

Harmloses Computerspielen oder schon Gesundheitsrisiko? Erster psychologischer Test zur „Gaming Disorder“ entwickelt

Seit wenigen Tagen ist exzessives Computerspielen eine von der [Weltgesundheitsorganisation](#) (WHO) anerkannte psychische Erkrankung. Die Aufnahme der „Gaming Disorder“ in den Krankheitskatalog der WHO und die damit einhergehende Definition bieten neue Möglichkeiten, gesundheitliche und psychosoziale Auswirkungen des exzessiven Computerspielens zu erforschen. Jetzt haben Forschende um Professor Christian Montag von der Universität Ulm den weltweit ersten psychologischen Test zur Untersuchung der Computerspielsucht entwickelt und anhand einer Stichprobe von mehr als 550 Studierenden aus Großbritannien und China überprüft.

Parallel zu ihrer Veröffentlichung im Fachjournal [„International Journal of Mental Health and Addiction“](#) machen die Forschenden den **„Gaming Disorder Test“** im Internet auch in deutscher Sprache öffentlich zugänglich. Über die Online-Plattform www.gaming-disorder.org erhalten Probandinnen und Probanden nicht nur Rückmeldung zu ihrem Videospiegelverhalten im Vergleich zu den übrigen Studienteilnehmenden: Mit ihrer Teilnahme können sie auch eine der bisher größten Untersuchungen zur Computerspielsucht nach WHO-Definition unterstützen.

Wer sein Gaming-Verhalten nicht mehr kontrollieren kann, dem Computerspiel Priorität gegenüber anderen Aktivitäten einräumt und an diesem Verhalten trotz negativer Konsequenzen nichts ändert, könnte gemäß WHO-Definition unter Computerspielsucht leiden. Bereits vor einigen Monaten hat die Weltgesundheitsorganisation die so genannte Gaming Disorder in die 11. Auflage ihres Krankheitskatalogs [„International Classification of Diseases“](#) (ICD-11) aufgenommen – nun wurde der Katalog auch offiziell erweitert. Laut WHO kann jedoch erst von Computerspielsucht ausgegangen werden, wenn Betroffene dieses Verhaltensmuster über mindestens 12 Monate zeigen und es zu schweren Beeinträchtigungen des Familienlebens, der Ausbildung oder etwa der Arbeitsleistung kommt.

Bereits 2013 wurde das verwandte Störungsbild „Internet Gaming Disorder“ zumindest als Arbeitsbegriff in den Anhang des Diagnoseverzeichnisses ([„Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders“](#) – DSM-5) der amerikanischen psychiatrischen Gesellschaft aufgenommen. Aufgrund abweichender diagnostischer Kriterien lassen sich Ergebnisse von bisherigen psychologischen Tests zur „Internet Gaming Disorder“ jedoch nur bedingt auf die Computerspielsucht nach WHO-Kriterien übertragen. Daher haben Forschende aus Ulm, Köln, London sowie von chinesischen Universitäten und aus Australien das wohl weltweit erste psychometrische Instrument zur Untersuchung der „Gaming Disorder“ nach den neuen WHO Kriterien entwickelt.

Der nun vorgestellte Online-Fragebogen orientiert sich an den Kriterien der WHO und erfasst Gaming-Aktivitäten der vergangenen zwölf Monate bis zum Tag der Erhebung auf einer Skala von eins bis fünf (1 steht für die Selbsteinschätzung „nie“ und 5 bedeutet „sehr oft“). Ziel des psychometrischen Instruments ist weniger die Diagnose als die Erforschung von Auswirkungen des exzessiven Spielens. Studienteilnehmerinnen und -teilnehmer erfahren lediglich, ob ihre Ergebnisse im Vergleich mit allen Probanden eine Tendenz zur „Gaming Disorder“ aufweisen.

Anhand einer Stichprobe aus mehr als 550 jungen Chinesen und Briten haben die Forschenden ihren neuen „Gaming Disorder Test“ bereits überprüft. „Exzessives Videospielen ist schon heute ein ernst zu nehmendes Gesundheitsrisiko in asiatischen Ländern und ein aufkommendes Problem in Europa. Um große, internationale Studien durchführen zu können, haben wir das neue Instrument kulturübergreifend konzipiert und in China sowie Großbritannien getestet“, erläutert Christian Montag, Heisenberg-Professor sowie Leiter der [Abteilung für Molekulare Psychologie](#) an der Universität Ulm.

Die Stichprobe umfasste 236 junge Chinesinnen und Chinesen, die an einer Universität in Beijing studierten, sowie 324 britische Studierende aus dem Großraum London und aus den East Midlands. Das Durchschnittsalter betrug 23 Jahre. Ausschlusskriterium für die Teilnahme an der Online-Befragung war die Angabe, in den letzten zwölf Monaten kein Videospiel gespielt zu haben.

Nach Abschluss der Erhebung haben die Forschenden mit komplexen statistischen Verfahren überprüft, ob sich das Instrument zur Messung der Computerspielsucht eignet („Validität“) und ob es das Konstrukt zuverlässig misst („Reliabilität“).

Zudem konnten sie erste Rückschlüsse auf das Gaming-Verhalten der untersuchten chinesischen und britischen Studierenden ziehen. So unterschied sich das Vorkommen der Computerspielsucht nach WHO-Kriterien zwischen beiden nationalen Gruppen nicht signifikant. Im Mittel gaben die Studierenden an, 12 Stunden in der Woche zu spielen. Dabei verbringen sie fast die Hälfte dieser Zeit (46 %) am Wochenende alleine vor dem Computer oder sonstigen mobilen Endgeräten. Insgesamt 36 Teilnehmende (6,4 %) berichteten von großen Problemen im Alltag aufgrund ihres Spielverhaltens und könnten somit die Diagnosekriterien der WHO erfüllen. Nach diesem Testlauf ziehen die Forschenden eine positive Bilanz: „Der Gaming Disorder Test scheint geeignet, um die Häufigkeit und, in Kombination mit anderen Fragebögen, auch Effekte der Computerspielsucht in großen, kulturübergreifenden Gruppen nach den vorgeschlagenen WHO-Kriterien festzustellen“, so Montag. Künftig müsse der neue Fragebogen noch an Patientenstichproben validiert werden.

Aktuell plant die Forschergruppe die bislang größte Untersuchung zur Computerspielsucht mit möglichst Tausenden von Teilnehmern: Für alle Interessierten steht der Gaming Disorder Test ab sofort in [deutscher](#) und [englischer Sprache](#) online zur Verfügung. Weitere Probandinnen und Probanden wollen die Forschenden unter anderem über die [„Electronic Sports League“](#) (ESL) rekrutieren, dem nach eigenen Angaben weltweit größten Esports-Anbieter mit engen Verbindungen zur „Gaming Community“. Rodrigo Samwell, Marketingverantwortlicher von ESL, betont, dass das Esports-Unternehmen zur verantwortungsvollen Nutzung von Computerspielen beitragen möchte und Nutzern dabei helfen will, ihr eigenes Spielverhalten zu reflektieren. Daher unterstütze ESL die wissenschaftliche Studie. Insgesamt hoffen die Forschenden zu verstehen, an welchem Punkt Computerspielen zum (gesundheitlichen) Problem wird, und welche Faktoren zum Entstehen der „Gaming Disorder“ beitragen – untersucht werden zum Beispiel soziodemographische Merkmale, die individuelle Persönlichkeit und Motivation der Gamer.

An der Studie beteiligt waren Forschende der Medizinischen Fakultät der [University of Tasmania](#) (Australien), der [Birkbeck University](#) in London, der chinesischen [Beijing University](#) sowie der [University of Electronic Science and Technology of China](#) in Chengdu. Aus Deutschland wirkten Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler der Universitäten Ulm und Köln maßgeblich mit. Dabei erhielt Christian Montag über seine Heisenberg-Professur Fördermittel der [Deutschen Forschungsgesellschaft](#) (DFG).

Zum Begriff „Gaming Disorder“

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat das neue Krankheitsbild als „Gaming Disorder“ in ihren

Katalog „International Classification of Diseases“ aufgenommen. Bisher gibt es keine einheitliche deutsche Übersetzung: Oft werden die im Deutschen anschaulichen Begriffe „Computerspielsucht“ oder „Videospielesucht“ verwendet. Dazu ist anzumerken, dass die WHO von der Bezeichnung „Sucht“ absieht. Vielmehr beschreibt der im Englischen verwendete Begriff „Gaming Disorder“ eine Störung, die durch exzessives Computerspielen gekennzeichnet ist. Es bleibt abzuwarten, welcher Begriff sich im Deutschen durchsetzen wird.

Literaturhinweis:

Halley M. Pontes, Bruno Schivinski, Cornelia Sindermann, Mei Li, Benjamin Becker, Min Zhou, Christian Montag: Measurement and conceptualization of Gaming Disorder according to the World Health Organization framework: The development of the Gaming Disorder Test. International Journal of Mental Health and Addiction. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00088-z>