

Abgetaucht ins Netz

Hunderttausende flüchten sich Tag für Tag in virtuelle Welten – fast unbemerkt von der Gesellschaft

VON CHRISTOPH MANUS

Mehr als drei, vier Stunden Schlaf waren nicht drin. Zu groß die Angst, eine E-Mail zu verpassen. Noch vor dem Gang aufs Klo ließ er den Computer hochfahren, direkt in den SM-Chat. Die anderen Süchtigen waren schon da.

„Komasurfen“ nennt Michael B. es heute. Zehn bis 14 Stunden online war er damals täglich. Immer auf der Suche nach Treffen mit „devoten Frauen“. Sexsüchtig war er nicht, eher „sexsuchsüchtig“. Wenn eine Frau Interesse hatte, ließ er das Date meist platzen. Exzessiv nach Sexpartnern umgeschaut hatte er sich schon mit Anfang 20, Anzeigen geschrieben und beantwortet, oft nächtelang, hat handgeschriebene Zettel an Bushaltestellen geklebt. Später manchmal tausend Euro im Monat in Flirtlines vertelefontiert.

Mit dem Internet wurde es schlimmer. Geessen hat er nur noch notdürftig, so schnell wie möglich, getrunken umso mehr, Bier und Weißwein, natürlich am Computer. Gearbeitet hat der Rechtsanwalt kaum noch, keine Aufträge mehr angenommen, sich nicht mehr um Mandate bemüht. Seine damalige Freundin sah er nur am Wochenende. „Ich konnte versumpfen, ohne dass es einer merkt.“ Er war wie abgetaucht ins Netz. Einfach weg.

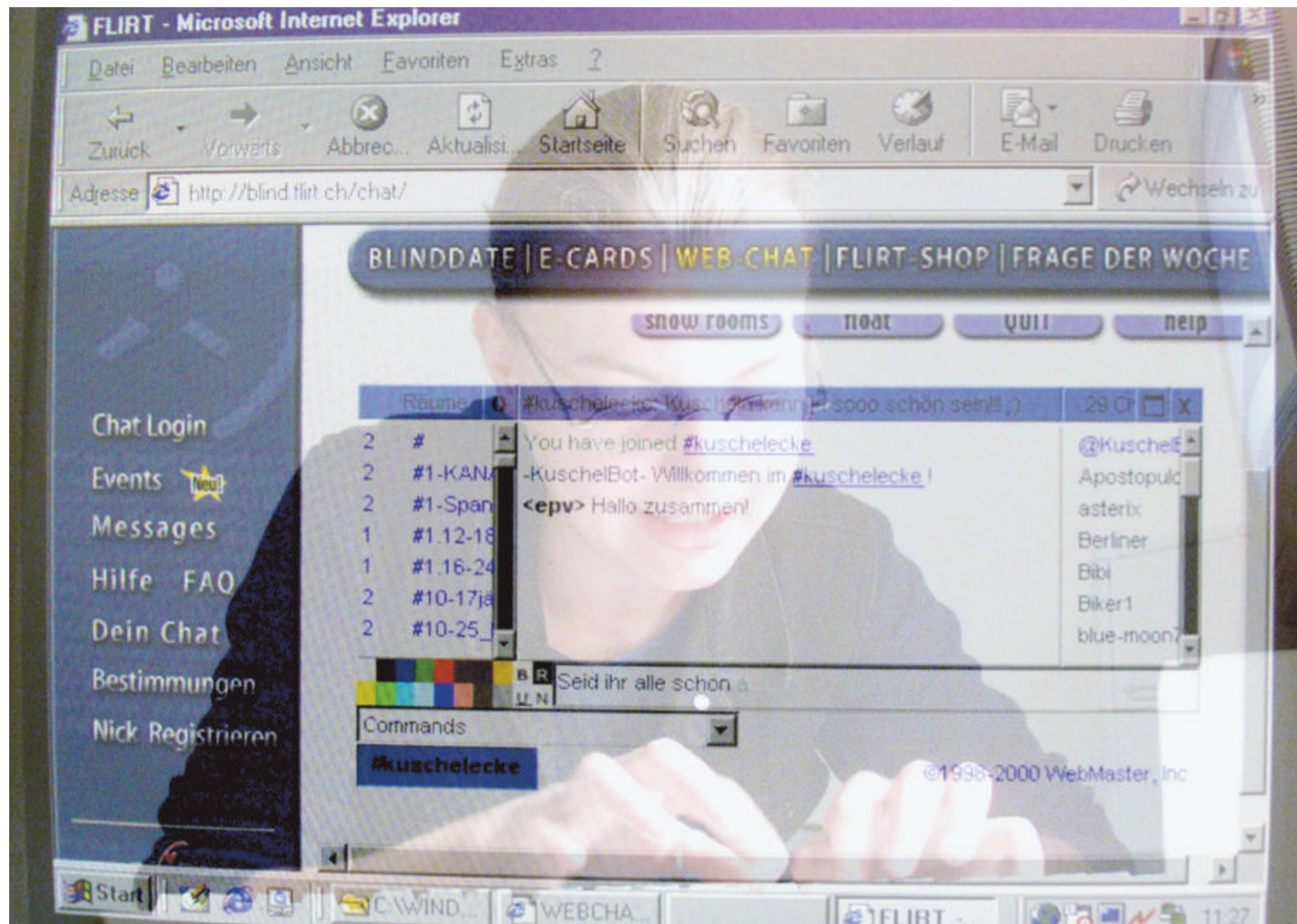
Hilferufe von Angehörigen

Wie viele Menschen ihre Zeit fast nur noch vor dem Computer verbringen, weiß niemand. Es gibt lediglich Schätzungen. Drei bis sieben Prozent der Deutschen sind danach internetsüchtig. Hochgerechnet gäbe es also 1,1 bis 2,6 Millionen Abhängige im deutschen Netz.

„Astronomisch hoch“, schätzt Michael B. die Dunkelziffer. Aus seinem früheren Online-Leben kenne er viele Süchtige. Menschen, die irgendwann gar einen Eimer neben den PC stellen, um ihn fürs Pinkeln nicht mehr verlassen zu müssen. Auch Suchtberater haben den Eindruck, dass mehr Leute wegen Internetsucht anrufen, wie bei jeder Abhängigkeit vor allem Angehörige. Eltern haben Angst, ihre Kinder an die „World of Warcraft“ zu verlieren. Sie müssen mit ansehen, wie diese für das Online-Rollenspiel ihre Hausaufgaben vernachlässigen, ihre Ausbildung oder ihr Studium abbrechen. Frauen verzweifeln, weil ihr Mann lieber vor dem Computer onaniert als mit ihnen zu schlafen.

Die Süchtigen selbst kommen selten in Beratungsstellen, zumindestens nicht wegen ihrer Internetabhängigkeit. „Sie stellen sich mit Studienschwierigkeiten oder Konzentrationsproblemen vor“, sagt Wilfried Schumann, der die psychosoziale Beratungsstelle von Universität und Studentenwerk Oldenburg leitet. „Wenn man dann nachhakt, merkt man, dass sie eigentlich ein Internetproblem haben.“ Einen erschreckenden Anstieg des Phänomens sieht auch Gabriele Farke, Betreiberin eines großen Internetforums zum Thema. Bis zu 130 000 Zugriffe habe die Seite www.onlinesucht.de im Monat. 14-jährige Onlinespieler, Sexsüchtige oder deren Angehörige schildern dort ihren Kampf gegen die Sucht und lassen sich von anderen Abhängigen oder Ex-Abhängigen ermutigen.

Farkes Forum hat sich als erste Anlaufstelle für Süchtige im Netz etabliert, sie nennt Therapeuten und Selbsthilfegruppen, Literatur zum Thema und Ausstiegstipps. Farke, früher selbst süchtig, unterstützt Ausstiegswillige zudem per E-Mail-Beratung, erstellt beispielsweise Zeitpläne mit ihnen. Seit zehn Jahren warnt sie bereits vor den Folgen des exzessiven Internetskonsums. „Familien brechen auseinander, Ausbildungen werden geschmissen, Freundschaften nicht



Im Internet lassen sich leicht Kontakte knüpfen. Warum müsse man sein Liebesglück dann noch aufwändig im Realleben suchen, denken sich manche Nutzer.

mehr gepflegt.“ Das Surfen am Arbeitsplatz koste die Arbeitgeber Milliardenbeträge.

Offline wird das Problem noch nicht wirklich wahrgenommen. Es gibt zwar einige lokale Anlaufstellen, meist Drogenberatungen, die sich der Süchtigen annehmen, spezialisierte Psychotherapeuten und Kliniken. Vernetzt sind diese jedoch nicht. Eine deutschlandweite Anlaufstelle fehlt. Das Problem: Die Internetabhängigkeit ist anders als etwa die Glücksspielsucht nicht von der Weltgesundheitsorganisation als Sucht anerkannt. Das Bundesgesundheitsministerium kann es sich deshalb leicht machen. „Nicht zuständig“, heißt es dort schlicht. Das Ministerium sammle deshalb auch keine Daten über das Phänomen, plane keine Modellprojekte. „Die Süchtigen zeigen eben keine Verhaltensweisen, die die Gesellschaft nötigen zu agieren“, sagt Wolfgang Schmidt,

Geschäftsführer der hessischen Landesstelle für Suchtfragen.

Alkoholikern, Heroinabhängigen sieht man ihre Sucht oft an. Bei Menschen, die exzessiv surfen, chatten oder Computerspielen, ist das anders. Höchstens die geröteten Augen verraten sie. Der PC ist fast für jeden auch Arbeitsplatz. Was jemand tut, wenn er „am Computer ist“, können Außenstehende nur schwer beurteilen. Auch den Nachschub für ihre Sucht, Pornofilme oder Computerspiele etwa, können sich Internetabhängige mühelos online besorgen. Wer seine Wohnung nur noch zum Einkaufen verlässt, fällt nicht groß auf.

In der virtuellen Welt eines Computerspiels, in ihren Stammchatträumen mögen die Vielsurfer Dutzende Freunde haben, offline, in der realen Welt, kennt sie niemand mehr. Sie sind einfach weg. Lost in Space.

„Landen wir irgendwann in einer Welt wie im Film Matrix? In der manche Menschen nur noch in der virtuellen Welt leben?“, fragt Bert te Wildt bereits.

Das Internet werde sich stark auf unsere Gesellschaft auswirken, glaubt der Psychiater, der selbst eine Figur im Online-Rollenspiel Second Life herumlaufen lässt. Gleichzeitig warnt er davor, das Medium zu verteuern. Die Gesellschaft müsse, wie bei jeder neuen Technologie, lernen, mit ihr umzugehen, den Spagat zwischen virtueller und realer Welt schaffen, sich zudem fragen, wieso sich mehr Menschen in eine virtuelle Welt zurückziehen. Das Internet hält te Wildt nicht für die Quelle des Übels, die Internetabhängigkeit – den Begriff Sucht lehnt er dafür ab – sei wohl meist nur ein Symptom für eine dahinterstehende psychische Erkrankung. 23 Internetabhängige hat der Wissenschaftler der Medizinischen Hochschule Hannover mit seiner Doktorandin Inken Putzig daraufhin untersucht. 80 Prozent wiesen ein depressives Symptom auf, bei anderen diagnostizierte er Angststörungen oder Persönlichkeitsstörungen.

Eine junge Patientin etwa eilte in einem Online-Spiel in ihrer Rolle als männlicher Unternehmer von Erfolg zu Erfolg, während sie offline, im ersten Leben, regelrecht vor die Hunde ging. Sie schlief kaum noch, vernachlässigte Ernährung und Körperhygiene, zahlte keine Miete mehr und ließ ihre Wohnung verwahrlosen. Das ging bis zum Realitätsverlust: Die Rollenspielenheiten begannen, die Kernidentität anzufressen, sie langsam zu überlagern. „Die Spieler verlieren sich in ihr Schattenleben“, sagt Bert te Wildt.

Michael B.s Freundin stellte ihn nach einigen Monaten zur Rede. „Entweder ich oder das Internet!“, forderte sie. Sie hatte ihn in einem Sex-Chatraum erwischt. Becker begann eine Therapie und wenig später den Entzug. Ganz raus aus den Chats. Riesige weiße Blätter hängte er auf, mit lauter Nullen. Für jeden Tag ohne Chat eine. Wie die Strichliste eines Gefangenen. Er hatte Schweißausbrüche und so ein „Ziehen hin zum Computer“.

Internetjunkies auf Entzug

Natürlich kam ein Rückfall. Zwei Jahre später, schlimmer als zuvor. Damals hat er dann das Trinken aufgegeben. Fünf Jahre ist das jetzt her. Der 53-Jährige ist inzwischen trocken, auch der Sog zu den Sexchats ist weg. Er lebt in einer Beziehung, erstmals monogam. „Man kann schnell da hineingeraten, aber auch wieder herauskommen.“

Das will auch Martin Zobel seinen Patienten vermitteln. Ganz pragmatisch versucht er, ihnen beim Ausstieg zu helfen. „Wenn jemand exzessiv den Computer nutzt, geht es in der Behandlung drum, das anzusetzen“, sagt der Koblenzer Psychotherapeut. Die Pornofilme auf dem Rechner werden gelöscht, die einschlägigen Links aus der Favoritenleiste entfernt, vielleicht auch der Browser von der Festplatte geschmissen. Gleichzeitig hilft er den Abhängigen im wirklichen, im ersten Leben, wieder Fuß zu fassen, ihre sozialen Defizite anzugehen.

Die Schwarzmalerei mancher Kollegen lehnt er ab. Die gesamtgesellschaftliche Situation sei durch das exzessive Surfen im Netz nicht gefährdet. „Wir werden nicht alle Internetjunkies.“

INFORMATIONEN UND HILFSANGEBOTE

■ **Erste Anlaufstelle im Netz** ist die Seite www.onlinesucht.de. Dort tauschen sich Abhängige, Gefährdete und Angehörige in einem gut besuchten Forum aus. Die Seite bietet Adressen von Therapeuten und zahlreiche Links und Berichte zum Thema. Seitenbetreiberin Gabriele Farke offeriert eine kostenpflichtige E-Mail-Beratung.

■ **Die verschiedenen Formen der Internetsucht** stellt die US-amerikanische Psychologin Kimberly S. Young auf ihrer englischsprachigen – Website vor (www.netaddiction.com). Dort gibt es auch Selbsttests. Ein übersetzter Test von Young findet sich zum Beispiel auf der

Homepage des Oldenburger Studentennetzes (www.studentenwerk-oldenburg.de/psb/internetsucht_test1.html).

■ **Zwei Selbsthilfegruppen** gibt es bisher. Gabriele Farke leitet eine fürs Hamburger Umland (FarkeGabriele@aol.com), Christa Schmitt eine Gruppe für Angehörige in Darmstadt (mssg-schmitt@web.de).

■ **Einige Kliniken und Therapeuten** haben sich auf Internetsucht spezialisiert. Etwa die Psychosomatische Fachklinik in Münchwiess (Saarland), das Fachkrankenhaus Nordfriesland in Bredstedt (Schleswig-Holstein) und das Münchner Therapiezentrum für Internet-Abhängige. CM

BLOGOSPHÄRE

Kampagne „Stasi 2.0“

VON MONIKA PORRMANN

Die Blogosphäre, dieses anarchische Netz meinungsfreudiger Internet-Autoren – so manches Unternehmen hat hier bereits einen PR-Gau erlebt. Aber können Weblogs auch politische Relevanz entwickeln? Ralf Bendrath wollte es testen. Wenige Tage vor dem Kabinettsbeschluss zur Vorratsdatenspeicherung rief der Politologe die deutsche Blogosphäre auf, die geplante Protokollierung von Verbindungsdaten zum Thema zu machen. Blogger sollten zuhause darüber schreiben, was sie davon hielten, wenn die Daten ihrer Telefon- und Mailkommunikation künftig für die Dauer von sechs Monaten gespeichert würden.

In den folgenden Tagen dokumentierte die Blog-Suchmaschine Technorati einen deutlichen Anstieg der Beiträge zu diesem Thema. „Das Gespenst ‚Terrorismus‘ dient letztlich dazu, unsere Verfassung von liberalen Grundsätzen zu entkernen“, kommentierte Jens Berger (www.spiegelstecher.com). „Ich habe zunehmend Angst vor dem Staat und der Gesellschaft, die im Moment um uns herum im Entstehen begriffen ist“, stand Marcel (rucksackreinigung.de). „Herr Schäuble hat es wirklich geschafft, die Bevölkerung von der Angst vor dem internationalen Terrorismus zu befreien. Jetzt hat die Bevölkerung nur noch Angst vor dem, was ihr Bundesinnenminister so treibt“, schreibt Thomas Wolf (thowolf.eu). Blogger wie Marnem Schoder (www.marnem.de) oder Kai Raven (blogkairaven.de) entwickelten Szenarien vom Alltag im Schatten des „Schäuble-Katalogs“. Rasante Verbreitung fand die Graffiti-Schablone mit Schäuble-Konterfei und dem Schriftzug „Stasi 2.0“, die Holger zum Herunterladen anbietet (www.data100.de).

Ralf Bendrath zeigte sich zufrieden: „Hier entsteht langsam eine bislang unterschätzte kurzfristige Kampagnenfähigkeit“, meint der Politologe. Die Regierung nahm davon indes keine Notiz. Im Kabinett wurde das Gesetz zur Vorratsdatenspeicherung wie geplant verabschiedet.

LINKS: <http://www.vorratsdatenspeicherung.de>, www.spiegelstecher.com, <http://rucksackreinigung.de>, <http://thowolf.eu>, www.marnem.de, <http://blog.kairaven.de>, www.data100.de

Mehr dazu unter www.fr-online.de/blogosphaere

TERMIN

Konfliktlösung in interkulturellen Kommunen • Freitag, 4. Mai, bis Sonntag, 6. Mai • Haus der Begegnung Bonn • Die kulturelle Vielfalt in unserer Gesellschaft nimmt zu – mit allen Chancen und Schwierigkeiten. Der Trainingsworkshop, den die Evangelische Akademie im Rheinland in Kooperation mit dem Bund für Soziale Verteidigung organisiert, will drei neue Ansätze der Konfliktbearbeitung vorstellen. Da geht es um „Kultur-dolmetscherinnen“ in Göttinger Stadtteilen, um ein slowakisches Roma-Integrationsprojekt, um die „Thérapie sociale“ nach französischem Vorbild. Ziel ist es, das Bewusstsein für die eigenen kulturellen Werte zu sensibilisieren und den Respekt vor fremden Werten zu entwickeln. FR

KONTAKT: Jörgen Klusmann, Telefon: 0228-9523204, joergen.klussmann@akademie.ekir.de

Bestellen Sie jetzt kostenfrei das neue FR REISEN MAGAZIN mit den schönsten Leserreisen für 2007.

LESERREISE DER WOCHE

Buchen Sie jetzt eine der schönsten Reisen aus unserem FR REISEN-Angebot.

BUCHUNGSHOTLINE: 01805 / 20 14 20*
INTERNET: www.fr-online.de/reisen

Frankfurter Rundschau
FR REISEN



Kunst und Lebenskunst, Kultur und Natur ergänzen sich perfekt auf dieser Reise durch das Baskenland, nach Navarra und Aragón. Übernachtet wird in einem guten 3-Sterne-Hotel sowie in stillen Paradores – ehemals Herbergen von Königen, Fürsten und Pilgern.

IM PREIS ENTHALTEN: Lufthansa-Flug nach Bilbao und zurück in der Touristenklasse, 3 Übernachtungen im sehr guten 3-Sterne-Hotel in Bilbao, 4 Übernachtungen in den Paradores von Lerma und Sos del Rey, Halbpension (7x Frühstücksbuffet, 1 Pinxto-Mittagssnack, 1 Abendessen im Hotel, 4 Abendessen inklusive Tischgetränke in den Paradores und 1 Abschiedsabendessen), 2 Kellereibesuche und Weinproben im Ribeira del Duero und im Rioja, Transfers, Ausflüge und Rundreise im bequemen Reisebus mit Klimaanlage, speziell qualifizierte Studiosus-Reiseleitung, Reiseunterlagen mit einem Kunstreiseführer pro Buchung, Eintrittsgelder (im Wert von 50 Euro) und Gruppentrinkgelder. Nicht im Reisepreis enthalten sind Getränke, Trinkgelder für Busfahrer und Reiseleiter sowie Reiseversicherungen.

Termin: 25. September bis 2. Oktober 2007
Preis: ab 1895 Euro pro Person im Doppelzimmer

335 Euro Einzelzimmerzuschlag
CODE: XI-BI01
VERANSTALTER: STUDIOUS GRUPPENREISEN GMBH

Den Jakobsweg entlang, ins Rioja und durch das Baskenland

Entdecken Sie die prächtigen Kathedralen und sagenumwobenen Klöster auf der Wallfahrtsroute der Jakobspilger, genießen Sie die Fahrt durch die malerischen Weinberge im Rioja – und bestaunen Sie das spektakuläre Guggenheim-Museum in Bilbao.

Buchungsstellen ganz in Ihrer Nähe: Aschaffenburg, Fabrikstr. 1a, KARSTADT-Reisebüro • Bad Homburg, Louisenstr. 91-95, KARSTADT-Reisebüro • Berlin, Schlossstr. 78-82, DIAMIR Reisebüro (im Globetrotter) • Darmstadt, Elisabethenstr. 15, KARSTADT-Reisebüro • Dreieich Sprenndingen, Hauptstr. 26, Reisebüro Moll GmbH • Frankfurt, Zeil 90, KARSTADT-Reisebüro • Frankfurt, Rossmarkt 12, Reisebüro am Rossmarkt • Frankfurt, Walther-von-Cronberg-Platz 2-18, FR SHOP im Colosseo • Frankfurt, Schillerstr. 16, Freizeitreisen GmbH • Freigricht, Oberwiese 13, Reisebüro Christel Schäfer • Friedberg, Haagstr. 7, DERPART Reisebüro Messerschmidt, • Fulda, Universitätsplatz 2, KARSTADT-Reisebüro • Gießen, Seltersweg 64, KARSTADT-Reisebüro • Hanau, Flugborse, Am Freiheitsplatz 14 • Kassel, Königsplatz 11 im City Point, KARSTADT-Reisebüro • Kronberg/Taunus, Frankfurter Str. 9, Reisebüro Kronberg GmbH • Limburg, Werner-Senger-Str. 15-17, KARSTADT-Reisebüro • Mainz, Höfchen 1, KARSTADT-Reisebüro i.H. Weymeyer • Mainz, Ludwigstr. 12, KARSTADT-Reisebüro • Mannheim, K1 1-4, KARSTADT-Reisebüro • Maintal Bischofsheim, Rumpfenheimer Weg 2, TUI ReiseCenter • Nauheim, Waldstr. 57, Reisebüro Rhein-Main • Oberursel, Adenauerallee 16, Reisebüro Gerech • Rüsselsheim, Marktstr. 29, Reisebüro Rhein-Main • Saarbrücken, Bahnhofstr. 15, KARSTADT-Reisebüro • Schöneck, Frankfurter Str. 16, Siebenmeilendiefl REISEBÜRO • Sulzbach, Main-Taunus Zentrum, KARSTADT-Reisebüro • Viernheim, Robert-Schumann-Str. 2, KARSTADT-Reisebüro • Wiesbaden, Kirchgasse 35-43, KARSTADT-Reisebüro • Druckfehler vorbehalten

Tel. 01805 / 20 14 20 (14 Cent/Min. aus dem deutschen Festnetz) www.fr-online.de/reisen