

## **Onlinesucht und Interventionen**

lic. phil. Franz Eidenbenz, Zürich

Online-Sucht, Pathologischer Internetgebrauch oder Internet-Sucht ist zunehmend in psychologischen oder psychiatrischen Praxen, Beratungsstellen als klinisch relevante Verhaltenssucht anzutreffen. Exzessive, unkontrollierte Nutzung korreliert mit familiären Konflikten, was in neueren Forschungen aufgezeigt werden konnte und ist im Kern eine Beziehungs- und Kontaktstörung auf dem Hintergrund von intrapsychischen Defiziten. Diese Form der Abhängigkeit überfordert nicht nur Eltern von Heranwachsenden Gamern sondern auch Partner-/innen von online-seksüchtigen Erwachsenen.

Im Referat wird die Ausgangslage für eine psychotherapeutische Intervention beleuchtet und Settingfragen für ein Erstinterview diskutiert. Für die weitere Behandlung wird ein systemisches Phasenmodell (Startup-, Motivations-, Vertiefungs- und Stabilisierungsphase) vorgestellt, das die Arbeit mit den meist wenig motivierten Betroffenen unterstützt oder überhaupt ermöglicht. Das Umfeld wird als Ressource genutzt um die Hintergründe des pathologischen Verhaltens besser zu verstehen und Veränderungen zu unterstützen. Insbesondere ungelöste Konflikte oder unangemessene Rollenerwartungen, die einen exzessiven Konsum begünstigen oder aufrechterhalten, werden aufgezeigt und sollen bearbeitet werden, mit dem Ziel die schrittweisen Reintegration ins reale Leben zu ermöglichen und zu fördern.

### **Abstract**

Dysfunktionale Bildschirmmediennutzung ist ein zentrales Thema, mit dem Akteure im Gesundheitssystem immer häufiger konfrontiert werden. Je nach Altersbereich fallen Probleme im Spektrum exzessiver oder inhaltlich problematischer Nutzungsweisen qualitativ unterschiedlich aus und erfordern eine differenzierte Einordnung. In diesem Symposium sollen aktuelle Studien das Thema aus verschiedenen Forschungsperspektiven (Epidemiologie, Hirnforschung, Psychotherapie) beleuchten. Im ersten Beitrag (Dr. H.J. Rumpf) wird eine Einführung in das Thema Internet- und Computerspielsucht gegeben sowie die aktuelle epidemiologische Datenlage vorgestellt. Der zweite Vortrag (Dr. G. Szykik) fokussiert auf gewalthaltige Bildschirmmedien und nimmt die Auswirkungen auf hirnhysiologische Korrelate in den Blick. In Vortrag drei (E. Zenses) wird die Frage behandelt, welche geschlechtsbezogenen Unterschiede und Gemeinsamkeiten bei computerspielabhängigen Personen bestehen. Der letzte Vortrag (F. Eidenbenz) adressiert Personen, die sich aufgrund einer pathologischen Nutzung von Computerspielen bereits in therapeutischer Behandlung befinden und thematisiert die Wirksamkeit systemischer psychotherapeutischer Interventionen.