

## LITERATURREFERAT

---

### Pathologische Internetnutzung – ein Überblick

#### Einleitung

Mit der zunehmenden Verbreitung von PC und Internet nehmen auch die Berichte über eine missbräuchliche Verwendung zu. Die ersten Berichte über exzessiven oder unangemessenen Computergebrauch gab es bereits in den 1970er Jahren. Doch erst seit den 1990er Jahren wird das Thema in der medizinischen und psychologischen Literatur aufgegriffen. Obwohl die pathologische Internetnutzung immer mehr in den Fokus der Öffentlichkeit rückt, gibt es bis heute keine allgemein gültige Definition des Phänomens. Es besteht allerdings Einigkeit darüber, dass das Phänomen problematischen Computergebrauch beinhaltet, die Betroffenen darunter leiden und in wichtigen Lebensbereichen eingeschränkt sind.

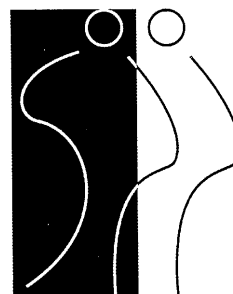
#### Definition und Klassifikation

Derzeit wird die korrekte Einordnung der pathologische Internetnutzung diskutiert. Einige Forscher ordnen pathologische Internetnutzung analog der stoffgebundenen Abhängigkeiten ein, andere unter die Zwangserkrankungen und wieder andere unter die Impulskontrollstörungen. Diese verschiedenen Ansätze spiegeln sich auch in den unterschiedlichen Namen wider: zwanghafter Computergebrauch, pathologischer Internetgebrauch, problematischer Internetgebrauch, Internetsucht oder Internetabhängigkeit. Es besteht auch noch keine Einigkeit darüber, ob der Fokus der Störung auf dem Computergebrauch oder dem Internetgebrauch liegt.

Es gibt inzwischen mehrere Definitionen für pathologische Internetnutzung. Young (1998) schlägt die diagnostischen Kriterien in Anlehnung an die Kriterien für Pathologisches Glücksspiel vor. Dabei wird nur der nicht-essentielle Computer- bzw. Internetgebrauch, d.h. nicht im Rahmen von Ausbildung oder Beruf stattfindender Computer- bzw. Internetgebrauch, berücksichtigt. Die pathologische Internetnutzung umfasst dabei folgende fünf Subtypen:

1. Cybersexabhängigkeit (Cybersexual addiction): Bei Personen, die Online-Pornographie anschauen, herunterladen und handeln oder in Chat-Räumen für Rollenspiele für Erwachsene eingebunden sind.
2. Cyberbeziehungsabhängigkeit (Cyber-relational addiction): Die virtuellen Beziehungen werden wichtiger als die realen Beziehungen.
3. Internetzwang (Net compulsion) mit einer Vielzahl von möglichen Verhaltensweisen inklusive Online-Glücksspiel, Einkaufen oder Aktienhandel
4. Informationsüberflutung (Information overload): Es wird übermäßig viel Zeit dafür aufgewendet, Informationen zu sortieren, zu sammeln und zu organisieren.
5. Computerabhängigkeit (Computer addiction): Abhängigkeit von Computerspielen

Bei der Einordnung von pathologischer Internetnutzung in die Impulskontrollstörungen zeigen sich eine Reihe von Ähnlichkeiten mit anderen Impulskontrollstörungen, wie dem Pathologischen Glücksspielen. Bis zu einer genauen Klärung der Einordnung kann die pathologische Internetnutzung in die nicht näher bezeichnete Störung der Impulskontrolle eingeordnet werden.



### Bayerische Akademie für Suchtfragen

in Forschung und Praxis BAS e.V.

Landwehrstr. 60-62  
80336 München  
Tel.: 089-530 730-0  
Fax: 089-530 730-19  
E-Mail: [bas@bas-muenchen.de](mailto:bas@bas-muenchen.de)  
Web: [www.bas-muenchen.de](http://www.bas-muenchen.de)

### Landesstelle Glücksspielsucht in Bayern



#### Kooperationspartner:

Bayerische Akademie für Suchtfragen in Forschung und Praxis e.V. (BAS)  
[www.bas-muenchen.de](http://www.bas-muenchen.de)

IFT Institut für Therapiefor-  
schung  
[www.ift.de](http://www.ift.de)

Landesarbeitsgemeinschaft  
der freien Wohlfahrtspflege  
in Bayern (LAGFW)  
[www.lagfw.de](http://www.lagfw.de)

#### Geschäftsstelle:

Edelsbergstr. 10  
80686 München  
[info@lsgbayern.de](mailto:info@lsgbayern.de)  
[www.lsgbayern.de](http://www.lsgbayern.de)

BAS e.V. (VR 15964)

**Bankverbindung:**  
Bank für Sozialwirtschaft AG  
Konto-Nr. 8890100  
BLZ 700 205 00

**1. Vorsitzender:**  
PD Dr. med. Norbert Wodarz  
**2. Vorsitzender:**  
Prof. Dr. Dr. Dr. Felix Tretter  
**Schatzmeister:**  
Bertram Wehner, Dipl.-Sozialpäd. (FH)

**Vorstandsmitglieder:**  
Christiane Fahrnbacher-Lutz,  
Apothekerin  
Dr. rer.soc. Christoph Kröger,  
Dipl.-Psychologe  
**Ehrevorsitzender:** Prof. Dr. med. Jobst Böning

Einige Autoren, wie z.B. Griffiths (2000) und Huisman et al. (2001), stellen das Vorhandensein der Diagnose „pathologische Internetnutzung“ in Frage und kritisieren die bisherigen Versuche, pathologische Internetnutzung aufgrund der momentanen methodisch schwachen Untersuchungen als Störung einzuordnen.

### **Diagnostik**

Für ein grobes Screening haben sich bislang folgende Fragen als hilfreich erwiesen:

- Haben Sie das Gefühl, dass Sie sich übermäßig mit dem Computer oder dem Internet befassen?
- Haben Sie das Gefühl, dass Ihre Computer- oder Internetnutzung exzessiv, unangemessen oder wenig kontrolliert ist?
- War der Drang, den Computer oder das Internet zu nutzen oder die Nutzung an sich, jemals so zeitaufwendend, dass Sie sich deshalb traurig oder schuldig fühlten oder es zu ernsthaften Problemen in Ihrem Leben geführt hat?

Bislang wurden u.a. folgende Beurteilungsinstrumente für pathologische Internetnutzung vorgestellt:

- Internet Addictive Behavior Inventory (IRABI) von Brenner (1997): 32 Items mit guter interner Konsistenz
- Internet Addiction Test (IAT) von Young (1998): 20 Items, reliabler und valider Test
- Internet Behavior and Attitudes Scale von Morahan-Martin & Schumacher (2000): 25 Items

Bislang hat sich allerdings noch kein Test als „Gold Standard“ durchgesetzt.

### **Epidemiologie**

Es gibt bereits eine Reihe von Studien, in denen die Prävalenzraten von pathologischer Internetnutzung geschätzt werden. Allerdings konzentrieren sich die meisten Studien auf die jüngere Bevölkerung. Die dabei ermittelten Prävalenzraten bewegen sich zwischen 0,9% (Studenten) und 38% (Altersgruppe der 16-24jährigen). In den USA gibt es eine Telefonbefragung der Allgemeinbevölkerung (Altersgruppe über 18 Jahre), in der Prävalenzraten von 0,3% bis 0,7% ermittelt wurden.

Insgesamt sind es unter den Betroffenen mehr Männer als Frauen zu finden; der Beginn der Erkrankung scheint in den späten 20ern oder den frühen 30ern zu liegen. Zwischen dem Beginn der Computernutzung und dem Beginn des problematischen Gebrauchs liegen etwa elf Jahre.

### **Komorbidität psychischer Störungen**

Es gibt bislang zwei klinische Studien, in denen die Komorbidität bei pathologischer Internetnutzung untersucht wurde. Dabei wurden hauptsächlich affektive Störungen, Angststörungen und Impulskontrollstörungen gefunden.

In Korea fanden Yoo et al. (2004) bei Schulkindern einen Zusammenhang zwischen den Ergebnissen des IAT und den Ergebnissen eines Tests zum Aufmerksamkeitsdefizit-/ Hyperaktivitätssyndrom. Sie gehen von einer Beziehung zwischen diesen beiden Erkrankungen aus.

### **Ätiologie**

Bislang sind die Ursachen für pathologische Internetnutzung unbekannt. Es gibt allerdings verschiedene Theorien über die Entstehung der Erkrankung.

- **Kognitiv-behaviorale Theorie**

Davis (2001) schlägt ein kognitiv-behaviorales Modell zur Erklärung der pathologischen Internetnutzung vor. Dabei sind fehlangepasste Kognitionen, wie Selbstzweifel, selbstbezogenes Gedankenkreisen, niedrige Selbstwirksamkeit und negative Selbstzuschreibungen, entscheidend für die Entwicklung der pathologischen Internetnutzung. Aus dem übermäßigen Internetgebrauch ergeben sich negative Konsequenzen, bspw. in der Schule/Arbeit oder im sozialen Umfeld, die wiederum zu einer Verringerung des Selbstwerts und einem zunehmenden sozialen Rückzug und dadurch zu einem vermehrten Internetgebrauch führen.

- **Defizite bei den Sozialkompetenzen**

Caplan (1998) geht in seiner Theorie davon aus, dass Defizite bei den Sozialkompetenzen bestehen. Seine erste Annahme ist, dass einsame und depressive Menschen ein negatives Bild von ihren Sozialkompetenzen haben. Seine zweite Annahme ist, dass es bestimmte Aspekte computermediierter Kommunikation gibt, die für diese Personen besonders anziehend sind, bspw. eine größere Flexibilität in der Selbstpräsentation oder die Möglichkeit, bestimmte Informationen auszulassen bzw. zu bearbeiten. Damit bietet das Internet die Möglichkeit, Einfluss auf den Eindruck, den man bei anderen hinterlässt, zu nehmen. Eine Präferenz der computermedierten Kommunikation kann seine Ursache in der Annahme haben, dass diese Form der Kommunikation leichter, weniger risikoreich und spannender ist.

### **Behandlung**

Derzeit gibt es noch keine empirischen Daten zur Behandlung von pathologischer Internetnutzung, sondern lediglich erste klinische Erfahrungen.

Bislang wurde häufig die kognitiv-behaviorale Therapie angewandt. Young (2007) hat kürzlich ein Handbuch herausgegeben, in dem als Ursachen für eine übermäßige Nutzung (binge behavior) emotionale Zustände, fehlangepasste Kognitionen und kritische Lebensereignisse genannt werden. Zur Förderung der Abstinenz schlägt sie u.a. folgende Methoden vor: die Nutzung eines externen Stopp-Signals, z.B. Wecker, die Festlegung der zu erledigenden Aufgaben im Vorfeld sowie den Aufbau alternativer Freizeitaktivitäten.

### **Schlussfolgerungen**

Obwohl das Verständnis für die Erkrankung zunimmt, gibt es bislang noch keine Einigung auf eine Definition. Dies erschwert Studien zur Prävalenz. Auch bezüglich der Screening-Instrumente bestehen noch Unklarheiten, da die Reliabilität und Validität der Instrumente bislang nicht zufriedenstellend überprüft wurde. Es gibt zudem noch keine Behandlungsstudien und es ist bislang unklar, welchen Patienten mit einer kognitiv-behavioralen Therapie geholfen werden kann oder ob bzw. wann eine Pharmakotherapie notwendig ist.

*Quelle: Shaw M, Black D W (2008). Internet Addiction. Definition, Assessment, Epidemiology and Clinical Management. CHS Drugs 22 (5): 353-365.*

*Das Literaturreferat wurde erstellt von U. Buchner.*

*Die hier vorgestellten Texte Dritter geben die Meinungen der vorgestellten Autoren und nicht unbedingt die Meinung der Landesstelle Glücksspielsucht in Bayern wider.*