

Klaus Wölfling, Christina Jo, Isabel Bengesser,  
Manfred E. Beutel, Kai W. Müller

# Computerspiel- und Internetsucht

Ein kognitiv-behaviorales Behandlungsmanual

Verlag W. Kohlhammer

# Inhalt

<b>A</b>	<b>Theoretische Grundlagen des Therapieprogramms</b> . . . . .	<b>9</b>
<b>1</b>	<b>Diagnostik und klinisches Erscheinungsbild</b> . . . . .	<b>13</b>
1.1	Formen der Internetsucht . . . . .	13
1.1.1	Computerspielsucht . . . . .	14
1.1.2	Süchtige Nutzung von Chatforen, Sozialen Netzwerken und andere Formen von Internetsucht . . . . .	16
1.1.3	Onlinesexsucht . . . . .	17
1.1.4	Onlinekaufsucht . . . . .	19
1.1.5	Onlineglücksspielsucht . . . . .	20
1.2	Diagnostische Kriterien für Computerspiel- und Internetsucht . . . . .	23
1.3	Epidemiologie und Komorbidität . . . . .	26
<b>2</b>	<b>Zur Entstehung von Computerspiel- / Internetsucht</b> . . . . .	<b>29</b>
2.1	Lernpsychologische und neurobiologische Erklärungsansätze . . . . .	29
2.2	Persönlichkeits-, umwelt- und suchtmittelbezogene Risikofaktoren . . . . .	30
2.3	Computerspiel- und Internetsucht - ein integratives ätiologisches Modell . . . . .	35
2.4	Kasuistik eines Patienten der Mainzer Ambulanz für Spielsucht . . . . .	38
<b>3</b>	<b>Strategisch-therapeutisches Vorgehen bei Computerspiel- und Internetsucht</b> . . . . .	<b>41</b>
3.1	Diagnostik . . . . .	42
3.2	Motivation und Ziel Vereinbarung . . . . .	42
3.3	Psychoedukation . . . . .	42
3.4	Interventionen zur Veränderung des Erlebens und Verhaltens . . . . .	43
3.5	Transfer- und Stabilisierung . . . . .	44
3.6	Art und Umfang der Therapie . . . . .	44
3.7	Weitere Problembereiche bei Computerspiel- und Internetsucht . . . . .	45

# Inhalt

3.7.1	Aufbau von Problemlösefähigkeiten . . . . .	45
3.7.2	Aufbau sozialer Kompetenz sowie realer sozialer Kontakte. . . . .	46
3.7.3	Abbau von Prokrastinationstendenzen. . . . .	48
3.8	Besonderheiten bei der Behandlung von Computerspiel-/ Internetsucht . . . . .	50
<b>B</b>	<b>Praktische Umsetzung des Therapieprogramms. . . . .</b>	<b>53</b>
<b>4</b>	<b>Diagnostik . . . . .</b>	<b>53</b>
4.1	Diagnostisches Interview und Testverfahren . . . . .	53
4.2	Suchtanamnese. . . . .	55
4.3	Differenzialdiagnostik und psychische Komorbidität . . . . .	57
4.4	Physische Komorbidität . . . . .	57
<b>5</b>	<b>Übersicht über das Therapieprogramm . . . . .</b>	<b>58</b>
5.1	Einzeltherapeutische Sitzungen. . . . .	63
5.1.1	Konzeption. . . . .	63
5.1.2	Mögliche Schwierigkeiten in den Einzeltherapeutischen Sitzungen. . . . .	64
5.1.3	Einbezug von Angehörigen. . . . .	64
<b>6</b>	<b>Verlauf der Gruppentherapiesitzungen . . . . .</b>	<b>68</b>
6.1	Sitzung 1: Kennenlernen, Therapievertrag und Therapieziele. . . . .	68
6.2	Sitzung 2: Auslösende und aufrechterhaltende Faktoren des Suchtverhaltens. . . . .	76
6.3	Sitzung 3: Ressourcen und Alternativstrategien. . . . .	80
6.4	Sitzung 4: Psychoedukation. . . . .	86
6.5	Sitzung 5: Entwicklung eines individuellen Entstehungsmodells. . . . .	90
6.6	Sitzung 6: Entwicklung eines individuellen SORCK-Schemas I. . . . .	94
6.7	Sitzung 7: Entwicklung eines individuellen SORCK-Schemas II. . . . .	99
6.8	Sitzung 8: Exposition mit Reaktionsverhinderung. . . . .	100
6.9	Sitzung 9: Anerkennung und Selbstwert. . . . .	107
6.10	Sitzung 10: Entwicklung und Medienaffinität . . . . .	111
6.11	Sitzung 11: Entwicklung und Medienaffinität . . . . .	115
6.12	Sitzung 12: Rückfallprophylaxe. . . . .	117
6.13	Sitzung 13 und 14: Vertiefende Bearbeitung. . . . .	122
6.14	Sitzung 15: Abschluss-Sitzung. . . . .	124

---

7	Fallbeispiele . . . . .	.127
7.1	Beispiel eines Computerspielsüchtigen. . . . .	.127
7.2	Beispiel eines Internetsüchtigen. . . . .	.131
7.3	Komplexe Störungsbilder. . . . .	.137
<b>8</b>	<b>Ausblick. . . . .</b>	<b>.142</b>
	<b>Literatur. . . . .</b>	<b>.145</b>
	<b>Stichwortverzeichnis. . . . .</b>	<b>.151</b>