

Nicht-stoffgebundene Abhängigkeiten

Eine unterschätzte Herausforderung in der Arbeitswelt

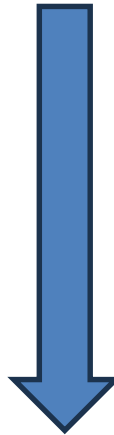
Astrid Müller

Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie



Medizinische Hochschule
Hannover

Nicht-stoffgebundene Abhängigkeiten

- 
- Welche Verhaltenssüchte sind in der ICD-11 anerkannt?
 - Alles nur eine Willensfrage? – Nein!
 - Exkurs: Work-Life-Blending
 - Ist die betriebliche Suchtprävention auf Verhaltenssüchte vorbereitet?
 - FAZIT

Nicht-stoffgebundene Abhängigkeiten Störungen durch Verhaltenssüchte



ICD-11 für Mortalitäts- und Morbiditätsstatistiken 2026-01

Verhaltenssüchte

DurchsuchenKodiertoolInformationen

Vorabversions-Sprache

▽ Störungen durch Substanzgebrauch oder Verhaltenssüchte

▷ Störungen durch Substanzgebrauch

▷ Störungen durch Verhaltenssüchte

▷ 6C50 Glücksspielstörung

▷ 6C51 Computerspielstörung

6C5Y Sonstige näher bezeichnete Störungen durch Verhaltenssüchte

Störungen durch Verhaltenssüchte

Eindeutiger Ressourcen-Identifikator (URI) der Datenbasis: <http://id.who.int/icd/entity/499894965>

Beschreibung

Störungen durch Verhaltenssüchte sind erkennbare und klinisch bedeutsame Syndrome, die mit Leiden oder Beeinträchtigungen persönlicher Funktionen einhergehen und sich als Folge wiederholter belohnender Verhaltensweisen entwickeln, bei denen es sich nicht um den Konsum von abhängigkeits erzeugenden Substanzen handelt. Zu den Störungen aufgrund süchtigen Verhaltens gehören die Glücksspielstörung und die Computerspielstörung, die sowohl Online- als auch Offline-Verhalten umfassen können.





Diagnostische Kriterien & klinische Merkmale: Glücksspielstörung, Computerspielstörung





ICD-11 diagnostische Kriterien: Glücksspielstörung, Computerspielstörung

1. **Beeinträchtigung der Kontrolle** über das Spiel (z. B. Beginn, Häufigkeit, Intensität, Dauer, Beendigung, Kontext)
2. **Zunehmende Priorität** des Spiels in dem Maße, dass es Vorrang vor anderen Lebensinteressen und täglichen Aktivitäten hat
3. **Fortsetzung oder Eskalation** des Spiels **trotz** des Auftretens **negativer Konsequenzen**
 - Kontinuierlich oder episodisch und wiederkehrend über 12 Monate
 - Das Spielverhalten führt zu erheblichem **Leidensdruck** oder zu erheblichen **Beeinträchtigungen** in persönlichen, familiären, sozialen, ausbildungsbezogenen, beruflichen oder anderen wichtigen Funktionsbereichen.



Beispiele für zusätzliche klinische Merkmale gemäß ICD-11 Glücksspielstörung, Computerspielstörung

- Hoher Schweregrad → Diagnose bereits bei Dauer <12 Monate
- Craving
- Spielen zur Emotionsregulation
- Dissoziales/nicht-normatives/kriminelles Beschaffungsverhalten
- Psychische und/oder körperliche Komorbidität

Geldautomaten

Glücksspielstörung

Prävalenz 1-5%

(Meyer et al., 2011; Calado & Griffiths, 2016; Gabellini et al., 2023, Tran et al. 2024)

Männer häufiger betroffen als Frauen

Beginn in der Adoleszenz



Online-Casinos

Online-Wetten

Online-Poker

Computerspielstörung

Prävalenz 1-3%

(King et al 2020, Stevens et al. 2021, Kim et al. 2022)

Männer häufiger betroffen als Frauen
Beginn in der Adoleszenz



Alter Ego: Avatars and their creators

Lucas Shaw / Gaenank. © Robbie Cooper, 2007

Quelle: <https://www.lensculture.com/articles/robbie-cooper-alter-ego-avatars-and-their-creators#slideshow>

ICD-11 für Mortalitäts- und Morbiditätsstatistiken (MMS)

ICD-11 für Mortalitäts- und Morbiditätsstatistiken

2026-01

DE

Impulskontroll

Durchsuchen

Kodiertool

Informationen

Vorabversions-Sprache

▽ Störungen der Impulskontrolle

6C70 Pyromanie

6C71 Kleptomanie

6C72 Zwanghafte sexuelle
Verhaltensstörung

6C73 Intermittierende explosive
Störung



Zwanghafte sexuelle Verhaltensstörung

Prävalenz Männer 2-3% (Briken et al., 2022)



Keine validen Daten für Frauen verfügbar (Kowalewska et al., 2024)

Am häufigsten problematischer Pornographiekonsum

(Ince et al., 2026; Stark et al., 2019)

ICD-11 für Mortalitäts- und Morbiditätsstatistiken

2026-01

Impulskontroll

Durchsuchen | Kodiertool | Informationen

Vorabversions-Sprache

▽ Störungen der Impulskontrolle

- 6C70 Pyromanie
- 6C71 Kleptomanie
- 6C72 Zwanghafte sexuelle Verhaltensstörung
- 6C73 Intermittierende explosible Störung
- ▷ Substanz-bedingte Impulskontrollstörung
- ▷ 6C50 Glücksspielerstörung
- ▷ 6C51 Computerspielerstörung
- 6E66 Sekundäres Impulskontrollsyndrom
- ▷ 6B25 Körperbezogene repetitive Verhaltensstörungen
- 6C7Y Sonstige näher bezeichnete Störungen der Impulskontrolle**

6C7Y Sonstige näher bezeichnete Störungen der Impulskontrolle

Kode: 6C7Y

Exklusiva von übergeordneten Ebenen [Alle anzeigen \[2\]](#) ▼

Alle zugehörigen Einträge [Alle verbergen](#) ▲

Sonstige näher bezeichnete Störungen der Impulskontrolle

Zwanghafte Kaufstörung ▶

- Zwanghafte Shoppingstörung
- Pathologisches Kaufen



- 47 Prozent der Jugendlichen werden durch Werbung auf Social Media-Plattformen auf Produkte aufmerksam
- 40 Prozent durch Empfehlungen von Influencerinnen und Influencern.

Mediensuchtstudie DAK-Gesundheit und Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE), 2026

Social Media Use Disorder

Eingeschränkte Kontrolle über Nutzung:

- Permanent im Kontakt mit anderen Menschen sein
 - Virtuell interagieren
 - „Up to date“ bleiben
 - Selbstdarstellung
- Negative Folgen
→ Leidensdruck
→ Beeinträchtigungen



FOMO



POPC

Noch relativ wenige empirische Befunde



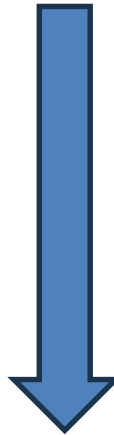
**Need to
belong**

Verhaltenssüchte und komorbide psychische Störungen

Depression, Angststörungen, ADHS, Essstörungen,
Substanzkonsumstörungen, Zwangsstörungen,
Persönlichkeitsstörungen, NSSV, andere Verhaltenssüchte u. a.

Nebenwirkungen dopaminergener Medikation

Nicht-stoffgebundene Abhängigkeiten

- 
- Welche Verhaltenssüchte sind in der ICD-11 anerkannt?
 - **Alles nur eine Willensfrage? – Nein!**
 - Exkurs: Work-Life-Blending
 - Ist die betriebliche Suchtprävention auf Verhaltenssüchte vorbereitet?
 - FAZIT

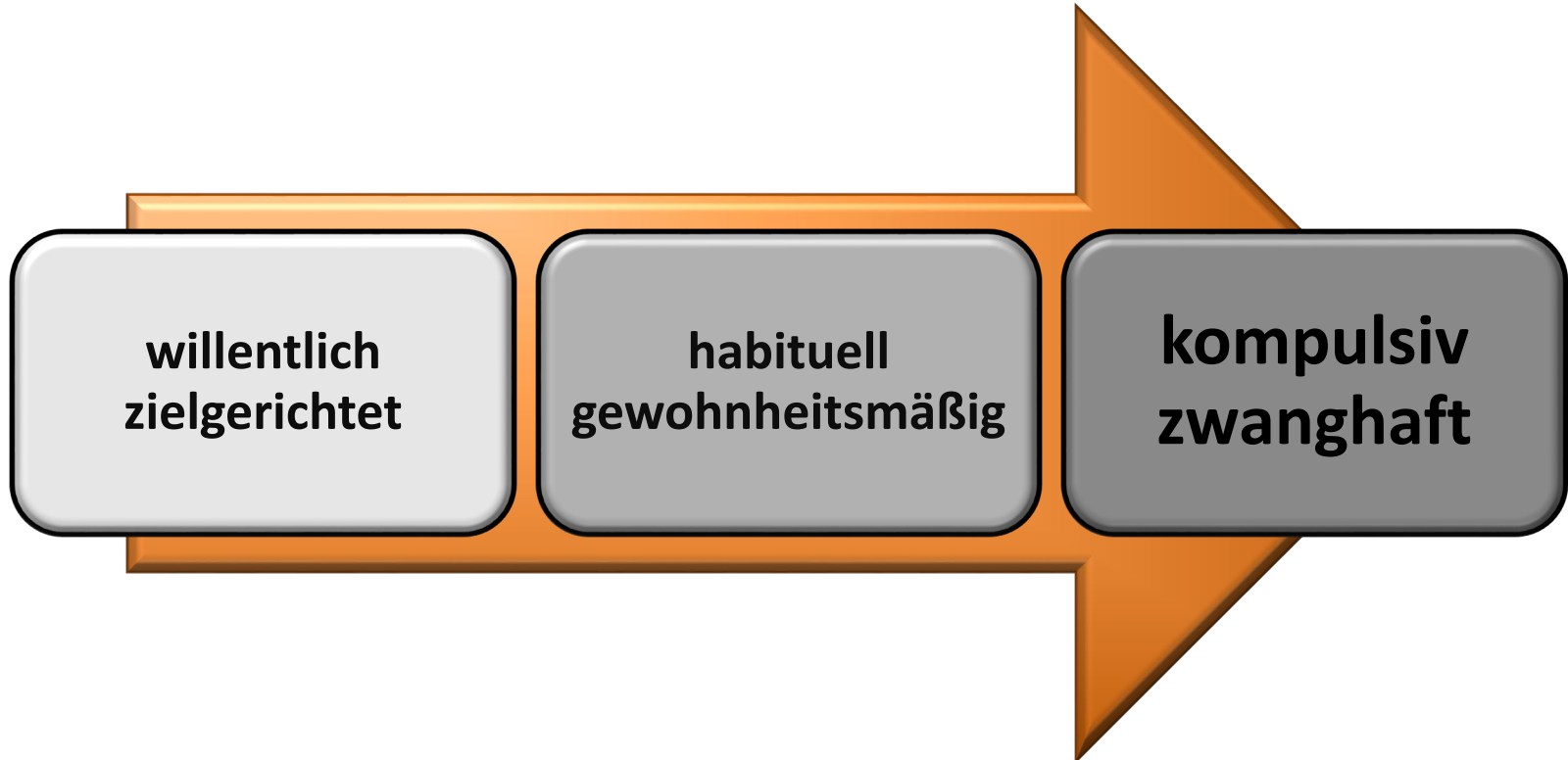
Gemeinsamkeiten mit stoffgebundenen Süchten

- Phänomenologie
- Ätiologie

Duale Prozesstheorien

Bechara, 2005; Everitt & Robbins, 2005; Everitt & Robbins, 2016; Goldstein & Volkow, 2011; Volkow, Wang, Fowler & Tomasi, 2012

Neurobiologische Modelle



Anreiz-Sensibilisierungstheorie

Incentive Sensitization Theory

Wiederholter
Drogenkonsum /
Verhalten

Überempfindlichkeit
Anreizsensibilisierung
Neuroadaptation im
mesokortikolimbischen
Dopaminsystem

Starkes Verlangen nach der
Droge / dem Verhalten
Reaktion auf assoziierte
Hinweisreize
Aufmerksamkeitsbias

z.B. Ängste, Depressivität,
Impulsivität, Defizite Krisen-
/Stressbewältigung

z.B. Temperament,
Persönlichkeitszüge,
Selbstwertprobleme,
Einstellungen

Vulnerabilität

z.B. Genetik, körperliche
Verfassung, psych. &
körperliche Komorbidität

z.B. Erwartungen, Erfahrungen,
Modelle, Motive, Ressourcen

Verhaltens- SUCHT

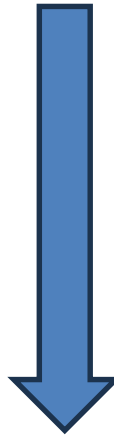
Alles nur eine Willensfrage?
NEIN!

Verhaltenssüchte können behandelt werden.

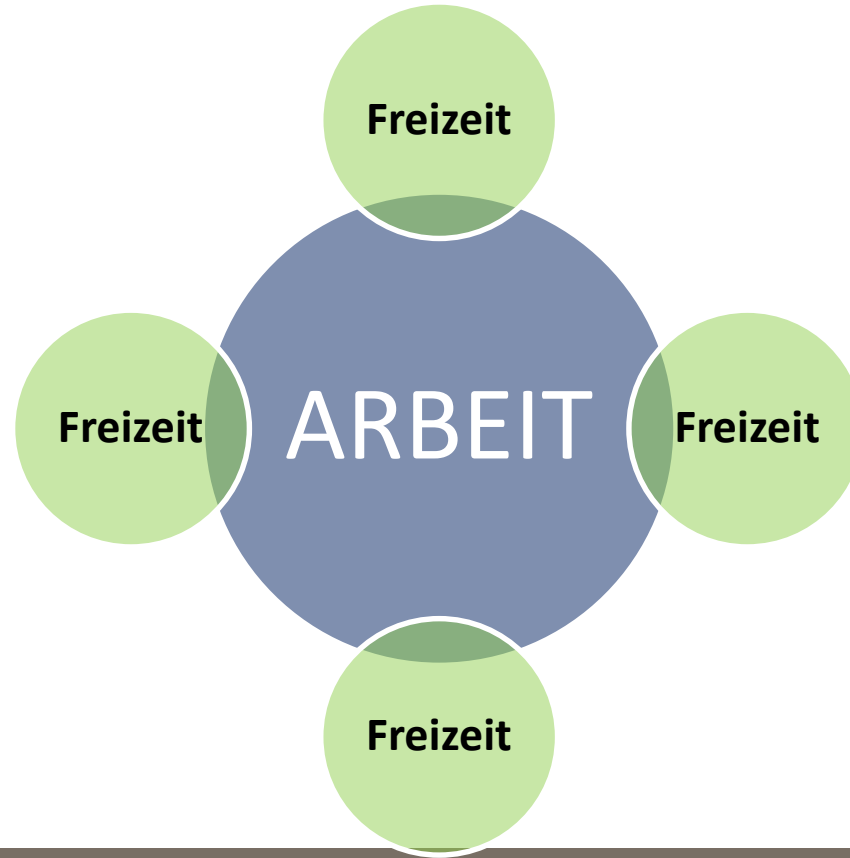
Therapieziel(e)

- Reduktion?
- Abstinenz?
- Punktabstinenz?

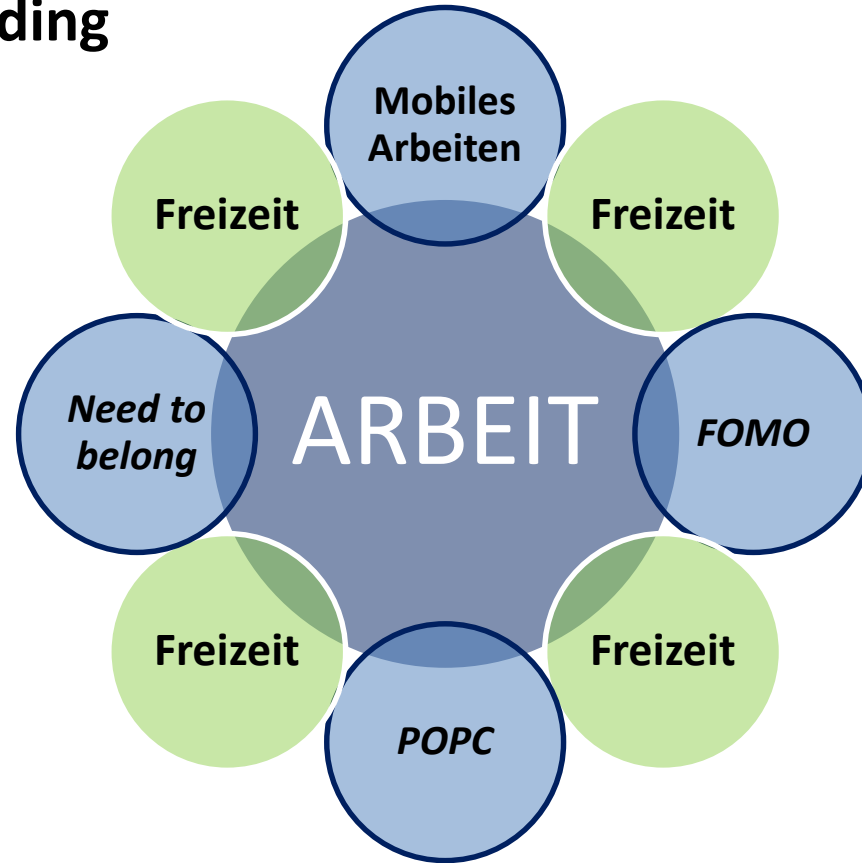
Nicht-stoffgebundene Abhängigkeiten

- 
- Welche Verhaltenssüchte sind in der ICD-11 anerkannt?
 - Alles nur eine Willensfrage? – Nein!
 - Exkurs: Work-Life-Blending
 - Ist die betriebliche Suchtprävention auf Verhaltenssüchte vorbereitet?
 - FAZIT

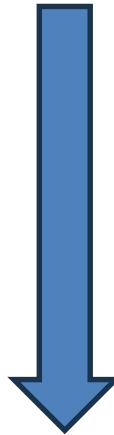
Exkurs: Work-Life-Blending



Work-Life-Blending



Nicht-stoffgebundene Abhängigkeiten

- 
- Welche Verhaltenssüchte sind in der ICD-11 anerkannt?
 - Alles nur eine Willensfrage? – Nein!
 - Exkurs: Work-Life-Blending
 - Ist die betriebliche Suchtprävention auf Verhaltenssüchte vorbereitet?
 - FAZIT

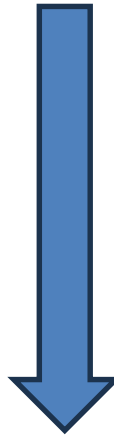
Herausforderungen

- Geringe Sichtbarkeit
- Fehlendes Problembewusstsein
- Fließende Übergänge

- Digitalisierung und mobile Endgeräte als ständige Suchtreize
- Unternehmenskultur

- Angst vor Offenlegung
- Risiko der Stigmatisierung
- Datenschutz und Persönlichkeitsrechte

Nicht-stoffgebundene Abhängigkeiten

- 
- Welche Verhaltenssüchte sind in der ICD-11 anerkannt?
 - Alles nur eine Willensfrage? – Nein!
 - Exkurs: Work-Life-Blending
 - Ist die betriebliche Suchtprävention auf Verhaltenssüchte vorbereitet?
 - FAZIT

Fazit

- Verhaltenssüchte sind keine Randerscheinung.
- Digitalisierung kann das Risiko für internetbezogene problematische Verhaltensweisen erhöhen.
- Entstigmatisierung psychischer Probleme betrifft auch Verhaltenssüchte. Offene Ansprache. Gesprächskultur ohne Stigmatisierung.

Fazit

- Neue Süchte erfordern weniger neue Strukturen als einen erweiterten Blick auf Gesundheit, Digitalisierung und Arbeitskultur.