

# 33. Westf.-Lippische Elternkreistagung

## „Süchte der heutigen Generation“

### Onlinesucht und neue Medien

12-14.07.2013 Vlotho

Michael Knothe Vorstandsmitglied des Fachverbandes Medienabhängigkeit e.V.

Arbeitskreis gegen Spielsucht e.V., Unna

# Eine Einstimmung zum Thema

„Von den Kindern

... Und wenn Sie auch mit Euch sind, so sind sie dennoch nicht euer Besitz.

Ihr dürft Ihnen eure Liebe schenken, aber nicht eure Gedanken,

Denn Sie haben ihre eigenen Gedanken.

Ihr dürft Ihren Körpern ein Zuhause geben, aber nicht ihren Seelen,

Denn ihre Seelen wohnen im Haus der Zukunft, und das könnt ihr nicht betreten, nicht einmal in euren Träumen. Ihr dürft bestrebt sein, ihnen zu gleichen, aber versucht nicht, sie euch gleich zu machen.

Denn das Leben schreitet nicht rückwärts noch verweilt es im Gestern.“

Khalil Gibran, „Der Prophet“ 1913

# Zahlen, Daten und Fakten I

- Weltweit nutzen 2,1 Milliarden Menschen das Internet, dies entspricht 30 % der Weltbevölkerung Stand 2011, hierbei sind noch nicht die mobilen internetfähigen Geräte berücksichtigt. Auch ist mit einem weiteren Zuwachs (Mobil-Boost) zu rechnen
- Die Gamesindustrie hat im ersten Halbjahr 2012 allein in Deutschland 845 Millionen Umsatz erwirtschaftet, im Vergleich hierzu wurden nur 644 Millionen Umsatz mit Musik erwirtschaftet.
- Laut Jim-Studie 2012 haben 82 % der 12-19 Jährigen einen eigenen Rechner oder Laptop bei den 18 Jährigen sogar 89 %. Ebenfalls ist in Deutschland eine Vollversorgung mit PC (100%) und beinahe auch mit Internet (98%) erreicht. 78 % der Jugendlichen nutzen Facebook oder andere Soziale Netzwerke. Eine Einschränkung der Nutzung durch die Eltern findet nur in 14 % der Fällen statt.
- Nicht dabei berücksichtigt wurden, Handys, Konsolen und Handheld(PS-Vita, Nintendo 3Ds usw.) die ebenfalls alle zu 100% Internetfähig.

# Zahlen, Daten und Fakten II

Ergebnisse der Studie zur Prävalenz (Erkrankungswahrscheinlichkeit) der Internetabhängigkeit (PINTA-Studie) von 2011 (erste valide Studie zur Internetabhängigkeit):

Gesamt Prävalenz 1,5 % dies entspricht 560.000 Menschen weitere 1,4 Millionen Menschen gelten als gefährdet (dies entspricht in Summe fast der Einwohnerzahl Thüringens)

Teilt man dieses Ergebnis weiter auf, dann ergeben

- sich für die 14-24 Jährigen eine Prävalenz von 3,8 %
- sowie bei den 14-16 Jährigen eine Prävalenz von 6,3 %

so dass anscheinend die Gefährdung oder das Ausprobieren mit abnehmenden Alter zunimmt !

# Nutzungsmöglichkeiten des Internets

- Aufgrund der aktuellen Größe und der Angebote des Internets ist davon auszugehen, dass alles im Internet zu finden ist, was der Gesellschaft bekannt ist. Wenn ein Kind oder Jugendlicher des Internet (egal womit) ungefiltert nutzen kann, dann kann er alles sehen oder lesen.
- Facebook oder andere Soziale Netzwerke, Spielplattformen sowie Chatrooms sind soweit verbreitet, dass immer irgendwo jemand online ist der chatten, posten, spielen oder ... will.
- Wenn sich ein Nutzer bei Facebook oder seinem Lieblingsspiel anmeldet, wird dies automatisch allen seinen „Freunden“ angezeigt und er ist direkt verfügbar. Postet oder Twittert er Neuigkeiten wird dies automatisch allen Freunden spätestens bei Ihrer nächsten Anmeldung angezeigt oder direkt. Zusätzlich kann dann per Mikro und/oder Cam via Skype direkt kommuniziert werden. Eigentlich gibt es dadurch immer etwas „Neues“.
- Alle Online Spiele bieten mittlerweile eigene Plattformen an, damit sich immer ein Mitspieler findet und oder Clans, Sippen oder Gilden gebildet werden können.

# Facebook

## soziale Netzwerke

**Nachrichtenaustausch:**

**Auch Politiker nutzen  
soziale Netzwerke**

# Neue Netzwerke „GuttenPlag Wiki“

... entstehen  
in Windeneile und  
beeinflussen die  
Realität

**Nachrichtenaustausch:**

Politiker fallen auch den  
neuen Netzwerken zu  
„Opfer“

# Twitter

## „Information ist Macht“ !

Während der Demonstrationen in Ägypten wurde seitens der Regierung erstmals das Internet lahmgelegt, um den Informationsaustausch zu stoppen.

Der Rücktritt wurde per Internet und SMS verbreitet, um möglichst schnell alle wieder zu beruhigen.

# Youtube der neue Videorekorder

## Gestaltungsfreiräume

- Videos anschauen und bewerten
- Eigene Videos hochladen
- Nicht mehr an eine Adresse gewandt
- Kreative Möglichkeiten
- Plattform für Mobbing

# myblogg.de das neue Tagebuch

Und? Wie war  
ich

Lies meinen  
Blog

- **Ca. 400.000 blogs**

- **85 % der Blogger  
sind zw. 15 – 24 J.**

-  **$\frac{3}{4}$  sind weiblich**

# ICQ, MSN, Skype das neue Telefon mit Live-Video/Bild

## **Kommunikationsplattform**

- **Nahezu alle der Jugendlichen  
zw.12 u. 19 J. nutzen ICQ  
o. ähnliche Programme**

„Im Internet weiß niemand,  
dass Du ein Hund bist!“

# Was bedeutet gaming?

Ein game („digital game“) ist ein interaktives Medium, ein Programm auf einem Computer, das einem oder mehreren Benutzern ermöglicht, ein durch Regeln beschriebenes Spiel zu spielen. Sind die Spieler durch das Internet verbunden spricht man von onlinegames

# Demzufolge ist der PC/Konsole/Handy für die heutige Jugend :

- ➔ Büchersammlung
- ➔ Telefon + Telefonbuch
- ➔ Poesiealbum / Tagebuch
- ➔ Plattensammlung / Videorekorder/Radio etc.
- ➔ Spielesammlung(Alle!)
- ➔ Atlas / Karten

... daher reagieren bei „Entzug“ einige so extrem  
(einem Jugendlichen in den Siebzigern müsste  
man hierzu das halbe Zimmer ausräumen).

**Daher so bitte nicht ... !!**

# Stoff(un)gebundene Süchte?

- Der derzeitige Entwurf für das DSM-5 (Diagnostische und statistische Manual Psychischer Störungen) setzt erstmals die stoffgebundenen (Alkohol, Drogen etc.) und stoffungebundenen (Glücksspielsucht) Süchte gleich. Die Internetspielsucht wurde in den Anhang aufgenommen und ist somit Bestandteil auf Probe geworden. Bisher wurden diese Störungen in unterschiedlichen Kategorien geführt und nur umgangssprachlich „gleich-gestellt“. Ferner wurde die Behandlung gleich verortet. Es ist davon auszugehen, dass ebenfalls die ICD 11 folgen wird.
- Für zusätzliche Verwirrung sorgen, die ständigen Überarbeitungen der Krankheitsbegrifflichkeiten, (aus den Suchterkrankungen wurden die Abhängigkeitserkrankungen in der ICD 10 ...) dies ist jedoch der ständigen Aktualisierung und Verbesserung einer der jüngsten Wissenschaften bzw. medizinischen Schulen geschuldet.

# Grundsätzliches zum Thema

- ➔ Medienabhängigkeit / Internetabhängigkeit wird in vier verschiedenen Typen unterteilt:
- ➔ Gaming-Typ (MMORPG, MMOG, etc.)
- ➔ Chatting-Typ (Soziale Netzwerke etc.)
- ➔ Surfing-Typ (Datensammeln, zwanghaftes Recherchieren)
- ➔ „Internet-Sex und Pornografie-Typ; Internet-Glücksspielsucht, Internet-Kaufsucht“

# Wo Schatten, da auch Licht ...



**LET'S PLAY –**

**Methoden  
zur Prävention von  
Medienabhängigkeit**

# Hilfe für Familien...



Hilfe bei Gefährdung durch problematische Computernutzung

**ESC**apade  
Computer | Sucht | Familie  
[www.escapade-projekt.de](http://www.escapade-projekt.de)

Logo of the German Federal Government (Bund)  
Logo of the German states (Länder)  
Logo of the German Youth (Jugend)  
Logo of the German Family (Familie)  
Logo of the German Church (Kirche)  
Logo of the German Culture (Kultur)  
Logo of the German Sports (Sport)  
Logo of the German Environment (Umwelt)  
Logo of the German Health (Gesundheit)  
Logo of the German Education (Bildung)  
Logo of the German Economy (Wirtschaft)  
Logo of the German Science (Wissenschaft)  
Logo of the German Arts (Kunst)  
Logo of the German Media (Medien)  
Logo of the German Law (Recht)  
Logo of the German Social Security (Sozialversicherung)  
Logo of the German Labor (Arbeit)  
Logo of the German Peace (Friede)  
Logo of the German Justice (Gerechtigkeit)  
Logo of the German Liberty (Freiheit)  
Logo of the German Equality (Gleichheit)  
Logo of the German Solidarity (Solidarität)  
Logo of the German Tolerance (Toleranz)  
Logo of the German Respect (Respekt)  
Logo of the German Responsibility (Verantwortung)  
Logo of the German Compassion (Mitleid)  
Logo of the German Honesty (Ehrlichkeit)  
Logo of the German Integrity (Integrität)  
Logo of the German Trust (Vertrauen)  
Logo of the German Faith (Glaube)  
Logo of the German Hope (Hoffnung)  
Logo of the German Love (Liebe)  
Logo of the German Peace (Friede)  
Logo of the German Justice (Gerechtigkeit)  
Logo of the German Liberty (Freiheit)  
Logo of the German Equality (Gleichheit)  
Logo of the German Solidarity (Solidarität)  
Logo of the German Tolerance (Toleranz)  
Logo of the German Respect (Respekt)  
Logo of the German Responsibility (Verantwortung)  
Logo of the German Compassion (Mitleid)  
Logo of the German Honesty (Ehrlichkeit)  
Logo of the German Integrity (Integrität)  
Logo of the German Trust (Vertrauen)  
Logo of the German Faith (Glaube)  
Logo of the German Hope (Hoffnung)  
Logo of the German Love (Liebe)

**Störungsspezifische Psychotherapie**

Herausgegeben von Anil Batra  
und Gerhard Buchkremer

Wölfling, Jo, Beutel, Müller

# Computerspiel- und Internetsucht

Ein kognitiv-behaviorales  
Behandlungsmanual

Kohlhammer

Content<sup>PLUS</sup>

<http://www.fv-medienabhaengigkeit.de>

Fachverband  
**Medienabhängigkeit e.V.**



Weiter geht es in der AG !

Danke für Ihre Aufmerksamkeit !

**Ihre Haltung zum Thema ?**

**Bitte nehmen Sie sich eine Minute Zeit ...**

**Gaming, Surfing, Chatting lösen bei mir welche  
Gedanken / Gefühle aus**

**... ?**

**Bitte auf dem Kärtchen notieren und kurz  
erläutern(ca. 1 Minute)**

**Wie war das nochmal ...? Damals ?**

**Bitte nehmen Sie sich eine Minute Zeit ...**

**Was waren Ihre Lieblingsspiele / Hobbys in  
Kindheit und Jugend ?**

**...?**

**Bitte Rückmeldungen aus dem Plenum**

# Spielgenre: Actionspiele / Adventures

## Jump ´n´ Run

- Super Mario Brothers

## Adventures

- Monkeys Island

## Action Adventures

- Tomb Raider

# Spielgenre: weitere Spielformen

## Partyspiele

- Wii Sports Resort
- Singstar / Dance

## Simulationen

- Sims/Second Life

## Strategiespiele

- Age of Empires
- Starcraft I+II

# Spielgenre: Onlinespiele MMORPG / In beliebigen Settings!

Rollenspiele

Browser Games

Ego Shooter

11Mio. Spieler  
USK 16  
10€ / Mon.

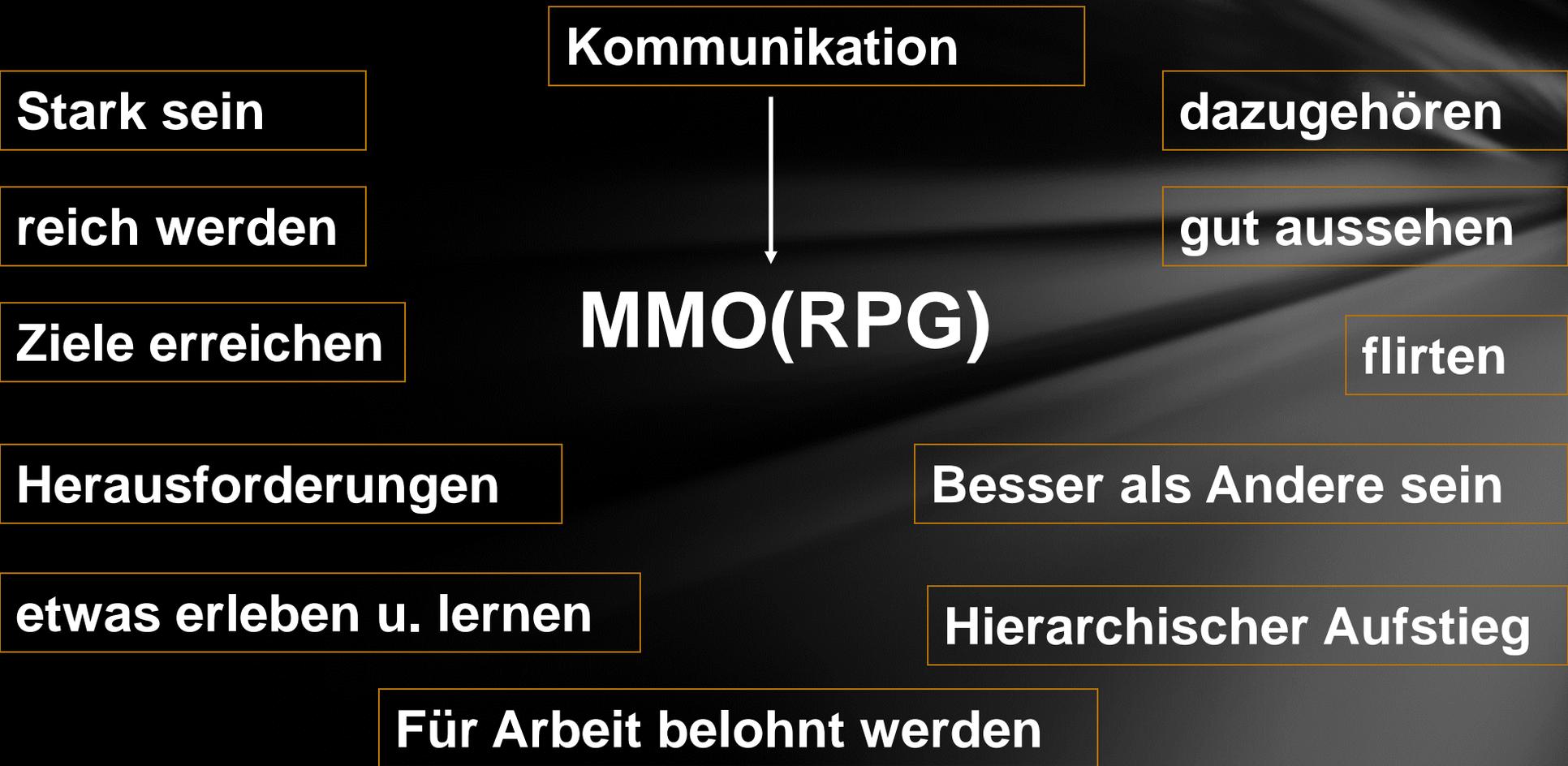
Keine Altersprüfung  
USK 12  
Kostenfrei ?????? !!!!!

meist gespielter  
Ego Shooter  
USK 16

# Belohnungsmechanismen

- Charakter Items (Ausrüstung, Aussehen etc.)
- Status in der jeweiligen Gilde (bis hin zum Gildenführer)
- Level des Charakters/Avatars (Stärke etc.)
- Raid-Erfolge
- Bekanntheitsgrad auf nationalen oder internationalen Servern
- Platzierung auf Server-Ranglisten/in Ligen
- Erfolge auf Lan-Partys/Live-Turniere
- Möglichkeit von Sponsorenverträgen/Profiteams
  
- ... und wie sieht das aus?

# Defizite des Lebens können ausgeglichen werden



# Darum ist das Internet /Spiele so faszinierend für Jugendliche!

Weil es zu den grundlegenden Bedürfnissen und Motiv in dieser Lebensphase passt!

- Rollen und Identitäten
- Anerkennung
- Intimität und Zugehörigkeitsgefühl zu Gruppen
- Abgrenzung u. Loslösung von Eltern und Familie
- Verarbeitung von Frustrationen und Spannungen
- Austesten von Grenzen und Gestaltungsfreiräume

**Nicht die Jugendlichen bzw. ihre Bedürfnisse verändern sich, sondern die Ausdrucksmöglichkeiten ändern sich!**

**Wo beginnt Sucht / Abhängigkeit ?**

**Bitte beantworten Sie in den Arbeitsgruppen Ihre Fragen durch. Wählen Sie einen Sprecher der Ihre Ergebnisse im Plenum vorträgt.**

**Alle Gruppen haben unterschiedliche Aufgaben**

**Ca. 15 Minuten für alle Fragen**

# Diagnostische Kriterien derzeitiger Vorschlag für das DSM 5 Internet Gaming Disorder

- Beschäftigt sich nahezu ausschließlich mit dem Internet (über vergangene Onlineaktivitäten nachdenken oder sich die nächste Onlinesitzung im Voraus vorstellen)?
- Hat Entzugserscheinungen wenn das Internet nicht verfügbar ist(nervös, unruhig Schweißausbrüche etc.)
- Muss immer länger, mehr und/oder intensiver das Internet nutzen um den gleichen Effekt zu erzielen(Toleranzentwicklung).
- Hat mehrfach erfolglos versucht den Gebrauch des Internets einzuschränken oder einzustellen. (Abstinenzunfähigkeit)
- Hat den Gebrauch des Internets trotz negativer Konsequenzen fortgesetzt.

# Diagnostische Kriterien derzeitiger Vorschlag für das DSM 5

- Hat andere Interessen, frühere Hobbies oder Vergnügen zu Gunsten des Internetgebrauchs aufgegeben oder aufgrund des Internets verloren (Interessenverlust).
- Benutzt das Internet um einem bestimmter Gefühlszustand zu entkommen oder zu erreichen.
- Hat andere (Familie, Partner(in), Therapeut ...) bezüglich seines Internets Gebrauch belogen.
- Hat wegen seines Internets Gebrauchs bereits den Verlust bedeutsamer Beziehungen, der Arbeitsstelle, von Bildungs- bzw. Karrierechancen auf Spiel gesetzt oder tatsächlich verloren?

Sind 5 dieser Kriterien erfüllt, ist von einer Suchterkrankung auszugehen, ab 3 Kriterien von einem gefährlichen Gebrauch. Diese 5 oder 3 Kriterien müssen aber **dauerhaft** für mindestens **3-6 Monate** bestehen. Auch wenn Sie nach und nach entstehen.

# Was hilft ? Was schützt ?

## Zur Erinnerung: Was finden Menschen dort?

- Kommunikation auf Augenhöhe
- Sie und Ihre Ergebnisse werden „wichtig“ genommen
- Sie können eigene Entscheidungen treffen
- Anerkennung
- Zuverlässige Regeln und Grenzen
- Belohnung

# Was hilft ? Was schützt ?

- Kommunikation auf Augenhöhe
  - Es ist nicht verboten zu fragen worüber geredet wird oder ein offenes Angebot zu machen oder mal den Ort zu wechseln(neutraler Boden)
- Sie und Ihre Ergebnisse werden „wichtig“ genommen
  - Überprüfen Sie Ihre Haltung zum Hobby/ Thema ... und?
- Sie können eigene Entscheidungen treffen
  - Auch Kinder oder junge Erwachsene können gute Ideen für
  - Offline Aktivitäten haben(gemeinsam oder alleine)

# Was hilft ? Was schützt ?

- Anerkennung

- Vergessen Sie nicht zu loben, außerdem hilft es keinem Menschen der gerade Mist gebaut, wenn man ihm dies noch obendrein sagt

- Zuverlässige Regeln und Grenzen

- Treffen sie „zweiseitige“ Vereinbarungen, die bei Einhaltung positive Konsequenzen haben (selbst gewählte Belohnung)

und (!) ...

Lassen Sie sich nicht verunsichern,  
jeder Mensch hat nur einen Vater  
und eine Mutter, aber vielleicht  
durch Ihre(n) Sohn/Tochter (positiv)  
überraschen!

<http://www.fv-medienabhaengigkeit.de>

Fachverband  
Medienabhängigkeit e.V.



Bleiben Sie auf dem Laufenden  
und empfehlen Sie uns weiter!

Danke für Ihre Aufmerksamkeit !