

## Kapitel 10

# Internetsucht bei jungen Erwachsenen und Jugendlichen: Die Situation in Europa und Präventionsstrategien

---

*Katerina Flora*

### **EINLEITUNG**

Dieser Artikel befasst sich mit der Internetsucht, der Ausbreitung dieses Phänomens in den europäischen Staaten, ihren möglichen Ursachen sowie ihrer Prävention. Heute erhalten junge Menschen in der westlichen Welt, u.a. jene, die in europäischen Gesellschaften leben, über das Internet Zugang zu unermesslichen Informationsquellen, die sie als wichtigstes Mittel benutzen, um auf dem neusten Stand zu bleiben, sich zu unterhalten und ihr Sozialleben aufrechtzuerhalten. Insbesondere in Griechenland und in Italien scheint das Internet nahezu völlig andere Formen der Freizeitgestaltung ersetzt zu haben, wie z. B. interaktives Spielen im Freien, in der Nachbarschaft und/oder zu Hause. Junge Menschen sind immer stärker mit dem Internet als Weg der Kommunikation, des Lernens und des Suchens nach neuen Herausforderungen verbunden, während sie gleichzeitig introvertierter und misstrauischer bei der persönlichen Kommunikation mit anderen werden, die sie häufig als zu fordernd und sogar überflüssig betrachten. Bei ihren täglichen Aktivitäten mit Computern leben sie außerdem neben ihrem realen Leben ein virtuelles Leben. Da diese virtuelle Realität ein integraler Teil ihres Alltags ist, erkennen junge Menschen häufig nicht die Unterschiede zwischen tatsächlicher und virtueller Realität. Gleichzeitig stellt das Internet aber auch eine Flucht vor dem Alltag dar, eine Möglichkeit, viele und unterschiedliche neue „Leben“ zu entdecken, und genau dies schafft die Gefahr einer „Sucht“ im Sinne einer zwanghaften Internetnutzung.

Der Fokus der hier diskutierten Problematisierung liegt auf der Meinung, dass die Internetsucht als eine neue ausgeprägte Diagnosekategorie beschrieben werden kann, die aber im Kontext von Suchtverhalten, ihren Symptomen, Ursachen und Folgen untersucht werden sollte. Laut unserer Grundannahme gibt es signifikante Übereinstimmungen der verschiedenen Suchtarten, ungeachtet des Suchtgegenstands, bei dem es sich um eine psychotrope Substanz, ein Glücksspiel oder das Internet handeln kann. Einige der gemeinsamen alarmierenden Symptome und Warnhinweise sind: die Hauptbeschäftigung mit dem Suchtgegenstand, z. B. das Internet; der Versuch, das Ausmaß der Beschäftigung mit dem Suchtgegenstand zu verheimlichen oder/und das Lügen über das Ausmaß der Beschäftigung; der Rückzug von anderen beliebten Aktivitäten; soziale Isolation; defensive Verhaltensweisen und Wutausbrüche; psychische Isolation; Beschäftigung mit der Aktivität als Flucht vor der Realität; und die kontinuierliche Beschäftigung trotz negativer Folgen. Die Annahme, dass die verschiedenen Suchtarten einen gemeinsamen oder ähnlichen psychologischen Hintergrund haben, namentlich, dass die Süchtigen ein ähnliches psychologisches Profil aufweisen, wird durch die neuste Forschung gestützt (Dowling und Brown 2010). So sind z. B. sowohl die Internet- als auch die Glücksspielsucht mit einem hohen Grad an Stress, Einsamkeit und geringer sozialer Unterstützung verbunden. Diese Erkenntnisse legen nahe, dass die verschiedenen Suchtarten separat voneinander bestehen und häufig gelegentliche Manifestationen der gleichen zugrunde liegenden verletzlichen Charakteristiken sind.

Diese Übereinstimmung der psychologischen Profile wirkt sich auf die Behandlung dieser Probleme aus. Zum einen sollten die klinischen Psychologen, die sich an der Behandlung beteiligen, die verschiedenen Manifestationen dieses Phänomens kennen. Zweitens sollte darauf hingewiesen werden, dass die wirksamsten Behandlungen von Suchtverhalten die synthetischen Ansätze sind, i.e. sowohl die Behandlung der konkreten Symptome (z. B. Glücksspiel- oder Internetnutzung) als auch die Behandlung von Suchtverhalten im Allgemeinen. Der Erfolg des kognitiv-behavioristischen Ansatzes bei Suchterkrankungen, wie z. B. Glücksspielsucht, legt nahe, dass dieser Ansatz auch bei der Internetsucht wirksam sein könnte. Schließlich können sich auch psychologische Komorbiditäten, wie z. B. Depression, Angststörungen, Stress und Einsamkeit, auf die Wahl der Behandlung sowie deren Wirksamkeit auswirken.

Es sei darauf hingewiesen, dass der kausale Zusammenhang zwischen problematischem Suchtverhalten und psychologischen Problemen aus der bisher durchgeführten Forschung nicht abgeleitet werden kann. Es gibt einige Belege, die nahelegen, dass die psychologischen Probleme wahrscheinlich der Entwicklung einer Sucht vorausgehen, aber diese zeitliche Relation muss noch eingehender untersucht werden. Schlussfolgernd zeigen die heute vorliegenden Erkenntnisse, dass die verschiedenen Suchtarten (z. B. Glücksspiel- oder Internetsucht) separate Störungen mit einer gemeinsamen zugrunde liegenden Kausalität oder gemeinsamen Folgen sein können. Abschließend ist ein weiterer Aspekt mit der Unterstützung verbunden, die Süchtige erhalten sollten, um ihre psychische Funktionalität zu verbessern.

## **INTERNETSUCHT: DIE ALLGEMEINE SITUATION IN EUROPA**

Das von der Europäischen Union finanzierte Forschungsprojekt „Research on Internet Addictive Behaviours among European adolescents“ (Tsitsika, Tzavela und Mavromati

2012) hat zum Ziel, die Wissensgrundlage über das Risiko von Jugendlichen in Europa zur Internetsucht zu vergrößern. Es wurden insgesamt 13 284 Jugendliche im Alter von 14-17 Jahren (eine repräsentative Auswahl aus jedem Land) befragt. Zusätzlich wurden 124 qualitative umfassende Interviews durchgeführt. Die Studie fand in Griechenland, Deutschland, in den Niederlanden, in Island, Polen, Rumänien und Spanien statt.

Die grundlegenden Erkenntnisse dieser Studie, die die heutige Internetsucht bei Jugendlichen in Europa beschreiben, zeigen das Folgende (Tsitsika et al. 2012):

- ▶ Über Internetabhängigkeit (IAB): 1,2% der Gesamtprobe weist eine IAB auf, während 12,7% Gefahr laufen, eine IAB zu entwickeln (13,9% haben ein Dysfunktionales Internetverhalten [DIB]). Spanien, Rumänien und Polen zeigen eine höhere Prävalenz von DIB, während Deutschland und Island die geringste Prävalenz zeigen. Jungen, ältere Jugendliche und jene, deren Eltern einen geringeren Bildungsgrad haben, weisen eine höhere Wahrscheinlichkeit für DIB auf. Die Gruppe mit DIB hat ein geringeres psychosoziales Wohlergehen. Glücksspiele, Nutzung von sozialen Netzwerken und Spielen sind stark mit DIB verbunden, während das Anschauen von Videos/Filmen nicht mit DIB verbunden ist, und Hausaufgaben machen/Recherchen durchführen negativ mit DIB verbunden ist, was zeigt, dass je stärker Jugendliche das Internet für Hausaufgaben/Recherchen nutzen, desto weniger sie Anzeichen für DIB zeigen.
- ▶ Im Hinblick auf hochriskantes Verhalten: Die Forschung hat gezeigt, dass eine gefährliche Verhaltensform die Kommunikation mit Fremden ist. Konkret ausgedrückt, 63% aller Befragten kommunizieren im Internet mit Fremden; 9,3% derjenigen, die mit Fremden kommunizieren, erklären, diese Erfahrung sei von ihnen als schädlich wahrgenommen worden (5,4% der gesamten Probe); und 45,7% derjenigen, die im Internet mit Fremden kommunizieren, haben eine Person persönlich getroffen, die sie zuerst über das Internet kennengelernt hatten (28,4% der Gesamtprobe). Das Risiko von Grooming ist in Rumänien, Deutschland und Polen höher, und in Griechenland am niedrigsten.
- ▶ Konfrontation mit sexuellen Bildern: Der Prozentsatz der Gesamtprobe, der mit sexuellen Bildern konfrontiert wurde, beträgt 58,8%, und 32,8% davon erklären, dass diese Erfahrung schädlich gewesen sei (18,4% der Gesamtprobe). Mehr Jungen als Mädchen wurden mit sexuellen Bildern konfrontiert.
- ▶ Cybermobbing: 21,9% der Gesamtprobe haben im Internet Mobbing erlebt; 53,5% der Gemobbten erklären, diese Erfahrung sei schädlich gewesen (11,2% der Gesamtprobe). Mehr Mädchen als Jungen erleben Mobbing. Rumänien und Griechenland haben die höchsten Prozentsätze, während Island und Spanien die niedrigsten haben.
- ▶ Es ist bemerkenswert, dass, obwohl eine signifikante Zahl von Jugendlichen Internetrisiken ausgesetzt ist, eine wesentlich geringere Zahl Negatives erlebt. Dies zeigt die Bedeutung von Aufklärung und Prävention bei jungen Menschen: Junge Menschen über den Umgang mit Risiken aufklären, damit sie keinen Schaden erfahren.

- ▶ Im Hinblick auf Internetaktivitäten: Soziale Medien stehen an erster Stelle, gefolgt von Glücksspielen und Spielen. Konkret bedeutet dies, dass 92% der Gesamtprobe Mitglieder von mindestens einer sozialen Netzwerkseite (SNS) sind. Ca. 39,4% der Jugendlichen verbringen an einem normalen Schultag mindestens zwei Stunden auf einer SNS. Die Nutzung einer SNS für mehr als zwei Stunden täglich wird mit DIB assoziiert. Mehr Mädchen als Jungen nutzen SNS, während mehr als 500 Online-Freunde mit DIB assoziiert wird.
- ▶ Glücksspiel: 5,9% der Gesamtprobe beteiligen sich an Glücksspielen im Internet, während im realen Leben 10,6% Glücksspiel betreiben. Rumänien und Griechenland haben die höchsten Prozentzahlen für Glücksspiel (online und im realen Leben, und Jugendliche, die sich an Glücksspielen beteiligen, weisen ein drei Mal höheres Risiko auf, DIB zu zeigen).
- ▶ Spielen: 61,8% der Gesamtprobe sind Spieler, und Jugendliche, die Spiele spielen, weisen ein zwei Mal höheres Risiko auf, DIB zu zeigen. Spielt man pro Tag mehr als 2,6 Stunden, wird dies mit DIB assoziiert. Jungen weisen eine höhere Wahrscheinlichkeit für übermäßiges Spielen und Spielsucht auf.

In derselben Forschung zeigten die qualitativen Komponenten (Dreier et al. 2012) die wichtige Rolle des Internets in der Jugend und insbesondere, dass Jugendliche aufgrund der nachstehenden Entwicklungsmerkmale und ihres Wissensdurstes und ihrer Neugier besonders stark vom Internet angezogen werden:

- ▶ Antworten auf eine Bandbreite von Fragen;
- ▶ schnelle und aktuellste Informationen;
- ▶ Aufrechterhalten bestehender und neuer Kontakte;
- ▶ Spaß haben.

Das Internet erleichtert (unterstützt) den Alltag in der Jugend. Einige Teenager brauchen jedoch das Gefühl der Bestätigung (Stärkung). Eine Stärkung wird durch positive Online-Erfahrungen erzielt (andere mögen einen, gute Leistungen bei Spielen, sich gleichberechtigt fühlen und das Füllen von Leerlaufzeiten). Darüber hinaus kann Stärkung eine Leere füllen, wenn es um Jugendliche mit mangelnder sozialer Kompetenz im realen Leben geht.

Es ist wichtig zu erwähnen, dass Jugendliche mit unterentwickelten Kompetenzen im realen Leben einen höheren Grad der Stärkung durch das Internet erleben und somit anfälliger für die Entwicklung eines Dysfunktionalen Internetverhaltens sind.

Im Hinblick auf das Verhalten von Jugendlichen, „immer online“ zu sein, zeigt die Forschung, dass Jugendliche, die ihre eigenen persönlichen Online-Entdeckungsreisen verfolgen (digitale Pfade), zahlreiche Strategien entwickeln, um mit dem Phänomen, immer online zu sein, umzugehen; z. B. „adaptive Strategien“ (das Bemühen, Online- und Offline-Beschäftigungen in der Balance zu halten, z. B. durch Eigenüberwachung, Prioritäten setzen, das Prüfen von Offline-Alternativen) und „maladaptive Strategien“ (Bemühungen, die gesteigerte Online-Beschäftigung aufrechtzuerhalten, z. B. durch Umgehung der elterlichen Kontrolle, Normalisierung, Legitimierung der Nutzung). Die Eigenschaften, die die Strategien bestimmen, sind

Selbstregulierung und die Bereitschaft zur Veränderung (Motivation, ein Verhalten zu ändern, das objektive Probleme verursacht).

Die Dauernutzung des Internets und die Entwicklung eines hochriskanten Verhaltens wurden eingehender untersucht und dies führte zur Klassifikation von vier Arten der Dauernutzung:

A) „Online-Fixiert“: zeigt exzessive Internetnutzung, vernachlässigt wichtige Bereiche des Alltags (Schule, Freunde, Pflichten), hat konkrete Online-Aktivitäten, erlebt negative Auswirkungen der übermäßigen Nutzung (Schlafstörungen, Ärger, wenn man nicht online gehen kann) und hat Probleme, die Internetnutzung einzuschränken, selbst wenn die negativen Auswirkungen erkannt werden. Dieser Typus kann jedoch einen Drang nach Leben und Offline-Erfahrungen haben, aber aufgrund der mangelnden sozialen Kompetenz fühlt er/sie sich enttäuscht, gemobbt oder ausgegrenzt und damit online „gefangen“:

*Nun, früher bin ich mehr ausgegangen, ich war mehr draußen, bin schwimmen gegangen oder habe ähnliche Dinge unternommen. Ich war jetzt seit zwei Jahren nicht mehr schwimmen. Ich war seit mehr als vier Monaten nicht mehr mit meinen Freunden unterwegs, man vernachlässigt diese Dinge.*

(Junge, 16 Jahre)

B) „Alles auf einmal“: Diese Menschen können auf reale und Offline-Erfahrungen gierig sein und auch über gute Sozialkompetenzen verfügen. Online-Aktivitäten können einen starken Bezug zu den Offline-Aktivitäten aufweisen (z. B. nutzen Jugendliche mit vielen Freunden sehr häufig Facebook):

*Da ich sehr beschäftigt bin und viel Zeit im Internet verbringe, ist es schwierig, alles im Griff zu behalten. Aber ich schaffe es.*

(Mädchen, 15 Jahre)

C) „Wieder am Ausgangspunkt ankommen“: Eine Person dieser Kategorie weist ein exzessives Online-Muster auf, eine progressive und adaptive Veränderung und Selbstkorrektur, wobei sich diese Selbstkorrektur möglicherweise durchsetzt: Sättigung („Ich habe die Nase voll davon“); erkennt die negativen Folgen (körperliche Probleme, Schmerzen, schulischer Leistungsabfall, Konflikte mit den Eltern, etc.); oder Motivation (romantische Beziehung, etc.):

*Ich begann, soziale Netzwerke wie Facebook zu nutzen. Ich dachte „Da sind viele Leute, ich treffe viele Leute, das ist toll“; ich blieb immer länger [online], schrieb Kommentare, habe Sachen ins Netz gestellt und dort ein neues Leben geschaffen. Wie eine virtuelle Realität. Hm... ich glaube, das ist passiert. Nach einer Weile bin ich aber wieder am Ausgangspunkt gelandet; ich dachte „Was machst du hier eigentlich?“ Man wird überdrüssig und schaltest den Computer aus, du gehst wieder aus und verbringst immer weniger Zeit im Internet. Einfach so; man landet wieder am Ausgangspunkt.*

(Mädchen, 17 Jahre)

D) „Bekämpfen von Langeweile“: Die Personen in dieser Kategorie betrachten das Offline-Umfeld als „langweilig“ und ihnen fehlen alternative Aktivitäten, die sie

interessieren. Die Online-Beschäftigung bietet einen bequemen Zeitfüller und die Internetnutzung ist eine automatische Reaktion auf Langeweile:

*Ist mir eigentlich egal. Ich krieg die Zeit rum. Ich langweile mich.*

(Junge, 17 Jahre)

Wie die Autoren betonen, kann das „Modell der Vier“ als Instrument zur Kategorisierung von Nutzern mit DIB dienen und eine anfängliche Diagnose bieten.

Typen A und D scheinen eine schlechtere Prognose und Komorbiditäten aufzuweisen (Angststörung, Depression, Aufmerksamkeitsdefizit, etc.). In diesen Fällen kann DIB die Spitze des Eisbergs sein – der Ausdruck eines zugrunde liegenden psychosozialen Problems, das ein Eingreifen erfordert.

Typen A und D werden sich wahrscheinlich nicht selbst korrigieren und brauchen ggf. professionelle Hilfe.

Typen B und C scheinen zweckgerichtete User zu sein und der Kontrollverlust hängt größtenteils mit Mustern der jugendlichen Entwicklung zusammen.

Typen B und C werden sich wahrscheinlich selbst korrigieren und brauchen wahrscheinlich keine Hilfe. Typus C kann jedoch eine große Zeitspanne während dieses „Zyklus“ verlieren und braucht ggf. Hilfe.

Es ist bemerkenswert, dass die vier Typen an Individuen, die einen dauerhaften und einen geringeren oder höheren Grad einer problematischen Internetnutzung zeigen, die so genannte negative Seite der Nutzung dieses Mediums skizzieren, die mit Entfremdung, fehlenden persönlichen Kontakten und der parallelen Entwicklung einer künstlichen und virtuellen Geselligkeit assoziiert wird. So bietet das Internet einerseits tatsächlich die Chance für eine umgehende und schnellere Kommunikation mit Menschen und liefert umgehende und schnelle Informationen über aktuelle Ereignisse in der Welt. Andererseits ist es eine Tatsache, dass diese Art der Kommunikation heute eine persönliche Kommunikation und einen persönlichen Kontakt von Angesicht zu Angesicht von Jugendlichen verhindert. Die sozialen Medien sind ein charakteristisches Beispiel, da die User mit vielen Menschen verbunden sind, die sie kennen, sie aber gleichzeitig zu verschiedenen Gemeinschaften gehören, die über das Internet geschaffen wurden. Die Befriedigung dieses Bedürfnisses nach Geselligkeit und sozialem Umgang in einer virtuellen Welt unterdrückt jedoch den Aufbau enger persönlicher und sozialer Beziehungen.

Im Gegensatz zu diesem Argument gibt es die Meinung, das Internet sei ein unvermeidbarer Teil der heutigen sozialen Realität, da Internet-Nutzer sich häufig fragen, wie eine Kommunikation vor der Erfindung dieser Kommunikationsmethode überhaupt möglich war. Es ist eine Tatsache, dass Menschen aus praktischen, psychologischen und sozialen Gründen das Bedürfnis nach Kommunikation haben. Wie diese Kommunikation zustande kommt, ist eine Funktion der in jedem Bereich verfügbaren Ressourcen. Betrachtet man die Kommunikation als wertvolle Alltagsware, so hat das Internet die Möglichkeiten für Kommunikation auf vielfältige Weise erweitert, was zur potenziellen Verbindung aller Menschen führt, die Zugang zu diesem Medium haben. Dies ist ein enormer Vorteil mit vielen Dimensionen in unserem täglichen Leben, da

wir heute mit ein paar einfachen Handgriffen mit Orten und Personen verbunden sein können, die in der Vergangenheit unzugänglich waren. Wenn man sich das Internet als integralen Teil einer sozialen Realität vergegenwärtigt, kann man darauf hinweisen, dass das mit einem Missbrauch des Internets einhergehende Verhalten nicht als so problematisch betrachtet würde, wenn es nicht mit der Entfremdung der direktesten und daher mächtigsten Formen der Kommunikation assoziiert wäre, die den Menschen immer schon zur Verfügung standen und die die Schlüsselemente der Sozialisierung und Persönlichkeitsentwicklung sind. Die Unmittelbarkeit dieser Kommunikation, zusammen mit den qualitativen Elementen, die die menschliche Kommunikation bereichern, wie z. B. Berührungen, Blicke oder Gesten, fehlen bei der Kommunikation im Internet, und dieses Fehlen macht die Menschen ärmer im Hinblick auf ihre Kommunikation.

## **INTERNETSUCHT: NEUESTE ERKENNTNISSE DER FORSCHUNG**

Die Erkenntnisse der neusten Forschung zur Prävalenz der pathologischen Internetnutzung (PIU) und der maladaptiven Internetnutzung (MIU), die von Durkee et al. (2012) mit ca. 12 000 Jugendlichen in elf europäischen Staaten durchgeführt wurde, haben gezeigt, dass die Gesamtprävalenz von PIU 4,4% betrug; sie war bei Männern höher als bei Frauen (5,2% versus 3,8%) und in den einzelnen Staaten unterschiedlich ( $(2) = 309,98$ ; d.f. = 20;  $P < 0,001$ ). PIU korrelierte signifikant mit dem Mittelwert an Stunden, die online verbracht wurden, und dem männlichen Geschlecht. Die häufigsten Online-Aktivitäten waren das Anschauen von Videos, Besuch von Chat Rooms und sozialen Netzwerken; es wurden bei Männern signifikant höhere Raten für das Spielen von Spielen für Einzelspieler und bei Frauen für den Besuch sozialer Netzwerke gefunden. Das Leben in der Großstadt war mit PIU verbunden. Bei Schülern, die nicht bei einem biologischen Elternteil leben, führten eine geringe elterliche Fürsorge und eine bestehende Arbeitslosigkeit zu den höchsten Risiken für MIU und PIU. Eine der wichtigsten Erkenntnisse war die Tatsache, dass es kulturelle Unterschiede gibt (die noch eingehender erforscht werden müssen) und dass die Prävalenz einer pathologischen Internetnutzung sich nach Land und Geschlecht unterscheiden, wobei Jugendliche mit fehlender emotionaler und psychologischer Unterstützung das höchste Risiko aufweisen.

Ein Aspekt der problematischen Internetnutzung sind Online-Spiele. Süchtige von Online-Spielen reichen von Jugendlichen bis zu Erwachsenen. Die Forschung mit einer repräsentativen Auswahl von 580 Jugendlichen im Alter von 14-18 Jahren in Deutschland untersuchte die Möglichkeit, ob das Spielen digitaler Spiele mit Formen eines Suchtverhaltens assoziiert werden kann. Die Ergebnisse zeigen, dass 3,7% (95% CI: 3,1; 4,3) der Befragten als problematische Nutzer eingestuft werden könnten. Der prozentuale Anteil an problematischen Spielern unter den Jugendlichen liegt über dem Durchschnitt (7,6%, 95% CI: 5,6; 10,1). Eine hohe Punktzahl auf der Skala, die für die Beurteilung von Sucht für Online-Spiele benutzt wird, ist verbunden mit Aggression, geringer Geselligkeit und Selbstwirksamkeit und einer geringeren Zufriedenheit im Leben. Darüber hinaus korrespondieren diese Punktzahlen bei allen Altersgruppen mit einer intensiven Nutzung und Präferenzen für bestimmte Spielgenres. Die Schlussfolgerungen unterstreichen, dass die Sucht nach Online-Spielen momentan

kein weit verbreitetes Phänomen bei Jugendlichen und Erwachsenen in Deutschland ist. Die hohen Punkte auf der Skala zur Beurteilung der Sucht nach Online-Spielen werden mit einer intensiven Nutzung sowie bestimmten problematischen Aspekten der Persönlichkeit und des Soziallebens von Personen verbunden (Festl, Scharnow und Quandt 2013).

Die Vorstellung und das Wesen dessen, was wir „Internetsucht“ nennen, werden im Artikel von Starcevic (2013) erörtert, der einige der wichtigsten Belange der Internetsucht untersucht und eine alternative Konzeptualisierung derselben vorschlägt. Das Internet wird von Millionen von Menschen weltweit genutzt, wobei seine zahlreichen Vorteile nur dazu führen, dass noch mehr Nutzer hinzukommen. Es gibt aber eine dunkle Seite des Internets, und eine der negativen Folgen des enormen Potenzials des Internets ist seine exzessive und unkontrollierte Nutzung, die häufig auch als Internetsucht bezeichnet wird. Als Konzept sieht sich die Internetsucht mit zwei Fragen konfrontiert. Die erste Frage ist, ob es sich überhaupt um eine Sucht handelt. Die zweite bezieht sich auf das Internet als Medium, nach dem eine Person mutmaßlich süchtig ist. Sucht erscheint als Diagnose nicht in den Diagnose- und Klassifikationssystemen, wie z. B. im Diagnostischen und statistischen Handbuch psychischer Störungen (DSM) – IV. Das diagnostische Konzept, das der Sucht am nächsten kommt, ist die Abhängigkeit, die mit der Nutzung psychotroper Substanzen verbunden ist. Es war das pathologische Glücksspiel als Suchtverhalten, das als Modell für das Konzept der Internetsucht diente. Dieses Modell war jedoch ungeeignet, weil die Unterschiede zwischen den beiden entweder vernachlässigt oder übersehen wurden. Darüber hinaus ist das Suchtverhalten selbst ein problematisches Konstrukt, da es impliziert, dass ein Verhalten, das belohnend ist, süchtig macht (Starcevic 2013).

Die pathologische Internetnutzung ist ein Suchtverhalten, deren Prävalenz ansteigen scheint. Mehrere Autoren haben über eine signifikante Komorbidität von PIU und psychischen und psychosomatischen Störungen berichtet. In den letzten Jahren werden Psychotherapeuten immer häufiger mit PIU bei ihren stationären Patienten in psychotherapeutischen Abteilungen konfrontiert. Es fehlt an Klarheit über die psychodynamische Funktion von PIU und Onlinespielen, die die Nutzer dazu führt, exzessiv zu spielen und ihre alltäglichen Beziehungen und Arbeitspflichten zu vernachlässigen.

Als Beitrag zu einem besseren Verständnis der Psychodynamik des Online-Spielens präsentiert der Artikel von Langenbach und Schutte (2012) zwei Fälle erwachsener stationärer Patienten, die in einer psychotherapeutischen Abteilung wegen schwerer depressiver Episoden behandelt wurden. Im Laufe der Behandlung wurde eine ausgeprägte Online-Sucht als ein relevanter Problembereich erkannt. Traumatische Erlebnisse in der Kindheit beider Patienten hatten erheblichen Anteil sowohl an der Ausbildung der akuten psychischen Störung als auch an der Online-Sucht. Die Autoren schlagen vor, die Relevanz der traumatischen Erlebnisse und des Bewältigungsverhaltens der Patienten in Bezug auf diese Erlebnisse mittels einer signifikanten Gruppe von Patienten mit Internetsucht zu untersuchen (Langenbach und Schutte 2012).

Es gibt einige recht interessante Studien und Erkenntnisse, die die potentielle Beziehung der Beschäftigung mit dem Internet und Menschen untersuchen, die



zum weiten Spektrum von Autismus gehören. Eine dieser Studien (Finkenauer, Pollmann, Begeer und Kerkhof 2012) untersucht die Möglichkeit, dass Personen mit autistischen Störungen oder autistischen Merkmalen vom Internet und Computer vermittelten Interaktionen profitieren, aber die Sorge bestehe, ihre Internetnutzung könne zwanghaft werden. Diese Studie untersuchte die Verbindung zwischen autistischen Merkmalen und der Internetnutzung im Rahmen einer zweistufigen Längsschnittstudie mit einer nichtklinischen Population (n = 390). Im Vergleich zu Menschen mit geringen autistischen Merkmalen wiesen Personen mit umfangreicheren autistischen Merkmalen keine größere Häufigkeit der Internetnutzung auf, aber sie waren anfälliger für eine zwanghafte Internetnutzung. Bei Frauen führten umfangreichere autistische Merkmale im Laufe der Zeit zu einem Anstieg der zwanghaften Internetnutzung. Diese Ergebnisse legen die Vermutung nahe, dass, trotz seiner Attraktivität für Personen mit autistischen Merkmalen, das Internet das Risiko einer zwanghaften Nutzung birgt (Finkenauer, Pollmann, Begeer und Kerkhof 2012).

## **BEHANDLUNG VON INTERNETSUCHT: BEISPIEL GRIECHENLAND**

Die Überzeugung des ersten therapeutischen Programms in Griechenland zur Behandlung der Internetsucht, das ein Bereich der allgemeinen Stelle zur Suchtbekämpfung ist „18 Ano“ (über 18 Jahre) (2013), lautet, dass sich seit Beginn der progressiven Steigerung des Zugangs zum Internet, das immer jüngeren Personen offensteht, die Daten über die jüngeren Generationen an Erwachsenen im Land dramatisch verändern werden. Diese Tatsache macht die aktuelle Generation von Erwachsenen im Vergleich zu älteren Generationen von Erwachsenen unweigerlich anfälliger für Internetsucht und dementsprechend auch die zukünftigen Generationen von Erwachsenen anfälliger als die aktuelle Generation von Erwachsenen. Dieser Anstieg der Anfälligkeit für eine übermäßige Internetnutzung in Verbindung mit einer älter werdenden Bevölkerung erfordert die Anwendung besonderer Strukturen für den Umgang mit diesem Phänomen, dessen weiter wachsenden Dimensionen für griechische Erwachsene bisher noch nicht beschrieben wurden. Es ist zu betonen, dass die übermäßige Internetnutzung keine „Kinder- oder Jugendkrankheit“ ist, obwohl sie sicherlich als solche erscheint, höchstwahrscheinlich aufgrund der größeren Vertrautheit nicht der Jugend, sondern der jüngeren Generationen mit dem Internet.

In Verbindung mit dem Vorstehenden muss betont werden, dass sich das Wesen des Internets bald verändern wird, was sowohl sein Potenzial als auch die Risiken für die Ausbildung eines Suchtverhaltens vervielfachen wird. Konkreter ausgedrückt, das Internet wird sich zu einem Netzwerk entwickeln, das sowohl Fernsehen als auch Telefonie in die Funktionen des Internets aufnehmen wird. Diese Umwandlung hat bereits mit der Kommerzialisierung von Mobiltelefonen begonnen, die eine beständige Verbindung mit Internetanwendungen ermöglichen.

Es sei darauf hingewiesen, dass eine recht große Zahl von Menschen, die internetsüchtig sind, auch die Merkmale von Suchtstörungen aufweisen, die mit der Einnahme psychotroper Substanzen und anderen Impulskontrollstörungen, wie z. B. pathologisches Glücksspiel, verbunden werden. Es wird tatsächlich argumentiert,

dass jene Nutzer mit einem Profil, das die oben genannten Störungen aufweist, bereits den ersten Schritt hin zu einer Internetsucht gemacht haben. In Folge werden Internetsüchtige für eine psychotherapeutische Evaluierung und Behandlung in eine Einrichtung aufgenommen.

Die Erkenntnis, dass Drogenabhängigkeit und die problematische Internetnutzung zum therapeutischen Bereich des Suchtverhaltens gehören, und die Beurteilung der bisher gewonnenen klinischen Erfahrung haben zur Gründung besonderer Aufnahmezentren in Athen geführt, die sich auf die Behandlung dieser Fälle spezialisiert haben.

Diese Dienste wenden sich an Erwachsene, die von Substanzen abhängig sind oder nicht, und die in der Vergangenheit eine Störung hatten (oder diese immer noch haben), die mit der Internetnutzung in Zusammenhang steht. Die angebotenen Dienstleistungen sind: Einzel- und Gruppentherapie, Kunst- und Körpersprachtherapiegruppen und alternative Psychoedukationsgruppen.

## **PRÄVENTION DER INTERNETSUCHT: WAS WISSEN WIR DARÜBER?**

Eine Metaanalyse der neusten Forschung zur Prävention der Internetsucht zeigt, dass die Merkmale der Familie vorrangig mit der Entwicklung einer Internetsucht bei Jugendlichen verbunden sind (Yen et al. 2007; Wieland 2005; Hurr 2006). Aus diesem Grund schlagen einige Psychologen vor, die Familie zum Fokus der Präventionsstrategien zu machen. Viele Forscher schlagen einen familienzentrierten Ansatz für die Prävention vor, ähnlich demjenigen, der bei Eingriffen zur Prävention einer Drogenabhängigkeit angewendet wird (Yen et al. 2007). Dieser Ansatz schließt eine Aufklärung der Eltern ein und zielt darauf ab, den Eltern bei der Verbesserung ihrer Kommunikation mit ihren Kindern zu helfen, die gesunde Interaktion in der Familie zu fördern, Eltern beim Erwerb von Kompetenzen zu helfen, wie sie wirksam auf bestimmte Situationen reagieren sollten, und der Familie zu helfen, maladaptive Verhaltensweisen in der Familie zu reduzieren (Yen et al. 2007).

Oravec (2000) schlägt vor, psychologische Berater sollten den Familienangehörigen bei der Entscheidung helfen, in welchem Maße sie wollen, dass das Internet und der Computer Teil ihres Familienlebens sind, bevor sie diese technischen Geräte anschaffen und installieren.

Eine andere Präventionsmethode ist mit der Ermutigung von Jugendlichen verbunden, am realen Leben und nicht an Aktivitäten im Cyberspace teilzunehmen (Hurr 2006). Die Planung dieser Strategien kann sich auf die Forschung über die Persönlichkeitstypen von Internetsüchtigen stützen. Die ersten Studien zeigen, dass Internetsüchtige tendenziell Personen mit einer hohen explorativen Reizbarkeit sind (und niedriger Belohnungsabhängigkeit) (Ko et al. 2007; Ko et al. 2006). Aus diesem Grund sollten Jugendliche mit diesem Profil an Offline-Aktivitäten, kreativen, explorativen und gesunden Aktivitäten teilnehmen, die den Bedürfnissen ihrer Persönlichkeit entsprechen (Ko et al. 2007). Die Forscher schlagen außerdem vor, dass Teenager die Nutzung des Internets nur für bestimmte Stunden pro Woche gestattet sein sollte, damit die Entwicklung einer Internetsucht verhindert wird (Ko et al. 2007).

Obwohl viele Vorschläge für die Prävention unterbreitet wurden, die auf der Forschung zur Internetsucht beruhen, wurde bisher keine dieser Präventionsstrategien in ausreichender Weise auf experimenteller Ebene überprüft. Schlussfolgernd bezieht sich ein allgemeinerer Kommentar auf die fehlende Fachliteratur und die fehlenden Studien zur Prävention der Internetsucht. Obwohl in den letzten Jahren umfangreiche Forschungsarbeiten zu diesem Thema durchgeführt wurden, gibt es nur wenige Vorschläge für ihre Prävention, die mit einem allgemeinen Umgang mit diesem Problem zusammenhängen.

## **PRÄVENTION DER INTERNETSUCHT: UNSERE VORSCHLÄGE**

### **Theoretischer Rahmen**

Die Präventionsprogramme in den Schulen konzentrieren sich auf die sozialen und akademischen Fähigkeiten der Kinder, z. B. die Verbesserung der Beziehung zu Gleichaltrigen, die Selbstkontrolle und den Umgang mit schwierigen Situationen. Der ideale Anwendungsrahmen ist die Integration dieser Programme in den Lehrplan, weil Faktoren, wie z. B. Schulabbruch, häufig mit der Entwicklung einer substanzabhängigen Abhängigkeit verbunden sind. Diese Programme verstärken die Bindung der Schüler an die Schule und senken die Möglichkeit eines Schulabbruchs. Die letzte Generation von Programmen enthält Interventionen, die sich auf das schulische Umfeld als Ganzes auswirken.

Die Art und Weise, wie Lehrkräfte und Schüler ihre Schulgemeinschaft wahrnehmen und erleben, hat in den letzten Jahren an Boden gewonnen. Die Anwendung von Programmen in den letzten 15 Jahren, wie z. B. „Caring School Communities“ in vielen Grundschulen der USA, ist ein charakteristisches Beispiel. Die Erkenntnisse zeigen, dass das Gefühl für die Schulgemeinschaft sich für Lehrkräfte und Schüler verbessern kann, was mit einer Bandbreite positiver Ergebnisse einhergeht, und dass die möglichen Vorteile einer Wiederherstellung der Schulgemeinschaft für Schulen in einer schwachen sozioökonomischen Gegend viel größer sein können. Allgemeiner gesprochen scheint das Konzept der Schule als Gemeinschaft einen starken Rahmen für eine Überarbeitung der Schulpraxis und die Anwendung pädagogischer Veränderungen zu bieten.

Die Ausbildung von Pädagogen als Präventionsakteure ist mit der sozialen Entwicklung von Schülern innerhalb der Schulgemeinschaft verbunden. Neben der Verbesserung der schulischen Praxis ist es ein grundlegendes Ziel, die Schule selbst zu einem Umfeld zu machen, das alle Aspekte der Bedürfnisse der Lehrkräfte und Schüler erfüllt.

Konkret werden im Hinblick auf die Zielgruppe der Präventionsprogramme, namentlich „Tweenagers“ und Teenager, einige hinweisende Merkmale angeführt: Sie haben das Verhalten in Bezug auf das Internet geformt und die Altersgruppe 15-19 ist die Alterskategorie mit der größten Tendenz für die Internetnutzung (40% geringe Nutzung, 7% exzessive Nutzung) (Sunwoo und Rando 2002). Außerdem weist diese Gruppe eine höhere Wahrscheinlichkeit auf, aufgrund einer problematischen Internetnutzung andere Aktivitäten zu vernachlässigen. Das Alter ist in der Regel der einzige Faktor, der typischerweise mit einer Internetsucht verbunden wird (Widyanto und McMurrin 2004). Die Entwicklung einer Sucht in jungen Jahren legt vielleicht auch eine erhöhte

Möglichkeit für eine erfolgreiche Therapie nahe, denn je jünger eine Person, desto leichter fällt es ihr, sich an neue Verhaltensweisen anzupassen; oder sie weist eine erhöhte Möglichkeit auf, auch als Erwachsener süchtig zu bleiben (Block 2008).

## **Beispiel: Pilotprogramm in Griechenland**

**Einleitung:** In der griechischen Gesellschaft ist die Internetsucht im letzten Jahrzehnt zu einer neuen Erscheinung im Suchtverhalten junger Menschen, Heranwachsender und Erwachsener geworden. Die problematische Internetnutzung beginnt tendenziell in jüngeren Jahren, da sie unter Schülern von Grundschulen weit verbreitet ist (Siomos, Mouzas und Angelopoulos 2008). Schüler der Sekundarstufe scheinen ihr Verhalten bereits ausgeformt zu haben, so dass das Problem als beobachtbares Phänomen mit besonderen Merkmalen beschrieben werden kann. Aus diesem Grund ist in dieser Altersgruppe die Prävention einerseits größtenteils informativ und zielt auf einen angemesseneren Umgang mit dem Internet ab, andererseits ist es der Versuch, die individuellen und kollektiven Prozesse zu fördern, die die Entwicklung eines Suchtverhaltens verhindern. Dieser neue Suchttypus kann unserer Meinung nach im Kontext der allgemeinen kausalen Merkmale anderer weit verbreiteter Suchtarten untersucht werden, z. B. der Abhängigkeit von psychotropen Substanzen.

**Ziel:** Ziel der Forschung ist die Untersuchung der Beziehung zwischen Kindern der Sekundarstufe und dem Internet im Hinblick auf Familie, Bildung und allgemeine soziale Aspekte sowie der Fälle von Mobbing, die nicht nur im schulischen Umfeld, sondern auch im Internet beobachtet werden können (Cyber-Mobbing). Die Probe besteht aus Schülern des ersten und zweiten Jahrgangs der Sekundarstufe. Die Auswahl der Probe wird durch eine randomisierte stratifizierte Probennahme bestimmt. Die Schüler beantworten einen Fragebogen über ihre Beziehung zum Internet, basierend auf der IAT-Skala, die von Young entwickelt wurde (1998), die an Kinder im schulpflichtigen Alter angepasst wurde. Die Schüler beantworten noch einen weiteren Fragebogen (entwickelt von Psalti et al.) über ihr Schulleben, mit besonderem Schwerpunkt auf Mobbing.

**Ergebnisse:** Die Forschung läuft noch. Die statistische Auswertung der Pilotdaten zeigt jedoch, dass die gestiegene Internetnutzung durch die Schüler mit einer fehlenden Geselligkeit sowie mit Aggressivität verbunden ist.

**Schlussbemerkungen:** Die Ergebnisse der Studie werden vorrangig mit Blick auf die zuverlässigen Informationen der Schüler, Lehrkräfte und Eltern diskutiert, um die bestehende Beziehung zum Internet zu beurteilen, um Verhaltensauffälligkeiten, die durch eine unangemessene Internetnutzung entstehen können, zu verhindern und diese promptly anzugehen, im Kontext des Programms der Schulen für gemeinsames Lernen und Prävention, ein Pilotprogramm der Aristoteles-Universität in Thessaloniki, unter der wissenschaftlichen Leitung von Mika Haritos Fatouros.

## **SCHLUSSBEMERKUNGEN**

Das Internet stellt einen technologischen Meilenstein dar, eine neue Art der Kommunikation und eine neue Ära mit anderen Merkmalen im Hinblick auf die Übermittlung und die Geschwindigkeit von Informationen. Die Vorteile des Internets

sind zahlreich, sowohl in beruflicher als auch sozialer Hinsicht. Die Tatsache, dass nach 25-jährigem Bestehen dieses Mediums die im Bereich Psychologie tätigen Wissenschaftler heute einen Punkt erreicht haben, an dem sie ein pathologisches Verhalten in Zusammenhang mit der maladaptiven Nutzung dieses Mediums beobachten können, legt den Schluss nahe, dass dieses Medium bestimmte „süchtig machende“ Attribute aufweist (z. B. Unmittelbarkeit, leichte Zugänglichkeit zu Informationen, Bandbreite der Stimuli). Es kann darauf hinweisen, dass seine Nutzung bestimmte Bedürfnisse moderner Menschen erfüllt, i.e. Kommunikation, Informationen und Unterhaltung, aber vor allem ermöglicht es die Entwicklung eines Suchtverhaltens, ähnlich demjenigen, das Jahre vor der Existenz des Internets beobachtet wurde. Dieser Artikel befasst sich mit der problematischen Internetnutzung, nicht um dieses Medium und seine Nutzung zu dämonisieren, sondern um die Ausbreitung dieses Phänomens mit einer negativen Auswirkung auf das menschliche psychische Verhalten im heutigen Europa hervorzuheben.

Ungeachtet der Terminologie, die zur Beschreibung dieses Phänomens benutzt wird, i.e. Internetsucht, Internetabhängigkeit, pathologische Internetnutzung, übermäßige Internetnutzung, zwanghafte Internetnutzung, beschreiben alle Begriffe mehr oder weniger denselben Grundgedanken, i.e. dass eine Person sich so sehr mit dem Internet beschäftigt, dass sie andere wichtige Aspekte ihres Lebens vernachlässigt. Ob dieses Phänomen nun als eindeutige diagnostische Kategorie besteht oder nicht, die Internetsucht kann unseres Erachtens effektiver im Kontext eines allgemeinen Suchtverhaltens untersucht werden und als Bedürfnis, das Individuen drängt, ein Suchtverhalten mit negativen Folgen für das individuelle und soziale Leben zu entwickeln. Griffiths (2000) hat argumentiert, dass viele dieser exzessiven Nutzer keine „Internetsüchtigen“ sind, sondern das Internet einfach nur als Medium exzessiv benutzen, um andere bestehende Süchte auszuleben. In diesem Sinne ist der kausale Faktor der Internetsucht komplex und reicht von bestehenden psychischen Störungen über ein dominierendes Lebensmodell bis zur Aufnahme von Beziehungen über dieses technologische Medium. Dieser Wandel der Art und Weise, wie zwischenmenschliche Beziehungen eingegangen und aufrechterhalten werden, signalisiert eine Anpassung der Bedürfnisse und Werte des Alltagslebens, bei der Entfremdung und eine oberflächliche Kommunikation vorherrschend sind. Trotz seiner positiven Seiten kann dieses leistungsstarke technische Medium nicht das tief sitzende Bedürfnis nach zwischenmenschlichen Kontakten ersetzen, ein Bedürfnis, das schrittweise immer weniger erkennbar wird, da es von neuen und unbekanntenen künstlichen Bedürfnissen der menschlichen Natur überlagert wird.

Die Untersuchung der Ursachen der Internetsucht könnte durch die Betonung der Frage erleichtert werden, warum ein junger Mensch die virtuelle Kommunikation der Kommunikation von Angesicht zu Angesicht vorzieht. Es ist wichtig zu verstehen, wie dieses Bedürfnis in den ersten Schuljahren entsteht und sich am Ende als grundlegendes Kommunikationsmodell selbst im Erwachsenenleben etabliert. Die Annahme einer bereits bestehenden Psychopathologie, die eine Person für eine problematische Internetnutzung prädestiniert, scheint bei einem Phänomen solchen Ausmaßes wenig überzeugend. Die Antwort sollte vielmehr in den modernen sozialen Umständen und Lebensstilen gesucht werden, z. B. wie Leichtigkeit

und Geschwindigkeit den Aufbau von Beziehungen diktieren. Noch schlimmer, die neue Form des alltäglichen Überlebens drängt uns eine exzessive Individualität und eine Hauptbeschäftigung mit einzelnen Aktivitäten auf (z. B. Computerspiele, Online-Serien), bei der die Präsenz anderer Menschen nur auf imaginärer Ebene existiert, wenn überhaupt.

In diesem Kontext hat Prävention einen weiter gefassten Sinn und zielt nicht nur auf die Prävention der Symptome der Internetsucht oder die Verbesserung der entsprechenden Fähigkeiten ab, sondern – in unserem Fall – auf die Förderung der Werte der Gemeinschaftlichkeit, Gleichwertigkeit, Solidarität und Verantwortung innerhalb der Schulgemeinschaft sowie die Förderung positiver Charakterzüge bei den Schülern.

Damit die Prävention wirksam sein kann, muss man sowohl die vorherigen Erfahrungen mit Präventionsstrategien als auch die kulturellen Unterschiede zwischen den verschiedenen Staaten berücksichtigen. Daher berücksichtigt der oben genannte Vorschlag für die Förderung der Gemeinschaftlichkeit und Verantwortung die Tatsache, dass die Präventionsstrategien, die darauf abzielen, junge Menschen aufzuklären oder die ihnen helfen, soziale Kompetenzen zu erwerben, bisher keinen Erfolg hatten. Dies bedeutet, dass man sich experimentelleren Strategien zuwenden sollte, Strategien, die sich vorrangig mit den Gründen für das Entstehen dieser Probleme befassen. Wenn z. B. die durch den modernen Lebensstil hervorgerufene Entfremdung eine der Ursachen von Sucht ist, muss der Schwerpunkt auf der Förderung jener Werte liegen, die die Entstehung einer Entfremdung verhindern, i.e. Gemeinschaftssinn, Teilnahme an kollektiven Prozessen, etc.

Die Forschung über problematische Internetnutzung bei jungen Menschen und vor allem bei Jugendlichen in Europa kann eine klarere Vorstellung der aktuellen Situation, der wirksamen und weniger wirksamen Maßnahmen und vorgeschlagenen Interventionen liefern. So zeigt z. B. ein Großteil der Forschung, dass die Intensität des gezeigten Suchtverhaltens in Bezug auf das Internet von individuellen psychologischen (individuellen Besonderheiten der Jugend) und mikrosozialen Faktoren (psychologischen Probleme und Komplikationen, die durch das nähere soziale Umfeld generiert werden) abhängt, die nicht separat auftreten, sondern miteinander verbunden und interdependent sind. Die wichtigsten Formen des Verhaltens von Teenagern im Internet sind: zwanghaft, kompensatorisch, gefühlsabhängig, kommunikativ und cyber-sexuell (Zaytsev und Vakulich 2008). Wenn bekannt ist, dass ein bestimmtes Verhalten mit der Entstehung einer problematischen Internetnutzung assoziiert wird, könnten bestimmte Präventionsstrategien entwickelt werden, die u.a. darauf abzielen, die Entstehung dieser psychologischen Merkmale zu verhindern.

Und zusätzlich sollte man nicht die Notwendigkeit ignorieren, den kindlichen und jugendlichen Nutzern oder zukünftigen Nutzern des Internets unterstützende Beratung anzubieten. Ein umfassender Ansatz bei der Prävention würde Möglichkeiten erörtern, die Nutzung des Internets zugunsten einer bewussteren und weniger mechanistischen Form zu verbessern. Auf diese Weise würde die Beratung nicht nur als Bereitstellung von Informationen verstanden, sondern auch als Möglichkeit, die Bedürfnisse und Defizite der Jugendlichen zu untersuchen sowie die daraus resultierende psychische Ermächtigung, damit die Nutzung des Internets die Entwicklung einer gesunden Persönlichkeit herbeiführt und bereichert, anstatt deren Defizite zu verdecken.

Die Notwendigkeit für eine funktionalere Nutzung des Internets ist zwingend, wenn man der Überzeugung ist, dass die Ergebnisse einer zwanghaften Verbindung mit dem Internet häufig die Abkopplung von anderen Formen der Unterstützung, Informationsgewinnung, Orientierung und Unterhaltung ist, die alle generell eine gesündere Art der Kommunikation mit anderen darstellen. Unerlässlich für die Entstehung einer Internetsucht ist die Illusion des Kommunizierens und Sichverbindens mit anderen, während die Menschen sich im Wesentlichen von realen menschlichen Beziehungen entfernen, wie dies an der hohen Korrelation der zwanghaften Internetnutzung mit den Symptomen von Depression und Angststörungen zu erkennen ist.

Außerdem wurde beobachtet, dass es Unterschiede in der Entstehung und Prävalenz dieses Phänomens in den einzelnen europäischen Staaten gibt. Die Tatsache, dass z. B. Spanien, Rumänien und Griechenland höhere Prozentzahlen negativer Merkmale aufweisen, können dem kulturellen Kontext und dem Grad der Toleranz gegenüber bestimmten Verhaltensweisen zugesprochen werden. Es kann allerdings auch bedeuten, dass die Präventionspolitik dieser Staaten entweder unzureichend oder ineffektiv ist und daher sorgfältiger geplant und umgesetzt werden sollte. Andererseits können sich Erfahrungen aus anderen Staaten, z. B. den USA mit dem Programm Caring School Communities, als nützlich erweisen, wenn man die besonderen kulturellen Gegebenheiten der einzelnen Länder berücksichtigt.

## **BIBLIOGRAFIE**

Block, J. J. (2008), „Issues for DSM-V: Internet addiction“. In: American Journal of Psychiatry, 165, S. 306-307.

Dowling, N. A., Brown, M. (2010), „Commonalities in the psychological factors associated with problem gambling and Internet dependence“. In: Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 13, S. 4.

Dreier, M. et al. (2012), „Qualitative component of Research on Internet Addictive Behaviours among European adolescents“. In: Tsitsika, A. et al. (Hrsg.), Research on Internet addictive Behaviours among European Adolescents. Eunetadb.eu.

Durkee, T. et al. (2012), „Prevalence of pathological Internet use among adolescents in Europe: demographic and social factors“. In: Addiction, 107(12), S. 2210ff.

Festl, R., Scharrow, M., Quandt, T. (2013), „Problematic computer game use among adolescents, younger and older adults“. In: Addiction, 108(3), S. 656.

Finkenauer, C. et al. (2012), „Examining the Link Between Autistic Traits and Compulsive Internet Use in a Non-Clinical Sample“. In: Journal of Autism and Childhood Schizophrenia, 42(10), S. 2252-2256.

Griffiths, M. D. (2000), „Internet addiction – Time to be taken seriously?“. In: Addiction Research, 8, S. 413-418.

Hurr, M. H. (2006), „Demographic, habitual, and socioeconomic determinants of Internet addiction disorder: an empirical study of Korean teenagers“. In: Cyberpsychology and Behavior, 9(5), S. 514-525.

- Ko, C. H. et al. (2006), „Tridimensional personality of adolescents with internet addiction and substance use experience“. In: Canadian Journal of Psychiatry, 51, S. 887-894.
- Ko, C. H. et al. (2007), „Factors predictive for incidence and remission of internet addiction in young adolescents: a prospective study“. In: Cyberpsychology and Behavior, 10, S. 545-551.
- Langenbach, M., Schutte, J. (2012), „Online addiction as an attempt to compensate traumatic experiences“. In: Sucht: Zeitschrift für Wissenschaft und Praxis, 58(3), S. 195-202.
- Oravec, J. A. (2000), „Internet and computer technology hazards: Perspectives for family counselling“. In: British Journal of Guidance and Counselling, 28, S. 309-324.
- Psalti, A. et al. (2005), „Studying Bullying in Greek Schools: A First Attempt at Identifying and Defining the Phenomenon“, mündlicher Vortrag beim XXVII. ISPA Colloquium: Athen.
- Siomos, K. E., Mouzas, O. D., Angelopoulos, V. N. (2008), „Addiction to the use of Internet and psychopathology in Greek adolescents: a preliminary study“. In: Annals of General Psychiatry, 7 (Beilage 1).
- Starcevic, V. (2013), „Is Internet addiction a useful concept?“. In: Australian and New Zealand Journal of Psychiatry, 47(1), S. 16-19.
- Sunwoo, K., Rando, K. (2002), „A Study of Internet Addiction: Status, Causes, and Remedies – Focusing on the alienation factor“. In: Journal of Korean Home Economics Association (English Edition), 3(1).
- Tsitsika, A. et al. (2012), „Quantitative component of Research on Internet Addictive Behaviours among European adolescents“. In: Tsitsika, A. et al. (Hrsg.) (2012), Research on Internet addictive Behaviours among European Adolescents, Eunetadb.eu.
- Tsitsika, A. et al. (Hrsg.) (2012), Research on Internet addictive Behaviours among European Adolescents, Eunetadb.eu.
- Widyanto, L., McMurrin, M. (2004), „The Psychometric Properties of the Internet Addiction Test“. In: Cyberpsychology and Behavior, 4, S. 443-450.
- Wieland, D. M. (2005), „Computer Addiction: Implications for Nursing Psychotherapy Practice“. In: Perspectives in Psychiatric Care, 41, S. 153-161.
- Yen, J. Y. et al. (2007), „Family factors of internet addiction and substance use experience in Taiwanese adolescents“. In: Cyberpsychology and Behavior, 10, S. 323-329.
- Young, K. S. (1998), Caught in the net: How to recognize the signs of Internet addiction and a winning strategy for recovery, John Wiley and Sons, New York.
- Zaytsev, O., Vakulich, T. (2008), „Psychological factors of preventing Internet addiction of teenagers“. In: European Psychiatry, 23(S2), S. 325.