



# *Digitales Suchtpotential in der Arbeitswelt*

Markus Wirtz, M.A. Dipl.-Soz.Päd.

*Das Internet ist durch Smartphones und Tablets mobil und nahezu uneingeschränkt verfügbar.*

***Ist eine Trennung zwischen beruflicher und privater Nutzung überhaupt noch möglich?***

*Gibt es eine Smartphonesucht?*

*- Der Fachverband Medienabhängigkeit e.V. ([fv-medienabhaengigkeit.de](http://fv-medienabhaengigkeit.de)) vertritt hierzu die Position, dass es sich bei „Smartphonesucht“ um eine Ausprägung von Internetabhängigkeit handelt, wobei das Smartphone (lediglich) das Zugangsmedium darstellt.*



*Wir sprechen von „Medienabhängigkeit“ in einer mediatisierten Welt, dies lässt bekannte Grenzen stark verfließen.*

*Was „normal“ ist und was „nicht normal“ ist, steht stark in Beziehung zur persönlichen und gesamtgesellschaftlichen Haltung/Einstellung gegenüber digitalen Medien.*

*Wurde vor einiger Zeit vorrangig die dauerhafte Internetnutzung am Stück als problematisch angesehen, ist es heutzutage stärker die Frequenz, in der wir auf unser Smartphone schauen. Statistisch tun wir dies etwa alle 18 Minuten und reißen uns damit immer wieder aus dem Arbeitsprozess heraus.*

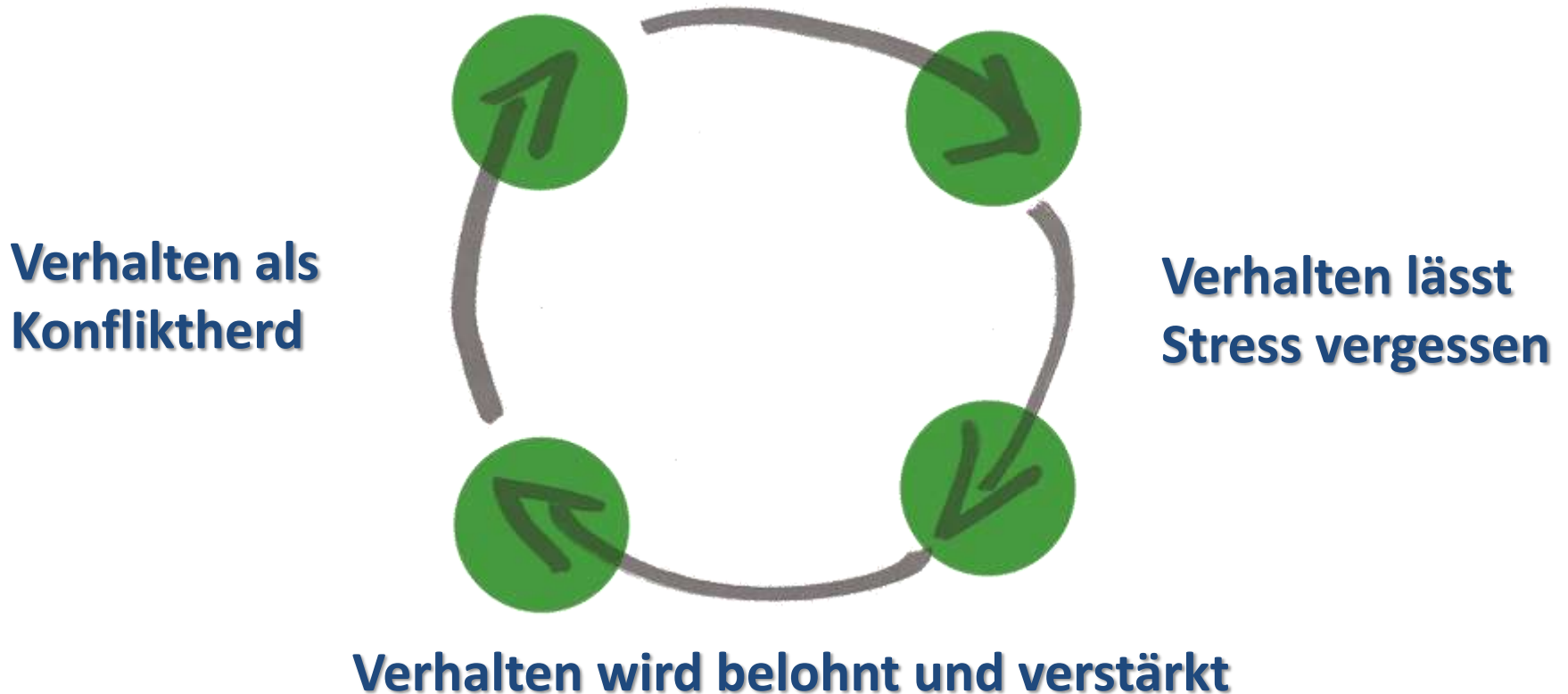


**560.000**  
Onlinesüchtige



**220.000**  
Cannabisabhängige

## Stresserleben





# Diagnosekriterien der „Internet Gaming Disorder“ im DSM – V (APA 2013)

- 1 **Gedankliche Vereinnahmung** (preoccupation with games)
- 2 **Entzugerscheinungen** (psychological withdrawal symptoms)
- 3 **Toleranzentwicklung** (tolerance)
- 4 **Kontrollverlust** (unsuccessful attempts to control or limit game participation)
- 5 **Fortsetzung trotz negativer Konsequenzen** (continued use despite knowledge of problem)
- 6 **Verhaltensbezogene Vereinnahmung** (loss of interest in previous hobbies)
- 7 **Dysfunktionale Stressbewältigung** (use of Internet games to escape a negative mood)
- 8 **Dissimulation** (deceiving family members and/or therapists)
- 9 **Gefährdung und Verluste** (has jeopardized or lost a relationship, job, or educational opportunity)



*Danke für Ihre Aufmerksamkeit!*

**Kontakt:**

Markus Wirtz, M.A. Dipl.-Soz.päd  
Leiter Jugendsuchtberatung

Victoriastr. 12  
50668 Köln

Tel: 0221 – 912797 -77

[m.wirtz@praevention.drogenhilfe-koeln.de](mailto:m.wirtz@praevention.drogenhilfe-koeln.de)

# Links

- [www.drogisto.de](http://www.drogisto.de)
- [www.ansprechbar-koeln.de](http://www.ansprechbar-koeln.de)
- [www.sucht-bildung.de](http://www.sucht-bildung.de)
- [www.drogenhilfe-koeln.de](http://www.drogenhilfe-koeln.de)
- [www.fv-medienabhaengigkeit.de](http://www.fv-medienabhaengigkeit.de)