

# SCHWERPUNKT MEDIENPRÄVENTION – WAS LEISTEN AUF DIE GESUNDHEITS- FÖRDERUNG ZIELENDE ANSÄTZE ?

HANS-JÜRGEN RUMPF

Universität Lübeck

Klinik für Psychiatrie and Psychotherapie

Forschungsgruppe S:TEP

(Substanzbezogene und verwandte Störungen: Therapie, Epidemiologie  
und Prävention)

# DEFINITION DER STÖRUNG

## ■ Internetbezogene Störungen

Rumpf, H. J., Arnaud, N., Batra, A., Bischof, A., Bischof, G., Brand, M., ... Wurst, F. M. (2016). Memorandum Internetbezogene Störungen der Deutschen Gesellschaft für Suchtforschung und Suchttherapie (DG-Sucht). *Sucht*, 62, 167-172.

## ■ Abhängige Nutzung

### ■ DSM-5 Internet Gaming Disorder

### ■ Weitere Nutzungsformen insbesondere Soziale Netzwerke)

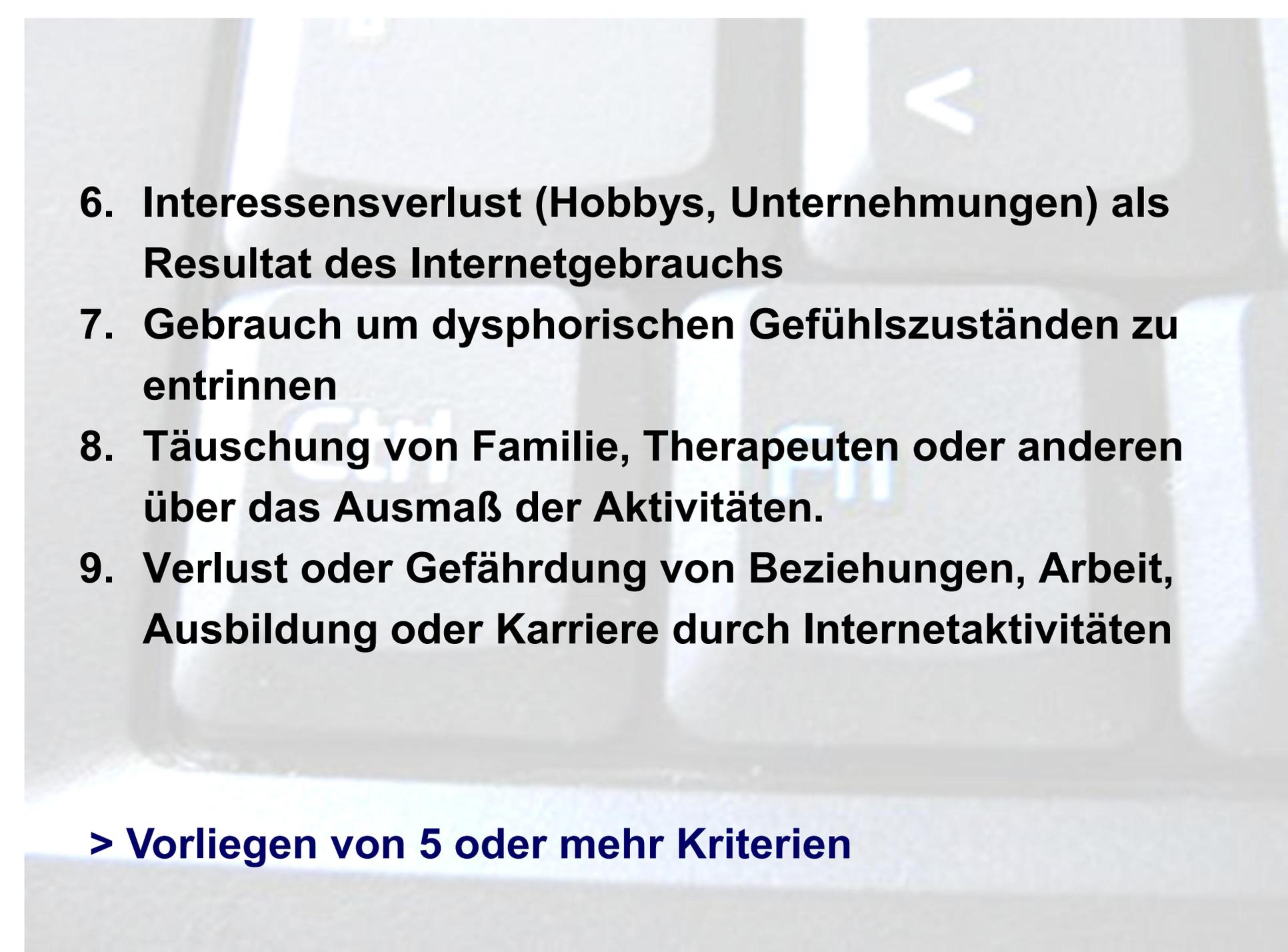
## ■ Riskante Nutzung

## ■ Schädliche (missbräuchliche) Nutzung

# Internet Gaming Disorder DSM-5

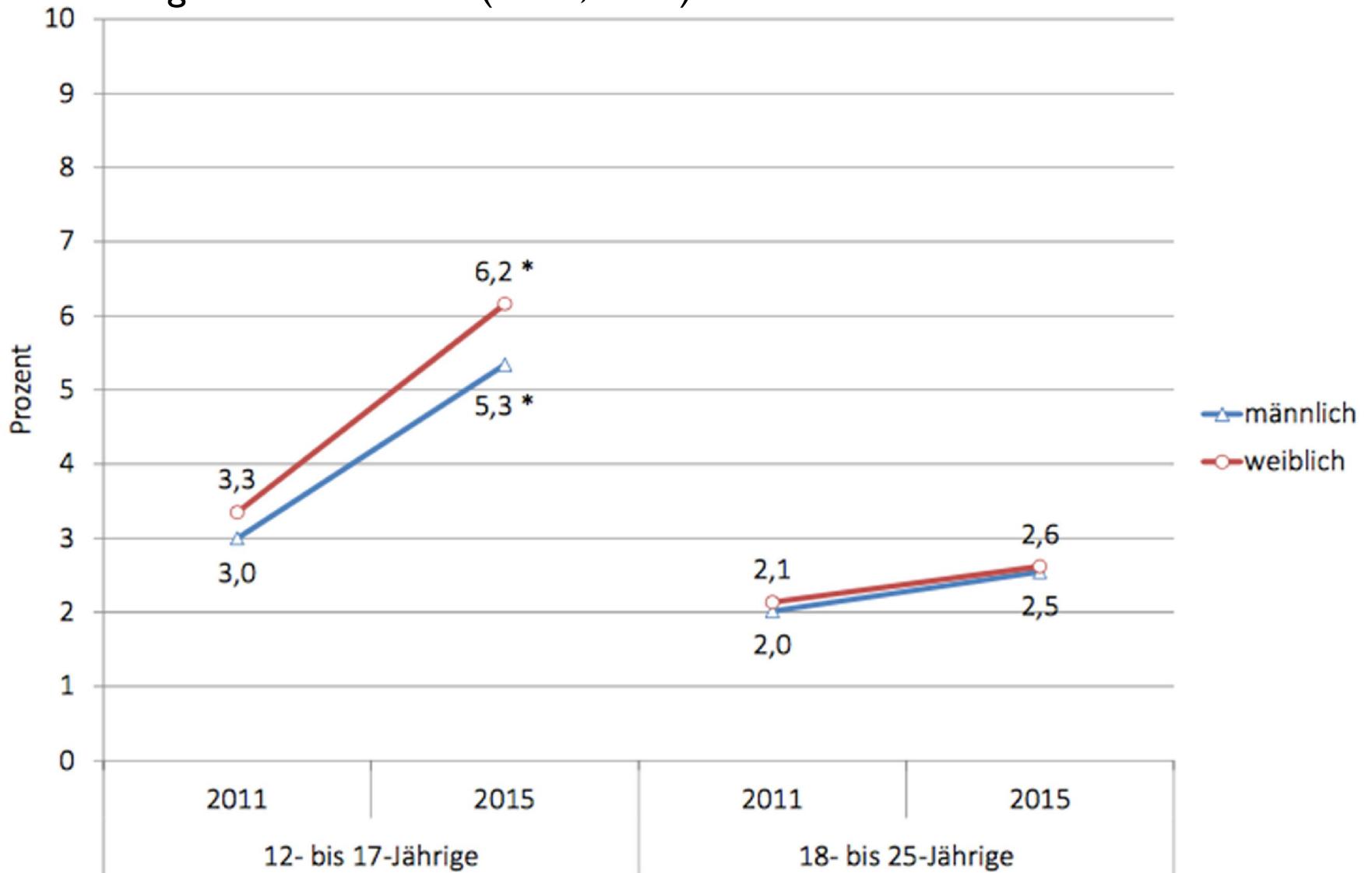
DSM-5  
CRITERIA

1. **Nahezu ausschließliche Beschäftigung mit Internetaktivitäten**
2. **Entzugssymptome**
3. **Toleranzentwicklung**
4. **Kontrollverlust (missglückte Versuche aufzugeben /einzuschränken)**
5. **Fortgeführter exzessiver Gebrauch trotz Wissen um negative Folgen**

- 
- 6. Interessensverlust (Hobbys, Unternehmungen) als Resultat des Internetgebrauchs**
  - 7. Gebrauch um dysphorischen Gefühlszuständen zu entrinnen**
  - 8. Täuschung von Familie, Therapeuten oder anderen über das Ausmaß der Aktivitäten.**
  - 9. Verlust oder Gefährdung von Beziehungen, Arbeit, Ausbildung oder Karriere durch Internetaktivitäten**

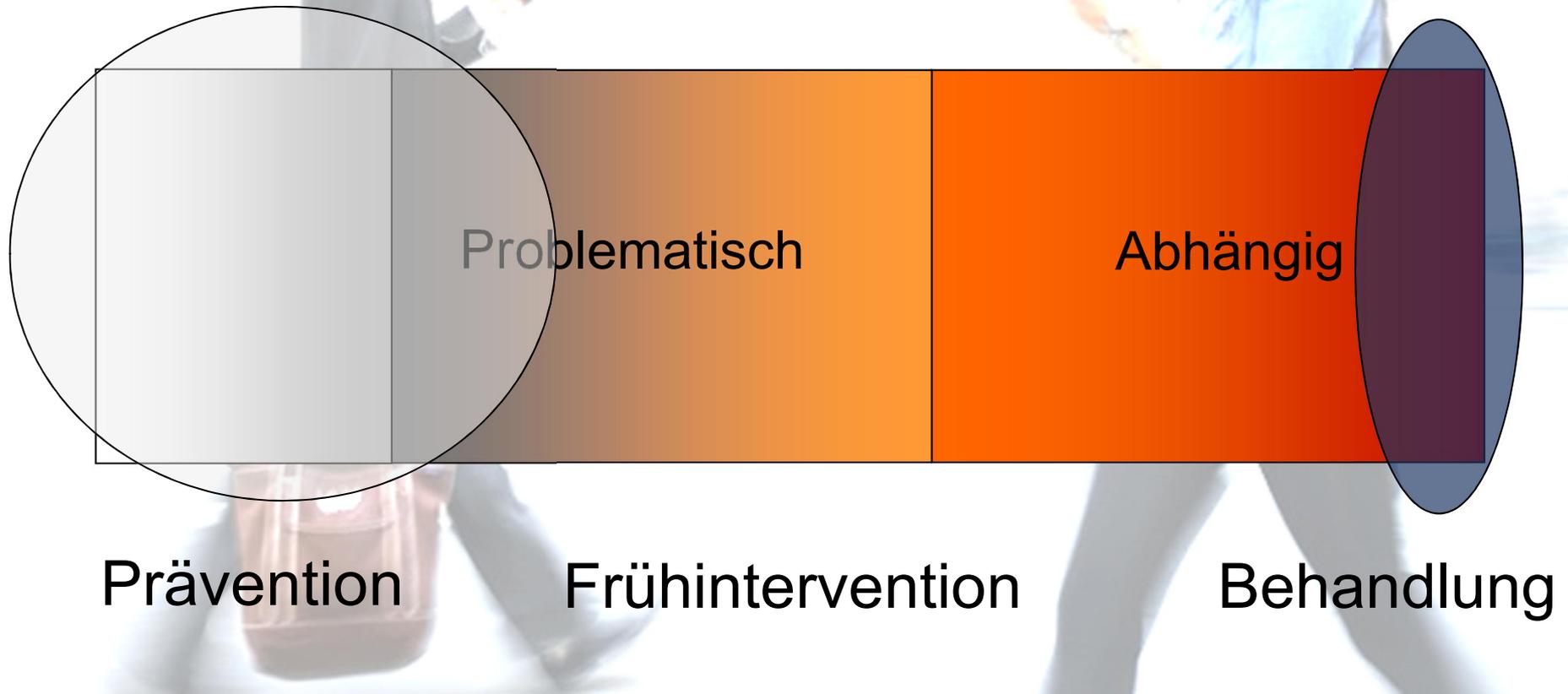
**> Vorliegen von 5 oder mehr Kriterien**

# Drogenaffinitätsstudie (Orth, 2017)





# Internetbezogene Störungen



# Empfehlungen zur Prävention und Frühintervention Internetbezogener Störungen

- Autoren: Hans-Jürgen Rumpf, Anil Batra, Paula Bleckmann, Matthias Brand, Andreas Gohlke, Maria Große Perdekamp, Tagrid Leménager, Michael Kaess, Alexander Markowetz, Thomas Mößle, Kai Müller, Anne Pauly, Kay-Uwe Petersen, Florian Rehbein, Katja Schnell, Bert te Wildt, Rainer Thomasius, Lutz Wartberg, Markus Wirtz, Klaus Wölfling
- Weitere Beteiligte an der Arbeitsgruppe: Holger Feindel, Christian Montag, Astrid Müller, Friedrich Martin Wurst
- Beteiligte mit Beobachterstatus als Vertreter von Gremien: Gabriele Bartsch, Michael Kaden, Hannes Krey, Konrad Landgraf, Volker Wanek, Tina Wessels

## Empfehlungen der Expertengruppe zur Prävention von Internetbezogenen Störungen

Hans-Jürgen Rumpf , Anil Batra , Paula Bleckmann , Matthias Brand , Andreas Gohlke , Holger Feindel , Maria Große Perdekamp , Taqrid Leménager , Michael Kaess , Alexander Markowetz , Thomas Mößle , Christian Montag , Astrid Müller , Kai Müller , Anne Pauly , Kay-Uwe Petersen , Florian Rehbein , Katja Schnell , Bert te Wildt , Rainer Thomasius , Lutz Wartberg , Markus Wirtz , Klaus Wölfling  und Friedrich Martin Wurst 

Published online August 16, 2017

<https://doi.org/10.1024/0939-5911/a000492>

Abstract

Volltext (HTML)

PDF

### Abstract

**Zusammenfassung.** *Hintergrund:* Internetbezogene Störungen stellen ein noch junges Forschungsgebiet dar. Das gilt insbesondere auch für den Bereich der Prävention und Frühintervention. *Methode:* Eine Expertengruppe hat auf Initiative der Drogenbeauftragten, Frau Marlene Mortler, für den Drogen- und Suchtrat der Bundesregierung Empfehlungen hinsichtlich der Prävention Internetbezogener Störungen ausgearbeitet. Die Texte wurden innerhalb der Expertengruppe konsentiert. *Ergebnisse:* Die Prävention von Internetbezogenen Störungen ist derzeit wissenschaftlich nicht ausreichend untermauert. Vorhandene Programme sind daher in ihrer Wirksamkeit nicht belegt und beziehen sich fast ausschließlich auf die Verhaltensprävention und kaum auf die Frühintervention. Die Möglichkeiten verhältnispräventiver Maßnahmen sind bislang wenig ausgeschöpft. Es lassen sich einige Merkmale potenziell wirkungsvoller Maßnahmen aus anderen Bereichen der Prävention und Gesundheitsförderung ableiten. Dabei wird häufig auch auf Konzepte der Suchtprävention zurückgegriffen. Es ist dringend geboten, wirksame Konzepte bei der Planung von Prävention und Frühintervention Internetbezogener Störungen zu berücksichtigen. Die Versorgung mit Präventionsangeboten ist derzeit als defizitär anzusehen. Die Expertengruppe gibt u. a. folgende Empfehlungen: 1) Maßnahmen der Prävention müssen sich so gut wie möglich an wissenschaftlich nachgewiesener Wirksamkeit orientieren. Nur wirksame Maßnahmen sollten

# Empfehlungen zur Verhältnisprävention

# Schutz von Minderjährigen

- Altersbewertung für Prävention nutzen
- Kritische Merkmale des Spieldesigns prüfen (Suchtpotential)
- Überprüfung der Altersfreigabe ab 0 Jahren
- Bewerben von Spielen mit Suchtpotential beschränken

# Maßvoller Einsatz digitaler Medien

- Einsatz digitaler Medien im Lernumfeld in pädagogisch sinnvollem Umfang
- Positivkennzeichnung digitaler Lernmedien (Gütesiegel) sinnvoll

# Technische Lösungen für nutzerseitige Selbstbeschränkung

- Entwicklung und Etablierung selbstbestimmter Kontrollmöglichkeiten von Anbietern für gefährdete Nutzer; z.B. Nutzungskontingente, finanzielle Obergrenzen, Bezahlmodalitäten
- Gespräch mit den Anbietern suchen

# Produktgestaltung

- Gespräch mit Anbietern suchen, um Spiele suchtmindernd zu gestalten
- Warnhinweise zu erforderlicher Spielzeit und notwendigem Geldeinsatz
- Transparente Ausweisung der Geldausgaben in Euro anstelle fiktiver Spielwährung
- Verzicht auf 1-Klick-Käufe
- Verzicht auf negative Konsequenzen bei längerer Spielabwesenheit (z.B. Verlust von Spielitems)

# Empfehlungen zur Verhaltensprävention

## Prevention of Internet addiction: A systematic review

PETRA VONDRÁČKOVÁ\* and ROMAN GABRHELÍK

Department of Addictology, First Faculty of Medicine, Charles University in Prague, and General University Hospital in Prague, Prague, Czech Republic

(Received: September 2, 2016; revised manuscript received: October 18, 2016; accepted: November 28, 2016)

---

*Background and aims:* Out of a large number of studies on Internet addiction, only a few have been published on the prevention of Internet addiction. The aim of this study is provide a systematic review of scientific articles regarding the prevention of Internet addiction and to identify the relevant topics published in this area of interest. *Methods:* The Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses guidelines were adopted. The EBSCO, ProQuest Central, and PubMed databases were searched for texts published in English and Spanish between January 1995 and April 2016. A total of 179 original texts were obtained. After de-duplication and topic-relevance review, 108 texts were systematically classified and subjected to descriptive analysis and subsequent content analysis. *Results:* The results of the content analysis yielded the following thematic areas: (a) target groups, (b) the improvement of specific skills, (c) program characteristics, and (d) environmental interventions. *Discussion and conclusion:* Literature on the prevention of Internet addiction is scarce. There is an urgent need to introduce and implement new interventions for different at-risk populations, conduct well-designed research, and publish data on the effectiveness of these interventions. Developing prevention interventions should primarily target children and adolescents at risk of Internet addiction but also parents, teachers, peers, and others who are part of the formative environment of children and adolescents at risk of Internet addiction. Newly designed interventions focused on Internet addiction should be rigorously evaluated and the results published.

**Keywords:** prevention, Internet addiction, online gaming addiction, Internet use, interventions

---

[Current Addiction Reports](#)

September 2017, Volume 4, [Issue 3](#), pp 284–292

# Prevention and Policy Related to Internet Gaming Disorder

[Authors](#)

[Authors and affiliations](#)

Daniel L. King , Paul H. Delfabbro

Technology Addiction (J Billieux, Section Editor)

First Online: 20 June 2017

7

Shares

68

Downloads

# Policy and Prevention Approaches for Disordered and Hazardous Gaming and Internet Use: an International Perspective

Daniel L. King<sup>1</sup> · Paul H. Delfabbro<sup>1</sup> · Young Yim Doh<sup>2</sup> · Anise M. S. Wu<sup>3</sup> ·  
Daria J. Kuss<sup>4</sup> · Ståle Pallesen<sup>5</sup> · Rune Mentzoni<sup>5</sup> · Natacha Carragher<sup>6</sup> ·  
Hiroshi Sakuma<sup>7</sup>

© Society for Prevention Research 2017

**Abstract** Problems related to high levels of gaming and Internet usage are increasingly recognized as a potential public health burden across the developed world. The aim of this review was to present an international perspective on prevention strategies for Internet gaming disorder and related health conditions (e.g., Internet addiction), as well as hazardous gaming and Internet use. A systematic review of quantitative research evidence was conducted, followed by a search of governmental reports, policy and position statements, and health guidelines in the last decade. The regional scope included the USA, UK, Australia, China, Germany, Japan, and South Korea. Prevention studies have mainly involved school-based programs to train healthier Internet use habits in adolescents. The efficacy of selective prevention is promising but warrants further empirical attention. On an international scale, the formal recognition of gaming or Internet use as a disorder or as having quantifiable harms at certain levels of usage has

been foundational to developing structured prevention responses. The South Korean model, in particular, is an exemplar of a coordinated response to a public health threat, with extensive government initiatives and long-term strategic plans at all three levels of prevention (i.e., universal, selective, and indicated). Western regions, by comparison, are dominated by prevention approaches led by non-profit organizations and private enterprise. The future of prevention of gaming and Internet problems ultimately relies upon all stakeholders working collaboratively in the public interest, confronting the reality of the evidence base and developing practical, ethical, and sustainable countermeasures.

**Keywords** Internet gaming disorder · Internet addiction · Prevention · Public health · Policy · DSM-5

# Verhaltensprävention

- Großes Angebot, wenig Evidenzbasierung
- Erfolgversprechende Ansätze:
  - (Erfolgs-)Erlebnisse und Selbstvertrauen im realen Leben stärken. Umgang mit Misserfolgen und Stress
  - Unterstützung erwachsener Bezugspersonen
  - Alters- und entwicklungsgemäßer Umfang der Nutzung digitaler Medien

# Empfehlungen

## Verhaltensprävention

- Wissenschaftliche Überprüfung von Maßnahmen
- Orientierung an kindlichen und jugendlichen Entwicklungsphasen
- Eltern sind wesentliche Zielgruppe
- Universelle Maßnahmen (z.B. Kindergarten, Schule) und selektive Interventionen gleichermaßen von Bedeutung
- Programme der Lebenskompetenzförderung

# Empfehlungen zur Frühintervention

# Frühintervention

Insgesamt nur wenige Angebote

- Online-Programme
- Familien-Interventionen
- Ambulante Gruppenangebote
- Proaktive Kurzberatung

# ÜBERSICHTSARBEIT KURZINTERVENTIONEN

- Systematisches Review Kurzinterventionen (Theis, Bischof & Rumpf, unpublished)
- PSYINDEX, PsycINFO, MEDLINE, and Web of Science
- Of 2,914 Studien, 9 eingeschlossen
- Schulbasiert (8) Universitätssetting (1)
- Korea (4), Hong Kong (1), Niederlande (1), USA (1), Deutschland (1), Belgien, Deutschland, Italien, and Österreich(1)

# ÜBERSICHTSARBEIT KURZINTERVENTIONEN

- Methodische Qualität begrenzt
- Kontrollgruppe: 7 Studien
- Randomisierung: 3 Studien
- Weitere Schwächen: Ergebnismaße sind nicht validiert, kurze Follow-up Perioden, nicht repräsentative Stichproben

# ÜBERSICHTSARBEIT KURZINTERVENTIONEN

- In 7 Studien wurde positive Effekte im Hinblick auf die Online-Zeiten und Merkmale der Internet-Abhängigkeit gefunden
- Komponenten von wirksamen Interventionen:
  - Förderung der Selbstwirksamkeit und der Selbstkontrolle
  - Stärkung einer positiven Identität

# Empfehlungen Frühintervention

- Adressaten sollten sowohl Eltern als auch Betroffene sein
- Konzepte sinnvoll, die die Bereitschaft zur Verhaltensänderung stärken und die Fähigkeit einer besseren Kontrolle
- Konzepte zur Verbesserung der Eltern-Kind-Kommunikation

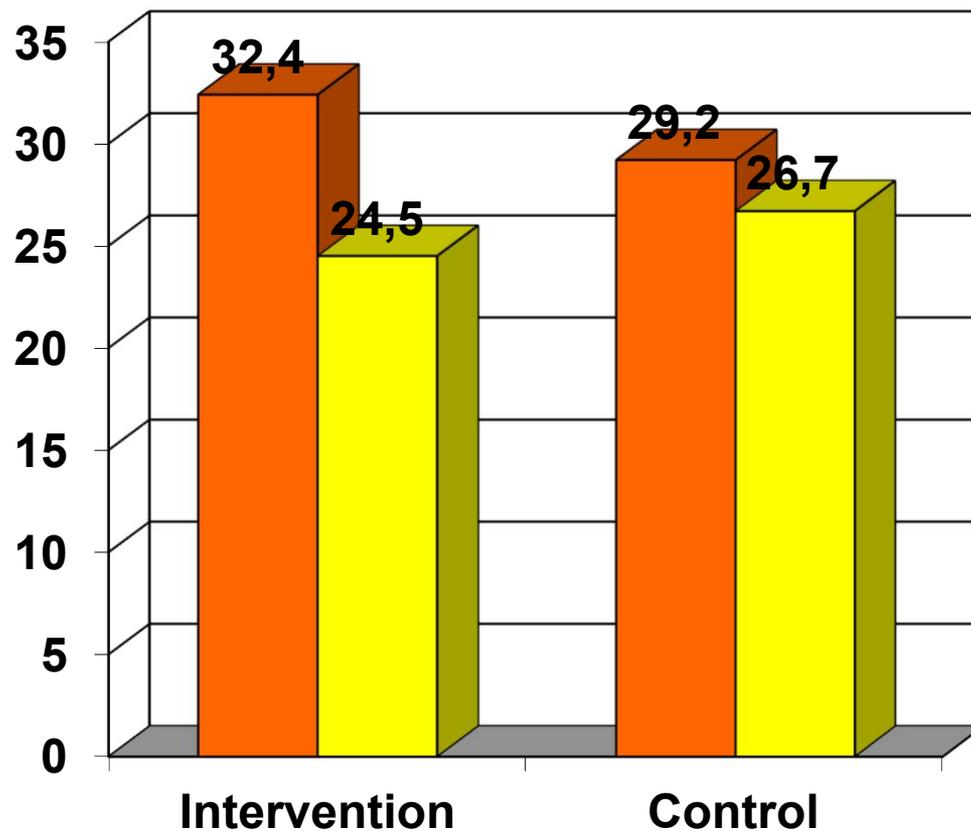
# Empfehlungen Frühintervention

- Besondere Priorität haben proaktive Maßnahmen bestehend aus Screening und Kurzintervention
- Forschung zu Frühintervention und Früherkennung notwendig
- Evidenzbasierte Maßnahmen flächendeckend umsetzen

# PILOTSTUDIE IPIN (INTERVENIEREN BEI PROBLEMATISCHER INTERNET-NUTZUNG)

- Förderung durch das BMG
- Rekrutierung durch Screenings in Jobcentern und Agenturen für Arbeit
- Kurzintervention mit Merkmalen der Motivierenden Gesprächsführung, verhaltenstherapeutischen Elementen und Strategien der Selbstkontrolle
- Randomisierte Kontrollgruppenstudie (n=16/20)

## Intention-to-treat analysis: CIUS-scores

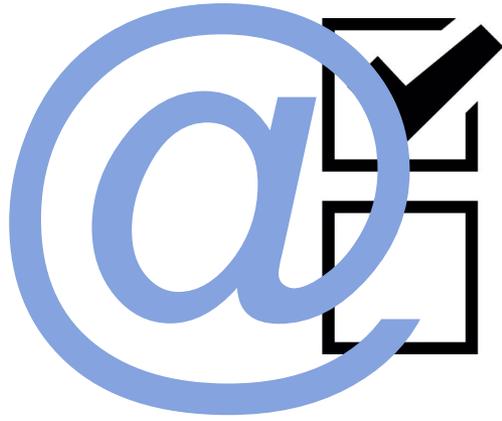


OLS Regression  
 $p=.216$   
R<sup>2</sup>-Change: .034

■ Baseline  
■ Follow-up

## ZUSAMMENFASSUNG

- Methodische Qualität von präventiven Maßnahmen ungenügend geprüft
- Stärkung von Kompetenzen empfehlenswert
- Studien notwendig
- Implementierung in Abhängigkeit von Wirksamkeit sinnvoll



## DIA-NET

Diagnostik der Internetabhängigkeit im  
Netz

Tools und Tipps zu Screening, Diagnostik  
und Intervention bei internetbezogener  
Störungen

[www.dia-net.com](http://www.dia-net.com)



Deutsche Gesellschaft für Suchtforschung  
und Suchttherapie e.V.



**www dg-sucht.de**