

## Workshop 3: Internet und Computerspiele – wann beginnt die Sucht?

Input von Benjamin Grünbichler – neon - Prävention und Suchthilfe Rosenheim

und Christoph Hirte – rollenspielsucht.de / Mediensucht-Selbsthilfe

### Benjamin Grünbichler:

Die Lebenswelt der jetzt heranwachsenden Kinder und Jugendgeneration ist durch die Leitmedien Internet und Computer maßgeblich beeinflusst. So werden Freundschaften über Soziale Netzwerke wie facebook und co. gepflegt, Verabredungen werden über Instant-Messenger getroffen und das Informationszeitalter bekommt durch Online-Enzyklopädien wie Wikipedia eine ganz neue Bedeutung. Die neuen Medien dürfen nicht als Randphänomen in der Gesellschaft verstanden werden. Die elektronischen Medien haben die Kinderzimmer der „digital natives“ längst erobert. Die Bedeutung von Bildschirmspielen als Leitmedium in der Unterhaltung kann heute gar nicht mehr hoch genug eingeschätzt werden.

Für Menschen, die nicht in einem virtuellen Raum des Internets teilnehmen, ist das Phänomen schwer greifbar. Mit einer unglaublichen Geschwindigkeit werden Parallelwelten geschaffen, deren Anziehungskraft gewaltig ist, die wie Drogen süchtig machen können und eine elementare Herausforderung an den Spieler darstellen, der eventuell mit seiner eigenen Realität nicht mehr zurechtkommt. Soziale Hemmnisse wie mangelnde Attraktivität, Übergewicht, Schüchternheit, Bildung, Lebensalter und Geschlecht sind in der virtuellen Welt ohne Bedeutung. Sogar reales Geld verdienen, neue soziale Kontakte knüpfen und die Betätigung in einem neuen Beruf sind Bestandteil moderner Online-Spiele.

Entgegen dem funktionalen Umgang mit neuen Medien etwa für berufliche und schulische Zwecke, oder als gelegentliche Freizeitbeschäftigung, entwickeln einige junge Menschen einen problematischen oder sogar abhängigen PC-/Internetgebrauch.

Derzeit stehen in den beiden psychiatrischen Klassifikationssystemen ICD-10 und DSV-IV jedoch keine entsprechenden Kategorien für eine Suchterkrankung zur Verfügung. Momentan wird dieses Störungsbildes deshalb von vielen Autoren als *abnorme Gewohnheit und Störung der Impulskontrolle*, also eine Form der Verhaltenssucht, bezeichnet.

---

### Christoph Hirte:

Wir sind zu diesem Thema gekommen, weil unser ältester Sohn, heute 27 Jahre alt, ehemals Informatikstudent, vor 4,5 Jahren von „World of Warcraft“ abhängig geworden war. Er hatte sämtliche Kontakte nach draußen abgebrochen, seine Wohnung verwahrlosen lassen, hatte sich damals, um uneingeschränkt spielen zu können, exmatrikulieren lassen, hatte Hartz IV beantragt und war auf der sozialen Leiter ganz unten angekommen.

Wir haben damals die Elterninitiative rollenspielsucht.de ins Leben gerufen und zwei Jahre später den Verein AKTIV GEGEN MEDIENSUCHT e.V. gegründet. Wir gingen mit unserer Geschichte an die

Öffentlichkeit, um darüber zu informieren, was passieren kann, wenn jemand die Kontrolle über seine PC-Zeiten und damit oft auch die Kontrolle über sein Leben verliert. Wir sind der Meinung: Wissen schützt und kann verhindern helfen.

Die Internetseite rollenspielsucht.de wurde bis heute über 800.000 Mal aufgerufen. Täglich haben wir auf beiden Internetseiten zwischen 300 und 500 Zugriffe. Der Informationsbedarf ist enorm. Seit drei Jahren betreuen wir in München sowohl eine Selbsthilfegruppe für Betroffene als auch für Angehörige.

Der Grundstein zur Mediensucht wird z.T. bereits im Kleinkindalter gelegt. 300 000 Kinder zwischen 3 und 13 Jahren schauen bis Mitternacht fern. 7 % der Zweijährigen haben einen eigenen Fernseher im Kinderzimmer.

Erkenntnisse aus der Selbsthilfegruppenarbeit:

- Die Kinderzimmer sind mit Medien hochgerüstet, und wenn dann das Internet dazu kommt, gibt es kein Halten mehr.
- Den Kindern wird zu viel abgenommen, sie werden überversorgt und verwöhnt.
- Vielen Eltern fehlt schlicht die Kraft, sich tagtäglich der nervenaufreibenden Dauerdiskussion um die Mediennutzung auszusetzen.
- „Ohne Wow war es so still. Das habe ich nicht ausgehalten,“ sagt Moritz.
- Viele Betroffene sind offenbar aus Langeweile, durch zu viel ungenutzte Zeit, immer ausdauernder online. Schleichend und fast unmerklich wird dann die Schwelle zur Sucht überschritten.
- Das, was die Angehörigen z. T. erzählen, lässt vermuten, dass bei den Betroffenen offensichtlich eine große Sehnsucht besteht, aus der Abhängigkeit herausgeholt zu werden.
- Der Schlüssel zur Veränderung der Verhaltenssucht der Betroffenen liegt bei den Angehörigen.

Dies und mehr erfahren Sie in unserem Workshop.

[www.rollenspielsucht.de](http://www.rollenspielsucht.de) [www.aktiv-gegen.mediensucht.de](http://www.aktiv-gegen.mediensucht.de) [www.netzwerk-fuer-ratsuchende.de](http://www.netzwerk-fuer-ratsuchende.de)