



Online zwischen Faszination und Sucht



GAME(R) OVER

SAFER INTERNET DAYS

Berlin 11.2.2015

franz.eidenbenz@bluewin.ch



-
-
-

Zentrum für Spielsucht und andere Verhaltenssuchte

Prävention

Christian Jordi
(Leiter)

Christian Ingold
(Fachexperte)

Behandlung

Franz Eidenbenz
(Leiter)

Ines Bodmer
(Psychotherapeutin)

Karina Schärli
(Psychotherapeutin)



-
-
-
-

-
-
-

Inhalt

- **Einordnung Verhaltenssuchte**
- **Cyberspace**
- **Online -, Medien- Sucht**
- **Interventionen**

-
-
-

Einordnung Verhaltenssuchte: ICD

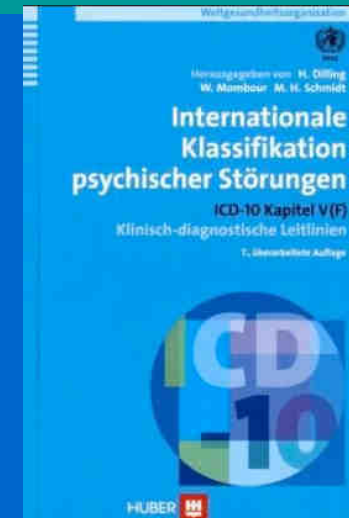
ICD-10: Abnorme Gewohnheiten und Störungen der Impulskontrolle (ICD-10 F63)

Pathologisches Spielen (ICD-10 F63.0)

Pathologische Brandstiftung (ICD-10 F63.1)

Pathologisches Stehlen (Kleptomanie) (ICD-10 F63.2)

Trichotillomanie (ICD-10 F63.3)



ICD-11: ?

2015/2016

Sammelkategorie „Weitere Verhaltenssuchte
„Glücksspielsucht“

„Internet Gaming Addiction“

franz.eidenbenz@bluewin.ch



-
-
-
-
-
-
-
-

-
-
-

Einordnung Verhaltenssuchte: DSM

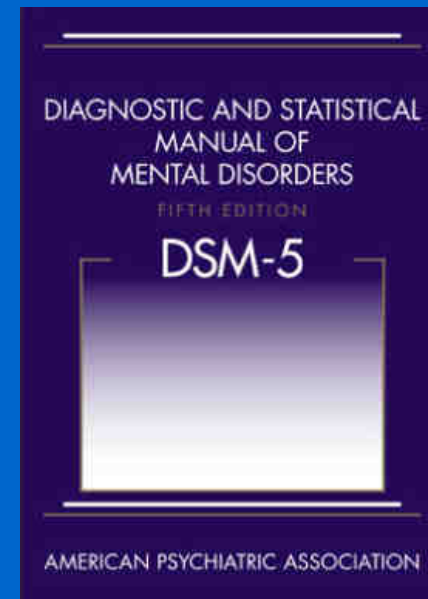
DSM IV:

Störungen der Impulskontrolle, nicht anders klassifiziert
Pathologisches Spielen (312.34)

DSM 5:

Substance related Disorders
Glücksspielsucht

Anhang (Sektion 3) :
Internet Gaming Disorder
(Forschungsdiagnose)



-
-
-

Internet Gaming Disorder DSM V (Stand 10.2013)

Klinisch signifikante Behinderung oder Einschränkung von 5 oder mehr der folgenden Symptome über eine Periode von 12 Monaten Dauer:

1. **Andauernde Beschäftigung (auch gedanklich)**
2. Entzugssymptome
3. Toleranzentwicklung
4. Erfolgreiche Versuche das Online-Spielen zu beenden
5. **Verlust des Interesses an Hobbies oder Aktivitäten**
6. Spielen trotz des Wissens um die psychosozialen Probleme
7. Täuschen anderer Personen in Bezug auf das Ausmaß
8. Nutzung um aus negativen Emotionen zu kompensieren/ lindern
9. **Gefährdung oder Verlust von Freundschaften, Beruf, Ausbildung**

franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-

Verhaltenssüchte Eckpunktepapier



Deutsche Gesellschaft
für Psychiatrie und Psychotherapie,
Psychosomatik und Nervenheilkunde

Auf der Grundlage wissenschaftlicher Forschung ist zu empfehlen, pathologisches Glücksspiel und exzessiven Computer- und Internetgebrauch (insbesondere das Internet-Gaming) als Süchte zu behandeln.

Die verstärkte fachliche Beschäftigung mit den Verhaltenssüchten bzw. ihrer Klassifikation, Diagnostik und Behandlung auf der Basis öffentlicher Förderung ist unabdingbar. 27.02.2013

- K. Mann (Mannheim), M. Adams (Hamburg), N. Arnaud (Hamburg), A. Batra (Tübingen), M. Berner (Freiburg), S. Bleich (Hannover), J. Böning (Würzburg), M. De Zwaan (Hannover), M. Fauth-Bühler (Mannheim), I. Fiedler (Hamburg), U. Hartmann (Hannover), T. Hayer (Bremen), A. Heinz (Berlin), F. Kiefer (Mannheim), T. Leménager (Mannheim), G. Meyer (Bremen), Ch. Mörsen (Berlin), T. Möhle (Hannover), A. Müller (Hannover), F. Rehbein (Hannover), H.-J. Rumpf (Lübeck), N. Seiferth (Berlin), B. Th. Te Wildt (Bochum), R. Thomasius (Hamburg-Eppendorf), K. Wölfling (Mainz), W. Maier (Bonn)
- [http://www.dgppn.de/fileadmin/user_upload/medien/download/pdf/stellungnahmen/2013/Eckpunktepapier Verhaltenssüchte und ihre Folgen .pdf](http://www.dgppn.de/fileadmin/user_upload/medien/download/pdf/stellungnahmen/2013/Eckpunktepapier_Verhaltenssüchte_und_ihre_Folgen.pdf) ; Zugriff 23.5.2014

franz.eidenbenz@bluewin.ch



-
-
-

Verhaltenssüchte Eckpunktepapier



Deutsche Gesellschaft
für Psychiatrie und Psychotherapie,
Psychosomatik und Nervenheilkunde

Immer mehr Menschen betreiben in exzessivem Maße bestimmte Verhaltensweisen wie beispielsweise Glücksspiele oder Computer- oder Internetnutzung.

K. Mann (Mannheim), M. Adams (Hamburg), N. Arnaud (Hamburg), A. Batra (Tübingen), M. Berner (Freiburg), S. Bleich (Hannover), J. Böning (Würzburg), M. De Zwaan (Hannover), M. Fauth-Bühler (Mannheim), I. Fiedler (Hamburg), U. Hartmann (Hannover), T. Hayer (Bremen), A. Heinz (Berlin), F. Kiefer (Mannheim), T. Leménager (Mannheim), G. Meyer (Bremen), Ch. Mörsen (Berlin), T. Mößle (Hannover), A. Müller (Hannover), F. Rehbein (Hannover), H.-J. Rumpf (Lübeck), N. Seiferth (Berlin), B. Th. Te Wildt (Bochum), R. Thomasius (Hamburg-Eppendorf), K. Wölfling (Mainz), W. Maier (Bonn)

franz.eidenbenz@bluewin.ch



-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Verhaltenssüchte – Cyberspace

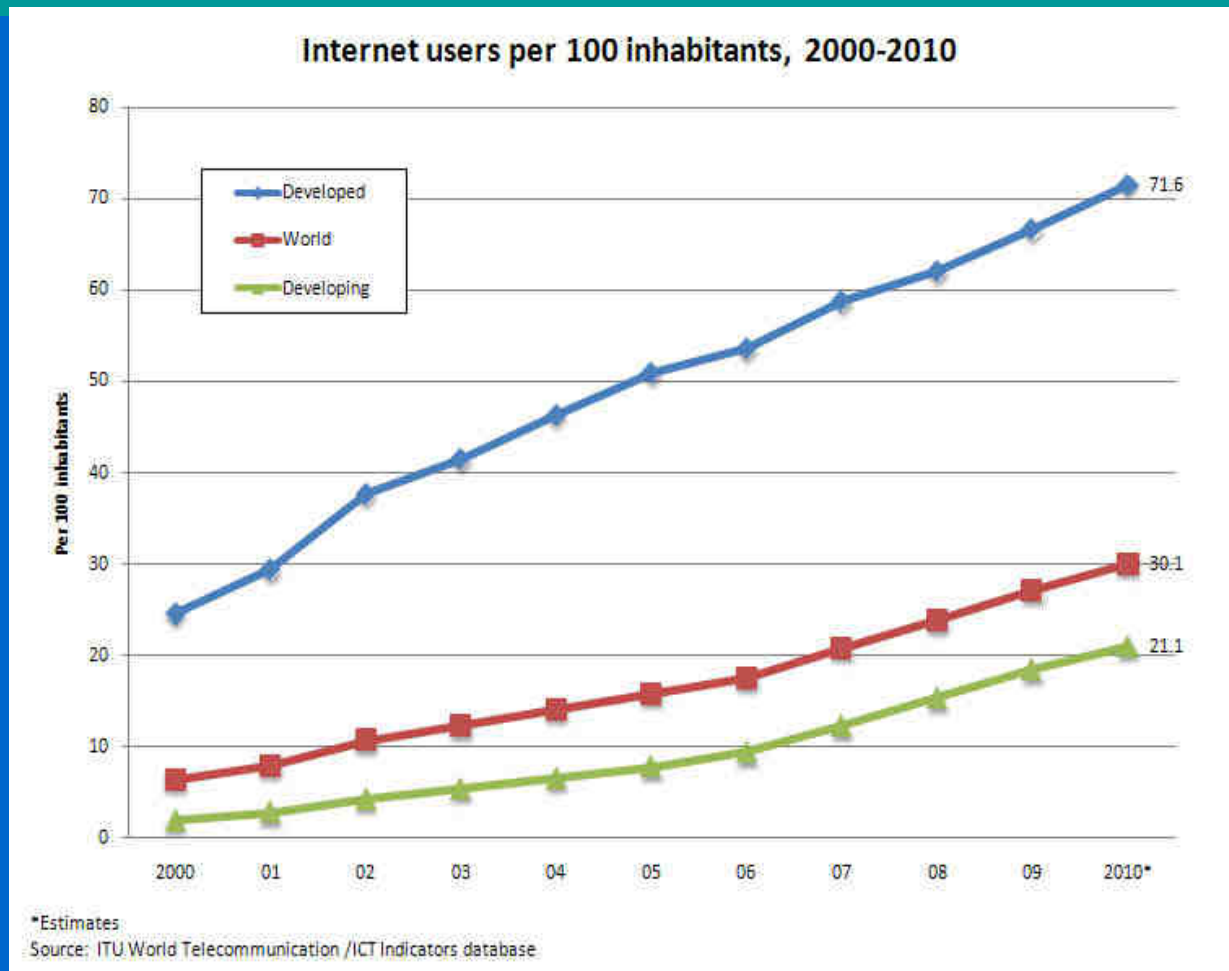


**Beschleuniger
Verstärker**

franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-
-
-
-
-
-
-

Internet: Globale Penetration



-
-
-

Digital Divide

-
-
-

Digital Natives

Digital Natives

geb. nach 1980

Digital Immigrants

Off-Liner > Silver Surfer

-
-
-

Digital Divide

Digital Immigrant:

- Fehler-Verhinderer; gut vorbereitet geht nichts kaputt
- Überlegen und dann handeln
- Computer als Werkzeug, Gebrauchsanweisungen

Native User:

- „Trial and Error“
- Handeln und schauen was passiert
- Cyberspace > Lifestyle, Augmented Reality

In Anlehnung an Klaus Lutz, Medienpädagoge Bremen und F. Eidenbenz

franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-

Mediennutzung Jugendlicher

... und sie werden immer jünger!

Faszination

Nutzung

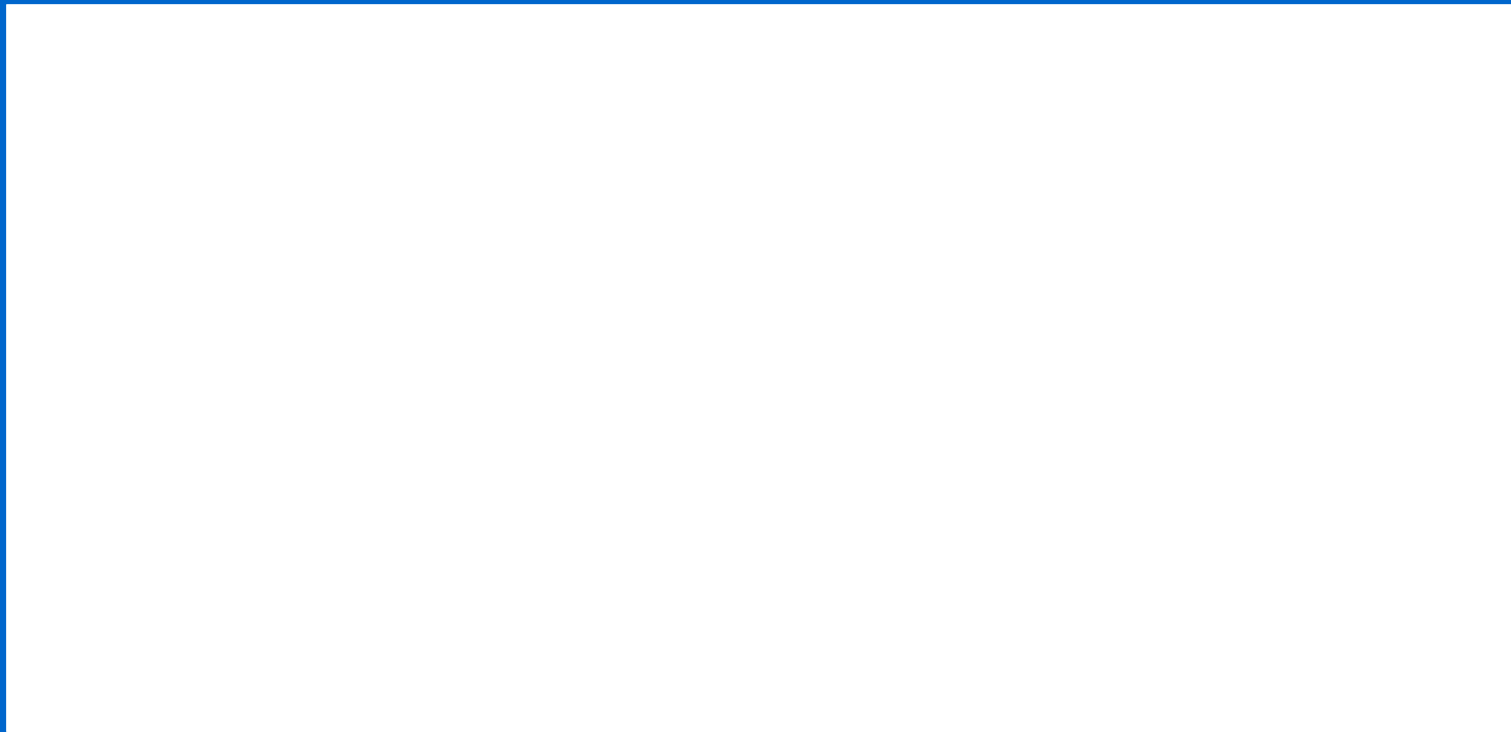
Exzessiver Konsum

Sucht bleibt

nicht den Erwachsenen vorbehalten!

-
-
-

Übergangsobjekt Digital Natives?

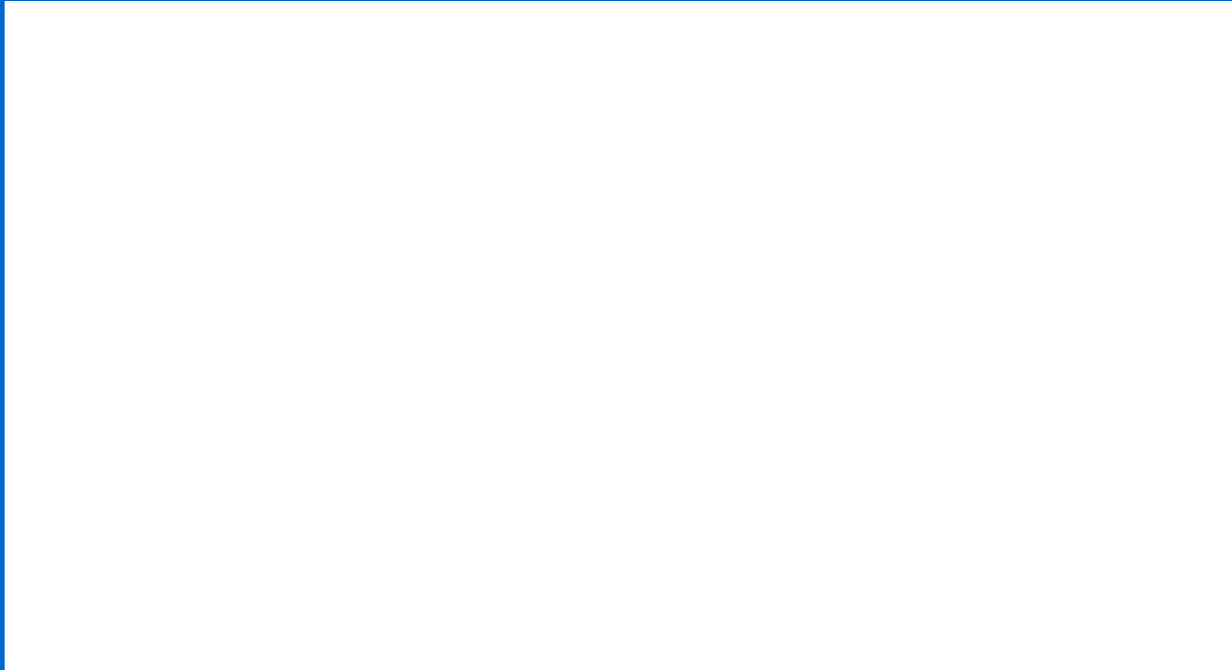


**Objektkonstanz:
unentbehrlich, sicherheits- und autonomiefördernd**

franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-

Mobile Devices: Epochale Entwicklung?



Idee gemäss: Vom Faustkeil zum Internet
Die Entwicklungsgeschichte des Menschen, R. W. Meyer 2007

franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Online-Sucht

Substanzmittelfreie Suchtform
Verhaltens – Sucht



Online-Sucht

Pathologischem Internet Gebrauch (PIG)
Internet Addiction Disorder (IAD)
Compulsive Internet Use (CIU)

franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-
-
-
-
-
-

-
-
-

Medien - Sucht

These:

Medien-Sucht als Symptomatik einer

Kontakt-, Beziehungs-, Bindungsstörung

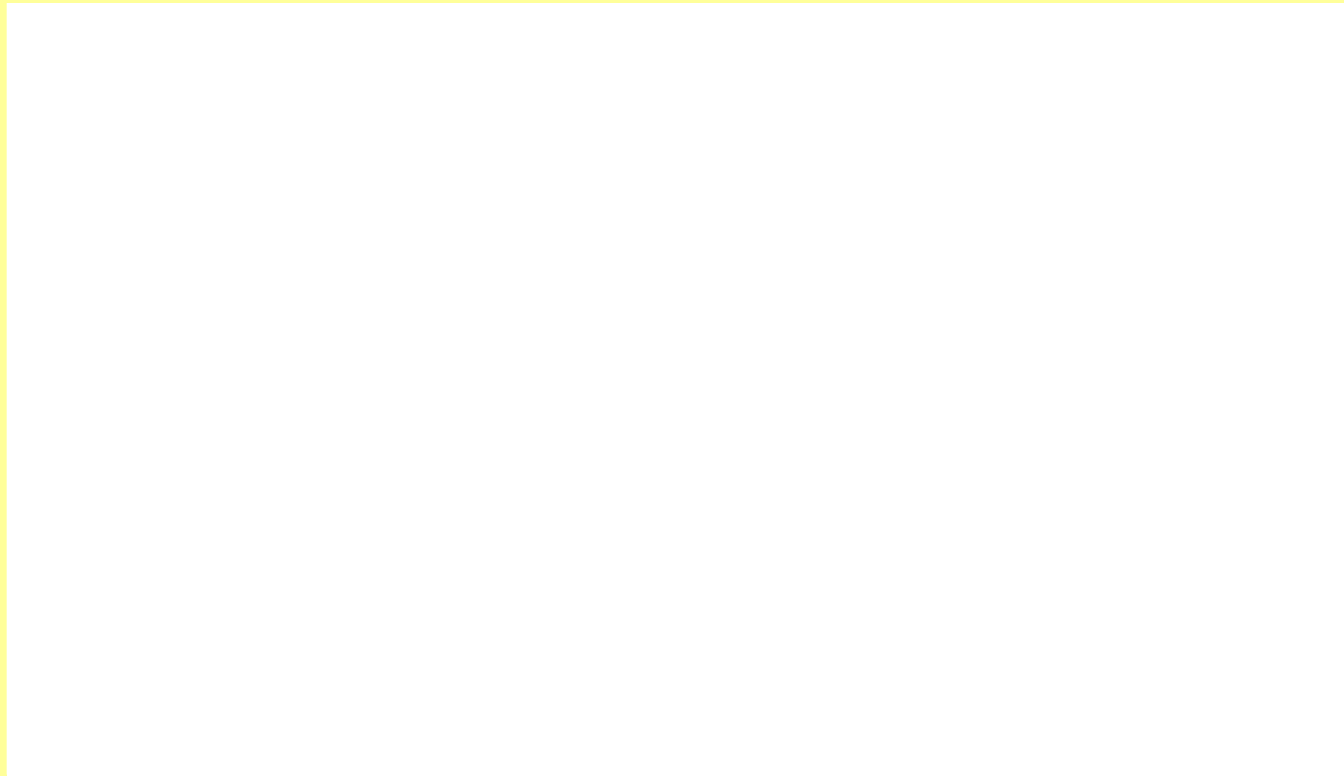
(Franz Eidenbenz, Jörg Petry, Petra Schuler)

franz.eidenbenz@bluewin.ch



-
-
-

Und Sie ... ?



Interaktives Grossgruppen Experiment?

franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-
-
-
-
-
-

-
-
-

Internet- Sucht: Definition Kimberly Young

Spektrum von exzessiven Verhaltensweisen und Impulskontrollproblemen:

- Konsum von Chat- und Kommunikationssystemen
- Konsumieren von Sex- und Pornoseiten
- Gamen und Handeln übers Netz
- Zwanghaftes Suchen nach Informationen
- Beschäftigung mit dem Computer an sich

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Chat und Kommunikationssysteme



franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-
-
-
-
-
-

Communities im Web 2.0

Social Media Landscape



-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

„Make the world more connected!“

M. Zuckerberg, Facebook



franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-
-
-
-
-
-
-

-
-
-

Facebookstudie 2010; Rodkommunikation

**«Gesucht: Facebook-Junkies in der D-CH,
die Fr. 300.- verdienen möchten»**

**«Also grad ein Monat
ist schon etwas viel.»**

54, männlich, Lehrer

**«Facebook gibt mir ein Gefühl
von Zusammengehörigkeit mit Leuten
aus der ganzen Welt.»**

31, männlich

**«Ich wusste nicht mehr,
was ich auf dem Internet ohne
Facebook machen sollte.»**

31, männlich

**«Dem Dozenten zuzuhören,
ohne parallel noch auf Facebook
eingeloggt zu sein, ist schon
massiv was anderes.»**

22, männlich

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

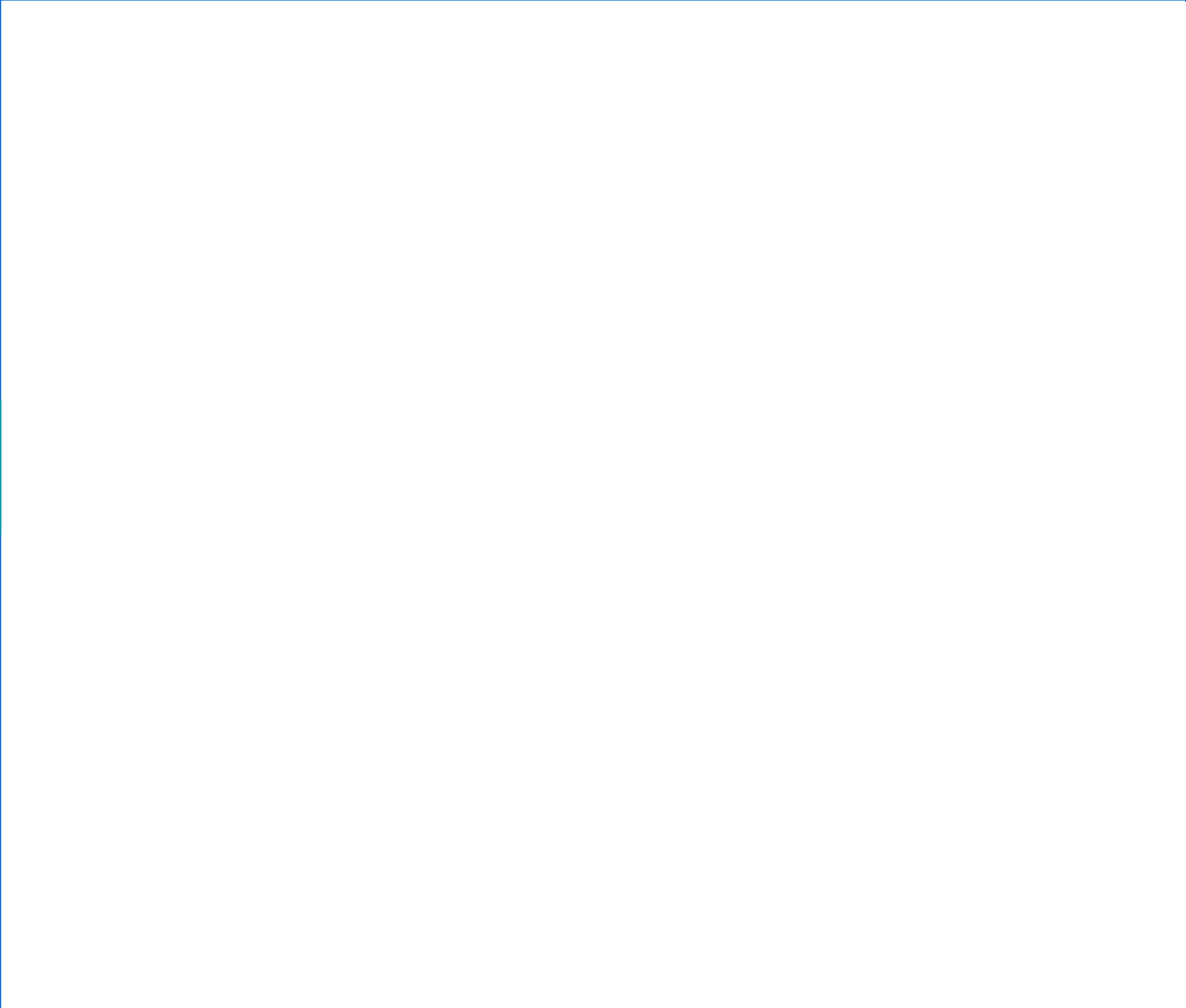
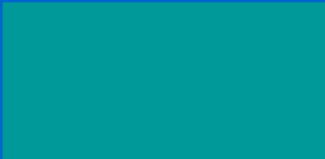
Porno - Sex



franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-
-
-
-
-
-
-

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-



franz.eidenbenz@bluewin.ch

Konsum: Legal, illegal

-
-
-
-
-
-
-
-



Porno - Sex



Tripple A (Shotton 91, Cooper 98)

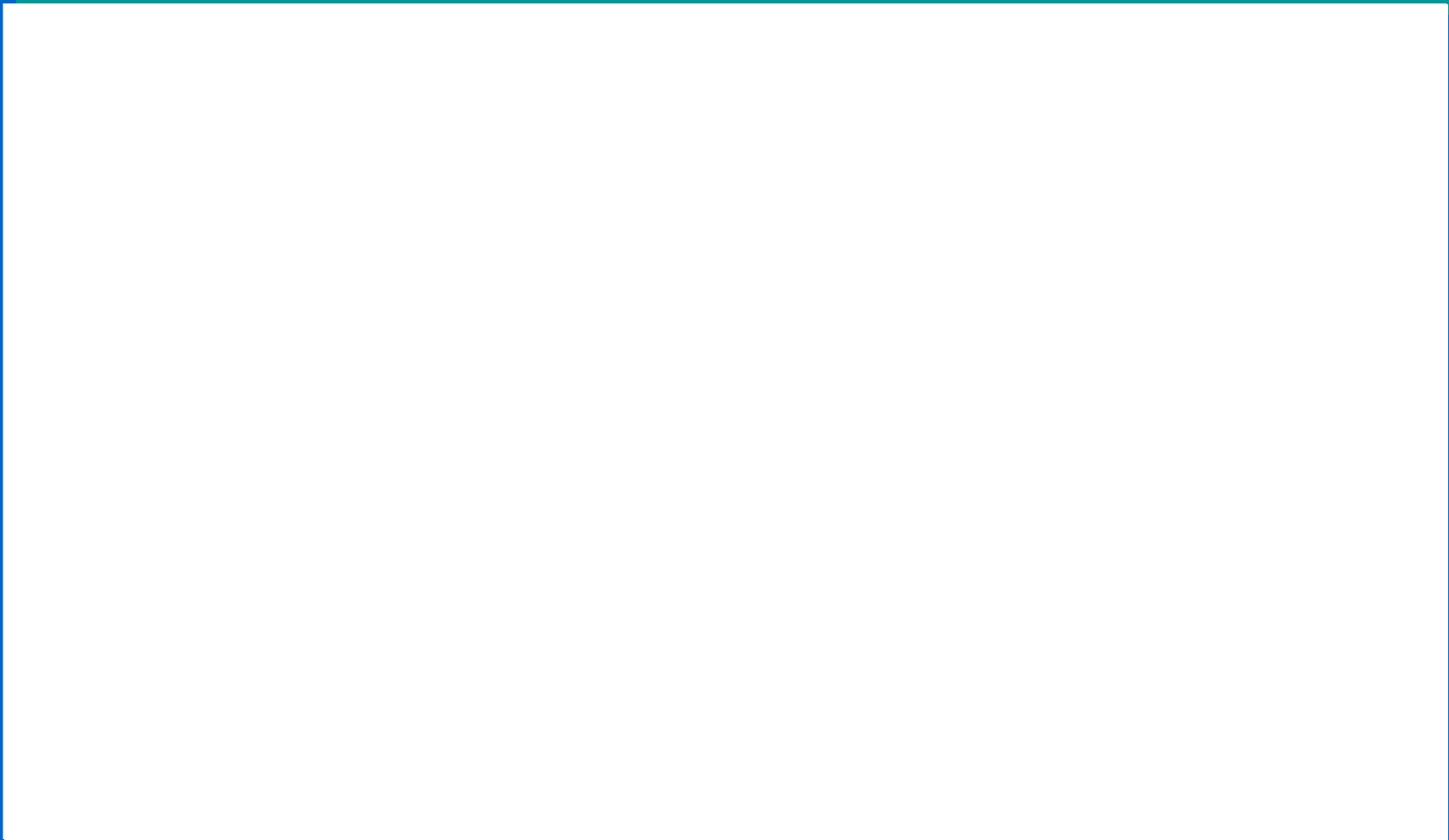
- **Accessibility**
- **Affordability**
- **Anonymity**

franz.eidenbenz@bluewin.ch



-
-
-

Netzverhalten Männer

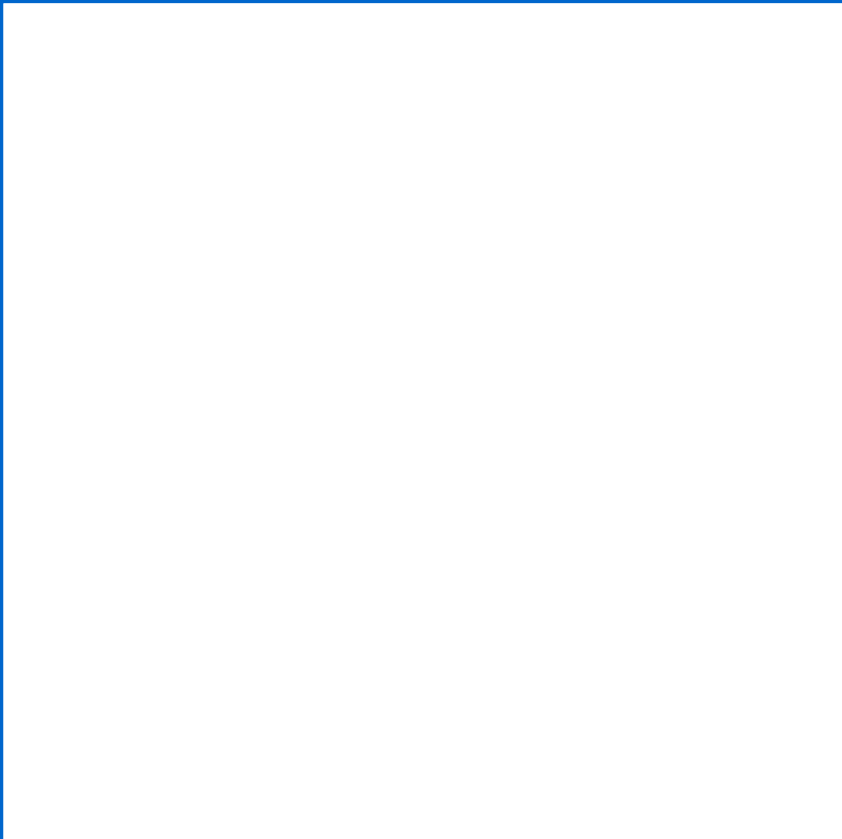


franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-
-
-
-
-
-

-
-
-

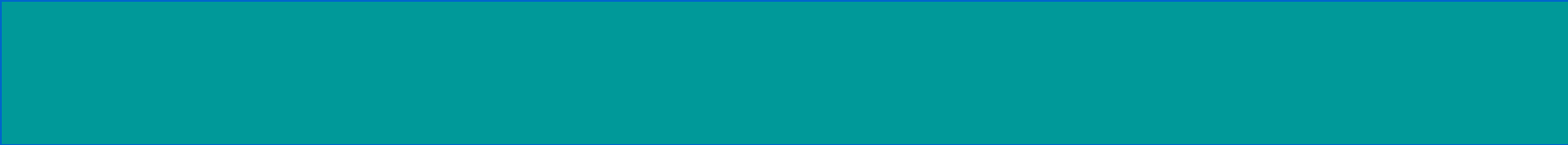
Netzverhalten Männer



- „Kick“ visuelle Reize
- Macht, Wünschen
- Jäger und Sammler
- Das ultimativen Bild
- Desensibilisierung
- Realitätsverzerrung

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

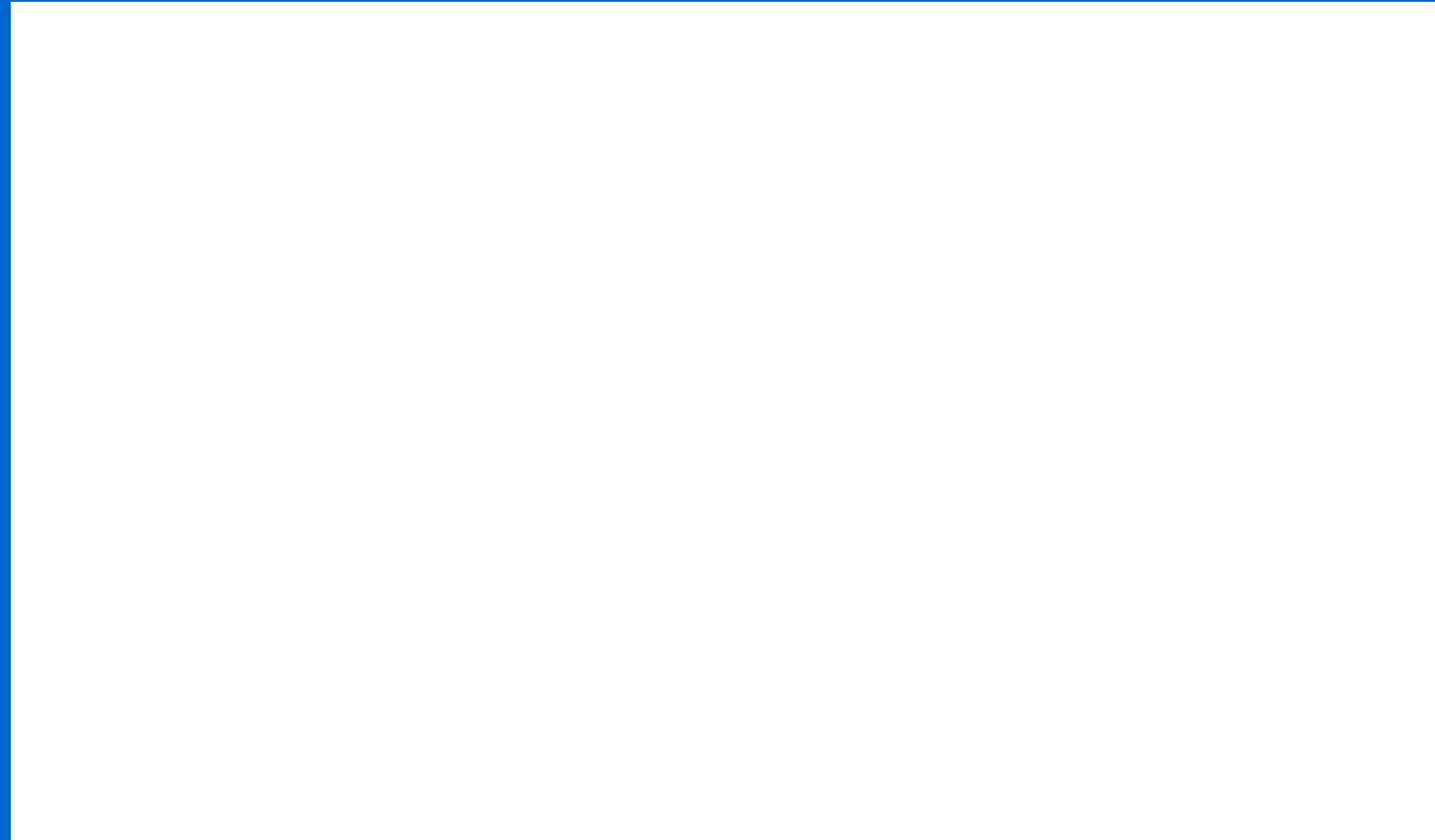
On-, Offline Games



-
-
-
-
-
-
-
-
-

-
-
-

Nutzen von Onlinegames



franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-

Nutzen von Onlinegames

GIO 2.0 Report

“If you want to see what business leadership may look like in three to five years, look at what’s happening in online games.”

—Byron Reeves, Ph.D., the Paul C. Edwards Professor of Communication at Stanford University and Co-founder of Seriosity, Inc.

franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-

Online - Games



WOW

Einführung: 2004
Spieler: ca. 11 Mio (2010)
ca. 8 Mio (2013)
Bezahlung: ca. 15\$/Monat
MMORPG: Massively

League of Legends

Einführung: 2009
MOBA: Multiplayer online Battle Arena
Spieler: ca. 15 Mio ab 12 J.
Gratis: Optische Veränderung
(Styling ist kostenpflichtig)
Bis 5 Mio Gewinnsummen
Turnier 200'000 Zuschauer!

Call of Duty COD

Egoshoooter Modern Warfare, Black Ops
Einführung: 2003
55 Mio x verkauft, 2 Mia. USD,
500 MA
PC 70.-; Konsole 90.-

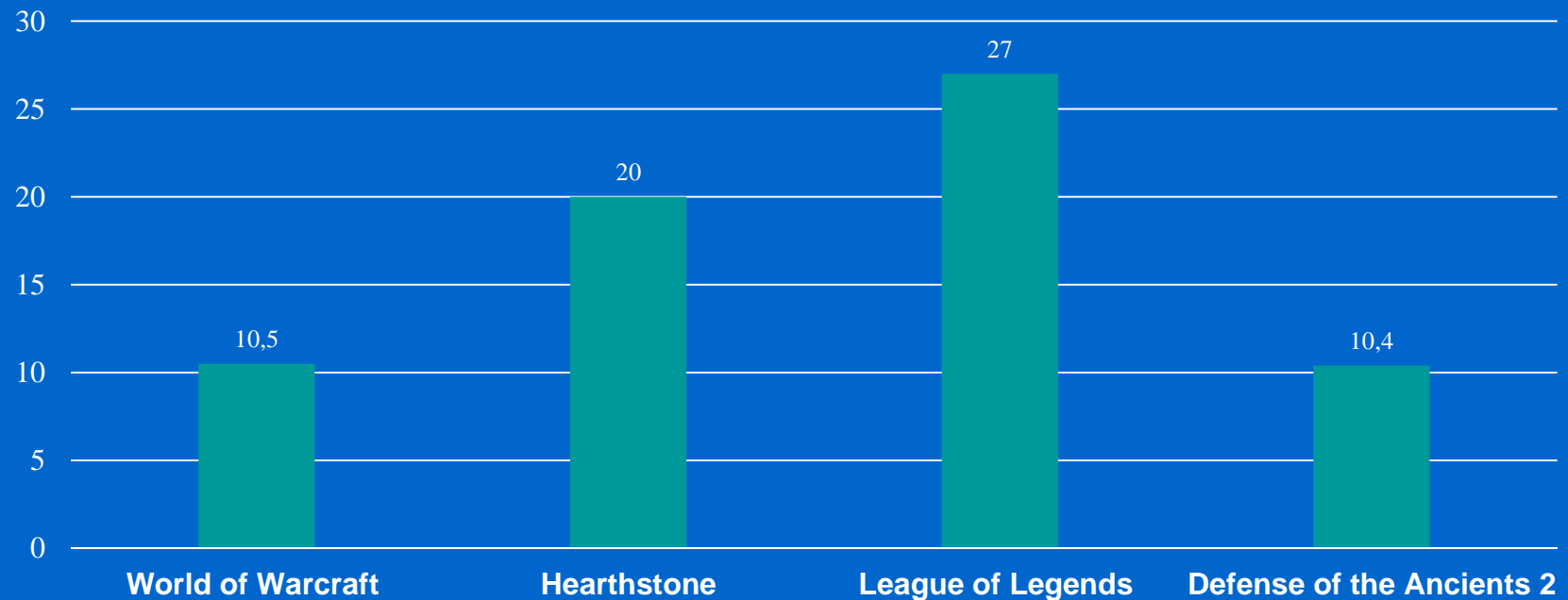
franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-
-
-
-
-
-

-
-
-

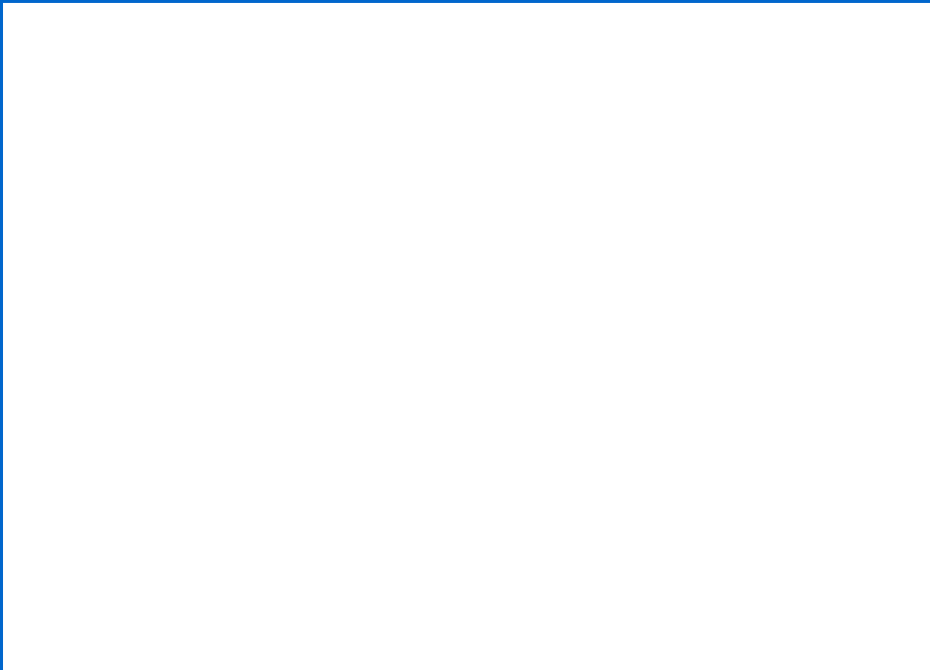
Nutzerzahlen Onlinespiele

Aktive Nutzer in Mio.



-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

World Championship

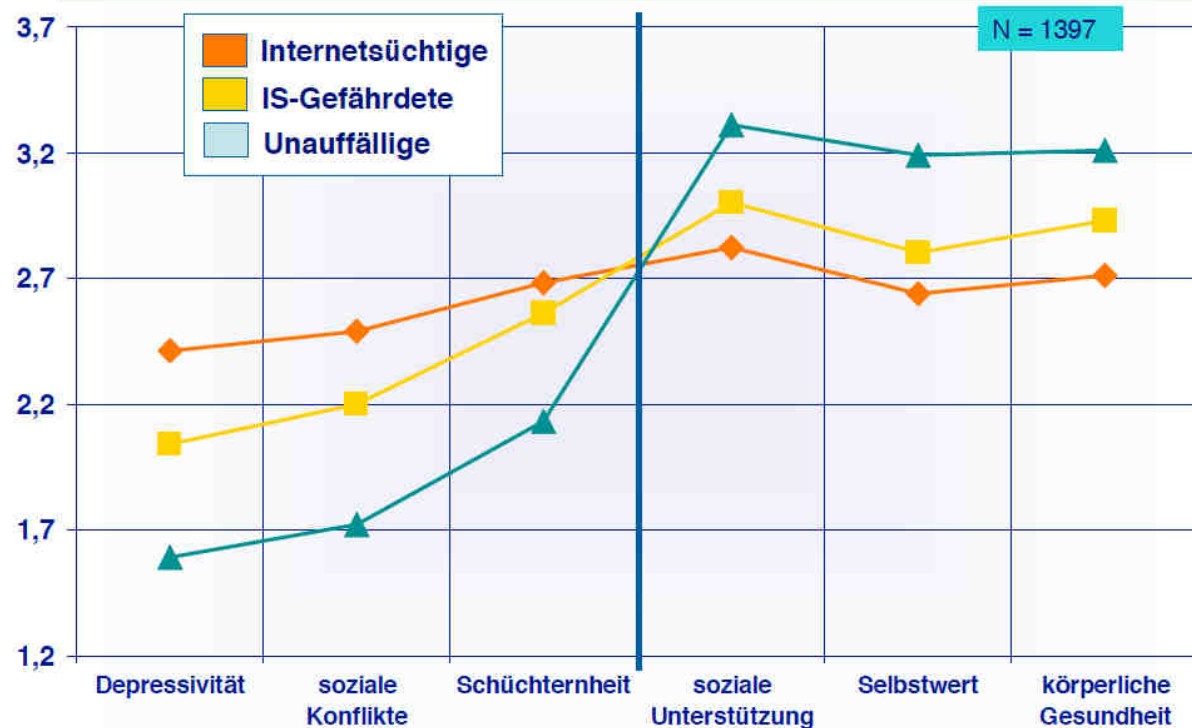


-
-
-

Abhängige und Veränderungsmotivation

Studie Humboldt Universität, Prof. Jerusalem

Studie 3: Risiko- und Schutzfaktoren



© Copyright: Prof. Dr. Matthias Jerusalem, 2009

Abhängige

- Seungseob Lee, Südkorea verstarb 2005 in einem nach 50h ununterbrochenem Gamen (Starcraft, Internetcafé)
- Todesursache: Herzversagen aufgrund von Erschöpfung und mangelnder Flüssigkeitszufuhr.
- Vorgängig verlor er seinen Job und 6 Wochen vor dem Tod trennte sich seine Freundin von ihm

Quelle: http://en.wikipedia.org/wiki/Video_game_addiction, Zugriff 3.11.2013

franz.eidenbenz@bluewin.ch

Developer(s)	Blizzard Entertainment Mass Media (Nintendo 64 version)
Publisher(s)	Windows, Mac OS Blizzard Entertainment Nintendo 64 Nintendo
Designer(s)	Chris Metzen James Phinney
Composer(s)	Derek Duke Jason Hayes Glenn Stafford
Series	<i>StarCraft</i>
Platform(s)	Windows, Mac OS, Nintendo 64
Release date(s)	Windows NA March 31, 1998 ^[1] EU 1998 Mac OS NA 1999 Nintendo 64 NA June 13, 2000 ^[2] AUS May 25, 2001
Genre(s)	Real-time strategy

-
-
-

Langzeitfolgen von exzessivem Gamen

- Defizite in der Sozialentwicklung, Isolation im RL
- Leistungsrückgang > Perspektive
- Bewegungsmangel
(Körperlichen Entwicklung → Gewichtsprobleme, Motorik)
- Realitätsverzerrung: Empathie?, Gewaltbereitschaft

-
-
-

Risiko Jugend

**Warum
Jugendliche
besonders
gefährdet sind?**



-
-
-

Frontalkortex

Exekutive Funktionen:

- Planen – entscheiden – umsetzen (Disziplin)
- Handlungs- und Impulskontrolle
- Moralische Instanzen

-
-
-

Frontalkortex

→ Strukturen *reifen als letzte*;
→ bis ins 3. Lebensjahrzent

→ Strukturen
→ *degenerieren als erste*

-
-
-

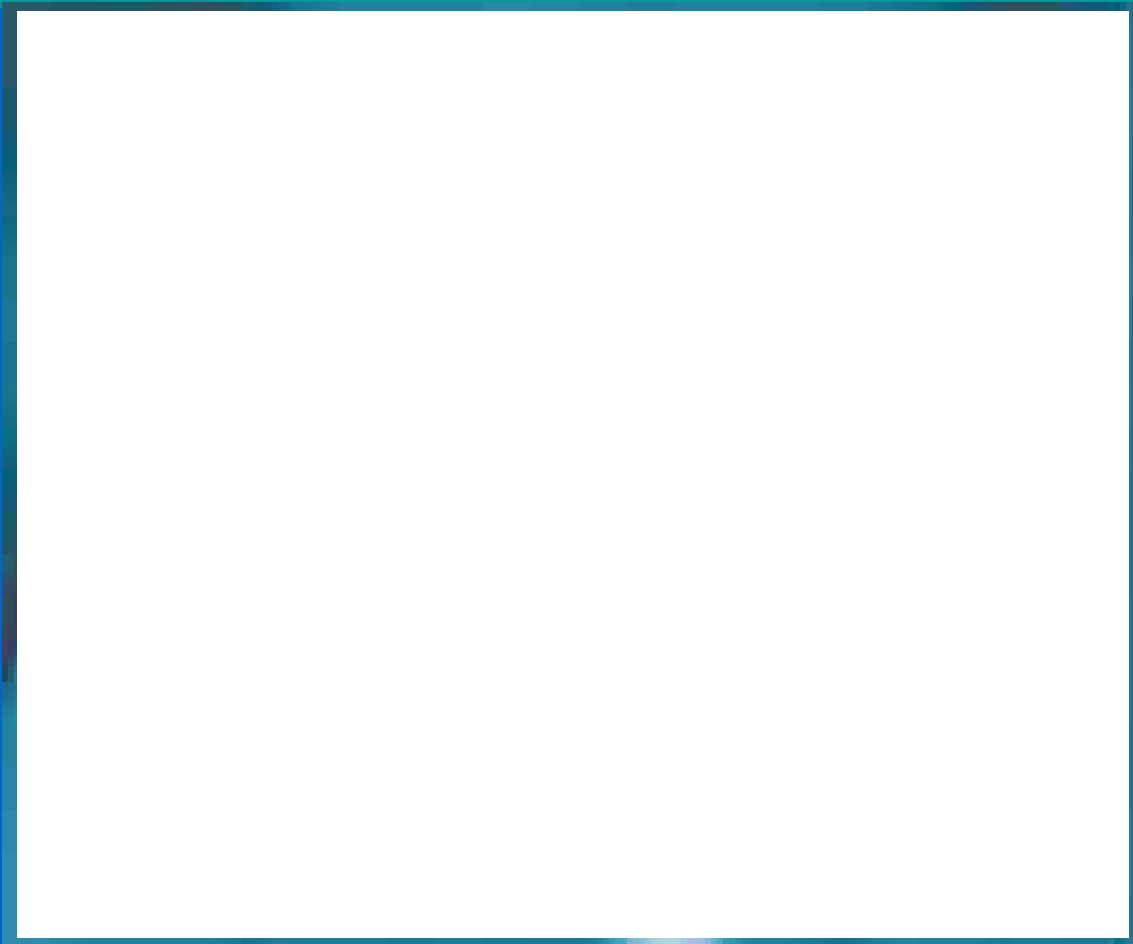
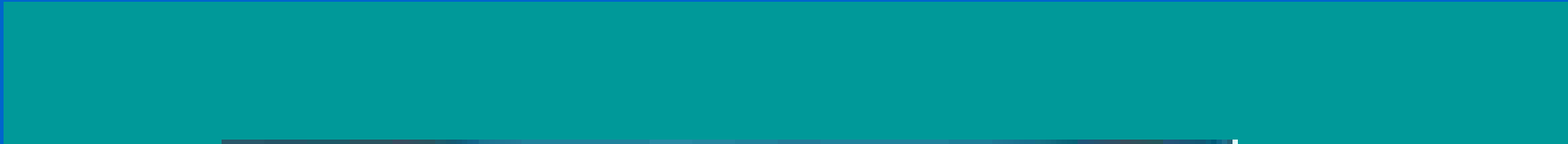
Erzieher und Jugend

Konsequenzen für Erzieher und Pädagogen:

→ Erzieher müssen Funktion unterstützen:

- **Struktur**
- **Begleitung von Zukunftsentscheiden**

-
-
-



franz.eidenbenz@bluewin.ch



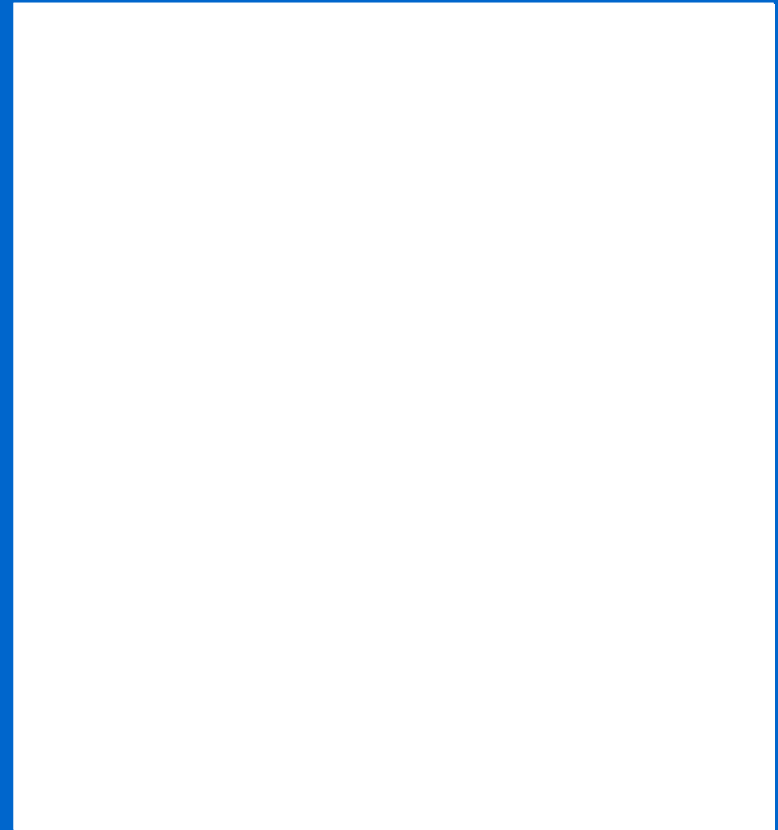
-
-
-
-
-
-
-
-
-

-
-
-

Was können Bezugspersonen tun?

Nicht geeignete Massnahmen:

- Computer sabotieren (aus dem Fenster usw.)
- Moralpredigt oder Vorwürfe
- Totalverbot



-
-
-

Was können Angehörigen tun?

Hilfreiches Vorgehen:

- Interesse zeigen was fasziniert
- Was im Netz bietet und nicht im RL
- Realistische Einschätzung Zeit
- Konfrontation

-
-
-

Vertrauen ist wichtig – Kontrolle auch

Technik: Filter, Administratorenrechte bei den Eltern
Aber für Jugendliche
(Kinder) ist hacken eine
Passion

-
-
-

Interventionen

-
-
-

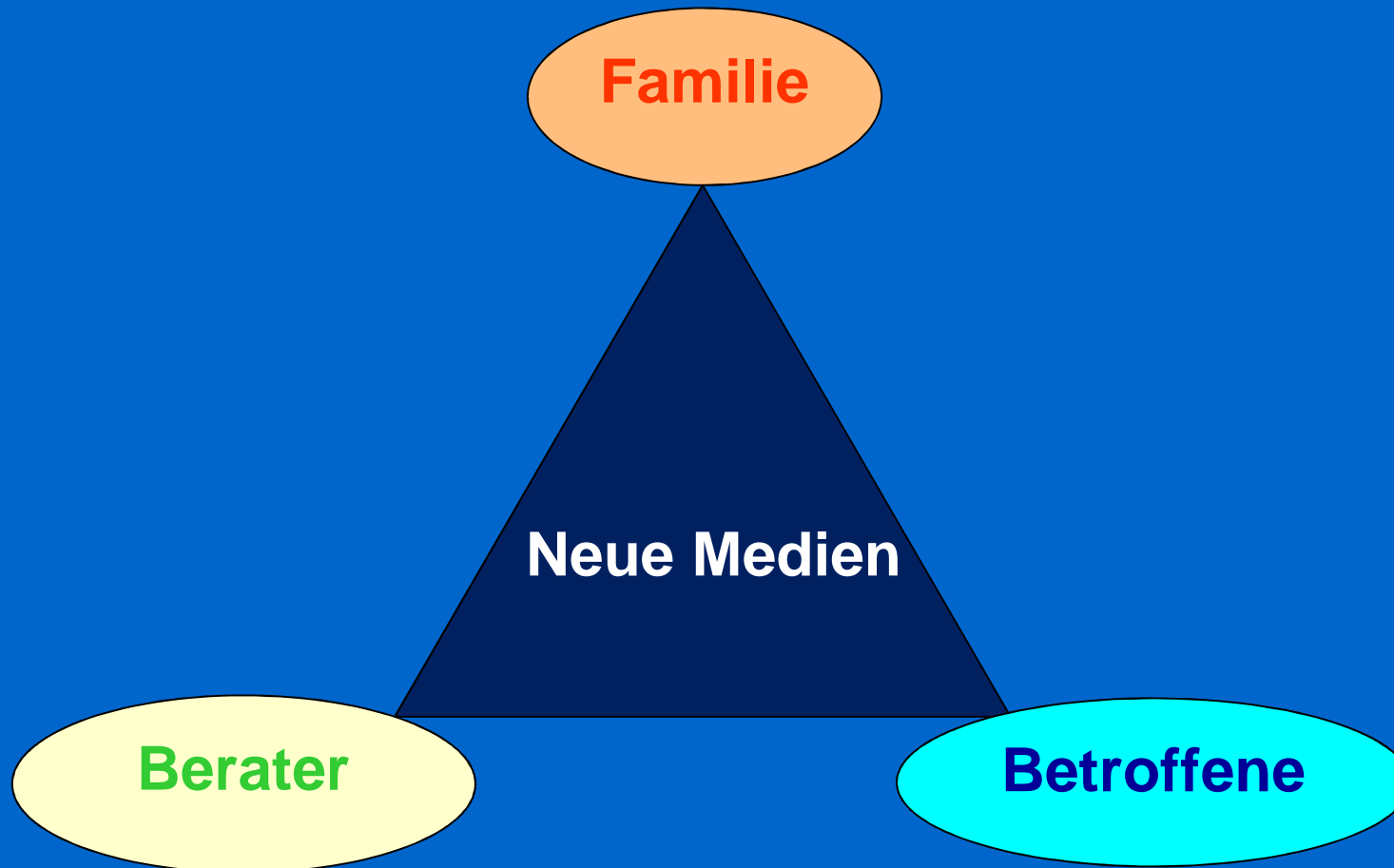
Ausgangslage Ambulanz

Angehörige melden sich
Betroffen zeigen keine Problemeinsicht

Was ist zu tun?

-
-
-

Systemische Perspektive: Umfeld, Kontext



-
-
-

Therapy Process: Phase Model

F. Eidenbenz 2010

Initialphase (Startup phase 1-3 Sitzungen)

Motivationsphase (Motivation phase 3-5 Sitzungen)

Vertiefungsphase (Exploratory phase 3-8 Sitzungen)

**Stabilisierungs-
Abschlussphase (Stabilisation phase 1-3 Sitzungen)**

-
-
-

Research on Internet Addictive Behaviours among European Adolescents 2011-2012; 14-17J., N= 13'300; 124 Interviews (IAT score > 30)

The EU NET ADB research project aims to augment the knowledge base of the Internet addictive behaviour risk among adolescents in Europe.

The study took place in Greece, Germany, the Netherlands, Iceland, Poland, Romania and Spain.

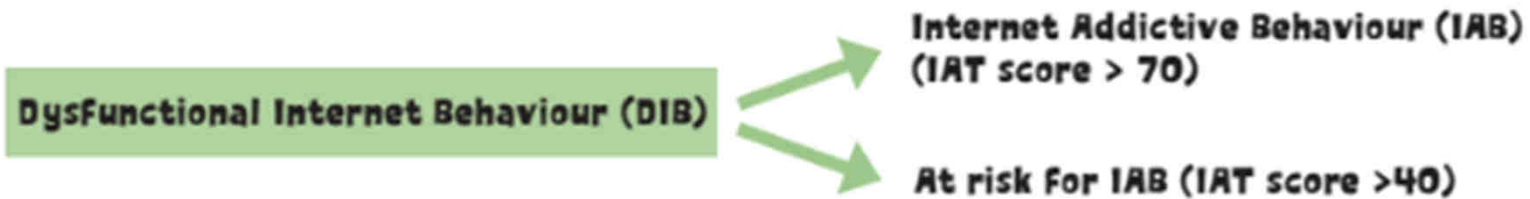


<http://www.eunetadb.eu/en/reports-and-findings/publications/6-eu-net-adb-short-version>, Zugriff: 11.5.2014

franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-

Research on Internet Addictive Behaviours among European Adolescents 2011-2012; 14-17J., N= 13'300; 124 Interviews (IAT score > 30)



Addictive Behaviour

- 1.2% of the total sample presents with IAB, while 12.7% with at risk IAB (13.9% DIB)
- Spain, Romania, and Poland show higher prevalence of DIB, while Germany and Iceland the lowest in the study – *Figure 1*
- Boys, older adolescents and those whose parents have lower educational level are more likely to exhibit DIB – *Figure 2*
- The group of DIB has lower psychosocial well-being – *Table 1*

Gambling, social networking and gaming are strongly associated with DIB, while watching videos/movies was not related to DIB and doing homework/research was negatively associated with DIB, indicating that the more adolescents use the internet for homework/research the less signs of DIB they show – *Table 2*

-
-
-

Research on Internet Addictive Behaviours among European Adolescents 2011-2012; 14-17J., N= 13'300; 124 Interviews (IAT score > 30)

a. Quantitative component

- Questionnaire including:

1. Internet use (*Socio-demographic data, family, school achievement, internet usage characteristics, parental control*)
2. Internet Addiction Test (IAT; *Young, 1998*),
3. Gaming (*AICA-S; Wöfling, Müller & Beutel, 2010*),
4. Gambling (*SOGS-RA; Winters, Stinchfield, & Fulkerson, 1993*) and
5. Psychosocial characteristics (*YSR; Achenbach & Rescorla, 2001*)

- Representative sample from each country – up to 2000 questionnaires / country (final sample of 13.300 questionnaires)
- Adolescents 14-17 years old
- Data collection: October 2011 – May 2012

b. Qualitative component

- Interviews of adolescents showing signs of IAB (IAT score > 30)
- Up to 20 interviews / country (124 final interviews)
- Full-stepwise approach of Grounded Theory (*Strauss & Corbin, 1990*)
- Adolescents 14-17 years old
- Data collection: June 2011 - June 2012

<http://www.eunetadb.eu/en/reports-and-findings/publications/6-eu-net-adb-short-version>, Zugriff: 11.5.2014

franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-

Typologie Internetabhängigkeit EU-Studie

„Internet Addictive Behaviours (IAB) among European Adolescents“

4 Typen A-D

„Stuck Online“

„Juggling it all“

„Coming full Cycle“

„Killing boredom“



<http://www.eunetadb.eu/en/reports-and-findings/publications/6-eu-net-adb-short-version>

, Zugriff: 11.5.2014

franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-
-
-
-
-
-

-
-
-

Typologie Internetabhängigkeit EU-Studie

„Internet Addictive Behaviours (IAB) among European Adolescents“

Typ A „Stuck Online“ bleibt mit erst spät entstandenen sozialen Defiziten, Rückzugstendenzen aufgrund Frustrationen, Schulabsentismus und dem Wissen über die negativen Konsequenzen in der virtuellen Welt gefangen.

Typ B „Juggling it all“ balanciert auf hohem Stressniveau on- und offline Konsum. Dieser Typ engagiert sich in Social Communities, verfügt über Sozialkontakte, die on- und offline verknüpft sind.

Typ C „Coming full Cycle“ zeigt ein Wechsel zwischen grossem Interesse an virtuellen Möglichkeiten und Selbstkontrolle aufgrund von Sättigung und negativen Konsequenzen.

Typ D „Killing boredom“ fühlt sich online am wohlsten, zeigt wenig Interesse am offline Umfeld, alternativen Aktivitäten und verfügt über wenig Sozialkompetenz.

franz.eidenbenz@bluewin.ch

-
-
-

Typologie Internetabhängigkeit EU-Studie

„Internet Addictive Behaviours (IAB) among European Adolescents“

The “Model of Four” may consist as a tool for categorizing users with DIB and having an initial prognosis.

- Types “A” and “D” seem to have poorer prognosis and co-morbidity (anxiety, depression, attention disorders etc.). In these cases, DIB may be the “tip of the iceberg” – the expression of an underlying psychosocial difficulty that mainly needs the intervention
Types “A” and “D” most probably will not self-correct and may need professional help
- Types “B” and “C” seem to be functional users and loss of control is mainly connected with developmental adolescents patterns
Types “B” and “C” most probably will self-correct and may not need any intervention at all. Type “C” however, may lose quite a significant time interval during the “cycle” and some kind of help may be needed

franz.eidenbenz@bluewin.ch



Startup

- **Initialphase** (1-3 Sitzungen):
- Etablierung eines Therapeutischen Settings, Problemanalyse

Motivation

- **Motivationsphase** (3-5 Sitzungen):
- Symptomatik und Suchterhaltende Umstände
- Symptom-Selbstkontrolle
- Konfliktverarbeitung, Antistresstechniken, Motivation, Ziele

Exploratory

- **Vertiefungsphase** (3-8 Sitzungen):
- Tiefere Ursachen, Kontakt, Emotionen, Alternativen

Stabilisation

- **Stabilisierungs- und Abschlussphase** (1-3 S.):
- Veränderungen, Tiefere Beziehungsthemen
- Perspektiven, Prophylaxe, Kontrollsitzung

-
-
-

Phänomen: „Stecker raus“ > kalter Entzug

Eskalation

Aggressive Dekompensation

(Gerichtet auf Eltern, Geschwister)

- Verbale Drohungen
- Beschimpfungen
- Körperliche Aggression (Attacken, Gegenstände)
- Suiziddrohungen

-
-
-

Take Home Message

- **Mediensucht als Beziehungs- und Bindungsstörung**
- **Stellen Sie Kontakt her !**
- **Arbeiten Sie an Beziehung und mit Konflikten
möglichst mit dem Umfeld: Familie, Peers !**

-
-
-

Ziel

**Selbstverantwortliche, - selbstbestimmte
Nutzung der (neuen) Medien**



**Nicht das Leben im Netz zu integrieren
sondern das Netz ins Leben**

Franz Eidenbenz, lic. phil., Fachpsychologe für Psychotherapie FSP

franz.eidenbenz@bluewin.ch