

Verhaltenssüchte – Exzessives Spielen, Surfen, Shoppen

Verhaltenssüchte – aktueller Wissensstand

Abstract von **Chantal P. Mörsen**

Die Tatsache, dass Tätigkeiten süchtig machen können, ist in der Literatur schon seit längerem bekannt. Unklar ist nach wie vor, zu welchen psychischen Störungen die stoffungebundenen Süchte zugeordnet werden sollen. Es besteht noch ein umfassender Forschungsbedarf.

In den letzten 20 Jahren hat die Debatte über exzessive Verhaltensweisen, die die charakteristischen Merkmale einer Suchterkrankung aufweisen, eine große Resonanz erfahren. Zunehmend steht suchtartiges Verhalten in Bezug auf Glücksspiel, Arbeit, Computergebrauch im Fokus wissenschaftlichen und öffentlichen Interesses. Dabei wird verstärkt die Parallelität zwischen der stoffgebundenen Abhängigkeit und stoffungebundenen Abhängigkeit diskutiert. Zu den wichtigsten Verhaltenssüchten gehören:

- Glücksspielsucht
- Kaufsucht
- Arbeitssucht
- Sexsucht
- Online-Sucht
- Sammelsucht

Stoffungebundene Süchte seit einiger Zeit bekannt

Die Konzeptualisierung exzessiver Verhaltensweisen als stoffungebundene Abhängigkeit oder Verhaltenssüchte ist nicht neu. Bereits Ende des 19. Jahrhunderts wurde die Spielsucht als eine stoffungebundene Suchterkrankung neben der Trunk-, Morphium- und Kokainsucht beschrieben. Anfang des 20. Jahrhunderts wiesen Gabriel und Kratzmann (1936) darauf hin, dass auch Tätigkeiten süchtig ausarten können. Ebenso sah von Gebattel (1954) die Notwendigkeit, dass der Suchtbegriff nicht auf den Begriff Toxikomanie, also auf die Einnahme von Substanzen, die auf psychische Funktionen einwirken, beschränkt werden sollte.

Merkmale vergleichbar mit klassischen Süchten

Zentrale Merkmale der stoffgebundenen Abhängigkeit sind Kontrollverlust über das Ausmass des Konsums, starkes Verlangen eine Substanz zu konsumieren, fortgesetzter Substanzkonsum trotz Nachweis eindeutiger Schäden sowie Entzugssymptome und Toleranzentwicklung. Über die rein körperliche Abhängigkeit von der Substanz hinaus stehen auch bei Suchterkrankungen Merkmale der psychischen Abhängigkeit im Vordergrund, die ein erneutes Auftreten der Störung auch nach einem körperlichen Entzug erklären können. Solche Merkmale können auch bei exzessiven Verhaltensweisen wie pathologischem Glücksspiel, exzessivem Kaufen, Sport treiben oder Computerspielen beobachtet werden. Demnach handelt es sich bei Verhaltenssüchten um exzessiv ausgeführte Verhaltensweisen, die mit Belohnung verbunden sind, und die die Kriterien einer Abhängigkeit erfüllen.

Klassifikation von Verhaltenssüchten

Bislang haben jedoch Verhaltenssüchte mit Ausnahme des pathologischen, also krankhaften Glücksspielens noch keinen Eingang als eigenständiges Störungsbild in die gängigen internationalen Klassifikationssysteme psychischer Störungen, die ICD-10 und das DSM-IV-TR, gefunden.

Pathologisches Glücksspielen wird derzeit als Impulskontrollstörung klassifiziert. Die diagnostischen Kriterien pathologischen Spielverhaltens werden auch zur Diagnostik anderer Verhaltenssüchte wie der Computerspielsucht, Sexsucht, Arbeitssucht und Kaufsucht herangezogen.

Die Einordnung exzessiven Verhaltens als Suchterkrankung wird in der Forschungsliteratur kontrovers diskutiert. Neben der auf der Einordnung in den internationalen Klassifikationssystemen beruhenden Umschreibung exzessiver Verhaltensweisen als Impulskontrollstörungen, wird von einem zwanghaften Verhalten (z.B. zwanghaftes Kaufen) ausgegangen und das Störungsbild der exzessiven belohnenden Verhaltensweisen als Zwangsspektrumsstörung definiert. Unter dem Oberbegriff der Zwangsspektrumsstörungen werden Zwänge zusammengefasst, die in Verbindung mit Impulskontrollstörungen auftreten und die mit angenehmen oder lustbetonten Gefühlen verbunden sind. Die umfassenden Ähnlichkeiten in Phänomenologie (Erscheinungsbild), Neurobiologie und Genese (Entstehung) der verschiedenen Formen exzessiver Verhaltensweisen legen jedoch eine Klassifikation dieser Störungsbilder als Verhaltenssucht analog zu den verschiedenen Formen substanzbedingter Störungen nahe. Auch im Hinblick auf die kommenden Revisionen der internationalen Klassifikationssysteme ist die Bildung einer eigenständigen Diagnosekategorie oder einer gemeinsamen Kategorie stoffgebundener und stoffungebundener Abhängigkeit angezeigt.

Neurobiologische Befunde

Befunde aus neuropsychologischen und bildgebenden Studien stützen die Annahme, dass sowohl pharmakologische Substanzen, die direkt auf das Belohnungssystem des Gehirns einwirken, als auch Verhaltensweisen, die wie andere Umweltreize indirekt auf das Gehirn einwirken, eine Belohnung für das Gehirn darstellen und dass das Verhalten, das mit dieser Belohnung verbunden ist, suchtartig entgleiten kann. Ähnlich wie bei stoffgebundenen Abhängigkeit erwerben auch Verhaltenssüchte die Funktion einer kurzfristig effektiven, jedoch langfristig mit negativen Konsequenzen verbundenen Strategie zur Gefühlsregulation und Stressverarbeitung.

Es besteht Forschungsbedarf

Eine Erweiterung des Abhängigkeitsbegriffes auf stoffungebundene Süchte ermöglicht es, das bereits etablierte Hilfesystem für Suchterkrankungen auch Betroffenen mit Verhaltenssüchten zugänglich zu machen. Auch können umfangreiche Erfahrungswerte in Diagnostik, Prävention und Intervention die Forschung im Bereich der Verhaltenssüchte bereichern. Es besteht jedoch noch ein umfassender Forschungsbedarf in Bezug auf die Epidemiologie (Verbreitung) und Kategorisierung einzelner Formen der Verhaltenssucht, der Identifikation spezifischer Untergruppen (z.B. Geschlechtsunterschiede) sowie neurowissenschaftlicher und genetischer Faktoren.

Dipl.-Psych. Chantal Patricia Mörsen
Leitung Fachbereich Spielsucht
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Charité – Universitätsmedizin Berlin
Charitéplatz 1
D-10117 Berlin
Tel.: 0049 30 450 517 098
E-mail: chantal.moersen@charité.de