

Mediensucht und Jugendkultur

Dipl.-Psych. Dr. phil. Dr. med. Helmut Niederhofer

FA für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -Psychotherapie

FA für Psychiatrie und Psychotherapie

FA für Allgemeinmedizin

Chefarzt der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik

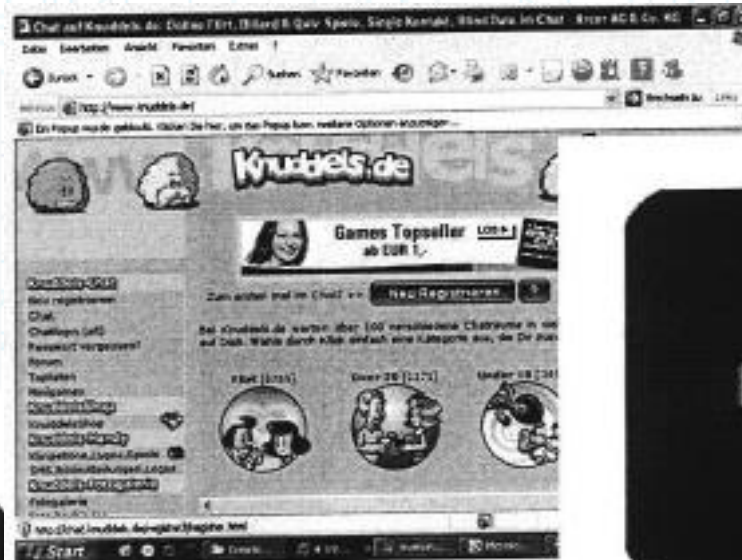
BKH Bayreuth

Internetsucht, Helmut Niederhofer



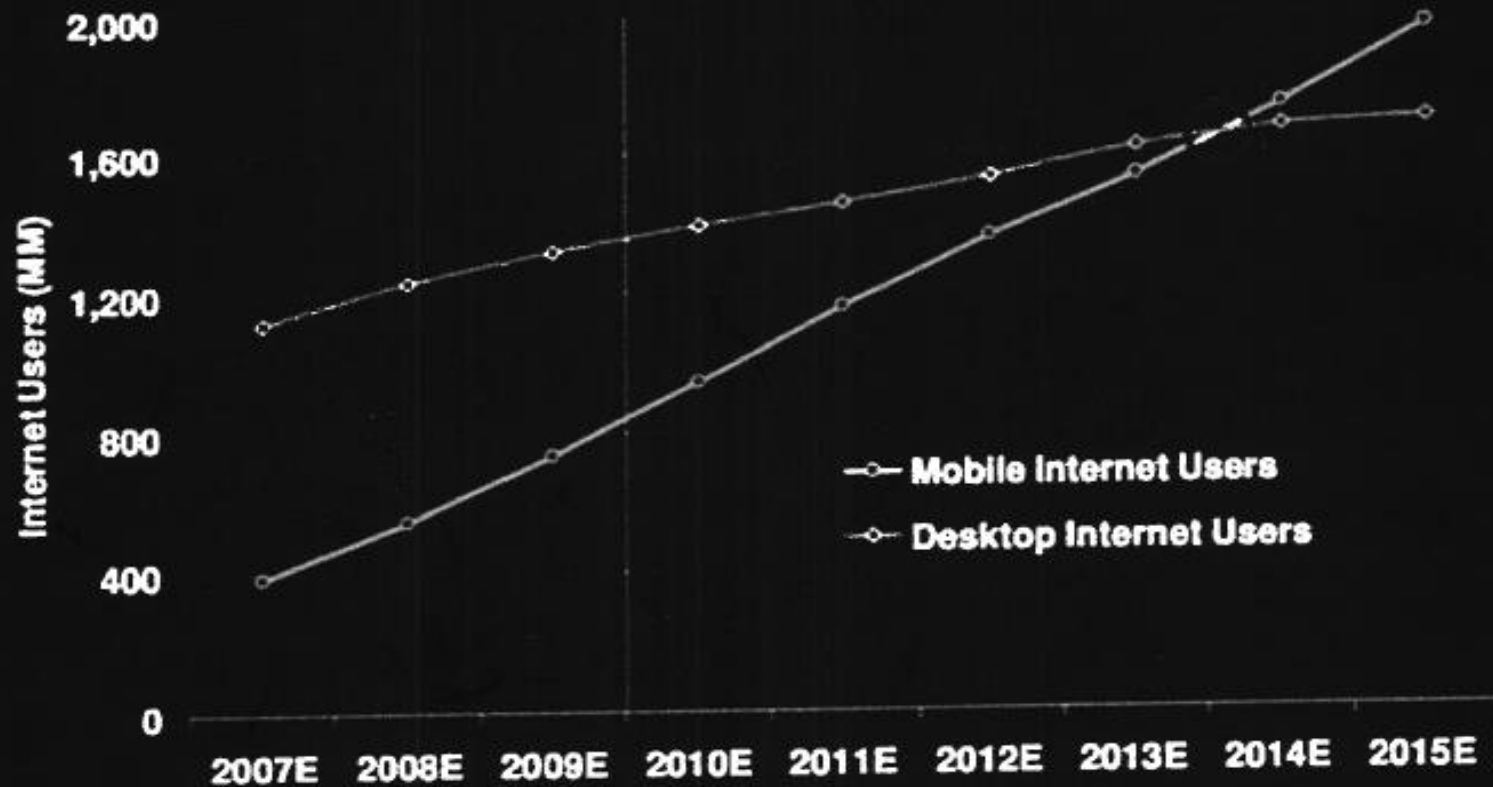
Google

YouTube™



Mobile Users > Desktop Internet Users Within 5 Years

Global Mobile vs. Desktop Internet User Projection, 2007 – 2015E



Morgan Stanley

Source: Morgan Stanley Research.

8

Welche Rolle spielt das soziale Netz im Alltag 12- bis 24-Jähriger?

Studie des Hans-Bredow Institut / Uni Salzburg

- kreativ-engagierte Social Web-Nutzer (Blogger, Programmierer, Webdesigner etc.)
- kritisch-selektive Zwecknutzer (Wenignutzer)
- Intensivnutzer des sozialen Netzes (v.a. Zur Kontaktpflege und Selbstdarstellung)
- Mitläufer: „Dabei sein ist alles“ (unauffällig und unspezifisch)
- Problem-Kompensierer im Netz

Arten der Computer/Internetnutzung

Surfen

Chatten

Spielen

....weitere „Medien“-Nutzungen:

Handy (=praktisch): Telefon, Rechner,
Wecker, Kalender, PC, Radio/TV,... in
einem)

Spielgenres

- Action
- Rollenspiele
- Simulation
- Strategie



Top 10 Spiele männlicher Jugendliche in Deutschland

(Quelle: Rehbein, Kleimann, Mößle 2009)

Titel des Spiels	Genre	USK-Freigabe
Counterstrike	Shooterspiel	16-18
FIFA	Sportspiel	0
Need for Speed	Rennspiel	0-12
Grand Theft Auto	Genremix	18
World of Warcraft	MMORPG	12
Call of Duty	Shooterspiel	18
Battlefield	Shooterspiel	16
Warcraft	Strategiespiel	12
Pro Evolution Soccer	Sportspiel	0
Guild Wars	MMORPG	12

Top 10 Spiele weiblicher Jugendliche in Deutschland

(Quelle: Rehbein, Kleimann, Mößle 2009)

Titel des Spiels	Genre	USK
Die Sims	Simulation	0
Singstar	Partyspiel	0
Need for Speed	Rennspiel	0-12
Solitaire	Denkspiel	0
Super Mario	Geschicklichkeit	0-6
Grand theft Auto	Genremix	18
Counterstrike	Shooterspiel	16
FIFA	Sportspiel	0
Tomb Raider	Action-Adventure	12-16
World of Warcraft	MMORPG	12

Gewalt in Spielen

- Einfache Antwort auf das komplexe Problem Mediengewalt/Computerspielgewalt nicht möglich
- Gewalt in Medien ist weder harmlos noch die zentrale Ursache für Gewalt in der Gesellschaft
- Manche Formen von Mediengewalt haben unter manchen Bedingungen negative Auswirkungen auf manche Nutzer
- Kein nachweisbarer Unterschied zwischen Gewalt im TV und am PC

Faszinationskraft der virtuellen Welten aus Klientensicht

- Hocheffektive und belohnende Bekämpfung aversiver Zustände (z.B. Langeweile, Stress, Ängste usw.)
- „Befriedigung“ von Bedürfnissen in Phantasiewelten
 - Autonomie (Möglichkeit die Beschränkungen des eigenen Handlungsspielraumes zu verlassen)
 - Soziale Anerkennung, Eingebundenheit
 - Klare verlässliche Regeln und Strukturen → Sicherheit
 - Kontrolle (Einsatz des Faktors X führt zu Ergebnis Y)
 - Annahme von Wunschidentitäten
 - Schneller Erfolg ohne Belohnungsaufschub
 - Kompetenzerleben
- *Durchschnittlicher Spielkonsum in einer Stichprobe (N= 168) 24,6 Stunden die Woche (Universität Kassel, 2007). Erhöhter Spielkonsum bei Spielern, die unter realweltlichen Defiziten Leiden*

Einfluss auf ein mögliches Abhängigkeitspotential

(Quelle: KFN Studie 2009)

- eine Vergabe virtueller Belohnungen in Abhängigkeit von der im Spiel verbrachten Zeit
- Eine Vergabe besonders seltener und für den Spieler besonders prestigeträchtige virtuelle Belohnung und Rückgriff auf Mechanismen intimittierender Verstärkung
- Spielprinzipien, die dem Nutzer direkt Nachteile einbringen sofern er nicht regelmäßig die Spielwelt aufsucht (Persistente Spielwelt). Echtzeit: Spiel läuft im Hintergrund weiter!
- Langwieriges Levelsystem, empfundene Unendlichkeit
- Großflächige und komplexe Spielwelt
- Komplexe Aufgabenstellungen, die nur innerhalb einer eingespielten und sich funktional ergänzenden Spielergemeinschaft gelöst werden können, daher einen starken Verpflichtungscharakter, Präsenz in der Spielwelt kann nicht ohne größere innere (Verantwortungsgefühl gegenüber den Mitspielern, schlechtes Gewissen) oder äußere Widerstände (Mitspieler drohen mit Ausschluss aus der Gemeinschaft oder Kontaktabbruch) reduziert werden

...weitere Einflußfaktoren

- Universelle Verfügbarkeit
- Bindung durch monatl. Fixgebühr („Flat-Rate“)
- Doppelter Kompetenzgewinn: Kompetenz bei weiterer Verbesserungsmöglichkeit wird suggeriert.
- Flow: das Spiel bietet einen Level, der weder über- noch unterfordert
- Soziales Prestige

Merkmale einer „Mediensucht“ (nach Young)

- Exzessive Ausführung eines Verhaltens über das normale Maß hinaus
 - Keine feste Stundenzahl
 - Kriterium der Balance
- Einengung des Verhaltensmusters
 - Gedankliche Beschäftigung
 - Kognitive Verzerrungen
 - Verlangen
 - Vernachlässigung sozial erwünschter Verhaltensweisen (Beziehung, Familie)
- Regulation von Stimmungen
- Kontrollverlust
- Toleranzentwicklung
- Entzugserscheinungen
- Schädliche Konsequenzen, inter- und intrapsychische Konflikte



Neurophysiologischer Zusammenhang

Serotonin



basales Wohlfühlgefühl

Dopamin



„Spielerwartung“

Endorphine



Thrill, Kick

Experiment von Studenten: Medienabstinenz

- Die Studenten benutzen Begriffe wie Sucht, Entzug und Abhängigkeit , um ihre Gefühle zu beschreiben.
- Sie haben den medienfreien Tag gehasst. In ihrer Welt bedeutet ein Tag ohne Handy oder Internet soziale Isolation.

Bindungsdynamische Sichtweise

(nach Petry 2009)

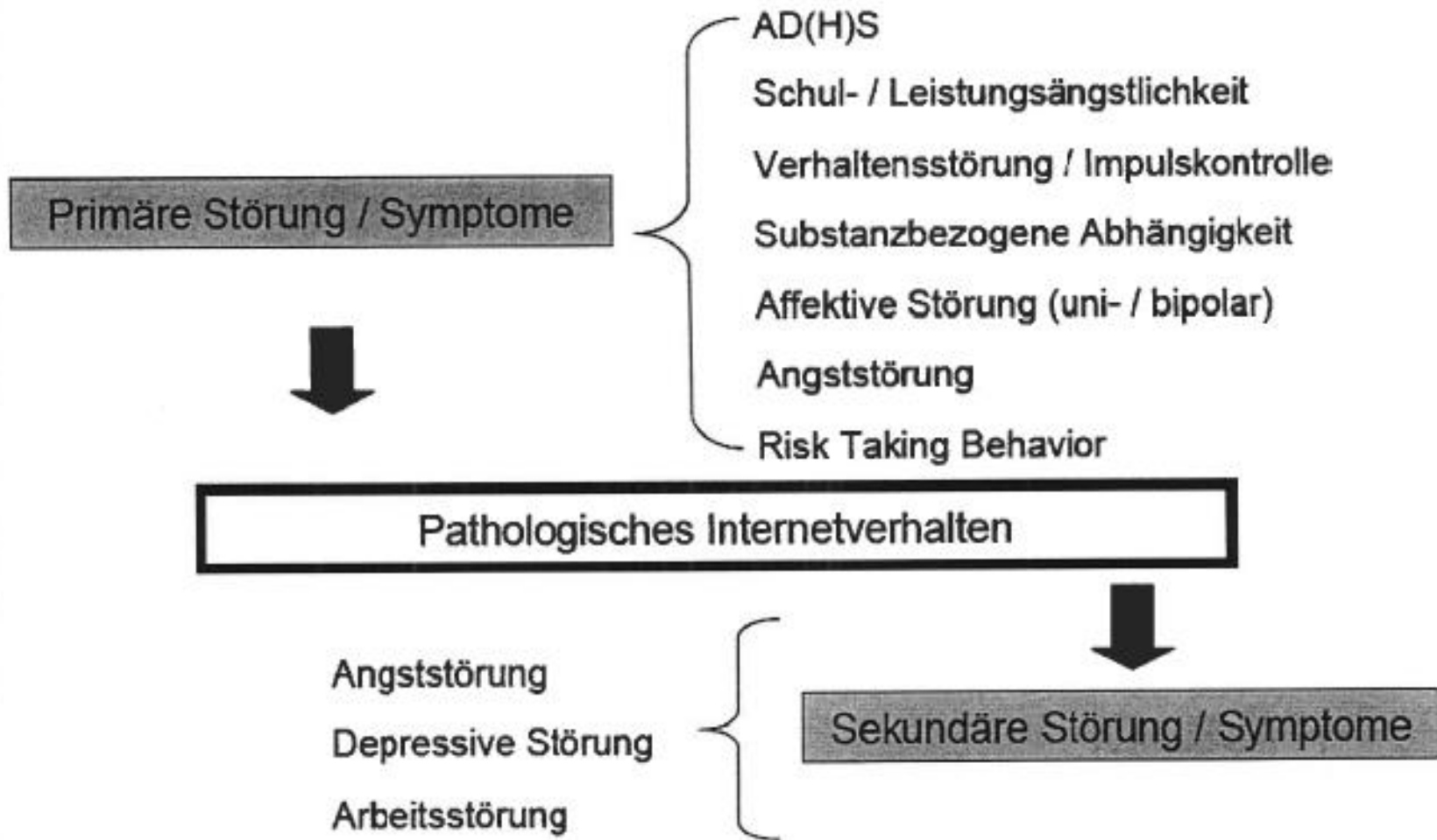
- Sicherheit und Geborgenheit in der Gruppe
- Abkehr von belastender sozial-interaktiver Realität
- Kontrollierbarkeit des Explorationsrahmens
- Onlinewelten als „quasi-beseelte Systeme“
- Zuverlässige Reaktion der Spielsysteme
- Beziehungsangebot ohne Ende
- Zuverlässige Anerkennung nach festen Regeln
- Hohes Verstärkerpotential

Pathologischer Prozess

(nach Petry 2009)

- Passgenaue Verbindung frustrierter Grundbedürfnisse und medialer Angebote
- Regressiver Rückzug in die kindliche Phantasiewelt des Spielens zur Kompensation
- Das Arbeitsmittel Pc/Internet wird zum Lieblingsspielzeug mit hoher subjektiver Valenz
- Zunehmende Einschränkung von Handlungsoptionen auf die Online- Aktivität unter Vernachlässigung alternativer Ressourcen
- Gewohnheitsbildung zu einem weniger bewussten, impulsiveren und reizgesteuertem Handlungsmodus
- Teufelskreisartige Verstärkung durch negative Konsequenzen, insbesondere den sozialen Rückzug

Grundsätzlich zu klären



Problematik bei der Diagnostik, Beratung und Behandlung

- Symptom einer psychischen Grunderkrankung, eine Pathologie im Sinne einer Verhaltenssucht, eine Bindungsstörung, eine Form des „süchtigen Aufschiebens“ oder...
- Risikoverhalten in der Adoleszenz
- Elternproblematik
- Erste Screener, kein standardisiertes Inventar
- Augenscheinvalidität der Instrumente
- Epidemiologie unklar, Prävalenzschätzungen 0,5 - 12%

Konsequenzen	Prozent
Soziale Folgen (Rückzug, Isolation, Beziehungskonflikte)	62,4%
Vernachlässigung von Pflichten (Schule, Ausbildung, Studium, Beruf)	43,6%
Antriebsverlust (verringertes Antriebs, Interessenlosigkeit, Motivationsproblematik)	20,5%
Körperliche Folgen (Schlafmangel, Ernährung, Hygiene, Konzentrationsdefizite, Zittern bei Entzug, Bewegungsapparat)	17,1%
Familiäre Konflikte (Konfliktsteigerung, Kommunikationsstörungen)	16,2%
Tagesstrukturverlust (Verwahrlosung, Verschiebung Tag-Nacht-Rhythmus)	15,4%
Scheitern an Entwicklungsaufgaben (Adoleszenz, Identität, Selbstständigkeit, Weltbild)	9,4%
Verstärkung von Grundbeeinträchtigungen	8,5%
Abnahme der Belastbarkeit (Verlust von Fähigkeiten zur Stress- und Frustrationsbewältigung, Verlust von Fähigkeiten kommunikativer Art)	6,0%

Begünstigende Familienstrukturen / soziales Umfeld

- Unklare „Spiel“-Regeln
- Fernhalten von Frustration und Verantwortung (Realität!)
- Grenzenlosigkeit im Erleben
 - ➔ Unfähigkeit der Verarbeitung von „Störungen“
 - ➔ Lebensuntüchtigkeit
- Verlust des Schutzraumes (familiäre und gesellschaftliche Strukturen), Konfrontierung mit Problemen, die überfordern
- Übermäßiger Medienkonsum in der Familie
- Starke Leistungsorientierung, emotionale Kälte
- Trennungsproblematiken, Partnerersatz, emotionale Abhängigkeiten, symbiotische Beziehungsmuster

Interventionen und Ziele

- adäquater Umgang mit den (neuen) Medien lernen
- Emotionale Kompetenzen: Aufmerksamkeit für die eigenen Gefühle, Mitgefühl für andere entwickeln
- Aufbau zufriedenstellender zwischenmenschlicher Beziehungen (Entwicklung sozialer Kompetenzen), Aufbau fester Beziehungen
- Konstruktiver Umgang mit belastenden oder sozial problematischen Gefühlen (Stressbewältigung), Überwindung von Apathie und Antriebslosigkeit
- Stärkung des Selbst, Selbstvertrauen
- Aufbau der Konzentrations- und Leistungsfähigkeit
- Erlangung von Impulskontrolle
- Stärkung der Problemlösefähigkeit, Handlungsplan
- Aufarbeitung zentraler Konflikte
- Bewältigung der zentralen Entwicklungsaufgaben
- Entwicklung alternativer Interessen
- Klärung von Störungen in Systemen (Familie, Schule, usw.)
- Sensibilisierung der Eltern im Umgang mit jungen, exzessiven Computernutzern (Zuwendung, Aufmerksamkeit, Kommunikation, Belohnung kleiner Erfolge, Konsequenzen)
- Körperliche Gesundheitsfürsorge, Ernährung, Schlaf, Bewegung, Alkohol- und Tabakkonsum

Empfehlungen im Umgang mit Medien

- Offene Haltung und Interesse
- Begleitung durch die Eltern
- Geräte im „öffentlichen Raum“
- Benutzerkonten
- Alleine surfen mit Favoriten und Filtersoftware, Kinderstartseite
- Medienzeiten, Nutzungsvertrag (Konsequenz bei Nichteinhaltung ?)

Empfehlung im Umgang mit dem Medien

- Vorsicht mit Verboten
- Chatregeln
- Aufklärung : Urheberrecht, Persönlichkeitsrechte, Kostenfallen, Datenschutz, Cybermobbing, Straffälligkeiten (Gewaltvideos, Pornographie)
- Internetführerschein (www.internet-abc.de)

Gruppenangebote für Jugendliche und junge Erwachsene

- Erlebnispädagogische Angebote als integraler Baustein einer Behandlung
- Gesprächsgruppenangebot themenbezogen
- Indikative Angebote (Training sozialer / emotionaler Kompetenzen)
- Begleitende Einzelgespräche
- Einbezug Angehörige / soziales Umfeld

Keine Jugendfreigabe

- Gewalthaltige Inhalte
- eventuelle Identifikation mit Spielfiguren
- Im Spiel gewünschtes Handeln kann ethisch-moralischen Anforderungen zuwiderlaufen
- Distanzierung zum Spielgeschehen kann schwer fallen



Vielen Dank für ihre Aufmerksamkeit!