

**Zeitschrift:** SuchtMagazin

**Herausgeber:** Infodrog

**Band:** 42 (2016)

**Heft:** 5

**Artikel:** Internetsucht : Klassifikation und Behandlungsmethoden

**Autor:** Kuss, Daria

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-800367>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 29.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Internetsucht: Klassifikation und Behandlungsmethoden

**In den letzten beiden Jahrzehnten wurde die Internetnutzung für junge Erwachsene weltweit zu einem Lebensbestandteil. Mit steigender Internetnutzung erleben PsychotherapeutInnen eine steigende Nachfrage für therapeutische Massnahmen zur Linderung von gesundheits- und psychiatriebedingten Problemen als Konsequenz exzessiver Internetnutzung. Dieser Artikel beschreibt die Entstehung der Internetsuchtproblematik, reflektiert den Status quo der Internetsuchtdiagnose und fasst Behandlungsmethoden zusammen.**

## Daria Kuss

Dr., FHEA, CPsychol, CSci, Nottingham Trent University, Burton Street,  
UK-Nottingham NG1 4GN, Tel. +44 (0)115 848 41 53,  
daria.kuss@ntu.ac.uk, www.nottinghamtrent.academia.edu/DariaKuss

Schlagwörter: Internetsucht | Internetspielsucht |  
Diagnose | Therapie | Behandlungsmethoden |

## Internetsucht: Klassifizierung

Heutzutage ist ein Grossteil der Menschen auf der ganzen Welt online. Junge Erwachsene sind die aktivsten Internetnutzenden und verbringen täglich etwa drei Stunden online.<sup>1</sup> Als Begleiterscheinung der steigenden Internetnutzung wird heute vermehrt zum Thema der potenziellen negativen Konsequenzen der exzessiven Internetnutzung geforscht, insbesondere suchtähnliche Probleme. Nach den ersten Publikationen zum Thema Internetsucht<sup>2</sup> hat sich der Forschungsbereich schnell vergrössert und insbesondere seit der Jahrtausendwende sind vermehrt empirische Studien zu Internetsucht und Onlinespielsucht aufgetaucht.<sup>3</sup> Diese rapide Entwicklung des Forschungsbereichs hat dazu geführt, dass Forschende unterschiedliche Konzeptualisierungen der Internetsucht genutzt haben, wie z.B. «Internet Addiction Disorder»,<sup>4</sup> kompulsive Computernutzung,<sup>5</sup> «Internet dependency»,<sup>6</sup> pathologische Internetnutzung<sup>7</sup> und problematische Internetnutzung,<sup>8</sup> häufig verbunden mit der Entwicklung neuer diagnostischer und psychometrischer Tests, deren Ergebnisse wenig überraschend hinsichtlich Prävalenz, Symptomen und potenziellen Risikofaktoren erheblich variieren.<sup>9</sup> Studien haben weiterhin gezeigt, dass sich selbst bei Nutzung derselben psychometrischen Tests die angewandten Kriterien und Grenzwerte signifikant unterscheiden,<sup>10</sup> und dass das Problem der Klassifizierung dadurch verschlimmert wird, dass häufig Internetsucht und Internetspielsucht als Synonyme genutzt werden.<sup>11</sup>

Kuss und Kollegen<sup>12</sup> haben herausgefunden, dass die epidemiologische Forschung zum Thema der Internetsucht unterschiedliche Prävalenzschätzungen aufzeigt, was darauf hindeutet, dass das Internetsuchtkonstrukt eine niedrige Validität hat. Des Weiteren hat diese Forschungsgruppe 19 verschiedene

Fragebögen zur Internetsucht identifiziert; diese nutzen unterschiedliche Kriterien zur Klassifizierung der Internetsucht, was z.B. die Anzahl der Probleme, die erlebt werden,<sup>13</sup> und die Anzahl der Onlinestunden<sup>14</sup> angeht. Statt diagnostischer Grenzwerte nutzen einige Forschende dimensionale Messungen, die den Schweregrad der Problematik messen, welche Prävalenzschätzungen erschweren.<sup>15</sup> Falls die Internetsucht als psychische Erkrankung angesehen werden soll, was durch die Klassifizierung unter Sucht in den internationalen Klassifikationssystemen nahegelegt wird, ist ein Cut-off nötig, so dass PsychiaterInnen und PsychologInnen KlientInnen ohne Internetsucherkrankung von denjenigen unterscheiden können, die die diagnostischen Kriterien erfüllen. Dies ist eine Frage der diagnostischen Sensitivität und Spezifität.<sup>16</sup> Dementsprechend muss eine Suchtklassifikation das Wissen und das Verständnis von Problemen der KlientInnen im medizinischen und therapeutischen Kontext beinhalten, und Messungen müssen klinischen Nutzen haben.<sup>17</sup>

Trotz dieser nosologischen Ambiguitäten und basierend auf dem relativ fortgeschrittenen Forschungsstand zum Thema der Internetsucht nahm die American Psychiatric Association «Internet Gaming Disorder» (IGD) in den Anhang des neuesten Diagnose- und Klassifikationssystems der Psychiatrischen Erkrankungen (DSM-5, F63.0) auf, als Erkrankung, die weiterer Forschung bedarf, um sie in zukünftigen Versionen des Hauptmanuals aufnehmen zu können.<sup>18</sup> IGD beinhaltet neun diagnostische Kriterien, nämlich Voreingenommenheit mit der Onlinespielnutzung, Entzugerscheinungen, Toleranz, Kontrollverlust, Nutzung trotz Problemwahrnehmung, Einschränkung alternativer Freizeitaktivitäten, Eskapismus und Stimmungsveränderung sowie Gefährdung sozialer Beziehungen und berufliche Tätigkeit. Diese Kriterien situieren IGD innerhalb der neuen Kategorie der Sucht- und verwandten Erkrankungen. Fünf oder mehr der genannten Symptome müssen innerhalb desselben zwölfmonatigen Zeitraums vorhanden sein, um IGD diagnostizieren zu können.<sup>19</sup> Das IGD-Konstrukt wird mit Verweis auf die unzureichende Forschung und die fehlenden vergleichenden epidemiologischen Studien und Erkenntnissen zur Pathogenese kritisiert, was zu Chaos und einem Durcheinander in diesem Forschungsfeld geführt hat.<sup>20</sup>

## Behandlungsmethoden

Trotz der weiterhin eher geringen Forschung im Bereich der Internetsucht und insbesondere der empirisch analysierten Behandlungsmethoden wurden im internationalen Forschungsraum einige Studien zu dem Thema publiziert. Kuss und Lopez-Fernandez<sup>21</sup> fanden heraus, dass seit dem Jahr 2000 46 internationale empirische Studien mit klinischen Studienteilnehmern und/oder klinischen Behandlungsmethoden für Internet- und/oder Internetspielsucht in von ExpertInnen begutachteten Fachzeitschriften publiziert worden sind. Vier Hauptgruppen von Studien wurden identifiziert, sie beinhalten Folgendes:

- die Charakteristiken Behandlungssuchender
- Psychopharmakotherapie
- psychologische Therapie
- kombinierte Behandlungsmethoden.

Die letzten drei werden nachfolgend beschrieben.

Fünf Studien<sup>22</sup> nutzten Psychopharmakotherapie für auf Internetnutzung bezogene Süchte. Zusammenfassend fanden Kuss und Lopez-Fernandez<sup>23</sup> heraus, dass psychopharmakologische Therapieformen positive Resultate bei Internet- und Internetspielsucht hervorbringen, indem sie die Internetsuchtsymptome und Internetnutzungszeiten verringern. Die wenigen Studien, die zu dem Thema publiziert wurden, diskutierten hauptsächlich Antidepressiva, was darauf hinweist, dass Internetsüchte häufig mit Komorbiditäten mit affektiven Störungen einhergehen. Weiterhin hat diese systematische Überprüfung gezeigt, dass die Medikation, die normalerweise für andere primäre oder sekundäre psychische Erkrankungen (insb. Zwangsstörungen und Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörungen) genutzt wird, auch effektiv internetsuchtverwandte Probleme bekämpft.<sup>24</sup>

Zehn Studien<sup>25</sup> nutzten psychologische Behandlungsmethoden (vor allem individuelle Behandlungsmethoden, aber auch Gruppentherapiemethoden), um Internetsucht zu therapieren. Zusammenfassend zeigt die vorhandene Literatur, dass psychologische Therapien einige internetsuchtverwandte Symptome verringern können. Doch experimentelle Studien ergeben nicht eindeutige Resultate, indem nur zwei der vier einbezogenen experimentellen Studien<sup>26</sup> Unterschiede zwischen den experimentellen und den Kontrollgruppen fanden. Diese Studien zeigten, dass Gruppentherapie Internetsuchtsymptome lindert, das Selbstwertgefühl der PatientInnen erhöht, Internetzeiten reduziert, und die Familienzusammengehörigkeit verbessert.<sup>27</sup>

Sechs Studien kombinierten psychologische Therapie mit einer der folgenden Methoden: andere psychologische Behandlungsmethoden,<sup>28</sup> Psychopharmakotherapie,<sup>29</sup> Elektroakupunktur.<sup>30</sup> Zusammenfassend zeigen die Resultate dieser Studien, dass kombinierte Therapien effektive Resultate in der Behandlung der Internetsucht bringen. Elektroakupunktur in Zusammenarbeit mit psychologischer Behandlung erhöhte den Behandlungserfolg für Internetsucht mehr als kognitive Verhaltenstherapie allein, was darauf hindeutet, dass die neuartige Elektroakupunkturbehandlungsmethode einen guten Behandlungserfolg für Internetsucht verspricht. Psychopharmakotherapie hingegen scheint nicht immer für andere komorbide psychologische Probleme, wie z.B. klinische Depression wirksam zu sein. Dies ist ein interessantes Resultat, da Internetsucht im klinischen Alltag häufig komorbide Störungsbilder aufweist. Demzufolge können kombinierte Therapien wie z.B. Psychotherapie und Elektroakupunktur für einige KlientInnen hilfreich sein, und sollten von interdisziplinären Teams zur Verfügung gestellt werden.<sup>31</sup>

Es lässt sich resümieren, dass die empirische und epidemiologische Forschung zum Thema der Internetsucht heutzutage noch nicht ausreichend ist, um Internetsucht/IGD in die

internationalen Klassifikationssysteme aufzunehmen. Insbesondere epidemiologisch vergleichende Langzeitstudien sowie Forschung zur Pathogenese und Katamnese mit Risiko- und Patientengruppen sind nötig. Nichtsdestotrotz stellt die exzessive Internetnutzung für einige Nutzende ein signifikantes Problem dar, welches als potenzielles Krankheitsbild angesehen werden kann und von PsychotherapeutInnen weltweit anerkannt und therapiert wird.<sup>32</sup>●

## Literatur

- APA – American Psychiatric Association (2013): Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5). Arlington/VA: American Psychiatric Association.
- Atmaca, M. (2007): A case of problematic internet use successfully treated with an SSRI-antipsychotic combination. *Progress in Neuro-Psychopharmacology & Biological Psychiatry* 31(4): 961-962.
- Bener, A./Al-Mahdi, H.S./Ali, A.I./Al-Nufal, M./Vachhani, P.J./Tewfik, I. (2011): Obesity and low vision as a result of excessive Internet use and television viewing. *International Journal of Food Sciences and Nutrition* 62(1): 60-62.
- Beutel, M.E./Brähler, E./Gläser, H./Kuss, D.J./Wölfling, K./Müller, K.W. (2011): Regular and problematic leisure-time internet use in the community: Results from a German population-based survey. *Cyberpsychology Behavior and Social Networking* 14(5): 291-296.
- Bipeta, R./Yerramilli, S.S./Karredla, A.R./Gopinath, S. (2015): Diagnostic stability of internet addiction in obsessive-compulsive disorder: Data from a naturalistic one-year treatment study. *Innovations in Clinical Neuroscience* 12(3-4): 14-23.
- Black, D.W./Belsare, G./Schlosser, S. (1999): Clinical features, psychiatric comorbidity, and health-related quality of life in persons reporting compulsive computer use behavior. *Journal of Clinical Psychiatry* 60(12): 839-844.
- Brähler, E./Horowitz, L.M./Kordy, H./Schumacher, J./Strauss, B. (1999): Zur Validierung des Inventars zur Erfassung Interpersonaler Probleme (IIP). Ergebnisse einer Repräsentativbefragung in Ost- und Westdeutschland. *Psychotherapie Psychosomatik Medizinische Psychologie* 49: 422-431.
- Davis, R.A./Flett, G.L./Besser, A. (2002): Validation of a new scale for measuring problematic internet use: Implications for pre-employment screening. *Cyberpsychology & Behavior* 5(4): 331-345.
- Dell'Osso, B./Hadley, S./Allen, A./Baker, B./Chaplin, W.F./Hollander, E. (2008): Escitalopram in the treatment of impulsive-compulsive internet usage disorder: An open-label trial followed by a double-blind discontinuation phase. *Journal of Clinical Psychiatry* 69(3): 452-456.
- Du, Y.S./Jiang, W.Q./Vance, A. (2010): Longer term effect of randomized, controlled group cognitive behavioural therapy for internet addiction in adolescent students in Shanghai. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry* 44(2): 129-134.
- Han, D.H./Renshaw, P.F. (2012): Bupropion in the treatment of problematic online game play in patients with major depressive disorder. *Journal of Psychopharmacology* 26(5): 689-696.
- Gamez-Guadix, M./Villa-George, F.I./Calvete, E. (2012): Measurement and analysis of the cognitive-behavioral model of generalized problematic internet use among Mexican adolescents. *Journal of Adolescence* 35(6): 1581-1591.
- Ge, L./Ge, X./Xu, Y./Zhang, K./Zhao, J./Kong, X. (2011): P300 change and cognitive behavioral therapy in subjects with Internet addiction disorder. A 3-month follow-up study. *Neural Regeneration Research* 6(26): 2037-2041.
- Goldberg, I. (1996): Internet Addictive Disorder (IAD) diagnostic criteria. 17.04.2013: [www.tinyurl.com/jqtzcb8](http://www.tinyurl.com/jqtzcb8), Zugriff 18.08.2016.
- Griffiths, M.D. (1996): Internet «addiction»: An issue for clinical psychology? *Clinical Psychology Forum* 97: 32-36.
- Han, D.H./Hwang, J.W./Renshaw, P.F. (2010): Bupropion sustained release treatment decreases craving for video games and cue-induced brain activity in patients with internet video game addiction. *Experimental and Clinical Psychopharmacology* 18(4): 297-304.
- Han, D.H./Lee, Y.S./Na, C./Ahn, J.Y./Chung, U.S./Daniels, M.A./Haws, C.A./Renshaw, P.F. (2009): The effect of methylphenidate on internet video game play in children with attention-deficit, hyperactivity disorder. *Comprehensive Psychiatry* 50(3): 251-256.
- Kim, S.M./Han, D.H./Lee, Y.S./Renshaw, P.F. (2012): Combined cognitive behavioral therapy and bupropion for the treatment of problematic on-line game play in adolescents with major depressive disorder. *Computers in Human Behavior* 28(5): 1954-1959.
- Kim, J.U. (2008): The effect of a R, T group counseling program on the internet addiction level and self-esteem of internet addiction in university students. *International Journal of Reality Therapy* 27(2): 4-12.
- Kraemer, H.C. (2007): DSM categories and dimensions in clinical and research contexts. *International Journal of Methods in Psychiatric Research* 16: 8-15.

- Kuss, D.J. (2016): Internet addiction: A clinical perspective. S. 89-105 in: A. Attrill/C. Fulwood (Hrsg.), *applied cyberpsychology – practical applications of cyberpsychological theory and practice*. Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- Kuss, D.J./Griffiths, M.D./Pontes, H.M. (2016): Chaos and confusion in DSM-5 diagnosis of internet gaming disorder: Issues concerns and recommendations for clarity in the field. *Journal of Behavioral Addictions* under review.
- Kuss, D.J./Lopez-Fernandez, O. (2016): Internet addiction and problematic internet use: A systematic review of clinical research. *World Journal of Psychiatry* 6(1): 143-176.
- Kuss, D.J./Griffiths, M.D. (2015): Internet addiction in psychotherapy. London: Palgrave.
- Kuss, D.J./Griffiths, M.D./Karila, L./Billieux, J. (2014): Internet addiction: A systematic review of epidemiological research for the last decade. *Current Pharmaceutical Design* 20(25): 4026-4052.
- Kuss, D.J./Griffiths, M.D. (2012a): Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International Journal of Mental Health and Addiction* 10(2): 278-296.
- Kuss, D.J./Griffiths, M.D. (2012b): Online gaming addiction in children and adolescents: A review of empirical research. *Journal of Behavioral Addictions* 1(1): 3-22.
- Liu, Q.X./Fang, X.Y./Yan, N./Zhou, Z.K./Yuan, X.J./Lan, J./Liu, C.Y. (2015): Multi-family group therapy for adolescent internet addiction: Exploring the underlying mechanisms. *Addictive Behaviors* 42: 1-8.
- Meerkerk, G.J./Van Den Eijnden, R.J./Vermulst, A.A./Garretsen, H.F.L. (2009): The compulsive internet use scale (CIUS): Some psychometric properties. *CyberPsychology & Behavior* 12(1): 1-6.
- Morahan-Martin, J./Schumacher, P. (2000): Incidence and correlates of pathological internet use among college students. *Computers in Human Behavior* 16(1): 13-29.
- Mythily, S./Qiu, S./Winslow, M. (2008): Prevalence and correlates of excessive internet use among youth in singapore. *Annals Academy of Medicine Singapore* 37(1): 9-14.
- Park, T.Y./Kim, S./Lee, J. (2014): Family therapy for an internet-addicted young adult with interpersonal problems. *Journal of Family Therapy* 36(4): 394-419.
- Poddar, S./Sayeed, N./Mitra, S. (2015): Internet gaming disorder: Application of motivational enhancement therapy principles in treatment. *Indian Journal of Psychiatry* 57(1): 100-101.
- Santos, V./Nardi, A.E./King, A.L. (2015): Treatment of internet addiction in patient with panic disorder and obsessive compulsive disorder: A case report. *CNS Neurological Disorders Drugs Targets* 14(3): 341-344.
- Shek, D.T.L./Tang, V.M.Y./Lo, C.Y. (2009): Evaluation of an internet addiction treatment program for chinese adolescents in hong kong. *Adolescence* 44(174): 359-373.
- te Wildt, B.T. (2011): Internet dependency: Symptoms, diagnosis and therapy. S. 61-78 in: K. Cornelius/D. Hermann (Hrsg.), *Virtual worlds and criminality*. Berlin: Springer.
- van Rooij, A.J./Zinn, M.F./Schoenmakers, T.M./van de Mheen, D. (2012): Treating internet addiction with cognitive-behavioral therapy: A thematic analysis of the experiences of therapists. *International Journal of Mental Health and Addiction* 10(1): 69-82.
- Young, K.S. (2013): Treatment outcomes using CBT-IA with internet-addicted patients. *Journal of Behavioral Addictions* 2(4): 209-215.
- Young, K. (2007): Cognitive behavior therapy with internet addicts: Treatment outcomes and implications. *Cyberpsychology & Behavior* 10(5): 671-679.
- Young, K.S. (1996): Addictive use of the internet: A case that breaks the stereotype. *Psychological Reports* 79: 899-902.
- Yung, K./Eickhoff, E./Davis, D.L./Klam, W.P./Doan, A.P. (2015): Internet addiction disorder and problematic use of google glass in patient treated at a residential substance abuse treatment program. *Addictive Behaviors* 41: 58-60.
- Zhu, T.-M./Li, H./Jin, R.-J./Zheng, Z./Luo, Y./Ye, H./Zhu, H.-M. (2012): Effects of electroacupuncture combined psycho-intervention on cognitive function and event-related potentials P300 and mismatch negativity in patients with internet addiction. *Chinese Journal of Integrative Medicine* 18(2): 146-1451.

#### Endnoten

- 1 Vgl. Kuss/Griffiths et al. 2014.
- 2 Vgl. Young 1996; Griffiths 1996.
- 3 Vgl. Kuss/Griffiths et al. 2014; Kuss/Griffiths 2012a.
- 4 Vgl. Goldberg 1996.
- 5 Vgl. Black/Belsare et al. 1999.
- 6 Vgl. te Wildt 2011.
- 7 Vgl. Morahan-Martin/Schumacher 2000.
- 8 Vgl. Davis/Flett et al. 2002.
- 9 Vgl. Kuss/Griffiths et al. 2014.
- 10 Vgl. Kuss/Griffiths 2012b.
- 11 Vgl. Kuss/Griffiths et al. 2016.
- 12 Vgl. Kuss/Griffiths et al. 2014.
- 13 Vgl. Beutel/Brähler et al. 2011.
- 14 Vgl. Bener/Al-Mahdi et al. 2011; Mythily/Qiu et al. 2008.
- 15 Vgl. Gamez-Guadix/Villa-George et al. 2012; Meerkerk/Van Den Eijnden et al. 2009.
- 16 Vgl. Kraemer 2007.
- 17 Vgl. Kuss 2016.
- 18 Vgl. APA 2013.
- 19 Vgl. ebd.
- 20 Vgl. Kuss/Griffiths et al. 2016.
- 21 Vgl. Kuss/Lopez-Fernandez 2016.
- 22 Vgl. Dell'Osso/Hadley et al. 2008; Han/Lee et al. 2009; Han/Hwang 2010; Atmaca 2007; Bipeta 2015.
- 23 Vgl. Kuss/Lopez-Fernandez 2016.
- 24 Vgl. ebd.
- 25 Vgl. Kim 2008; Du/Jiang et al. 2010; Ge/Ge et al. 2011; Liu/Fang et al. 2015; Park/Kim et al. 2014; Shek/Tang et al. 2009; Brähler/Horowitz et al. 1999; Young 2007; Young 2013; Yung/Eickhoff et al. 2015.
- 26 Vgl. Kim 2008; Liu/Fang et al. 2015.
- 27 Vgl. Kuss/Lopez-Fernandez 2016.
- 28 Vgl. Poddar/Sayeed et al. 2015; van Rooij/Zinn et al. 2012.
- 29 Vgl. Han/Renshaw 2012; Kim/Han et al. 2012; Santos/Nardi et al. 2015.
- 30 Vgl. Zhu/Li et al. 2012.
- 31 Vgl. Kuss/Lopez-Fernandez 2016.
- 32 Vgl. Kuss/Griffiths 2015.