

Mediensüchte und Bindungsstil: Ergebnisse zweier Online-Befragungen von Internet- und Smartphonennutzern

Markus Schott

Christiane Eichenberg

Sigmund Freud PrivatUniversität, Wien



Sigmund Freud
PrivatUniversität Wien

Gliederung

Einführung

- **Hintergrund**
- Internetsucht
- Smartphonesucht
- Bindungstheorie

Fragestellung

Methode

Ergebnisse

- Internetsucht & Bindung
- Smartphonesucht & Bindung

Diskussion

Hintergrund

Das Internet ist allgegenwärtig:

- mehr als zwei Drittel der deutschen Bevölkerung (52,7 Millionen Menschen) sind online
- Jugendliche zwischen 18 und 24 Jahre schauen durchschnittlich 56 Mal am Tag auf ihr Smartphone
- Internet ist ein essentieller Teil des alltäglichen Leben (daheim auf der Couch, beim Einkaufen, am Steuer oder beim Essen)

Hintergrund

Vermehrt treten nachteilige Aspekte in den Fokus

- dysfunktionale Nutzung (z.b.: Cyberchondrie)
- deviante Nutzung (z.b.: Cybermobbing; sexuelle Gewalt)
- selbstschädigende Nutzung
(z.b.: sog. „extreme communities: Suizid-, Pro-Ana-Foren)
- exzessive Nutzung (z.B. Cybersexsucht, Online Gambling)



Internet- oder Smartphoneabhängigkeit

Gliederung

Einführung

- Hintergrund
- **Internetsucht**
- Smartphonesucht
- Bindungstheorie

Fragestellung

Methode

Ergebnisse

- Internetsucht & Bindung
- Smartphonesucht & Bindung

Diskussion

Internetsucht

Internetsucht bis dato keine eindeutige diagnostische Einordnung

- Internetsucht als Verhaltenssucht
(DSM-5: „Addiction and related Disorders“)
- Kriterien orientieren sich an den von substanzgebundenen bekannten Kriterien
(Toleranz, Entzugssymptome, Vernachlässigung anderer Bereiche, Konsum trotz negativer Konsequenzen)
- Prävalenzschätzungen mit Werten zwischen 1.5% und 11.6%

Internetsucht

Internetsucht abhängig vom Anwendungsbereich

- Online-Computerspiele
- Glücksspiel
- sexuelle Inhalte
- social Media (Chats, Blogs, soziale Netzwerke)
- Online-Shopping
- Online-Videoportale (Streaming)
- Online-Informationen (News)

Gliederung

Einführung

- Hintergrund
- Internetsucht
- **Smartphonesucht**
- Bindungstheorie

Fragestellung

Methode

Ergebnisse

- Internetsucht & Bindung
- Smartphonesucht & Bindung

Diskussion

Smartphonesucht

Smartphone bietet eine große Nutzungsvielfalt, die die Entwicklung eines suchtartigen Verhaltens begünstigen

- kein eigenständiges Störungsbild
- Smartphone als Medium, welches viele Möglichkeiten und Funktionen des Internets bietet
- insbesondere dauerhafte Erreichbarkeit über soziale Netzwerke (Facebook, Instagram, Twitter)



In dieser Studie werden Modelle & Diagnostik der exzessiven Mediennutzung und Internetsucht auf die Smartphonesucht übertragen

Gliederung

Einführung

- Hintergrund
- Internetsucht
- Smartphonesucht
- **Bindungstheorie**

Fragestellung

Methode

Ergebnisse

- Internetsucht & Bindung
- Smartphonesucht & Bindung

Diskussion

Bindungstheorie

Bindungstheorie als möglicher Zugang um die Entstehung einer suchartiger Internet- beziehungsweise Smartphonenuutzung zu erklären

- Bindungssystem (Sicher, unsicher und desorganisiert) ein biologisch und evolutionär verankertes Motivations- und Verhaltenssystem
- Bindungsorganisation als zentrales Merkmal, um verschiedenen Psychopathologien im Kontext affektiver und interpersonaler Probleme zu erklären
- Hinreichend Forschung zum Zusammenhang zwischen unsicherer Bindung und substanzgebundenen Süchten (Unterrainer et al., 2018; Borhani, 2013)

Bindungstheorie

Exzessive Internet/Smartphonenutzung als dysfunktionaler Versuch Defizite in der Bindungsorganisation zu kompensieren

- Internet als „virtuelle Beziehungswelt“ in der dysfunktionale und unerfüllte Bindungserfahrungen kompensiert werden
- besondere Stellung der Internetsucht, da sie nicht nur – wie stoffgebundene Süchte – negative Empfindungen verdrängt, sondern Ersatz für eine sichere Bindung bietet
- Internet wird diesem Ersatz gerecht, da es zahlreiche Möglichkeiten der Kommunikation und Raum für die Selbstdarstellung bietet

Gliederung

Einführung

- Hintergrund
- Internetsucht
- Smartphonesucht
- Bindungstheorie

Fragestellung

Methode

Ergebnisse

- Internetsucht & Bindung
- Smartphonesucht & Bindung

Diskussion

Fragestellung

Zusammenhang zwischen Bindungsstil und Internet- bzw. Smartphonesucht

- Nutzer mit einem unsicheren Bindungsstil zeigen signifikant häufiger eine suchtartige Internet- bzw. Smartphone-nutzung als Nutzer mit einem sicheren Bindungsstil

Gliederung

Einführung

- Hintergrund
- Internetsucht
- Smartphonesucht
- Bindungstheorie

Fragestellung

Methode

Ergebnisse

- Internetsucht & Bindung
- Smartphonesucht & Bindung

Diskussion

Methode

Online-Umfrage (Internetsucht & Smartphonesucht)

- Internetsucht: Verbreitung über verschiedene online Foren (Eltern-, Reise-, Computer-, Bastelforen, usw.)
- Smartphonesucht: Vollerhebung aller Studenten der SFU
- Bearbeitungsdauer: ca. 10 – 20 Minuten

Methode

Online-Umfrage (Internetsucht & Smartphonesucht)

- Fragebögen:
 - Soziodemographie (Alter, Geschlecht, Ausbildung, Staatsangehörigkeit, Internet- bzw. Smartphone-Nutzung)
 - *Bielefelder Fragebogen zu Partnerschaftserwartungen (BFPE)*
 - *Smartphone Addiction Scale (SPAS) bzw. Skala zum Onlinesuchtverhalten für Erwachsene*

Gliederung

Einführung

- Hintergrund
- Internetsucht
- Smartphonesucht
- Bindungstheorie

Fragestellung

Methode

Ergebnisse

- **Internetsucht & Bindung**
- Smartphonesucht & Bindung

Diskussion

Stichprobe (Internetsucht)

Teilnehmer	245
männlich	168
weiblich	77

Alter 16 bis 61 Jahre (M = 29.6, SD = 9.17)

Partnerschaft

Beziehungsdauer

78,8% (n = 193)
77.2 Monate (SD = 101.21 Monate)

Berufstätigkeit

Vollzeit	40,81% (n = 100)
Student	25,31% (n = 62)
Auszubildende	2,86% (n = 7)
selbstständig	6,5% (n = 16)
ohne Arbeit	6,5% (n = 16)
sonstiges	12,2% (n = 30)

Ergebnisse (Internetsucht)

Internetnutzung

Nutzungsdauer

~ 10 Jahre ($M = 10.91, SD = 3.92$)
4.25 Stunden ($SD = 4.27$)

Nutzungshäufigkeit

täglich	93,1% (228)
zwei bis drei mal pro Woche	6,9% (17)
ein mal pro Woche oder seltener	-

Nutzungszweck

Informationsrecherche	($M = 2.32, SD = .72$)
soziale Medien	($M = 2.02, SD = 1.11$)
Shopping	($M = 2.75, SD = .75$)
Spiele	($M = 0.70, SD = 0.99$)
Glücksspiel	($M = 0,12, SD = 0.43$)

Internetsucht

unauffällig	87,3% (213)
Tendenz zur Internetsucht (Missbrauch & Abhängigkeit)	12,2 (30)

Ergebnisse (Internetsucht)

Bindungsstil

sicher	49,4% (121)
sicher	10,2% (25)
bedingt sicher	39,2% (96)
unsicher	50,6% (124)
ambivalent-verschlossen	20,4% (50)
ambivalent-anklammernd	14,7% (36)
vermeidend-verschlossen	15,5% (38)

Ergebnisse (Internetsucht)

Bindungsstil / Internetsucht	unauffällig	Tendenz zur Internetsucht
sicher	115	6
unsicher	99	24

$(\chi^2(1) = 11.98, p < .01)$

21 (/30) Nutzer mit einer Tendenz zur Internetsucht zeigen einen „ambivalent-anklammernd“ Bindungsstil ($\chi^2(4) = 27.09, p < .01$)

Gliederung

Einführung

- Hintergrund
- Internetsucht
- Smartphonesucht
- Bindungstheorie

Fragestellung

Methode

Ergebnisse

- Internetsucht & Bindung
- **Smartphonesucht & Bindung**

Diskussion

Ergebnisse (Smartphonesucht)

Teilnehmer	497
männlich	120
weiblich	377

Alter 17 bis 70 Jahre (M = 19.38, SD = 16.50)

Nationalität

Deutschland	72,8% (362)
Österreich	13,6% (68)
sonstiges	3% (15)

Berufstätigkeit

Vollzeit	41,1% (n = 204)
Auszubildende	35% (n = 173)
selbstständig	4,6% (n = 11)
ohne Arbeit	4,6% (n = 11)
sonstiges	15,1% (n = 75)

Ergebnisse (Smartphonesucht)

Smartphonennutzung

Nutzungszweck

Kommunikation

($M = 2.32, SD = .72$)

Informationssuche

($M = 2.02, SD = 1.11$)

Dienstprogramme

($M = 2.75, SD = .75$)

Unterhaltung

($M = 0.70, SD = 0.99$)

($M = 0,12, SD = 0.43$)

Smartphonesucht

unauffällig

84,9% (422)

Tendenz zur Smartphonesucht
(Missbrauch & Abhängigkeit)

15,1% (75)

Ergebnisse (Smartphonesucht)

Bindungsstil

sicher	14,3% (71)
sicher	8,7% (43)
bedingt sicher	5,6% (28)
unsicher	85,6% (425)
ambivalent-verschlossen	41% (204)
ambivalent-anklammernd	37% (184)
vermeidend-verschlossen	7,6% (38)

Ergebnisse (Smartphonesucht)

Bindungsstil / Smartphonesucht	unauffällig	Tendenz zur Smartphonesucht
sicher	66	3
unsicher	349	72

$(\chi^2 (1) = 7,43; p < .01)$

70 (/75) Nutzer mit einer Tendenz zur Smartphonesucht zeigen einen „ambivalent-anklammernd“ oder „ambivalent-verschlossenen“ Bindungsstil ($C = .18, C_{\text{korrr}} = .22, \chi^2(4) = 16,31; p = .003$)

Gliederung

Einführung

- Hintergrund
- Internetsucht
- Smartphonesucht
- Bindungstheorie

Fragestellung

Methode

Ergebnisse

- Internetsucht & Bindung
- Smartphonesucht & Bindung

Diskussion

Diskussion

Deutliche Assoziation zwischen sowohl Internet- als auch Smartphonesucht und unsicherer Bindung

- Nutzer mit unsicherer Bindung zeigen große Akzeptanzprobleme und eingeschränkte Öffnungsbereitschaft bei gleichzeitig vorhandenen Zuwendungsbedürfnis
- insbesondere die sozial-kompensatorische Komponente nimmt eine bedeutende Position im Kontext von Mediensüchten ein
- Online können „reale“ Defizite bezüglich zwischenmenschlicher Beziehungsgestaltung kompensiert werden

Diskussion

Was heißt das für die Praxis?

- Bedeutsamkeit bindungsbasierter therapeutischer Interventionen in der Suchttherapie
- Insbesondere die Wichtigkeit der **therapeutischen Beziehung**
- **»korrigierende Beziehungserfahrung«** mit Therapeuten als Ersatzbindungsfigur bzw. in der Gruppentherapie, mit der Gemeinschaft für korrigierende Beziehungserfahrungen, die zu mehr Bindungssicherheit führt.

Fragen?

Eichenberg, C., Schott, M. & Schroiff, A. (in press). Smartphone addiction – Comparison of addicted and non-addicted students in light of attachment style. *Frontiers in Psychiatry*.

Eichenberg, C., Schott, M., Decker, O. & Sindelar, B. (2017). Attachment style and internet addiction: An Online Survey. *Journal of Medical Internet Research*, 19(5):e170. DOI: 10.2196/jmir.6694.



Sigmund Freud
PrivatUniversität Wien

**Vielen Dank
für die Aufmerksamkeit**

Kontakt:

www.christaneeichenberg.de



Sigmund Freud
PrivatUniversität Wien