

# Computerspielabhängigkeit im Jugendalter

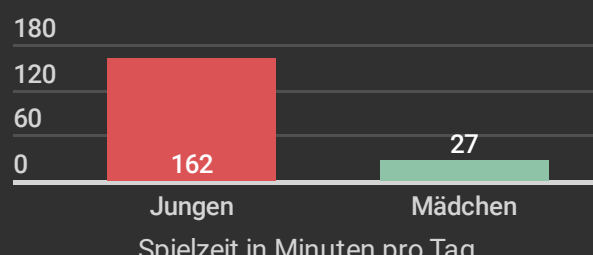
Rehbein et al (2015) - Computerspielabhängigkeit im Jugendalter

Computerspielabhängigkeit (= IGD "internet gaming disorder") ist vor allem im Jugendalter sichtbar und geht in schweren Fällen mit einer leistungs- und gesundheitsbezogenen Beeinträchtigung einher. Betroffene berichten im Vergleich zu Nichtbetroffenen von einer geringeren Lebenszufriedenheit, einer höheren sozialen Einsamkeit und einer erhöhten psychische Belastung.

01

## Hintergrund

- Zeitintensive Auseinandersetzung mit Computerspielen kann besonders bei männlichen Jugendlichen, aber auch jungen Erwachsenen beobachtet werden.
- 15 jährige Neuntklässler in Deutschland spielen rund 96 min am Tag.



- Die IGD geht fast immer mit einem zeitintensiven Spielverhalten einher, doch ist die Spielzeit nicht der ausschlaggebende Faktor bei der Diagnose (siehe "Diagnostische Kriterien")
- Besonders gefährdete Jugendliche sind männlich, impulsiv und weisen eine geringe soziale Kompetenz und ein geringes Selbstvertrauen auf.

02

## Definition

IGD ("internet gaming disorder") ist eine stoffungebundene Sucht, die unabhängig von den gespielten Computerspielen, unabhängig auf welcher Spieleplattform gespielt wird und unabhängig ob die Spiele offline oder online gespielt werden diagnostiziert werden kann.

Dennoch deuten bisherige empirische Daten darauf hin, dass die Nutzung von Onlinespielen, aber auch besondere Spielgenres wie Onlinerollenspiele, Shooter- oder Strategiespiele mit höherer Wahrscheinlichkeit zu einer Abhängigkeit führen können.

Eine IGD ("internet gaming disorder") liegt vor, wenn

- Symptome einer psychischen Abhängigkeit vorliegen.
- das Verhalten trotz psychosozialer Probleme aufrechterhalten wird.
- klinisch relevante Beeinträchtigungen aus dem Verhalten resultieren.

03

## Diagnostische Kriterien

Der Internet gaming disorder liegen 9 Diagnosekriterien zugrunde, wobei man von einer Abhängigkeit spricht, wenn mindestens 5 innerhalb von 12 Monaten beobachtet wurden.

Die Kriterien wurden in der fünften Auflage des Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5) aufgeführt.

Kriterium	Beispiel
1 Gedankliche Vereinnahmung	Der Spieler muss ständig an vergangene oder geplante Spielepisoden denken, auch in Lebensphasen, in denen nicht gespielt wird (z. B. in der Schule oder am Arbeitsplatz).
2 Entzugserscheinungen	Der Spieler erlebt psychische (nicht physische oder pharmakologische) Entzugssymptome, wie Gereiztheit, Unruhe, Traurigkeit oder Ängstlichkeit, wenn nicht gespielt werden kann.
3 Toleranzentwicklung	Der Spieler verspürt im Laufe der Zeit das Bedürfnis, mehr und mehr Zeit mit Computerspielen zu verbringen.
4 Kontrollverlust	Dem Spieler gelingt es nicht, die Häufigkeit und die Dauer des Spielens zu begrenzen sowie die Aufnahme und die Beendigung des Spielens selbstbestimmt zu regulieren.
5 Verhaltensbezogene Einengung	Der Spieler verliert sein Interesse an vormals geschätzten Hobbys und Freizeitaktivitäten und interessiert sich nur noch für das Computerspielen.
6 Fortsetzung trotz psychosozialer Probleme	Der Spieler setzt sein Spielverhalten fort, obwohl er weiß, dass dieses nachteilige psychosoziale Auswirkungen auf ihn hat.
7 Lügen / Verheimlichen	Der Spieler belügt Familienmitglieder, Therapeuten oder andere Personen über das tatsächliche Ausmaß seines Spielverhaltens oder verheimlicht dieses.
8 Dysfunktionale Gefühlsregulation	Der Spieler setzt das Computerspielen ein, um damit negative Gefühle zu regulieren oder Probleme zu vergessen.
9 Gefährdung / Verlust	Der Spieler hat wegen seines Computerspielens wichtige Beziehungen, Karrierechancen oder seinen Arbeitsplatz riskiert oder verloren oder seinen Werdegang gefährdet.

04

## Verbreitung im Jugendalter

Die Verbreitung soll beispielhaft an zwei deutschen repräsentativen Umfragen aufgezeigt werden:

Eine deutsche Studie [1] ermittelte 2015 unter 11.000 Neuntklässlern in Niedersachsen (13-18 Jahre) eine Computerspielabhängigkeit, 5 oder mehr Kriterien innerhalb eines Zeitraums von 12 Monaten, bei 1,2% der Jugendlichen (Jungen 2,0%, Mädchen 0,3%).

Weitere 3,8% der Jugendlichen erfüllten 2 bis 4 Kriterien, was auf einen Verdacht einer Computerspielsucht schließen ließen.

Dem kann eine zweite Studie der DAK (Krankenkasse) [2] von 2019 gegenüber gestellt werden:

"(...) In Deutschland spielen rund drei Millionen Jugendliche zwischen 12 und 17 Jahren regelmäßig am Computer. Nach einer neuen DAK-Studie gelten 15,4 Prozent der Minderjährigen als sogenannte Risiko-Gamer. Damit zeigen rund 465.000 aller Jugendlichen dieser Altersgruppe ein riskantes oder pathologisches Spielverhalten im Sinne einer Gaming-Sucht. (...)"

Diese Studie kommt zu einem anderen Ergebnis, dass nämlich 15% der untersuchten Jugendlichen ein riskantes Spielverhalten zeigen, also mindestens 2 der 9 Kriterien über 12 Monate zeigten. Eine Computerspielabhängigkeit, 5 oder mehr Kriterien, zeigten in der Studie 3,0% der Jugendlichen. Dies würde einer Erhöhung um das 3-fache gegenüber der Studie von 2015 entsprechen.

In der Studie wurden 1000 Kinder und Jugendliche im Alter von 12 bis 17 Jahren in Deutschland befragt. Es wurden die gleichen der oben beschriebenen 9 Kriterien nach DSM-5 zur Beurteilung einer Spielsucht genutzt.

## Literatur

1. Rehbein F, Kliem S, Baier D et al (2015) Prevalence of internet gaming disorder in German adolescents: diagnostic contribution of the nine DSM-5 criteria in a statewide representative sample. *Addiction*. DOI 10.1111/add.12849

2. DAK - Computerspielsucht. (2019). Auf der Webseite DAK Gesundheit. Abgerufen von <https://www.unsere-schule.org/links/Computerspielsucht%20DAK%202019.pdf>