

Das richtige Leben verspielt

Die Münchner SuchtHotline berät immer mehr Menschen, die internetabhängig sind

Sie heißen „malfurion“, „Kritonos“ und „Damnwarrior“. Im wahren Leben – sie nennen es auch „Real Life“, kurz RL – halten sie sich und ihr Leiden oft versteckt: in dunklen Kellern oder miefigen Zimmern. Sie sind internetabhängig – und suchen Rat im Forum der Internet-Site www.onlinesucht.de.

Manche Experten glauben, dass rund vier Prozent der Internet-Nutzer abhängig sind. Auch die SuchtHotline (Tel. 089/28 28 22) in München berät immer mehr von ihnen.

Beratungen wegen Spielsucht um 35 Prozent gestiegen

2006 steige die Zahl der Beratungen wegen Spielsucht um 35 Prozent. Dahinter verberge sich eine wachsende Zahl von Menschen, die PC- oder internetabhängig sind. „Und das ist nur die Spitze des Eisbergs“, sagt Christoph-Peter Teich, Leiter der Sucht-Hotline. Die Dunkelziffer liege viel höher.

Im Forum der Sucht-Site finden sich zahllose Einträge, die vom Leid der Betroffenen erzählen: „Hallo WoW-Freunde, seit dem 11.02.05 spiele ich WoW. Mein Tagesablauf: Ich komme von der Arbeit, PC an und WoW zocken. Ich bin richtig faul geworden, auch siffig, weigere mich zu duschen, weil ich keine WoW-Zeit verlieren will. Bin voll schmierig und hab sogar Druckstellen vom Sitzen“, schreibt einer.

„WoW“ ist Online-Sprache. Die Abkürzung bedeutet „World of Warcraft“, ein Online-Spiel mit hohem Suchtpotential. Denn man muss mit anderen Usern zusammenspielen, um etwas zu erreichen. Man verabredet sich im Netz – und plant sein ganzes Leben um das Spiel herum.

Betroffen sind vor allem Jugendliche und junge Erwachsene. Sie kapseln sich von ihrer Außenwelt ab und vergraben sich in ihrer WoW-Welt. Oft verlassen sie den Computer nur noch für den Gang zur Toilette. „Die ältere Generation kann oft kaum einen Computer einschalten. Sie kann nichts mit der Online-Welt anfangen“, berichtet Teich. Diese Unwissenheit führt in Familien zu Problemen. Eltern wissen oft gar nicht, was sie gegen stundenlanges Spielen tun können.

„World of Warcraft bietet dafür die so genannte „Elterliche Freigabe“ an. Damit können Eltern online einen Zeitplan einrichten, nach dem sich die Kinder richten müssen. Außerhalb der vorgegebenen Zeiten kann man sich dann einfach nicht mehr ins Spiel einloggen.

Viele Eltern kümmern sich nicht, was ihr Nachwuchs am PC so treibt. „In vielen Familien geht es zu wie bei der Super-Nanny“, schimpft Psychotherapeut Michael Ulbricht, der sich mit der Online-Sucht beschäftigt. „Wie sollen Kinder da Werte wie Verbindlichkeit, Verantwortung und Gemeinschaft lernen?“ Die suchten sie dann im Internet. Spielzeiten von acht bis zwölf Stunden am Tag sind nicht selten.

Gegen die Sucht helfe oft nur Psychotherapie. Dort lerne der Patient, mit seinen Gefühlen umzugehen. Er müsse „seinen Körper wieder in Besitz nehmen“. „Ein Online-Süchtiger hat lange nur mit einem Teil seines Körpers gelebt. Er muss lernen, alle seine Sinne wieder einzusetzen“, so Ulbricht. „Er muss lernen zuzuhören, in ganzen Sätzen zu reden und sich mit anderen auseinanderzusetzen.“