



Newsletter, Juni 2026



Editorial

Hamburg, im Juni 2026

Sehr geehrte Damen und Herren,

heute erreicht Sie unser 62. DZSKJ-Newsletter, die zweite von vier Ausgaben des Jahres 2026. In der vorliegenden Ausgabe haben wir wieder neueste und aus unserer Sicht sehr relevante Forschungsarbeiten aus dem Bereich der Suchtgefahren und Suchtstörungen des Kindes- und Jugendalters für Sie zusammengefasst. Die Studienergebnisse, die wir in unseren Newslettern regelmäßig berichten, beziehen sich auf ganz verschiedene Formen (z.B. stoffgebundene und nichtstoffliche Süchte) und Aspekte der Suchterkrankungen bei jungen Menschen. Unser Ziel ist es, Ihnen aktuelles und für Ihre Arbeit relevantes Forschungswissen näherzubringen. Wir hoffen, die hier zusammengefassten Studien sind für Sie interessant und für Ihr Verständnis der Entstehungsbedingungen, sowie der Prävention und Behandlung von Suchtstörungen im Kindes- und Jugendalter hilfreich.

In der vorliegenden Ausgabe des DZSKJ-Newsletter finden Sie zusammengefasste Studienergebnisse, die diesmal dem Themenbereich *Medienbezogener Suchterkrankungen* bei jungen Menschen zuzuordnen sind:

1. Computerspielstörung von der Kindheit bis zur Adoleszenz: Neue Erkenntnisse zur Stabilität, Symptomverläufen und kritischen Phasen für Prävention Obwohl die Forschung zu Internet Gaming Disorder (IGD) in den letzten zehn Jahren erheblich zugenommen hat, ist über den natürlichen Verlauf und die längerfristige Stabilität der Symptome bislang wenig bekannt. Die vorliegende Studie untersucht anhand von Daten aus einer Geburtskohorte in Norwegen unterschiedliche Aspekte der Stabilität von IGD-Symptomen über die Kindheit und Adoleszenz hinweg. Außerdem werden mögliche Geschlechtsunterschiede untersucht und Rückschlüsse für Prävention abgeleitet.

2. Eine Untersuchung von Verhaltensmustern, die Einsamkeit und soziale Ängste mit problematischem Gaming verbinden Online-Spiele sind für viele Kinder und Jugendliche eine beliebte Freizeitaktivität. Ein Teil der Kinder und Jugendlichen berichtet eine problematische Nutzung, die durch Einsamkeit und soziale Ängste begünstigt wird. Das Ziel der vorliegenden US-amerikanischen Studie war es herauszufinden, ob soziale Ängste und Einsamkeit unterschiedliche Einflüsse auf soziales und problematisches Spielverhalten haben und ob dabei das Geschlecht in einem Zusammenhang mit dem



Spielverhalten und der Intensität des problematischen Spielens steht.

3. Abhängig von der KI? Ein Forschungsüberblick Vom Chatbot bis hin zur automatischen Musik-Empfehlung und Gesichtserkennung beim Entsperren des Smartphones sind wir im Alltag von Anwendungen künstlicher Intelligenz umgeben. Ob und wie bei einer übermäßigen Nutzung die Kriterien einer Verhaltenssucht Anwendung finden, ist eine offene Frage. Die hier zusammengefasste Übersichtsarbeit stellt das derzeitige Forschungswissen zu dieser Frage dar. Konkret soll beantwortet werden, welche konzeptuellen Herangehensweisen an „KI-Sucht“ es in der aktuellen Literatur gibt, welche Bevölkerungsgruppen in der aktuellen Forschung besonders häufig betrachtet werden und welche Forschungsergebnisse im Hinblick auf Prävalenz, Ätiologie und Auswirkungen von „KI-Sucht“ derzeit vorliegen.

4. Sagt Langeweile die suchthartige Nutzung von Kurzvideos bei Jugendlichen vorher? Das Ansehen von Kurzvideos prägt das digitale Nutzungsverhalten von Jugendlichen zunehmend. TikTok, Instagram und YouTube sprechen mit ihren unterhaltsamen Inhalten zentrale Entwicklungsbedürfnisse wie Identität, Zugehörigkeit und Unterhaltung an. Sie haben hohen Unterhaltungswert aber – gerade bei Jugendlichen – auch ein erhebliches Suchtpotenzial. Die vorliegende türkische Studie thematisiert die Rolle von Langeweile für das Nutzungsverhalten. Dabei wurde untersucht, ob eine suchthartige Nutzung von Kurzvideo-Plattformen überhaupt mit Langeweile zusammenhängt und ob depressive Symptome und Sensationssuche diesen Zusammenhang möglicherweise erklären können.

Wir hoffen mit dieser Themenauswahl Ihr Interesse getroffen zu haben! Wir freuen uns sehr über das große Interesse an unserem Newsletter! Interessierten steht er auf unserer Homepage www.dzskj.de kostenlos zum Download zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen,

Dr. Nicolas Arnaud, Redakteur
PD. Dr. Kerstin Paschke, Ärztliche Leiterin

Impressum:

Herausgeber: Deutsches Zentrum für Suchtfragen
des Kindes- und Jugendalters
PD. Dr. Kerstin Paschke
c/o Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
Martinistrasse 52
20246 Hamburg
Telefon: 040/7410-59307
E-Mail: sekretariat.dzskj@uke.de
Erscheinungsweise vierteljährlich

Deutsches Zentrum für Suchtfragen
des Kindes- und Jugendalters
Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
Körperschaft des öffentlichen Rechts
Gerichtsstand: Hamburg



Newsletter DZSKJ – Wissenschaft für die Praxis

1. Computerspielstörung von der Kindheit bis zur Adoleszenz: Neue Erkenntnisse zur Stabilität, Symptomverläufen und kritischen Phasen für Prävention

Hintergrund und Fragestellung

Internet Gaming Disorder (IGD) wurde im DSM-5 als eine Störung vorgeschlagen, die weiterer Untersuchung bedarf. Gaming Disorder ist inzwischen vollständig in die ICD-11 aufgenommen und als eigenständige Störung anerkannt. Obwohl die Forschung zu IGD in den letzten zehn Jahren erheblich zugenommen hat, ist über den natürlichen Verlauf und die längerfristige Stabilität von IGD-Symptomen bislang wenig bekannt. Bisherige Längsschnittstudien umfassten in der Regel nur kurze Zeiträume und stützten sich überwiegend auf Selbstberichte, die in Studien eine tendenziell höhere Symptombeständigkeit aufweisen als klinische Interviews. Zudem ist unklar, ob IGD-Symptome über verschiedene Altersstufen hinweg tatsächlich dasselbe Konstrukt erfassen (Messinvarianz) und ob die Symptomstruktur besser durch ein Ein- oder Zwei-Faktoren-Modell abgebildet wird. Auch geschlechtsspezifische Unterschiede in der Stabilität und im Verlauf von IGD-Symptomen sind bislang nur unzureichend erforscht.

Ziel der Studie

Die vorliegende Studie untersuchte vier Aspekte der Stabilität von IGD-Symptomen über die Kindheit und Adoleszenz hinweg: (1) die Stabilität der Form (d. h. ob IGD-Symptome über verschiedene Altersstufen hinweg dasselbe Phänomen erfassen), (2) die Stabilität auf Gruppenebene (d. h. mittlere Symptomausprägung und IGD-Prävalenz über die Zeit), (3) die Stabilität relativ zur Gruppe (Rangordnungsstabilität) und (4) die Stabilität intraindividuell (d. h. ob Veränderungen spätere Veränderungen auf individueller Ebene vorhersagen). Zudem wurden Geschlechtsunterschiede exploriert.

Methoden

Die Studie basiert auf Daten der Trondheim Early Secure Study (TESS), einer Geburtskohorte der Jahrgänge 2003/2004 in Trondheim, Norwegen. Eine stratifizierte Stichprobe von $n = 812$ Kindern (50,9 % Mädchen) wurde über fünf Erhebungswellen im Alter von 10, 12, 14, 16 und 18 Jahren untersucht ($k = 3.236$ Beobachtungen). IGD wurde mittels des Internet Gaming Disorder Interview (IGDI) erfasst, einem semi-strukturierten klinischen Interview auf Basis der DSM-5-Kriterien. Die Faktorenstruktur wurde mittels explorativer und konfirmatorischer Faktorenanalysen untersucht, die Messinvarianz über Alter und Geschlecht geprüft. Latente Wachstumskurvenmodelle dienten der Analyse der Gruppenentwicklung, und Random-Intercept Cross-Lagged Panel-Modelle (RI-CLPM) wurden eingesetzt, um intraindividuelle Veränderungen über die Zeit zu untersuchen.

Ergebnisse

Die Faktorenanalysen bestätigten konsistent eine Zwei-Faktoren-Struktur der IGD-Symptome über alle Altersgruppen und Geschlechter hinweg: *Heavy Involvement* (DSM-5 Kriterien: andauernde Beschäftigung mit Spielen, Entzugserscheinungen, Toleranz, erfolglose Kontrollversuche, Eskapismus) und *Negative Consequences* (DSM-5 Kriterien: Interessenverlust, fortgesetzter Konsum trotz psychosozialer Probleme, Täuschung, Gefährdung von Beziehungen oder Bildungschancen). Partielle starke Messinvarianz wurde über die Altersstufen hinweg erreicht, wobei die Schwellenwerte für Toleranz und erfolglose Kontrollversuche mit zunehmendem Alter anstiegen. Die IGD Punktprevalenz variierte zwischen 1,0 % und 2,2 %, wobei 5,6 % (95 % CI: 4,0– 7,3) mindestens einmal zwischen dem 10. und 18.



Lebensjahr die diagnostischen Kriterien erfüllten (Jungen: 10,2 %, Mädchen: 1,6 %). Auf Gruppenebene zeigten *Heavy-Involvement*-Symptome einen leichten Anstieg vom 10. bis zum 16. Lebensjahr mit einem deutlichen Rückgang im Alter von 18 Jahren, während *Negative-Consequences*-Symptome stabil blieben. Die Zwei-Jahres-Rangordnungsstabilität war moderat (*Heavy Involvement*: $r = 0,33-0,56$; *Negative Consequences*: $r = 0,19-0,37$), nahm mit dem Alter zu, jedoch gab es nur schwache Zusammenhänge zwischen Symptomanzahl mit 10 Jahren und im späten Jugendalter. Auf intraindividuelle Ebene sagten Anstiege in *Heavy Involvement* weitere Anstiege zwei Jahre später voraus und prognostizierten zudem erhöhte *Negative Consequences* im Alter von 14 und 18 Jahren (Abbildung 1).

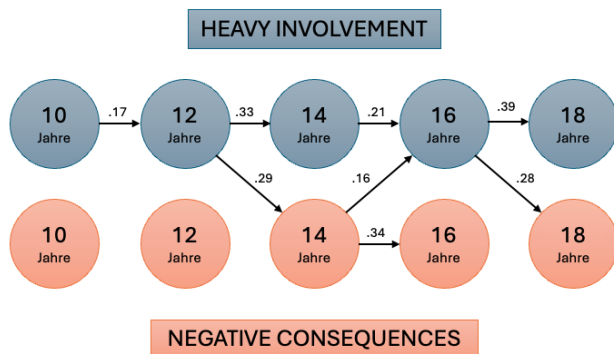


Abb. 1. Stabilität intraindividuelle Veränderungen in *Heavy Involvement* und *Negative Consequences* von 10 bis 18 Jahren. Zahlen über den Pfeilen = standardisierte Beta-Koeffizienten.

Bewertung

Die Studie liefert wichtige Erkenntnisse zum Verlauf von IGD-Symptomen von der Kindheit bis zur späten Adoleszenz. Die konsistent bestätigte Zwei-Faktoren-Struktur unterstützt die Unterscheidung zwischen starker Spielbindung und den daraus resultierenden negativen Konsequenzen und steht im Einklang mit der Abgrenzung von *Hazardous Gaming* und *Gaming Disorder* in der ICD-11. Besonders bedeutsam ist der

Befund, dass IGD-Symptome im Alter von 10 Jahren nur schwach mit Symptomen in der mittleren und späten Adoleszenz zusammenhängen, was darauf hindeutet, dass frühe Gaming-Symptome bis zur Adoleszenz häufig abklingen. Die Tatsache, dass steigende *Heavy-Involvement*-Symptome ab dem 12. Lebensjahr spätere Anstiege in *Negative Consequences* vorhersagen, legt nahe, dass die frühe Adoleszenz ein geeignetes Zeitfenster für Interventionen darstellt, bevor sich Symptome verfestigen und mit zusätzlichen Problemen verknüpfen. Trotz der Stärken der Studie – darunter das prospektive Kohorten-Design über acht Jahre mit fünf Messzeitpunkten und der Einsatz klinischer Interviews – bestehen Einschränkungen: Die Generalisierbarkeit auf andere Länder und kulturelle Kontexte ist begrenzt, die dichotome Natur der Symptome erschwerte die gleichzeitige Prüfung der Messinvarianz über Alter und Geschlecht, und Periodeneffekte (z. B. Veränderungen in der Gaming-Landschaft) könnten die Ergebnisse beeinflusst haben.

M.Sc., Hanna Wiedemann

Quelle

Wichstrøm, L., Hygen, B. W., Kuss, D. J., Stavropoulos, V., Skalická, V., Rodríguez-Cano, R., ... & Steinsbekk, S. (2026). Structure and stability of internet gaming disorder from childhood to late adolescence: A 5-wave birth cohort study. *Addiction*, 121(2), 413-422. <https://doi.org/10.1111/add.70195>.

Deutsches Zentrum für Suchtfragen des
Kindes- und Jugendalters
Universitätsklinikum Hamburg Eppendorf
Körperschaft des öffentlichen Rechts
Gerichtsstand: Hamburg



Newsletter DZSKJ – Wissenschaft für die Praxis

2. Eine Untersuchung von Verhaltensmustern, die Einsamkeit und soziale Ängste mit problematischem Gaming verbinden

Hintergrund und Fragestellung

Online-Spiele können für Kinder und Jugendliche eine beliebte Freizeitaktivität und ein bedeutsamer Ausgleich sein. Wenn digitale Spiele allerdings auf eine Art genutzt werden, die mit Kontrollverlust, zunehmender Priorisierung gegenüber anderen Aktivitäten und negativen Konsequenzen einhergeht, kann von problematischer Nutzung die Rede sein. Studien haben Einsamkeit und soziale Ängste als Risikofaktoren für problematisches Spielen identifiziert. Während diese Konzepte eng zusammenhängen und daher häufig zusammengefasst wurden, gibt es auch Hinweise darauf, dass sie unterschiedliche affektive Reaktionen hervorrufen und demnach auf unterschiedliche Weise mit Spielverhalten und problematischem Spielen zusammenhängen könnten. Einsamkeit wurde mit stärkeren Tendenzen zur sozialen Interaktion online assoziiert, während soziale Ängste eher mit Vermeidungstendenzen im Online-Spiel zusammenhängen. Trotz dieser Unterschiede wurde bislang nicht ausreichend untersucht, wie sich beide Dimensionen auf Online-Spielverhalten auswirken.

Ziel der Studie

Das Ziel der Studie war es herauszufinden, ob soziale Ängste und Einsamkeit unterschiedliche Einflüsse auf soziales und problematisches Spielverhalten haben. Zunächst wurde untersucht, ob soziale Ängste und Einsamkeit jeweils unterschiedlich mit sozialem Spielverhalten in Online-Multiplayer-Spielen zusammenhängen (Forschungsfrage 1). Dann wurde untersucht, wie soziales Spielverhalten mit problematischem Spielen zusammenhängt (Forschungsfrage 2). Der Fokus lag dabei auf drei Dimensionen von sozialem Spielverhalten: mit wem Jugendliche spielen (Bekannte oder Fremde), ob sie mit anderen Spieler:innen interagieren (Echtzeitkommunikation), und wie häufig sie online spielen und interagieren. Außerdem wurde

untersucht, ob Echtzeitkommunikation (mit Bekannten oder Fremden) den Zusammenhang zwischen Spielhäufigkeit und problematischem Spielen beeinflusst (Forschungsfrage 3). Zuletzt wurden Geschlechterunterschiede in Spielverhalten und Intensität des problematischen Spielens untersucht (Forschungsfrage 4).

Methoden

Für die Untersuchung wurden 1.468 US-amerikanische Jugendliche im Alter von 13 bis 17 Jahren über eine Online-Umfrage befragt. Die Stichprobe wurde repräsentativ anhand von Alter, Geschlecht, Ethnizität, Schultyp und Region ausgewählt. Einsamkeit und soziale Angst wurden anhand validierter Instrumente gemessen, problematisches Spielen anhand der validierten Gaming Addiction Scale. Um Verhaltensweisen beim Spielen zu erfassen, gaben die Befragten die Häufigkeit verschiedener Verhaltensmuster während einer normalen Woche auf einer 5-Punkte-Skala an, von 1 (Nie) bis 5 (Fast immer). Dazu zählten alleiniges Spielen, Zwei-Spieler oder Multiplayer Spiele mit Bekannten oder Fremden, und Echtzeit-Kommunikation in Zwei-Spieler oder Multiplayer-Spielen mit Bekannten oder Fremden. Die Datenanalyse erfolgte anhand eines Strukturgleichungsmodells. Einsamkeit und soziale Angst wurden dabei als Prädiktoren für soziales Spielverhalten angenommen (Frage 1), welche wiederum problematisches Spielen beeinflussen (Frage 2), und Echtzeitkommunikation als Interaktionsterm zwischen Spielhäufigkeit und problematischem Spielen (Frage 3). Zuletzt wurden Post-hoc-ANOVAs durchgeführt, um Geschlechterunterschiede festzustellen (Frage 4).



Ergebnisse

Einsamkeit hing signifikant positiv mit Spielen mit sowohl Fremden als auch mit Bekannten, sowie mit Echtzeit-Kommunikation mit Fremden zusammen. Dahingegen zeigten soziale Ängste nur einen positiven Zusammenhang mit alleinigem Spielen, während keine signifikanten Assoziationen mit sozialen Spielweisen gefunden wurden (Frage 1). Echtzeitkommunikation mit Fremden trug am stärksten zu problematischem Spielen bei, gefolgt von Spielen mit Fremden oder Bekannten. Echtzeitkommunikation mit Bekannten hingegen wies einen negativen Zusammenhang mit problematischem Spielen auf (Frage 2). Die Moderationsanalysen zeigten, dass Echtzeitkommunikation den Zusammenhang zwischen Spielhäufigkeit und problematischem Spielen je nach Sozialkontext unterschiedlich beeinflusst: Kommunikation mit Fremden verstärkte den Effekt auf problematisches Spielen, während Kommunikation mit Bekannten ihn verringerte (Frage 3). Zuletzt wurde festgestellt, dass männliche Teilnehmer eine signifikant höhere Spielfrequenz, Echtzeitkommunikation und häufigeres problematisches Spielen aufweisen (Frage 4). Die Ergebnisse sind in Abbildung 1 dargestellt (statistisch signifikante Zusammenhänge sind mit Sternchen markiert).

Bewertung

Die Studie trägt zum Verständnis problematischen Spielverhaltens bei. Dabei hebt sie hervor, dass die Art und Qualität der Spielweise bessere Indikationen über problematische Verhaltensmuster geben können als etwa die bloße Nutzungsdauer. Damit situiert sie problematische digitale Verhaltensweisen in einen größeren Kontext, in den Lösungs- und Interventionsansätze integriert werden sollten. Insbesondere liefert die Studie Hinweise darauf, dass Probleme mit psychischer Gesundheit sich nicht uniform auf eine erhöhte Spielweise auswirken. Der Fokus auf Einsamkeit und soziale Angst zeigt auf, dass obwohl diese Dimensionen eng verknüpft sind, sie sich unterschiedlich auf das Spielverhalten auswirken können: Einsamkeit ist mit sozialem Spielverhalten in Multiplayer-Spielen assoziiert, während Spieler:innen mit sozialer Angst eher auf Solo-Spiele zurückgreifen. Außerdem ist anzumerken, dass soziales Spielverhalten in Multiplayer-Spielen auch als Möglichkeit der Verbindung anzusehen ist, und in Kombination mit Kommunikation mit bekannten Spieler:innen sogar negativ mit problematischem Nutzen assoziiert sein kann.

Nele Schlichter, M.Sc.

Quelle

Yue, Z., Bickham, D., Schwamm, S., & Rich, M. (2025). Who They Play With Matters: An Exploration of Behavioral Pathways Linking Loneliness, Social Anxiety, and Problematic Gaming. *Journal of Adolescent Health*, 78, 294–301. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2025.09.029>

Deutsches Zentrum für Suchtfragen
des Kindes- und Jugendalters
Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
Körperschaft des öffentlichen Rechts
Gerichtsstand: Hamburg

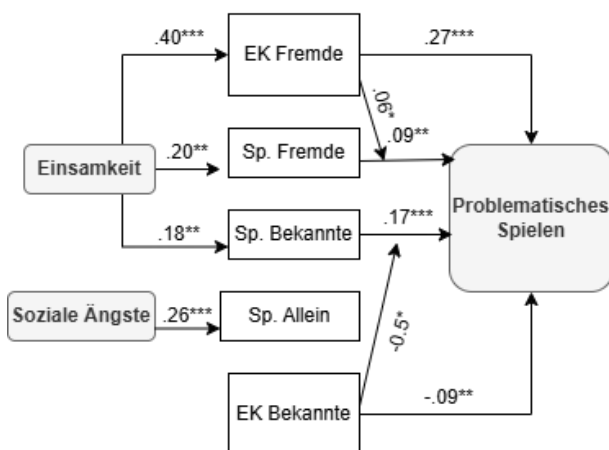


Abbildung 1. Ergebnisse der Regressionsanalysen.

Hinweis: Sp. = Spielen, EK = Echtzeitkommunikation.

* $p < .05$; ** $p < .01$ *** $p < .001$.



Newsletter DZSKJ – Wissenschaft für die Praxis

3. Abhängig von der KI? Ein Forschungsüberblick

Hintergrund und Fragestellung

Wenn ich jeden Tag andauernd und in allen möglichen Lebensbereichen KI-Tools nutze, bin ich dann „KI-süchtig“? Das ist gar nicht so einfach zu beantworten, weil die Technologie einerseits so neu und andererseits schon so allgegenwärtig ist, dass wir uns ihrer fast nicht erwehren können. Vom Chatbot bis hin zur automatischen Musik-Empfehlung und Gesichtserkennung beim Entsperren des Smartphones sind wir umgeben von Systemen, die mit maschinellem Lernen funktionieren und die daher als künstliche Intelligenz (KI) bezeichnet werden. Ob und wie hier die Kriterien einer Verhaltenssucht (langfristige exzessive Nutzung, Kontrollverlust, Fortsetzung trotz negativer Konsequenzen) Anwendung finden, die es bereits für Gaming, soziale Medien und Videostreaming gibt, ist eine offene Frage, der sich dieser Forschungsüberblick widmet.

Ziel der Studie

Konkret machte sich die hier zusammengefasste Studie die Beantwortung der folgenden Fragen zum Ziel: *Welche konzeptuellen Herangehensweisen an „KI-Sucht“ gibt es in der aktuellen Literatur?* Medizinische Literatur wurde hier allerdings explizit exkludiert; die Studie fokussierte sich demnach auf sozial- und geisteswissenschaftliche Perspektiven. *Welche Bevölkerungsgruppen werden in der aktuellen Forschung besonders häufig betrachtet?* Und schließlich: *Was ist der Stand der Forschungsergebnisse im Hinblick auf Prävalenz, Ätiologie und Auswirkungen von „KI-Sucht“?*

Methoden

Bei der Literatursuche und -filterung wurde zunächst ein breiter Pool an potenziell relevanter Literatur durch Stichwortsuche identifiziert. Anschließend

wurden anhand von spezifischen In- und Exklusionskriterien diejenigen Arbeiten ausgewählt, die im Forschungsüberblick genauer analysiert und bewertet wurden. Zu beachten ist, dass neben Fachzeitschriftenbeiträgen auch Meta-Analysen, unveröffentlichte Vordrucke, Meinungsbeiträge und Konferenzbeiträge, Fachzeitschriftenbeiträgen auch Meta-Analysen, unveröffentlichte Vordrucke, Meinungsbeiträge und Konferenzbeiträge analysiert wurden. Zudem zielte die Studie auf eine breite globale Stichprobe ab. Veröffentlichungen von 2020 bis 2025 aus den Datenbanken von Scopus, Web of Science und Google Scholar wurden eingeschlossen.

Ergebnisse

Aus den insgesamt 935 identifizierten Studien erfüllten 14 die Suchkriterien und wurden ausgewählt. Sie stammen aus 11 Ländern über 4 Kontinente. Insgesamt wird deutlich, dass häufige oder gar suchtartige KI-Nutzung durch eine Mischung aus externen sozialen und technologischen, sowie internen psychologischen Faktoren entstehen kann (Abb. 1). So baut die Technologie oft auf Belohnungssysteme, die zunächst übermäßig positive, später aber mitunter negative Denkmuster in Nutzenden hervorrufen.

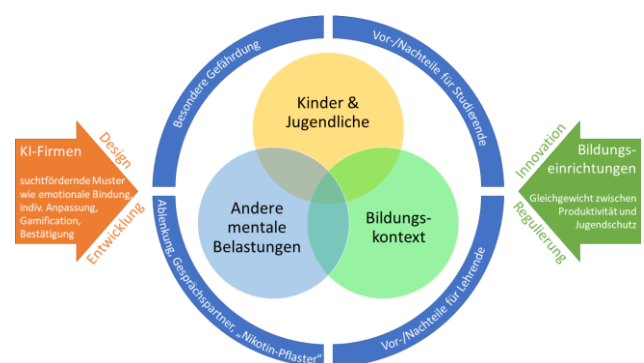


Abbildung 1. Übersicht des Forschungsstandes



In den betrachteten Studien wurden vor allem Jugendliche und junge Erwachsene untersucht. Einige Studien beschäftigten sich auch mit Lehrenden, Forschenden und anderen erfahrenen Nutzergruppen. Vor allem innerhalb der jungen Zielgruppe gab es Überschneidungen mit Bildungskontexten (Schule, Studium) sowie mit Vorbelastungen durch Depression, Einsamkeit oder übermäßigem Video-Streaming.

Bewertung

Eine klare und eindeutige Definition von „KI-Sucht“ gibt es derzeit nicht. Auch in Anbetracht der Großflächigkeit und Geschwindigkeit, mit der KI-Tools und Chat-Assistenten Einzug in das Leben und Arbeiten in der Bevölkerung halten, ist dies schwierig. Hier hilft es, die private Nutzung von professionellen Anwendungsfeldern in der Schule oder im Beruf zu unterscheiden, zumal KI-unterstütztes Lernen oder Arbeiten in Schule und Beruf oft explizit gefordert und gefördert wird. Im privaten Bereich wiederum sticht die intensive parasoziale Kommunikation mit generativen Chatbots wie ChatGPT als besonders neues und disruptives Phänomen heraus. Betroffene bauen enge emotionale Bindungen zu virtuellen Charakteren auf und vermeiden oder vernachlässigen zunehmend Beziehungen zu anderen Menschen. Dies wird dadurch begünstigt, dass sich die KI an die individuellen Bedürfnisse der Nutzenden anpasst, da sie von vornherein auf Bestätigung und Verstärkung des Nutzungsverhaltens ausgelegt ist.

Innerhalb der ausgewählten Studien zeichnet sich ein Forschungsschwerpunkt ab, der auf jungen Menschen in Bildungsumgebungen liegt. Dieser Fokus lässt sich intuitiv mit der hohen Nutzungsrate von neuer Technologie wie KI auf Smartphones und im Internet unter Kindern und Jugendlichen begründen. Diese und künftige Generationen wachsen wortwörtlich mit KI-Chatbots auf. Dadurch eignen sie sich einerseits eine ganz besondere Expertise an, sind aber andererseits auch durch ihre sich noch entwickelnden emotionalen und kognitiven Fähigkeiten besonders verwundbar. Dies zeigt sich im Kontrast mit anderen Gruppen im Bildungskontext: Lehrpersonen sehen KI-Assistenten hauptsächlich als praktische Hilfsmittel und neigen nicht dazu, emotionale Bindungen mit

Chatbots einzugehen. In der Tat sind erwachsene Akademiker:innen durch ihre neuro-kognitive Reife, ihren hohen Bildungsgrad und ihre Lebenserfahrung deutlich weniger gefährdet als Kinder und Jugendliche. Dies hebt umso mehr hervor, welche Verantwortung Lehrpersonen dabei tragen, junge Menschen vor den unsichtbaren Gefahren der digitalen Sucht zu schützen. Besonders harte negative Konsequenzen treffen nämlich (junge) Menschen, die bereits mit Leistungsdruck, Ängsten, depressiven oder anderen suchartigen Symptomen zu kämpfen haben. KI-Chatbots versprechen zuzuhören und abzulenken, sind aber im besten Fall nur ein temporäres „Nikotin-Pflaster“ und ziehen Nutzende im schlimmsten Fall immer tiefer in ihren eigenen Suchtstrudel.

Handlungspotenzial gibt es vor allem bei Design und Entwicklung von KI-Tools sowie bei Bildungseinrichtungen, die bei Optimierung ihrer Produkte bzw. akademischen Exzellenz den Jugendschutz hoch priorisieren sollten.

Jakob Prange, Ph.D.

Quelle

Al-Obaydi, L. H., & Pikhart, M. (2025). Artificial intelligence addiction: Exploring the emerging phenomenon of addiction in the AI age. *AI & SOCIETY*. <https://doi.org/10.1007/s00146-025-02535-z>

Deutsches Zentrum für Suchtfragen
des Kindes- und Jugendalters
Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
Körperschaft des öffentlichen Rechts
Gerichtsstand: Hamburg



Newsletter DZSKJ – Wissenschaft für die Praxis

4. Sagt Langeweile die suchthartige Nutzung von Kurzvideos bei Jugendlichen vorher?

Hintergrund und Fragestellung

Kurzvideos prägen das digitale Nutzungsverhalten von Jugendlichen zunehmend. Plattformen wie TikTok, Instagram und YouTube sprechen mit ihren unterhaltsamen Inhalten zentrale Entwicklungsbedürfnisse wie Identität, Zugehörigkeit und Unterhaltung an. Neben ihrem Unterhaltungswert rückt jedoch ihr Suchtpotenzial in den Fokus. Jugendliche sind dafür besonders anfällig, da sie aufgrund begrenzter Selbstregulationsfähigkeiten digitale Medien häufig zur Bewältigung von Langeweile einsetzen.

Anhaltende Langeweile kann das Wohlbefinden beeinträchtigen und depressive Symptome fördern, die wiederum eine exzessive Mediennutzung begünstigen. Depressive Symptome könnten daher den Zusammenhang zwischen Langeweile und suchthartiger Kurzvideonutzung vermitteln. Zudem kann Langeweile die Sensationssuche verstärken, wodurch Jugendliche vermehrt zu den ständig neuen und stimulierenden Inhalten von Kurzvideoplattformen greifen, was das Risiko einer suchthartigen Nutzung zusätzlich erhöhen könnte.

Ziel der Studie

Die Studie testet die folgenden Hypothesen:

1. Die suchthartige Nutzung von Kurzvideo-Plattformen hängt signifikant mit Langeweile zusammen (**H1**).
2. Depressive Symptome und Sensationssuche wirken als vermittelnder Faktoren zwischen Langeweile und der suchthartigen Nutzung von Kurzvideo-Plattformen (**H2**).

Methoden

361 türkische Jugendliche (62,3% weiblich; $M_{\text{Alter}} = 16,11$ Jahre) nahmen anonym an einer Online-Befragung teil. Langeweile wurde mit der *Leisure Boredom Scale* erfasst, die Aussagen wie „Ich verschwende zu viel Freizeit mit Schlafen“ abfragt. Depressive Symptome wurden mittels der *Kutcher Adolescent Depression Scale* gemessen, die das Level an Depressivität misst. Zur Erfassung des Ausmaßes an Sensationssuche wurde die *Brief Sensation Seeking Scale* eingesetzt, die z.B. abfragt, wie gerne Befragte beängstigende Dinge tun. Die suchthartige Nutzung von Kurzvideos wurde mittels *Short Video Addiction Scale* erfasst (z.B. „Andere beschwerten sich über meine Gewohnheit Kurzvideos zu gucken“). Übergreifend stehen hohe Werte für eine höhere Ausprägung der jeweiligen Variablen. Die (vermittelnde) Beziehung zwischen den Variablen wurde mit Korrelationsanalysen und einem Strukturgleichungsmodell überprüft.

Ergebnisse

Laut Korrelationsanalysen standen alle Variablen signifikant miteinander in Beziehung: Langeweile korrelierte sowohl positiv mit depressiven Symptomen ($r = 0.236, p < 0.01$), als auch mit Sensationssuche ($r = 0.272, p < 0.01$) und der suchthartigen Nutzung von Kurzvideos ($r = 0.233, p < 0.01$). Zudem zeigten sich positive Zusammenhänge zwischen depressiven Symptomen und Sensationssuche ($r = 0.234, p < 0.01$) sowie depressiven Symptomen und der suchthartigen Nutzung von Kurzvideos ($r = 0.252, p < 0.01$). Und auch ein erhöhtes Ausmaß an Sensationssuche stand positiv mit der suchthartigen Nutzung von Kurzvideos in Beziehung ($r = 0.249, p < 0.01$).



Das Strukturgleichungsmodell (Abbildung 1) wies akzeptable Fit-Indizes auf (CFI = 0.941, RMSEA = 0.080, SRMR = 0.057) und deutet auf eine multiple Mediation des Zusammenhangs von Langeweile und der suchartigen Nutzung von Kurzvideos durch depressive Symptome und Sensationssuche hin. Bootstrap-Analysen bestätigten, dass die Effekte signifikant und in ihrer Größe als moderat bis groß einzustufen sind, was auf ihre praktische Bedeutsamkeit schließen lässt.

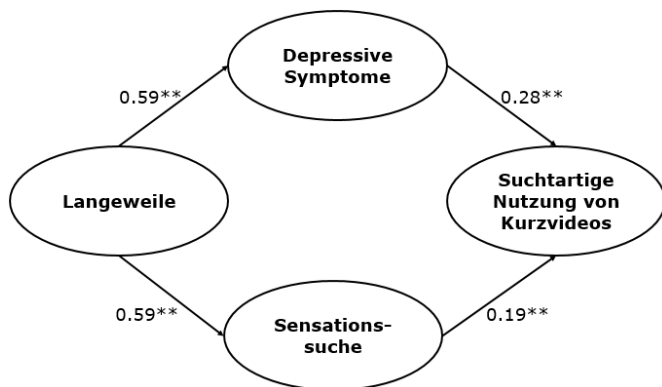


Abbildung 1. Strukturgleichungsmodell. Statistisch signifikante Zusammenhänge sind mit Sternchen markiert: * $p < .05$; ** $p < .01$ *** $p < .001$.

Bewertung

Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass Jugendliche mit hoher Langeweile Kurzvideo-Plattformen verstärkt suchartig nutzen, um diesen Zustand zu kompensieren. Diese Beziehung wird sowohl durch depressive Symptome (z. B. Unzulänglichkeitsgefühle) als auch durch die Suche nach neuen, intensiven Erfahrungen (Sensationssuche) positiv beeinflusst.

Insgesamt hat die Studie wichtige Implikationen für Forschung und Praxis. Die Befunde unterstreichen Langeweile, depressive Symptome und Sensationssuche als wichtigen Risikofaktor und leisten somit einen wichtigen Beitrag für das Verständnis über die psychologischen Mechanismen der suchartigen Nutzung von Kurzvideos unter Jugendlichen. Das Querschnittsdesign der Studie lässt jedoch nur die Beschreibung von Zusammenhängen

zu und erschwert somit eine kausale Interpretation. Längsschnittstudien können hier Abhilfe schaffen. Zudem sollten weitere potentielle Risikofaktoren, wie z.B. das Geschlecht oder der sozioökonomische Status, in zukünftigen Analysen berücksichtigt werden.

Die Autor:innen heben die Notwendigkeit sozialer Kompetenztrainings hervor und fordern sowohl Bildungseinrichtungen als auch Eltern und Hilfestellen auf, die Jugendlichen hinsichtlich einer sinnvollen Freizeitgestaltung zu fördern, adaptive Emotionsregulation zu stärken und so Risikofaktoren wie Langeweile, Depressivität und Sensationssuche zu adressieren, um der suchartigen Nutzung von Kurzvideos im Jugendalter vorzubeugen.

Jan-Ole Cloes

Quelle

Baltacı, Ö.; Açar, I. (2025). Does Leisure Boredom Predict Short Video Addiction in Adolescents? *Psychiatric Quarterly*.

<https://doi.org/10.1007/s11126-025-10172-4>

Deutsches Zentrum für Suchtfragen
des Kindes- und Jugendalters
Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
Körperschaft des öffentlichen Rechts
Gerichtsstand: Hamburg