

Erfassung der suchtartigen Nutzung von digitalen Medien: bestehende Skalen und Ergebnisse eines Pretests

Wissenschaftlicher Bericht

Im Auftrag BMASGK

Erfassung der problematischen Nutzung von digitalen Medien: bestehende Skalen und Ergebnisse eines Pretests

Wissenschaftlicher Bericht

Autor/in:

Julian Strizek
Alexandra Puhm

Fachliche Begleitung:

Franz Pietsch
Claudia Rafling

Projektassistenz:

Monika Löbau

Die Inhalte dieser Publikation geben den Standpunkt der Autorin / des Autors und nicht unbedingt jenen des Auftraggebers wieder.

Wien, im Dezember 2018

Im Auftrag des Bundesministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz

Zitiervorschlag: Strizek, Julian; Puhm, Alexandra (2018): Erfassung der problematischen Nutzung von digitalen Medien: bestehende Skalen und Ergebnisse eines Pretests. Gesundheit Österreich, Wien

Zl. P4/11/4760

Eigentümerin, Herausgeberin und Verlegerin: Gesundheit Österreich GmbH,
Stubenring 6, 1010 Wien, Tel. +43 1 515 61, Website: www.goeg.at

Der Umwelt zuliebe:

Dieser Bericht ist auf chlorfrei gebleichtem Papier ohne optische Aufheller hergestellt.

Kurzfassung

Hintergrund

Die problematische Nutzung von digitalen Medien (z. B. Online-Games, *Social Media*, aber auch Internetaktivitäten im Allgemeinen) hat in den letzten Jahren verstärkte Aufmerksamkeit in Wissenschaft und Öffentlichkeit erhalten und stellt ein verhältnismäßig neues Themenfeld im Bereich der Verhaltenssuchte dar. Derzeit bestehen für Österreich noch keine Prävalenzschätzungen zur problematischen Nutzung verschiedener digitaler Medien. Drei Skalen mit unterschiedlichen Schwerpunkten innerhalb des Spektrums digitaler Medien wurden einem Pretest unterzogen, um Empfehlungen für einen Einsatz in zukünftigen Repräsentativerhebungen abzuleiten.

Methode

Ein qualitativer Pretest der *Compulsive Internet Use Scale* (CIUS), des *Problem Online Gaming Questionnaire* (POGQ) und der *Bergen Social Networking Addiction Scale* (BSNAS) wurde mittels Online-Fragebogen in einem selbstselektierten Sample von Facebook-Usern/-Userinnen durchgeführt. Insgesamt wurden 2.000 Rückmeldungen zu den Skalen in Form von offenen Angaben von über 300 Befragungsteilnehmern/-teilnehmerinnen gesammelt und thematisch geclustert.

Ergebnisse

Laut Rückmeldung der Befragungsteilnehmer/innen werden die Skalen CIUS und BSNAS der Heterogenität der Nutzungsmöglichkeiten (Motivation, Art und Zweck der Nutzung) von *Social Media* bzw. von Internetanwendungen im Allgemeinen nicht gerecht. Dazu wird die Beantwortung aller drei Skalen durch definitorische Probleme und unzureichende Abgrenzungen erschwert (unklar, was mit *Social Media* gemeint ist, welche Form der Nutzung gemeint ist, welche Anwendungen inkludiert sind), die wiederum durch den ständigen Wandel digitaler Medien kaum in den Griff zu bekommen sind. Die Anwendung mancher etablierten Kriterien von stoffgebundenen Abhängigkeitserkrankungen wird generell kritisiert (z. B. Toleranzentwicklung). Bezüglich anderer Suchtkriterien, z. B. Kontrollverlust, wird hingegen kritisiert, dass lediglich nach der Häufigkeit von Symptomen gefragt wird, die Problem-Intensität hingegen nicht berücksichtigt wird.

Die Rückmeldungen der Befragten legen zudem nahe, dass neben suchtspezifischen Probleme auch andere psychische Belastungen in Zusammenhang mit digitalen Medien eine wichtige Rolle spielen und die Beurteilung des eigenen Verhaltens von allgemeinen Einstellungen gegenüber digitalen Medien geprägt wird. Als überaus schwierig gestaltet sich die Messung der Nutzungszeiten, da die Nutzung digitaler Medien bei der überwiegenden Mehrheit der Befragungsteilnehmer/innen stark schwankt und zusätzlich in Abhängigkeit von Medium und Nutzungsart jeweils unterschiedliche Zählweisen erforderlich sind.

Schlussfolgerungen/Empfehlungen/Diskussion

Unter Berücksichtigung aller Einschränkungen sind Skalen zur Messung der problematischen Nutzung von Online-Games (wie der POGQ) aufgrund eines relativ klar umgrenzten Verhaltens noch am ehesten geeignet, um in repräsentativen Bevölkerungs- oder Schülerbefragungen zum Einsatz zu kommen. Skalen zur Messung der problematischen Nutzung von *Social Media* (BSNAS) bzw. eines problematischen Gebrauchs des Internets im Allgemeinen (CIUS) scheinen angesichts der Rückmeldungen im Pretest zu unspezifisch und fehlerbehaftet zu sein, als dass ein Einsatz in Suchtsurveys derzeit sinnvoll wäre.

Schlüsselwörter

Pretest, Messinstrumente, digitale Medien, Online-Games, *social media*, Suchtverhalten

Summary

Background

The problematic use of digital media (e.g. online games, social media, or internet activities in general) has recently received increased attention in the scientific and public domain and created an emerging field of research within behavioural addictions. Up to now, no prevalence estimates for the problematic use of digital media exist in Austria. Three scales focussing on online-gaming, social media and internet use in general were pre-tested to develop recommendations for their implementation in future population surveys or school surveys.

Methods

The Compulsive Internet Use Scale (CIUS), the Problem Online Gaming Questionnaire (POGQ) and the Bergen Social Networking Addiction Scale (BSNAS) were pre-tested using a qualitative online questionnaire in a self-selected sample of Facebook users. A total number of 2,000 responses from over 300 respondents were collected and clustered by topics.

Results/Findings

According to the feedback from the respondents, the CIUS and BSNAS do not do justice to the heterogeneity of social media use or Internet activities in general (motivation, type and purpose of use). In addition, respondents were hampered to give answers to all scales by insufficient definitions and delimitations (e.g. definition of social media or what kind of usage or games should be included). These problems, in turn, can hardly be controlled due to the constant change of digital media. The application of established criteria for substance use disorders is to some part criticised in general (e.g. with respect to the criteria tolerance). Other addiction criteria, such as loss of control, are criticised because items focus only on the frequency of symptoms, but not on the intensity of the problem. Self-reported problems in connection with digital media are not restricted to addictive symptoms, but also cover a range of other psychological problems. In addition, the assessment of one's own behaviour is also influenced by general attitudes towards digital media. Time invested in the use of digital media is difficult to measure, as the vast majority of respondents does not use digital media in a constant way and different accounts are required depending on the medium and type of use.

Discussion/Conclusion/Recommendations

Taking into account all limitations, scales like the POGQ used to measure problem gaming are still most suitable for quantitative surveys in the general population or student populations. Scales for measuring a problematic use of social media (BSNAS) or a problematic use of the Internet in general (CIUS) seem to be too unspecific and error-prone to be used in survey designs.

Keywords

pretest, digital media, online games, social media, addictive behaviour

Inhalt

Kurzfassung	III
Summary	V
Abbildungen und Tabellen	VIII
Abkürzungen.....	IX
1 Hintergrund.....	1
2 Zielsetzung und Methodik.....	3
3 Bestehende Skalen	6
3.1 Skalen zur Messung der allgemeinen Internetnutzung	6
3.2 Skalen zur Messung einer problematischen Nutzung von Online-Gaming	8
3.3 Skalen zur Messung einer problematischen Nutzung von Social-Media- Applikationen oder Sozialen Netzwerkseiten	9
4 Ergebnisse des Pretests auf Facebook	11
4.1 Compulsive Internet Use Scale.....	11
4.2 Problem Online Gaming Questionnaire, Short Form	15
4.3 Bergen Social Networking Addiction Scale.....	18
5 Zusammenfassung und Schlussfolgerung.....	23
6 Referenzen	30
7 Annex	33
7.1 Übersicht zu Screening-Instrumenten nach Bischof et al.	33
7.2 Fragebogen des Pretests	37

Abbildungen und Tabellen

Abbildungen

Abbildung 4.1: Altersverteilung der Teilnehmer/innen an der Online-Erhebung	11
---	----

Tabellen

Tabelle 3.1: Aufbau und Fragen einer CIUS-Kurzversion mit 8 Items.....	7
Tabelle 3.2: Aufbau und Fragen des POGQ-SF mit 12 Items.....	9
Tabelle 3.3: Aufbau und Fragen der BSNAS.....	10
Tabelle 7.1: Skalen zur Messung von Internetsucht nach Bischof et al. (2016).....	33

Abkürzungen

BSNAS	Bergen Social Networking Addiction Scale
CIAS-R	Revised Chen Internet Addiction Scale
CIUS	Compulsive Internet Use Scale
DSM-5	Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders in der fünften Revision
GPIUS	Generalized Problematic Internet Use Scale
GÖG	Gesundheit Österreich GmbH
ICD-11	International Classification of Diseases in der elften Revision
IGD	Internet Gaming Disorder
GD	Gaming Disorder
IFES	Institut für empirische Sozialforschung GmbH
PIUQ	Problematic Internet Use Questionnaire
POGQ	Problem Online Gaming Questionnaire
POGQ-SF	Problem Online Gaming Questionnaire, Short Form
SNS	Soziale Netzwerkseiten

1 Hintergrund

Ausgangslage

Suchtverhalten in Bezug auf die Nutzung von digitalen Medien wird mit Begriffen wie Computerspielsucht, Smartphonesucht oder Internetsucht in regelmäßigen Abständen medial diskutiert. Auch in der Bevölkerung wird diesen Phänomenen ein hoher Stellenwert zugemessen. Im Wiener Suchtmittel-Monitoring aus dem Jahr 2017 gaben acht Prozent der Befragten an, dass sie die Gefahr sehen, selbst einmal „internet-/handysüchtig“ zu werden, und ein Viertel der Befragten sieht diese Gefahr bei Angehörigen. Beide Werte sind etwa gleich hoch wie jene für Alkohol und deutlich höher als jene für illegale Substanzen (IFES 2017).

Allerdings liegen für Österreich keine Daten aus repräsentativen Erhebungen zur tatsächlichen Prävalenz der problematischen Nutzung von unterschiedlichen Anwendungen vor. Die nächste Repräsentativerhebung zu Substanzgebrauch¹ – zuletzt wurden im Jahr 2015 Daten erhoben (Strizek/Uhl 2016) – bietet eine Möglichkeit, dem entgegenzuwirken, indem Fragen inkludiert werden, die eine eventuelle problematische Nutzung von digitalen Medien messen. Da es sich um ein relativ neues Forschungsfeld handelt, ist es sinnvoll, vorhandene Instrumente einem Pretest zu unterziehen, bevor diese in groß angelegten Erhebungsdesigns zum Einsatz kommen.

Konzeption der problematischen Nutzung von Internetapplikationen und Computerspielen

Unter dem Überbegriff „digitale Süchte“ lassen sich sowohl in der Literatur als auch in der empirischen Forschung drei unterschiedliche Schwerpunkte erkennen: (1) die Untersuchung von Suchtverhalten in Bezug auf die Internetnutzung im Allgemeinen, (2) die Untersuchung von Suchtverhalten in Bezug auf die Nutzung von Computerspielen, wobei dieser Diskurs teilweise auf Online-Spiele eingeschränkt wird, und (3) die Untersuchung von Suchtverhalten in Bezug auf die Nutzung von Sozialen Netzwerkseiten.

Das Kompetenzzentrum Sucht an der GÖG hat sich bisher im Rahmen von zwei literaturgestützten Studien mit dem Phänomen der suchartigen Nutzung von digitalen Spielen (Puhm/Strizek 2017) sowie der dysfunktionalen Nutzung von Sozialen Netzwerkseiten (Strizek/Puhm 2017) beschäftigt.

Digitale Spiele sind in den letzten Jahrzehnten zu einem weit verbreiteten gesellschaftlichen Phänomen und zu einer boomenden Branche geworden (Kuss 2013) und stellen aktuell wohl das am häufigsten beforschte Verhalten im Bereich „digitale Süchte“ dar. Im Zuge eines allgemein wachsenden wissenschaftlichen Interesses an Verhaltenssuchtigen (Billieux et al. 2015) wurde proble-

1

Neben Fragen zum Konsum von legalen und illegalen Substanzen wurden im Jahr 2015 bereits erstmals Fragen zu Glücksspiel inkludiert.

matischen Nutzungsformen von digitalen Spielen in den letzten Jahren immer mehr Aufmerksamkeit geschenkt, wobei der Schwerpunkt auf bestimmten Arten von Spielen im Internet liegt (z. B. MMORPG, sogenannte "Massively Multiplayer Online Role Playing Games"). Die Spielmechanik von MMORPGs beinhaltet viele Elemente, von denen bekannt ist, dass sie die Spielzeit übermäßig verlängern und zu Problemen beim Spielen führen können. Zu diesen Elementen gehört die Gestaltung der Interaktionsmöglichkeiten, die Spielerspektive, die Gestaltbarkeit von Avataren oder spielimmanente Belohnungssysteme (Nagygyörgy et al. 2013).

Infolge des verstärkten Forschungsinteresses wurde die Diagnose "Internet Gaming Disorder" (IGD) erstmals in den Anhang des DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders in der 5. Revision) unter „Störungsbilder, die weiterer Forschung bedürfen“, aufgenommen (Petry/O'Brien 2013) und die Diagnose "Gaming Disorder" (GD) wurde in die elfte Version des ICD (International Classification of Diseases) aufgenommen. Auch wenn es Hinweise darauf gibt, dass IGD und GD einige Ähnlichkeiten mit Störungen des Substanzgebrauchs aufweisen, liegen nach wie vor relativ wenig gesicherte Informationen zu Ätiologie und Fortschreiten der Störungsbilder IGD und GD vor. Die Debatte, ob diese Verhaltensweisen als Sucht und damit als unabhängige Störungsbilder zu klassifizieren oder eher Symptome einer anderen Grunderkrankung sind, wird immer noch kontrovers geführt (Griffiths et al. 2015). Die Aufnahme der Gaming Disorder in ICD-11 wurde von einer Forschergruppe unterstützt (Rumpf et al. 2018), von einer anderen Forschergruppe (Van Rooij et al. 2018) hingegen stark kritisiert.

Ein weiterer Fokus richtet sich auf soziale Medien bzw. soziale Netzwerke als ein Anwendungsgebiet sozialer Medien. Soziale Netzwerkseite (SNS) bieten eine Möglichkeit zur Befriedigung des grundlegenden menschlichen Bedürfnisses nach sozialer Interaktion und Zugehörigkeit. Es besteht Konsens darüber, dass SNS die Handlungsoptionen von Usern/Userinnen erweitern und für unterschiedliche Zwecke positiv genutzt werden können. Zweifel bestehen hingegen darüber, ob Online-Netzwerke in Hinblick auf Emotionalität oder Verbindlichkeit dieselbe Qualität wie herkömmliche soziale Netzwerke bieten. Dysfunktionale Nutzungsformen von SNS sind mit einer enormen Bandbreite an negativen Auswirkungen assoziiert, die nicht immer Kriterien eines suchartigen Verhaltens erfüllen müssen, sondern etwa auch unangebrachtes (antisoziales oder riskantes) Nutzungsverhalten oder negative Folgen ohne Suchtsymptomatik umfassen (Strizek/Puhm 2017).

Sowohl für die Nutzung von (Online-)Computerspielen als auch für die Nutzung von SNS gilt, dass ein hoher Zeitaufwand eine Voraussetzung, aber für sich alleine kein hinreichendes Kriterium für ein suchartiges Verhalten darstellt. Ein solches wäre unter anderem durch das Auftreten von negativen Folgen von einem nur zeitintensiven Verhalten abzugrenzen. Eine weitere Gemeinsamkeit unterschiedlicher Aktivitäten im Zusammenhang mit digitalen Medien liegt darin, dass eine komplementäre Nutzung (als Ergänzung zu realweltlichen Kontakten und Aktivitäten) zumeist als Indikator für unproblematisches Verhalten gilt, während eine kompensatorische Nutzung (im Sinne einer Coping-Strategie bei emotionalen bzw. psychischen Belastungen) hingegen als Indiz für ein problematisches Verhalten gilt. Bei letzterem können bestehende Problemlagen durch eine zeitintensive und einseitige Nutzung noch weiter verstärkt werden.

2 Zielsetzung und Methodik

Aufbauend auf vorhandenen konzeptionellen Auseinandersetzungen mit digitalen Spielen und sozialen Netzwerkseiten soll die vorliegende Arbeit bei der Beurteilung der Frage helfen, ob und welche Skalen zur Messung von digitalen Süchten im Rahmen einer zukünftigen Bevölkerungsbefragung in Österreich zum Einsatz kommen sollen.

Dazu wurde zunächst eine Handsuche nach Fachliteratur durchgeführt, um relevante Skalen zu identifizieren. Auf Basis dieser Literatursuche wurde jeweils eine Skala zur Messung der Internetnutzung im Allgemeinen, zur Nutzung von Computerspielen sowie zur Nutzung von SNS ausgewählt. Die ausgewählten Skalen wurden in einem weiteren Schritt einem Pretest mittels Online-Fragebogen unterzogen, um auf Basis des Feedbacks von Befragungsteilnehmern/Befragungsteilnehmerinnen mögliche Probleme in der Anwendung dieser Skalen identifizieren zu können und Schlussfolgerungen für zukünftige Einsatzmöglichkeiten für die Messung problematischer Nutzung von digitalen Medien ziehen zu können.

Methodisch kann diese Vorgehensweise als eine „asynchrone qualitative Online-Befragung“² klassifiziert werden (Gnambs/Batinic 2010). Als Vorteil dieser Erhebungsform gilt unter anderem, dass die Befragten länger über ihre Antworten nachdenken können bzw. Gedanken besser ausformulieren können, als es bei synchronen Befragungsformen möglich wäre. Nicht zuletzt ist das Einholen von Informationen mittels elektronischer Medien deutlich günstiger als persönliche Interviews. Der wohl bedeutendste negative Aspekt liegt darin, dass der Wegfall nonverbaler Kommunikation (z. B. Stimmlage, Mimik oder Körperhaltung) den Informationsgehalt von Online-Interviewdaten weniger reichhaltig macht als vergleichbare persönliche Interviews. Ein Mehrwert dieses Pretests liegt darin, dass ein relativ neuartiges Design eingesetzt wurde und Erfahrungen aus diesem Projekt für weitere Tätigkeiten genutzt werden können.

Erhebungsinstrument

Der Fragebogen (vgl. Annex 7.2) setzte sich im Wesentlichen aus den ausgewählten Skalen, die den Stimulus für die Befragten darstellen, sowie aus offenen Fragen bzw. Kommentarfeldern zusammen, die das eigentliche Erkenntnisinteresse formulieren. Diese offenen Fragen fordern die Befragten auf, Kommentare abzugeben,

- » wie sie die abgefragten Inhalte sowie die Verständlichkeit der gewählten Formulierungen bewerten,
- » ob ihre Testergebnisse (der Summenscore jeder Skala wird automatisch über den Online-Fragebogen berechnet) im Einklang oder im Widerspruch zu Ihrer Selbsteinschätzung stehen und wie sie einen möglichen Widerspruch begründen,

2

asynchron deswegen, weil die Kommunikation zeitversetzt stattfindet und nicht eng aufeinander folgend, wie etwa in einem Chat oder ähnlichen Formen

- » welche Aspekte ihres Verhaltens sie selbst als problematisch wahrnehmen bzw. welche Kriterien sie allgemein für eine problematische Nutzung charakteristisch halten.

Dieser Aufbau wurde sowohl für die allgemeine Internetnutzung, für die Nutzung von Computerspielen und für die Nutzung von SNS verwendet. Fragen zur Nutzung von Computerspielen und SNS wurden jeweils nur dann gestellt, wenn die Befragten diese Medien in den letzten 30 Tagen auch benutzt haben. Bezüglich Computerspielen und SNS wurden zudem Fragen zur Nutzungsdauer gestellt und mittels Kommentarfunktion erhoben, ob diese als geeignet oder nicht erachtet werden, um eine Nutzung als problematisch oder unproblematisch einstufen zu können.³

Abschließend wurden die Befragten gebeten, Geschlecht und Alter sowie gegebenenfalls abschließende Kommentare anzugeben. Zudem wurde weiterführende Literatur verlinkt sowie – bei Bedarf – auf den Suchthilfekompass (www.suchthilfekompass.goeg.at/) für die Suche nach Unterstützungseinrichtungen verwiesen.

Umsetzung, Rücklauf und Auswertung

Die Distribution des Online-Fragebogens erfolgte mittels Facebook-Ads. Dazu wurde für die Studie eine eigene Facebook-Seite eingerichtet und ein Beitrag erstellt, in dem zur Teilnahme an der Studie per Klick auf einen Link eingeladen wurde. Dieser Beitrag wurde mittels Facebook-Ads beworben, die lediglich in regionaler Hinsicht eingeschränkt wurden (Bewerbung ausschließlich unter Personen, die sich in Österreich befinden).

Insgesamt wurden für die Bewerbung des Beitrags mit dem Link zur Teilnahme 180 Euro ausgegeben. Mit diesem Budget wurden 25.119 Personen erreicht (d. h. diese Anzahl an Personen hat den beworbenen Beitrag zugestellt bekommen), von denen wiederum 2.413 auf diesen Beitrag geklickt haben. Der Einleitungstext wurde nach einer ersten Testphase adaptiert, wodurch die Relevanz⁴ des Beitrags weiter erhöht wurde.

953 Personen haben den Fragebogen tatsächlich auch mittels Klick geöffnet. Davon abgezogen werden müssen jene Personen, die zwar den Link geöffnet haben, aber keine oder nur sehr wenige Fragen beantwortet haben. 560 Fragebögen wurden von jeglicher Analyse ausgeschlossen, da sie keinerlei Informationen in Bezug auf die offenen Fragen enthielten. Die restlichen Fragebögen (n = 393), in denen zumindest eine offene Frage beantwortet wurde und somit ein inhaltlicher Kommentar vorhanden war, wurden für die weiteren Analysen berücksichtigt. 323 Personen haben

3

In der Frage zur allgemeinen Internetnutzung wurde auf eine zeitliche Komponente verzichtet, da es von vornherein als unmöglich erachtet wurde, sämtliche Onlinezeiten zu quantifizieren.

4

Unter dem Begriff „Relevanz“ misst Facebook die Relation zwischen übermittelten Beiträgen und positiven Interaktion (z. B. Klicks, Likes). Der schlussendlich verwendete Beitrag wurde von Facebook in Hinblick auf seine Relevanz mit 9 von 10 Punkten bewertet.

den Fragebogen bis zum Ende ausgefüllt. In einigen Fällen gaben die Befragten allerdings ausschließlich ein oder nur wenige inhaltliche Kommentare zu den offenen Fragen ab. Andere Personen haben den Fragebogen hingegen sehr ausführlich kommentiert und viele oder alle offenen Fragen beantwortet. Aus diesem Grund ist die Anzahl auswertbarer Kommentare auch von Frage zu Frage unterschiedlich. Insgesamt stand eine Gesamtzahl von knapp 2.000 Kommentaren auf offene Fragen für die Auswertung zur Verfügung.

Dieses Feedback der Befragten wurde nach wiederkehrenden Themen und Argumentationslinien zu thematischen Clustern zusammengefasst und wird in Kapitel 4 für die drei Skalen jeweils einzeln dargestellt.

3 Bestehende Skalen

Die Auswahl von Skalen für den Pretest folgte der Prämisse, je eine Skala für Internetnutzung im Allgemeinen, eine Skala für die Nutzung von Online-Games und eine Skala für die Nutzung von Sozialen Netzwerkseite zu testen. Dies entspricht der derzeitigen Auffassung, dass die problematische Nutzung unterschiedlicher Online-Anwendungen unterschiedliche Phänomene darstellt (Király et al. 2014) und daher auch mit unterschiedlichen Instrumenten erfasst werden sollte. Die Auswahl der Skalen erfolgte in erster Linie nach der in der Literatur beschriebenen Qualität des jeweiligen Instruments. Da in Österreich derzeit nicht geplant ist, eine eigene Erhebungen ausschließlich zum Online-Verhalten durchzuführen, sondern stattdessen diese Skalen in bereits regelmäßig durchgeführte umfassende Erhebungen zur Messung von Suchtverhalten integriert werden, war ein weiteres Kriterium, nach Möglichkeit kurze Instrumente zu testen. So wurde etwa der sehr detaillierte Test von Northrup et al. (2015) nicht berücksichtigt, weil dieser 26 Items für 7 unterschiedliche Internetanwendungen (in Summe 182 Items) beinhaltet. Zudem wurde darauf geachtet, dass die Skalen unentgeltlich zugänglich sind, dass bereits deutschsprachige Versionen vorliegen und dass die Verwendung eines Tests Vergleiche mit anderen Studien ermöglicht.

3.1 Skalen zur Messung der allgemeinen Internetnutzung

Instrumente zur Messung sind zum Teil sehr umfangreich, wie etwa der *Problematic Internet Use Questionnaire* (PIUQ) mit 18 Items, die *Internetsuchtskala* von Hahn et al. (2016) mit 20 Items, die bereits gekürzte und deutschsprachige Version der *Generalized Problematic Internet Use Scale* (GPIUS) mit 15 Items (Barke et al. 2014) oder die *Revised Chen Internet Addiction Scale* (CIAS-R) mit 26 Items (Mak et al. 2014).

Sowohl aus Deutschland (Bischof et al. 2016) als auch aus der Schweiz (Gmel 2017) stehen rezente Forschungsberichte zur Verfügung, die sich mit den Möglichkeiten eines möglichst kurzen Screening-Instrumentes auseinandersetzen. Bischof et al. (2016) testeten unterschiedliche Kurzversionen eines längeren Screening-Instrumentes, des CIUS (*Compulsive Internet Use Scale*), auf seine interne Konsistenz sowie Sensitivität und Spezifität im Vergleich mit einer ausführlichen vollstandardisierten Diagnostik im Interviewformat nach DSM-5. Der Bericht von Bischof et al. (2016) bietet außerdem eine sehr umfassende Übersicht über bestehende Instrumente zur Erfassung von digitalen Süchten, die in Tabelle 7.1 repliziert wird und auch als wichtige Grundlage für die Auswahl der für die Validierung herangezogenen Skalen diente. Vergleichbar damit wurde auch in der Schweiz eine Kurzversion des CIUS entwickelt und getestet (Gmel 2017).

Bischof et al. (2016) schlagen auf Basis teststatistischer Berechnungen eine Version des CIUS mit 5 Items vor. In der Schweiz kam zunächst eine Langversion des CIUS in einer spezifischen Befragung zum Thema Internetverhalten zum Einsatz (Marmet et al. 2015). Aufbauend auf diese Langversion wurden unterschiedliche gekürzte Versionen getestet und sowohl für eine 9-Item-Lösung als auch für eine 8-Item-Lösung als gut befunden (Gmel 2017). Es ist zu erwarten, dass der CIUS jener Test ist, der im deutschsprachigen Raum am häufigsten zum Einsatz kommen wird.

Im Sinne eines Kompromisses zwischen der stark gekürzten 5-Item-Version von Bischof et al. (2016) und den weniger stark gekürzten Versionen von Gmel (2017) wurde für den gegenständlichen Pretest die 8-Item-Skala herangezogen. Diese acht Items decken alle fünf Dimensionen der ursprünglichen Skala ab, wobei allerdings die Anzahl der Items je Dimension ungleich verteilt ist: Kontrollverlust (Items 1,3 und 5), Konflikt (Item 6), Vertieftsein (Item 2 und 4), Coping (Item 7), Entzugserscheinungen (Item 8). Entsprechend einem Vorschlag aus der Literatur werden Cut-Offs⁵ von 12 Punkten für eine „symptomatische Nutzung“ und von 16 Punkten für eine „problematische Nutzung“ herangezogen, um eine möglichst hohe Spezifität zu erreichen (Gmel 2017).

Tabelle 3.1:
Aufbau und Fragen einer CIUS-Kurzversion mit 8 Items

Fragetext	Bitte geben Sie an, wie häufig Sie die folgenden Formulierungen als zutreffend zu ihrer privaten Internetnutzung als zutreffend erleben? Bitte treffen Sie eine Auswahl für jede Frage. Wenn Sie eine Frage nicht beantworten können oder wollen, kreuzen Sie bitte die Kategorie "weiß nicht" an.
Item 1	Wie häufig finden Sie es schwierig, mit dem Internetgebrauch aufzuhören, wenn Sie online sind?
Item 2	Wie häufig bevorzugen sie das Internet, statt Zeit mit anderen zu verbringen (z. B. Partner, Kinder, Eltern, Freunde)?
Item 3	Wie häufig schlafen Sie zu wenig wegen des Internets?
Item 4	Wie oft freuen Sie sich schon auf ihre nächste Internetsitzung?
Item 5	Wie häufig haben Sie erfolglos versucht, weniger Zeit im Internet zu verbringen?
Item 6	Wie häufig vernachlässigen Sie Ihre Alltagsverpflichtungen (Arbeit, Schule, Familienleben), weil Sie lieber ins Internet gehen?
Item 7	Wie häufig gehen Sie ins Internet, wenn Sie sich niederschlagen fühlen?
Item 8	Wie häufig fühlen Sie sich unruhig, frustriert oder gereizt, wenn Sie das Internet nicht nutzen können?
Antwortmöglichkeiten (Punkte in Klammer)	(0) nie, (1) selten, (2) manchmal, (3) häufig, (4) sehr häufig, (0) weiß nicht
Auswertung	Addition aller Punkte aus den Einzelitems
Interpretation	0 bis 11 = unproblematische Nutzung 12 bis 15 = symptomatische Nutzung 16 bis 32 = problematische Nutzung

Quelle: Gmel (2017); Darstellung: GÖG

5

Die Cut-Offs wurden dazu herangezogen, um den Befragungsteilnehmern/-teilnehmerinnen Ihr Testergebnis unmittelbar auf der nächsten Fragebogenseite rückzumelden und sie zu befragen, ob diese Einstufung ihrer Selbsteinschätzung entspricht und falls nicht, warum sie dies anders beurteilen. Es war dezidiert kein Ziel der Erhebung, Schätzungen zur Prävalenz von problematischem Nutzungsverhalten zu erstellen, da aufgrund des Erhebungsdesigns (selbstrekrutierte Stichprobe) keine Repräsentativität gegeben war.

3.2 Skalen zur Messung einer problematischen Nutzung von Online-Gaming

Skalen zur Messung eines problematischen Computerspielverhaltens fokussieren mit wenigen Ausnahmen speziell auf Online-Spiele, insbesondere weil das Spielen mit anderen Personen über eine Internetverbindung soziale Komponenten mit sich bringt, die mit einem erhöhten Risiko für eine problematische Nutzung in Verbindung gebracht wird. Teilweise führen Skalen in ihrer Bezeichnung eine Referenz auf den Bereich Online-Gaming – wie etwa die *Scale for Internet Gaming Addiction* (Pontes/Griffiths 2015) –, verweisen im Fragetext dann aber darauf, dass sowohl Off-line- als auch Online-Gaming bei der Beantwortung der Fragen berücksichtigt werden sollten.

Die Entscheidung für die Skala aus dem Bereich Online-Gaming fiel auf die 12-Item-Version des *Problematic Online Gaming Questionnaire* (POGQ), die in manchen Ländern auch in der ESPAD-Erhebung (ESPAD Group 2016) angewendet wird, wodurch sich bei einer Anwendung in Österreich internationale Vergleichsmöglichkeiten ergeben würden. Diese Skala wurde ursprünglich in einer Langform mit 18 Items entwickelt (Demetrovics et al. 2012). Auf deren Basis wurde später die gekürzte Version (*Problematic Online Gaming Questionnaire – Short Form*, POGQ-SF) mit 12 Items entwickelt (Pápay et al. 2013).

Diese 12 Items decken laut Faktorenanalysen sechs Dimensionen ab: übermäßige Beschäftigung (Item 1, 7), Immersion (Item 2, 8), Entzugserscheinungen (Item 3, 9), übermäßige Nutzung (Item 4, 10), zwischenmenschliche Konflikte (Item 5, 11), soziale Isolation (Item 6, 12). Als optimaler Cut-off-Score (siehe Fußnote 4) zwischen einem problematischen und einem unproblematischen Nutzungsverhalten definieren Pápay et al. (2013) 32 Punkte.

Tabelle 3.2:
Aufbau und Fragen des POGQ-SF mit 12 Items

Fragetext	Bitte geben Sie an, wie häufig Sie die folgenden Aussagen zu Online-Spielen als zutreffend erleben.
Ausfüllanweisung	Bitte treffen Sie eine Auswahl für jede Frage. Wenn Sie eine Frage nicht beantworten können oder wollen, kreuzen Sie bitte die Kategorie "weiß nicht" an.
Item 1	Wenn Sie gerade nicht spielen, wie oft denken Sie darüber nach, ein Spiel zu spielen oder wie es sich anfühlen würde, in diesem Moment zu spielen?
Item 2	Wie oft spielen Sie länger als ursprünglich geplant?
Item 3	Wie oft fühlen Sie sich deprimiert oder gereizt, wenn Sie nicht spielen, und diese Gefühle verschwinden, wenn Sie anfangen zu spielen?
Item 4	Wie oft haben Sie das Gefühl, dass Sie die Zeit, die Sie mit Spielen verbringen, reduzieren sollten?
Item 5	Wie oft beschwerten sich Personen aus Ihrem Umfeld, dass Sie zu viel spielen?
Item 6	Wie oft sagen Sie Treffen mit Freunden ab, weil sie lieber spielen?
Item 7	Wie häufig träumen Sie von Spielen?
Item 8	Wie oft verlieren Sie beim Spielen den Überblick über die Zeit?
Item 9	Wie oft werden Sie unruhig oder gereizt, wenn Sie einige Tage lang nicht spielen können?
Item 10	Wie oft versuchten Sie erfolglos, Ihre Spielzeit zu reduzieren?
Item 11	Wie oft streiten Sie sich mit wichtigen Personen aus Ihrem Umfeld (Freunde, Partner, Familie) wegen des Spielens?
Item 12	Wie oft vernachlässigen Sie andere Aktivitäten, weil Sie lieber spielen möchten?
Antwortmöglichkeiten (Punkte in Klammer)	(0) nie, (1) selten, (2) manchmal, (3) häufig, (4) sehr häufig, (0) weiß nicht
Auswertung	Addition aller Punkte aus den Einzelitems
Interpretation	31 Punkte oder weniger = unproblematische Nutzung 32 Punkte oder mehr = problematische Nutzung

Quelle: Pápay et al. (2013); Übersetzung und Darstellung: GÖG

3.3 Skalen zur Messung einer problematischen Nutzung von Social-Media-Applikationen oder Sozialen Netzwerkseiten

Zur Messung einer problematischen oder suchartigen Nutzung von *Social-Media*-Applikation und Sozialen Netzwerkseiten stehen mit Abstand am wenigsten Skalen bzw. Instrumente zur Verfügung. Zu einem großen Teil sind diese auf eine spezifische Anwendung bzw. auf einen spezifischen Anbieter eingeschränkt, was die Verwendung einer solchen Skala ganz allgemein und aufgrund der sich ändernden Präferenzen von Nutzern und Nutzerinnen speziell über einen längeren Zeitraum erschwert. Eine Übersicht über gängige Instrumente ist in einer Publikation von Andreassen (2015) zu finden. In dieser wird die *Bergen Social Networking Addiction Scale* (BSNAS) als eine breiter nutzbare Adaptierung der spezifischeren *Bergen Facebook Addiction Scale* (Andreassen et al. 2012) vorgestellt, die dieselben Dimensionen von Facebook auf *Social Media* im

Allgemeinen überträgt. Der Begriff *Social Media*⁶ wird im Fragetext ausschließlich anhand von Beispielen definiert (im Original: „*Facebook, Twitter, Instagram and the like*“).

Die BSNAS wurde in einer italienischen Übersetzung evaluiert (Monacis et al. 2017), kam in Ungarn im Rahmen der ESPAD-Erhebung zum Einsatz (Bányai et al. 2017) und wurde auch für die vorliegende Validierungsstudie ausgewählt. Die Items der Skala decken die folgenden Dimensionen ab: übermäßige Beschäftigung (Item 1), Toleranz (Item 2), Einsatz zur Stimmungsmodifikation (Item 3), Rückfall (Item 4), Entzugssymptome (Item 5), negative Auswirkungen (Item 6). Als optimaler Cut-off-Score (siehe Fußnote 4) zwischen einer problematischen und einer unproblematischen Nutzung werden 19 Punkte definiert (Andreassen 2015).

Tabelle 3.3:
Aufbau und Fragen der BSNAS

Fragetext	Nachfolgend finden Sie einige Fragen zu Ihren Einstellungen zu <i>Social Media</i> (Facebook, Twitter, Instagram und dergleichen) und deren Nutzung. Wählen Sie bei jeder Frage die Antwortalternative, die Sie am besten beschreibt. Bitte treffen Sie eine Auswahl für jede Frage. Wenn Sie eine Frage nicht beantworten können oder wollen, kreuzen Sie bitte die Kategorie "weiß nicht" an. Wie oft im letzten Jahr ...
Item 1	... haben Sie viel Zeit damit verbracht, über <i>Social Media</i> oder beabsichtigten Gebrauch von <i>Social Media</i> nachzudenken?
Item 2	... haben Sie den Drang verspürt, <i>Social Media</i> mehr und mehr zu nutzen?
Item 3	... haben Sie <i>Social Media</i> genutzt, um persönliche Probleme zu vergessen?
Item 4	... haben Sie versucht, die Nutzung von <i>Social Media</i> ohne Erfolg einzuschränken?
Item 5	... waren Sie unruhig oder besorgt, wenn Ihnen die Nutzung von <i>Social Media</i> nicht möglich war?
Item 6	... haben Sie <i>Social Media</i> so intensiv genutzt, dass es sich negativ auf Ihren Job oder Ihr Studium ausgewirkt hat?
Antwortmöglichkeiten (Punkte in Klammer)	(0) nie, (1) selten, (2) manchmal, (3) oft, (4) sehr oft, (0) weiß nicht
Auswertung	Addition aller Punkte aus den Einzelitems
Interpretation	18 Punkte oder weniger = unproblematische Nutzung 19 Punkte oder mehr = problematische Nutzung

Quelle: Andreassen (2015); Darstellung: GÖG

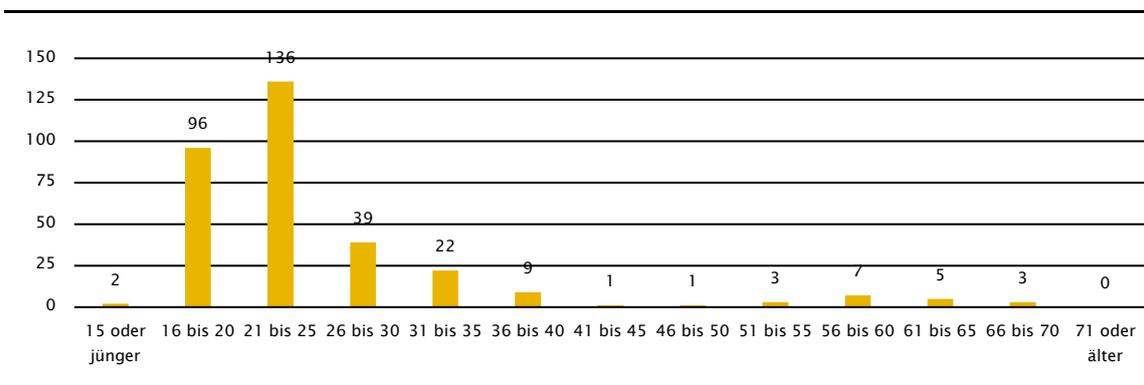
6

Um Konsistenz mit der englischsprachigen Skala zu wahren, wurde der englische Begriff auch in der deutschen Version übernommen. Der Name der Skala sowie die exemplarische Aufzählung von Angeboten im Fragetext bei Andreassen et al. 2012 („*Facebook, Twitter, Instagram and the like*“) legt nahe, dass die Begriffe *Social Media* und Soziale Netzwerkseiten synonym verwendet werden. Zur Abgrenzung zwischen *Social Media* und Sozialen Netzwerkseiten vergleiche Strizek/Puhm (2017). Um Konsistenz zu gewährleisten mit dem Fragetext, der den Befragungsteilnehmern/-teilnehmerinnen vorgelegt (und kritisiert) wurde, wird in diesem Text ebenfalls der umfassendere Begriff *Social Media* verwendet.

4 Ergebnisse des Pretests auf Facebook

Insgesamt haben 323 Personen den Pretest bis zum Ende durchgeklickt. Nahezu exakt ein Drittel davon war männlich, zwei Drittel waren weiblich. Auch wenn die Einladung zur Teilnahme nicht auf eine bestimmte Altersgruppe eingeschränkt wurde, haben überdurchschnittlich viele junge Menschen an der Erhebung teilgenommen: Fast drei Viertel (72 Prozent) der Befragungsteilnehmer/innen sind jünger als 26 Jahre (vgl. Abbildung 4.1).

Abbildung 4.1:
Altersverteilung der Teilnehmer/innen an der Online-Erhebung



Erhebung und Darstellung: GÖG

Im Folgenden werden wesentliche Rückmeldungen separat für die drei eingesetzten Skalen diskutiert. Eine übergreifende Zusammenfassung der Rückmeldungen und daraus abgeleitete Schlussfolgerungen sind im Kapitel 5 zu finden.

4.1 Compulsive Internet Use Scale

Allgemeine Kritik und Anregungen zu Inhalten und unklaren Formulierungen⁷

Insgesamt haben 144 Personen allgemeine Kritik und Anregungen zur CIUS formuliert, die auch inhaltlich interpretierbar war. Diese Kommentare können wiederum in zwei Gruppen geclustert werden:

1. Nicht näher ausgeführtes positives (57 Personen) oder negatives Feedback (7 Personen) im Sinne von „passt so“ bzw. „passt nicht“.
2. Ausführliche inhaltliche Rückmeldungen, die sich auf einen oder mehrere konkrete Inhalte beziehen oder spezifische Vorschläge zur Verbesserung machen.

⁷
konkrete Frageformulierung siehe Annex (Kap. 7.2)

Innerhalb der zweiten Gruppe (ausführliche inhaltliche Rückmeldung) wurde am häufigsten kritisiert, dass das Befragungsinstrument nicht den unterschiedlichen Nutzungsmodalitäten des Internets gerecht wird. Kritisiert wurde also eine unzureichende bzw. zu wenig deutliche Unterscheidung, dass das Internet auch genutzt wird

- » für die Arbeit,
- » um soziale Kontakt aufrecht zu halten,
- » um Filme zu anzusehen, die man ansonsten im Fernsehen sehen würde,
- » um Musik zu streamen, die man sonst auch hören würde.

An diese Kritik anschließend wurde wiederholt die mangelnde Präzision der Fragen kritisiert, da nicht erhoben wird, welchen Tätigkeiten im Internet nachgegangen wird. Ebenso wurde die mangelnde Berücksichtigung von Nutzungsmotiven kritisiert.

Mehrmals wurde auch die Kritik geäußert, die Fragen seien zu subjektiv. Es wurden Zweifel daran geäußert, dass auf Basis einer Selbsteinschätzung – insbesondere bei einem tatsächlichen Problemverhalten – mit einer validen Auskunft zu rechnen ist, speziell wenn für die Befragten aus dem Kontext ersichtlich ist, dass die Fragen auf eine Suchtproblematik abzielen. Stattdessen wurde mehrfach vorgeschlagen, anstelle von subjektiven Kriterien verstärkt quantifizierbare Kriterien einzusetzen (z. B. wie viel Schlaf verloren geht).

Wiederholt wurde kritisiert, dass eine Beurteilung der Internetnutzung nur mit ausreichender **Kontextinformation** erfolgen sollte. So kann das Internet entweder alleine oder gemeinsam mit anderen Personen genutzt werden und dies kann als Ergänzung zu einem ausfüllenden Sozialleben stattfinden oder aber zur Kompensation von unangenehm erlebten Emotionen (z. B. Einsamkeit) genutzt werden.

Abgesehen von allgemeinen Kritikpunkten an der Skala wurden wiederholt auch konkrete Kritikpunkte an einzelnen Items bzw. Auswahlkategorien geäußert, z. B.:

- » Item 4 („Vorfreude auf die nächste Internetsitzung“): Vorfreude sei schwierig zu messen, da die Internetnutzung zumeist nicht geplant stattfindet. Zudem wurde der Begriff „Internetsitzung“ als nicht gebräuchlich kritisiert.
- » Item 5 („Wie häufig haben Sie erfolglos versucht, weniger Zeit im Internet zu verbringen“): Personen mit einer sehr intensiven Nutzung, aber ohne Problembewusstsein werden nicht versuchen, das Internet weniger zu nutzen. Dieses Item misst demnach eher das Problembewusstsein als das tatsächliche Verhalten.
- » Item 6 („Wie häufig vernachlässigen Sie Ihre Alltagsverpflichtungen (Arbeit, Schule, Familienleben), weil Sie lieber ins Internet gehen?“): Die Formulierung „lieber“ im Sinne einer Präferenz des einen Verhaltens über das andere wurde als unzulänglich kritisiert, weil dies eine freie Entscheidung suggeriert und somit nicht der Motivationsstruktur eines suchtkranken Menschen entspricht.
- » Item 7 („Wie häufig gehen Sie ins Internet, wenn Sie sich niederschlagen fühlen?“): Der Zusammenhang zwischen Niedergeschlagenheit und Internetnutzung wurde als zu simplifiziert kritisiert.

- » Item 8 („Wie häufig fühlen Sie sich unruhig, frustriert oder gereizt, wenn Sie das Internet nicht nutzen können?“): Unruhe oder Reizbarkeit in Zusammenhang mit sozialen Medien können unabhängig vom Medium durch interpersonale Faktoren entstehen (z. B. Warten auf eine ausstehende Nachricht einer wichtigen Bezugsperson).
- » Bei manchen Items wäre die Auswahlkategorie „immer“ angebracht, wohingegen diese bei anderen Fragen keinen Sinn ergibt.

Kritik am Testresultat⁸

Alle Befragten wurden aufgefordert zu beurteilen, ob ihre Einschätzung bzgl. des eigenen Nutzungsverhaltens mit dem ausgewiesenen Testergebnis (unproblematische, symptomatische oder problematische Nutzung) übereinstimmt. Symptomatische Nutzung wird dabei als „Risikoverhalten“ verstanden, das einer „problematischen Nutzung“ vorausgeht, welche wiederum als Indikator für ein potenzielles Suchtverhalten bzw. für „Onlinesucht“ verstanden werden kann (Richter et al. 2016).

Von jenen 222 Personen, die laut CIUS als unbedenkliche Nutzer/innen eingestuft wurden, zweifelten nur 14 Personen (= 6 %) dieses Testergebnis an. In der überwiegenden Anzahl der Fälle stufen die Befragten die eigene Nutzungszeit als zu hoch ein, ohne gleichzeitig die Items des CIUS als zutreffend zu erleben. Vereinzelt klang eine generelle technisch-kritische Haltung durch, wonach generell die Omnipräsenz des Internets im alltäglichen Leben als Problem wahrgenommen wird.

Von jenen 77 Personen, die laut CIUS als symptomatische Nutzer/innen eingestuft wurden, zweifelten 29 Personen (= 38 %) dieses Testergebnis an. Von jenen 94 Personen, die laut CIUS als problematische Nutzer/innen eingestuft wurden, zweifelten 28 Personen (= 30 %) dieses Testergebnis an. Begründet wird diese Diskrepanz damit,

- » dass die Bedeutung des Internets sich überwiegend aus utilitaristischen Gründen (z. B. für das Studium, für berufliche Informationsrecherchen, zum gezielten sozialen Austausch mit im Ausland lebenden Personen) ergibt;
- » dass das Internet lediglich als „Lückenfüller“ genützt wird, aber nicht als Ersatz für z. B. soziale Interaktionen dient und diese auch weiterhin eine hohe Wertigkeit haben;
- » dass die Internetnutzung eher eine Gewohnheit ist und ein Akt der Zerstreuung, sich aber genauso gut in anderen Verhaltensweisen manifestieren könnte bzw. dazu führt, dass funktional äquivalente Aktivitäten (z. B. Fernsehen) aus diesem Grund seltener stattfinden;
- » dass zwar eine häufige Nutzung stattfindet, sich daraus aber kein dauerhaftes Problem manifestiert und keinerlei Entzugserscheinungen beobachtet werden, sobald man offline ist, bzw. man sich nicht vorstellen kann, dass dies der Fall sein könnte;

⁸
konkrete Frageformulierung siehe Annex (Kap. 7.2)

- » dass eine intensive Internetnutzung heutzutage nichts Außergewöhnliches ist, sondern der Norm entspricht.

Eigene Problemwahrnehmung⁹

Die Frage, ob es in Hinblick auf das eigene Internetnutzungsverhalten etwas gibt, das sie (unabhängig von den bereits in den Fragen genannten Aspekten) als problematisch wahrnehmen, wurde von insgesamt 249 Personen beantwortet. Davon geben knapp 100 Personen (~ 40 %) an, dass sie ihre Internetnutzung nicht als problematisch erleben.

Von den anderen Befragungsteilnehmern/-teilnehmerinnen werden folgende Themen genannt, die in Einklang mit den Dimensionen des CIUS (vgl. Tabelle 3.1) bzw. mit Symptomen einer problematischen Internetnutzung in der Literatur stehen. Dazu gehören etwa die folgenden Rückmeldungen:

- » Wiederholt wird von Befragungsteilnehmern/-teilnehmerinnen beschrieben, dass sie nervös oder unruhig werden, wenn sie keinen Zugang zum Internet haben.
- » Auch kompensatorische Nutzungsmotive als Indiz für eine problematische Nutzung werden genannt, um etwa negativen oder depressiven Gefühlen zu entkommen.
- » Vereinzelt nannten Personen Motive, die in der Literatur mit eskapistisch umschrieben werden und sich etwa darin äußern, dass Personen sich in der „Online-Welt“ besser aufgehoben fühlen als in der realen.
- » In Einzelfällen wird von Teilnehmenden konkret der Begriff „*Fear of Missing Out*“ benutzt, um zu beschreiben, dass sie wiederholt zum Handy greifen, weil sie Angst haben, etwas zu verpassen, oder sich darüber Gedanken machen, was „im Internet los sein könnte“, während sie offline sind.
- » Das wahrscheinlich am häufigsten genannte Problem in Zusammenhang mit Internetnutzung ist der Zeitaufwand, der als sinnlos erlebt, zu Lasten von anderen Aufgaben geht oder auch als Grund für Schlafmangel gewertet wird. Mehrere Personen berichten, dass sie sich im Internet verlieren und aufgrund der unbegrenzten Möglichkeiten dort mehr Zeit zu verbringen als eigentlich geplant.
- » Mangelnder Schlaf oder Schlafentzug (abgedeckt durch ein Item des CIUS) wird nicht nur als Ärgernis, sondern auch als somatische Belastung beschrieben. Zudem werden auch Kopfschmerzen oder schmerzende Augen als körperliche Folgen einer zu intensiven Nutzung genannt.
- » Die Vernachlässigung von anderen Aktivitäten bzw. sozialen Kontakten (beides abgedeckt durch jeweils ein Item des CIUS) wird ebenso genannt und letzteres dabei auffallend oft in Zusammenhang mit Aufgaben im Rahmen des Studiums gebracht.

9

konkrete Frageformulierung siehe Annex (Kap. 7.2)

Eher als suchtunspezifisch einzustufen sind Rückmeldungen, die andere psychische Prozesse in Zusammenhang mit Internetnutzung betreffen, ohne dass diese als Symptom einer Suchterkrankung gewertet werden sollten.

- » Sehr häufig problematisiert wird die Tatsache, dass die Internetnutzung oft gleichzeitig mit anderen Beschäftigungen stattfindet, etwa gleichzeitig das Handy benutzt wird, während man sich in einem Gespräch befindet oder einen Film ansieht. Dies führe häufig dazu, dass keine ausreichende Konzentration auf eine bestimmte Handlung möglich ist, worunter die Achtsamkeit leidet oder auch die Fähigkeit zum Nichtstun verloren geht und eine innere Unruhe entsteht.
- » Einige Personen sehen den Griff zum Handy als unangenehmen Automatismus, ohne dass damit ein bestimmtes Ziel verbunden ist, und somit als Ursache für ein Verhalten, das rückblickend dann als zielloser und sinnloser Zeitvertrieb beurteilt wird.

Ebenso als suchtunspezifisch einzustufen sind Rückmeldungen, die ausgewählte technische Aspekte, Inhalte oder Funktionsweisen des Internets kritisieren. Andere Befragungsteilnehmer/innen wiederum betrachten den Stellenwert des Internets generell als Problem.

- » Technische Aspekte betreffen etwa Bedenken hinsichtlich Datenschutz. Andere Personen wiederum interpretieren Abhängigkeit nicht im Sinne einer medizinischen Erkrankung, sondern im Sinne einer funktionalen Abhängigkeit von spezifischen Nutzungsmodalitäten (Internet als Informationsquelle oder als Navigationssystem). Auch Informationsforen (z. B. zu Gesundheitsthemen) bzw. die Angewohnheit, bei gesundheitlichen Problemen Symptome zu googlen, wird durch die selektive Informationsauswahl als problematisch beschrieben.
- » Kritisiert wird auch das automatische Abspielen der nächsten Folgen beim Konsum von Serien über Streaming-Dienste. Auch spezielle Inhalte wie z. B. Online-Pornographie werden als problematisch hervorgehoben.
- » Manche Personen betrachten die Allgegenwart des Internets bzw. den Stellenwert des Internets in der Gesellschaft grundsätzlich als Problem und erachten es als unmöglich, sich der Nutzung gänzlich zu entziehen. Menschen werden demnach von der Gesellschaft oder durch sozialen Druck von anderen Personen (die sich online bewegen) dazu „gezwungen“, das Internet zu nutzen.

4.2 Problem Online Gaming Questionnaire, Short Form

Fragen zu Online-Gaming wurden ausschließlich jenen Personen gestellt, die in den letzten 30 Tagen auch an Online-Computerspielen teilgenommen haben. Dies sind 240 Personen (von 376 Personen, die bis zu diesem Teil des Fragebogens gekommen sind).

Allgemeine Kritik und Anregungen zu Inhalten und unklaren Formulierungen¹⁰

Insgesamt haben 66 Personen eine allgemeine Kritik zur Skala POGQ-SF geäußert. Etwa ein Drittel davon gibt eine nicht näher bestimmte positive Rückmeldung, nur zwei Personen geben eine nicht näher ausgeführte negative Rückmeldung. Alle weiteren Rückmeldungen enthalten konkrete Kritik an einzelnen Items bzw. Kritik an der Ausrichtung der Skala insgesamt.

- » Zu Item Nummer 3 („Wie oft fühlen sie sich deprimiert oder gereizt, wenn Sie nicht spielen, und dieses Gefühl verschwindet, wenn Sie anfangen zu spielen?“) wird angemerkt, dass negative Gefühle auch andere Ursachen haben können und trotzdem durch Computerspiele überdeckt werden.
- » Die Sinnhaftigkeit von Item Nummer 10 („Wie oft versuchten Sie erfolglos, Ihre Spielzeit zu reduzieren?“) wird wie bereits beim CIUS (Kap. 4.1) angezweifelt, weil ein solcher Versuch eine Problemeinsicht und Änderungsabsichten voraussetzt.
- » Zu Item Nummer 11 („Wie oft streiten Sie sich mit wichtigen Personen aus Ihrem Umfeld (Freunden, Partner, Familie) wegen des Spielens“) wird angemerkt, dass ein Streit im Zusammenhang mit Computerspielen nicht zwingend ein Hinweis auf ein zu intensives Spielen sein muss, sondern auch andere Ursachen haben kann, z. B. wenn mehrere Personen gleichzeitig spielen wollen. Das Vorliegen von Streitigkeiten gibt somit keine Auskunft darüber, weswegen gestritten wird und welche Rolle die teilnehmende Person einnimmt.
- » Generelle Kritik bezieht sich in erster Linie auf eine unzureichende Differenzierung der Spielart, da Online-Spiele auf unterschiedlichen Geräten (z. B. Smartphone, Konsole, PC) gespielt werden, unterschiedliche Anforderungen an Spieler/innen stellen und nicht klar ist, welche mitgedacht werden sollen und welche nicht.
- » Des Weiteren wird kritisiert, dass zeitintensives Computerspielen kein konstantes Verhalten im Zeitraum eines Jahres darstellt, sondern bei vielen Befragten eher episodenhaft kommt und geht (in Abhängigkeit von neuen Spielen und sonstigen Aufgaben).
- » Zusätzlich wird kritisch angemerkt, dass als wichtig wahrgenommene Dimensionen fehlen, etwa die Zeit¹¹, die mit Spielen verbracht wird, oder mögliche Folgen eines exzessiven Spielverhaltens, etwa Schlafmangel.

Kritik am Testresultat¹¹

Der großen Mehrheit der Befragten (209 von 226 Personen, die diese Fragen beantwortet haben) wurde durch den POGQ-SF ein unproblematisches Spielverhalten attestiert, wovon wiederum bei der großen Mehrheit der Befragten diese Einstufung mit der Selbsteinschätzung überstimmt. Von

¹⁰
konkrete Frageformulierung siehe Annex (Kap. 7.2)

¹¹
Eine separate Frage nach der Spielzeit folgt auf der nächsten Seite und ist kein Bestandteil des POGQ-SF.

jenen sechs Personen, die durch den POSQ-SF als problematische Spieler/innen ausgewiesen werden, wurde überhaupt keine Kritik am Testresultat formuliert.

Eigene Problemwahrnehmung¹¹

Insgesamt 86 Personen haben Rückmeldung gegeben, ob es für sie in Hinblick auf Ihr Spielverhalten etwas gäbe, das Sie selbst (unabhängig von den bereits gestellten Fragen) als bedenklich erleben, was von ca. drei Viertel der Personen ohne nähere Spezifikation verneint wird. Unter den restlichen Angaben wird Folgendes genannt:

- » Häufig wird länger gespielt als geplant, das wird aber weitgehend als unproblematisch erlebt. Allerdings wird auch hier das Thema Schlafmangel mehrmals angesprochen.
- » In Bezug auf die Vernachlässigung von anderen Aktivitäten lag der Fokus der Rückmeldungen eher auf dem Aspekt des Hinausschiebens von lästigen Verpflichtungen (insbesondere Lernen) als auf dem Aspekt des Vernachlässigens. In Bezug auf die Vernachlässigung von anderen Aktivitäten wurde zudem darauf hingewiesen, dass Computerspielen als ein gleichrangiges Hobby in Relation zu anderen erlebt wird und eine Ausgeglichenheit zwischen dieser und anderen Aktivitäten angestrebt wird.
- » Spezifische technische Aspekte des Spielens wurden in zweierlei Hinsicht genannt: Einerseits würde Spielen ein aktiveres Zutun erfordern als Surfen im Internet und deswegen sei Spielen weniger problematisch als Internetnutzung im Allgemeinen. Andererseits würden in manchen Spielen Anreize (Bonusstufen für tägliches Spielen) gesetzt werden, die zum verstärkten Spielen verleiten; dies wird als lästig bzw. gefährlich erlebt.

Wie kann eine sinnvolle Quantifizierung der Spielzeit erfolgen?¹²

Zur Frage, ob das Erfassen der Spielzeit mittels einer relativ simplen „*quantity-frequency-measure*“ (Anzahl Spieltage und durchschnittliche Spielzeit) sinnvoll ist oder ob eine andere Messungen sinnvoller wäre, gaben 100 Personen Rückmeldung. Etwa 40 davon meinten, dass dies möglich sei, ohne es weiter auszuführen. Fünf von 100 gaben an, dass dies nicht möglich sei, ohne aber einen konkreten Verbesserungsvorschlag zu machen.

In den ausführlichen Rückmeldungen wurde am häufigsten die Kritik geäußert, dass ein solches Erfassen der Spielzeit aufgrund der hohen Varianz des Spielverhaltens nicht möglich ist. Diese Varianz besteht einerseits in kurzfristiger Perspektive, also in Bezug auf Unterschiede zwischen dem Spielen an Wochenenden und an Wochentagen. Hier wird vorgeschlagen, die durchschnittliche Spielzeit in Stunden pro Woche anstelle in Stunden pro Tag abzufragen. Die Varianz besteht andererseits in längerfristiger Perspektive durch den Wechsel von spielintensiven Phasen, etwa nach Veröffentlichung eines neuen Spiels, und nahezu spielabstinenten Phasen. Insgesamt sei das Ausmaß der Spielzeit abhängig von der zur Verfügung stehenden Zeit (sind Freunde gerade da oder auf Urlaub, gibt es schulische oder berufliche Verpflichtungen) und dem wahrgenommenen Reiz des aktuellen Spielangebots.

Kritisiert wurde auch, dass nicht klar ersichtlich ist, welche Arten von Spielen inkludiert werden sollen und welche nicht. Zudem wurde angeregt, bei der Messung der Spieldauer die Spielart zu

berücksichtigen. So haben Spielen, die primär auf dem Smartphone gespielt werden, zumeist sehr viele sehr kurze Spielsequenzen, komplexere Spiele wie MMORPGs hingegen weniger, dafür aber wesentlich längere Spielsequenzen.

Einige Befragte erachten die vorgeschlagene Skala zur Messung der Nutzungszeit als eingeschränkt geeignet, um sehr geringe oder sehr hohe Nutzungszeiten zu erfassen. Konkret sei es nicht möglich, Nutzungszeiten von mehr als sieben Stunden pro Tag zu erfassen, was nach Rückmeldung einiger Befragten durchaus häufig vorkommt. Andererseits fühlen sich Personen mit minimalen Nutzungszeiten, die ausschließlich *casual games* auf dem Arbeitsweg spielen, in der Kategorie „durchschnittlich weniger als 1 Stunde am Tag“ nicht aufgehoben.

Ein Hinweis bestand darin, dass Selbstauskünfte zur Quantifizierung von Spielzeiten generell eine sehr subjektive Datenquelle darstellen und stattdessen andere Datenquellen – konkret Daten seitens der Spielebetreiber – eine validere Auskunft bieten würden.

4.3 Bergen Social Networking Addiction Scale

Fragen zur Nutzung von *Social Media*¹² wurden ausschließlich jenen Personen gestellt, die in den letzten 30 Tagen auch entsprechende Anwendungen genutzt haben. Von jenen 355 Personen, die den Fragebogen bis zu diesem Item beantworteten, haben lediglich 8 Personen angegeben, dass sie *Social Media* in diesem Zeitraum nicht genutzt haben.

Allgemeine Kritik und Anregungen zu Inhalten und unklaren Formulierungen¹³

Insgesamt 94 Personen haben einen allgemeinen Kommentar zur BSNAS-Skala abgegeben. Von diesen haben 30 Personen die Skala ohne weitere Ausführung als gut beurteilt und zwei Personen diese als unzureichend kritisiert, ohne dabei genauere Anmerkungen zu hinterlassen.

Ausführlichere Rückmeldungen beziehen sich einerseits eher allgemein auf die inhaltliche Ausrichtung der Skala bzw. darauf, dass als wichtig erachteten Aspekten zu wenig oder gar keine Aufmerksamkeit geschenkt wird.

- » In diesem Sinne wurde kritisiert, dass nicht zwischen einer privaten und einer beruflichen Nutzung von *Social Media* differenziert wird, obwohl viele Menschen *Social Media* in einem relevanten Ausmaß auch beruflich nutzen.

¹²

Im Erhebungsinstrument wurde aus Gründen der Konsistenz mit der englischen Vorlage der Begriff „Social Media“ verwendet, der aufgrund der exemplarischen Aufzählung von Anwendungen wie Instagram oder Facebook von Andreassen et al. (2012) aber synonym mit „Soziale Netzwerkseiten“ verwendet wird. Zur Problematik dieser unzureichenden Abgrenzung der beiden Begriffe vergleiche Strizek/Puhm (2017) und die Rückmeldungen der Befragten (vgl. Kapitel 5).

¹³

konkrete Frageformulierung siehe Annex (Kap. 7.2)

- » Ebenso werde der Art des Nutzungsverhaltens auf *Social Media* zu wenig Bedeutung geschenkt wird. Demnach mache es einen Unterschied, ob jemand etwas mitteilen will, ob jemand sich informieren will oder wissen will, was andere Personen tun. Ebenso sei wichtig, ob jemand sehr spezifische Interessen verfolgt oder eher ziellos Informationen sammelt. Ebenso kritisiert wurde die fehlende Differenzierung zwischen unterschiedlichen Anwendungen.
- » Kritisiert wurde auch, dass die Nutzungsmotive nicht ausführlich erhoben werden. Langeweile sei ein wichtiges Nutzungsmotiv, das aber per se keinen Anlass für Besorgnis darstellt, da die Nutzung von *Social Media* durchaus ein funktionales Verhalten im Sinne einer angenehmen Zerstreuung darstellt. Relevant sei vielmehr, welche Aktivitäten stattdessen nicht mehr stattfinden und ob diese Vernachlässigung tatsächlich ein Problem darstellt (wenn etwa Filme auf Facebook angesehen werden anstelle von Fernsehen).
- » Ein weiterer allgemeiner Kritikpunkt ist, dass ausschließlich negative Aspekte abgefragt werden und den positiven Seiten von *Social Media* – etwa der Vernetzung mit Gleichgesinnten oder Interessengruppen – keine Berücksichtigung geschenkt wird.

Eine zweite Gruppe von Rückmeldungen betrifft hingegen konkrete Kritik an bestimmten Items.

- » Item 6 („Wie oft haben Sie *Social Media* so intensiv genutzt, dass es sich negativ auf Ihren Job oder Ihr Studium ausgewirkt hat?“) wurde dahingehend kritisiert, dass diese Frage für nicht erwerbstätige Personen nicht zu beantworten ist.
- » Wiederholt kritisiert wurde auch Item 1 („Wie oft haben Sie viel Zeit damit verbracht, über *Social Media* oder den beabsichtigten Gebrauch von *Social Media* nachzudenken?“), da die Formulierung zu wage sei und das Nachdenken auch Ausdruck einer kritischen Auseinandersetzung mit dem Medium an sich sein kann und nicht nur Ausdruck eines Verlangens im Sinne eines Suchtsymptoms.
- » Ebenso wurde Item 4 („Wie oft haben Sie versucht, die Nutzung von *Social Media* ohne Erfolg einzuschränken?“) wiederholt kritisiert, da diese Frage – wie auch die ähnlichen Fragen zu CIUS und POGQ – Problembewusstsein und Änderungsabsicht voraussetzen.
- » In Einzelfällen wurden auch die Fragen zur Nutzungsintensivierung bzw. Toleranzentwicklung (Item 2: „Wie oft haben Sie den Drang verspürt, *Social Media* mehr und mehr zu nutzen?“) sowie die Frage zur kompensatorischen Nutzung (Item 3: „Wie oft haben Sie *Social Media* genutzt, um persönliche Probleme zu vergessen?“) als missverständlich kritisiert, ohne dass diese Kritik jedoch genauer ausgeführt wurde.

Kritik am Testresultat und eigene Problemwahrnehmung¹⁴

Der überwiegende Teil der Befragten (328 Personen) nutzt *Social Media* in unproblematischer Weise, wobei dieses Testurteil bei der überwiegenden Mehrheit der Befragten mit der Selbsteinschätzung übereinstimmt. Alle sechs Personen, denen der Screening-Test eine problematische Nutzung unterstellt, fanden dieses Urteil zutreffend. 25 Personen, die laut BSNAS *Social Media* in einem unproblematischen Ausmaß nutzen, nehmen ihr Verhalten dennoch als Problem wahr. Dies wird vor allem mit einem hohen Zeitaufwand begründet, der als sinnlos bzw. als vergeudete Zeit beurteilt wird und deswegen als problematisch eingestuft wird.

184 Personen antworteten auf die Frage, ob es in Hinblick auf die *Social-media*-Nutzung etwas gibt, das sie selbst für bedenklich erachten. Mehr als ein Viertel dieser Personen betont in diesem Zusammenhang, dass sie ihre Nutzung von *Social Media* als unbedenklich erachten, ohne dies weiter zu begründen. Andere Personen schätzen ihr Verhalten ebenfalls als unbedenklich ein und begründen dies damit, dass sie *Social Media* sehr zielgerichtet für bestimmte Aktivitäten bzw. Zwecke nutzen (z. B. als Informationsquelle).

Jene Bereiche, die die Befragten selber als problematisch wahrnahmen, sind weniger durch suchtrelevante Kriterien geprägt als durch Aspekte, die nichts oder nur am Rande mit der Suchthematik zu tun haben. Genannt werden unter anderen folgende Punkte:

- » Bedenken hinsichtlich Datenschutz und elektronischer Überwachung sowie kritische Reflexion der eigenen Bereitschaft, private Dinge im digitalen Raum der Öffentlichkeit preiszugeben.
- » Über *Social Media* würden sehr viele Fehlinformationen verbreitet werden, was die Unterscheidung zwischen seriösen und unseriösen Quellen erschwert. Seltener wurde kritisiert, dass die Menge an Informationen nur noch schwer zu verarbeiten ist und es teilweise schwierig ist, zwischen Werbung und Content zu unterscheiden.
- » Auch das soziale Verhalten anderer Personen wurde wiederholt kritisiert, da die Anonymität im Internet die Hemmschwelle für aggressive oder herabwürdigende Kommunikation bis hin zu Cybermobbing erhöhe.
- » Viele Befragte nahmen insbesondere eine Abhängigkeit von den Reaktionen anderer Personen als problematisch wahr, d. h., dass sie zu viel Wert auf die Meinung anderer Menschen in Foren oder auf *likes* und *follower* legten. Dies führe zu einem ständigen Vergleich mit anderen Personen und dazu, das eigene Verhalten danach auszurichten bzw. anderen möglichst zu gefallen.
- » An diesen Punkt anknüpfend betrachten viele Personen fehlende Authentizität als ein Problem von *Social Media*. Personen würden ihre Selbstdarstellung optimieren und dadurch dazu beitragen, dass Wahrnehmung und Realität weiter auseinanderklaffen. Auch die Rolle von einzelnen Personen wie z. B. *Influencern* wird kritisch betrachtet.

¹⁴ konkrete Frageformulierung siehe Annex (Kap. 7.2)

Lediglich zwei Aspekte, die von den Befragten genannt wurden, beziehen sich auf eine Suchtthematik:

- » Wiederholt werden Aspekte genannt, die in der Literatur unter dem Begriff „*fear of missing out*“ beschrieben werden, also die Angst, etwas zu verpassen, wenn nicht immer wieder zum Handy gegriffen wird.
- » Im Widerspruch zu der Zielgerichtetheit jener Personen, die kein Problem wahrnehmen, wird von anderen Personen festgestellt, dass ihre Nutzung von *Social Media* eher automatisiert und ziellos stattfindet, als sinnlose Tätigkeit erlebt wird, die viel Zeit in Anspruch nimmt, und von wichtigeren Dingen ablenkt.

Wie kann die Nutzungszeit von *Social Media* sinnvoll quantifiziert werden?¹⁵

165 Personen haben sich zur Frage geäußert, ob sich der Zeitaufwand für die Nutzung von *Social Media* prinzipiell mit einer relativ simplen „*quantity-frequency-measure*“ (Anzahl Nutzungstage und durchschnittliche Nutzungszeit) messen ließe oder nicht. 92 Personen erachteten dies als eine prinzipiell sinnvolle Erhebungstechnik (ohne dies weiter zu kommentieren), wohingegen sich sechs Personen ohne weitere Ausführung dagegen aussprechen. Die inhaltlichen Rückmeldungen umfassen einerseits definitorische Aspekte bzw. die Abgrenzung des abgefragten Verhaltens sowie andererseits Schwierigkeiten, die einer korrekten Beantwortung der Fragen im Wege stehen.

In Bezug auf die Abgrenzung des erhobenen Verhaltens wurden folgende Anmerkungen eingebracht:

- » Grundsätzlich wurde der Begriff *Social Media* wiederholt als unzureichend definiert kritisiert. Konkret wird die Frage gestellt, ob *Whatsapp* oder *Youtube* damit gemeint sind oder nicht. Zudem wird kritisiert, dass nicht definiert ist, was mit „nutzen“ gemeint ist, da es einen Unterschied mache, ob jemand in der mit *Social Media* verbrachten Zeit ausschließlich Inhalte passiv konsumiert oder auch aktiv Inhalte einbringt und in Interaktion mit anderen Personen tritt.
- » Ein allgemeiner Kritikpunkt war, dass hinsichtlich der Nutzungsdauer zwischen der Nutzung in der Freizeit und der Nutzung aus beruflichen Gründen bzw. für Ausbildungszwecke unterschieden werden müsse.

In Bezug auf die Möglichkeit, eine korrekte Angabe zu machen, wurde folgendes angemerkt.

- » Ein konkreter Kritikpunkt an der vorgelegten Skala besteht darin, dass sehr kurze (weniger als 1 Stunde pro Tag) oder sehr hohe Nutzungszeiten (mehr als 7 Stunden pro Tag) zu wenig differenziert erfasst werden.
- » Gehäuft kam auch die Rückmeldung, dass viele und sehr kurze Nutzungszeiten eine Quantifizierung im Sinne von Nutzungstagen–multipliziert–mit–Nutzungszeit verunmöglichen, da

15
konkrete Frageformulierung siehe Annex (Kap. 7.2)

es erfordern würde, eine Vielzahl von Nutzungsintervallen in der Länge von wenigen Minuten zu einer Gesamtnutzungszeit pro Tag zu addieren. Zudem wird *Social Media* häufig „im Hintergrund“ oder zeitgleich mit anderen Anwendungen genutzt. Als konkreter Gegenvorschlag zu einer solchen Messung wurde vorgeschlagen, zu fragen, wie häufig bestimmte Applikationen oder Anwendungen pro Tag durch eine bewusste Handlung auf Aktualität überprüft werden.

- » Sehr häufig wird darauf hingewiesen, dass die Nutzung von *Social Media* sehr hohen Schwankungen (einerseits zwischen Wochentagen und Wochenenden, andererseits im Jahresverlauf) unterworfen ist und situationsabhängig stattfindet (z. B. in Wartezeiten, bei Langeweile, am Arbeitsweg).

182 Personen antworteten – in eigenen Worten – auf die Frage, woran man erkennt, dass jemand zu viel *Social Media* nutzt. Die Antworten lassen darauf schließen, dass „zu viel“ nicht zwingend im Sinne einer sehr hohen Nutzungsfrequenz gemeint sein muss. Stattdessen wurden einige qualitative Aspekte genannt, die ein „Zuviel“ im Sinne eines „Über-die-Maßen“ oder „in einem unangebrachten Ausmaß“ kennzeichnen können.

- » Am häufigsten genannt wurde die Nutzung von *Social Media* in unangemessenen Situationen (z. B. auf der Straße, während eines Gesprächs, beim Essen, allgemein während sozialer Interaktionen), was nicht nur als unhöfliches Verhalten kritisiert wurde, sondern auch ein Indiz dafür, dass der Online-Welt eine größere Bedeutung zugemessen wird als der realen Welt.
- » Als weiteres Indiz für ein Zuviel sei ein extremes Ausmaß an Selbstdarstellung (z. B. Selfies) und der Versuch, ein unrealistisches Bild von sich selber aufrecht zu erhalten. Auch eine übertrieben umfangreiche Darstellung von privaten Informationen auf *Social Media* wurde als ein Indiz dafür beschrieben.
- » Zu erkennen sei ein „Zuviel“ zudem am Onlineverhalten der betroffenen Person, dass diese also ununterbrochen Inhalte (z. B. Fotos von jeder Mahlzeit) postet oder kommentiert, ein sehr zeitaufwändiges Profil betreibt oder einen großen Zwang zeigt, immer up-to-date zu sein. Auch eine hohe Sensibilität in Hinblick auf Feedback und Reaktionen von anderen (z. B. *likes*) deute darauf hin, dass es „zu viel“ sei und wird mit einem verminderten Selbstwertgefühl in Verbindung gebracht. All diese Aspekte betreffen allerdings nur aktive Nutzer/innen, währenddessen Nutzer/innen, die ausschließlich passiv konsumieren, in dieser Hinsicht nicht betroffen sind, deren Nutzung aber dennoch „zu viel“ sein kann.
- » Andererseits gäben auch reale Interaktionen Aufschluss darüber, ob jemand „zu viel“ mit *Social Media* beschäftigt ist, wenn etwa die gesamte Kommunikation einseitig um entsprechende Inhalte kreist, das Vokabular ausschließlich aus Begriffen rund um das Internet besteht oder kein Interesse bzw. keine Aufnahmefähigkeit für Inhalte und Themen vorhanden ist, die nicht mit *Social Media* in Zusammenhang stehen.

5 Zusammenfassung und Schlussfolgerung

Design des Pretests

Eine qualitative Online-Befragung in Kombination mit Facebook-Ads bietet eine kostengünstige und einfach umzusetzende Möglichkeit, um neue Items einem Pretest zu unterziehen. Der Großteil der Befragten hat die Befragung auf einem mobilen Endgerät durchgeführt, nur in seltenen Fällen wurde der Fragebogen am Computer ausgefüllt. Dies erklärt die teilweise kurzen und stichwortartigen Rückmeldungen zu offenen Fragen. Bei zukünftigen Erhebungen mit einem ähnlichen Design sollte daher darauf geachtet werden, dass das Instrument insgesamt deutlich kürzer ist und weniger Fragen gestellt werden, die eine umfangreiche Texteingabe erfordern, um dadurch weniger, aber reichhaltigere Informationen zu gewinnen. Personen über 30 Jahren konnten kaum erreicht werden. Im Fall des vorliegenden Themas ist diese Selektivität auf eine sehr junge und wahrscheinlich eher technikaffine Personengruppe allerdings kein großes Problem, da das zu untersuchende Problemverhalten überwiegend in dieser Gruppe vermutet wird. Wichtig ist zu betonen, dass es nicht Ziel einer Befragung in einer solchen selbstselektierten Stichprobe sein kann, Aussagen zur Prävalenz von (Problem-)Verhaltensweisen zu generieren.

Schlussfolgerungen: Qualitative Online-Befragungen bieten eine sinnvolle Ergänzung zu anderen qualitativen Erhebungsmethoden, können aber nur mit kurzen Erhebungsinstrumenten und für selektive Zielgruppen eingesetzt werden.

Heterogenität der Nutzungsmöglichkeiten

Die Fragen des CIUS sind nach Einschätzung der Befragten zu unspezifisch und werden damit der Vielfalt der Nutzungsmöglichkeiten des Internets nicht gerecht. Es wäre zumindest eine stärkere Einschränkung auf Nutzungsformen erforderlich. Die Befragten nannten verschiedene Nutzungsmöglichkeiten, die sie als problematisch erleben (z. B. Online-Pornographie, zwanghafte Recherche von Gesundheitsthemen). Diese Nennungen sind ein Indiz dafür, dass es sich bei der problematischen Nutzung von Internetanwendungen nicht unbedingt um Suchterkrankungen handeln muss, sondern andere, heterogene Störungsbilder beteiligt sind.

Schlussfolgerung: Bei der Messung einer problematischen Internetnutzung sind die unterschiedlichen Nutzungsmöglichkeiten des Internets zu berücksichtigen. Die Fragen des CIUS sind für diesen Zweck zu unspezifisch formuliert.

Definitionen und Abgrenzungen

Mehrere unklare Abgrenzungen erschwerten den Befragungsteilnehmern/-teilnehmerinnen eine konsistente Beantwortung der Fragen. Dies betrifft etwa Online-Games, die ein sehr breites Spektrum umfassen, wodurch den Befragten nicht klar war, ob jede Art von Online-Spielen inkludiert werden soll.

Abgrenzungsprobleme wurden auch in Bezug auf berufliche bzw. private Nutzung von *Social Media* berichtet. Speziell für Personen in Ausbildung (Studenten und Studentinnen) ist eine private und berufliche Nutzung nicht immer eindeutig trennbar. Im Einleitungstext des CIUS wird darauf hingewiesen, ausschließlich die Internetnutzung für private Zwecke zu berücksichtigen, diese Information wurde aber offensichtlich häufig überlesen. Ob umfassende Definitionen und Abgrenzungen auch zu valideren Ergebnissen führen, hängt also nicht zuletzt davon ab, ob Befragte bereit sind, diese auch zu lesen und entsprechend wahrzunehmen.

Zur Beantwortung der BSNAS wäre für manche Befragte eine allgemeine Definition des Begriffs *Social Media* hilfreich, für andere Personen wäre hingegen eine umfassendere Aufzählung von inkludierten *Social Media* (und zu exkludierenden) Angeboten hilfreich gewesen. Beide Vorgehensweisen sind in der Praxis weitgehend unrealisierbar, da sowohl spezifischeren Definitionen als auch einer exemplarischen Aufzählung von *Social-media*-Anwendungen in einem Fragebogen einem ständigen technischen Wandel digitaler Medien gegenüberstehen und die Grenzen zwischen digitalen Angeboten zunehmend verschwimmen.

Schlussfolgerung: Definitiorische Probleme und unzureichende Abgrenzungen erschweren die Beantwortung der Skalen und stellen angesichts des ständigen Wandels des Angebots an digitalen Medien auch weiterhin eine Herausforderung dar.

Nutzungsmotive und Funktionalität des Online-Verhaltens

Kommentare zur Nutzungsmotivation legen nahe, dass insbesondere die allgemeine Internetnutzung, aber auch die Nutzung von *Social Media* und (mit Einschränkungen) die Nutzung von Online-Games aus sehr heterogenen Motiven stattfindet und ebenso heterogene Funktionen erfüllt (z. B. von einer sehr zielgerichteten, utilitaristischen Nutzung bis hin zur unreflektierten Nutzung zur Zerstreuung). Wiederholt wurde angemerkt, dass dies ein wichtiges Kriterium ist, um Nutzungsverhalten beurteilen zu können.

Der hohe Zeitaufwand für Online-Aktivitäten wurde von vielen Befragten (rückblickend) negativ beurteilt. Bei der Beurteilung von Nutzungszeiten sollte nach Meinung mancher Befragungsteilnehmer/innen aber berücksichtigt werden, dass viele Aktivitäten, die über das Medium Internet stattfinden, in früheren Zeiten bzw. gegenwärtig andernfalls über ein anderes Medium stattfinden würden (z. B. Fernsehen über terrestrische Antennen, Telefonate über Festnetztelefone oder das

Lesen von Zeitungen in Printversion). Daher sollte bei der Beurteilung der Nutzungszeit berücksichtigt werden, inwieweit der Zeitaufwand für Online-Aktivitäten zulasten von anderen (als sinnvoller erlebten) Aktivitäten bzw. zu Lasten von funktional äquivalenten Verhaltensweisen geht.

Der Einsatz von *Social Media* oder Online-Games zur Stimmungsmodifikation kann nach Ansicht der Befragten – wenn es in einem angemessenen Ausmaß stattfindet und eine Strategie unter vielen darstellt – ebenso wie andere Freizeitaktivitäten ablenken oder Spaß machen und damit durchaus ein funktionales Verhalten darstellen. In diesem Sinn wird kritisiert, dass mögliche Benefits (Spaß beim Spielen von Online-Games, Kontaktpflege bei der Nutzung von *Social Media*) in der Befragung unberücksichtigt bleiben.

Ein weiterer zentraler Kritikpunkt an der BSNAS bezieht sich auf die mangelnde Differenzierung in Hinblick auf zentrale Nutzungsmodalitäten. So wird nicht unterschieden, ob *Social Media* in erster Linie aktiv (schreiben, teilen, kommentieren von Beiträgen) oder passiv (lesen oder ansehen von Beiträgen, Informationssuche) genutzt wird.

Schlussfolgerungen: Nutzungsmotivation, Nutzungsverhalten und die Funktionalität unterschiedlicher Internetaktivitäten sind wesentlich, um Online-Verhalten und potenziell negative Auswirkungen beurteilen zu können. Es ist fraglich, inwieweit eine derart intensive Auseinandersetzung im Rahmen eines Suchtsurveys gewährleistet werden kann.

Übertragbarkeit von Suchtkriterien auf Online-Verhalten

Das Kriterium Entzugssymptome, das von allen drei Skalen abgedeckt wird, wurde teilweise auch von Befragten genannt, um ein Problemverhalten in eigenen Worten zu beschreiben. Dem gegenüber stehen Rückmeldungen zur allgemeinen Internetnutzung sowie zur Nutzung von *Social Media*. Negative Emotionen aufgrund einer erzwungenen Offline-Zeit werden hier teilweise als adäquate Reaktion gewertet, da das Internet als Medium auch zur Erfüllung vieler grundlegender Aufgabenbereiche genutzt wird (z. B. Beziehungspflege, berufliche Verpflichtungen). Eine negative Stimmungslage, wenn die Nutzung des Internets nicht möglich ist, sollte nicht zwangsläufig als Ausdruck einer Abhängigkeit gewertet werden.

Schlussfolgerung: Hinsichtlich der negative Gefühle, die infolge erzwungener Offline-Zeit entstehen, sollte zwischen solchen unterschieden werden, die Ausdruck eines starken Verlangens sind, und solchen, die sich auf die (privaten oder beruflichen) Konsequenzen beziehen, die sich daraus für den Nutzer / die Nutzerin ergeben und auch für Außenstehende nachvollziehbar sind.

Speziell im Bereich der Nutzung von *Social Media* wird die Übertragbarkeit von gängigen Suchtsymptomen, beispielsweise Toleranzentwicklung oder kompensatorische Nutzung, wiederholt angezweifelt. Vor allem die Heterogenität der Nutzungsmöglichkeiten von *Social Media* bzw. des Internets im Allgemeinen scheint eine Übertragbarkeit (und damit eine sinnvolle Beantwortung der

Fragen) zu erschweren. Im Bereich Online-Gaming mit einem verhältnismäßig eingrenzbaren Verhalten erscheint aus diesem Grund die Übertragung von Suchtkriterien eher möglich zu sein.

Schlussfolgerung: Die Übertragung von Suchtkriterien auf problematische Nutzungsformen Sozialer Medien bzw. des Internets im Allgemeinen erscheint angesichts der Heterogenität der Nutzungsmöglichkeiten nur wenig überzeugend. Auf den Bereich Online-Gaming scheint die Übertragung am vielversprechendsten.

Kontrollverlust, Problembewusstsein und „vergeudete Zeit“

Das Kriterium der erfolglosen Versuchen der Selbstreduktion von Internetnutzung, Computerspielen oder *Social Media* – theoriebasiert als Kontrollverlust interpretiert und in allen drei Skalen als Dimension enthalten – setzt ein Problembewusstsein voraus, das bei Menschen mit problematischer Nutzung nicht zwingend der Fall ist. Prinzipiell stellt sich dieses Problem bei allen Suchterkrankungen. Substanzkonsum verursacht allerdings im Gegensatz zu Verhaltenssuchten eindeutige somatische oder physiologische Auswirkungen, die eine objektivere Beurteilung erlauben, wann ein Kontrollverlust auch mit negativen Folgen verbunden ist. Bei Online-Aktivitäten ist dies deutlich schwieriger, weswegen die Beurteilung des Kontrollverlustes stärker davon abhängt, inwieweit eine Person bereit ist, ihr Verhalten zu reflektieren, und weniger davon, ob das „unkontrollierte“ Verhalten auch negative Folgen hat. Gerade bei Online-Games und der Nutzung von *Social Media* ist es eine sehr häufige Erfahrung, dies länger zu tun, als zunächst geplant, ohne dass dies als Problem erlebt, sondern lediglich als „vergeudete“ Zeit beurteilt wird. Gleichzeitig werden von den Befragten technische Eigenschaften kritisch beurteilt, die die Nutzungsdauer erhöhen (z. B. Bonusprogramme von Spielen, automatisches Abspielen der nächsten Folge durch Streaming-Dienste).

Schlussfolgerung: Viele Personen verbringen mehr Zeit mit Internetaktivitäten als ursprünglich geplant. Die Gründe dafür sind sehr unterschiedlich und führen nicht immer zu relevanten Problemen. Diese Tatsache alleine bereits als Kontrollverlust im Sinne eines Suchtkriteriums zu interpretieren, scheint nicht gerechtfertigt. Vielmehr sollten die Folgen dieses Verhaltens berücksichtigt werden.

Abgrenzung zwischen Suchtgefahren und allgemeinen Einstellungen zu digitalen Medien.

Eine kritische Haltung gegenüber Internetnutzung basiert häufig auf Vorbehalten, die sich nicht auf suchtspezifische Aspekte beziehen, sondern eher allgemein als „technikkritisch“ eingestuft werden können. Bedenken hinsichtlich Datenschutz werden beispielsweise häufig als Anlass verwendet, die eigene oder fremde Internetnutzung kritisch zu beurteilen, ohne dass diese in Zusammenhang mit Suchtproblemen steht.

An *Social Media* wird häufig die rückblickend als „sinnlos“ erlebte Nutzung oder die Nutzung in unpassenden Situationen (z. B. während eines Gespräches) kritisiert, vermischt mit einer generellen Kritik an der Bedeutung, die manche Personen Aktivitäten auf *Social Media* beimessen. Manche *Social Media* zugeschriebenen Konsequenzen (Informationsflut, mangelnde Authentizität) beschreiben eher eine Kritik gesellschaftlicher Realität als Symptome eines Suchtverhaltens. Es ist fraglich, inwiefern es möglich ist, solche suchtspezifischen Einstellungen auszublenden, wenn das eigene Verhalten in Hinblick auf mögliche Suchtsymptome beurteilt werden soll, und inwieweit allgemeine Einstellungen zu digitalen Medien Bestandteil einer Bevölkerungsbefragung zu Suchtverhalten sein können bzw. sollen.

Schlussfolgerung: In Befragungen zu Online-Gaming, *Social Media* und Internetnutzung im Allgemeinen fließen viele Bedenken ein, die über das Suchtverhalten oder Suchtgefahren hinausgehen und eher eine allgemeine Haltung gegenüber digitalen Medien widerspiegeln.

Abhängigkeit und andere psychische Belastungen

Negative psychische Auswirkungen der Internetnutzung, die von den Befragten genannt wurden, sind keinesfalls auf Suchtsymptome beschränkt und geben Hinweis darauf, dass speziell im Diskurs zu sozialen Medien ein breiterer Fokus in Hinblick auf psychische Folgen digitaler Mediennutzung notwendig erscheint. Wiederholt wurde beispielsweise als Problem genannt, dass insbesondere *Social Media* zu einer verstärkten Gleichzeitigkeit von mehreren Handlungen führt, was wiederum mit einem Verlust von Achtsamkeit bei bestimmten Handlungen verbunden ist. In ähnlicher Weise wird beklagt, dass die Omnipräsenz des Internets zu einem Verlust der Fähigkeit zum Nichtstun führt. Auch die Abhängigkeit von der Meinung anderer wird wiederholt als eine psychische Belastung durch die Nutzung von *Social Media* genannt, stellt aber auch kein Suchtkriterium dar. Auch Automatismen wie der unbewusste Griff zum Handy werden rückblickend als unangenehm erlebt.

Schlussfolgerung: Abhängigkeit ist nur eine von mehreren potenziellen psychischen Problemen, die mit Internetnutzung in Verbindung gebracht werden.

Die Rückmeldungen der Befragten insbesondere zu Online-Games legen nahe, dass es sich bei der zeitintensiven Nutzung weniger um ein konstantes Verhalten handelt, sondern die Nutzungsintensität stark schwankt und z. B. vom Erscheinen neuer Spiele oder der verfügbaren Freizeit abhängt. Zudem wird infrage gestellt, inwieweit dieses Verhalten Konstanz im Lebenszyklus aufweist oder nur auf bestimmte Lebensphasen beschränkt ist. Unklar bleibt zudem, inwieweit auch die problematische Nutzung von digitalen Medien nur ein vorübergehendes Phänomen ist und inwiefern dieses der Definition einer chronisch, rezidivierenden Erkrankung entspricht.

Schlussfolgerung: Die zeitintensive Nutzung von digitalen Medien scheint in vielen Fällen kein konstantes, sondern ein starkem Schwankungen unterworfenen Verhalten zu sein.

Messbarkeit der Nutzungszeit

Schwankungen im Nutzungsverhalten haben zur Folge, dass die Messung der Spielzeit kaum möglich ist, da es für viele Personen kein „typisches“ Spielverhalten gibt. Gängige Spielzeiten unterscheiden sich je nach Spieltypus deutlich: Während etwa Online-Rollenspiele zu einer bestimmten Tageszeit häufig in einem durchgehenden Spielabschnitt gespielt werden (und somit die Spielzeit prinzipiell in Stunden angegeben werden kann), werden Casual Games im Tagesablauf häufiger, dafür aber meist nur für kürzere Zeitspannen gespielt.

Die Nutzung von *Social Media* ist aufgrund der speziellen Form der Kommunikation und den ebenfalls sehr häufigen, aber kurzen Nutzungssequenzen kaum quantifizierbar. Generell unklar ist dabei, was bei asynchroner Kommunikation als Nutzungszeit gilt (ausschließlich das Verfassen von Beiträgen, das aktive Mitlesen oder auch das Warten auf Reaktionen der Interaktionspartner/innen).

Eine Erhebung der Nutzungsfrequenz nach Tagen macht zudem keinen Sinn, da die überwiegende Mehrheit der User/innen von *Social Media* diese täglich nutzt. Zudem wäre eine Differenzierung nach privater und beruflicher Nutzung sowie nach der Art der Nutzung (aktiv posten versus lesen) notwendig. Bei Computerspielen erschwert wiederum die enorme Bandbreite der Nutzungszeit die Erhebung mittels vorgegebener Antwortkategorien.

Schlussfolgerung: Speziell in Bezug auf *Social Media* und Internet-Nutzung im Allgemeinen ist eine sinnvolle Messung der Verhaltenskomponente kaum möglich. Bei Computerspielen muss der Heterogenität der Nutzungsarten Rechnung getragen werden.

Dimensionale statt kategoriale Beurteilung

Die große Mehrheit der Befragungsteilnehmer/innen kritisiert weniger, welche Dimensionen durch die Skalen abgedeckt werden, sondern vielmehr, dass die Einstufung innerhalb dieser Dimensionen als schwierig bis unmöglich erlebt wird, also eine klare Abgrenzung zwischen einer problematischen und einer unproblematischen Ausprägung der jeweiligen Dimension kaum möglich ist. Auch Fragen zur Häufigkeit der Symptome (wie sie in allen Skalen gestellt werden) bieten keine Hilfe, da diese keinen Aufschluss über die Problemintensität bieten. Ein oft genanntes Beispiel dafür ist der Aspekt der Vernachlässigung anderer Verpflichtungen: Viele Befragte erleben diese im Sinne eines „Aufschiebens“ von lästigen Verpflichtungen durchaus häufig, ohne dass sich daraus für die Person oder ihr soziales Umfeld konkrete negative Auswirkungen ergeben.

Schlussfolgerung: Bei der Abfrage von Symptomen einer problematischen Nutzung (inklusive deren Häufigkeit) sollte zusätzlich berücksichtigt werden, inwiefern diese Symptome eine relevante Problemintensität aufweisen.

Aktualität und Präzision von Formulierungen

Einige Kritikpunkte der Befragten beziehen sich auf spezifische Items, in denen unpassende Formulierungen verwendet werden oder kritisieren allgemein die inhaltliche Ausrichtung. Beispielsweise wird die Frage nach der „Vernachlässigung von Schule und Beruf“ kritisiert, weil sie für ältere Menschen keine sinnvolle Kategorie darstellt. Zudem zeigt sich, dass aufgrund der technischen Weiterentwicklung manche Begriffe an Aktualität verlieren. Beispielsweise macht das Wort „Internetsitzung“ durch den Einsatz internetfähiger mobiler Geräte kaum noch Sinn und klingt für jüngere Befragte befremdlich.

Schlussfolgerung: Der ständige technische Wandel von digitalen Medien erfordert gegebenenfalls eine Anpassung von Formulierungen an neue Entwicklungen. Bei der Wahl und Formulierung der Kategorien muss darauf geachtet werden, dass auch ältere Nutzer/innen sich wiederfinden.

6 Referenzen

Andreassen, Cecilie Schou (2015): Online Social Network Site Addiction: A Comprehensive Review. In: *Current Addiction Reports* 2/2:175–184

Andreassen, Cecilie Schou; Torsheim, Torbjørn; Brunborg, Geir Scott; Pallesen, Ståle (2012): Development of a Facebook addiction scale. In: *Psychological reports* 110/2:501–517

Bányai, Fanni; Zsila, Ágnes; Király, Orsolya; Maraz, Aniko; Elekes, Zsuzsanna; Griffiths, Mark D; Andreassen, Cecilie Schou; Demetrovics, Zsolt (2017): Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. In: *PLoS One* 12/1:e0169839

Barke, Antonia; Nyenhuis, Nele; Kröner-Herwig, Birgit (2014): The German version of the generalized pathological internet use scale 2: A validation study. In: *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* 17/7:474–482

Billieux, J.; Schimmenti, A.; Kahzaal, Y. ; Maurage, P.; Heeren, A. (2015): Are we overpathologizing everyday life? A tenable blueprint for behavioural addiction research. In: *Journal of Behavioral Addictions* 4/3:119–123

Bischof, Gallus; Bischof, Anja; Besser, Bettina; Rumpf, Hans-Jürgen; Rumpf, PD Dr Hans-Jürgen (2016): Problematische und pathologische Internetnutzung: Entwicklung eines Kurzscreenings (PIEK). Bundesministerium für Gesundheit, Lübeck

Demetrovics, Zsolt; Urbán, Róbert; Nagygyörgy, Katalin; Farkas, Judit; Griffiths, Mark D; Pápay, Orsolya; Kökönyei, Gyöngyi; Felvinczi, Katalin; Oláh, Attila (2012): The development of the problematic online gaming questionnaire (POGQ). In: *PLoS One* 7/5:e36417

ESPAD Group (2016): ESPAD 2015 Methodology. Publications Office of the European Union, Luxembourg

Gmel, G. (2017): Entwicklung einer Kurzform der Compulsive Internet Use Scale (CIUS). Sucht Schweiz, Lausanne, Schweiz

Gnambs, Timo; Batinic, Bernad (2010): Qualitative Online-Forschung. In: *Handbuch qualitative Forschung in der Psychologie*. Springer 320–332

Griffiths, M. D.; Király, O.; Pontes, H. M.; Demetrovics, Z. (2015): An overview of problematic gaming. . In: *Mental Health in the Digital Age: Grave Dangers, Great Promise*. Hg. v. Starcevic, V. ; E., Aboujaoude. Oxford University Press, Oxford. S. 45–27

Hahn, André; Jerusalem, Matthias; Meixner-Dahle, Sabine (2016): ISS-20. Diagnostische Verfahren in der Psychotherapie, Hogrefe Verlag

IFES (2017): Suchtmittel-Monitoring 2017. Bevölkerungsbefragung Wien. Im Auftrag der Sucht- und Drogenkoordination Wien gemeinnützige GmbH. Hg. v. Institut für empirische Sozialforschung GmbH, Wien

Király, Orsolya; Griffiths, Mark D; Urbán, Róbert; Farkas, Judit; Kökönyei, Gyöngyi; Elekes, Zsuzsanna; Tamás, Domokos; Demetrovics, Zsolt (2014): Problematic internet use and problematic online gaming are not the same: findings from a large nationally representative adolescent sample. In: *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* 17/12:749–754

Kuss, D. J. (2013): Internet gaming addiction: current perspectives. In: *Psychology Research and Behavior Management* 6/:125–137

Mak, Kwok-Kei; Lai, Ching-Man; Ko, Chih-Hung; Chou, Chien; Kim, Dong-Il; Watanabe, Hiroko; Ho, Roger CM (2014): Psychometric properties of the revised chen internet addiction scale (CIAS-R) in Chinese adolescents. In: *Journal of abnormal child psychology* 42/7:1237–1245

Marmet, Simon; Gmel, Gerhard; Notari, Luca; Gmel, Christiane (2015): Suchtmonitoring Schweiz-Themenheft Internetnutzung und problematische Internetnutzung in der Schweiz im Jahr 2015. Bundesamt für Gesundheit,

Monacis, Lucia; De Palo, Valeria; Griffiths, Mark D; Sinatra, Maria (2017): Social networking addiction, attachment style, and validation of the Italian version of the Bergen Social Media Addiction Scale. In: *Journal of Behavioral Addictions* 6/2:178–186

Nagygyörgy, Katalin; Urbán, Róbert; Farkas, Judit; Griffiths, Mark D; Zilahy, Dalma; Kökönyei, Gyöngyi; Mervó, Barbara; Reindl, Antónia; Ágoston, Csilla; Kertész, Andrea (2013): Typology and sociodemographic characteristics of massively multiplayer online game players. In: *International journal of human-computer interaction* 29/3:192–200

Northrup, Jason C; Lapierre, Coady; Kirk, Jeffrey; Rae, Cosette (2015): The Internet Process Addiction Test: Screening for addictions to processes facilitated by the Internet. In: *Behavioral Sciences* 5/3:341–352

Pápay, Orsolya; Urbán, Róbert; Griffiths, Mark D; Nagygyörgy, Katalin; Farkas, Judit; Kökönyei, Gyöngyi; Felvinczi, Katalin; Oláh, Attila; Elekes, Zsuzsanna; Demetrovics, Zsolt (2013): Psychometric properties of the problematic online gaming questionnaire short-form and prevalence of problematic online gaming in a national sample of adolescents. In: *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* 16/5:340–348

Petry, N. M.; O'Brien, C. P. (2013): Internet gaming disorder and the DSM-5. In: *Addiction* 108/7:1186–1187

Pontes, Halley M.; Griffiths, Mark D. (2015): Measuring DSM-5 internet gaming disorder: Development and validation of a short psychometric scale. In: *Computers in Human Behavior* 45/:137–143

Puhm, Alexandra; Strizek, Julian (2017): Problematische Nutzung von digitalen Spielen. Vortragsreihe in der SFU. Wien, 20. Juni 2017

Richter, F.; Walker, H.; Baumberger, P. (2016): «Onlinesucht» in der Schweiz – Zwischenbericht der ExpertInnengruppe. Fachverband Sucht, Zürich

Rumpf, Hans-Jürgen; Achab, Sophia; Billieux, Joël; Bowden-Jones, Henrietta; Carragher, Natacha; Demetrovics, Zsolt; Higuchi, Susumu; King, Daniel L; Mann, Karl; Potenza, Marc (2018): Including gaming disorder in the ICD-11: The need to do so from a clinical and public health perspective: Commentary on: A weak scientific basis for gaming disorder: Let us err on the side of caution (van Rooij et al., 2018). In: *Journal of Behavioral Addictions* 7/3:556–561

Strizek, J.; Puhm, A. (2017): Dysfunktionale Nutzung von Social Networking Sites. Gesundheit Österreich, Wien

Strizek, J.; Uhl, A. (2016): Bevölkerungserhebung zu Substanzgebrauch. Band 1: Forschungsbericht. Gesundheit Österreich, Wien

Van Rooij, Antonius J; Ferguson, Christopher J; Colder Carras, Michelle; Kardefelt-Winther, Daniel; Shi, Jing; Aarseth, Espen; Bean, Anthony M; Bergmark, Karin Helmersson; Brus, Anne; Coulson, Mark (2018): A weak scientific basis for gaming disorder: Let us err on the side of caution. In: *Journal of Behavioral Addictions* 7/1:1–9

7 Annex

7.1 Übersicht zu Screening-Instrumenten nach Bischof et al.

Tabelle 7.1:
Skalen zur Messung von Internetsucht nach Bischof et al. (2016)

Akronym	Screening	Quelle	Infos zum Screening-Verfahren	Antwortformat/Güte
CIUS	Compulsive Internet Use Scale	Meerkerk et al. (2009)	<ul style="list-style-type: none"> Screening zur Erfassung der problematischen Nutzung von Internetaktivitäten (außer Spiel-nutzung) und zugrundeliegende Nutzungs-aktivitäten 	<ul style="list-style-type: none"> 14 Items 5-stufige Likert-Skala von 0 (nie) bis 4 (sehr häufig) Exzellente interne Konsistenz der deutschen Version Nicht validiert an einem Außenkriterium
IAT	Internet Addiction Test	Young (1998a)	<ul style="list-style-type: none"> Basiert auf den Kriterien für pathologisches Glücksspiel und Alkoholabhängigkeit. 	<ul style="list-style-type: none"> 20 Items 5-stufige Likert-Skala von 1 (sehr selten) bis 5 (fast immer): Ein Summenscore von 80 oder mehr indiziert problematisches Internetverhalten. Faktorenanalytische Extraktion von sechs Faktoren: Salienz, exzessives Nutzverhalten, Vernachlässigung von Alltagspflichten, Antizipation, Kontrollverlust, Vernachlässigung des Soziallebens Hohe interne Konsistenz einer ins Deutsche übersetzten Version Nicht validiert an einem Außenkriterium
OSV-S; CSV-S; englisch: AICA-S	Skala zum Online-suchtverhalten; Skala zum Computerspielverhalten; Scale for the Assessment of Computer Game Addiction	Wölfling et al. (2011)	<ul style="list-style-type: none"> OSC-S = klinisches Selbsteinschätzungs-instrument zur Klassifikation des Internet-verhaltens; OSV-S = Allgemeinere Form der CSV-S CSV-S = misst die suchtartige Nutzung von (Online-)Computerspielen, sowie von sieben weiteren Internetanwendungen (z. B. Glücksspiele, Sozialen Netzwerke). Darüber hinaus werden allgemeine Nutzungsmuster wie die Onlinezeit sowie die Regelmäßigkeit der Nutzung erfragt. Inhaltlich orientiert an den Kriterien zur Klassifikation einer Substanzabhängigkeit. 	<ul style="list-style-type: none"> 14 Items 5-stufige Likert-Skala, Forced-Choice-Format Kategorien „unauffällig“ (0 erfüllte Suchtkategorien bzw. OSV-S-Score unter 3 Punkte), „riskant“ (1 bis 3 erfüllte Suchtkriterien bzw. OSV-S-Score zwischen 3 und 6,5 Punkten) und „suchtartig“ (4 erfüllte Suchtkriterien bzw. OSV-S-Score über 6,5) Empirisch geprüfte psychometrische Qualität und gute diagnostische Genauigkeit (Sensitivität ca. 85 %; Spezifität ca. 87 %) Validität des Verfahrens via Kreuzvalidierung in zwei unterschiedlichen Stichproben (N = 1.710) Jugendlicher im Alter von 13 bis 18 Jahren Hohe interne Konsistenz: Cronbach's $\alpha = 0.88$

Akronym	Screening	Quelle	Infos zum Screening-Verfahren	Antwortformat/Güte
CIAS	Chen Internet Addiction Scale	Mak et al. (2003)	<ul style="list-style-type: none"> Die Skala erfasst fünf Domänen internet-bezogener Probleme: Exzessive Nutzung, Entzugssymptome, Toleranzentwicklung, interpersonelle und gesundheitliche Konsequenzen und Schwierigkeiten im Zeitmanagement. 	<ul style="list-style-type: none"> 26 Items 4-stufige Likert-Skala Validiert an einem strukturierten diagnostischen Interview. Dabei zeigte ein Cut-off von 64 Punkten die höchste diagnostische Genauigkeit und Spezifität (88 % und 92.6 %). Interne Konsistenz der Skala und der Subskalen liegt in der Ursprungsstudie zwischen 0.79 und 0.93.
(KFN)-CSAS-II	Computerspielabhängigkeitsskala	Rehbein et al. (2011)	<ul style="list-style-type: none"> Screening CSA zur Erfassung der problematischen Nutzung von Offline- und Online-Spielen basierend auf ISS von Hahn und Jerusalem (2001) Paper-Pencil oder PC-Version 	<ul style="list-style-type: none"> 11 Items Vierstufiges Antwortformat (stimmt nicht / stimmt kaum / stimmt eher / stimmt genau) Cronbach's $\alpha = 0.90$
YDQ	Young Diagnostic Questionnaire	Young (1998b)	<ul style="list-style-type: none"> Angelehnt an die Kriterien für pathologisches Glücksspielen aus dem DSM-IV 	<ul style="list-style-type: none"> 8 Items Stichprobenrekrutierung ausschließlich über Medienaufrufe Mind. fünf der acht Kriterien müssen erfüllt sein, um die Diagnose einer Internetabhängigkeit zu vergeben Keine adäquate psychometrische Überprüfung des Verfahrens
PIUQ	Problematic Internet Use Questionnaire	Demetrovics et al. (2008)	<ul style="list-style-type: none"> Selbsteinschätzungsskala zum übermäßigen Internetgebrauch 	<ul style="list-style-type: none"> 18 Items Faktorenanalytische Extraktion dreier Subskalen: Eingenommenheit, Vernachlässigung, Kontrollstörung Cronbach's $\alpha = 0.87$; Subskalen: $\alpha = 0.85, 0.74, 0.76$; Test-Retest-Korrelation = 0.90 Reine Online-Stichprobe (N = 1.037) Nicht an Außenkriterium validiert
IGD-20	Internet Gaming Disorder-20-Test	Pontes et al. (2014)	<ul style="list-style-type: none"> basierend auf den aktuellen Kriterien der IGD des DSM-5 Bezogen auf das Spielen von Online-Spielen 	<ul style="list-style-type: none"> 20 Items 5-stufige Likert-Skala von 1 (strongly disagree) bis 5 (strongly agree) Konfirmatorische Faktorenanalyse ergab eine Lösung mit 6 Faktoren: Salienz, Stimmungsregulation, Toleranzentwicklung, Entzugssymptome, Konflikt und Rezidiv Stichprobe wurde erhoben in Online-Spiel-Foren. Keine Validierung an Außenkriterium Gute interne Konsistenz (Cronbach's $\alpha = 0.88$)
IDS-1	Internet Disorder Scale	Pontes et al. (2015a)	<ul style="list-style-type: none"> Basierend auf den aktuellen Kriterien der Internet Gaming Disorder des DSM-5 Berücksichtigt mehrere Applikationen 	<ul style="list-style-type: none"> 15 Items 5-stufige Likert-Skala von 1 (strongly disagree) bis 5 (strongly agree) Vier Dimensionen: Escapism and Dysfunctional Emotional; Coping, Withdrawal Symptoms, Impairments and Dysfunctional Self-Regulation, Dysfunctional Internet-related Self-Control Stichprobenerhebung über Online-Rekrutierung

Akronym	Screening	Quelle	Infos zum Screening-Verfahren	Antwortformat/Güte
ISS	Internetsuchtskala	Hahn & Jerusalem (2001)	<ul style="list-style-type: none"> • Basierend auf den Kriterien stoffgebundener Suchterkrankungen • Grundlage für KFN-CSAS-II 	<ul style="list-style-type: none"> • Keine Validierung an Außenkriterium • Cronbach's α für die Subskalen variierte von 0.79 bis 0.85, Gesamtskala: $\alpha \geq 0.80$ • 20 Items • 4-stufige Likert-Skala von 1 (trifft nicht zu) bis 4 (trifft zu) • Faktorenanalytisch entwickelte Subskalen: Kontrollverlust, Entzugerscheinungen, Toleranzentwicklung, negative Konsequenzen für Arbeit und Leistung, negative Konsequenzen für soziale Beziehungen • Sehr gute interne Konsistenz auf der Gesamtskala (Cronbach's $\alpha = 0.93$) und gute interne Konsistenz auf den Subskalen (Cronbach's α variierte von 0.82 bis 0.83) • Nicht an Außenkriterium validiert. • Basierend auf einer Onlinebefragung
IGDSSF9	Scale for Internet Gaming Disorder	Pontes & Griffiths (2015b)	<ul style="list-style-type: none"> • Kurzscreening zur Erfassung der Internet Gaming Disorder auf Basis des DSM-5 	<ul style="list-style-type: none"> • 9 Items • 5-stufige Likert-Skala von 1 (never) bis 5 (very often) • Stichprobenerhebung anhand eines Online-Fragebogens über 52 Gaming Foren • Faktorenanalytisch anhand des IGD-20 Tests geprüft (Einfaktorenlösung) • Kreuzvalidierung an zwei Zufallsstichproben • Cronbach's $\alpha = 0.87$
GPIUS	Generalized Problematic Internet Use Scale	Caplan (2002)	<ul style="list-style-type: none"> • Theoriebasiertes kognitiv-behavioral-orientiertes Instrument zur Erfassung problematischer Internetnutzung 	<ul style="list-style-type: none"> • 29 Items • 5-stufige Likert-Skala • Faktorenanalytische Identifizierung von 7 Faktoren: Mood alteration, Social Benefit, Negative outcomes, Compulsivity, Excessive time, Withdrawal, Interpersonal control • Cronbach's α variiert für die Subskalen von 0.78 bis 0.85 • An Stichprobe von 386 Studenten getestet • Keine Validierung an Außenkriterium
OCS	Online Cognition Scale	Davis et al. (2002)	<ul style="list-style-type: none"> • Entwickelt auf Basis von Forschungsliteratur zu Symptomen problematischen Internetgebrauchs 	<ul style="list-style-type: none"> • 36 Items • 7-stufige Likertskala • Faktorenanalytische Identifizierung von vier Dimensionen: Diminished impulse control, Loneliness/depression, Social comfort, Distraction • Sehr gute interne Konsistenz für die Gesamtskala (Cronbach's $\alpha = 0.94$), akzeptable bis gute interne Konsistenz für die Subskalen (Cronbach's α variiert von 0.77 bis 0.87) • Getestet an 211 Psychologie-Studenten • Keine Validierung an Außenkriterium

Akronym	Screening	Quelle	Infos zum Screening-Verfahren	Antwortformat/Güte
IPAT	Internet Process Addiction Test	Northrup et al. (2015)	<ul style="list-style-type: none"> • Einführung des Begriffs „Prozess“ • Mit dem IPAT sollen vier Suchtprozesse erhoben werden: Spielen von Online-Spielen, soziales Netzwerken online, sexuelle Online-Aktivität und Web-Surfing. • Überarbeitung des IAT 	<ul style="list-style-type: none"> • 19 überarbeitete Items der IAT plus 7 zusätzliche Items für jeden Prozess (insgesamt 182 Items) • 5-stufige Likert-Skala von 1 (rarely) bis 5 (always) • Exzellente interne Konsistenz, sowohl auf der Gesamtskala (Cronbach's $\alpha = 0.99$), als auch auf den Subskalen (α variiert von 0.97 bis 0.98) • Stichprobengewinnung über Google Ads: von 1.121 eingereichten Fragebögen waren nur 270 vollständig und verwertbar. • Keine Validierung an Außenkriterium
POGQ	Problematic Online Gaming Questionnaire	Demetrovics et al. (2012)	<ul style="list-style-type: none"> • Erfasst sechs Subskalen problematischer Internetnutzung • Entwickelt aus einer Literaturrecherche 	<ul style="list-style-type: none"> • 18 Items • 5-stufige Likert-Skala von 1 (never) bis 5 (always) • Faktorenanalytische Identifikation von sechs Dimensionen: Eingenommenheit, übermäßige Nutzung, Immersion, soziale Isolation, interpersonelle Konflikte und Entzugssymptome • Sehr gute interne Konsistenz (Cronbach's $\alpha > 0.9$) • Rekrutierung über Online-Spiel-Webseiten ($n = 3.415$, 90 % Männer) • Keine Validierung an Außenkriterium
IGDS	Internet Gaming Disorder Scale	Lemmens et al. (2015)	<ul style="list-style-type: none"> • Erfasst nur Internet Gaming • Entwickelt für Adoleszente 	<ul style="list-style-type: none"> • Liegt in Kurz- (9 Items) und Langversion (27 Items) vor • Zwei Möglichkeiten: 6-stufige Likert-Skala von 0 (never) bis 5 (every day) oder Dichotome Antwortmöglichkeit (ja/nein) • Cronbach's $\alpha = 0.94$ (Skala) und $\alpha = 0.93$ (dichotom) • Keine Validierung an externen Kriterien.

Quelle: Tabelle übernommen aus Bischof et al. (2016)

7.2 Fragebogen des Pretests

Einleitungstext

Um was geht es?

Das Schlagwort "Internetsucht" wird medial häufig aufgegriffen und ist ein Thema, das viele Menschen beschäftigt. Allerdings gibt es derzeit noch unterschiedliche Einschätzungen dieses Phänomens und es fehlen ebenso verlässliche Zahlen, wie viele Menschen in Österreich davon betroffen sind. Nehmen Sie sich bitte 15 Minuten Zeit und helfen Sie uns, ein passendes Messinstrument für Österreich zu entwickeln! Die Erhebung erfolgt anonym und es werden keine Daten erhoben, die Rückschlüsse auf Ihre Personen erlauben.

Hintergrundinformation

Zukünftig sollen Fragen zum Thema Internetsucht in Bevölkerungserhebungen integriert werden. Dazu muss aber zuerst in einem kleineren Rahmen getestet werden, welche Fragen sich am besten dazu eignen. Ziel dieser Erhebung ist eine Validierung von bestehenden Instrumenten zur Messung der suchtartigen Nutzung von Internetapplikationen. Der Fragebogen besteht aus drei Teilen: zum Internetnutzungsverhalten im Allgemeinen (Teil A), zu Online-Spielen (Teil B) sowie zu Social-Media-Aktivitäten (Teil C). Bei allen drei Fragebogenteilen werden gängige Testinstrumente eingesetzt und Sie erhalten unmittelbar Rückmeldung zu Ihren Testergebnissen. Zusätzlich werden Sie gebeten, Rückmeldung und Kritik zu diesen Instrumenten anzubringen, sowie nach Ihrem Alter (in Altersgruppen) und Ihrem Geschlecht gefragt. Auf der letzten Seite finden Sie weiterführende Literaturhinweise. Durchgeführt wird diese Erhebung vom Kompetenzzentrum Sucht an der Gesundheit Österreich GmbH, Stubenring 6, 1010 Wien. Fragen können Sie per Mail an julian.strizek@goeg.at richten.

Teil 1: Allgemeine Internetnutzung

Bitte geben Sie an, wie häufig Sie die folgenden Formulierungen zu ihrer privaten Internetnutzung als zutreffend erleben?

(1) Wie häufig finden Sie es schwierig, mit dem Internetgebrauch aufzuhören, wenn Sie online sind?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(2) Wie häufig bevorzugen sie das Internet, statt Zeit mit anderen zu verbringen (z. B. Partner, Kinder, Eltern, Freunde)?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(3) Wie häufig schlafen Sie zu wenig wegen des Internets?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(4) Wie oft freuen Sie sich schon auf ihre nächste Internetsitzung?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(5) Wie häufig haben Sie erfolglos versucht, weniger Zeit im Internet zu verbringen?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(6) Wie häufig vernachlässigen Sie Ihre Alltagsverpflichtungen (Arbeit, Schule, Familienleben), weil Sie lieber ins Internet gehen?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(7) Wie häufig gehen Sie ins Internet, wenn Sie sich niederschlagen fühlen?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(8) Wie häufig fühlen Sie sich unruhig, frustriert oder gereizt, wenn Sie das Internet nicht nutzen können?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

Ihre Meinung ist gefragt! Anmerkungen, Kommentare und Kritik zu diesem Erhebungsinstrument helfen uns, dieses zu verbessern und Ergebnisse besser interpretieren zu können. Was fällt Ihnen zu den eben gestellten Fragen ein (z. B. Kritik an Inhalten, unklare Formulierungen, Begründung für Ihre Auswahl ...)?

Die Fragen auf der letzten Seite wurden dem Test "Compulsive Internet Use Scale" (CIUS) entnommen. Die Summe Ihrer Antworten hat ... Punkte ergeben, was bei diesem Test als "unproblematische Internetnutzung" / "symptomatische Internetnutzung" / "problematische Internetnutzung" eingestuft wird. Entspricht diese Einschätzung auch Ihrer Selbsteinschätzung?

- 1 ja
- 2 nein

Können Sie bitte kurz erläutern, warum Sie das Testergebnis als nicht zutreffend empfinden? (offene Frage)

Gibt es in Hinblick auf Ihr Internetnutzungsverhalten etwas, das Sie selbst als bedenklich erachten (egal ob es in dem vorherigen Test angesprochen wurde oder nicht)? (offene Frage)

Teil B: Online Gaming

Die nächsten Fragen beziehen sich ausschließlich auf die Nutzung von Online-Games. Haben Sie in den letzten 30 Tagen Online-Spiele gespielt?

Spielen von Online-Games

- 1 ja
- 2 nein

Bitte geben Sie an, wie häufig Sie die folgenden Aussagen zu Online-Spielen als zutreffend erleben?

(1) Wenn Sie gerade nicht spielen, wie oft denken Sie darüber nach, ein Spiel zu spielen oder wie es sich anfühlen würde, in diesem Moment zu spielen?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(2) Wie oft spielen Sie länger als ursprünglich geplant?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(3) Wie oft fühlen Sie sich deprimiert oder gereizt, wenn Sie nicht spielen, und diese Gefühle verschwinden, wenn Sie anfangen zu spielen?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(4) Wie oft haben Sie das Gefühl, dass Sie die Zeit, die Sie mit Spielen verbringen, reduzieren sollten?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(5) Wie oft beschweren sich Personen aus Ihrem Umfeld, dass Sie zu viel spielen?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(6) Wie oft sagen Sie Treffen mit Freunden ab, weil sie lieber spielen?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(7) Wie häufig träumen Sie von Spielen?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(8) Wie oft verlieren Sie beim Spielen den Überblick über die Zeit?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(9) Wie oft werden Sie unruhig oder gereizt, wenn Sie einige Tage lang nicht spielen können?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(10) Wie oft versuchten Sie erfolglos, Ihre Spielzeit zu reduzieren?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(11) Wie oft streiten Sie sich mit wichtigen Personen aus Ihrem Umfeld (Freunde, Partner, Familie) wegen des Spielens?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

(12) Wie oft vernachlässigen Sie andere Aktivitäten, weil Sie lieber spielen möchten?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 häufig
- 5 sehr häufig
- 6 weiß nicht

Ihre Meinung ist gefragt! Anmerkungen, Kommentare und Kritik zu diesem Erhebungsinstrument helfen uns, dieses zu verbessern und Ergebnisse besser interpretieren zu können. Was fällt Ihnen zu den eben gestellten Fragen ein (z. B. Kritik an Inhalten, unklare Formulierungen, Begründung für Ihre Auswahl ...)? (offene Frage)

Die Fragen auf der letzten Seite wurden dem Test "Problematic Online Gaming Questionnaire" mit 12 Items (POGQ-SF-12) entnommen. Die Summe Ihrer Antworten hat ... Punkte ergeben, was bei diesem Test als "problematisches Spielverhalten" / "unproblematisches Spielverhalten" eingestuft wird. Entspricht diese Einschätzung auch Ihrer Selbsteinschätzung?

- 1 ja (nächste Frage wird übersprungen)
- 2 nein

Können Sie bitte kurz erläutern, warum Sie das Testergebnis als nicht passend empfinden? (offene Frage)

Gibt es in Hinblick auf Ihr Online-Spielverhalten etwas, das Sie selbst als bedenklich erleben (egal ob es in dem vorherigen Test angesprochen wurde oder nicht)? (offene Frage)

An wie vielen Tagen pro Woche spielen sie durchschnittlich Online-Games?

- 1 seltener als 1 Tag pro Woche
- 2 1 Tag pro Woche
- 3 2 Tage pro Woche
- 4 3 Tage pro Woche
- 5 4 Tage pro Woche
- 6 5 Tage pro Woche
- 7 6 Tage pro Woche
- 8 7 Tage die Woche

Wie viele Stunden pro Tag spielen Sie durchschnittlich Online-Games?

- 1 durchschnittlich weniger als 1 Stunde pro Tag
- 2 durchschnittlich 1 Stunde pro Tag
- 3 durchschnittlich 2 Stunden pro Tag
- 4 durchschnittlich 3 Stunden pro Tag
- 5 durchschnittlich 4 Stunden pro Tag
- 6 durchschnittlich 5 Stunden pro Tag
- 7 durchschnittlich 6 Stunden pro Tag
- 8 durchschnittlich 7 Stunden pro Tag

Lässt sich Ihr Zeitaufwand für Online-Games Ihrer Meinung nach mit den beiden oben genannten Fragen gut beschreiben? (offene Frage)

Woran erkennt man Ihrer Meinung nach, dass jemand zu viel Zeit mit Online-Games verbringt? (offene Frage)

Teil C: Social Media

Die nächsten Fragen beziehen sich ausschließlich auf die Nutzung von Social-Networking-Seiten (z. B. Facebook, Instagram, Snapchat, Twitter ...). Waren Sie in den letzten 30 Tagen auf Social-Networking-Seiten aktiv?

- 1 ja
- 2 nein

Nachfolgend finden Sie einige Fragen zu Ihren Einstellungen zu Social Media (Facebook, Twitter, Instagram und dergleichen) und deren Nutzung. Wählen Sie die Antwortalternative für jede Frage, die Sie am besten beschreibt. Bitte treffen Sie eine Auswahl für jede Frage. Wenn Sie eine Frage nicht beantworten können oder wollen, kreuzen Sie bitte die Kategorie "weiß nicht" an. Wie oft im letzten Jahr ...

(1) ... haben Sie viel Zeit damit verbracht, über Social Media oder den beabsichtigten Gebrauch von Social Media nachzudenken?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 oft
- 5 sehr oft
- 6 weiß nicht

(2) ... haben Sie den Drang verspürt, Social Media mehr und mehr zu nutzen?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 oft
- 5 sehr oft
- 6 weiß nicht

(3) ... haben Sie Social Media genutzt, um persönliche Probleme zu vergessen?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 oft
- 5 sehr oft
- 6 weiß nicht

(4) ... haben Sie versucht, die Nutzung von Social Media ohne Erfolg einzuschränken?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 oft
- 5 sehr oft
- 6 weiß nicht

(5) ... waren Sie unruhig oder besorgt, wenn Ihnen die Nutzung von Social Media nicht möglich war?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 oft
- 5 sehr oft
- 6 weiß nicht

(6) ... haben Sie Social Media so intensiv genutzt, dass es sich negativ auf Ihren Job oder Ihr Studium ausgewirkt hat?

- 1 nie
- 2 selten
- 3 manchmal
- 4 oft
- 5 sehr oft
- 6 weiß nicht

Ihre Meinung ist gefragt! Anmerkungen, Kommentare und Kritik zu diesem Erhebungsinstrument helfen uns, dieses zu verbessern und Ergebnisse besser interpretieren zu können. Was fällt Ihnen zu den eben gestellten Fragen ein (z. B. Kritik an Inhalten, unklare Formulierungen, Begründung für Ihre Auswahl ...)?

Die Fragen auf der letzten Seite wurden dem Test "Bergen Social Media Addiction Scale" entnommen. Die Summe Ihrer Antworten hat ... ergeben, was bei diesem Test als "problematische Nutzung" / "unproblematische Nutzung" eingestuft wird. Entspricht diese Einschätzung auch Ihrer Selbsteinschätzung?

- 1 ja (nächste Frage wird übersprungen)
- 2 nein

Können Sie bitte kurz erläutern, warum Sie das Testergebnis als nicht zutreffend empfinden? (offene Frage)

Gibt es in Hinblick auf Ihre Social-Media-Nutzung etwas, das Sie selbst für bedenklich erachten (egal ob es in dem vorherigen Test angesprochen wurde oder nicht)? (offene Frage)

An wie vielen Tagen pro Woche nutzen sie durchschnittlich Social-Media-Seiten?

- 1 seltener als 1 Tag pro Woche
- 2 1 Tag pro Woche
- 3 2 Tage pro Woche
- 4 3 Tage pro Woche
- 5 4 Tage pro Woche
- 6 5 Tage pro Woche
- 7 6 Tage pro Woche
- 8 7 Tage die Woche

Wie viele Stunden pro Tag verwenden Sie durchschnittlich für Social Media Aktivitäten?

- 1 durchschnittlich weniger als 1 Stunde pro Tag
- 2 durchschnittlich 1 Stunde pro Tag
- 3 durchschnittlich 2 Stunden pro Tag
- 4 durchschnittlich 3 Stunden pro Tag
- 5 durchschnittlich 4 Stunden pro Tag
- 6 durchschnittlich 5 Stunden pro Tag
- 7 durchschnittlich 6 Stunden pro Tag
- 8 durchschnittlich 7 Stunden pro Tag

Lässt sich Ihr Zeitaufwand für Social-Media-Aktivitäten Ihrer Meinung nach mit den beiden oben genannten Fragen gut beschreiben? (offene Frage)

Woran erkennt man Ihrer Meinung nach, dass jemand zu viel Zeit mit Social-Media-Applikationen nutzt? (offene Frage)

Können Sie uns bitte Ihr Geschlecht und Alter mitteilen?

- 1 männlich
- 2 weiblich

Wie alt sind Sie?

- 1 15 Jahre oder jünger
- 2 16 bis 20 Jahre
- 3 21 bis 25 Jahre
- 4 26 bis 30 Jahre
- 5 31 bis 35 Jahre
- 6 36 bis 40 Jahre
- 7 41 bis 45 Jahre
- 8 46 bis 50 Jahre
- 9 51 bis 55 Jahre
- 10 56 bis 60 Jahre
- 11 61 bis 65 Jahre
- 12 66 bis 70 Jahre
- 13 71 Jahre oder älter

Haben Sie abschließend noch Anmerkungen und Anregungen, die Sie uns mitteilen wollen? (offene Frage)
