

## Erklärungsansätze für das Phänomen *Internetabhängigkeit*

Phänomenologisch spricht einiges dafür, dass die neuen digitalen Medien angesichts ihrer ubiquitären Verfügbarkeit und ihrer scheinbar grenzenlosen Interaktivität eine für Medien neuartige Dimension der Beziehung zu ihrem Konsumenten ausbilden, die eine Abhängigkeitsentwicklung befördern können (Heim 1998). Kontakt stiftende Kommunikationssysteme ermöglichen dem Benutzer virtuelle Grenzüberschreitungen, die in seinem realen Leben bislang nicht möglich oder tabuisiert waren. Der Reiz am Spiel mit Kontrolle und Kontrollverlust lassen auch hierin ein Abhängigkeitspotential vermuten. Schließlich führen eine gegenüber den *alten* Neuen Medien verstärkte sinnesphysiologische Ansprache und die interaktive Beteiligung über Tastatur und Joystick zu einer erhöhten gesamtphysiologischen Stimulation, bei der auch endogene Belohnungssysteme eine Rolle spielen dürften. Dies spielt gerade für das im Wachstum befindliche Gehirn eine besondere Rolle. Um die Besonderheiten der Abhängigkeit vom Internet besser verstehen zu können, werden im Folgenden neurobiologische, lerntheoretische und tiefenpsychologische Erklärungsmöglichkeiten erörtert.

In Analogie zur Abhängigkeit von Suchtmitteln und Glücksspiel lässt sich auch die Entstehung von Internetabhängigkeit neurobiologisch beschreiben. Auch wenn es bisher keine Forschungsergebnisse zu diesen Zusammenhängen gibt, lässt sich mit großer Sicherheit sagen, dass funktionelle Aspekte spezieller neuronanatomischer Strukturen ebenso eine Rolle spielen wie die dazugehörigen neurochemischen Transmittersysteme. Bergmann und Hüther (2006) entwickeln auf der Grundlage bekannter neurobiologischer Korrelate von Abhängigkeit ein Erklärungsmodell für das, was sie als *Computersucht* bezeichnen, wobei auch sie gerade in der Interaktivität des Internets ein besonderes Abhängigkeitspotential sehen. In ihrem Modell spielt das im Zwischenhirn verortete Belohnungssystem eine besondere Rolle, darin insbesondere die neurochemische Vermittlung durch Dopamin und endogene Opiate. Die endogenen Opiate erscheinen hier als die eigentlichen Vermittler der lustvollen Empfindung, die einer Belohnung folgt, und markieren somit die als positiv empfundene biochemische Endstrecke aller suchartigen Verhaltensweisen. Die Ausschüttung von Dopamin scheint dagegen nicht nur die ausstehende und zu erwartende Belohnung anzuzeigen, sondern wirkt auch als neuroplastischer Botenstoff, um bestimmte neuronale Verbindungen zu bahnen und zu stärken. Im Falle der Internetabhängigkeit wird also die Wiederholung bestimmter virtueller Erfahrungen, die mit ausgeprägt positiven Empfindungen einhergeht (Opiatausschüttung), aus der Gewöhnung und Erwartung heraus (Dopaminausschüttung) zu neuronal gefestigten Bahnungen bestimmter Empfindungs-, Denk- und Verhaltensmuster führen. Hier deutet sich an, dass lerntheoretische und tiefenpsychologische Erklärungsansätze für Internetabhängigkeit von den neurobiologischen nicht zu trennen sind.

So kann das neurobiologische Belohnungssystem auch im Rahmen von Internetabhängigkeit als somatisches Korrelat von Konditionierungsprozessen verstanden werden, die von Seiten der Lerntheorie die Entwicklung suchartiger Verhaltensweisen erklärlich werden lassen. Als positive Verstärker von Internetabhängigkeit können im Internet sehr unterschiedliche Reize bzw. Affekte fungieren: Der Gewinn eines Highscores in einem Computerspiel, ein Gruppenerlebnis im Rahmen eines Internet-Rollenspiels, das Auffinden einer gesuchten Information mit Hilfe einer Suchmaschine, das Knüpfen einer freundschaftlichen oder erotischen virtuellen

Beziehung sind nur einige Beispiele dafür, wie positiv erlebte Affekte in der Wiederholung zu einer Affinität zu dem sie bereitstellenden Medium bis hin zur Abhängigkeit führen können (Grüsser & Thalemann 2006). Dass diese Erlebnisweisen überhaupt in einer virtuellen Umgebung gesucht werden, erklärt sich aus lerntheoretischer Sicht aus einer inadäquaten Stress- bzw. Affektregulierung in der konkret-realen Welt. Im Sinne von negativen Verstärkern fungieren hier beispielsweise Kränkungserlebnisse und Einsamkeitserleben. Im Kontakt mit der konkret-realen Welt entstandene negative Gefühle mit positiv empfundenen virtuellen Erlebnissen zu kompensieren, kann dann im Sinne einer scheiternden Vermeidungsstrategie zu einem *circulus vitiosus* führen. Die negative Verstärkung durch die Zunahme der konkreten psychosozialen Vereinsamung und Verarmung macht dann eine Wiederholung der pathologischen Mediennutzungsmuster bis hin zu einer Abhängigkeitsentwicklung immer wahrscheinlicher.

Tiefenpsychologische Ansätze zur Erklärung von Internetabhängigkeit setzen entwicklungspsychologisch früher an. Aus dieser Perspektive würde sich die Frage noch grundsätzlicher stellen, was Individuen sich aus der konkret-realen Welt und aus den Beziehungen zu anderen Menschen zurückziehen lässt, was also dem Vermeidungsverhalten vorgängig ist. Auf der Basis des bisherigen Forschungsstandes, dass gerade depressive Störungen und Angsterkrankungen - nicht selten auch vor dem Hintergrund von Persönlichkeitsstörungen - bei Patienten mit Internetabhängigkeit zu diagnostizieren sind, könnte sich das Phänomen als Ausdruck einer ängstlich-depressiven Regression verstehen lassen. Auf diese Weise würde sich Internetabhängigkeit als Symptom eines Spektrums bekannter psychischer Störungen erklären lassen. Wenn beispielsweise ein narzisstisch gekränkter Depressiver in Internetrollenspielen den Helden mimit oder ein selbstunsicherer Soziophober nur noch in Chats Kontakt zu anderen Menschen herstellen kann, zeigt sich das Symptom allerdings nicht nur als Vermeidungsstrategie sondern gleichzeitig auch als Konfliktlösungsversuch, dessen Scheitern die eigentliche Abhängigkeitsentwicklung ausmacht. Hier wird deutlich, dass sich tiefenpsychologische Ansätze zur Erklärung von Internetabhängigkeit weniger mit den quantitativen Aspekten der Abhängigkeit als mit den qualitativen Aspekten der dahinter verborgenen psychischen Störungen und den charakteristischerweise benutzten Medieninhalten beschäftigen.

Neurobiologische, lerntheoretische und tiefenpsychologische Ansätze schließen einander keinesfalls aus, sondern ergänzen sich. Während neurobiologische Aspekte die somatischen Korrelate psychischer Vorgänge darstellen, beschreibt die Lerntheorie in diesem Zusammenhang eher die psychologische Funktionsebene und die Tiefenpsychologie eher die psychologische Bedeutungsebene.

*Bert Theodor te Wildt*