

Flucht in die virtuelle Welt

Eine Suchtberaterin spricht über die Probleme von Internetabhängigen

BAYREUTH
Von Anne Bürmann

Er war ein Fußballfan. Stand gerne auf dem Bolzplatz und war mit seinen Kumpels unterwegs. Doch dann tauschte er den Fußball mit dem Computer und begann sich in der „World of Warcraft“ zu tummeln. Bei einzelnen Besuchen blieb es aber nicht. Die Nacht wurde zum Tag, die Welt des Online-Spiels zu seinem Lebensinhalt. Der Sport und seine Freunde zählten auf einmal nicht mehr. Er verließ den Fußballverein, brach Kontakte ab. Das Einzige, für das er sich noch interessierte, war das Spiel. Bis er Hilfe bekam.

Das ist die Geschichte eines 18-Jährigen, eines Online-Süchtigen. Er ist aber nicht der Einzige in Deutschland. Menschen, die die Schularbeiten oder die Arbeit vernachlässigen, die sogar das Essen und das Duschen vergessen – 560 000 Bundesbürger sind internetabhängig. Das hat vor kurzem eine Studie der Universität Lübeck ergeben.

Regionale Zahlen fehlen

Wie viele von ihnen in Oberfranken leben, ist unklar. Genaue Zahlen aus Studien fehlen. Bekannt ist nur, dass die Suchtberatungsstelle der Diakonie Bayreuth jedes Jahr bis zu zehn Betroffene in Behandlung hat. Zusätzlich kommt noch die gleiche Anzahl an verzweifelten Eltern dazu, die bei Urte Deisenhofer und ihren Kollegen Hilfe suchen.

Behandelt werden vor allem erwachsene Internetnutzer, die abhängig von Online-Rollenspielen sind oder die von Pornografie-seiten im Netz nicht genug be-

kommen können, erzählt die Leiterin der Suchtberatungsstelle, Urte Deisenhofer.

Ab wie vielen Stunden Surfen oder das Spielen im Netz krankhaft ist, kann man laut der Sozialpädagogin nicht sagen. Ob eine Sucht vorliegt, lässt sich nicht daran festmachen, „ob einer vier Stunden oder zwölf Stunden spielt“.

Mehr als ein Spieltrieb

Die entscheidende Frage ist, „wie jemand im Internet surft“. Generell aber gilt: Man spricht von einer Sucht, wenn der Betroffene die Kontrolle verliert und „er nicht mehr richtig steuern kann, wie viel er spielt“. Es gibt aber noch weitere Zeichen, die für eine Abhängigkeit sprechen. Zum Beispiel, wenn der User aggressives Verhalten zeigt, sobald er nicht ins Netz kann. Oder, wenn das Spielen nicht nur den menschlichen Spieltrieb befriedigt, sondern dem Betroffenen „auch andere Dinge vom Leib hält“. Dazu zählen schlechte Schulnoten, Isolation und Probleme mit sozialen Kontakten. Der User taucht immer mehr in die virtuelle Welt ein, ergreift die Flucht vom realen Leben. „Ab hier kann es gefährlich werden“, sagt Urte Deisenhofer.

In diesen Fällen sollten bei den Angehörigen die Alarmglocken schrillen. Gerade die Eltern von Jugendlichen und Kindern sieht die Sozialpädagogin in der Pflicht, Verantwortung zu übernehmen. Eltern sollten genau darauf achten, was ihre Kinder im Netz tun und mit wem sie kommunizieren. Auch sollten sie laut Deisenhofer den Internetkonsum bei jüngeren Kindern „knallhart begrenzen und

darauf achten, dass die Regeln eingehalten werden“. Ein Verbot, das nicht kontrolliert wird, bringt ihrer Meinung nach nichts.

Generell verurteilt Urte Deisenhofer das Internet nicht: „Grundsätzlich ist das Internet ja kein schlechtes Medium.“ Dennoch hält sie es für fragwürdig, wenn Kinder einen PC in ihrem Zimmer haben. Das sei eine „unglaubliche Verlockung“. Zudem würden sich Kinder, die nur schwer Freunde finden, sich aus Frust eher zurückziehen und Anerkennung im Internet suchen. Eine bessere Lösung ist für Urte Deisenhofer ein Familien-PC, der gemeinschaftlich genutzt wird. Auch ist sie der Meinung, dass Kinder so wenig Zeit wie möglich im Internet verbringen sollten. Denn: „Das reale Leben findet draußen statt.“

Wer Hilfe sucht – egal ob Betroffener oder Angehöriger – kann sich an die Suchtberatungsstelle (www.suchtberatung-bayreuth.de) wenden. Kostenlose Beratungstermine können unter Telefon 09 21/78 51 77 30 vereinbart werden. Kinder und Jugendliche mit problematischem Internetkonsum werden von der Psychologischen Beratungsstelle der Diakonie behandelt. Kontakt unter Telefon 09 21/78 51 77 10.

INFO

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung veröffentlicht auf ihrer Internetseite www.bzga.de den Ratgeber „Online sein mit Maß und Spaß“. Er soll Eltern dabei unterstützen, mit ihren Kindern über das richtige Maß der Computernutzung zu sprechen.

Gefangen im Netz: Für Internetsüchtige zählt nur die virtuelle Welt. Am realen Leben nehmen sie oftmals nicht mehr teil. Eine Bayreuther Suchtberaterin und ein Medienwissenschaftler erzählen, wie sich die Sucht im Verhalten der Betroffenen zeigt und welche Rolle dabei das Internet spielt.



Foto: Waha

ZWEI FRAGEN

... an **Jochen Koubek**, Professor für Digitale Medien an der Uni Bayreuth.

Wie schätzen Sie als Medienwissenschaftler die Suchtgefahr ein, die vom Internet ausgeht?

Die Gefahr der Sucht geht nicht direkt vom Internet aus, sondern von den Menschen, die es benutzen. Es gibt suchtgefährdete Menschen, die sich in symbolische Nebenwelten flüchten. Für sie bietet das Internet einen Fluchtweg. Ich glaube aber, dass sie sich, wenn es das Internet nicht geben würde, andere Suchtstoffe suchen würden.

Was macht die Anziehungskraft von Online-Rollenspielen und sozialen Netzwerken aus?

In Online-Rollenspielen gibt es einen Avatar, der durch die Handlung des Spielers besser, mächtiger, schöner oder geachteter wird. Das ist faszinierend, aber manche Spieler können sich in dieser Spielwelt verlieren. Allerdings glaube ich nicht, dass das die Schuld der Spiele ist. Suchtgefährdete Menschen können auch süchtig nach Glücksspielen, Fernsehen oder Büchern werden. Bei sozialen Netzen ist es ein bisschen anders. Auch hier bilden sich symbolische Nebenwelten. Die Frage ist jedoch: Wann beginnt die Sucht? Ich denke, dass man von Sucht sprechen kann,



Jochen Koubek

wenn die betroffenen Personen nicht mehr in der Lage sind, ihr Verhalten zu kontrollieren. Die meisten Jugendlichen können allerdings sehr deutlich zwischen Online-Freunden und echten Freunden unterscheiden. Auch die wahren Beziehungen werden immer noch offline geschlossen. Dass eine ganze Generation ins Netz abwandert, ist also eher eine Sorge der Älteren, die online nichts machen. Die Suchtprävention beginnt nicht mit der Bewahrung vor dem Medium, sondern deutlich vorher, zum Beispiel in dem Aufbau von einem stabilen Selbstwertgefühl.

Die Fragen stellte Kurier-Redakteurin Anne Bürmann.

„Insgesamt sehe ich die Gefährdungen durch das Internet nicht so kritisch, wie es zumeist in der Öffentlichkeit dargestellt wird. Dennoch sollte man von Zeit zu Zeit die Tätigkeiten seiner Kinder im Internet kontrollieren.“



Samir Mujacic, 42, Tennislehrer aus Bayreuth

„Für mich gehört das Internet zum Leben dazu, weshalb ich auch ziemlich genervt wäre, wenn ich keine Möglichkeit eines Zugangs hätte. Für Kinder kann das Internet sehr wohl schädlich sein. Man hört in den Medien sehr oft von den Gefahren, welche von der Onlinewelt ausgehen.“



Alexander Dörfler, 20, Student aus Bayreuth

Gefahren im Netz?

Der Kurier befragte Passanten zu dem Thema kritischer Internetkonsum

„Ich glaube, dass das Internet in den meisten Fällen nicht schädlich ist, wobei es natürlich immer auf die Art des Internetkonsums ankommt. Kinder sollten meiner Ansicht nach nicht übermäßig viel im Internet verkehren.“

Anna-Kathrin Nicklas, 21, Studentin aus Gesees



„Obwohl ich nicht täglich online bin, habe ich die Erfahrung gemacht, dass man in der Welt des Internets relativ schnell die Zeit verliert. Deshalb kann ich die Jugendlichen von heute häufig sogar verstehen, wenn sie stundenlang vor dem Computer sitzen. Wenn es um Gefahren im Internet geht, neigen viele Menschen häufig dazu zu übertreiben. Dennoch sollte man auf jeden Fall einige Webseiten für Minderjährige sperren, weil Kontrolle einfach immer am besten ist.“

Gerda Roderer, 75, Rentnerin aus Bayreuth

„Bei mir läuft das Internet immer nebenbei. Ob das Internet schädlich ist, kommt für mich auf die Art und Weise der Nutzung an.“



Lena Huber, 20, Studentin aus Bayreuth

„Man könnte das Internet wohl nur sicherer machen, indem man es völlig abschafft. Es ist wohl mit einer Art Glashaushalt vergleichbar. Wenn sich einer wirklich gut damit auskennt, stehen ihm, so traurig das auch ist, sämtliche Möglichkeiten und Wege offen.“

Martin Steiner, 35, Callcenter-Agent aus Bayreuth

