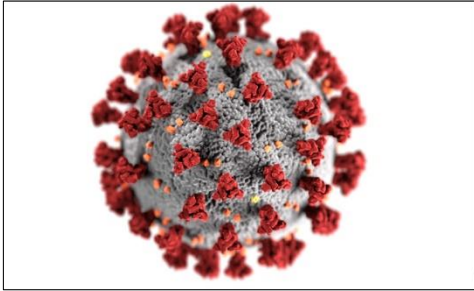




Problematischer Konsum von Onlinepornografie – Pandemie und Alltag

Vortrag vom 09.11.2012 (bildbereinigt)



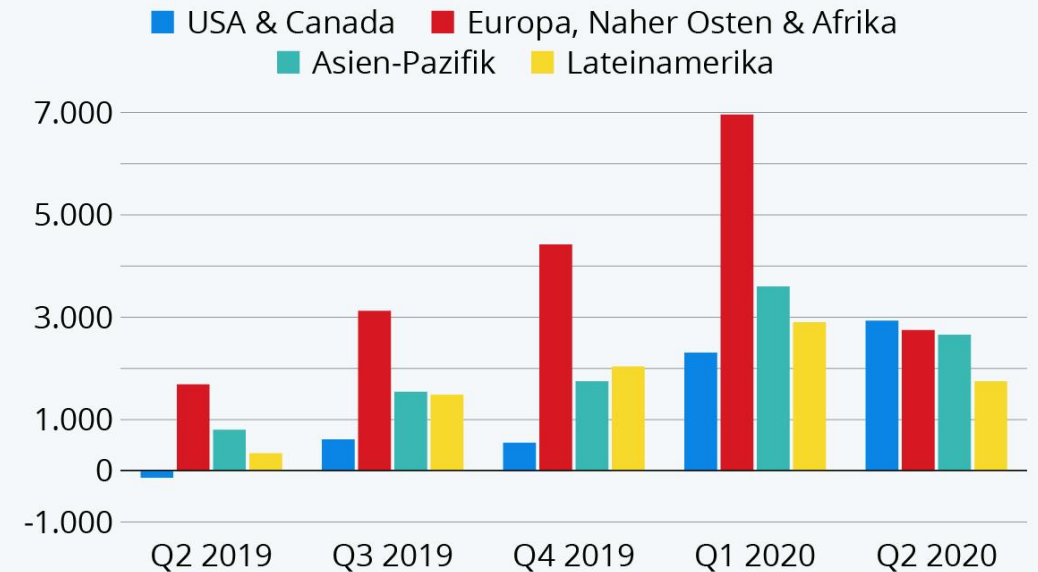


- Hohes Erleben an Distress

- Soziale Isolation
- Wegfallende Ressourcen
- Mehrarbeit
- Zukunftssorgen
- Erleben von Einschränkung
- Langeweile
- Freie Zeit
- Quarantäne
- ...

Netflix wächst in der Corona-Krise

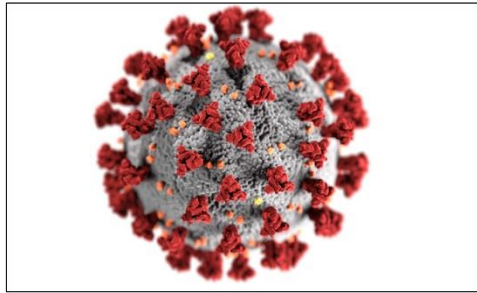
Anzahl der neu hinzugewonnenen zahlenden Netflix-Abonnenten pro Quartal (in 1.000)



Quelle: Netflix



statista



Erhöhter Pornokonsum

- Hohes Erleben an Distress



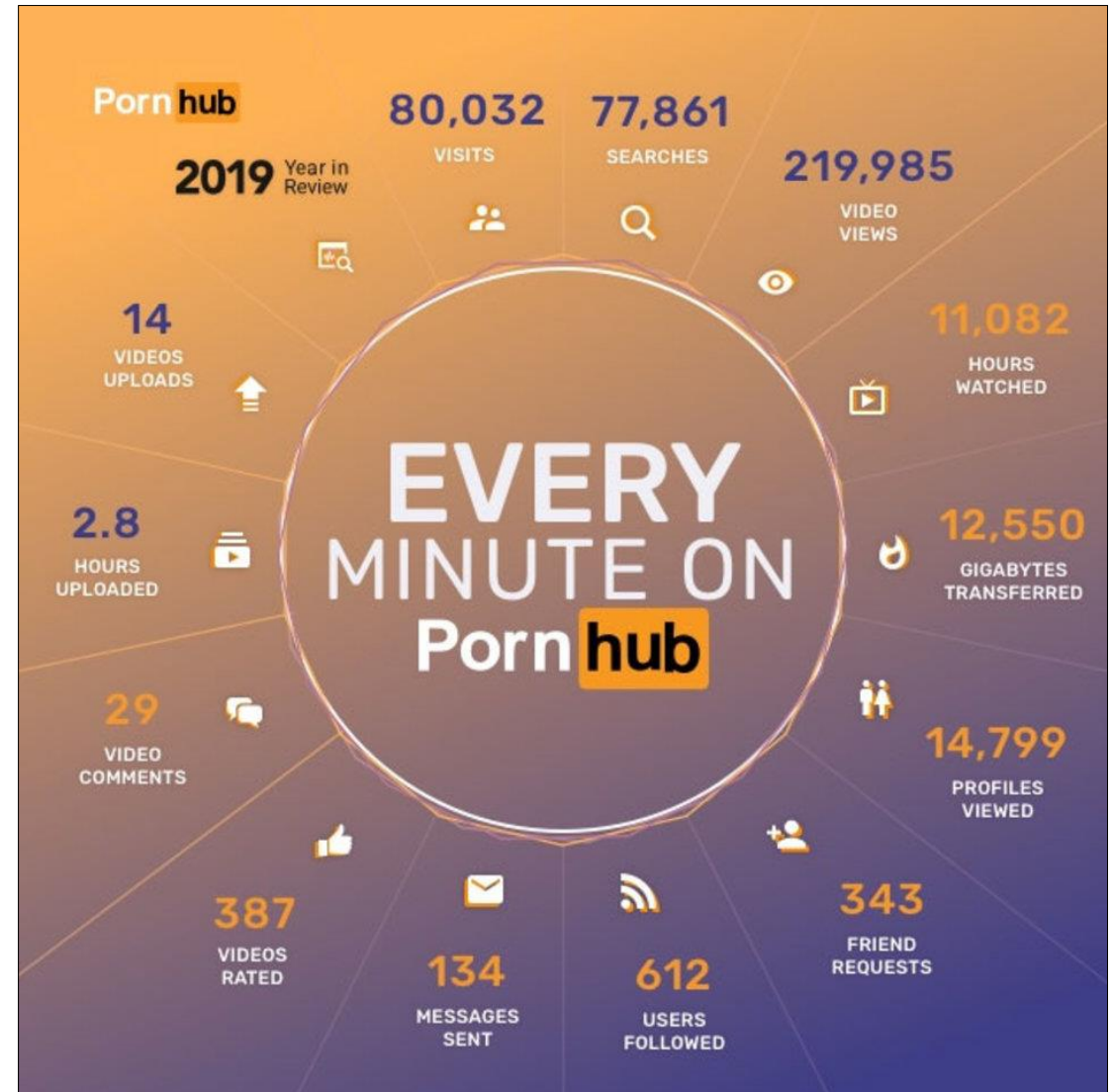
- Soziale Isolation
- Wegfallende Ressourcen
- Mehrarbeit
- Zukunftssorgen
- Erleben von Einschränkung
- Langeweile
- Freie Zeit
- Quarantäne
- ...



➔ Was ist Porn hub?

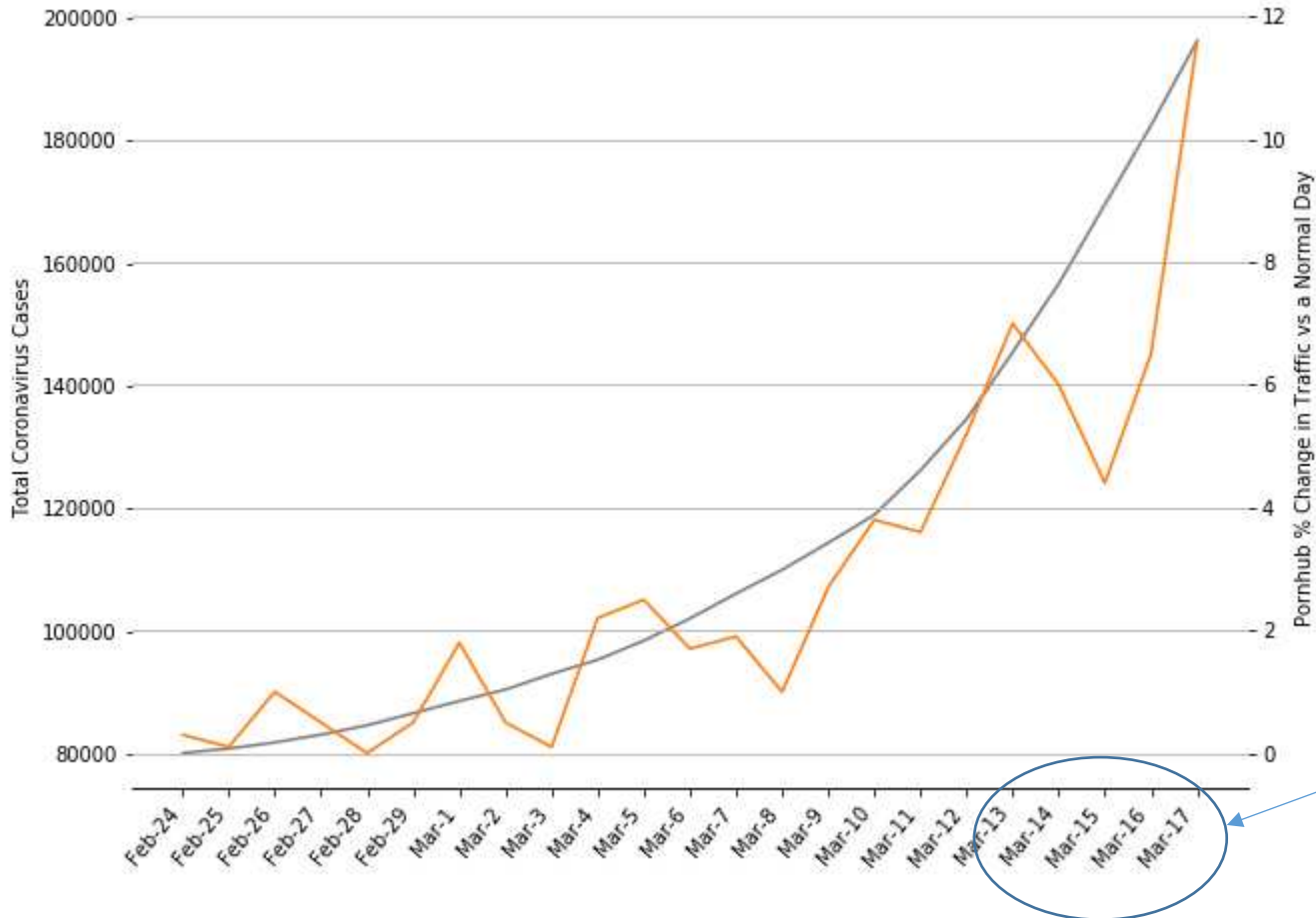


- Alexa Ranking: Platz 46 (Dezember 2019) (1. google / 11. Amazon / 19. Netflix)
- Platz 17 in Deutschland
- Januar 2018: durchschnittlich 64 Millionen Aufrufe am Tag
- Durchschnittsalter: 35,3 Jahre
- drei Viertel der Nutzer sind männlich
- ca. 60 % nutzt dabei mobile Endgeräte
- die durchschnittliche Verweildauer der Nutzer betrug im Jahr 2019 ca. 10 Minuten





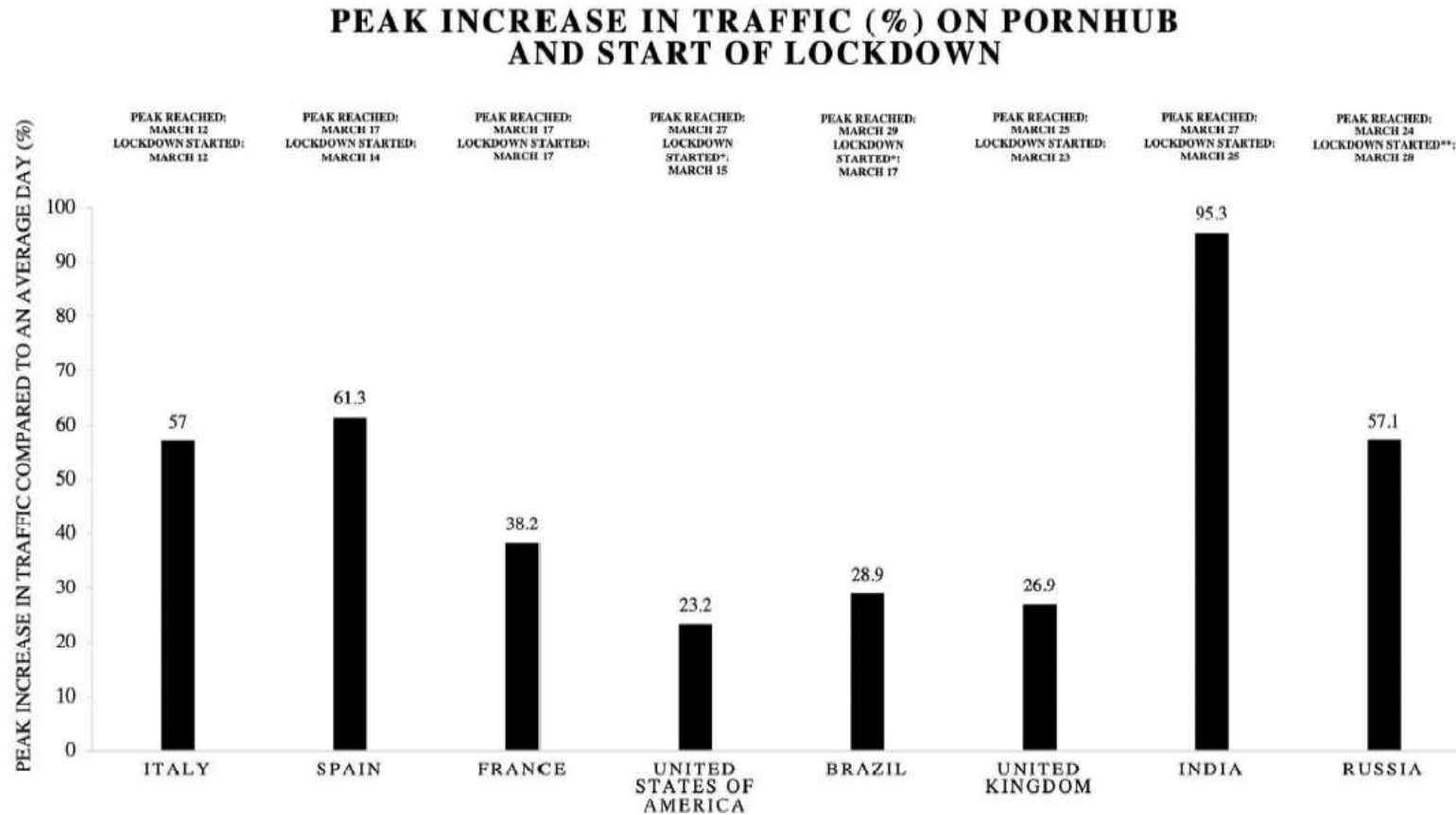
➔ Coronazahlen + weltweiter pornhub traffic



Pornhub macht den Premiumbereich kostenfrei!



➔ Coronazahlen + weltweiter pornhub traffic





→ fun-fact

28. August 2020 – Zoom Cloud Meetings berichtet technische Probleme. Von 08:00 – 14:00 Uhr (UK / USA) sind zoom Meetings nicht möglich.

In dieser Zeit verzeichnet Pornhub einen traffic-Anstieg von **6,8%**!



➔ Konzept der Anonymität (Triple A Engine)

- accessibility
 - affordability
 - anonymity
- ➔ „Beschleunigung“ des Zugriffs / Verringerung von Barrieren
(Barrierefreiheit / Bezahlbarkeit / Anonymität)

Mit Beginn der Corona-Krise ist auch ein vermehrter Einsatz von VPN-Clients zu beobachten

- Keine Sorge um Tabuisierung
 - Legalität
 - Vereinfachte Möglichkeiten des Zugriffs auf Illegalität
-
- in diesem Rahmen wird auch Online-Pornografie immer normaler und erhöht die Akzeptanz und die Zugriffshäufigkeit



➔ Zugriff und Verfügbarkeit

Ein kleines Experiment (und was zum Staunen):

Bitte geben Sie folgende Adresszeile in Ihren Webbrowser ein:

➔ www.ixxx.com



➔ Frage zum Nachdenken

1. Wieviel Geschlechtsverkehr pro Woche ist eigentlich normal?
2. Wieviel Sex braucht man um zufrieden zu sein
3. Wieviel Pornokonsum ist normal?
4. Welche Pornos sind okay? Welche nicht?



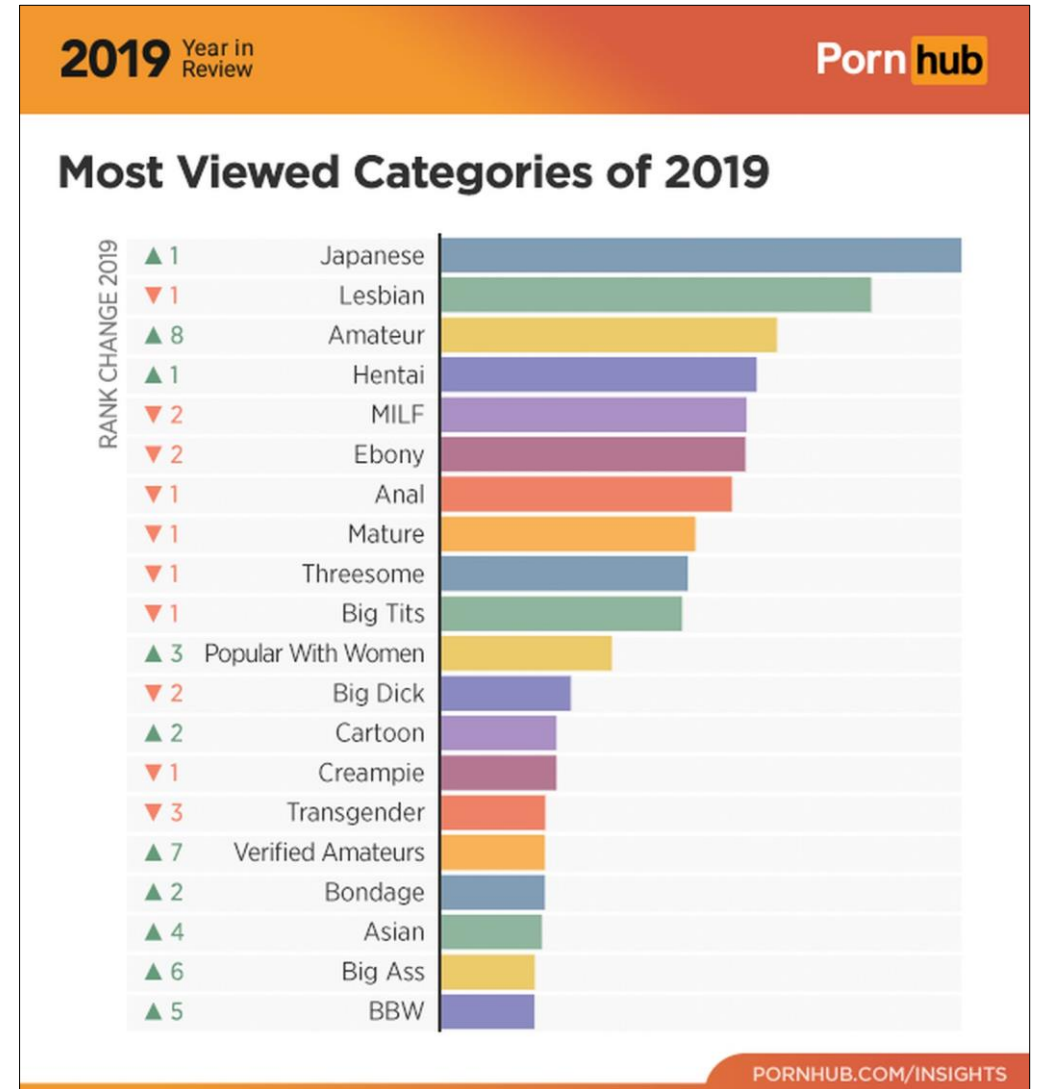
➔ Frage zum Nachdenken

- Menschen zwischen 18 und 29 haben 112 Mal Sex im Jahr, also 2,15 Mal pro Woche.
- Bei den 30- bis 39-Jährigen sind es noch 86 Mal Sex im Jahr, das sind 1,65 Mal pro Woche
- Ab 40 nimmt die Häufigkeit erneut ab: 69 Mal im Jahr, 1,33 Mal in der Woche.



➔ Achtung!

- Gefahr: Normierung der eigenen „Wertvorstellungen“
- Das Betrachten pornografischer Medien ist normal
- ABER: legal VS illegal
- Gefahr des moralischen Zeigefingers 🙅





→ Die Cooper Studie

- N = 7.000 zumeist männliche Internetnutzer
- **„Cybersexsüchtige“ verbringen im Schnitt 5,7 Stunden pro Woche auf Porno-Websites und in Sex-Chatrooms.**
- 20 Prozent der Männer und 12 Prozent der Frauen in der Cooper-Studie gehen auch am Arbeitsplatz ihrem Laster nach
- 27 Prozent der intensiven Nutzer weisen eine mittlere bis schwere Depression auf
- 30 Prozent der Betroffenen leiden zudem unter ausgeprägten Angstzuständen
- 35 Prozent zeigen Stresssymptome



Hypersexual Disorder - Hypersexualität – Sexsucht – zwanghafte Sexualität

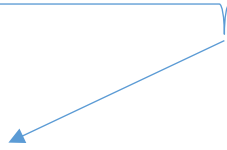
Vorgeschlagene Kriterien zur Aufnahme **DSM-V** (wurde abgelehnt):

- **Wiederkehrende und intensive** sexuelle Fantasien, sexuelle Impulse und sexuelles Verhalten über einen Zeitraum von mindestens sechs Monaten, die im Zusammenhang mit mindestens vier der folgenden Kriterien steht:
- Ein exzessiver Zeitbedarf für die Beschäftigung mit sexuellen Phantasien und Impulsen sowie für die Planung und Durchführung sexuellen Verhaltens
- Wiederholte Beschäftigung mit sexuellen Phantasien, Impulsen und Verhalten als Reaktion auf dysphorische Gefühlszustände (z.B. Angst, Depression, Langeweile, Reizbarkeit)
- Wiederholte Beschäftigung mit sexuellen Phantasien, Impulsen und Verhalten als Reaktion auf belastende Lebensereignisse
- Wiederholte, aber erfolglose Versuche, sexuelle Fantasien, Impulse und Verhalten zu kontrollieren oder deutlich zu reduzieren
- Wiederholte Beschäftigung mit sexuellem Verhalten unter Nichtbeachtung der Risiken psychischer oder emotionaler Schädigung für sich selbst oder andere

Kafka, 2010, 2013



- weiterhin unklar, ob es sich um eine Verhaltenssucht handelt (*fehlende Datenlage*)
- daher konservativer Ansatz im **ICD-11**
- **Compulsive Sexual Behavior Disorder**, wird den Impulskontrollstörungen zugeordnet



- Ein anhaltendes Unvermögen, intensive, sich wiederholende sexuelle Impulse oder Triebe zu kontrollieren, was zu wiederholtem sexuellen Verhalten führt, das sich in einem oder mehreren der folgenden Punkte manifestiert (min 6 Monate andauernd):
- Die Ausübung der sexuellen Aktivitäten hat zentralen Stellenwert im Leben einer Person erlangt. Andere Interessen, Aktivitäten und Pflichten sowie die persönliche Fürsorge und Gesundheit werden aufgrund der Aktivitäten vernachlässigt
- Die Person hat zahlreiche erfolglose Versuche unternommen, das Sexualverhalten zu kontrollieren oder deutlich zu reduzieren
- Die Person führt das repetitive Sexualverhalten trotz nachteiliger Folgen (z.B. wiederholte Beziehungsabbrüche, berufliche Konsequenzen, negative Auswirkungen auf die Gesundheit) fort
- Die Person führt das repetitive Sexualverhalten fort, auch wenn sie wenig oder keine Befriedigung daraus zieht



➔ Kritik an der Einordnung als „Verhaltenssucht“

- Keine Toleranzentwicklung
- Keine Entzugssymptomatik

⇒ **Aber:** Klinische Beobachtung:

- „Switching“ / „skipping“
- Zunahme an „härteren Reizen“
- Unruhe, Gereiztheit und innere Leere bei Ausbleiben des Handelns



➔ Häufige Verhaltensweisen im Rahmen der CSBD

- Exzessive Masturbation
- Exzessive Nutzung von Online-Pornografie
- Cam-Sex
- Telefonsex
- Häufig wechselnde Sexualpartner

➔ Unklare Datenlage zur Epidemiologie

- Schätzungen aus alten Studien: 5-6%

*Mead & Sharpe, 2018
Carnes, 1991*



→ Eine Möglichkeit der Unterscheidung hinsichtlich der Online-Nutzung (*gesamt*)

- **Generalisiert:** - nicht-spezifischer Gebrauch → *GIA – generalized internet addiction*
 - über das gesamte Internet hinweg
 - ohne Verbindung zu einem bestimmten Thema

- **Spezifisch:** - spezifischer Gebrauch → *SIA – specific internet addiction*
 - Bezogen auf eine Aktivität
 - Internet dient als Medium

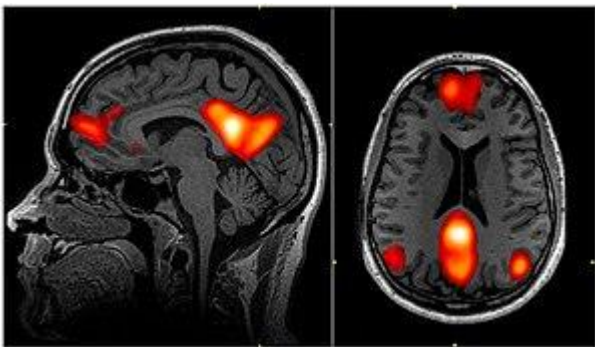
→ Exzessive Betrachtung von Online-Pornografie

- 1. internet mediate addiction (spezifisch)
- 2. Komponente der Hypersexualität



→ Studien verweisen auf Gemeinsamkeiten der Internetsucht mit Glückspiel und stoffgebundenen Süchten

- Verschlechterung der Exekutivfunktionen
- Verringerung der Aktivität im DMN (default mode network)
(Wird assoziiert mit verringerter Verhaltenskontrolle)
- Dysfunktionales dopaminerges Netzwerk
(Wird assoziiert mit einer erhöhten Ansprechbarkeit belohnungssensitiver Mechanismen)



→ Exkurs „default mode network“

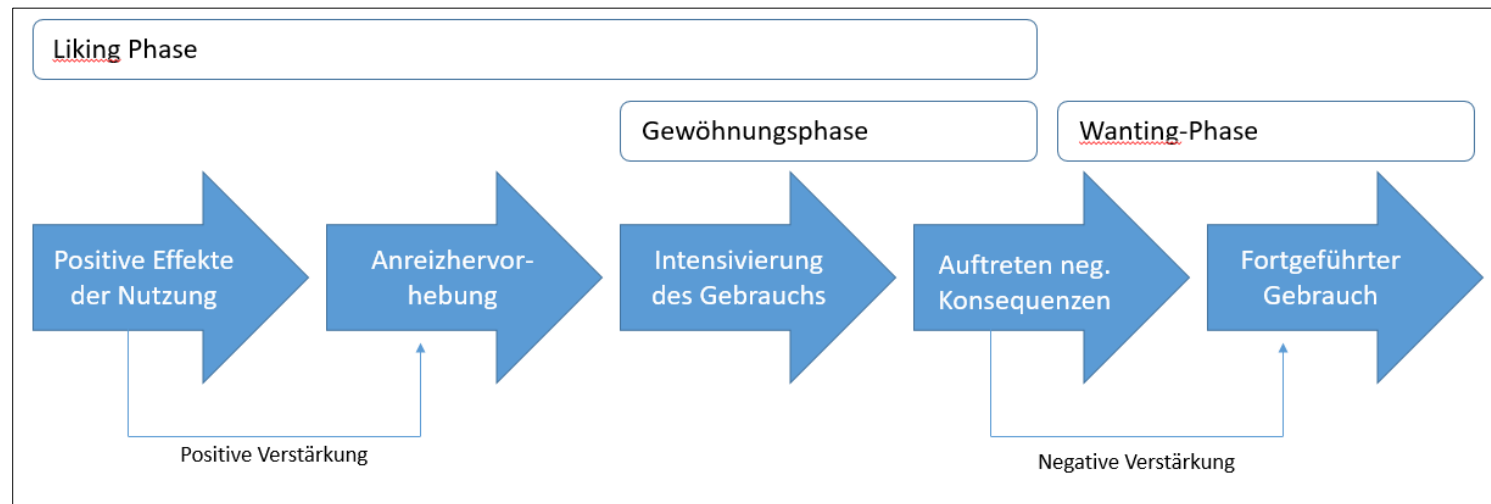
- Bestehend aus: präfrontaler Kortex, Praecuneus, Teile des Gyrus cinguli
- Netzwerk ist aktiv beim „Nichtstun“; wird deaktiviert beim Lösen von Aufgaben
- Ermöglicht „reizunabhängiges Denken“ (z.B. Tagträumereien)

*Brand et al, 2014
Darnai et al, 2019*



➔ Stadien des Problemaufbaus

- Unterschiedliche Ätiologien führen zu unterschiedlichen Störungsmodellen
- Daher Verweis auf „klassische“ Modelle (z.B. Biopsychosoziales Störungsmodell) – oder auch:



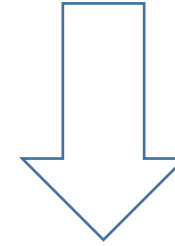
- Annahme zu Beginn: Sexuelle Onlineverhaltensweisen führen zu einem Belohnungserleben (z.B. durch Vermeidung, Entspannung, etc.)
- zu einer Befriedigung von Bedürfnissen
- die wiederholende Verwendung intensiviert Prozesse von cue-reactivity und craving
- im Rahmen von accessibility, affordability, anonymity – und das zeitnah

Robinson et al., 2009



→ Typenunterscheidung

„Sag mal, was für ein Pornotyp bist du eigentlich?“



- Depressiver Typus
- Stress-reaktiver Typus
- „Fiktion- und Fantasie-Typus“
- Zwanghafter Typus

Cooper et al., 1999



→ Kurze Darstellung



- 26 Jahre
- ledig, dauerhaft keine feste Partnerschaft
- wohnhaft zur Miete
- in Arbeit / krankgeschrieben

- F12.2 Cannabinoidabhängigkeit
- F63.8 Pathologischer Mediengebrauch (Online-Gaming, Online-Pornografie)

1 Schwester (+4) mit körperlicher Behinderung; Mutter zwanghaft und konservativ; Vater Alkoholiker und gewalttätig; Trennung der Eltern im 6. Lj; kein Kontakt mehr zum Vater; Herr G. in der Kindheit sehr verspielt – habe sich oft in Tagträume begeben; Lese-Rechtschreibschwäche in der Grundschule entdeckt; schlechte Schulleistungen insgesamt; strenge Mutter habe viel gewollt und viele Vorgaben gemacht; Entwicklung von Übergewicht und Mobbing; Behinderung der Schwester habe mehr und mehr Zeit der Mutter eingefordert; Freundeskreis in der Realschule: „Kiffer und Gamer“; Hobbies, Mobbing und Unwohlsein in der Schule hätten zu vermehrtem Rückzug geführt; fester Freundeskreis von Gamern (online-Treffen); wenig Kontakt zu Mädchen/Frauen, bei niedrigem Selbstwert; mit Beginn der Ausbildung und mit mehr finanziellen Möglichkeiten sei „technisch noch mehr möglich gewesen“; erste Partnerin mit 20 J – viele Konflikte; Trennung; depressives Erleben; weiterer Rückzug ...



➔ AICA Ergebnisse / aus dem Bericht:

Mit Hilfe des **Strukturierten klinischen Interviews zu Internetbezogenen Störungen** („AICA-SKI:IBS) wurde der bestehende Verdacht eines pathologischen Mediennutzungsmusters überprüft. Herr G. erreicht einen **Grenzwert von 25 (schwerer Pathologischer Mediengebrauch)**. Die Kriterien „Craving“, „Toleranzentwicklung“, „Entzugsähnliche Symptome“, „Kontrollverlust“ und „Fortführung des Konsums“ zeigen sich dabei erfüllt. Das Nutzungsmuster zeigt sich wie folgt: **Online-Computerspiele („Ego-Shooter“ („CS“), Online-Pornografie („Streaming))**. Die durchschnittliche Nutzungsdauer betrug dabei zuletzt bis zu **16 Stunden pro Tag**. Das Nutzungsverhalten zeigte sich **täglich**. Erstmals sei es 2016 zu einem Auftreten negativer Konsequenzen gekommen. Digitale Medien nutze er bereits überdurchschnittlich seit seiner Jugend. Schon damals habe er Teil eines „Kiffer- und Gamer-Freundeskreises“ gewesen. Nennenswerte Abstinenzphasen werden zeitweise im Rahmen von längeren Auslandsaufenthalten beschrieben. Folgende Funktionsbeeinträchtigungen konnten exploriert werden: In Bezug auf Beruf/Schule: „ziemlich“; in Bezug auf soziale Aktivitäten / Freizeitgestaltung: „etwas“ (kein besonderes Interesse an sozialen Beziehungen); in Bezug auf Familienleben / häusliche Verpflichtungen: „etwas“. Der Rehabilitand möchte eine reduzierende Verhaltensveränderung, jedoch keinen Verzicht.



➔ Besonderheiten in Bezug auf den Gebrauch von Online-Pornografie

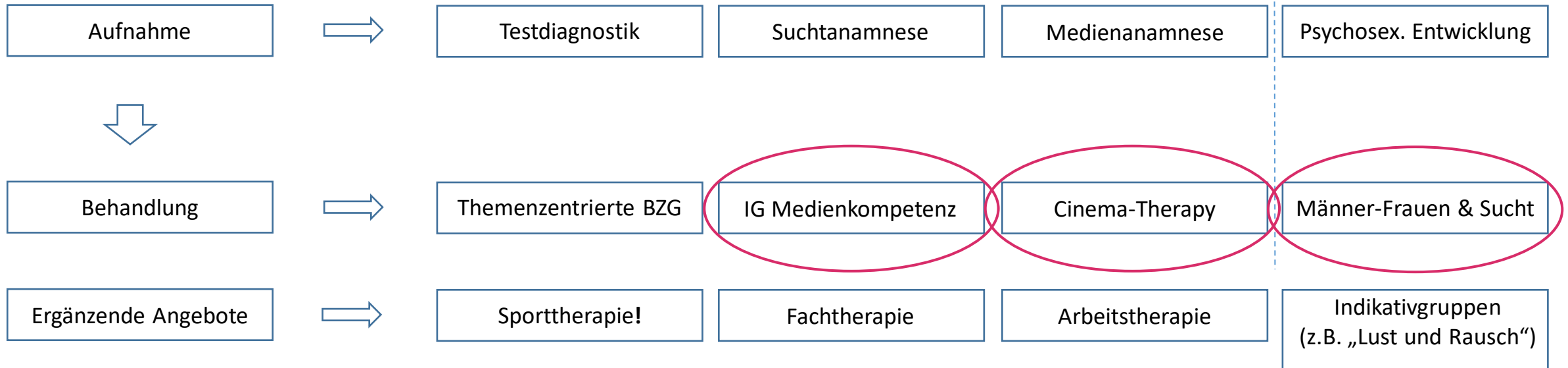
- benötigte fortwährend härtere Reize
- betrachtete auch illegales pornografisches Material
- Pornografie wurde „nebenher“ betrachtet (ohne Masturbation)
- „skipping“ – schnelles Wechseln zwischen pornografischen Material
- Interesse an echten Sexualkontakten schwand
- Gaming diente als Hinweisreiz (am PC sitzen)
- berichtete deutlich gestiegenes Nutzungsverhalten mit Beginn der Pandemie
- tägliches Schauen pornografischer Inhalte; 1-5x Masturbation pro Tag
- Isolation und Lockdown verstärkten Verhalten



- Starke Verbindung zwischen Substanzkonsum und Sexualität
- Häufig „ausufernde“ Sexualität – „grenzenlos“
- Hoher Mediengebrauch zur Kontakthanbahnung (Grindr, Romeo, etc.), aber auch
- Hoher Konsum von pornografischem Material („slam-porn“)
- Sexualität ist lebens- und stilbestimmend
- Aussetzung eines Dauerreizes bei hoher Sexualisierung
- Konsum medialer Pornografie wirkt verstärkend und aufrechterhaltend



➔ Gruppenangebote

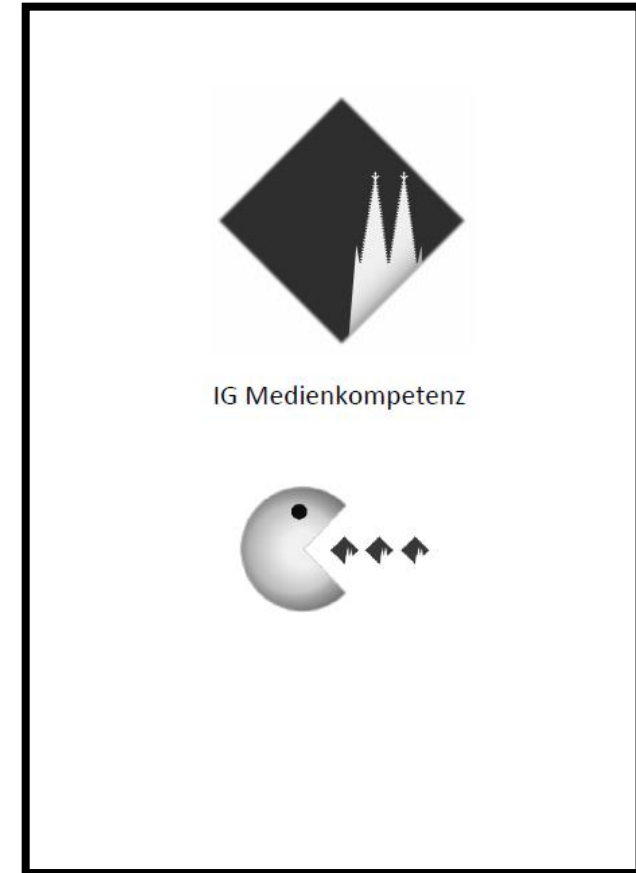




➔ Indikativgruppe Medienkompetenz Inhalte

- Erarbeiten von individuellen Störungsmodellen
- Paradox: Anstreben eines „kontrollierten Konsums“ – Ampelmodell
- „digital detox“
- Selbst und Fremdwahrnehmung – Darstellung im virtuellen Raum
- Umgang mit Langeweile
- Aufbau von alternativen Verhaltensweisen
- Selbstwertarbeit
- Entwicklung von selbstregulatorischen Fähigkeiten

➔ Problem: Fremdartigkeit zwischen „Gamern“ und „Pornis“





→ Cinema-Therapy

- Medien sollen nicht einfach „konsumiert“ werden
- Erleichterung des Perspektivwechsels durch das Medium Film
- „Antriggern“ von Themen



⇒ „Was würden Sie tun, wenn Sie nur noch 3 Wochen zu leben hätten?“

3 Wochen Pornos schauen?



➔ Männer & Sucht

- Männliche Rollenbilder
- Beziehung zum Vater
- Männliche Sexualität
- Sexualität – Mythen und Probleme
- Wann ist ein Mann ein Mann?



➔ Lust und Rausch

- Spezifische Gruppe für msm/chemsex
- Was bedeutet „normale Sexualität“
- Veränderung des Lebensstils
- Psychosexuelle Entwicklung
- Männliche Identität
- Gedankliche Einengung
- Beziehungsgestaltung



Michael Krämer // salus Klinik Hürth

m.kraemer@salus-huerth.de

(02233) 80 81-881