

Pressemitteilung Medienkonsum Kinder und Jugendliche Zur aktuellen DAK-Studie: In der Pandemie hat sich Mediensucht verdoppelt

Eine im aktuellen ICD 11 aufgenommene psychische Erkrankung erfasst viele Kinder und Jugendliche zwischen 12 und 17 Jahren: die Gaming Disorder. Auch wenn die Diagnosekriterien sich nicht ausschließlich an den Nutzungszeiten orientieren, ist es erschreckend, dass sich schulpflichtige Heranwachsende zu einem großen Teil im Durchschnitt zwei Stunden an Werktagen via digitalen Medien mit Spielen beschäftigen und zusätzlich – auch parallel – 2:45 h soziale Medien genutzt werden.

Die weltweit einzigartige gemeinsame Längsschnittstudie der DAK und des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf (UKE) konstatiert: „Rund 2,2 Millionen Kinder und Jugendliche nutzen Gaming, Social Media oder Streaming problematisch, das heißt sie sind von einer Sucht gefährdet oder bereits betroffen. Im Bereich Social Media verdoppelte sich die Mediensucht von 3,2 auf 6,7 Prozent mit rund 350.000 Betroffenen.“ Es resultiert ein massives Problem in Deutschland. Die Zahlen sind erwartungsgemäß während der Pandemie angestiegen, jedoch wurden die Nutzungszeiten von Bildschirmmedien nicht deutlich geringer nach dem Ende der pandemischen Lage.

„Wir stellen fest, dass bei einer Vielzahl unserer Patienten und Patientinnen eine übermäßige Beschäftigung mit sozialen Medien und /oder Computerspielen häufig mit psychischen Störungen wie Depressionen, sozialen Phobien und Selbstwertproblematiken verknüpft ist, was in der Folge auch zu Schulversagen und fehlenden Zukunftsperspektiven führen kann.“ so fasst die stellv. Vorsitzende des Bundesverbandes für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie (bkj) Marion Schwarz die Eindrücke in der Berufsgruppe zusammen.

Riskantes und pathologisches Nutzungsverhalten in Bezug auf digitale Spiele und soziale Medien entfernt die Kinder und vor allem die betroffenen Jugendlichen von ihrer Peergroup und führt nicht selten zu einer Verschiebung und Störung des Tag- Nachtrhythmus. Andererseits ist der erhöhte Bildschirmmedienkonsum vermehrt ein Ersatz für bereits fehlenden Gleichaltrigenkontakt oder Perspektivlosigkeit junger Menschen. Dadurch entstehen auch Defizite in der Emotions- und Affektregulation, in gelebter Empathie und beim Bewältigen der Entwicklungsaufgaben der Pubertät und Adoleszenz. „Versunken in Scheinwelten mit unrealistischen Belohnungsmustern, zusammengebastelten Ideal-Identitäten und unrealistischen Konfliktlösungsstrategien betäuben die Betroffenen den Geist und verhindern damit die seelische Reifung.“ warnt die Vorsitzende des bkj Dr. Inés Brock-Harder.

Eltern und Bezugspersonen, die Gesellschaft, Behandler:innen und die Politik dürfen nicht wegsehen, auch wenn dies meist hinter verschlossenen Türen passiert. Immer steckt dann auch ein Leidensdruck dahinter, welcher mit Psychotherapie entschlüsselt werden kann. Besser jedoch wären konsequente Präventionsprogramme in allen weiterführenden Schulen, Elternbildung und politische Initiativen eines erweiterten Jugendschutzes, der aufklärt, Alternativen fördert und nicht bagatellisiert. Dafür geben die Zahlen der aktuellen DAK-Studie eine gute Grundlage.