

## SOcial Media DIorder Scale for Adolescents (SOMEDIS-A)

Die folgenden Aussagen beziehen sich auf Deine Nutzung sozialer Medien. Damit sind Plattformen gemeint, auf denen vorrangig kommuniziert, gepostet, kommentiert und „geliked“ wird. Wenn Du an die letzten 12 Monate denkst, wie sehr stimmst Du den folgenden Aussagen zu?

1. Ich bin häufig öfter und länger in sozialen Medien, als ich mir vornehme, oder es z.B. mit meinen Eltern abgesprochen war.

stimme überhaupt nicht zu     
  stimme eher nicht zu     
  stimme teilweise zu     
  stimme eher zu     
  stimme völlig zu

2. Ich kann oft nicht aufhören, mich mit sozialen Medien zu beschäftigen, obwohl ich vernünftigerweise besser aufhören sollte, oder z.B. meine Eltern mir gesagt haben, dass ich aufhören soll.

stimme überhaupt nicht zu     
  stimme eher nicht zu     
  stimme teilweise zu     
  stimme eher zu     
  stimme völlig zu

3. Ich verfolge oft keine Interessen außerhalb der digitalen Welt (z.B. Freunde oder festen Freund/feste Freundin real treffen, Verein besuchen, lesen, musizieren), weil ich lieber in sozialen Medien unterwegs sein möchte.

stimme überhaupt nicht zu     
  stimme eher nicht zu     
  stimme teilweise zu     
  stimme eher zu     
  stimme völlig zu

4. Ich vernachlässige alltägliche Aufgaben (z.B. einkaufen, saubermachen, hinter mir aufräumen, Zimmer ordentlich halten, Pflichten für Schule/Ausbildung/Job), weil ich lieber in sozialen Medien unterwegs sein möchte.

stimme überhaupt nicht zu     
  stimme eher nicht zu     
  stimme teilweise zu     
  stimme eher zu     
  stimme völlig zu

5. Ich beschäftige mich meistens weiter mit sozialen Medien, selbst wenn ich dadurch Stress mit anderen bekomme (z.B. mit meinen Eltern, Geschwistern, mit Freunden, der festen Freundin/dem festen Freund oder Lehrern).

stimme überhaupt nicht zu     
  stimme eher nicht zu     
  stimme teilweise zu     
  stimme eher zu     
  stimme völlig zu

6. Ich beschäftige mich weiter mit sozialen Medien, obwohl die Schule (oder Ausbildung/Job) darunter leidet (z.B. durch Zuspätkommen, Nichtbeteiligung am Unterricht, Versäumnis der Hausaufgaben, schlechtere Noten).

stimme überhaupt nicht zu     
  stimme eher nicht zu     
  stimme teilweise zu     
  stimme eher zu     
  stimme völlig zu

SOMEDIS-A

7. Durch die Beschäftigung mit sozialen Medien vernachlässige ich meine Gesundheit (z.B. Schlaf, Ernährung, Bewegung) und/oder mein Aussehen, meine Körperpflege.

- stimme überhaupt nicht zu       stimme eher nicht zu       stimme teilweise zu       stimme eher zu       stimme völlig zu

8. Durch die Beschäftigung mit sozialen Medien gefährde ich wichtige Kontakte (Freunde, Familie, feste Freundin/fester Freund), oder habe diese bereits verloren.

- stimme überhaupt nicht zu       stimme eher nicht zu       stimme teilweise zu       stimme eher zu       stimme völlig zu

9. Durch die Beschäftigung mit sozialen Medien erlebe ich Nachteile in der Schule oder in der Ausbildung/ im Job (z.B. schlechte Noten, keine/gefährdete Versetzung, schlechter/kein Abschluss, kein Ausbildungs-/ Studienplatz, schlechtes Praktikumszeugnis, Abmahnung oder Kündigung).

- stimme überhaupt nicht zu       stimme eher nicht zu       stimme teilweise zu       stimme eher zu       stimme völlig zu

Es folgt nun eine sehr wichtige Frage, um einzuschätzen, wie häufig Du im Zusammenhang mit sozialen Medien im letzten Jahr Schwierigkeiten hattest.

10. Wie häufig hattest Du im letzten Jahr die oben beschriebenen Probleme, Konflikte oder Schwierigkeiten wegen der Beschäftigung mit sozialen Medien? Kam das nur an einzelnen Tagen vor, gab es längere Phasen von mehreren Tagen bis Wochen oder Monaten, in denen du solche Probleme oder Schwierigkeiten hattest oder war das nahezu täglich?

- überhaupt nicht       nur an einzelnen Tagen       über längere Phasen       nahezu täglich

Zusätzliche Fragen:

11. Erlebst Du die zuvor genannten Probleme, Konflikte und Schwierigkeiten durch die Beschäftigung mit sozialen Medien seit mindestens einem Jahr?

- ja       Nein

12. Wenn Frage 10 mit "über längere Phasen" beantwortet wurde:

Hattest Du solch längere Phasen, in denen Du Probleme, Konflikte oder Schwierigkeiten wegen der Beschäftigung mit sozialen Medien erlebst, häufiger oder kam das nur einmal vor?

- einmal       häufiger als einmal

13. Wenn Frage 10 mit "über längere Phasen" beantwortet wurde:

Wie lange dauerte eine solche Phase, in der Du über einen längeren Zeitraum Probleme, Konflikte oder Schwierigkeiten wegen Deiner Beschäftigung mit sozialen Medien hattest, maximal an?

- weniger als eine Woche       eine Woche bis weniger als ein Monat       ein Monat bis weniger als drei Monate       drei bis weniger als neun Monate       neun Monate und mehr

### SOMEDIS-A - Auswertung

Punkte:

0	1	2	3	4
stimme überhaupt nicht zu	stimme eher nicht zu	stimme teilweise zu	stimme eher zu	stimme völlig zu

Faktor	Items	$\Sigma$	Summenwert	Cut-off	Cut-off erfüllt
Kognitiv-behaviorale Symptome	1,2,4,5	16	<input type="text"/>	>8	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein
Negative Konsequenzen	3,6,7,8,9	20	<input type="text"/>	>6	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein

Zeitkriterium	Item	Antwort	Kriterium	Kriterium trifft zu
Frequenz	10	<input type="text"/>	über längere Phasen oder nahezu täglich	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein

Das Screening von Adoleszenten hinsichtlich einer vorliegenden Abhängigkeit von sozialen Medien (eng. *Social Media Disorder*) ist positiv, wenn die Cut-off-Werte beider Faktoren erreicht werden und das Zeitkriterium zutrifft. Ist lediglich der Cut-off für den Faktor „Kognitiv-behaviorale Symptome“ erfüllt, deutet dies auf eine riskante Nutzung sozialer Medien hin, die ein erhöhtes Risiko für negative Konsequenzen aufgrund der Beschäftigung mit sozialen Medien indiziert. Wird lediglich der Cut-Off für den Faktor „negative Konsequenzen“ erfüllt, liefert dies einen Hinweis auf das Bestehen unspezifischer psychischer Probleme, die weiter untersucht werden sollten. Werden Cut-off-Werte ohne zutreffendes Zeitkriterium erreicht, könnte dies ebenfalls hinweisgebend für riskante Verhaltensweisen sein, die weiter beobachtet bzw. weiter eruiert werden sollten.

**Originalpublikation:**

Paschke, K.; Austermann, M.I.; Thomasius, R. ICD-11-based assessment of social media use disorder in adolescents: Development and validation of the Social Media Use Disorder Scale for Adolescents (SOMEDIS-A). *Front. Psychiatry*. **2021**, doi: 10.3389/fpsy.2021.661483.