

Kinder und Sucht – Online Gaming

Internet Gaming Disorder, Cybermobbing und Digitale Transformation in Therapie

Jochen Kindler

Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie
und Psychotherapie

Zweite Sozialkonferenz: Familie und Sucht,
28.06.2022

- > Internetgebrauch heute
- > Internetsucht
- > Cybermobbing
- > Digitale Psychiatrie & E-Mental Health
- > Zusammenfassung und Diskussion

Nichts geht mehr ohne Internet...



Schlagzeilen | Hilfe | RSS | Newsletter | Mobil | Wetter | TV-Programm

SPIEGEL ONLINE SCHULSPIEGEL

NACHRICHTEN VIDEO THEMEN FORUM ENGLISH DER SPIEGEL SPIEGEL TV ABO SHOP

Home Politik Wirtschaft Panorama Sport Kultur Netzwerk Wissenschaft Gesundheit einestages Karriere Uni Schule Reise Auto

Nachrichten > SchulSPIEGEL > Wissen > Sucht > Studie zu Internetucht: Jeder zehnte Jugendliche gefährdet Login | Registrierung

Jugendliche im Internet: Ich surfe, also bin ich süchtig?



Junge am Rechner: Ohne Internet geht's nicht mehr

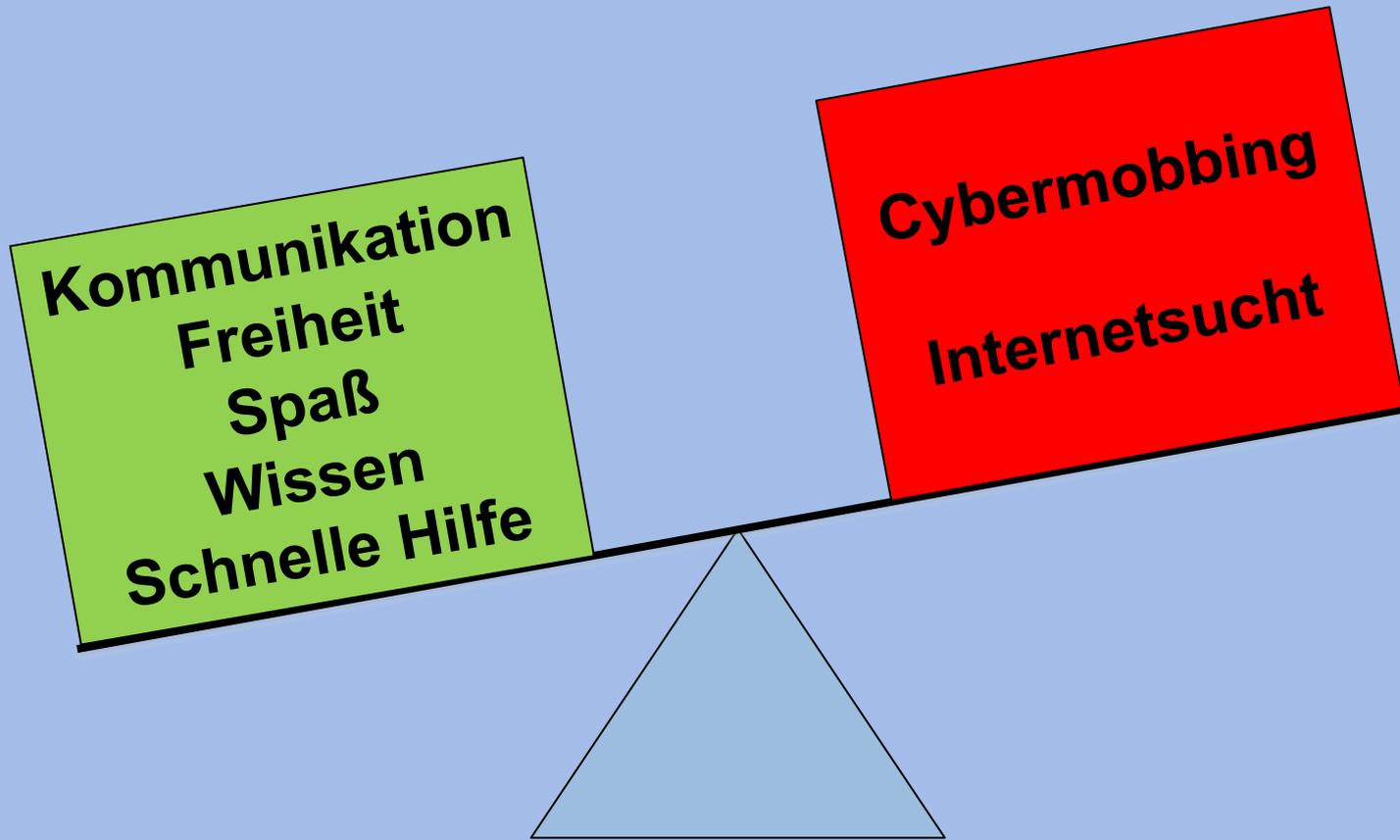
Tage ohne Internet gibt es kaum mehr, aber wie viel Surfen ist noch normal? Eine europaweite Studie hat untersucht, welche Jugendlichen das Netz exzessiv nutzen. Ergebnis: Fast jeder zehnte Jugendliche zeigt bedenkliches Web-Verhalten, ein Prozent soll sogar internetsüchtig sein.

Fast jeder geht mehrmals täglich ins Internet: Um seine E-Mails zu checken, um die Kommentare unter seinem Facebook-Eintrag zu zählen, um sich über aktuelle Nachrichten zu informieren. Das Internet gehört

Donnerstag, 17.01.2013 - 17:03 Uhr

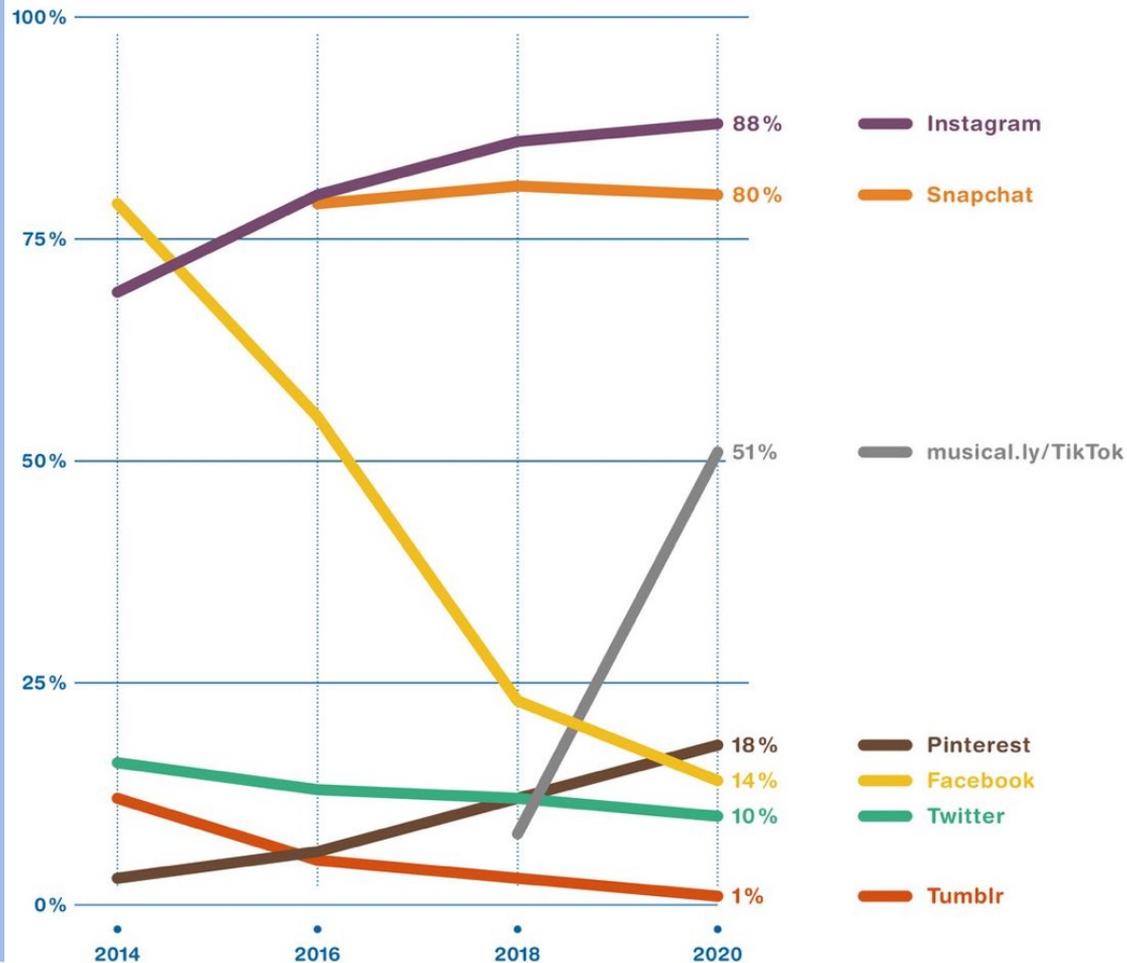


Die zwei Seiten des Internets



JAMES Studie, Mediennutzung, Schweiz 2020

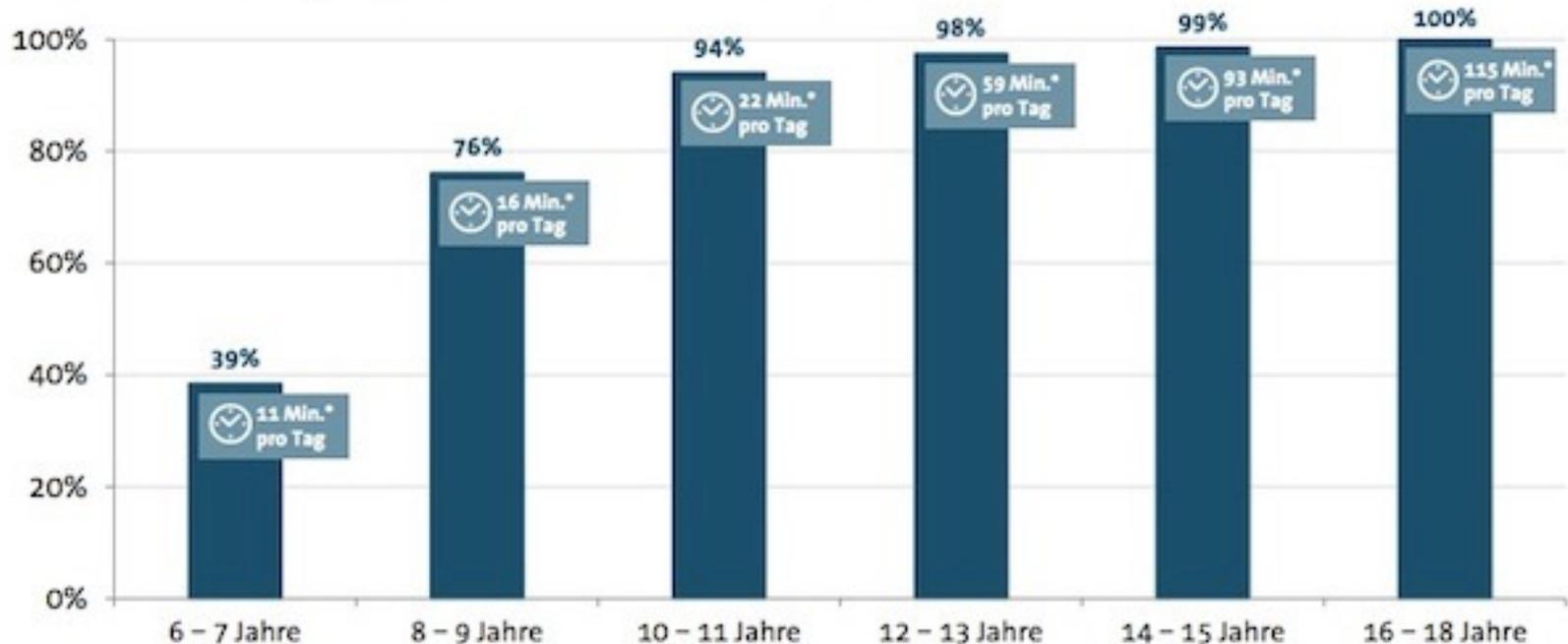
Nutzungshäufigkeit sozialer Netzwerke im Zeitvergleich*



Internetnutzung im Kindes- und Jugendalter

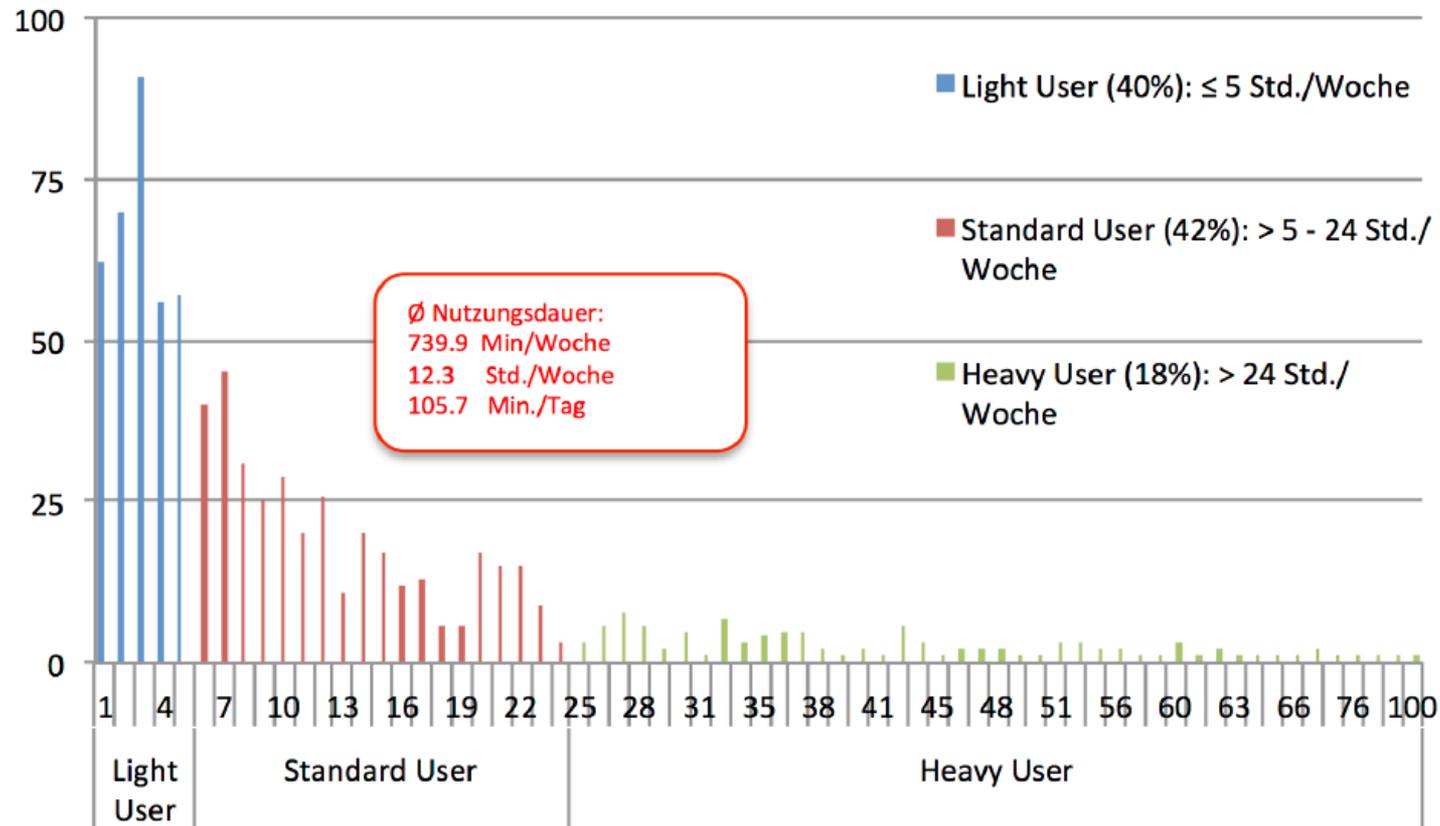
Ab 10 Jahren sind (fast) alle online

Nutzt Du zumindest gelegentlich das Internet? Ja-Antworten



*Durchschnittliche Internetnutzungsdauer
Basis: 6- bis 18-jährige Kinder & Jugendliche | N=962
Quelle: Bitkom Research

Internetnutzung allgemein



Datenbasis: n=851 Internet-Nutzer ab 14 Jahren.

Medianwerte Internetnutzung heute



Medianwert unter der Woche	
Knaben: 60 Minuten	(66%)
Mädchen: 20 Minuten	(11%)
Medianwert am Wochenende:	
Knaben: 2h 30 Min	
Mädchen: 45 Minuten	

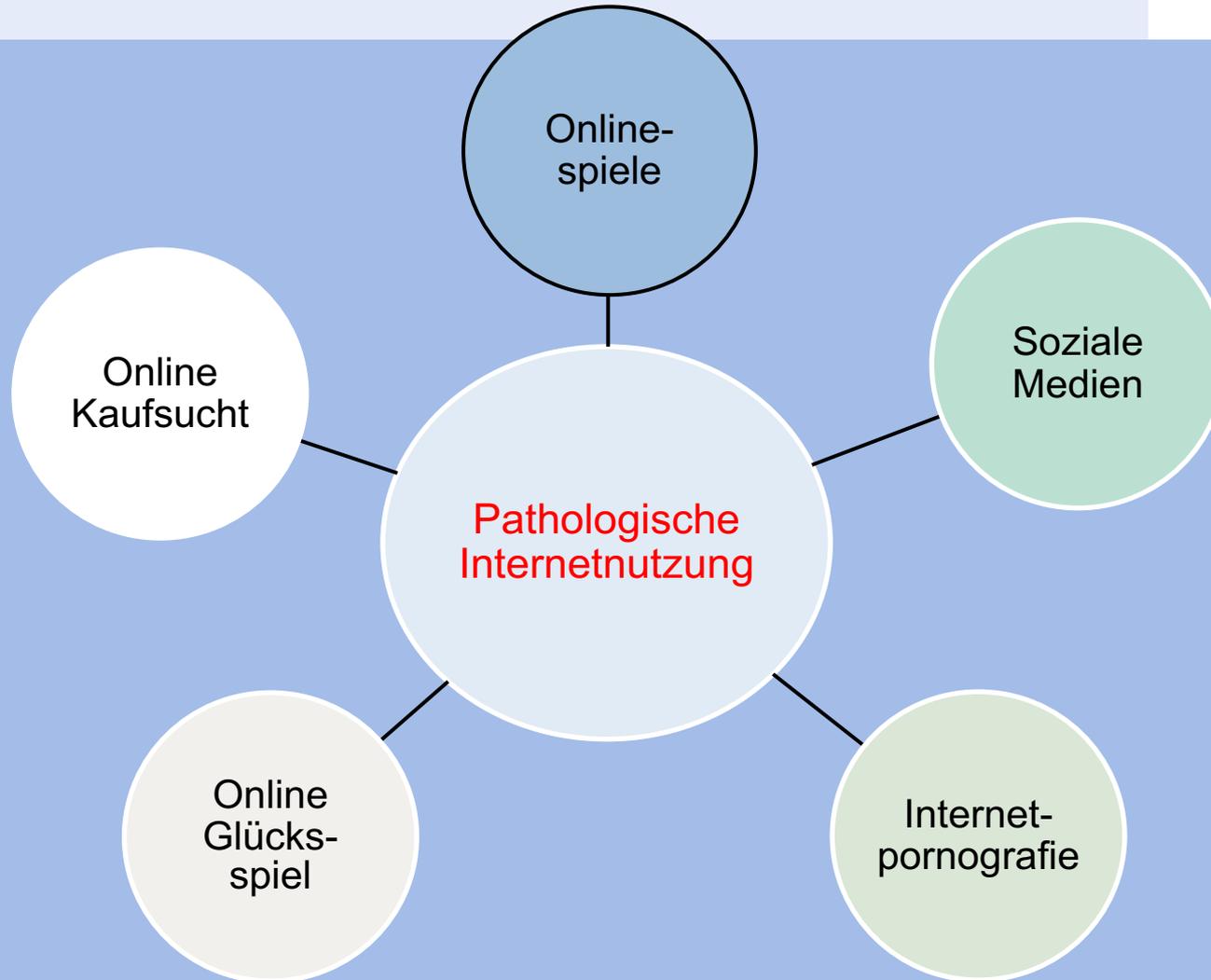
JAMES Studie (2018)



Internetsucht



Formen Pathologischer Internetnutzung



Online-Süchte

1. meist junge Männer
Online-Rollenspiele (WoW, LoL)
Online-Ego-Shooter (Counter Strike)
Online-Strategiespiele (Civilisation)

2. Social Media: meist junge Frauen
Facebook , Twitter, WhatsApp ...



Online-Süchte

3. Online Glückspiel, Kaufsucht oder Arbeitssucht



4. Online-Pornographie: meist Männer im mittleren Alter
Bilder, Videos, Chatten

Hier leider KEIN Bild !!!

Neue Diagnose: Online-Spielsucht

u^b

b
**UNIVERSITÄT
BERN**



Fallbeispiel

- D.S. ist ein 17-jähriger Junge, der auf andere eher **schüchtern und zurückgezogen** wirkt, dies ist jedoch nur im Alltag so.
- In der **Onlinewelt**, in welcher D.S. jeden Tag, wenn er nach Hause kommt stundenlang verschwindet, ist er ein **mutiger Kämpfer**, der mit seinem Team durch unbekannte Welten zieht und etliche Schlachten gewinnt. D.S. blüht in seinem Charakter, den er innerhalb des Onlinerollenspiels erschaffen hat, auf. Hier fühlt er sich sicher, in dieser Welt **die nach seinen Regeln** funktioniert.
- Onlinestrategiespiele haben ihn schon früher interessiert, **mit seinen Freunden** tauschte er sich stundenlang über die verschiedenen Möglichkeiten aus.
- Nach dem obligatorischen Schulabschluss weiss D.S. nicht so recht, was er machen möchte und beginnt daraufhin eher widerstrebend eine Berufslehre. Die Umstellung ist für ihn schwierig und es gelingt ihm durch seine Schüchternheit nicht, den **sozialen Anschluss** zu finden. Auch in der **Berufsschule läuft es nicht so richtig** und die Noten sind jeweils nur knapp genügend.
- Das einzige was D.S. hilft, um **vom ganzen Stress abschalten** zu können, ist das **Gamen**.
- Immer mehr zieht er sich in die Onlinewelt zurück, verliert dadurch vollständig den Anschluss in der Schule und hat **kaum noch Kontakt zu seinen Freunden**.
- Als er seine **Lehrstelle verliert**, weil er wiederholt zu spät kam und bei der Arbeit müde und unkonzentriert ist, empfindet er das als Befreiung und Möglichkeit sich vollständig den Computerspielen zu widmen.
- Schliesslich sind es seine **Eltern die intervenieren**, nachdem D.S. drei Tage nicht aus seinem Zimmer gekommen war und wenden sich hilfesuchend an eine Suchtberatungsstelle.

DSM-5 Suchterkrankungen

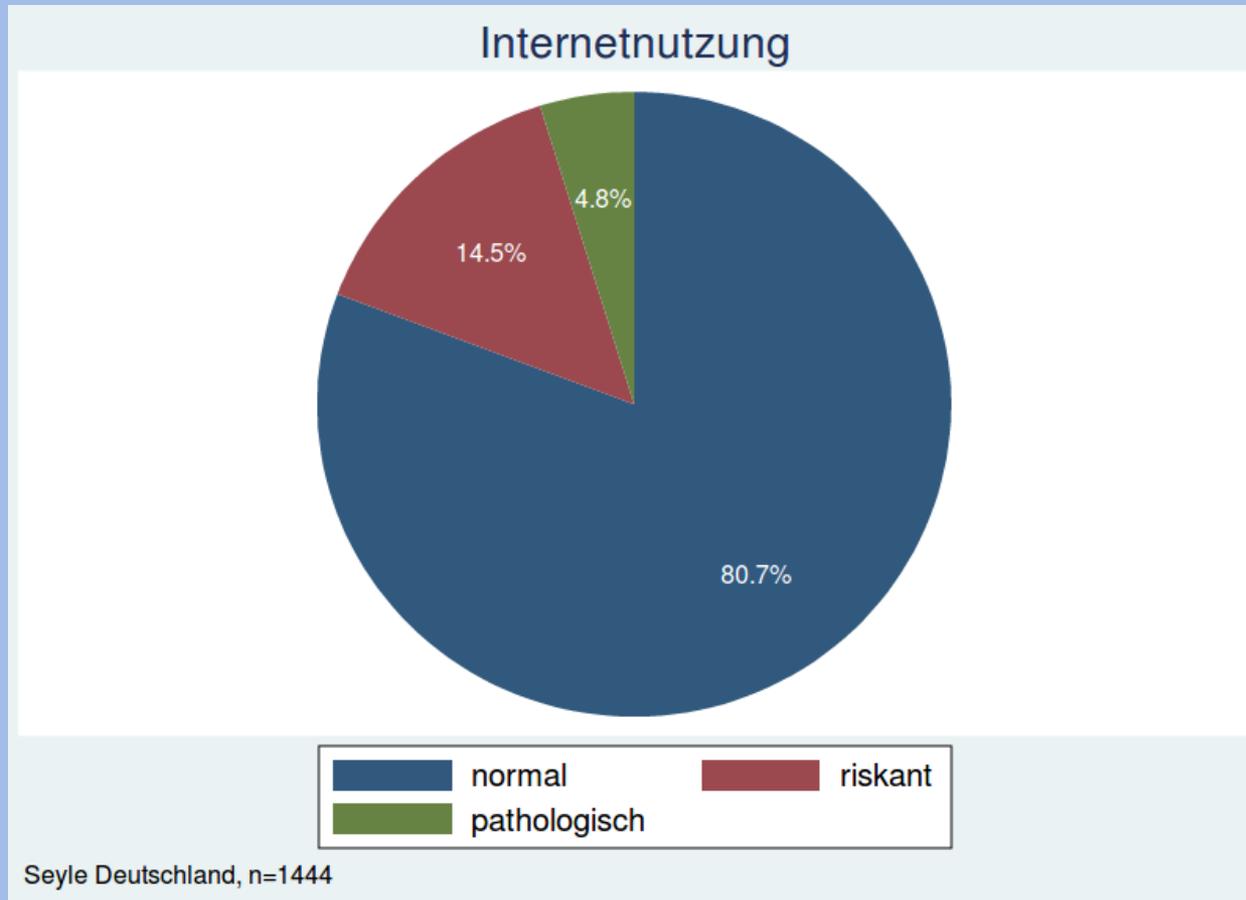
1. Gedankliche Vereinnahmung	2. Entzugerscheinungen	3. Toleranzentwicklung
4. Kontrollverlust	5. Fortsetzung trotz negativer Konsequenzen	6. Verhaltensbezogene Vereinnahmung
7. Dysfunktionale Stressbewältigung	8. Dissimulation	9. Gefährdungen und Verluste

ICD-11 Gaming Disorder (online, offline)

1. Eine **beeinträchtigte Kontrolle** über das Spielverhalten (z.B. Zeitpunkt, Häufigkeit, Intensität, Dauer, Beendigung, Kontext)
2. **Erhöhte Priorität** des Spielens, dass es Vorrang vor anderen Interessen oder täglichen Aktivitäten erhält
3. Fortsetzung oder Eskalation des Spielens trotz Auftreten **negativer Folgen**.

Erheblichen Beeinträchtigungen in persönlichen, familiären, sozialen, schulischen, beruflichen oder anderen wichtigen Funktionsbereichen.

Prävalenz Internetsucht



Anstieg von Internetsucht in Europa von 2009 bis 2012?

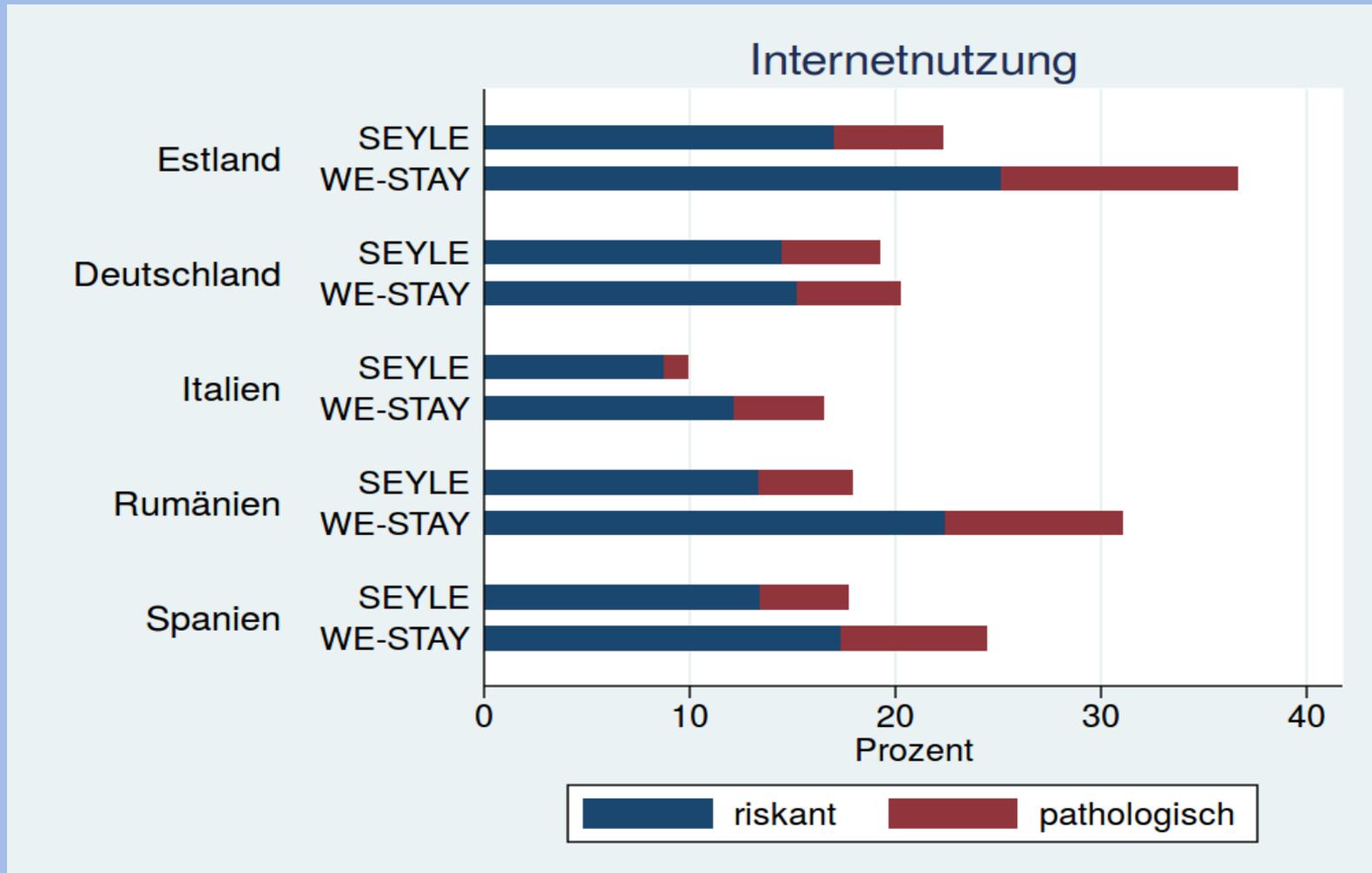


IMAGE	RANK	GAME TITLE	PUBLISHER	CHANGE
	1	League of Legends	Riot Games	-
	2	Counter-Strike: Global Offensive	Valve Corporation	-
	3	Fortnite	Epic Games	-
	4	Hearthstone: Heroes of Warcraft	Blizzard Entertainment	-
	5	Minecraft	Mojang	-
	6	PLAYERUNKNOWN'S BATTLEGROUNDS	Bluehole Studio	-
	7	Overwatch	Blizzard Entertainment	-
	8	Tom Clancy's Rainbow Six: Siege	Ubisoft Entertainment	-
	9	World of Warcraft	Blizzard Entertainment	-
	10	Dota 2	Valve Corporation	2 ▲

Auslösende und aufrechterhaltende Persönlichkeitsfaktoren

Gemeinsame Faktoren

Impulsivität

Dysfunktionale Emotionsregulation

Dysfunktionaler Copingstil

Selbstwirksamkeit

Geringer Selbstwert

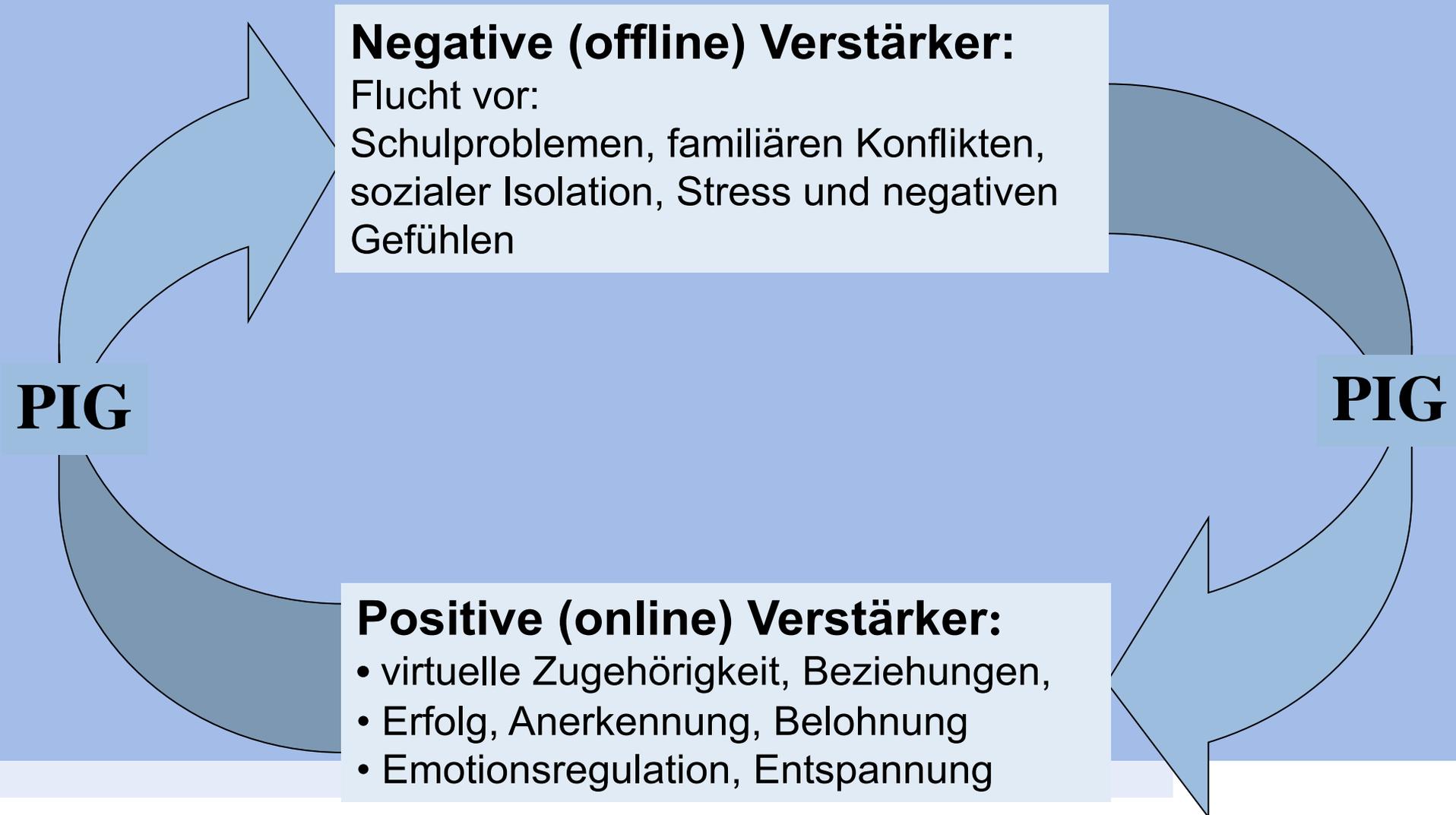
Depressivität

Neurotizismus

Soziale Ängstlichkeit

Need to belong

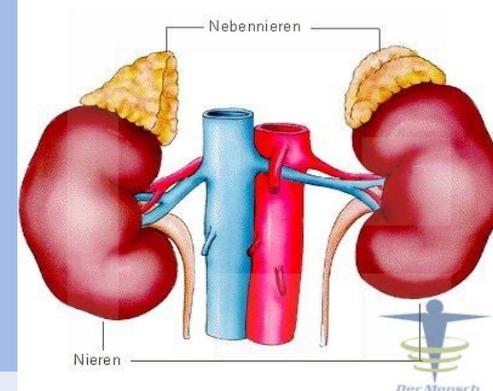
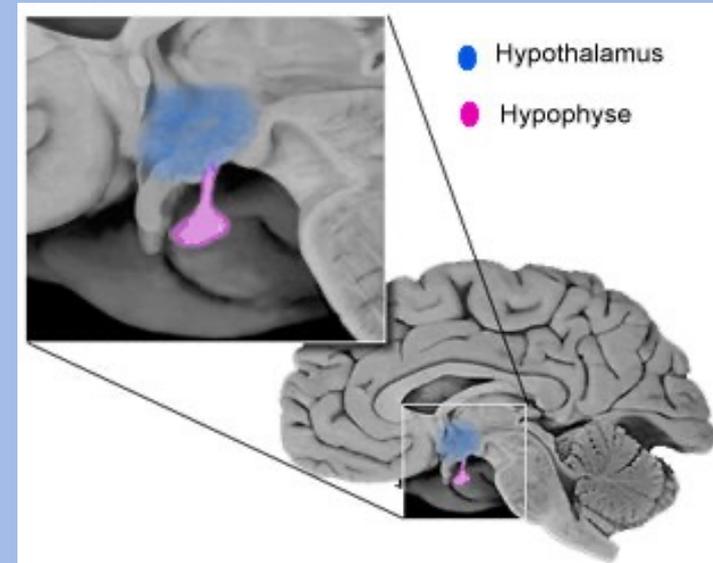
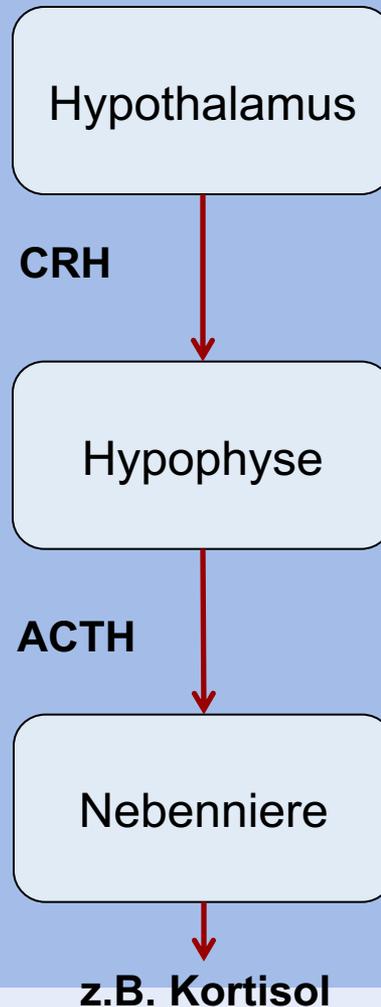
Aufrechterhaltender Teufelskreis



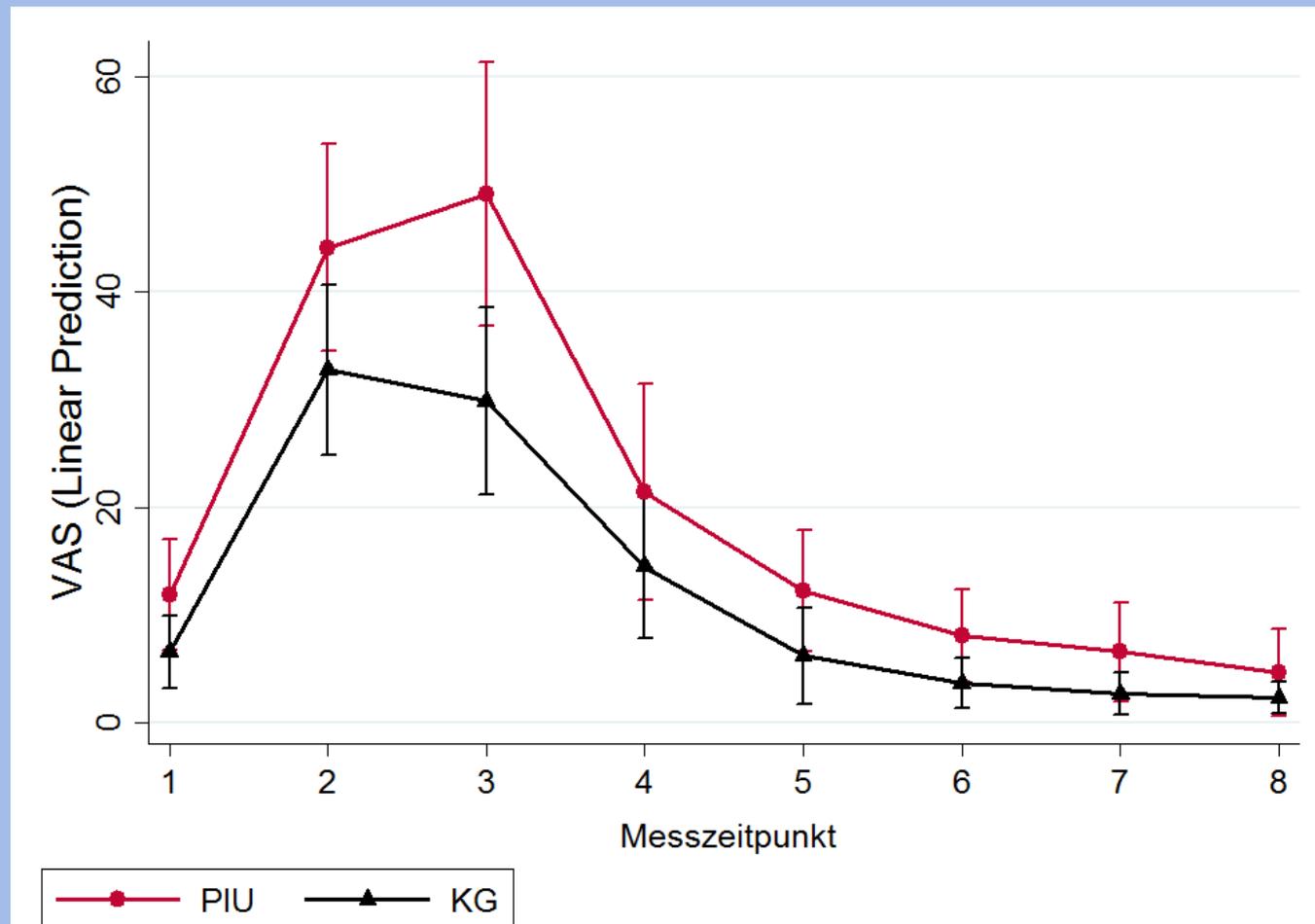
- Starker Zusammenhang zwischen hohem Stresserleben im Alltag und problematischem Spiel- und Online-Verhalten (Batthyány et al., 2009; Kuss, 2013).
- Teufelskreis:
 - “Gaming” als Strategie zur Stressregulation (z.B. Batthyány et al., 2009; Jäger & Moormann, 2008) führt zu Entlastung und Entspannung
 - Hierdurch kommt es zu einer zumindest kurzfristigen **positive Verstärkung** (Beutel et al., 2011; Russoniello, O’Brien, & Parks, 2009).

Die Hypothalamus-Hypophysen-Nebennieren-Achse (HPA-Achse)

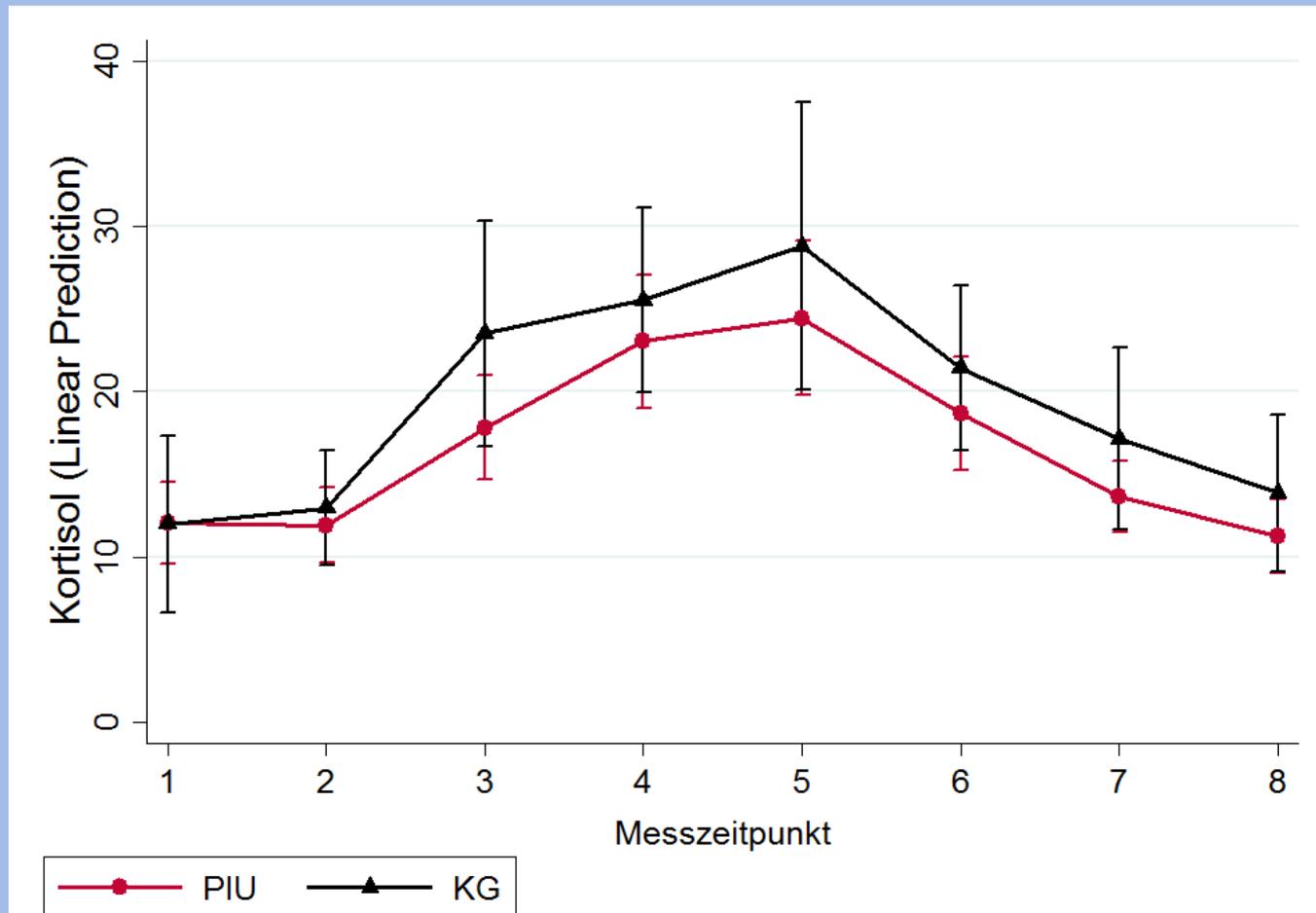
Die Hypothalamus-Hypophysen-Nebennieren-Achse ist das wesentliche Stressantwortsystem des menschlichen Körpers



Psychologische Stressantwort beim Jugendlichen mit pathologischer Internetnutzung



Kortisolantwort bei Jugendlichen mit pathologischer Internetnutzung



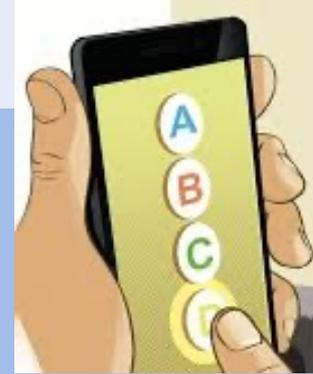
Glutamat im Anterioren Striatum bei Adoleszenten mit Internet Gaming Disorder



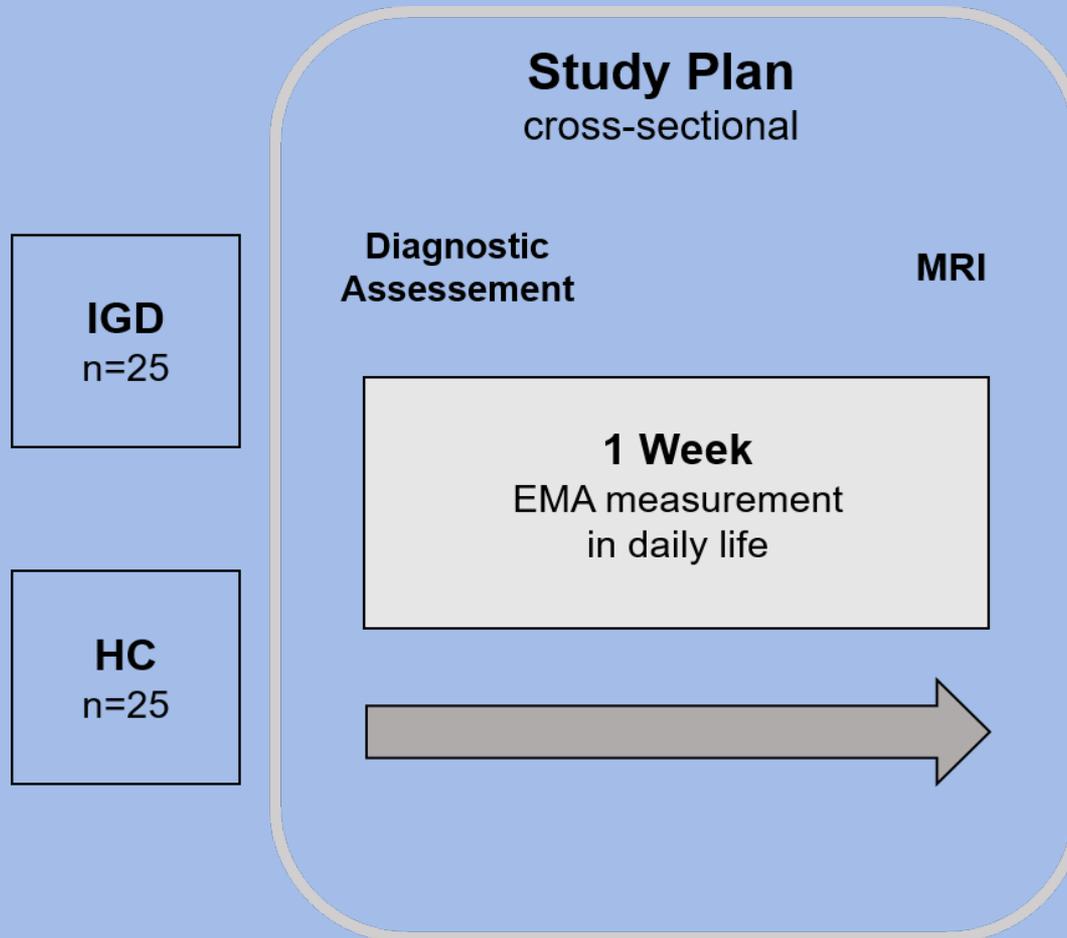
Fragestellung

- > Psychologische, biophysiological, neurologische Veränderungen bei Jugendlichen mit Internet Gaming Disorder
- > Veränderungen über einen Längsschnitt von drei Wochen, in Verbindung mit der Gaming-Zeit

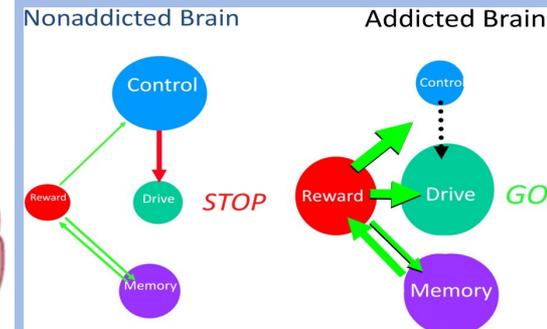
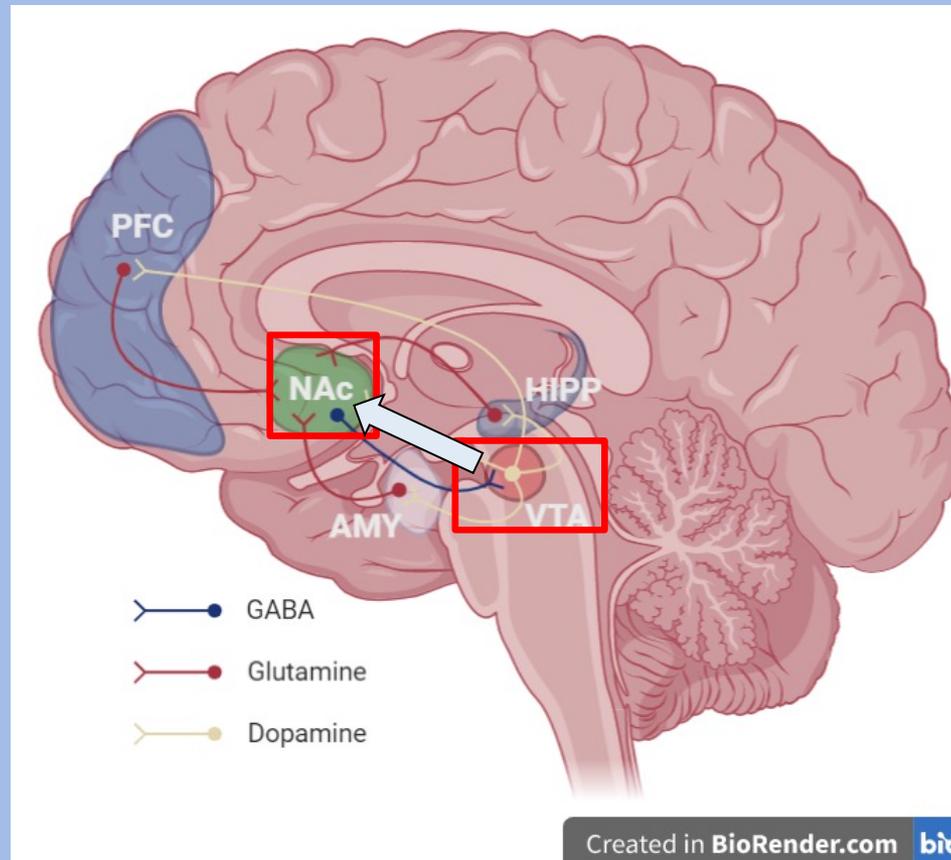
Methoden



Studienablauf

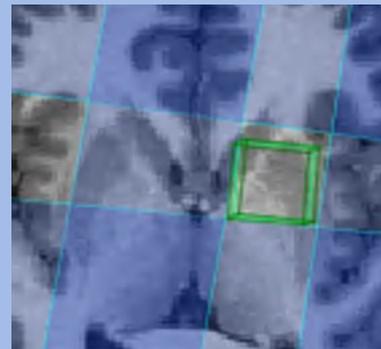
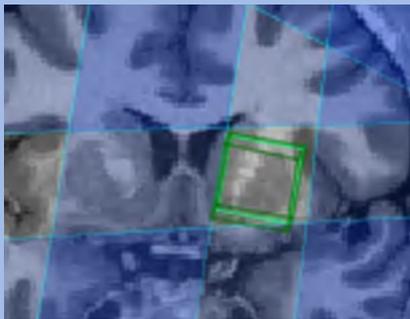
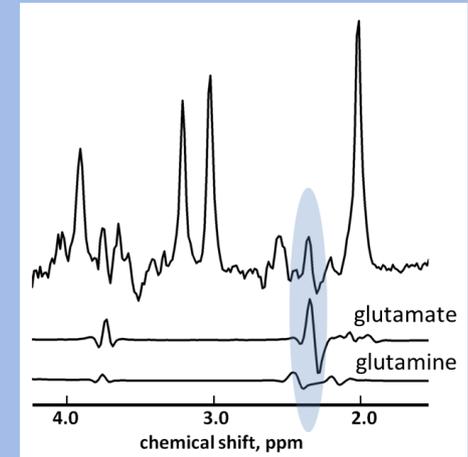


Dopamin, Glutamat und GABA als zentrale Neurotransmitter



Methoden

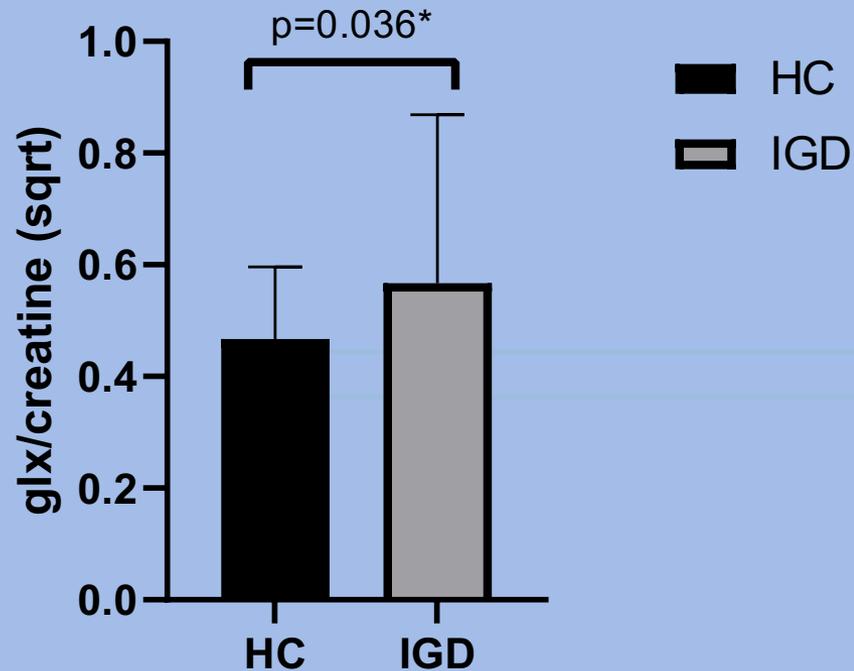
- > Diagnostik (Interviews, Fragebogen)
- > MR-Spektroskopie (SVS MEGA-PRESS)
 - Siemens Magnetom Prisma 3T
 - TR=2500, TE=68, 128 averages, voxel=2x2x2)



Stichprobenbeschreibung

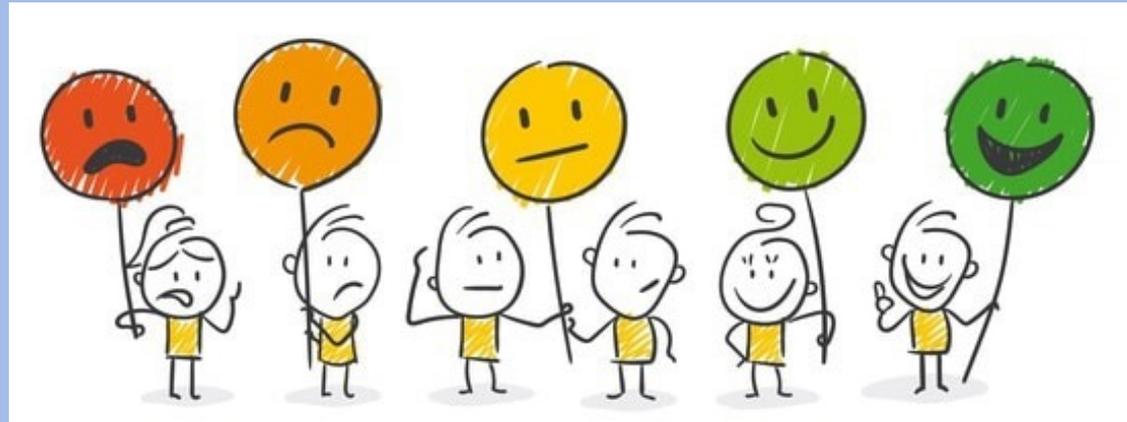
	IGD	HC	Matching
N	25	26	
IGD Criteria (mean)	6.5	.4	
Psychotropic medication (n)	1	0	
CSAS (sum score, mean)	20.3	3.6	
Gaming (weekly, mean, h)	29	max. 10	
Age (min-max, mean)	15-25 (20.04)	16-25 (20.65)	t(49)=.743 p=.461
Handedness (right/left; n)	23/2	24/2	Chi ² =.34 p=.844
Educational Level (secondary I/secondary II, tertiary; n)	9/15/1	5/17/4	Chi ² =3.05 p=.218
Smoking Status (never/occasionally/regularly; n)	16/7/2	14/8/4	Chi ² =4.28 p=.639
ADHD (n)	2	0	Chi ² =3.54 p=.316

Resultate – Gruppenvergleiche



Therapiemöglichkeiten

- Kognitive Verhaltenstherapie
- Gruppentherapie
- Familientherapie
- Pharmakotherapie
- Sporttherapie
- Online Therapie

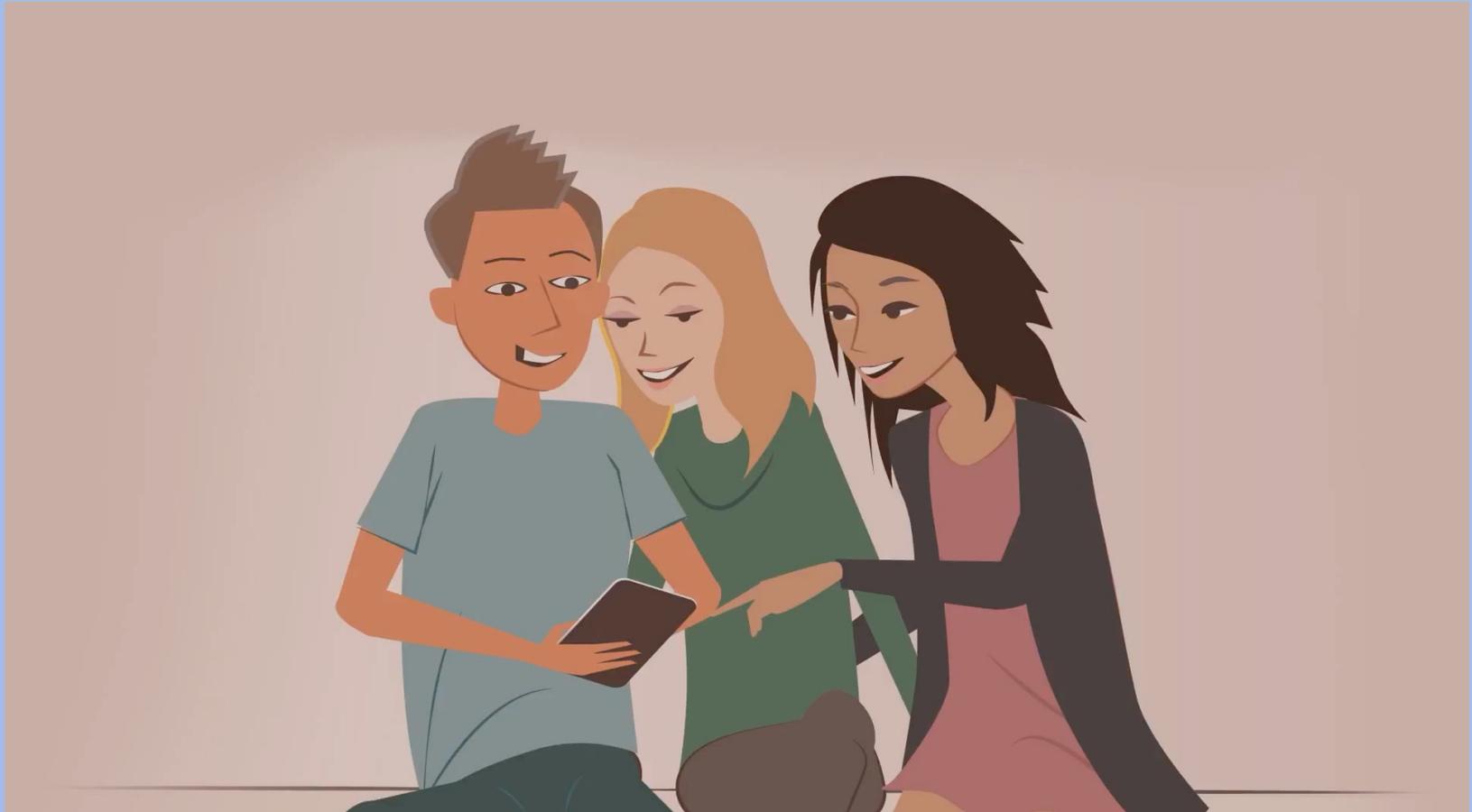


Therapieziele

- > Erarbeitung eines individuellen Störungsmodells (Psychoedukation)
- > Veränderungsmotivation aufbauen (Motivational Interviewing)
- > Verhaltensänderung
 - zu Beginn vollständige Abstinenz
 - Entwicklung einer normalisierten Nutzungszeit
- > Rückfallprophylaxe



Kurzfilm Cybermobbing



Definition Mobbing

„Ein Schüler oder eine Schülerin wird gemobbt, wenn er oder sie wiederholt oder über eine längere Zeit den negativen Handlungen eines oder mehrerer Schüler oder Schülerinnen ausgesetzt ist.“

Dabei besteht zwischen Tätern und Opfern meist ein Ungleichgewicht der Kräfte.

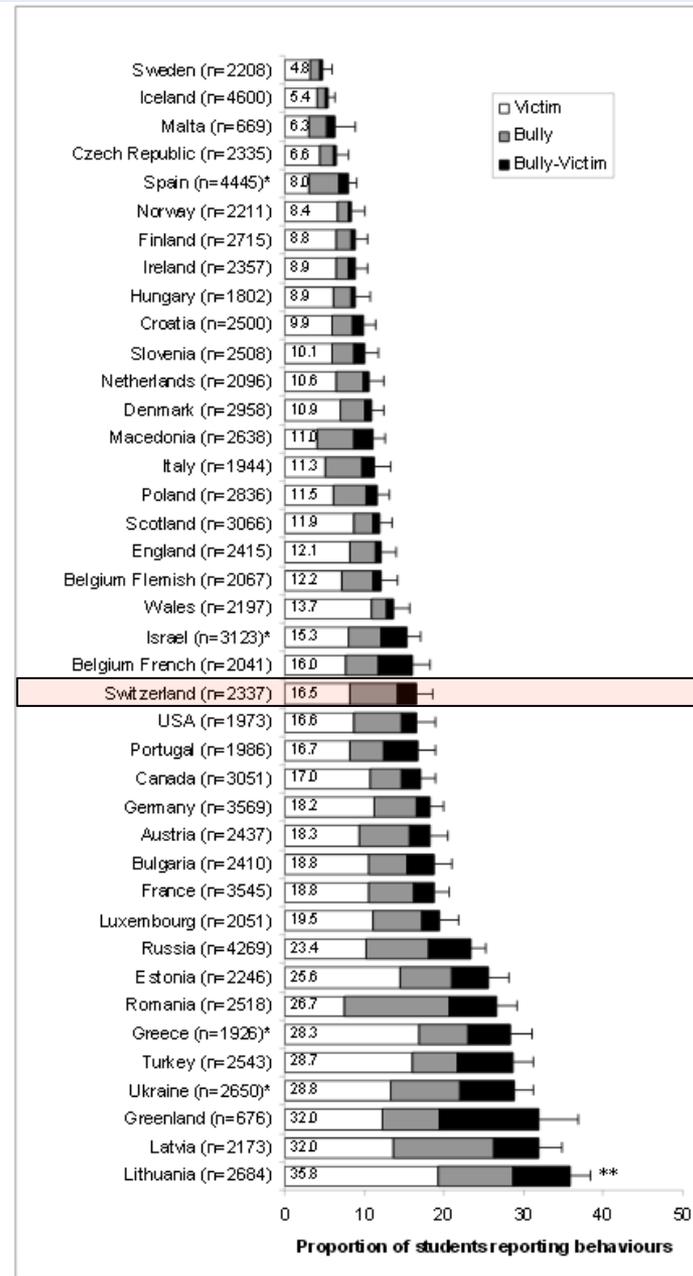
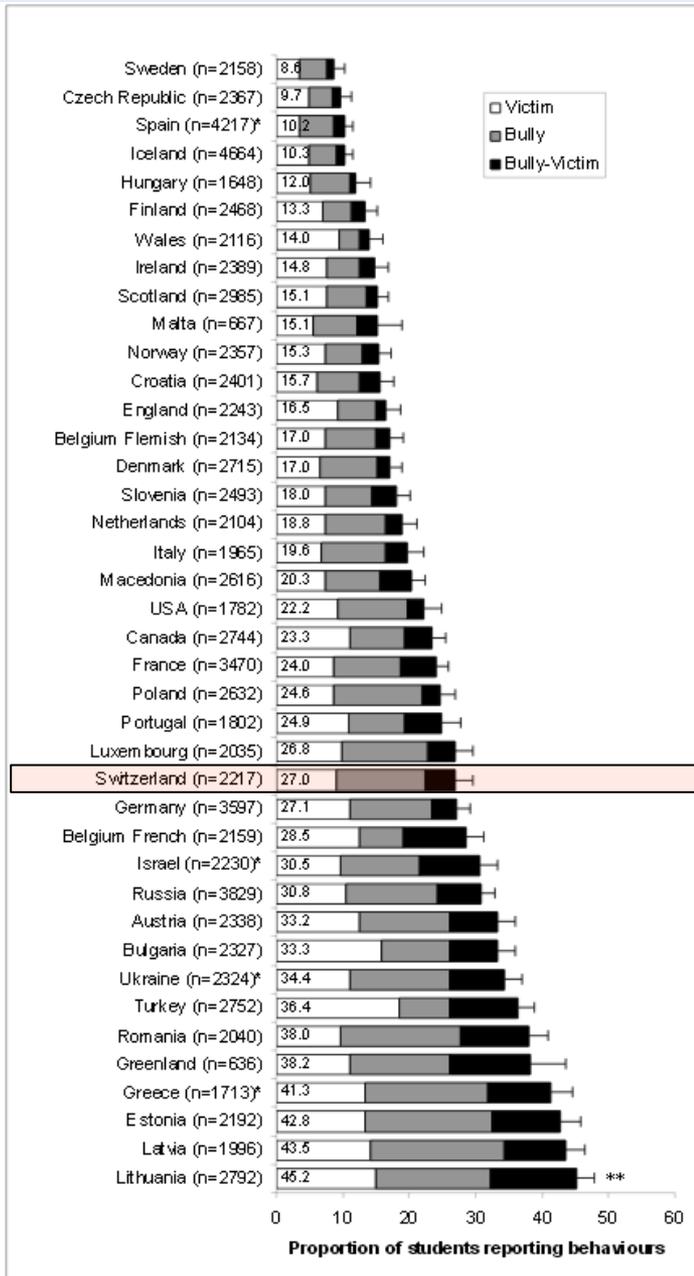
(Olweus, 1999)

Besonderheiten Cybermobbing

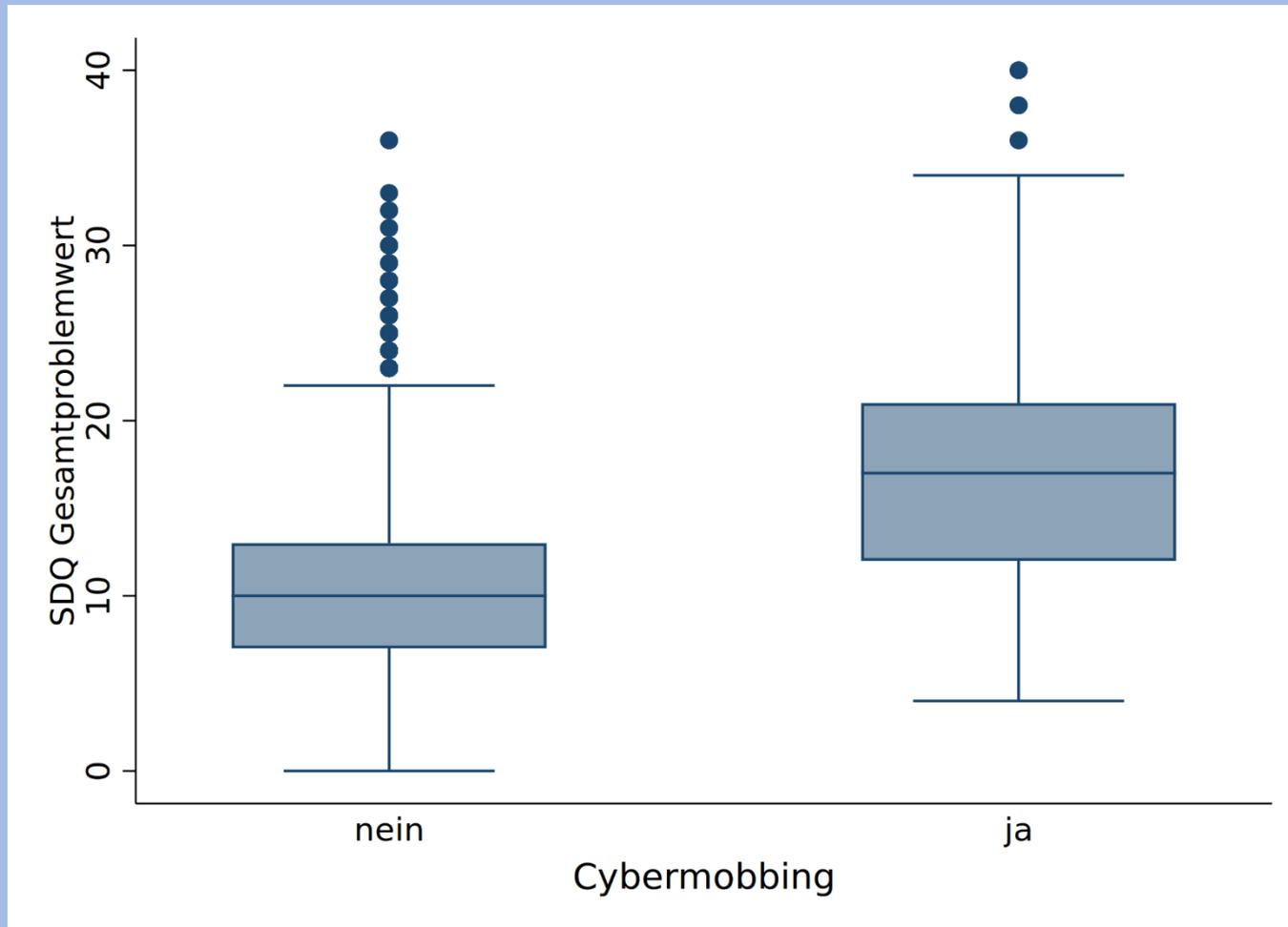
- > Eingriff rund um die Uhr in das Privatleben
- > Das Publikum ist unüberschaubar groß
- > Inhalte verbreiten sich extrem schnell
- > Täter können anonym agieren
- > Die Reaktion des Betroffenen wird nicht unmittelbar wahrgenommen
- > Unbeaufsichtigter „Raum“

Jungen

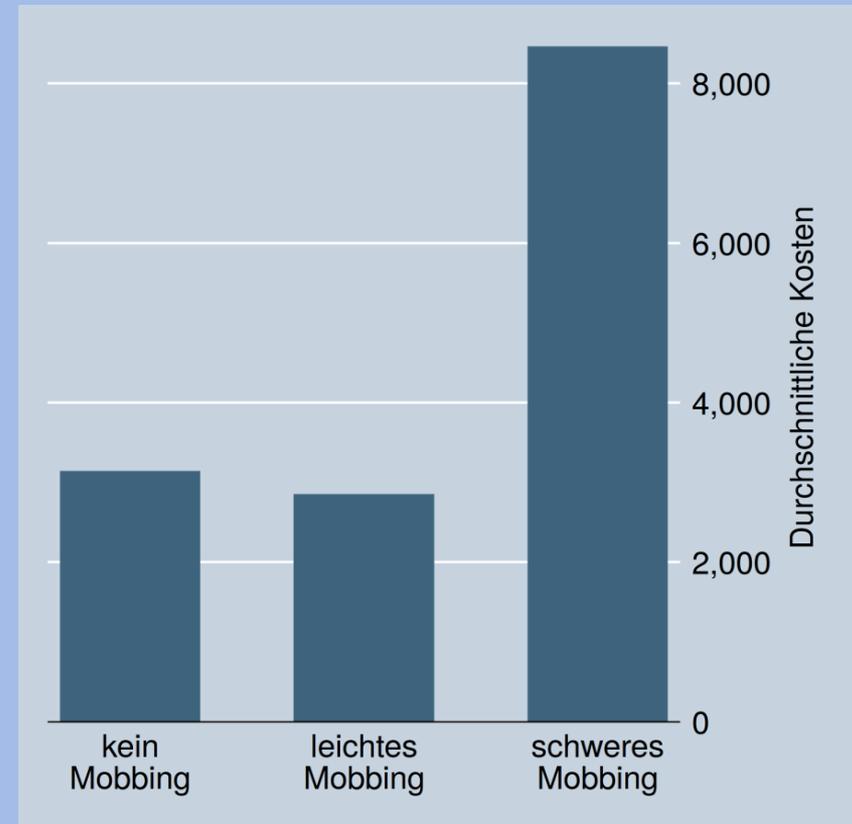
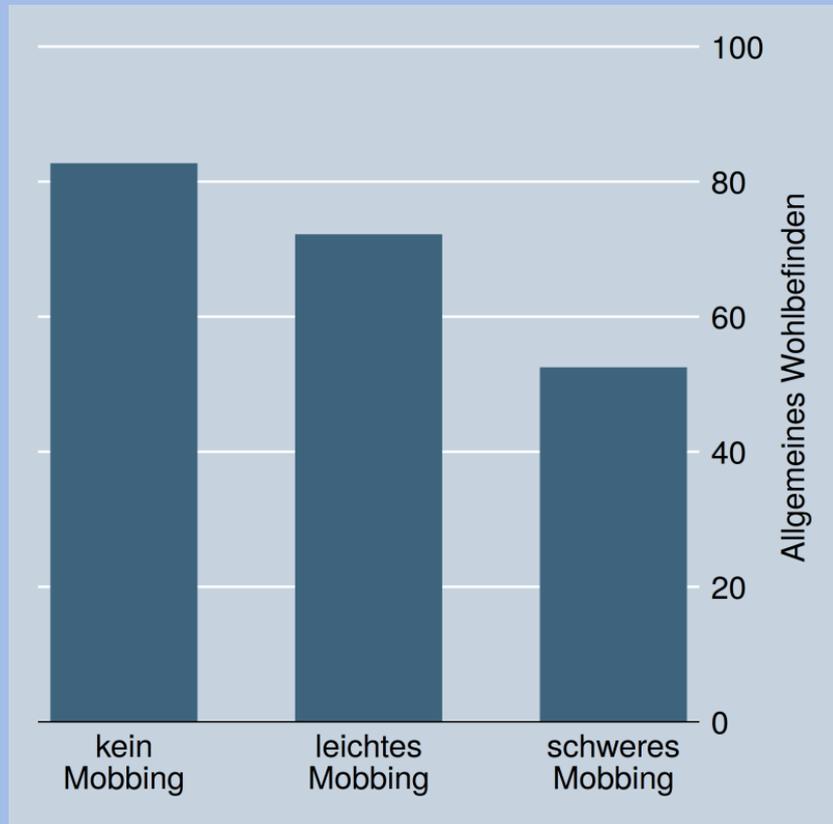
Mädchen



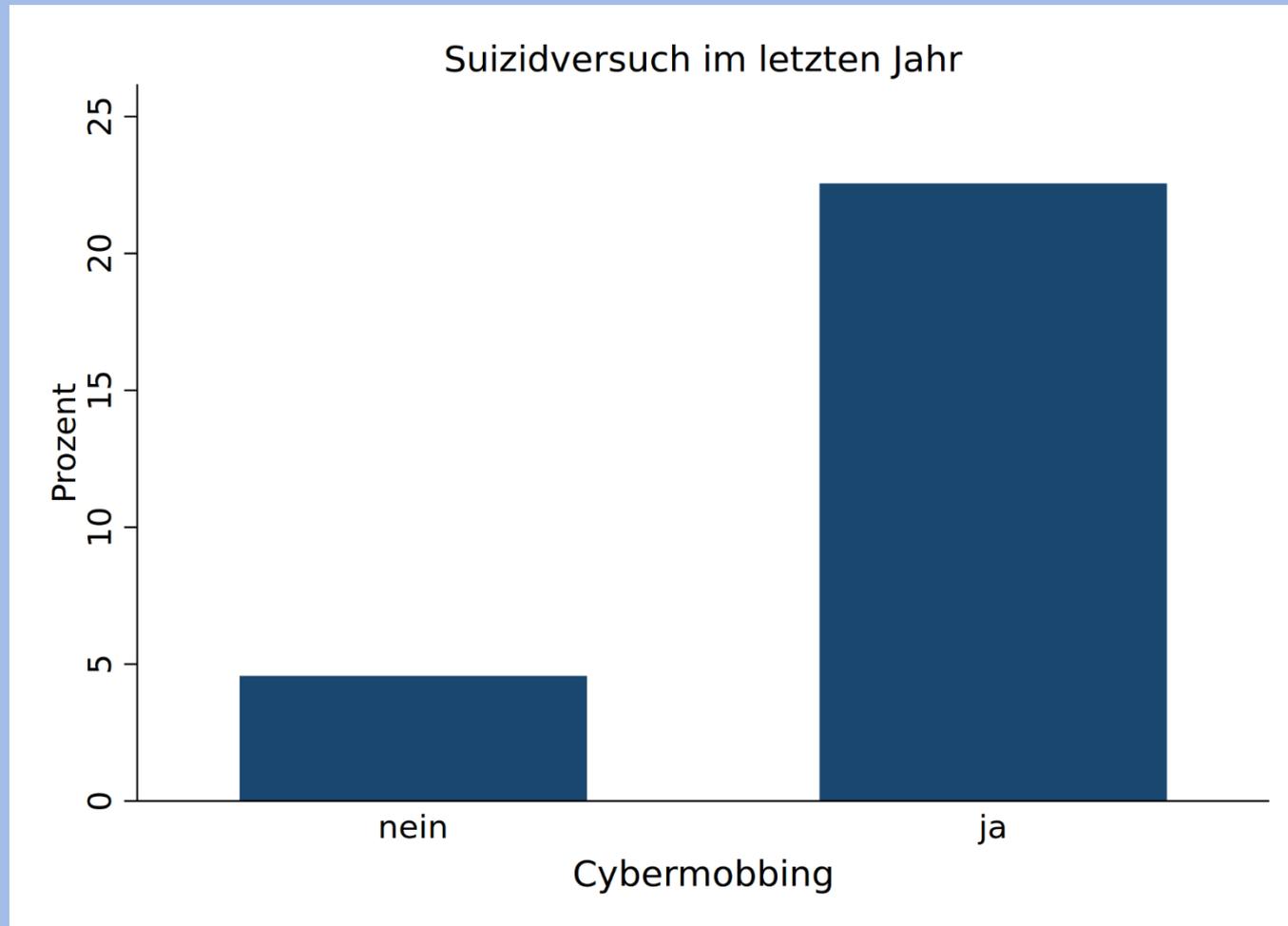
Cybermobbing und psychische Probleme



Mobbing, Lebensqualität und Gesundheitskosten



Cybermobbing und Suizidversuche





E-Mental Health

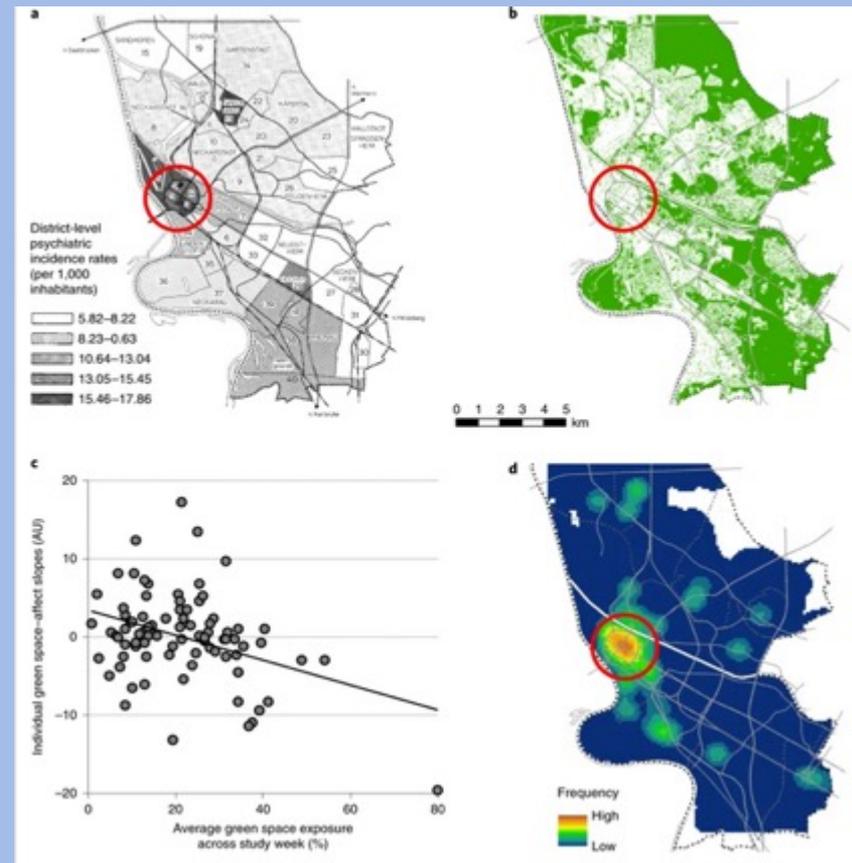
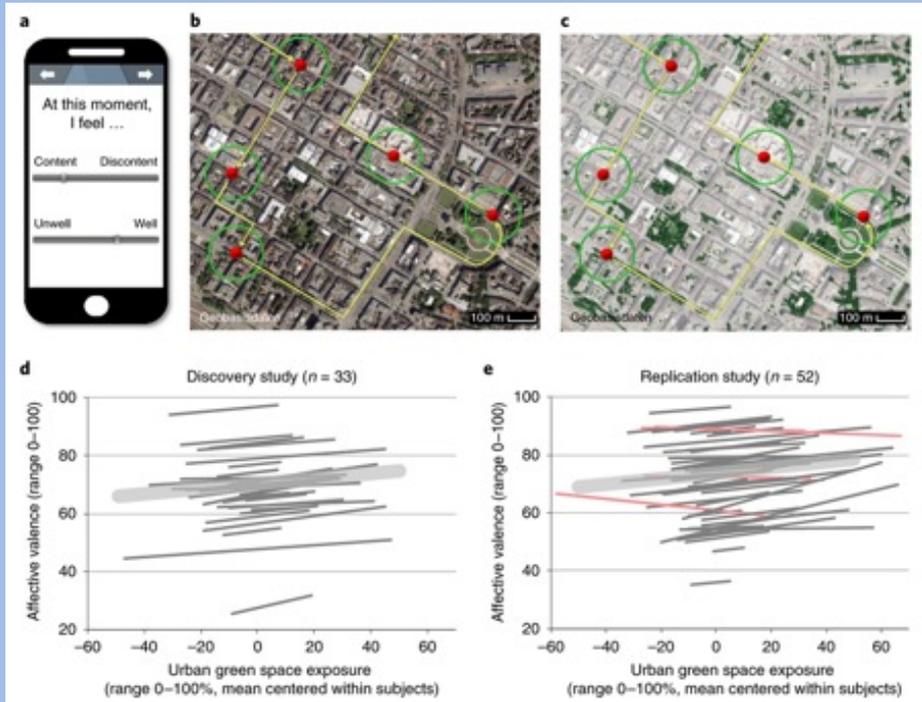
Was ist E-Mental Health

- > Umsetzung von Diagnostik sowie psychosozialer und psychotherapeutischer Interventionen durch Nutzung neuer Medien / des Internets

- > Einsatz in der Erkennung, Prävention, Frühintervention, Begleitbehandlung oder Nachsorge von Menschen mit psychischen Problemen / Erkrankungen

- > Potenzielle Vorteile:
 - Uneingeschränkte Erreichbarkeit
 - Niederschwelliger Zugang
 - Kostengünstig
 - Standardisiert

Diagnostik der Zukunft – Digital Phenotyping



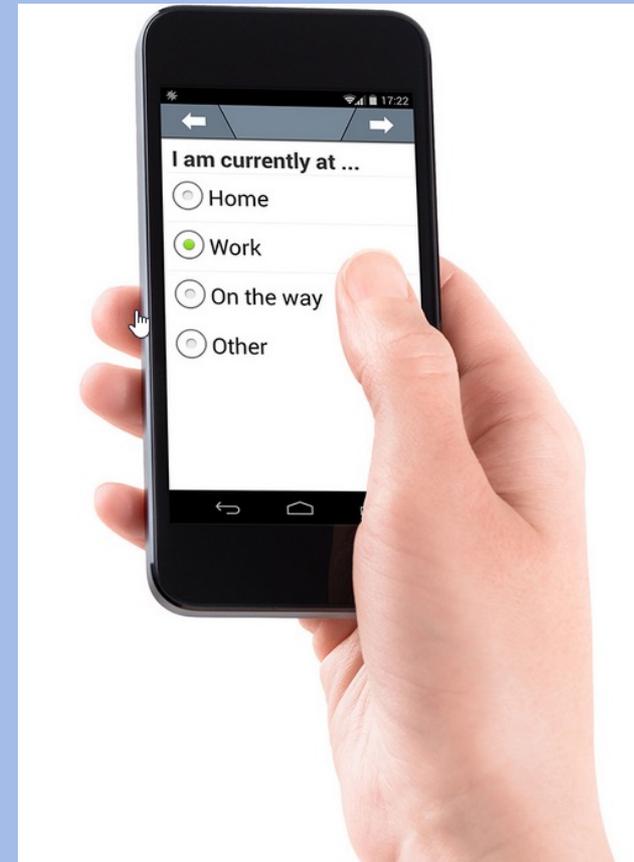
Tost et al. *Nature Neuroscience* 2019

Projekt Ecological Momentary Assessments bei Patienten mit Psychoserisiko

- > **Ecological momentary assessment (EMA)**: repetitive Abfragen von gegenwärtigem Verhalten, Gefühlen, Erfahrungen in Echtzeit (real-time) in der natürlichen Lebenswelt eines Menschen.
- > Ziel: **Einblick in Dynamik** von Verhalten im alltäglichen Leben
- > Vorteile: Minimisierung des **Recall-Bias**, Maximisierung der ökologischen Validität, ermöglicht **Analyse von Mikroprozessen**, die Verhalten im Real-World Kontext beeinflussen
- > Bei klinischem Psychoserisiko (Clinical High Risk for Psychosis) finden sich perzeptive Symptome häufiger, haben aber eine geringere klinische Relevanz bei Kindern/Jugendlichen im Vergleich zu Erwachsenen. Daten aus der real-world Umgebung der Patienten und im kurzen Zeitverlauf (1 Woche) liegen noch nicht vor.

Methodik

- > Software: movisensXS
- > Erhebung 8x per day (8:00-22:00), 7 Tage
- > Randomisierte Zeitintervalle mit Minimum Abstand von 25 min.
- > Verschiebung des Alarms für 5, 10 or 15 Minuten möglich
- > 'Visuelle Analog Skala' (VAS) von 0 to 100
- > Nach 3. diagnostischem Termin (Einschulung) erhielten Patienten ein Natel



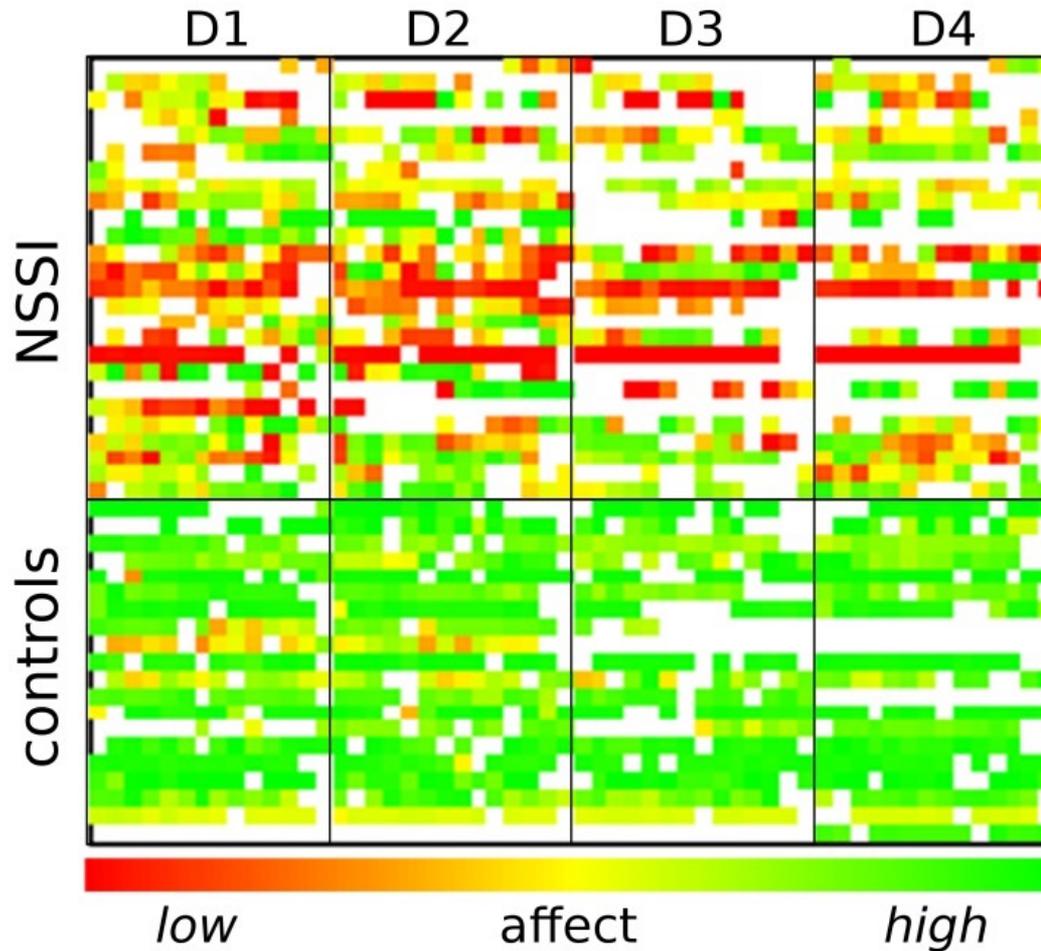
Erhebung: Fragestellungen

- > 21 Fragen um CHR Symptome zu erheben
 - 14 Fragen zu Basissymptomen
 - 7 Fragen zu (attenuierten) psychotischen Symptomen (4 non-perzeptive und 3 perzeptive)
- > 4 Fragen zu Stress und gegenwärtigem Aufenthaltsort

- > Beispielfragen:
- > Seit der letzten Abfrage...
 - “... Meine Gedanken waren so intensive, dass ich sie fast hören konnte.” (Ich-Störung).
 - “... habe ich Geräusche/Stimmen gehört, die andere nicht gehört haben.” (akustische Halluzination).

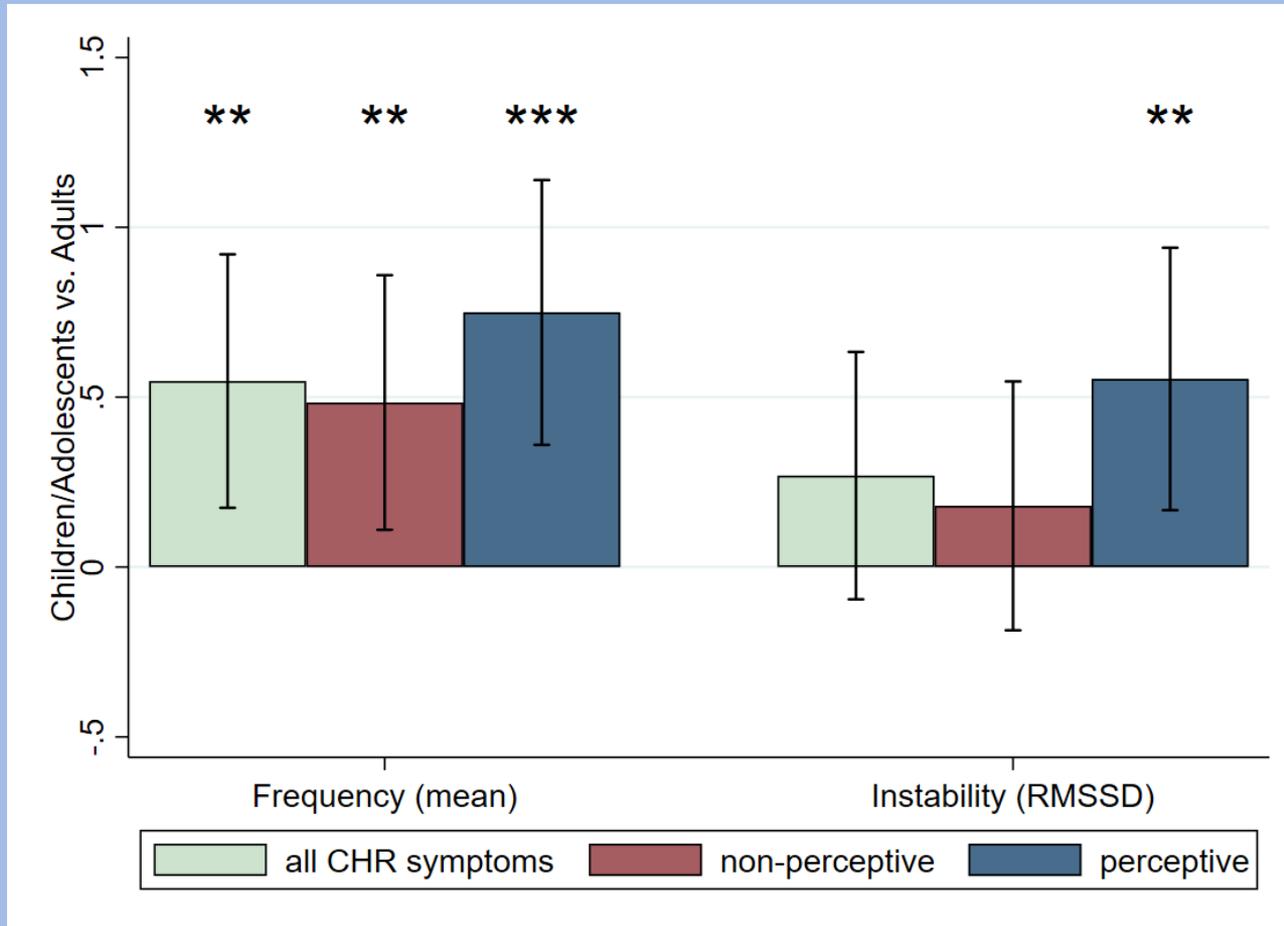
- > Momentan bin ich... (VAS mit 2 Polen)
 - Zufrieden – unzufrieden
 - Fühle mich wohl – unwohl
 - Bin unruhig – ruhig
 - Entspannt – gestresst
 - Alleine – mit anderen

Diagnostik online: Beispiel Diagnostik bei Jugendlichen mit Selbstverletzung



Resultate (11-36 years)

Alterseinfluss auf Frequenz und Stabilität von Perzeptiven Symptomen



Pilotprojekt Instant Messaging am Notfallzentrum der KJP Bern

Ausgangslage und Zielsetzung

Ausgangslage:

- sehr wenige Kinder und Jugendliche melden sich in Krisensituationen per Telefon im Notfallzentrum

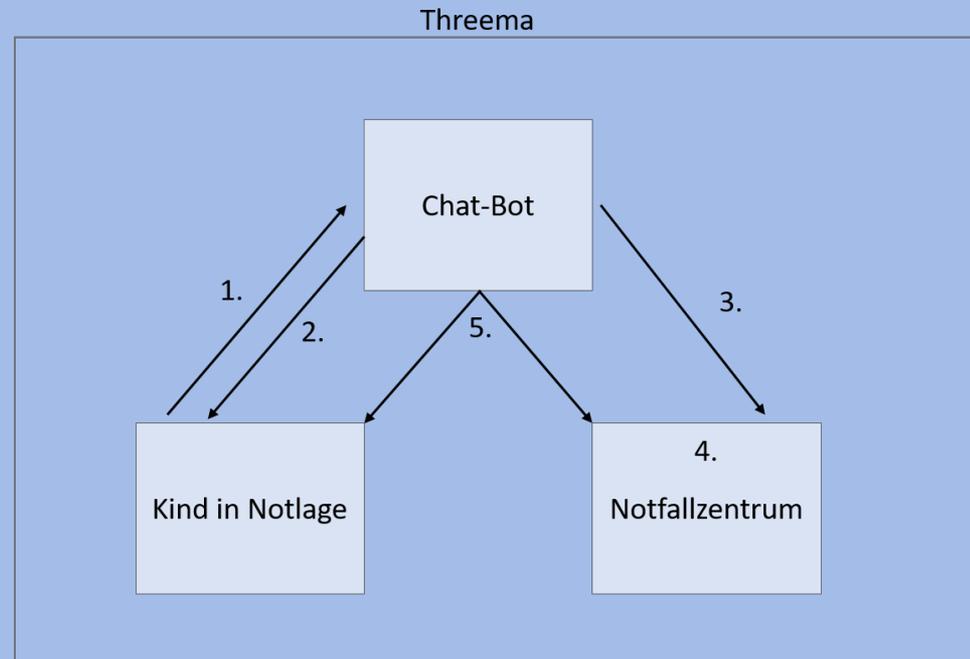
Zielsetzung:

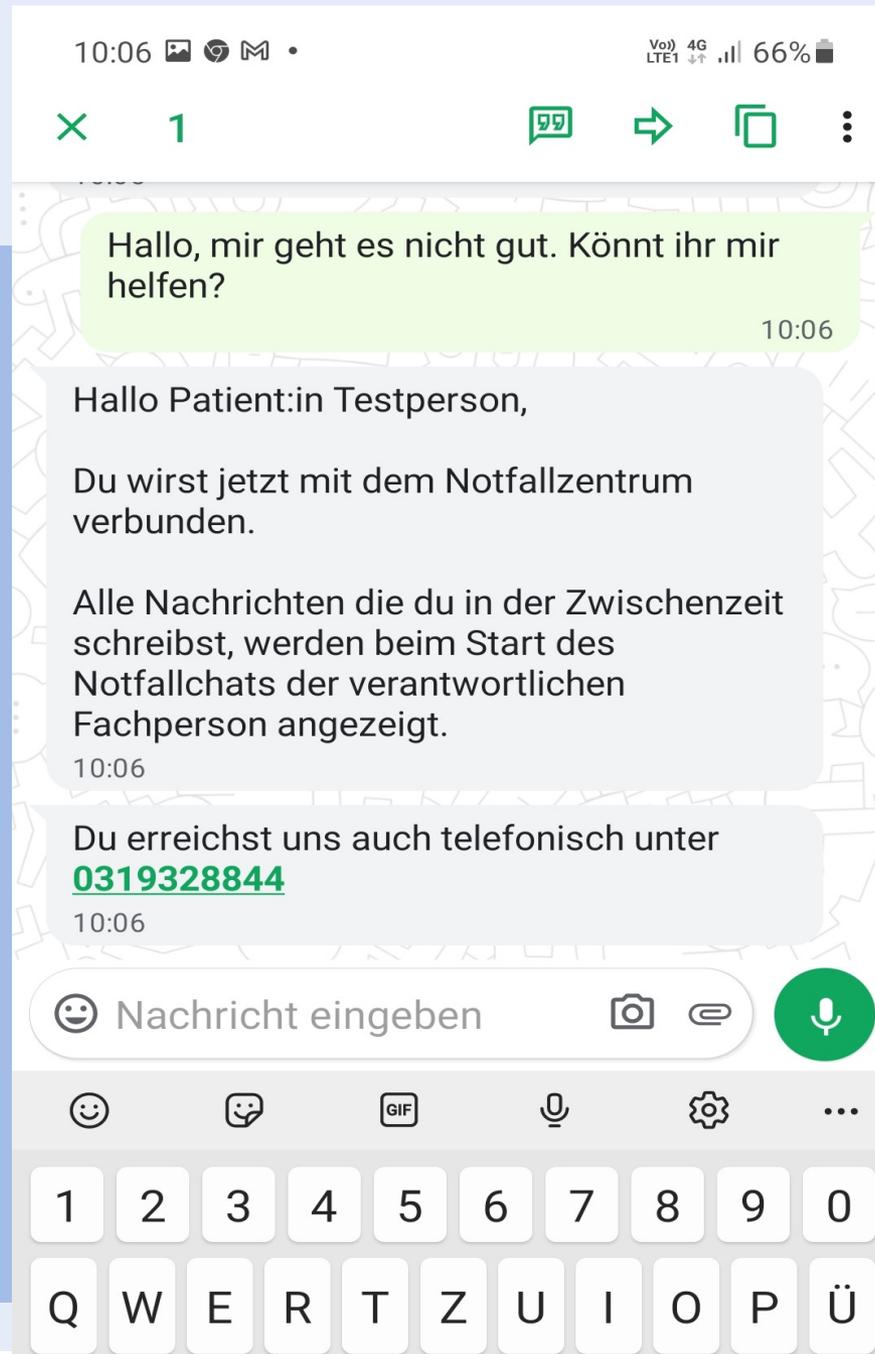
- eine niederschwellige Alternative zum Notfalltelefon anbieten -> Notfallchat KJP
- Schreibende müssen identifizierbar sein
- Chat muss vom NZKJP zwingend gelesen und beantwortet werden

Pilotprojekt Instant Messaging

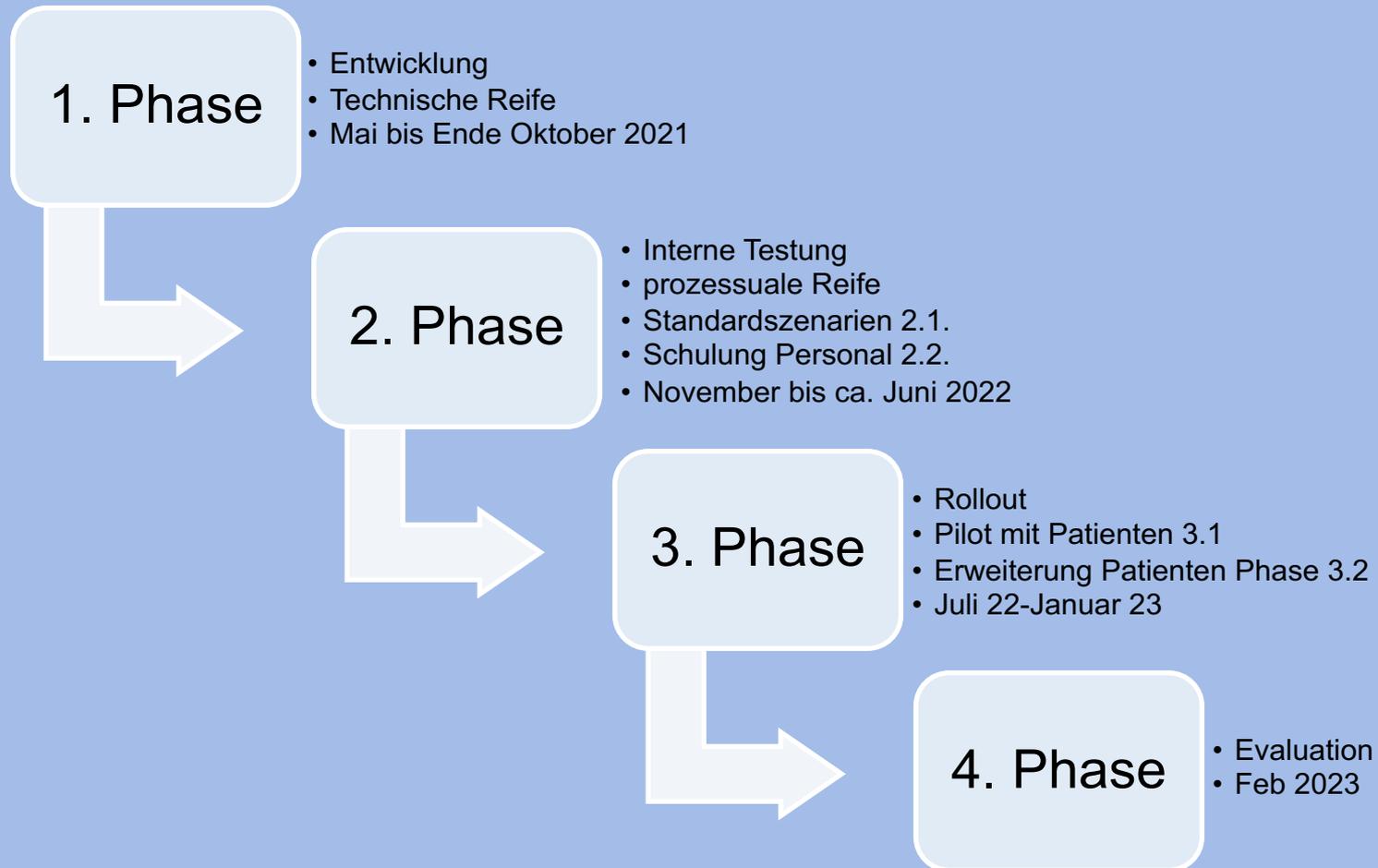
Geplante technische Umsetzung

- Technische Lösung über sicheren Instant Messenger Threema
- Threema App von Patient*in installiert und NZ KJP zu den Kontakten hinzugefügt (bei Austritt KJP)
 1. Patient*in schreibt Chat-Bot
 2. (Chat-Bot fragt Personaldaten ab)
 3. Chat-Bot ruft NZKJP an
 4. NZKJP quittiert Anruf
 5. Patient*in und NZKJP können zusammen chatten.
- Chat wird geschlossen und in KG (Orbis) exportiert





Pilotprojekt Instant Messaging Zeitplan



- > Das Internet ist ein neuer, zusätzlicher und kaum mehr wegzudenkender Sozialraum unserer modernen Gesellschaft
- > Als solches ist das Internet weder „gut“ noch „schlecht“, es ist was es ist
- > Die Gefahren der unendlichen Möglichkeiten und mangelnden Regulation/Aufsicht sind vorhanden und müssen angegangen werden
- > Das Internet bietet aber auch vielfache Möglichkeiten für zusätzliche Unterstützung und Therapie

Danke für die Aufmerksamkeit!

Universitätsklinik für Kindes- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie, Bern
Klinik Neuhaus
Untere Zollgasse 99
3063 Ittigen

