

# ▶▶ Wenn der Computer Lernen und Leben behindert

## Pathologische Computer- und Internetnutzung als eigenständiges Störungsbild

Von Jörg Petry

Viele Pädagogen und Eltern sind schnell mit dem Etikett „computersüchtig“ bei der Hand, wenn ein Heranwachsender den Computer häufig nutzt, und befürchten nicht zuletzt Auswirkungen auf die schulischen Leistungen. Doch die Zusammenhänge sind komplexer, als dies teilweise in der Öffentlichkeit dargestellt wird. Dieser Artikel gibt einen knappen Einblick in die diesbezügliche empirische Forschung und geht insbesondere darauf ein, wann Computernutzung tatsächlich als exzessiv bezeichnet werden kann, was hinter einem solchen Verhalten steht und weshalb der Suchtbegriff hier wenig angemessen erscheint.

Bezogen auf den exzessiven und pathologischen Computer- bzw. Internetgebrauch wird kontrovers diskutiert, ob dieses Verhalten zu einer Einschränkung oder einer Förderung der kognitiven und schulischen Leistungsfähigkeit führt. Dabei stehen sich extreme Positionen gegenüber, die entweder die medienbedingte Verdummung (Spitzer 2005) oder die Intelligenzsteigerung (Johnson 2006) der heranwachsenden Generationen postulieren.

Die empirische Forschung zum exzessiven Fernsehkonsum (Nieding/Ohler 2008) und Computerspielen (Maass et al. 2011) verweist auf ein komplexeres Bedingungsgefüge. Je nach der Quantität des Konsums und der Art des genutzten Angebotes (Unterhaltung vs. Bildung oder hohe vs. niedrige Erregung) lassen sich in Verbindung mit sozialen Kontextmerkmalen (z. B. Schicht) sowohl positive als auch negative Effekte nachweisen, sowohl kurzfristige (z. B. bei den Informationsverarbeitungsprozessen) wie auch langfristige (z. B. bei den Schulleistungen). Bei den Forschungsergebnissen handelt sich jedoch bisher um noch nicht zusammengeführte Einzelbefunde.

Auf jeden Fall kommt es beim pathologischen PC- und Internet-Spielen zu einem vollständigen sozialen Rückzug – verbunden mit einer Einschränkung oder gar dem Abbruch der schulischen Ausbildung, des Studiums oder der Berufsausbildung – und so zu einer teufelskreisartigen Verschärfung der Problematik.

### Was versteht man unter exzessiver bzw. pathologischer Computer- und Internetnutzung?

Der schul- oder berufsfremde PC- bzw. Internetgebrauch über 35 Wochenstunden wird als „exzessiv“ bezeichnet (zur Häufigkeit der Computernutzung s. den Kasten auf S. 15). Bei „anfälligen“ Personen besteht auf dem Hintergrund sozial ausgrenzender Lebenssituationen (Armut, soziale und familiäre Belastungen, fehlende berufliche Perspektive) eine ausgeprägte Selbstwertstörung mit sozial-ängstlichen Tendenzen. Persönliche Grundbedürfnisse nach Bindung, Kontrolle und Selbstwertschätzung können in der realen Welt nicht befriedigt werden. Die virtuelle Welt verspricht dagegen schnell zu erreichende Erfolge, soziale Einbindung und Anerkennung.

Das Medienverhalten fördert nicht mehr die schulische, berufliche und persönliche Weiterentwicklung. Es dient vielmehr als Fluchtpunkt zur schnellen Bedürfnisbefriedigung. Der damit verbundene gewohnheitsmäßige und auf spezielle Formate (Games, Chats) eingeschränkte Medienkonsum resultiert in einer zunehmenden Einschränkung von Ressourcen und alternativen Entfaltungsmöglichkeiten.

### Einordnung der Problematik in den Suchtdiskurs

Das Suchtkonzept nimmt im Sinne einer nichtstoffgebundenen Sucht an, dass das Medium Computer/Internet als „Droge“ einen emotionalen Konditionierungsprozess auslöst, der sich auf das dopaminerge Belohnungssystem des Gehirns bezieht (Grüsser/Thalemann 2006). Analog zu stofflichen Süchten wird angenommen, dass dies zu einer Suchtentwicklung mit einer „Dosissteigerung“, einem „Kontrollverlust“ und beim Einstellen des Verhaltens zu „Entzugserscheinungen“ führt.

Dabei werden die in der Alkoholismustheorie eindeutig definierten Begriffe wie „Droge“, „Toleranzentwicklung“ und „Entzugserscheinungen“ ihrer ursprünglichen organopathologischen Bedeutung beraubt. Dieser Bedeutungsverschiebung liegt ein Kategorienfehler im Sinne der analytischen Philosophie zugrunde (Petry 2010), da sich organisch bedingte Begriffe nicht auf psychische Prozesse übertragen lassen. So lässt sich z. B. auch die Höhe eines Turmes nicht mit der Höhe eines Tones vergleichen. Wenn die Eltern bei ihrem exzessiv computerspielenden Sohn abrupt den Stecker ziehen, dann bekommt der Heranwachsende keine Entzugserscheinungen (Schwitzen, Händezittern, Herzrasen, epileptische Anfälle etc.), sondern zeigt eine Trauerreaktion mit Wut oder Aggressivität, weil ihm sein „Lieblingsspielzeug“ entzogen wurde.

### Alternative: ein klinisches Störungsmodell

Als Alternative zum Suchtkonzept bietet sich ein entwicklungspsychopathologisches Modell an (Petry 2010b). Die gewählte Bezeichnung „pathologisches PC-/Internet-Spielen“ verweist auf die für das Krankheitsbild zentrale Bedeutung des Mediums Computer/Internet bzw. das damit verbundene überwertige Immersionserleben. Diese vollständige Ver-

**Daten & Zahlen:  
Häufigkeit exzessiver Computernutzung**

Erste Online-Befragungen führten zu sehr hohen Schätzungen der Zahl von Betroffenen, nämlich von 3,2 % der Bevölkerung (Hahn/Jerusalem 2001). Die Abfrage der Problematik mit einem „Suchtfragebogen“ in dieser Studie führt jedoch zu einer Überschätzung der Problematik, da dort lediglich eine subjektive Bewertung erfolgt, die nicht durch eine klinische Untersuchung und Diagnostik überprüft wird.

Inzwischen liegt eine erste repräsentative Bevölkerungsbefragung vor (Rumpf et al. 2011), nach der 1 % der Bevölkerung über die Lebensspanne eine „Internetabhängigkeit“ aufweist. Allerdings erfolgte auch hier keine Validierung des gewählten Trennwertes und keine klinische Absicherung, sodass ebenfalls eine Überschätzung vorliegt.

Einer Querschnittsuntersuchung (Meixner-Dahle 2010) zeigte zudem, dass bei den über 21-Jährigen die frühere Problematik bei Mädchen völlig verschwunden ist und bei Jungen sich auf ein Drittel reduziert hat; es handelt sich also um einen typischen vorübergehenden Exzess der frühen Adoleszenz. Dieser Befund bedarf jedoch noch einer Überprüfung durch Längsschnittuntersuchungen.

sunkenheit in die virtuelle Erlebnisweise unter Zurücktreten der Realitätswahrnehmung (Bente et al. 2002) beinhaltet eine dauerhafte Regression auf die Stufe des vorschulischen Spielverhaltens.

Beim pathologischen PC-/Internet-Spielen handelt es sich um einen Verhaltensexzess in Form einer gewohnheitsmäßigen Computer- bzw. Internetaktivität mit einer zunehmend eingeschränkten Handlungskontrolle.

Ursächlich wird eine Störung der sozialen Identitätsentwicklung durch eine schwere umweltbedingte Depravationen und/oder eine primäre psychische Auffälligkeit aufgrund einer unsicheren Bindungserfahrung in der frühen Kindheit und der damit einhergehenden Einschränkung der autonomen Weltaneignung angenommen. Bei der Störungsentwicklung kommt es zu einem regressiven Rückzug aus der Realität in die kindliche Phantasiewelt des Spielens, um alltägliche Frustrationen zu kompensieren.

Es handelt sich um ein eigenständiges Störungsbild, das als entwicklungspsychopathologische Störung des zwischenmenschlichen Beziehungsverhaltens in der Systematik psychischer Störungen unter Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen einzuordnen ist.

**Häufige Erscheinungsformen der Störung**

Typologisch sind das pathologische Gaming und Chatting die aktuell häufigsten Erscheinungsformen. In Abhängigkeit von sich verändernden Angeboten der Medienindustrie und der Weiterentwicklung des WWW können die aktuelle Dominanz der Mehrpersonen-Online-Rollenspiele vor allem bei Jungen und der Chat-Rooms bzw. Social Communities vor allem bei Mädchen durch andere Erscheinungsformen des Störungsbildes abgelöst werden.

**Begleitende Störungsbilder**

Erste klinische Befunde zu begleitenden Störungsbildern verweisen vorwiegend auf depressive Störungen und (soziale) Angststörungen, ängstlich-vermeidende Persönlichkeitsstörungen, Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörungen sowie Essstörungen mit Adipositas. Daneben sind Suchterkrankungen vorherrschend, insbesondere die Tabak-, Alkohol- und Cannabisabhängigkeit sowie seltener die Glücksspielsucht.

**Fazit**

Das komplexe Bedingungsgefüge des Computer- und Internetgebrauchs unter Jugendlichen ist erst in Ansätzen erforscht. Es lassen sich sowohl fördernde als auch beeinträchtigende Einflüsse des zunehmenden Mediengebrauchs auf die intellektuelle und schulische Leistungsfähigkeit bei Heranwachsenden nachweisen.

Bezogen auf den exzessiven Computer- bzw. Internetgebrauch unter Jugendlichen ist vor einer vorschnellen Pathologisierung als Sucht zu warnen, da es sich bei der überwiegenden Mehrheit um ein adoleszentes Übergangsphänomen handelt. Bei den seltenen pathologischen Ausprägungsformen ist eine frühkindlich bedingte psychosoziale Anfälligkeit anzunehmen, die einer psychotherapeutischen Behandlung bedarf.

**Literatur**

- ▶ Bente, G.; Krämer, N.; Petersen, A.: Virtuelle Realitäten als Gegenstand und Methoden in der Psychologie. In: Bente, G.; Krämer, N.; Petersen, A. (Hrsg.): Virtuelle Realitäten. Hogrefe, Göttingen 2002, S. 132–148.
- ▶ Grüsser, S. M.; Thalemann, C. N.: Verhaltenssucht: Diagnostik, Therapie, Forschung. Hans Huber, Bern 2006.
- ▶ Hahn, A.; Jerusalem, M.: Internetsucht – Reliabilität und Validität in der Online-Forschung. In: Theobald A. et al. (Hrsg.): Handbuch der Online-Forschung. Gabler, Wiesbaden 2001.
- ▶ Johnson, S.: Neue Intelligenz: Warum wir durch Computerspiele und TV klüger werden. Kiepenheuer & Witsch, Köln 2006.
- ▶ Maass, A.; Klöpffer, K. M.; Michel, F.; Lohaus, A.: Does Media Use Have a Short-Term Impact on Cognitive Performance? A Study of Television Viewing and Video Gaming. In: Journal of Media Psychology 23 (2011), N° 2, p. 65–76.
- ▶ Meixner-Dahle, S.: Pathologische Internetnutzung im Jugendalter. In: Sucht Aktuell 17 (2010), N° 1, S. 53–56.
- ▶ Nieding, G.; Ohler, P.: Mediennutzung und Medienwirkung bei Kindern und Jugendlichen. In: Batinic, B.; Appel, M. (Hrsg.): Medienpsychologie. Springer, Heidelberg 2008, S. 379–400.
- ▶ Petry, J.: Das Konstrukt „Verhaltenssucht“. Eine wissenschaftstheoretische Kritik. In: Sucht Aktuell 17 (2010), N° 2, S. 14–18.
- ▶ Petry, J.: Dysfunktionaler und pathologischer PC- und Internet-Gebrauch. Hogrefe, Göttingen 2010. (2010b)
- ▶ Rumpf, H.-J.; Meyer, C.; Kreutzer, A.; John, U.: Prävalenz der Internetabhängigkeit (PINTA): Bericht an das Bundesministerium für Gesundheit. Lübeck und Greifswald 2011.
- ▶ Spitzer, M.: Vorsicht Bildschirm! Elektronische Medien, Gehirnentwicklung, Gesundheit und Gesellschaft. Ernst Klett, Stuttgart 2005.

*Dr. phil. Jörg Petry,  
Psychologischer Psychotherapeut; Projektleiter „Pathologisches Glücksspielen und PC-/Internet-Spielen“.*

*AHG Allgemeine Hospitalgesellschaft  
Helmholtzstr 17  
40215 Düsseldorf  
jpetry@ahg.de*

**Links**

- ▶ <http://www.fv-medienabhängigkeit.de>  
ambulante Beratung: Fachverband Medienabhängigkeit
- ▶ <http://www.ahg.de>  
stationäre Behandlung: AHG Allgemeine Hospitalgesellschaft