

Michaela Hauenschild

Exzessive Computerspielenutzung in der Adoleszenz

Eine Einzelfallanalyse

Wie äußert sich die exzessive Nutzung von Computerspielen in der Adoleszenz? Welche Faktoren können die Entstehung der Problematik begünstigen und inwiefern ist der familiäre Kontext von Bedeutung? Diesen Fragen geht der Beitrag im Rahmen der Analyse eines Einzelfalls nach. Anhand der individuellen Problemgeschichte eines

betreffenen Jugendlichen, der aufgrund pathologischer Computerspielenutzung an einer suchttherapeutischen Maßnahme teilnimmt, zeigt sich, wie ein ausufernder Mediengebrauch den Alltag bestimmt und welche Rolle Persönlichkeit, Medienangebot sowie die Aus- und Umgestaltung der Familienbeziehungen dabei spielen.

Screenshots aus den Ego-Shooter-Spielen:
Battlefield 4, *Doom*, *Counterstrike* und *Call of Duty* (v. l. n. r.)



Computerspiele faszinieren. Was für einen großen Teil der Jugendlichen als beliebte Freizeitbeschäftigung dient, der teilweise mit hohem zeitlichem Engagement nachgegangen wird, entwickelt sich für einige Jugendliche zu einem schwerwiegenden Problem, das nicht selten professioneller Hilfe bedarf. Erziehungs- und Suchtberatungsstellen beobachten seit einigen Jahren eine zunehmende Nachfrage bezüglich der Behandlung exzessiver Computerspielenutzung. Parallel nehmen auch die internationalen Forschungsbemühungen zu, dieses relativ neue Phänomen in seinen Charakteristika und Entstehungsbedingungen zu konkretisieren. Dabei zeichnen die vorliegenden Studien aus Medizin, Psychologie oder Erziehungswissenschaft einen recht divergenten Forschungsstand. Bereits Angaben zur Verbreitung suchttähnlicher Nutzung digitaler Spiele unter Jugendlichen variieren zwischen 0,9 % (Schmidt u. a. 2011) und 8,5 % (Gentile u. a. 2011). Gründe für diese heterogenen Befunde können primär in der Uneinheitlichkeit der eingesetzten Diagnoseinstrumente gefunden werden. Computerspielsucht ist bislang weder als eigenständiges Krankheitsbild anerkannt, noch besteht Einigkeit darüber, ob es sich überhaupt um eine verhaltensbezogene Suchtstörung handelt. Die Aufnahme von Internet Gaming Disorder in den Anhang des bekannten Klassifikationssystems psychischer Störungen *DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)* kann als erster Schritt in Richtung einer nosologischen Einordnung und einheitlichen Diagnostik gedeutet werden. Eine Dysfunktionalität wird hier an folgenden Kriterien festgemacht: gedankliche Vereinnahmung, Entzugserscheinungen, Toleranzentwicklung, Kontrollverlust, verhaltensbezogene Vereinnahmung, Fortsetzung trotz psychosozialer Probleme, Täuschung anderer bezüglich der Nutzungsdauer, dysfunktionale Stressbewältigung, Gefährdung und Verlust von Sozialbeziehungen und beruflichen/schulischen Chancen (vgl. American Psychiatric Association 2013, S. 795 ff.).

Dieser vorgeschlagene Kriterienkatalog bedarf jedoch ebenso wie die Frage nach den zentralen Ursachen weiterer wissenschaftlicher Fundierung. Repräsentative Erhebungen sind hierfür ebenso notwendig wie der qualitativ ausgerichtete lebensweltorientierte Zugang zum Feld. Der vorliegende Beitrag ist in der zweitgenannten Forschungslogik zu verorten und verfolgt das Ziel, einen individuellen Pro-

blemverlauf differenziert darzustellen. Hieran soll exemplarisch aufgezeigt werden, wie sich die Problematik der exzessiven Computerspielenutzung konkret äußern kann, welche Faktoren zur Entstehung führen und welche subjektiven Theorien bezüglich der Problematik aus Perspektive des Betroffenen vorliegen. Ein besonderer Fokus liegt auf dem Kontext Familie und damit der primären Sozialisationsinstanz von Heranwachsenden, die bereits in verschiedenen erziehungswissenschaftlich ausgerichteten Studien als bedeutsam herausgestellt wurde (z. B. Braun 2014; Kammerl u. a. 2012; Yu/Shek 2013).

Problemgenese und -ausprägung

Tobias ist 19 Jahre alt und lebt mit seinen Eltern und einem jüngeren Bruder zusammen. Die Mutter ist Anästhesistin und der Vater Bankangestellter. Nach dem Abitur stand Tobias einem strukturlosen Alltag gegenüber, den zu füllen und zu gestalten ihm große Schwierigkeiten bereitete. Die Entwicklung einer beruflichen Perspektive stellte sich als unüberwindbare Hürde dar, sodass er sich nicht für weiterführende Ausbildungen bewarb. Auch der Beziehungsaufbau zu Gleichaltrigen verlief wenig erfolgreich. Stattdessen verbrachte er täglich zehn Stunden mit Computerspielen; dies waren neben Renn- und Strategiespielen vor allem zahlreiche Ego-Shooter.

„Also ähm, ich hab' halt so erkannt, dass ich irgendwie, oder so für mich gedacht, dass ich irgendwie psychologische Betreuung brauch' oder so Hilfe, als ich halt fertig war mit der Schule und nichts mehr hatte.“

(Z. 150–152)

Tobias weist ein hohes Maß an Antriebslosigkeit auf. Er kann eigenen Aussagen zufolge Informationen schlechter aufnehmen und hat Konzentrationsprobleme. Darüber hinaus berichtet er, unter depressiven Störungen zu leiden, er erhält seit einigen Wochen Antidepressiva. Ein Zusammenhang zu psychischen Erkrankungen konnte auch bereits in klinischen Studien belegt werden (vgl. Guo u. a. 2012). Die zeitlich ausufernde Computernutzung wurde trotz negativer Konsequenzen und Begleiterscheinungen über ein Jahr lang weitergeführt. Seit vier Monaten nimmt Tobias nun aufgrund pathologischer Computerspiele-

nutzung an einer ambulanten suchttherapeutischen Maßnahme in einer Tagesklinik teil. Parallel dazu begann er vor wenigen Wochen eine Gruppentherapie in derselben Einrichtung. Zwar haben sich die Nutzungszeiten in dieser Zeit deutlich verringert, allerdings dauert die therapeutische Betreuung bereits länger an als gewöhnlich, da bei der Entlassung in seinen selbststrukturierten Alltag ein Rückfall in Tobias' gewohnte Muster befürchtet wird.

Subjektive Ursachendeutung

Tobias reagiert in schwierigen Situationen mit Vermeidung und Verdrängung. Nach seinen persönlichen Methoden der Stressbewältigung gefragt, entgegnet er:

„Schlafen. Computerspielen. So aber die meisten Sachen, die mich belasten, die kenn' ich inzwischen irgendwie schon. So also, des sind halt inzwischen so Standard-, Abwehr- oder Verdrängungsmechanismen, würd' ich sagen. Also ja, ich red' eigentlich kaum darüber. Natürlich hier mit den Psychologen, aber nicht mit meinen Eltern und auch nicht mit meinem Bruder.“

(Z. 463–467)

Durch Anforderungen und Erwartungen an seine Person verspürt der Jugendliche eine starke Belastung, mit der er sich im Laufe der Jahre einen spezifischen Umgang angewöhnt hat. Das exzessive Computerspielen dient ihm dabei als Bewältigungsstrategie und zur Bearbeitung aktueller Problemlagen. In seine subjektive Ursachendeutung der Problematik bezieht Tobias darüber hinaus sowohl die Faszinationskraft der Computerspiele als auch Persönlichkeitsaspekte ein:

„(...) in der Sechsten, Siebten so was hab' ich halt viel gelesen. Das weiß ich noch, da bin ich immer im Bett gelegen, hab' dann irgendwie was gelesen. Und dann, na ja, ich denk' also, der Computer war schon irgendwie so 'ne erlebnisintensive Welt. Und joa, sonst, ich hab' auch nie so viel mit andern gemacht oder viel in Hobbys gemacht so. Deshalb, das ist sozusagen wieder der leichteste Weg so. Also, das ist natürlich einfacher oder weniger anstrengend, 'n Spiel zu spielen, als 'n Buch zu lesen.“

(Z. 286–296)

»[...] der Computer war schon irgendwie so 'ne erlebnisintensive Welt.«



Tobias vergleicht das Computerspiel mit dem Medium des Buches und bezeichnet es als erlebnisintensiveren Möglichkeitsraum. Es deutet sich an, dass ihm das Spiel zur Kompensation adoleszenter Bedürfnisse nach Peerbeziehungen und Freizeitgestaltungen dient. Daran, dass er sein Handeln als das wiederholte Einschlagen des leichtesten Weges beschreibt, sind seine negativen Selbstzuschreibungen zu erkennen.

Eltern-Kind-Beziehung

Die Vorstellung von zunehmender Autonomie des Jugendlichen und zurückgehender Kontrolle vonseiten der Eltern bei gleichbleibend intensiver Verbundenheit zueinander als Regelfall wird in der Familienforschung weithin geteilt (vgl. Hofer 2006). Aus den Aussagen von Tobias gehen jedoch seine deutliche Ablehnung asymmetrischer Machtstrukturen und das Verspüren starker Kontrollabsichten seitens der Eltern hervor. Das Computerspielen im eigenen Zimmer bildet in diesem Zusammenhang einen Bereich, den er seinen Eltern nicht zugänglich macht und in dem er sein Bedürfnis nach Autonomie befriedigt. Kann er hier frei vom Denken und Willen seiner Eltern handeln, so scheinen andere Lebensbereiche durch Ratschläge und Hilfeversuche geprägt zu sein.

„Ja, diese Einstellung, dass sie mir irgendwie 'nen Tipp geben wollen oder so, das machen sie auch oft. Dass sie sagen: ‚Willst du nicht?‘ Genau, ich krieg' jetzt seit 'ner Woche Medikamente, also Antidepressiva. Und da meinte mein Vater irgendwie gleich am nächsten Tag: ‚Willst' nicht lieber mehr Sport machen? Denn ich hab' gelesen, Sport hilft so viel wie Medikamente.‘ Und ja gut, danke. Aber mach' ich jetzt natürlich nicht.“

(Z. 435–440)

Obwohl er nach Autonomie strebt, traut er sich ein autonomes und selbstreguliertes Leben nicht zu. So erwägt er einerseits, von zu Hause auszuziehen und damit den elterlichen Einfluss zu reduzieren, andererseits sucht er nach betreuten Wohngemeinschaften, in denen professionelles Personal die Bewohner in ihrem Alltag begleitet und das Zusammenleben strukturiert.

Fazit

Der demonstrierte Einzelfall veranschaulicht einen individuellen Problemverlauf in seinem lebensweltlichen Kontext. Dabei wird deutlich, wie Schwierigkeiten bei der strukturellen Entwicklung der Eltern-Kind-Beziehung zur Eltern-Jugendlichen-Beziehung im Zusammenspiel mit weiteren Faktoren zu einer exzessiven Nutzung von Computerspielen in der Jugendphase führen können. Infolge gravierender Probleme bei Autonomiegewinn und -gewährung ist eine exzessive Computerspielenutzung zudem als kompensatorische – und in seinen Konsequenzen dysfunktionale – Bewältigungsstrategie sichtbar geworden (vgl. auch Hauenschild 2014). Insgesamt ist das Phänomen nicht nur als hochaktuell, sondern auch in seinen Ausprägungen, Problemgraden und Entstehungsbedingungen als komplex und vielschichtig anzuerkennen. Die Suche nach ursächlichen Bedingungen und prädiktiven Faktoren sowie deren Generalisierung und Typisierung stellt sich demnach weiterhin als große Herausforderung an die Wissenschaft dar, die intensiver, bestenfalls interdisziplinärer Forschung bedarf.

Literatur:

American Psychiatric Association: *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Washington 2013

Braun, U.: *Exzessive Internetnutzung Jugendlicher im familialen Kontext. Analysen zu Sozialschicht, Familienklima und elterlichem Erwerbsstatus*. Wiesbaden 2014

Gentile, D. A./Choo, H./Liau, A./Sim, T./Li, D./Flung, D. I./Khoo, A.: *Pathological Video Game Use Among Youths: A Two-Year Longitudinal Study*. In: *Pediatrics*, Ausgabe 127, 2/2011, S. 319–329

Guo, J./Chen, L./Wang, X./Liu, Y./Chui, C. H./He, H./Qu, Z./Tian, D.: *The Relationship Between Internet Addiction and Depression Among Migrant Children and Left-Behind Children in China*. In: *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, Ausgabe 15, 11/2012, S. 585–590

Hauenschild, M.: *Bindung und Individuation – Exzessive Computerspielenutzung im Kontext familialer Beziehungsgestaltung. Eine empirische Untersuchung mit qualitativen und quantitativen Zugängen*. In: R. Kammerl/A. Unger/P. Grell/T. Hug (Hrsg.): *Jahrbuch Medienpädagogik 11. Diskursive und produktive Praktiken in der digitalen Kultur*. Wiesbaden 2014, S. 101–120

Hofer, M.: *Wie Jugendliche und Eltern ihre Beziehung verändern*. In: A. Ittel/H. Merken: *Interdisziplinäre Jugendforschung. Jugendliche zwischen Familie, Freunden und Feinden*. Wiesbaden 2006, S. 9–27

Kammerl, R./Hirschhäuser, L./Rosenkranz, M./Schwinge, C./Hein, S./Wartberg, L./Petersen, K.: *EXIF – Exzessive Internetnutzung in Familien. Zusammenhänge zwischen der exzessiven Computer- und Internetnutzung Jugendlicher und dem (medien-)erzieherischen Handeln in den Familien*. Lengerich 2012

Schmidt, J.-H./Drosselmeier, M./Rohde, W./Fritz, J.: *Problematische Nutzung und Abhängigkeit von Computerspielen*. In: J. Fritz/C. Lampert/J.-H. Schmidt/T. Witting: *Kompetenzen und exzessive Nutzung bei Computerspielern: Gefordert, gefördert, gefährdet*. Berlin 2011

Yu, L./Shek, D.: *Internet addiction in Hong Kong adolescents: a three-year longitudinal study*. In: *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, Ausgabe 26, 3/2013, S. 10–17

Michaela Hauenschild ist wissenschaftliche Mitarbeiterin im Arbeitsbereich Medienpädagogik der Universität Hamburg. Ihre Masterarbeit zum Thema „Exzessive Computerspielenutzung unter besonderer Berücksichtigung der Eltern-Kind-Beziehung“ wurde mit dem medius-Preis 2014 ausgezeichnet.

