

KJPVT

Die KJPVT ist regelmäßig an der Mitarbeit von Leitlinien beteiligt. Daher möchten wir Ihnen in dieser Verbandsmitteilung den aktuellen Stand einer work in progress Leitlinie zu Internetnutzungsstörungen vorstellen. Vertreten wird die KJPVT in der Leitlinie durch Prof. Dr. Katajun Lindenberg (Goethe-Universität Frankfurt), die auch den folgenden Text verfasst hat. Besten Dank für das Engagement! Wir halten Sie mit diesen Mitteilungen und unserem Newsletter auf dem Laufenden.

Internetnutzungsstörungen

Dass die Digitalisierung des Alltags auch Konsequenzen für menschliches Verhalten und die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen hat, wird seit mehr als zwei Jahrzehnten diskutiert. Mit Veröffentlichung der ICD-11 wurde nun offiziell durch die Weltgesundheitsorganisation anerkannt, dass bestimmte Verhaltensweisen, analog zu psychotropen Substanzen, abhängig machen können. Obwohl es diese belohnenden Verhaltensweisen auch „offline“ gibt, sind sie „online“ viel unmittelbarer und unbegrenzt verfügbar und verändern dadurch die Nutzungsmuster. Dabei spielen intermittierende (und somit löschungsresistente) Verstärkungsmechanismen eine wesentliche Rolle, die in digitalen Anwendungen gezielt platziert werden, um die Nutzungszeiten und somit den ökonomischen Benefit der Hersteller zu erhöhen. Besonders vulnerabel scheinen Menschen mit einer allgemein erhöhten Belohnungssensitivität und reduzierten Impulskontrolle zu sein (wie beispielsweise bei Patient*innen mit ADHS), sowie Menschen mit einer ungünstigen Belohnungsverarbeitung für viele alltägliche Verstärker, für die die digitalen Belohnungsreize dann in Relation besonders belohnend wirken (beispielsweise bei Menschen mit Angststörungen und Depressionen).

Deshalb wurde mit Veröffentlichung der ICD-11 die Störungskategorie der Suchterkrankungen erweitert und neben den Störungen aufgrund von psychotropen Substanzen nun auch Störungen aufgrund von süchtigem Verhalten aufgenommen. Einzug in diese Kategorie der Verhaltenssuchte fand neben der Glücksspielstörung (Gambling Disorder), die in der ICD-10 bereits unter den Impulskontrollstörungen klassifiziert war, auch die Computerspielstörung (CSS; engl. Gaming Disorder). Weitere Verhaltenssuchte, wie die Soziale-Netzwerke-Nutzungsstörung (SNS), die Shoppingstörung (ShS) oder die Pornografie-Nutzungsstörung (PNS) werden als Vorschläge für „sonstige Verhaltenssuchte“ diskutiert.

Eine AWMF S1-Leitlinie ist in Arbeit und soll 2021 fertig gestellt werden. Neben theoretischen Grundlagen befassen sich die einzelnen Kapitel mit Diagnostik, der Behandlung von Internetnutzungsstörungen (INS) im Allgemeinen, der Behandlung von CSS, SNS, ShS und PNS im Einzelnen sowie der Frühintervention bei INS. In jedem Kapitel soll es gesonderte Empfehlungen für Kinder- Jugendliche und junge Erwachsene geben. Informationen für Eltern, Jugendliche und pädagogische sowie therapeutische Fachkräfte gibt es auf www.protect-mediensucht.de. Die Akademie für Präventionswissenschaften (www.apw-heidelberg.de) bietet Fortbildungen für Multiplikator*innen zur Medienbildung und Internetsuchtprävention an. Ein in Tübingen entwickeltes Elterstraining¹ wird aktuell in einer multizentrischen Studie an den Standpunkten Tübingen, Heidelberg und Frankfurt evaluiert. Für die Psychotherapie mit betroffenen Jugendlichen liegen aus Hamburg², Mainz³ und Frankfurt⁴ bereits erste evaluierte (Gruppen-)Therapiekonzepte vor.

¹ <https://www.medizin.uni-tuebingen.de/de/internetbezogene-stoerungen-ises>

² Moll, B. & Thomasius, R. (2019). Kognitiv-verhaltenstherapeutisches Gruppenprogramm für Jugendliche mit abhängigem Computer- oder Internetgebrauch. Das "Lebenslust statt Onlineflucht"-Programm (Therapeutische Praxis, 1. Auflage). Göttingen: Hogrefe.

³ Wölfling, K., Jo, C., Bengesser, I., Beutel, M. E. & Müller, K. W. (2013). Computerspiel- und Internetsucht: Ein kognitiv-behaviorales Behandlungsmanual. Störungsspezifische Psychotherapie. Stuttgart: Kohlhammer.

⁴ Lindenberg, K., Kindt, S. & Szász-Janócha, C. (2020). Internet addiction in adolescents. The PROTECT Program for Evidence-Based Prevention and Treatment. Cham: Springer.

Weitere Informationen siehe: www.kjpvt.de