

# NEUE ELEKTRONISCHE MEDIEN UND SUCHTVERHALTEN

In den vergangenen Jahren ist die Nutzungsdauer elektronischer Medien stark angestiegen, zudem werden die Nutzer immer jünger – heute aufwachsende Kinder und Jugendliche kommen in allen ihren Lebensbereichen, sowohl in ihrem familiären und sozialen Umfeld als auch in Bildungseinrichtungen, mit elektronischen Medien umfassend in Kontakt. Aber auch in den Arbeits- und Lebenswelten Erwachsener sind die neuen Medien manifest. Damit einhergehend ist auch ein deutlicher Anstieg des gesellschaftlichen und wissenschaftlichen Interesses rund um das Phänomen »Neue elektronische Medien und Suchtverhalten« zu beobachten. Das Thema Mediensucht ist somit hochaktuell und hat große Bedeutung sowohl für den Einzelnen als auch für die Politik.

Der gesellschaftliche, aber auch der wissenschaftliche Diskurs darüber, wie die Nutzung neuer elektronischer Medien bewertet werden kann, ist einerseits normativ aufgeladen und andererseits stark geprägt von divergierenden Bezugsrahmen, die unter anderem auch generationenspezifische oder wissenschaftlich-disziplinäre Sichtweisen widerspiegeln. So wird zum einen die Nutzung sozialer Netze als Teil einer digitalen Alltagskultur anerkannt. Zum anderen werden mögliche Gefahren exzessiver oder pathologischer Mediennutzung hervorgehoben: Man spricht von Medienabhängigkeit bei Kindern und Jugendlichen wie auch Erwachsenen, wenn sie die Kontrolle über ihre Zeit verlieren und Freundschaften, Hobbys, Schule oder Beruf vernachlässigen.

Die Aufarbeitung der wissenschaftlichen Befunde zu den Risiken elektronischer Medien wie auch die Auseinandersetzung mit den durchaus unterschiedlichen wissenschaftlichen und gesellschaftspolitischen Anliegen, Interessenlagen und Wertorientierungen der involvierten Stakeholder gewinnen stark an Bedeutung. Es geht vor allem darum, aktuelle Forschungsergebnisse und Sichtweisen in diesem Kontext schneller in den gesellschaftspolitischen Alltag zu übertragen und für die prospektive Gestaltung gesellschaftlicher Rahmenbedingungen nutzbar zu machen. Vor diesem Hintergrund hat der Deutsche Bundestag das TAB mit einer Untersuchung

zum Thema »Neue elektronische Medien und Suchtverhalten – Risiken, Bewältigungsstrategien und Präventionsmöglichkeiten« beauftragt. Der kürzlich fertiggestellte TAB-Arbeitsbericht Nr. 166 fasst die wissenschaftlichen Befunde zur suchtartigen Mediennutzung zusammen und stellt verschiedene gesellschaftspolitische Handlungsoptionen zur Diskussion.

## SUCHTVERSTÄNDNIS UND -KONZEPTE

Die wissenschaftlichen Studien im Kontext der Mediensucht zeichnen einen uneinheitlichen Stand, der zum Teil auf der Verwendung verschiedener Begriffe beruht, zum Teil aber auch auf unterschiedlichen inhaltlichen Auffassungen. Der Sammelbegriff Mediensucht beinhaltet eine Vielfalt von Bedeutungen und Inhalten, darunter auch medizinische und psychologische Krankheitskonzepte. Der Suchtbegriff insgesamt unterliegt kulturell geprägten Mustern und Konstruktionsprinzipien, er ist immer auch abhängig von Konzepten der Normalität. Die Diskussion um das Thema »Neue elektronische Medien und Suchtverhalten« verweist damit auf aktuelle kulturelle und gesellschaftliche Wertfragen, die vor dem Hintergrund der technologischen Entwicklung aktualisiert, kritisch reflektiert und in den öffentlichen Diskurs sowie die politische Debatte eingebracht werden müssen.

In der Alltagssprache wird der Begriff Mediensucht heute nahezu inflationär gebraucht und in aller Regel mit negativen Assoziationen verbunden. Dies trifft auch auf die journalistische Darstellung zu, wenn von »Computerjunkies« oder »Smartphonezombies« die Rede ist. Das heutige Verständnis von Suchtkrankheit ist vor allem durch ein medizinisches und psychologisches Krankheitskonzept geprägt. In dieser Perspektive wird Sucht als Erkrankung verstanden, die in einem Kontrollverlust besteht: Das Handeln des Süchtigen entzieht sich seinem Willen. Dabei wird »Sucht« in erster Linie mit stoffgebundenen Abhängigkeiten – wie etwa von Alkohol, Tabletten und Rauschgift – assoziiert. Im psychologisch-medizinischen Verständnis wird der Suchtbegriff seit einiger Zeit auch auf stoffungebundene Abhängigkeiten und exzessive Verhaltensweisen ausgedehnt, wie Glücksspiel-, Kauf-, Essbrech- (Bulimie) oder Magersucht (Anorexie), Sex-, Arbeits- oder Beziehungssucht – und nicht zuletzt Mediensucht.

Mediensucht ist in Deutschland bislang nicht offiziell als Erkrankung anerkannt. In aller Regel wird damit ein Mediennutzungsverhalten mit Krankheitswert bezeichnet, bei dem die Symptome einer psychischen Abhängigkeit erlebt werden, ein klinisch relevanter Leidensdruck aus dem Verhalten resultiert und das Verhalten trotz negativer Konsequenzen aufrechterhalten wird. Bei der Frage, ob und wie klassische medizinisch-psychologische Kriterien auf das Phänomen suchtmäßigen Mediennutzungsverhaltens anzuwenden sind, herrscht Uneinigkeit. Dies führt in der politischen und wissenschaftlichen Auseinandersetzung zu divergierenden Bewertungen und auch zu unterschiedlichen Kenngrößen bei der Charakterisierung der Häufigkeit von Mediensucht in der Bevölkerung (Prävalenzrate). Für die auch ökonomische Zuständigkeit des kli-

nischen Bereichs (Medizin, Psychologie, Psychiatrie) beispielweise in Form der Kostenübernahme als Kassenleistung ist ein Krankheitsmodell bzw. -verständnis von Mediensucht wesentliche Voraussetzung.

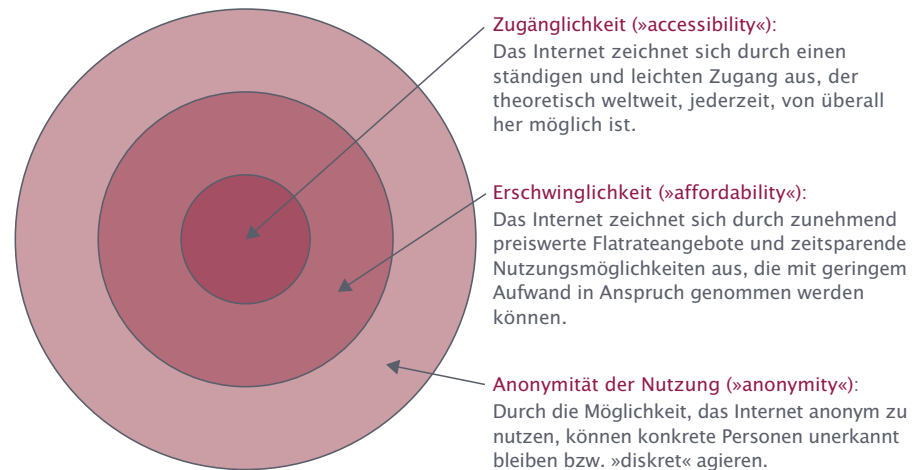
In den bekannten medizinischen Diagnosesystemen »Internationale statistische Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme« (ICD) und »Diagnostisches und Statistisches Manual psychischer Störungen« (DSM) ist die Mediensucht nicht enthalten. Die American Psychiatric Association (APA) hat in der 5. Revision des DSM (2013) die spezifische Form der »Internet Gaming Disorder« als ein eigenständiges Störungsbild in der Sektion 3 aufgenommen, in die Störungen eingestellt werden, die noch weiterer Forschung bedürfen, bevor sie im Hauptteil akzeptiert werden. Damit wird das Störungsbild zwar nicht als formale Diagnose im Klassifikationssystem anerkannt, jedoch erstmals im Rahmen eines Klassifikationssystems definiert. Im wissenschaftlichen und politischen Diskurs ist die Anerkennung der Mediensucht als eigenständiges Krankheitsbild in den gängigen Klassifikationssystemen auch in Deutschland ein aktuelles Thema. Mit der Anerkennung als Krankheitsbild wird die Hoffnung verbunden, neben der Bereitstellung spezifischer Abrechnungsmöglichkeiten für die Leistungserbringer des Gesundheitssystems auch eine bessere Finanzierung präventiver Maßnahmen herzustellen und den systematischen Aufbau therapeutischer Angebote zu unterstützen.

## NEUE ELEKTRONISCHE MEDIEN UND SUCHTVERHALTEN

Bislang existiert keine allgemein geteilte, präzise Definition von Mediensucht. Sowohl im öffentlichen und politischen als auch im wissenschaftlichen Diskurs werden divergierende Begriffe zur

ABB. 1

TRIPLE-A DES INTERNETS: ACCESSABILITY, AFFORDABILITY, ANONYMITY



Bezeichnung des Phänomens herangezogen. Das Spektrum reicht von allgemeinen Bezeichnungen wie Medien- oder Internetsucht bis hin zu sehr spezifischen Bezeichnungen wie Online-Spielsucht oder Googlesucht. In wissenschaftlichen Studien wird darauf verwiesen, dass der Fokus auf den im Vergleich zur Mediensucht eingegrenzteren Begriff der Internetsucht gelegt werden sollte, bei dem außerdem verschiedene Formen unterschieden werden müssten. Im Folgenden werden dieser Strukturierung entsprechend aktuelle Forschungsergebnisse vorgestellt.

### ALLGEMEINE INTERNETSUCHT

Die allgemeine Internetsucht stellt eine generelle und multidimensionale Internetsucht mit großem Zeitkontingent und ohne Präferenz für eine spezielle Anwendung in den Mittelpunkt. Zu den Risikofaktoren für die Ausbildung einer allgemeinen Internetsucht zählen eine starke soziale Isolation sowie Persönlichkeitsmerkmale wie Schüchternheit, Stressanfälligkeit, ein geringes Selbstwertgefühl oder eine als gering wahrgenommene soziale Unterstützung. Als weiterer Risikofaktor wird das Fehlen von Bewältigungsstrategien für persönliche Probleme diskutiert. Zu den hauptsächlichen Folgen allge-

meiner Internetsucht zählt die Vernachlässigung von privaten, schulischen, beruflichen und gesellschaftlichen Aufgaben. Hinsichtlich der Prävalenz der allgemeinen Internetsucht gibt es keinen homogenen Forschungsstand: Die geschätzten Raten bewegen sich unter Anwendung unterschiedlicher Messverfahren zwischen 1,0 und 10,3 % der jeweils untersuchten Stichproben.

Das Attraktivitäts- und Bindungspotenzial des Internets wird mit der »Triple-A-Engine« beschrieben (Abb. 1). Der Begriff ergibt sich aus den Eigenschaften der Zugänglichkeit, Erschwinglichkeit und Anonymität der Nutzung. Hinzu kommen eine zunehmend attraktive Grafikgestaltung sowie die umfassende Einbindung interaktiver Elemente. Mit der Verbreitung von 3-D- bzw. Augmented-Reality-Anwendungen werden neue Attraktivitäts- und Bindungspotenziale der Onlinewelten generiert.

### ONLINESPIELSUCHT

Die Onlinespielsucht – auch als Computer-, Bildschirm- oder Internetspielsucht bezeichnet – wurde in den vergangenen Jahren intensiv diskutiert und stellt ein vergleichsweise gut beforschtes Thema im Kontext der Mediensucht dar. Als Risikofaktoren der Onlinespielsucht

werden Persönlichkeitsvariablen wie hohe Impulsivität, Introversion sowie Neurotizismus im Sinne der Neigung zu emotionaler Labilität, Ängstlichkeit und Traurigkeit diskutiert, aber auch Störungen im Antrieb sowie eine starke Neigung zur Verschiebung von Aufgaben (Prokrastination) und Ablenkung von negativen Stimmungen wie beispielsweise belastenden interpersonellen Konflikten. Zu den negativen Konsequenzen der Onlinespielsucht zählen zum Teil auch massive körperliche Folgen (Schlafentzug, Muskel- und Skeletterkrankungen, Kopfschmerzen etc.); hinzu kommen negative soziale und berufliche Konsequenzen. Die Angaben zur Prävalenz schwanken zwischen 0,3 und 15 % der jeweils untersuchten Stichproben.

### SOCIAL-NETWORK-SUCHT

Die Social-Network-Sucht (SNS) ist bislang wenig erforscht. Verschiedene Studien verweisen auf den Bedarf, die SNS als eigenständige Variante der Internetsucht hervorzuheben, zum einen aufgrund der stark steigenden Nutzungsdauer und zum anderen aufgrund gleicher Symptome wie bei stoffgebundenen und anderen stoffungebundenen Süchten. Wie im ganzen Spektrum der Mediensucht werden im Zusammenhang mit SNS verschiedene Begriffe genutzt: Hierzu zählen Onlinekommunikations-, Social-Media- oder Chatsucht sowie angebotsspezifische Begriffe wie Twitter-Tweet-, WhatsApp- oder Facebooksucht. Aufgrund dieser verschiedenen Begriffsdefinitionen und Untersuchungsansätze werden unterschiedliche Prävalenzen von SNS genannt. Bei den wenigen verfügbaren Studien fällt auf, dass bei Jugendlichen deutlich höhere Prävalenzraten geschätzt werden (bis zu knapp 40 % mit dysfunktionalem Verhalten bei der Nutzung sozialer Netze). Einige Studien zeigen, dass Jugendliche, insbesondere Mädchen, bzw. Frauen insgesamt

besonders gefährdete Nutzergruppen repräsentieren. Zudem werden Persönlichkeitsvariablen wie Neurotizismus, Extraversion, soziale Isolation und Ängstlichkeit sowie Einsamkeit als Risikofaktoren diskutiert. Im Vordergrund der negativen Effekte steht die Abnahme von direkter lebensweltlicher Kommunikation und Teilhabe. In einzelnen Studien wird zudem darauf verwiesen, dass Nutzer von sozialen Netzen schlechtere Schulleistungen aufweisen.

### ONLINESEXSUCHT

Onlinesexsucht wird auch als Internet- oder Cybersexsucht bzw. als exzessiver oder zwanghafter Pornografiekonsum bezeichnet. In einem weiten Verständnis beinhaltet Onlinesexsucht sowohl die exzessive Nutzung direkter computervermittelter Interaktionen zur sexuellen Erregung und Befriedigung als auch zwanghafte bzw. problematische Nutzungsweisen von Onlineerotika und -pornografie. Bei Onlinesexsucht besteht die Gefahr, dass die Masse und Varianz des online verfügbaren sexuellen Inhalts zur Entdeckung neuer Vorlieben im Kontext von Anonymität und Entpersonalisierung führen kann. Nicht zuletzt erscheint kulturkritischen Experten eine sexualisierte Gesellschaft als Auslöser für die Etablierung verschiedenster Onlinesexphänomene. Diese drei Aspekte (Gefahr der Chronizität, großes Angebot, sexualisierte Gesellschaft) werden als mögliche Triebfedern eines beschleunigten Prozesses hin zur Sucht diskutiert. Als Folgen von Onlinesexsucht werden negative Konsequenzen im beruflichen und privaten Bereich diskutiert, aber auch eine erhöhte sexuelle Aggression bzw. Gewalttoleranz gegenüber Frauen. Nicht zuletzt wird auf die negativen Folgen für die betroffenen Partner bzw. Familien der Onlinesexsüchtigen verwiesen: Das Spektrum reicht hier von Trennungen bis hin zu einem erhöhten Leistungs-

druck und Abwertungen der realen Beziehungen und Sexualität. Als Risikofaktoren werden Persönlichkeitsmerkmale wie eine hohe sexuelle Zwanghaftigkeit (Kompulsivität), aber auch ein für viele Onlinesexsüchtige charakteristischer dysfunktionaler Copingstil diskutiert. Hiermit ist gemeint, dass sich Betroffene online auf positive Weise z. B. begeistert, enthemmt oder attraktiv fühlen, offline hingegen frustriert, besorgt und gehemmt. Prävalenzschätzungen zur Onlinesexsucht divergieren zwischen 1 und 8,3 %. Aus Gründen von Unwissenheit, Verleugnungstendenzen und Schuldgefühlen, aber auch Scham wird eine hohe Dunkelziffer vermutet.

### ONLINEKAUFSUCHT

Unter Kaufsucht wird das episodisch auftretende, zwanghafte Kaufen von Konsumgütern und Dienstleistungen verstanden. Die erworbenen Güter werden dabei in aller Regel nicht unbedingt gebraucht. Das Internet und die damit einhergehenden Möglichkeiten zum Onlinekaufen erweitern die Potenziale zur Entstehung und Entwicklung von Kaufsucht. »Klassische« Kaufsucht und Onlinekaufsucht werden durch gesellschaftliche Werte einer Konsumgesellschaft gestützt. In der Folge nehmen betroffene Menschen das Suchthafte an ihrem Verhalten selbst oft nicht wahr. Als Risikofaktoren der Onlinekaufsucht werden vor allem hohe Depressionswerte gepaart mit einer starken materiellen Wertorientierung diskutiert. Zudem sollen ein niedriges Selbstwertgefühl, Impulsivität und defizitäre Selbstregulation sowie negative Befindlichkeiten wesentliche individuelle Bedingungsfaktoren darstellen. Zu den negativen Folgen für die betroffenen Menschen und deren Angehörige und Freunde werden Einschränkungen in der Lebensqualität (u. a. durch familiäre Zerrüttung oder soziale Isolation) und in der beruflichen Funktions-

fähigkeit gezählt sowie weitreichende finanzielle Schwierigkeiten durch Verschuldung und strafrechtliche Probleme (z. B. Veruntreuung von Geldern, Vortäuschen von Zahlungsfähigkeit). Für Deutschland werden Prävalenzen der Kaufsucht zwischen 5 und 8 % der Bevölkerung genannt. In den Studien wird die Onlinekaufsucht in der Regel nicht spezifiziert, sondern – mehr oder weniger explizit – als Teil der generellen Kaufsucht verstanden.

### ONLINEGLÜCKSSPIELSUCHT

Unter Onlineglücksspiele wird die Onlinebereitstellung von unterschiedlichen Glücksspieldiensten zusammengefasst, darunter Sportwettdienste, Kasinoglücksspiele, Differenzwetten, Glücksspiele zur Verkaufsförderung, Glücksspiele zugunsten von gemeinnützigen Einrichtungen sowie Lotteriespiele. Das (mobile) Internet und andere interaktive technologische Plattformen werden für verschiedene Zwecke genutzt: zum einen für das Angebot an Glücksspieldiensten für die Verbraucher bzw. als Vertriebskanal (z. B. Onlinekauf von Lotteriescheinen) und zum anderen als Plattform, auf der die Verbraucher gegeneinander spielen oder wetten können (z. B. Onlinepoker). Als Risikofaktoren werden negative Befindlichkeiten, Selbstwertprobleme, Defizite in der Selbstkontrolle, gesteigerte Impulsivität und Neurotizismus diskutiert. Zu den negativen Folgen zählen neben finanziellen Schwierigkeiten vor allem Konflikte im familiären und sozialen Umfeld sowie Schuld- und Schamgefühle, depressive Symptome, psychosomatische Störungen, berufliche Probleme, Arbeitsplatzverlust, Wohnungslosigkeit, kriminelle Taten und nicht zuletzt eine erhöhte Selbstmordgefährdung sowie erhöhter Suchtmittelgebrauch. Die vorliegenden Prävalenzschätzungen zur Onlineglücksspielsucht kommen zu unterschiedlichen Ergebnissen. Eine von der Bundeszentrale für

gesundheitliche Aufklärung (BZgA) beauftragte Repräsentativbefragung der 16- bis 65-jährigen Bevölkerung in Deutschland verweist auf eine Quote des pathologischen Glücksspielverhaltens von 0,8 % (weibliche Befragte: 0,3 %, männliche Befragte: 1,3 %).

### BEDEUTUNG DER MEDIENSUCHT FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Vor dem Hintergrund eines großen Angebots an technischen multimedialen Geräten in den allermeisten Haushalten ist die Medien- und Internetnutzung für Kinder und Jugendliche fester Bestandteil ihrer alltäglichen Lebens- und Erfahrungsspielräume. Die vielfach noch ganz anders strukturierten Mediensozialisierungserfahrungen der älteren Generationen gegenüber heutigen Kindern und Jugendlichen führen oft zu emotional geprägten Spannungsfeldern in Familie und Schule. Es mangelt häufig an gemeinsamen medienbezogenen Erfahrungen der Beteiligten, sodass eine gemeinsame Kommunikationsbasis fehlt. Es besteht keine gesellschaftliche Werteklarheit, welches Mediennutzungsverhalten in welchem Alter »normal« und »gesund« bzw. im Sinn einer Medien-erziehung und -pädagogik »ratsam« ist. Unklar bleibt auch, ob es sich bei dem vermeintlich exzessiven oder abhängigen Nutzungsverhalten von Jugendlichen um eine zeitbezogene Phase stärkerer Mediennutzung handelt – die in bestimmten Phasen des Heranwachsens vorkommt und damit als »normal« interpretiert werden kann – oder ob die Beobachtung auf ein zeitstabiles, über die Jugend hinausreichendes Suchtphänomen verweist.

Als potenzielle Folgen der zunehmenden Durchdringung des alltäglichen Lebens mit elektronischen Medien gelten in der frühkindlichen Entwicklung ein erhöhtes Risiko für Entwicklungsverzögerung, sprachliche Defizite und die

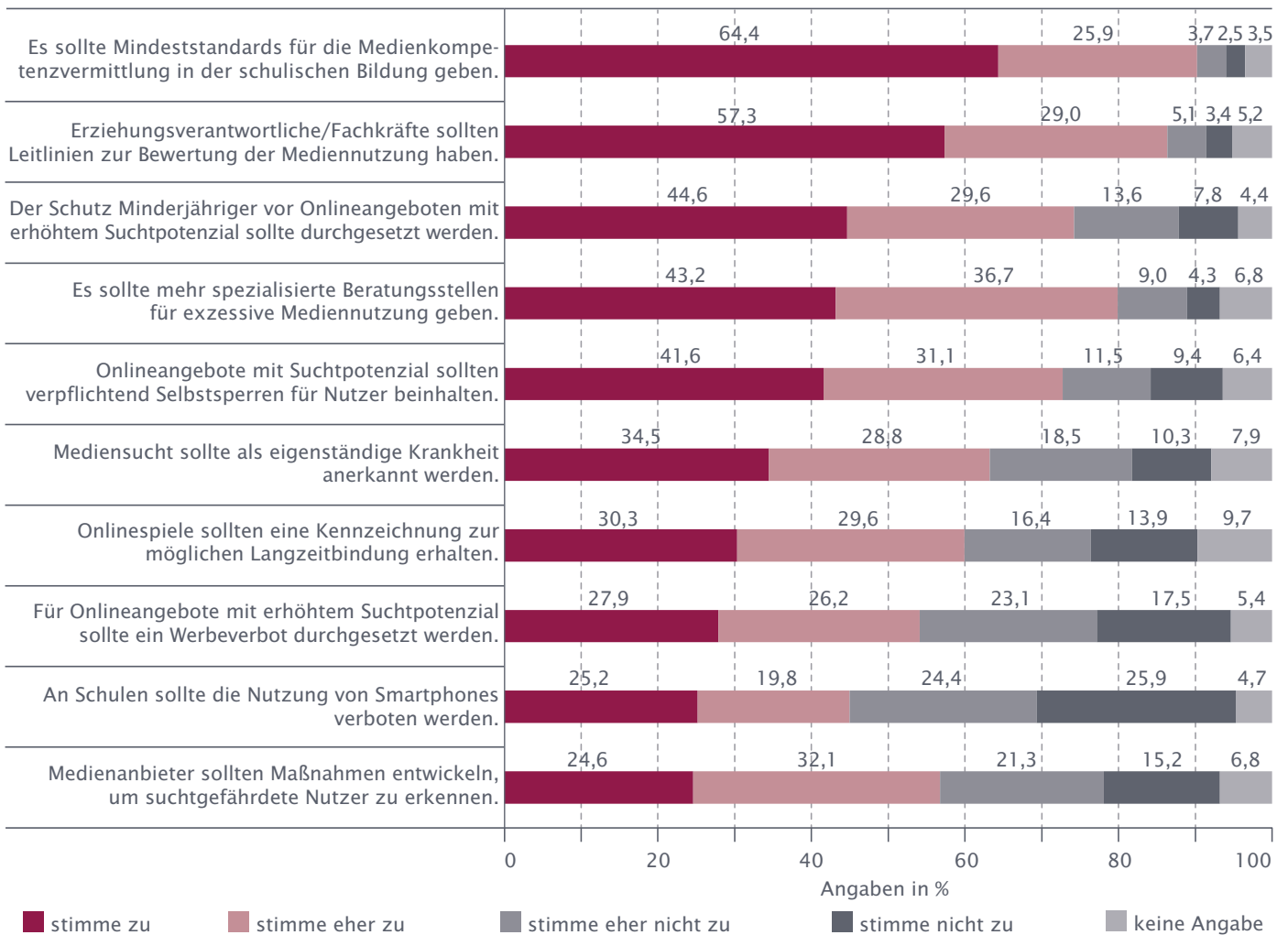
Verschlechterung der Exekutivfunktionen sowie Aufmerksamkeitsstörungen, verminderte Gedächtnis- und Schulleistungen, Schlafprobleme und eine niedrige emotionale Reaktivität. Darüber hinaus wird mit Blick auf die Adoleszenz auch die Gefahr vermehrter impulsiver und aggressiver Handlungen sowie risikoreicheres Verhalten diskutiert. Die Prävalenzen für Mediensucht sind auch mit Blick auf Kinder und Jugendliche nicht konsistent, sondern schwanken stark. Gründe für diese heterogenen Befunde liegen zum einen in einer mehr oder weniger präzisen Einengung der verschiedenen Medienanwendungen, auf die sich die Erhebung des problematischen Verhaltens bezieht. Zum anderen gibt es eine große Heterogenität bei den eingesetzten Diagnose- und Messinstrumenten. Die geschätzten Raten bewegen sich laut einer 2014 veröffentlichten internationalen Reviewstudie zwischen 0,8 und 26,7 % der jeweils untersuchten Stichproben von Internetnutzern

### STAKEHOLDER PANEL TA

Das IZT – Institut für Zukunftsstudien und Technologiebewertung widmet sich als Mitglied des TAB-Konsortiums der Aufgabe, den Schwerpunkt »Diskursanalyse und Dialog mit gesellschaftlichen Akteuren« aufzubauen. Es entwickelte hierzu das Konzept »Stakeholder Panel TA« für den systematischen Erfahrungs- und Meinungsaustausch mit gesellschaftlichen Akteuren über Herausforderungen und Folgen von Wissenschaft und Technik (TAB-Brief Nr. 45, S. 19 ff.). Das Stakeholder Panel TA wurde auch im Kontext des Themas Mediensucht genutzt, um die Einschätzungen, Meinungen und Erfahrungen unterschiedlicher gesellschaftlicher Akteure zu erheben.

Die Ergebnisse der im Zeitraum von Mai bis Juli 2015 durchgeführten

ABB. 2 GESELLSCHAFTSPOLITISCHE HANDLUNGSFELDER



Quelle: Stakeholder Panel TA zu »Neue elektronische Medien und Gefahrenpotenzial exzessiver Nutzung«

Onlinebefragung unter dem Titel »Neue elektronische Medien und Gefahrenpotenziale exzessiver Nutzung« bestätigen die gesellschaftliche Relevanz des Problemfeldes und zeigen, dass es durch wesentliche Akteure der (deutschen) Gesellschaft wahrgenommen wird. Nicht nur in der Wissenschaft, sondern in der Gesellschaft insgesamt erscheinen sowohl Interpretation wie Schlussfolgerungen kontrovers. Die Ergebnisse der Onlinebefragung von insgesamt 2.560 Stakeholdern zeigen beispielsweise, dass etwa jeder Dritte der Befragten der These (eher) zustimmt,

dass der öffentliche Diskurs über die Gefahren exzessiver Mediennutzung übertrieben sei. Gleichzeitig sind knapp 70 % der Befragten – insbesondere Mitarbeiter in Beratungsstellen, Psychologen und Therapeuten – der Auffassung, dass Mediensucht als eigenständige Krankheit anerkannt werden sollte. Im Zusammenhang mit den gesellschaftspolitischen Handlungsfeldern sprechen sich zudem 64 % der Befragten für Mindeststandards bei der Medienkompetenzvermittlung aus. Rund 57 % befürworten, dass Erziehungsverantwortliche und Fachkräfte zukünftig über fundierte Leitlinien zur

Bewertung des Mediennutzungsverhaltens verfügen sollen. Etwa 45 % der befragten Stakeholder sind der Auffassung, dass ein Schutz Minderjähriger vor suchtgefährdenden Onlineangeboten durchgesetzt werden sollte (Abb. 2).

## RESÜMEE UND AUSBLICK

Die Untersuchungsergebnisse des TAB-Projekts »Neue elektronische Medien und Suchtverhalten«, die auf der Grundlage einer systematischen Literatur- und Quellenanalyse sowie verschiedenen eigenständigen empirischen

rischen Arbeiten (leitfadengestützte Experteninterviews, Onlinebefragung im Stakeholder Panel TA, Workshops mit Kindern und Jugendlichen sowie Fachexperten) entwickelt wurden, verdeutlichen insgesamt, dass die verstärkte Beschäftigung mit den Wirkungen intensiver und suchtartiger Mediennutzung gesellschaftspolitisch hochrelevant ist. Das gilt insbesondere vor dem Hintergrund, dass das Normalverhalten der Gesamtbevölkerung zunehmend vom Zustand dauerhafter Nutzung geprägt ist, und neue elektronische Medien und allen voran das Internet ein in allen gesellschaftlichen Zusammenhängen verbreitetes mögliches Suchtmittel darstellen.

Die wissenschaftlichen Befunde zeichnen insgesamt einen uneinheitlichen Stand in dem vergleichsweise jungen Forschungsfeld und verdeutlichen bedeutende Forschungslücken. Sie verweisen gleichzeitig auf Handlungsoptionen, die unterschiedliche gesellschaftliche, politische und wissenschaftliche Gestaltungsmöglichkeiten, -notwendigkeiten und -ziele in den Fokus rücken.

### **VERBESSERUNG DER WISSENSBASIS**

Auch wenn die Anzahl wissenschaftlicher Studien zu diesem Themenfeld in den vergangenen Jahren sowohl in Deutschland als auch weltweit erheblich angestiegen ist, verweisen die Ergebnisse des TAB-Projekts auf wesentliche Forschungslücken. Es fehlt eine langfristige, prospektive und möglichst umfassend ausgerichtete Forschungsstrategie im Sinne der Untersuchung technischer, gesellschaftlicher, politischer, ethischer und anthropogener Dimensionen der Mediennutzung. Die Entwicklung dieser Strategie könnte auch als durchaus prominentes Anwendungsfeld partizipativer Forschung angelegt werden. Dies bedeutet, dass Wissenschaft und Forschung sowie

die in der Praxis involvierten Akteure mit ihren unterschiedlichen Sichten auf Sucht bzw. suchtartiges Verhalten in den Forschungsprozess eingebunden und durch die Forschungserkenntnisse unterstützt werden. Außerdem fehlen Evaluationsstudien zu Therapien und anderen Interventionsansätzen im Kontext von Mediensucht. Die identifizierten Forschungsdefizite sollten insbesondere vor dem Hintergrund, dass intensive Mediennutzung zunehmend zum Normalverhalten der Bevölkerung zählt und nicht zuletzt oft aus beruflichen Gründen erwartet wird, möglichst systematisch behoben werden.

### **STÄRKUNG DES GESELLSCHAFTLICHEN DISKURSES**

Derzeit wird sozial unerwünschtes Verhalten häufig als Sucht deklariert, ohne über eine ausreichende gesamtgesellschaftliche und wissenschaftliche Reflexion des zugrundeliegenden Begriffsverständnisses sowie der zugrundegelegten Werte zu verfügen. Bislang finden nur wenige Verständigungsprozesse statt, es fehlt gleichzeitig auch an fundierten Positionierungen der gesellschaftlichen Stakeholder (z. B. relevanter Fachverbände). Daher erscheint es geboten, einen solchen Diskurs zur Entwicklung einer gesellschaftlich und wissenschaftlich getragenen Wertebasis zu initiieren und zu klären, wo in etwa die Schwellenwerte zwischen Normalität und Sucht liegen. Ein Diskurs kann die unterschiedlichen Sichten, Zuständigkeiten, Kompetenzen und auch Machtverhältnisse der beteiligten Stakeholder nicht auflösen, aber die Kommunikation und Verständigung der Stakeholder fördern und unterstützen. Hierzu zählen insbesondere Kinder und Jugendliche, Eltern, pädagogische Fachkräfte, Fachverbände im Kontext von Medien und Sucht, aber auch (Kinder-)Ärzte, Psychotherapeuten und Sozialarbeiter sowie Träger wirtschaftlicher und politischer Verantwortung.

### **MEDIENSUCHT ALS EIGENSTÄNDIGES KRANKHEITSBILD DISKUTIEREN**

Veränderungen im Bereich der medizinischen Diagnostik führten in den letzten Jahren immer wieder zu lebhaften Diskussionen. Vor allem Experten aus den psychiatrienahen Disziplinen votieren für eine Aufnahme der Mediensucht sowie einzelner typologischer Ausprägungen als eigenständige Krankheit(en) in die diagnostischen Klassifizierungssysteme. Einwände erfolgen insbesondere von Jugendforschern, Pädiatern und Entwicklungspsychologen – hier wird zunächst mehr wissenschaftliches Wissen für die notwendige Beurteilung gefordert, inwieweit suchtartiger Medienkonsum insbesondere in Pubertät und Adoleszenz auch ein pädagogisch zu bewältigendes Entwicklungsthema bildet und durch eine möglicherweise ausufernde psychiatrische Diagnostik zu früh medikalisiert und stigmatisiert wird. Vor diesem Hintergrund gilt es, das Ziel einer Anerkennung von Mediensucht als eigenständiges Krankheitsbild in den gängigen Klassifikationssystemen zeitnah, inter- und transdisziplinär zu reflektieren und handlungsbezogene Schlüsse zu ziehen. Dies erscheint besonders relevant angesichts der Aufnahme der »Internet Gaming Disorder« in die Sektion 3 des DSM-5, die als Signalwirkung für die Revision des Klassifikationssystems ICD gewertet wird, die laut WHO im Jahr 2017 verabschiedet werden soll. In der Vergangenheit ist die Weiterentwicklung des ICD oft der Entwicklung des DSM gefolgt.

### **GESELLSCHAFTLICHE VERANTWORTUNG VON UNTERNEHMEN STÄRKEN**

Medienunternehmen sollten verstärkt gesellschaftliche Verantwortung für die Folgen der Mediennutzung übernehmen und neben einer angepassten,

nicht suchtfördernden Gestaltung medialer Angebote die Sicherstellung des Verbraucherschutzes sowie insbesondere auch des Kinder- und Jugendmedienschutzes in den Blick rücken. Medienangebote sollten auf ihre (Langzeit-)Bindungswirkung wissenschaftlich untersucht und ihr jeweiliges Gefährdungspotenzial für die Entstehung und Aufrechterhaltung süchtigen Verhaltens bewertet werden. So werden die Anbieter von Onlinespielen beispielsweise aufgefordert, die verwendeten Belohnungssysteme in den Spielen, die Einbindung in soziale Spielernetzwerke und die Möglichkeit bzw. Notwendigkeit einer zeitlichen Befristung der Spieleaktivität zu prüfen und den aus den Spielen selbst resultierenden Druck zum Spielen auf die Spieler zu verringern. Zudem ist (auch politisch) zu überlegen, wie altersangemessene Limitationen für den Zugang zu suchtgefährdenden Medienangeboten implementiert und durchgesetzt werden können.

### VERBESSERUNG DER PRÄVENTION UND PSYCHOSOZIALEN VERSORGUNGSSTRUKTUR

Zur Verbesserung der Prävention sollten sowohl Maßnahmen der breiten-spezifischen Primärprävention zur Verhinderung der Entstehung von Mediensucht als auch der risikogruppenfokussierten Sekundärprävention zur frühzeitigen Erkennung sowie der Tertiärprävention zur Bewältigung von Mediensucht gestärkt werden. Hierfür sind zum einen klare, standardisierte Bewertungs- und Diagnoseinstrumente erforderlich und zum anderen die Einbindung relevanter Akteure in die Präventionsprozesse (z. B. pädagogische Fachkräfte und Sozialarbeiter in Bildungs- und Freizeiteinrichtungen, Hausarzt- sowie Kinderarztpraxen). Eng hiermit verbunden ist auch die Etablierung eines geeigneten Schnittstellenmanagements, um etwaige Betroffene in ein sinnvolles Behandlungssystem

zu überführen. Von hoher Bedeutung ist ferner, Möglichkeiten des Selbstschutzes sowohl von Erwachsenen als auch von Kindern und Jugendlichen gezielt zu fördern. Dies kann auch durch die Entwicklung von Instrumenten wie Onlinetools oder Apps umgesetzt werden, die das Erkennen von Frühwarnsignalen erleichtern und positive Rückmeldung zu adaptivem Verhalten geben können.

Die verfügbaren psychosozialen Beratungs- und Behandlungsangebote weisen in der Regel hohe Zugangsschwellen auf, sodass sie nicht alle relevanten (gefährdeten) Ziel- und Risikogruppen gut erreichen bzw. von diesen nicht in Anspruch genommen werden. Die Angebote sollten insgesamt entsprechend niedrigschwelliger gestaltet werden. Im Hinblick auf Kinder und Jugendliche ist die verstärkte und umfassende Integration und Förderung niedrigschwelliger Angebote in die Tätigkeit sozialer Arbeit in den Schulen, aber auch Freizeiteinrichtungen zu bedenken (ggf. auch über sogenannte Mediscouts). So könnten sozialpädagogische Hilfestellungen im Umgang mit der Mediennutzung und -sucht angeboten werden, die weitgehend niedrigschwellig und präventiv sind, soziale Benachteiligungen ausgleichen oder individuelle Beeinträchtigungen überwinden helfen können. Aber auch mobile Versorgungs- und Behandlungsangebote vor Ort – einschließlich innovativer Onlineangebote, in denen reflexiv die Internetnutzung »normalisiert« werden kann – im Sinne der Abwendung von klassischen »Komm-Strukturen« könnten helfen, bestehende Nutzungshemmschwellen abzubauen.

Die derzeitigen Forschungslücken führen auch zu mangelnden Standards und fehlenden einheitlichen Beratungsrichtlinien für die Anamnese, Beratung und Behandlung von Mediensucht im Kontext elektronischer Medien. Hier gilt es, die Versorgungsstruktur im Zuge

neuer Erkenntnisse kontinuierlich zu verbessern und an die Bedarfe anzupassen. Zudem sollten die interdisziplinäre Vernetzung der Versorgungs- und Beratungseinrichtungen verbessert und etwa notwendige Schnittstellen zwischen Pädagogik- und Suchtangeboten bzw. Jugend- und Familienhilfe sowie Schule systematisch entwickelt werden.

### HINWEIS ZUR VERÖFFENTLICHUNG

Der TAB-Arbeitsbericht Nr. 166 »Neue elektronische Medien und Suchtverhalten« wurde im September 2015 abgeschlossen und wird nach Abnahme durch den ABFTA veröffentlicht.

#### KONTAKT

Michaela Evers-Wölk  
Prof. Dr. Michael Opielka  
+49 30 803088-0  
m.evers-woelk@izt.de