

Gaming- und Internet- bezogene Störungen ...

... erkennen

Das Internet bietet zahlreiche Anwendungen und ist für viele Menschen aus dem beruflichen und privaten Alltag kaum wegzudenken. Anhaltende missbräuchliche Nutzung der Funktionalität, z. B. in Bezug auf Emotionsregulation, Kommunikation- und der Freizeitgestaltung, kann zu erheblichen Beeinträchtigungen und letztlich zu einem eigenen Störungsbild führen.

Unterschiedliche Nutzungsformen

- Allgemeine Internetaktivitäten wie Surfen, Streamen, Recherchieren
- Soziale Netzwerke
- Online-Pornografie
- Computerspiele (online und offline)

Diagnose

Die Nutzung von Computerspielen ist medizinisch klassifiziert. Im ICD-11 findet sie sich als Gaming Disorder (6C51) wieder. Für die Diagnose werden drei Kriterien aufgeführt:

- Kontrollverluste bzgl. Dauer/Häufigkeit
- steigende Priorität des Spielens in erheblichem Ausmaß
- Fortsetzung oder Eskalation des Spielens trotz negativer Konsequenzen, z. B. Arbeit, Familie

... abgrenzen

Die Diagnose Gaming Disorder kommt in Frage, wenn die genannten Kriterien für die Dauer von mindestens 12 Monaten erfüllt sind. In der Adoleszenz ist die Diagnose erschwert, da es zu einer Überschneidung mit alterstypischem Verhalten kommt.

Für andere Internetbezogene Störungen gibt es keine Klassifikation. Leidet die betroffene Person stark unter der Internetnutzung und ist ihre Lebensführung beeinträchtigt, kommen folgende Diagnosen nach ICD-10 in Betracht: „Impulskontrollstörungen“ (F63.8) oder „Sonstige näher bezeichnete Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen“ (F68.8).

Merkmale und Komorbiditäten

Ersten Studien zufolge weisen Menschen mit Internetbezogenen Störungen im Vergleich zur Allgemeinbevölkerung erhöhte Komorbiditäten und Problembereiche auf, z. B.:

- Depressionen
- ADHS-Symptome
- Defizite in der sozialen Interaktionsfähigkeit und Selbstwertregulierung
- Sozialer Rückzug mit sozialphobischen Vermeidungstendenzen
- Missbrauch psychoaktiver Substanzen
- Antriebsverlust außerhalb der PC-/Internet-Aktivität

... behandeln

Deutschland verfügt über ein Netz aus spezialisierten Beratungs- und Behandlungsstellen, ambulant sowie stationär. Volljährige Ratsuchende und Angehörige, die in Freiburg wohnen, können sich in der Suchtberatungsstelle des AGJ-Fachverbandes beraten lassen. Die Beratung umfasst:

- eine ausführliche Verhaltensanamnese
- Begleitung bei ambulanten Reduktionsversuchen durch die Beraterinnen und Berater und
- auf Wunsch Vermittlung in stationäre oder ambulante Behandlung.

Die Erstberatung in der Suchtberatung Freiburg ist kostenfrei und vertraulich. Behandlungskosten übernimmt in der Regel die Renten- oder Krankenversicherung. Die Behandlungsdauer ist abhängig von Behandlungsform und individuellen Faktoren.

Das können Sie tun

Internetbezogene Probleme sind für betroffene Personen oft mit Scham verbunden. Sprechen Sie Ihre Sorgen und Vermutungen aktiv an und erklären Sie, dass Internetbezogene Störungen zu einem behandlungsbedürftigen Problem werden können und es wirkungsvolle Behandlungsmöglichkeiten gibt.

Fragen?

Haben Sie Fragen zum Thema Gaming- und Internetbezogene Störungen? Sie können uns gerne in unserer Beratungsstelle anrufen.

Suchtberatung Freiburg

Oberau 23
79102 Freiburg
Tel. 0761 207620

suchtberatung-freiburg@agj-freiburg.de
www.suchtberatung-freiburg.de

Alle Angaben erfolgen trotz sorgfältiger
Recherche ohne Gewähr.
Stand: 11/2020

Erste Einschätzung

Folgende Fragen* helfen bei der Einschätzung, ob eine Internetbezogene Störung oder eine „Gaming Disorder“ vorliegen könnte:

1. Werden Kontrollverluste bzgl. Häufigkeit oder Nutzungsdauer bei der Internetnutzung oder dem Computerspielen erlebt?
2. Kommt es häufig zu Vernachlässigungen alltäglicher Bedürfnisse/Verpflichtungen wie Familie, Arbeit, Schlaf, weil das Internet oder das PC-Spiel einen höheren Stellenwert hat?
3. Wird das Spiel- oder Nutzungsverhalten trotz des Auftretens negativer Folgen fortgesetzt?
4. Werden das Internet oder die Computerspiele häufig zur Stimmungsregulation genutzt?

Wenn zwei oder mehr Fragen mit JA beantwortet werden, ist dies ein Hinweis auf eine problematische Mediennutzung. Weisen Sie Betroffene gerne auf Hilfemöglichkeiten, z. B. Suchtberatung, hin.

* In Anlehnung an „Compulsive Internet Use Scale“ (CIUS; Meerkerk GJ et al., 2009) und die ICD-11-Diagnose 6C51 „Gaming Disorder“

Kontakt

Suchtberatung Freiburg
Oberau 23, 79102 Freiburg
Tel. 0761 207620

suchtberatung-freiburg@agj-freiburg.de
www.suchtberatung-freiburg.de



Suchtberatung
Freiburg



Gaming- und Internet- bezogene Störungen erkennen und behandeln



Die Suchtberatung Freiburg ist Teil des Verbundes des AGJ-Fachverbandes für Prävention und Rehabilitation in der Erzdiözese Freiburg e. V. Dieser umfasst mehrere Fachkliniken und ambulante Beratungs- und Behandlungsstellen für Menschen mit Suchtproblemen und deren Umfeld.



Die Erstellung dieses Flyers erfolgte im Rahmen eines von der GlücksSpirale geförderten Projekts und mit Unterstützung von Lost in Space (Berlin).

Informationen
für Ärzte/-innen
und Therapeuten/-innen