

Protokoll Workshop 1
Referent: Dr. Martin Zobel

„Onlinesucht- Nur noch fünf Minuten...!“- Lust und Last des Internets

Überblick:

1. Historie
2. Internetnutzung
3. verschiedene Standpunkte
 - 3.1. Wann wird Internetkonsum gefährlich?
 - 3.2. Kategorien
 - 3.3 Standpunkte
 - 3.4 mögliche Symptome
 - 3.5 Probleme bei der Behandlung
4. Film
5. Gefährdung
6. Fragebogen
7. wichtige Adressen

1. Historie:

Im Jahr 1990 erlaubte sich ein Psychologe einen Scherz und schickte per Email einen Symptomkatalog für Onlinesucht herum. Allerdings hatte er nur den Symptomkatalog aus dem DSM-IV von Spielsucht abgewandelt. Verwunderlicher Weise antworteten viele auf diese Email, aus der Besorgnis heraus wirklich krank zu sein.

2. Anfängliche Fragerunde :

In welchen Bereichen sind Sie bisher in Kontakt mit Onlinesucht gekommen?

- Erfahrungsberichte aus Kliniken
- Problem an dieser Stelle: Komorbidität oder Kompensation, bzw. Suchtverlagerung vor allem durch das Spielen von Onlinerollenspielen
- Elternberatung: geplante Konzepte zur Beratung
- Chat-rooms als Selbsthilfegruppen (Moderierter Chat)

Tendenziell nutzen laut der ARD/ ZDF Onlinestudie 1997-2007 mehr Männer als Frauen das Internet

Fast 100% der Jugendlichen besitzt Zugang zum Internet

Fragen: Wo fängt sucht an? Warum erst Sucht , wenn Problem anfängt !

3. Verschiedene Standpunkte:

3. 1. Wann wird Internetkonsum gefährlich?

Was ist pathologischer Internet-Gebrauch?

- exzessiver Gebrauch des Mediums Internet, mehr in der Regel als 35 Stunden pro Woche online;
- Die virtuelle Welt dient mehr und mehr dazu, Anerkennung und Bestätigung zu finden, Beziehungen aufzubauen, Lust, Spannung, Ablenkung etc. zu erfahren;

- Ein Verzicht auf das Internet bewirkt ausgeprägte Mangelerscheinungen;
- Der Bezug der realen Welt geht zunehmend verloren;
- die virtuelle Welt wird immer mehr Parallelwelt bis hin zur Ersatzwelt

3.2. Nach Young gibt es vier Kategorien nach denen der Internet-Gebrauch eingeteilt wird:

Beziehungen: Chats, Foren, Kontaktanzeigen, Email, interaktive Spiele

Sex: Pornographie, privat und kommerziell, Erotik –Chats.

Net Compulsion: Shopping, Auktionen im Internet, Musik herunterladen, Spiele mit Geldeinsatz

Information-Overload: Surfen, Software herunterladen

3.3. Folgende Standpunkte können unterschieden werden:

Der exzessive Gebrauch des Internet kann als neue stoffungebundene Sucht verstanden werden;

Der exzessive Gebrauch des Internets kann, vergleichbar dem pathologischen Spielen, als „ Pathologischer Internet-Gebrauch“ (PIG) klassifiziert werden;

Der exzessive Gebrauch des Internet ist selbst keine Erkrankung, eher ein Hinweis auf andere psychische Grundstörungen oder soziale Konflikte (Epiphänomen)

Der exzessive Gebrauch des Internet ist keine Störung, sondern stellt lediglich eine Phase dar, die früher oder später durch eine Phase von vermindertem Konsum wieder abgelöst wird.

3.4. mögliche Symptome:

Häufig gedankliche Beschäftigung mit vergangenen oder zukünftigen Online-Aktivitäten ;

-Drang, das Internet während immer längerer Zeitabschnitte zu benutzen;

-Vergebliche Versuche, die Nutzung des Internets zu kontrollieren;

-Reizbare Stimmung, wenn versucht wird, die Nutzung einzuschränken oder aufzugeben;

-Problemen oder unangenehmen Gefühle wird durch die Online-Aktivität zu vertuschen

-Häufige Online-Aktivitäten, obwohl die Erfüllung sozialer oder beruflicher Pflichten vorrangig wäre;

-Aufgeben von wichtigen sozialen, beruflichen oder Freizeitaktivitäten um online zu sein

3.5. Probleme:

- Leidensdruck bei den Eltern ist entscheidend

- Selten Problembewusstsein bei den Patienten

- Ziel der Behandlung kann nicht die Abstinenz sein

4.Film:

Video eines Beitrags von Phoenix mit dem Titel: „Gefangen im Netz“ von Simone Simolka

Eine Dokumentation über drei Kinder im Alter von 12, 13 und 16 Jahren über ihren fragwürdigen Medienkonsum. Drei Lebenswege in der Welt der Medien.

6. Fragebogen

Projekt: „Jugendliche mit Mediensucht in der ambulanten psychotherapeutischen und psychiatrischen Versorgung“

- Fragebogen von Martin Zobel
- Wie viele Patienten gibt es wirklich?
- N= variiert
- Große Unsicherheit vorhanden, weshalb nur selten die Diagnose von Onlinesucht gestellt wird

Ergebnisse:

Es gibt zu viele unterschiedliche Ergebnisse. So variieren die Prävalenzen der verschiedenen Studien zwischen 3,2 % und 9,0 %.

5. Wer ist für pathologischen Internet- Gebrauch gefährdet?

- Je stabiler die soziale Einbindung, desto geringer das Risiko
- Einsamkeit als Stressor, Onlinekonsum als Stressbewältigung und positiver Verstärker
- Gering ausgeprägte soziale und emotionale Kompetenzen, soziale Ängstlichkeit, geringer Selbstwert, geringe Lebenszufriedenheit
- Vermeidung von unangenehmen Gefühlszuständen, keine aktive Auseinandersetzung mit Problemlagen

7. Adressen:

www.onlinesucht.de
www.rollenspielsucht.de
www.onlinesucht.at
www.online-sucht.de