

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Die digitale Revolution und die Kontroverse „Internetsucht“</b>	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>Sucht ohne Suchtmittel: Wie aus Verhaltensweisen eine Sucht werden kann</b>	<b>11</b>
<b>3</b>	<b>Computerspiel- und Internetsucht: Was wissen wir darüber?</b>	<b>15</b>
	3.1 Verbreitung der Internetsucht	19
	3.2 Konsequenzen der Internetsucht	38
	3.3 Keine Frage der Willensstärke: Spuren der Sucht aus neurowissenschaftlicher Perspektive	55
<b>4</b>	<b>Wer ist gefährdet? Risikofaktoren für Internetsucht</b>	<b>67</b>
	4.1 Das Individuum: Welche Persönlichkeitsmerkmale sind von Bedeutung?	69
	4.2 Das soziale Umfeld: Welche Kontextfaktoren sind von Bedeutung?	80
<b>5</b>	<b>Was ist normal und was nicht? Erkennungsmerkmale der Internetsucht</b>	<b>85</b>
	5.1 Toleranzentwicklung	87
	5.2 Craving	90
	5.3 Entzugerscheinungen	95
	5.4 Kontrollverlust	98
	5.5 Negative Konsequenzen	103
	5.6 Interessensverlust und sozialer Rückzug	106
	5.7 Emotionsregulation	108
<b>6</b>	<b>Bevor es kritisch wird: Tipps zum Umgang mit den neuen Medien</b>	<b>111</b>
<b>7</b>	<b>Was nun? Kritischen Konsummustern begegnen</b>	<b>127</b>
	7.1 Stadien suchtartigen Internetverhaltens	128
	7.2 Das Problem mit dem Problembewusstsein: Motivierendes Einwirken auf den Betroffenen	133
	7.3 Professionelle Hilfsangebote	138

<b>8</b>	<b>Das Internet: Digitale Unendlichkeiten – es gibt nichts, was es nicht gibt</b> .....	<b>147</b>
8.1	Spielwiese Internet: Von Shootern, MMORPGs und Browser-Games .....	148
8.2	Lost in Communication: Social Networks .....	154
8.3	Faites vos jeux: Online-Glücksspiele .....	158
8.4	Entwicklungstrends .....	162
<b>9</b>	<b>Ein kurzes Schlusswort</b> .....	<b>167</b>
	<b>Literatur</b> .....	<b>169</b>
	<b>Stichwortverzeichnis</b> .....	<b>185</b>