset in adolescents: The PROTECT study protocol. *Contemp Clin Trials Commun* 6:64–71
15. Walther B, Hanewinkel R, Morgenstern M (2014) Effects of a brief school-based media literacy intervention on digital media use in adolescents: cluster randomized controlled trial. *Cyberpsychology Behav Soc Netw* 17:616–623
16. Dreier M, Wölfling K, Beutel ME, Müller KW (2015) Prävention der Internetsucht [Prevention of Internet Addiction]. *Pädiatrie Pädologie* 50:200–205
17. Mortler M (2018) Digitale Medien – Fortschritt ohne Schattenseiten? In: Bär C, Grädler T, Mayr R (Hrsg) Digitalisierung im Spannungsfeld von Politik, Wirtschaft, Wissenschaft und Recht. Springer Gabler, Berlin, Heidelberg, S 275–284