Die Frage nach der [#Diagnostik](https://www.linkedin.com/feed/hashtag/?keywords=diagnostik&highlightedUpdateUrns=urn%3Ali%3Aactivity%3A6974330145562058752) des pathologischen [#Internetkonsums](https://www.linkedin.com/feed/hashtag/?keywords=internetkonsums&highlightedUpdateUrns=urn%3Ali%3Aactivity%3A6974330145562058752) begegnet mir täglich. Die Kriterien einer „gaming disorder“, einer [#Computerspielsucht](https://www.linkedin.com/feed/hashtag/?keywords=computerspielsucht&highlightedUpdateUrns=urn%3Ali%3Aactivity%3A6974330145562058752) sind nach dem neuen ICD11 der WHO klar definiert. Das Krankheitsbild, das wir allgemein Mediensucht oder Internetabhängigkeit nennen, lässt sich davon sehr gut ableiten.

Der wohl bekannteste und verbreitetste diagnostische Fragebogen, der DQ „Diagnostical Questionnaire“ wurde bereits 1998 von der Pionierin im Bereich des pathologischem Internetgebrauchs, der Psychologin Kimberley S. Young konstruiert.

Die Indikatoren haben sich bis heute nicht verändern, die Gewichtung und die Beständigkeit der Symptome allerdings schon.

1. Beschäftigen sie sich nahezu ausschließlich mit dem Internet (über vergangene Internetaktivitäten nachdenken oder sich die nächste Onlinezeit im Voraus vorstellen)?

2. Empfinden sie das Bedürfnis, das Internet immer länger zu nutzen, um damit zufrieden sein zu können?

3. Haben sie mehrfach erfolglos versucht, ihre Zeit im Internet zu kontrollieren oder zu reduzieren oder den Internetgebrauch zu beenden?

4. Fühlen Sie sich ruhelos, launisch, deprimiert oder reizbar, wenn sie ihren Internetgebrauch zu reduzieren oder zu beenden versuchen?

5. Bleiben sie länger Online als zunächst beabsichtigt?

6. Haben sie wegen des Internets bereits Verlust bedeutsamer Beziehungen oder der Arbeitsstelle oder von Bildungs- bzw. Karrierechancen aufs Spiel gesetzt und können ihre Bildschirmzeit trotzdem nicht einschränken.

7. Haben sie Familienmitglieder, Therapeuten oder andere über die Intensität ihres Internetgebrauchs belogen?

8. Nutzen sie das Internet als eine Möglichkeit, Problemen zu entkommen oder zur Erleichterung schlechter Stimmungen (z.B. Gefühle von Hilflosigkeit, Schuld, Angst, und Niedergeschlagenheit)?

Nach dem neuen ICD11 der WHO müssen Item 1, 3, 6 und zwei weitere seit mindestens 12 Monaten zutreffen um eine Computerspielsucht zu diagnostizieren. Der Schweregrad der Suchterkrankung wird nach Anzahl der erfüllten Symptome sowie der Intensität der negativen Veränderung im alltäglichen Leben, eingeordnet.

Ein diagnostischer Fragebogen mit Selbsteinschätzung ist aber nur aussagekräftig mit der korrekten Wahrnehmung und Ehrlichkeit des Betroffenen. Daher ist es ratsam zusätzlich die Aussagen der Angehörigen und die fachliche Einschätzung des Therapeuten oder Beraters einzubeziehen. Kai Müller und Klaus Wölfling der Uni Mainz haben dafür ein strukturiertes klinisches Interview zu Internetbezogenen Störungen (AICA-SKI IBS) entwickelt.

[www.hilfe-mediensucht.de](http://www.hilfe-mediensucht.de)