

„Das Suchtpotenzial von Computerspielen aus der klinischen Perspektive“

Bislang wird die Computerspielsucht als eine spezielle Unterart des weiter gefassten Störungsbegriffs Online- oder Internetsucht noch nicht als eigenständiges Störungsbild im gängigen Klassifikationssystem psychischer Störungen (ICD-10 und DSM-IV-TR) aufgeführt. Aus der praktischen Arbeit der Beratungs-Hotline „Verhaltenssucht“ und durch Patientenkontakte in der neu eröffneten Ambulanz für Spielsucht am Uniklinikum Mainz wissen wir um die Zunahme an Betroffenen, die Symptome einer Computerspielsucht zeigen.

In der Forschungsliteratur gibt es bisher zu wenig empirische Belege über die Verbreitung von Computerspielsucht. Verschiedene wissenschaftliche Studien unserer Arbeitsgruppe deuten darauf hin, dass etwa 3 Prozent der untersuchten Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die regelmäßig am Computer spielen, die Kriterien einer Abhängigkeit in Bezug auf ihr Computerspielverhalten erfüllen und ca. 6 bis 9 Prozent ein „missbräuchliches“, problematisches Computerspielverhalten aufweisen. Diese Schätzungen decken sich auch mit ersten Ergebnissen anderer deutscher Forschergruppen.

Neurowissenschaftliche Befunde deuten darauf hin, dass es sich beim Symptomkomplex Computerspielsucht tatsächlich um eine Suchterkrankung handelt, da vergleichbare Veränderungen im Gehirn (dysfunktionale Plastizitätsprozesse) bei Patienten mit Computerspielsucht nachweisbar sind, wie sie aus Untersuchungen zur Substanzabhängigkeit (bspw. Alkohol- oder Cannabisabhängigkeit) bereits bekannt sind. Dies zeigt deutlichen Handlungsbedarf in der psychotherapeutischen Versorgung dieses neuen Störungsbildes. Aufgrund des Suchtpotenzials und der hohen Zahl hilfeschender Angehöriger von Kindern und Jugendlichen, sollten dringend Präventionsmaßnahmen entwickelt und die lokalen Institutionen des Suchthilfesystems auch mit Blick auf die Computerspiel- und Onlinesucht auf- und ausgebaut werden.

Ein bereits früh in der Persönlichkeitsentwicklung auftretendes exzessives Computernutzungsverhalten und der sich darin offenbarende pathogene Mechanismus kann die Entstehung und Aufrechterhaltung von Abhängigkeit in der Adoleszenz begünstigen. Kinder und Jugendliche erfahren, dass sie mit solchen Verhaltensweisen oder Gebrauchsmustern schnell und effektiv Gefühle wie Frustration, Unsicherheit und Ängste regulieren bzw. verdrängen können. Im Laufe der Suchtentwicklung rückt die exzessive Nutzung des Computerspiels dann in den Vordergrund. Es werden keine alternativen Verhaltensmuster, wie z.B. adäquate Stressverarbeitungsstrategien, für kritische oder als Stress erlebte Lebenssituationen entwickelt bzw. gelernt.

Dipl.-Psych. Klaus Wölfling
Psychologische Leitung - Ambulanz für Spielsucht