

Vorwort

Anil Batra und Gottfried Barth

Es ist beeindruckend, welchen Stellenwert das Internet und darauf zugreifende Endgeräte wie Computer, Tablets und Smartphones in unserem Alltag haben. Mehr als 80% der erwachsenen Bevölkerung nutzen das Internet täglich und intensiv: fast vier Stunden sind es täglich, die für Kommunikation oder mediale Nutzung investiert werden (www.ard-zdf-onlinestudie.de). In der Freizeit und im Beruf ist eine Nutzung des Internets kaum noch wegzudenken. Sei es ein »nützlicher Gebrauch« oder bloßer Zeitvertreib: die Verwendung der Medien ist fester Bestandteil unseres Alltags. »Erschreckend« sagen manche und warnen vor den Folgen (Spitzer 2014), hilfreich, »genial« und »phantastisch« empfinden es die anderen. Jugendliche nutzen mehr noch als Erwachsene Social-Media-Anwendungen aber auch Spielapplikationen, die per Smartphone, Tablet, Computer oder Konsole vielseitig, unterhaltsam und attraktiv sind. Soziale Interaktionen werden dadurch gefördert, zugleich aber auch beschränkt: die Qualität der Beziehungen verändert sich, und diese Veränderung beinhaltet nicht nur Chancen, sondern auch vielfältige Risiken und Gefahren. Seit wenigen Jahrzehnten begleitet uns das Thema der »Computerspielsucht«, oder »Internetabhängigkeit«. Im Jahr 1998 stellte Kimberley Young unter dem Titel »Caught in the Net« erste Überlegungen zur Diagnostik und Therapie der »Internet Addiction« vor (Young 1998). Nachdem ICD-10 und DSM-IV noch keine Möglichkeit der Einordnung einer »Störung« im Bereich der exzessiven, gesundheitsgefährdenden oder abhängigen Nutzung von Computern, Internet oder speziellen Applikationen kannten, sehen die neuen Versionen der Klassifikationssysteme (seit 2013 im DSM-5 [APA 2013]; seit 2023 im ICD-11 [WHO 2024]) die Einordnung als »Internet Gaming Disorder« bzw. »Riskantes Spielen« (Hazardous Gaming) oder »Spielstörung« (Gaming Disorder) vor. Dabei ist die Einbeziehung ganz unterschiedlicher Online-Aktivitäten, die in gleichem Maße negative Folgen haben können (Bischof et al. 2013), in den Klassifikationssystemen noch nicht berücksichtigt.

Nach ersten Anfragen von Personen mit einer Problematik im Bereich der Computerspielnutzung gründeten die Sektion Suchtmedizin und Suchtforschung sowie die Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter eine Spezialambulanz für betroffene Personen. Anfänglich war das Interesse der Presse und von Angehörigen weitaus größer als der Zustrom von Betroffenen. Deutlich wurde damals, wie sehr Angehörige, insbesondere Eltern minderjähriger und junger erwachsener Computerspieler, hilflos dem Problem der mangelnden Veränderungsbereitschaft exzessiv im Internet oder am Computer aktiver Familienangehöriger gegenüberstanden. Dies war Anlass, ein spezialisiertes Angebot für Eltern und andere Angehörige nach dem Modell von CRAFT (»Community Rein-

forcement Approach and Family Therapy«; Bischof & Freyer 2006) zu entwickeln (El Kasmi et al. 2011), das den betroffenen Angehörigen einerseits Techniken an die Hand geben sollte, Veränderungsmotivation aufzubauen, zum anderen behilflich sein sollte, die Auswirkungen auf die eigene Lebensqualität zu erkennen und letztere zu verbessern.

Das vorliegende Manual ist das Ergebnis der Weiterentwicklung eines ersten Programms, das wissenschaftlich fundiert und evaluiert suchtttherapeutische Strategien aufgreift und Therapeutinnen und Therapeuten ein klinisch erprobtes Konzept zur Verfügung stellt.

Mittlerweile ist die erste deutschsprachige Leitlinie zu »Diagnostik und Therapie von Internetnutzungsstörungen« durch die beteiligten Fachgesellschaften verabschiedet worden (<https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/076-011>). Passend zu den Inhalten dieses Manuals wird hierin die Einbeziehung der Angehörigen empfohlen: »In die Behandlung der Computerspielstörung bei Kindern und Jugendlichen sollten Eltern und Angehörige integriert werden.« Die Empfehlung bezieht sich dabei im Wesentlichen auf einige Studien mit positiven Resultaten bei Einsatz der multidimensionalen Familientherapie.

Mit »Internetsucht: Eltern stärken!«, dem manualisierten, individualisierbaren Gruppentraining für Eltern und andere Angehörige, wünschen wir allen Anwenderinnen und Anwendern eine erfolgreiche Unterstützung ihrer Patientinnen und Patienten und deren Angehörigen.

Literatur

- APA – American Psychiatric Association Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. 5 th ed. (2013): American Psychiatric Publishing, Arlington
- ARD und ZDF Onlinestudie: www.ard-zdf-onlinestudie.de (abgerufen am 13.08.2024)
- Bischof, G. & Freyer, J. (2006): Angehörigenarbeit bei Personen mit substanzbezogenen Störungen: Der Community Reinforcement and Family Training (CRAFT)-Ansatz. Suchttherapie, 7, 52–57.
- Bischof, G., Bischof, A., Meyer, C., John, U., & Rumpf, H. J. (2013): Prävalenz der Internetabhängigkeit–Diagnostik und Risikoprofile (PINTA-DIARI). Bericht an das Bundesministerium für Gesundheit. https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/Berichte/Abschlussbericht/PINTA-DIARI-2013-Kompaktbericht.pdf (abgerufen am 06.02.2025)
- Deutsche Gesellschaft für Suchtforschung und Suchttherapie e.V. (Hrsg.) (2024): S1-Leitlinie Diagnostik und Therapie von Internetnutzungsstörungen. <https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/076-011> (abgerufen am 06.02.2025)
- El Kasmi, J., Peukert, P., Schlipf, S., Barth, G., Batra, A. (2011): Training Angehöriger von Computerspiel- und Internetabhängigen. SUCHT 57:39–44.
- Spitzer, M. (2014): Digitale Demenz. Droemer, München.
- WHO – Weltgesundheitsorganisation World Health Organization (2024): ICD-11: International classification of diseases (11th revision); 2024. <https://icd.who.int/browse/2024-01/mms/en#1602669465>; zuletzt abgerufen am 12.08.2024.
- Young K. S. (1998): Caught in the Net: How to Recognize Internet Addiction and a Winning Strategy for Recovery. Wiley. New York.