

„Internet und PC-Spielsucht-Risiko ohne Altersbeschränkung“

Fortbildungsveranstaltung der Bezirksärztekammer Südwürttemberg in Zusammenarbeit mit der UniKlinik Tübingen in Tübingen 29.09.10

Beitrag von Christoph Hirte, www.rollenspielsucht.de, eine Initiative betroffener Eltern

Guten Tag. Ich bedanke mich, dass ich heute die Möglichkeit bekomme, hier bei Ihnen zu sprechen. Ich bin weder vom Fach noch ein Medienpädagoge, und auch kein ausgebildeter Suchtberater. Ich bin einfach nur Vater, ein betroffener Vater. Neben Ihrer beruflichen Funktion sind sicherlich viele von Ihnen auch als Eltern hier? Ich möchte Sie hier ganz bewusst als Eltern ansprechen.

Aber hören Sie erst einmal unsere Geschichte:

„Wir hatten unseren Sohn ans Internet, an World of Warcraft verloren“

Unser Sohn war nach dem Abitur nach NRW gezogen, um dort, 600 km von uns entfernt, mit seinem Informatikstudium zu beginnen. In den ersten Monaten seines Studiums bekamen wir noch regelmäßig Post, z.T. unterschrieben mit „Euer glücklicher Student.“ Doch nach und nach, fast unmerklich, wurde es zunehmend schwieriger, ihn zu erreichen, er ging nicht mehr ans Telefon, beantwortete keine Emails oder SMS und auch seine Besuche bei uns wurden ohne ersichtlichen Grund immer seltener.

Eines Tages bat er uns um ein Urlaubssemester und zog vorübergehend zu einer Freundin, die er im Internet kennen gelernt hatte. Bedingt durch einen Wasserrohrbruch musste die Hausverwaltung in seine verlassene Studentenwohnung und fand diese in einem völlig verwahrlosten Zustand vor.

Äußerst alarmiert durch diese für uns unfassbare Tatsache standen wir schon am nächsten Tag unangemeldet vor der Tür seiner Bekannten. Erst jetzt kamen wir hinter das Geheimnis seiner tiefgreifenden Veränderung und emotionalen Verarmung:

O n l i n e r o l l e n s p i e l s u c h t .

Unser Sohn hatte sämtliche sozialen Kontakte nach draußen abgebrochen und verbrachte seine gesamte Zeit vor dem PC im Onlinerollenspiel „World of Warcraft“.

Er hatte die Kontrolle über seinen PC-Konsum vollkommen verloren und schließlich auch die Kontrolle über sein Leben.

Wir waren zunächst zutiefst geschockt. Den Begriff Sucht kannten wir bis dahin nur im Zusammenhang mit Drogen und Alkohol und das hatte mit unserem Leben nichts zu tun. Doch wir wußten, dass wir unseren Sohn da rausholen werden.

Nachdem wir uns vier Wochen lang umfassend informiert hatten, Suchtberatungsstellen aufgesucht, Ärzte konsultiert und Kliniken ausfindig gemacht hatten, gelang es uns tatsächlich, unseren Sohn für zwei Tage nach Hause zu holen, mit der naiven Vorstellung: „Jetzt kann er eine Therapie machen und dann wird alles gut.“ Wir erfuhren, dass er, kurz bevor „World of Warcraft“ auf den Markt gekommen war, als Betatester die Aufgabe bekommen hatte, das Spiel bis in die Tiefen hinein nach eventuellen Fehlerquellen abzusuchen. Innerhalb von nicht einmal acht Wochen muss WOW ihn bereits so in seinen Bann gezogen haben, dass schon sein zweites Semester gar nicht mehr wirklich stattgefunden hatte. Trotzdem konnte er sich eine Therapie nicht vorstellen, denn er sah sich außerstande, auf „World of Warcraft“ zu verzichten. Wie ferngesteuert stand er plötzlich auf, packte seine Sachen und ging. Das war am 11. März 2007 und seitdem haben wir ihn nicht wiedergesehen.

Er hatte sein Studium endgültig abgebrochen, sich exmatrikulieren lassen, um Sozialhilfe bzw. HartzIV beantragen zu können. Ein junger, gesunder, begabter Mensch, damals noch keine 23 Jahre alt, stand ganz ohne Ausbildung und damit ohne Beruf da, unfähig, am Erwerbsleben teilzunehmen und sich selbst zu versorgen, weil die virtuelle Welt stärker und wichtiger geworden war als das wirkliche Leben.

Zuerst waren wir wie gelähmt und dachten: Wir haben versagt! Wir haben es nicht geschafft unserem Sohn ins Leben zu helfen. Wir erzählten niemandem, was passiert war, wir schämten uns und suchten ganz allein für uns nach Erklärungen und nach weiteren Informationen.

Mehr und mehr wurde uns jedoch klar, dass dies mit unserem Sohn wahrlich kein Einzelfall ist, sondern dass zum damaligen Zeitpunkt in Deutschland geschätzte 1,5 Millionen Menschen von dieser Sucht betroffen

waren. Im letzten Sucht- und Drogenbericht war bereits von bis zu 2,8 Millionen Menschen und ebenso viel Gefährdeten die Rede...

Wir fassten den mutigen Entschluss, mit unserer Geschichte an die Öffentlichkeit zu gehen und haben das Selbsthilfeportal www.rollenspielsucht.de erstellt, auf dem Sie Informationen aller Art finden können. Wir haben es uns mit unserer Elterninitiative zur Aufgabe gemacht, auf dieses Thema aufmerksam zu machen, andere zu informieren und umfassend aufzuklären, um ein Problembewusstsein in den Familien zu schaffen. Unser Motto: Wissen schützt.

Seitdem haben knapp 700.000 Menschen unsere Seite besucht, es gab zahlreiche Radio- und Fernsehauftritte und unzählige Presseberichte. Als Referenten waren wir unter anderem zur Jahrestagung der Drogenbeauftragten 2009 nach Berlin eingeladen, wir halten für Eltern Vorträge an Schulen und vermitteln Angehörige und Betroffene an die entsprechenden Beratungsstellen. Wir betreuen diejenigen, die uns um Hilfe bitten, indem wir ihnen zuhören und ihnen das Gefühl geben, mit ihrem Problem nicht allein zu sein.

Seit März 2008 betreuen wir auch eine Selbsthilfegruppe für Angehörige und hatten bei einem der Treffen zum ersten Mal auch einen jungen Aussteiger dabei, der den höchst interessierten Eltern sehr anschaulich seinen Weg in die Sucht, seine soziale und emotionale Verarmung und seinen harten Weg zurück in die Realität zu schildern wusste. Er sprach davon, dass er jeden Morgen – nach dem Raid - völlig selig und zufrieden schlafen gegangen war. Er sah keinen Anlass, an seiner Situation etwas zu verändern. Seit Sommer 2009 betreuen wir auch eine Selbsthilfegruppe für Betroffene. Eine enorm wertvolle, kostbare und hilfreiche Arbeit.

Vor allem durch die Selbsthilfegruppen, aber auch durch die vielen Telefonate mit Angehörigen und Betroffenen und zahlreiche Briefe an uns, haben wir enorm viel Erfahrung gesammelt. Wir haben unermüdlich recherchiert, viel zum Thema gelesen, uns mit Fachleuten auseinandergesetzt und die diversesten Foren aufmerksam verfolgt. Dies alles hat uns geholfen, die Problematik Onlinerollenspielsucht bzw. Mediensucht insgesamt gedanklich noch differenzierter und vielschichtiger zu begreifen und wir lernen tagtäglich dazu. Uns wurde auch klar, dass der Grundstein zur Mediensucht häufig durch zu frühen und zu ausdauernden TV-Konsum im Kleinkindalter gelegt wird.

Selbstverständlich ist es wichtig, Statistiken zu erstellen und wissenschaftlich fundierte Langzeitstudien einzufordern. An den Kern des Problems werden wir auf diese Weise jedoch erst in vielen Jahren herankommen. Die Familien brauchen zeitnahe Lösungen. Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe ist ein wichtiger Schritt, holt die betroffenen Familien aus ihrer Isolation heraus und kann sie ermutigen, aktiv an das Problem heran zu gehen statt sich diesem weiterhin einfach nur ausgeliefert zu fühlen. Wir haben das Merkblatt „Erste Schritte bei Mediensucht“ erstellt – sozusagen ein Selbsthilferatgeber von Eltern für Eltern.

Eine äußerst effektive Informationsquelle wäre das ausführliche Studieren diverser Foren, in denen Berichte von Familien und von Aussteigern stehen. Von denjenigen, die den Weg aus der Sucht gefunden haben und inzwischen in der Lage sind, reflektiert über ihre „verlorenen Jahre“ zu berichten, können wir am meisten lernen. Von ihnen erfahren wir, durch welche Hölle sie gegangen sind und wie viel Kraft erforderlich war, den Weg zurück ins Leben zu finden. Was Sie dort lesen, kann keine nüchterne Statistik zum Ausdruck bringen. In den Foren finden Sie das, was sich wirklich in den Familien abspielt, das, worüber niemand spricht. Ebenso aufschlussreich ist die ARD-Dokumentation über Onlinesucht mit dem Titel „Spielen, spielen, spielen...wenn der Computer süchtig macht“, die man über unsere Internetseiten ansehen kann.

Nach dem, was wir mittlerweile wissen, sind die Auswirkungen der Onlinerollenspielsucht sowohl für die Betroffenen als auch für deren Familien verheerend. Wir bekommen viele Briefe und sind immer wieder tief betroffen, was aufgrund dieser „Krankheit“ in den Familien los ist. Vor allem bei vielen Jugendämtern und bei Gericht fehlt noch die Vorstellungskraft, wie die Realität in den betroffenen Familien wirklich aussieht. Uns wird geschildert, dass der zwölfjährige Sohn aus dem Portemonnaie der Mutter € 250,- geklaut hat, um sich bei ebay einen Account für World of Warcraft zu kaufen, - wir erfahren, dass Heranwachsende sich vor Antritt der Urlaubsreise von den Eltern den Internetanschluss am Urlaubsort schriftlich bestätigen lassen, - Türen werden eingetreten, um an den PC heran zu kommen, - Kinder wollen nicht mehr ins Zeltlager, mit der Begründung, dies sei ihnen zu real (sprich: zu langweilig).

Am Schwierigsten ist die Situation bei alleinerziehenden Müttern, deren heranwachsende Söhne ihnen körperlich überlegen sind. Die Mütter werden nicht selten körperlich attackiert, z.B. in den Schwitzkasten genommen, um den Zugang zum PC zu erpressen. Erst kürzlich erfuhren wir, dass eine alleinerziehende

Mutter sich nach mehreren Angriffen des 12-jährigen Sohnes nur noch mit einem Anruf bei der Polizei helfen konnte. Der Sohn wurde danach in die Psychiatrie eingewiesen.

Im Extremfall führt die Onlinesucht bis zur körperlichen Verwahrlosung. In unserer Selbsthilfegruppe ist eine Mutter, deren 26-jähriger Sohn die elterliche Wohnung fast drei Jahre nicht mehr verlassen hatte....

Nach unserer Beobachtung zieht sich diese Problematik durch alle Schichten und ist beileibe nicht nur ein Problem der Unterschicht.

Mittlerweile hat sich unser Sohn aus eigener Kraft aus dieser Situation herausgeholt.

Wir sind unendlich dankbar, dass er ins Leben zurück gefunden hat und können nur erahnen, wie schwer diese Schritte für ihn gewesen sein müssen. Sich aus der totalen Isolation wieder in den normalen Lebensprozess zu wagen, erfordert unendlich viel Mut und Kraft. Wir sind stolz auf ihn. Inzwischen stehen wir in behutsamem Email-Kontakt.

Ich habe Ihnen einige **Briefauszüge von Aussteigern, die uns geschrieben haben**, mitgebracht:

„10 Stunden am Tag vor dem Computer zu sitzen, gehörte zu meinem Tagesablauf. Spielen war keine Nebensache mehr, es war meine Bestimmung. Während dieser 3 Jahre verlor ich meine Existenz. DAS SPIEL NAHM MIR MEIN LEBEN!..... „

„Ich rate, mit diesem Spiel gar nicht erst anzufangen. Es macht einen krank. Andere werden erwachsen doch man selbst entwickelt sich zurück.“

„Jetzt im Nachhinein weiß ich, dass mein Leben mit dem WOW Start am 11.02.2005 endete und erst durch meinen Ausstieg am 05.04.2008 wieder begann.“

„ab und zu weine ich... aber es ist gut, dass meine Eltern mich da rausgeholt haben.“

„Ich hieß für lange Zeit Scampi und war eine Blutelfe. Jetzt heiße ich wieder Carola, bin 16 Jahre alt, und ich bin froh, wieder leben zu dürfen.“

Ebenso erreicht uns viel Elternpost. Hier einige Auszüge:

„Ich bin die Mutter eines 21-jährigen, WOW-süchtigen Sohnes. Er hat etwa vor eineinhalb Jahren mit WoW angefangen. In den Ferien steigert sich das soweit, dass er mitunter 14 Stunden ununterbrochen am PC hängt, ungewaschen, in Boxershorts, wobei er seinen Platz nur verlässt, um schnell etwas zu Essen aus dem Kühlschrank zu holen. Sein ganzes Wesen hat sich verändert: Er ist nervös, aggressiv, er geht nicht mehr ans Handy, sein Freundeskreis ist nach und nach verloren gegangen.“

„Unser Sohn ist inzwischen 26 Jahre alt. Die letzten 1 1/2 Jahre seines Lebens hat er vorwiegend vor dem PC verbracht und sein Leben darin versenkt.“

„Ich bin mir noch nicht sicher wie ich reagieren soll. Nachdem ich heute in der Wohnung meines 22-jährigen Sohnes gewesen bin, weiß ich "er ist süchtig" Alles trifft zu: vermüllte Wohnung - Essensreste die schon laufen können -Schmutzwäsche wohin ich schaue und Mahnungen und Rechnungen ohne Ende. Seine Lehrstelle ist in Gefahr und zur Berufsschule geht er auch kaum noch.“

Wir sind betroffen von der Tatsache, dass zunehmend mehr erwachsene Männer, häufig auch Familienväter, der Faszination von Onlinerollenspielen verfallen.

Sie verlieren ihre Arbeit, den Bezug zu ihren Kindern, die Ehen scheitern, die Familie zerbricht. Zur Zeit nehmen die Hilferufe wegen spielender Partner wieder zu. Besonders tragisch ist die Situation, wenn spielende Eltern ihre Kinder vernachlässigen... Wir erhalten auch sehr viele Briefe von Familien, deren erwachsene Kinder (meist junge Männer) sich im Alter von 18-25 Jahren wieder zuhause einnisten, das Zimmer nicht mehr verlassen und nur noch am PC spielen. Durch Gespräche mit Eltern haben wir erfahren, dass nach wie vor die Schulen nicht ausreichend über Onlinesucht, deren Symptome und Auswirkungen informiert sind. Im Anschluss an einen Informationsabend von uns meinte ein Lehrer, dass er erst jetzt begreift, dass an vielen Tagen (vor allem montags!) fast die ganze Klasse die von uns genannten Symptome zeigt.....

Da wir im Laufe der letzten 3,5 Jahre so unendlich viel Post von verzweifelten Eltern erhalten haben und diese Arbeit in diesem Umfang nicht mehr alleine leisten können, haben wir das Selbsthilfeportal **AKTIV GEGEN MEDIENSUCHT** als Verein gegründet, eine „Initiative zur Verhinderung von Mediensucht durch aktives Handeln“. Wir bauen ein **Netzwerk für Ratsuchende** auf und bis jetzt gibt es dort bereits über 280 Einträge. Wir bitten alle Anwesenden, ihre Beratungs- und Behandlungsangebote bei uns einzutragen, damit sowohl die Angehörigen als auch die Betroffenen darauf zurückgreifen können. Die Stellen, die helfen können, sind meist nicht leicht zu finden. Ich weiß das aus unendlichen Telefonaten, die ich führen muss, bis ich Hilferufenden eine Telefonnummer und einen Namen in ihrer Umgebung übermitteln kann.

Helfen Sie bitte mit Ihrer Eintragung, die Suche zu erleichtern.

Die Verunsicherung der Eltern in punkto Medienerziehung ist groß. Obwohl die exzessive Mediennutzung in vielen Familien bereits ein hohes Maß an Kommunikationslosigkeit mit sich gebracht und der PC längst gemeinsame Familienunternehmungen verdrängt hat, obwohl in vielen Fällen die Schulnoten dramatisch abfallen, trauen sich viele Eltern nicht, klare Mediennutzungszeiten einzufordern. Zu groß ist die Angst, als rückständig eingestuft zu werden, ihre Kinder auszugrenzen, ihnen den „Fortschritt“, die „Zukunft“ und die „neue Jugendkultur“ zu verweigern. Vielfach werden die „nicht zu unterschätzenden Kompetenzen“ gerühmt, die das Kind sich angeblich für sein ganzes weiteres Leben erwirbt. Der Punkt, an dem die Schwelle zur Sucht dann überschritten wird, wird auf diese Weise oft viel zu spät erkannt. Bei unseren Elterninformationsabenden und der anschließenden Diskussion wird bei den Eltern zunehmend mehr eine Wut spürbar, Wut auf untätige Politiker, Wut auf etliche z.T. fahrlässig verharmlosende Medienpädagogen. Wir spüren Wut auf die Tatsache, dass wieder einmal den Eltern der Schwarze Peter zugeschoben wird und niemand wahrhaben will, wie schwierig die Situation in den Familien wirklich ist.

Wut auf diejenigen, die sich ausschließlich um die vielgerühmte Medienkompetenz kümmern. Wie diese aussehen soll im Angesicht des ungeheuren Sogs, den die elektronischen Medien auf die Nutzer ausüben, bleibt unbeantwortet. Meist wird außerdem vergessen, dass nicht derjenige medienkompetent ist, der die unterschiedlichsten elektronischen Medien auf vielfältigste Weise und zeitintensiv zu nutzen weiß, sondern der, der frühzeitig und selbstbestimmt den Aus-Knopf findet. Dies gilt nicht nur für Heranwachsende.

Wir wehren uns gegen die dauernde Elternschelte. Die Eltern müssen --- müssen --- müssen. Wir alle sind von der rasanten Entwicklung der vergangenen Jahre überrollt worden und kaum einer konnte absehen, wohin dies alles führt. Nun sollen Eltern innerhalb von wenigen Jahren zu absoluten Fachleuten mutieren und alle technischen Dinge der EDV-Welt verstehen und begreifen? Eltern stecken, z.B. in München, aufgrund der enormen Mieten und der angespannten Situation auf dem Arbeitsmarkt vielfach in einer Dauerexistenzkrise, oft müssen beide arbeiten gehen.

Wir wollen eine Lobby für Familien schaffen. Wir nehmen die Eltern in Schutz und wünschen uns, dass ihre Wut sich in Kraft verwandelt, in Kraft, selber aktiv zu werden, zu handeln, statt weiterhin abzuwarten. Nach wie vor gibt es zu wenig Anlaufstellen, die die betroffenen Familien kompetent und entlastend beraten könnten.

Thematisieren müssen wir auch den Umstand, dass es im Internet keinen Kinder- und Jugendschutz gibt. Kinder jeden Alters haben z.B. einfachsten Zugriff auf übelste pornografische und gewaltverherrlichende Seiten im Internet. Oft genug haben wir den Eindruck, dass das Internet die Erziehung der Kinder übernimmt und die Eltern keinerlei Einfluss mehr haben.

Wir werden es nicht hinnehmen, dass uns gebetsmühlenartig suggeriert wird, eine tägliche, stundenlange Nutzung von elektronischen Medien sei völlig normal.

Ist die massenhafte Abwanderung besonders von jungen Menschen aus dem realen Leben gewünscht, beabsichtigt oder wird sie sogar billigend in Kauf genommen?

Fragwürdig sind auch die Bemühungen von verschiedenen Seiten, Eltern nun ebenfalls in die Welt der Spiele (auch Gewaltspiele) zu entführen, wie im Spiegel vom 04.11.08 berichtet wurde. Manche LAN-Parties für Eltern (und sogar für Bundestagsabgeordnete!) sollten eher als Werbeveranstaltung für WoW denn als Aufklärungsveranstaltung zum Thema Suchtpotential deklariert werden.

Wir wünschen uns, dass das Suchtpotential etlicher Spiele (allen voran World of Warcraft), endlich als schwerwiegendes Problem erkannt wird, durch das unsere Gesellschaft zunehmend mehr Schaden nehmen wird. Die wirklich schwierigen Jahrgänge kommen erst noch. Was bislang sichtbar ist, ist nur die Spitze des Eisbergs. Über die immensen Probleme der sog. sozialen Netzwerke, über den Umgang mit den neuen Superhandys, die millionenfache Nutzung der Browsergames etc. wird im Zusammenhang mit Sucht bis jetzt noch gar nicht gesprochen und die Aggressionskriege in den Familien werden im Laufe der nächsten 12 Monate bisher ungeahnte Ausmaße annehmen, durch die Firmen Lego und Playmobil, die an der Fertigstellung von Onlinerollenspielen für Grundschulkindern arbeiten, die ähnlich aufgebaut sein sollen wie WoW. Wir fordern u.a. die Anerkennung der Onlinesucht als Krankheit und eine Höherstufung der Altersgrenzen. Zunehmend mehr junge Menschen verlieren die Kontrolle über ihren PC-Konsum und schließlich auch die Kontrolle über ihr Leben.

Zumindest wir Eltern wollen das so nicht länger hinnehmen.

DANKE