



Mit seinem Betreuer Magnus Hofmann (l.) analysiert Jan das Suchtpotenzial seines früheren Lieblingsspiels Counter Strike

Der junge Mann mit dem Dreitagebart steht am Rand einer schmalen Holzplattform, zu seinen Füßen geht es neun Meter in die Tiefe, Schweiß rinnt ihm unter dem Helm die Schläfen entlang. Vor ihm liegt ein blauer See, über dem ein Seil im Wind schwingt. Dahinter ein dicker Mulchhaufen. Der 22-Jährige fixiert das Ziel am Ende der Seilbahn.

In Computerspielen wie Counter Strike würde er jetzt zwei Tasten drücken: mit W geht es nach vorn, mit der Leertaste wird gesprungen. Doch an diesem Freitag ist alles total real. Jan* umklammert das Seil am Klettergurt so fest, dass die Knöchel weiß hervortreten. „Ha!“, schreit er und springt.

Eigentlich wollte er an diesem Tag gar nicht mitkommen: die Höhe. Die Anstrengung. Der Druck. Er befindet sich nun trotzdem in einem Kletterwald bei Dortmund.

aufgestellt haben, soll den jungen Menschen zurück in eine Welt helfen, in der sie echten Menschen begegnen, frische Luft atmen, reale Mutproben bestehen. Außerdem wollen Wissenschaftler und Therapeuten mit dem Projekt herausfinden, wie man Mediensucht heilt. Nach einer Studie des Gesundheitsministeriums sind mehr als eine halbe Million Deutsche so abhängig von Computerspielen, sozialen Netzwerken und dem Internet, dass sie eine Behandlung brauchen.

Im Handbuch amerikanischer Psychiater, dem Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM), sind neun Kriterien aufgeführt, von denen fünf über einen Zeitraum von einem Jahr hinweg zutreffen müssen, damit eine ernst zu nehmende Sucht vorliegt. Zu den Merkmalen zählen: gedankliche Eingenommenheit, Toleranzentwicklung, Entzugssymptome,

oder die Abhängigkeit von sozialen Netzwerken wie Facebook. „Gamer erregen aber die größte Aufmerksamkeit“, sagt Hans-Jürgen Rumpf von der Deutschen Gesellschaft für Suchtforschung und Suchttherapie.

Im Auxilium Reloaded, der Wohngemeinschaft, zu der Jan gehört, leben bislang nur Jungen. Das Gebäude liegt an einer Hauptstraße gegenüber einer Sporthalle, die schon vor Jahren schließen musste. Der Neubau ist glatt verputzt, das Erdgeschoss knallorange gestrichen. Dort betreut Magnus Hofmann als therapeutischer Leiter mit zwölf Sozialarbeitern seit Oktober 2014 die Jugendlichen und jungen Erwachsenen.

Am Morgen sitzt er im kahlen Konferenzraum der Einrichtung und sagt: „Die meisten der Jungs kommen zu uns, weil das Jugendamt aufmerksam wird, wenn jemand die Schule schwänzt, weil er den ganzen Tag zockt.“ Viele seien im realen Leben „sozial nicht fest integriert“, eher kontaktscheu und isoliert.

Manche Bewohner haben Angst vor Menschen entwickelt und trauen sich in den ersten Wochen nicht einmal, Brötchen kaufen zu gehen. Sie müssen wieder lernen, den Alltag zu bewältigen. Erst danach beschäftigen sich Bewohner und Therapeuten mit der Sucht. Hofmann sagt: „Computerspiele an sich sind ja kein Problem. Wir arbeiten deshalb zunächst an den tiefer liegenden Themen. Langfristig geht es uns um den Aufbau von Selbstbewusstsein und Selbstdisziplin.“

Im Auxilium gibt es kein WLAN, sondern einen Werk- und einen Fitnessraum. Die Handys der Bewohner liegen verschlossen im Büro der Sozialarbeiter. Ein Zettel an der Pinnwand im Flur hält Dienste und Regeln fest: „In den Bewohnerzimmern sind keine Medien außer ein MP3-Player erlaubt.“ „Fernsehen nicht ohne Absprache!“ Jan darf drei Stunden am Tag Medien nutzen. Meist schaut er dann japanische Serien. Sein Zimmer ist klein und schlicht möbliert wie in einer Jugendherberge. Im Regal überm Bett steht der „Survival Guide für echte Kerle“ neben Fantasy-Romanen.

Als Jan zum Ende der Grundschulzeit einen eigenen Rechner bekam, war zunächst noch alles in Ordnung. Das erste Spiel war das Burgenbau-Strategiespiel „Stronghold“. Darauf folgte die Lebenssimulation „Die Sims“. „Da habe ich nur mal eine Stunde am Tag mit einem Freund vor dem Röhrenmonitor gesessen“, sagt er.

Wenn Jan von Spielen redet – von seinem ersten Spiel, von Spielen vor zehn Jahren, von Spielen in 20 Jahren –, strahlen seine blauen Augen unter dem hell-

INTERNETSUCHT

ZURÜCK IN DIE ECHTE WELT

Wer ständig wie ein Junkie Onlinespiele spielt, kommt oft nicht mehr mit dem realen Leben zurecht. In einem Wohnheim lernen junge Menschen, dass es auch ohne WLAN geht. Viel besser sogar

Sein Therapeut und seine Betreuer haben ihn motiviert. Jan soll das wirkliche Leben spüren, in allen Facetten. Jan ist medien-süchtig. Im November 2015 kam er in der Einrichtung „Auxilium Reloaded“ in Dortmund-Aplerbeck unter, in der 14 Jugendliche und junge Erwachsene bis zu zwei Jahre lang zusammenleben. Es handelt sich um Deutschlands erstes betreutes Wohnheim für besonders schwere Fälle von Computersucht.

Das Angebot, das die Malteser Werke und das Jugendamt Dortmund gemeinsam

der Verlust von Interessen und ein Vertuschen der Abhängigkeit.

Etwas ein Prozent aller Deutschen gilt als internetabhängig. Unter 14- bis 16-Jährigen ist der Anteil mit vier Prozent am höchsten. Mädchen sind ebenso häufig süchtig wie Jungen. Während die Jungen öfter zu Computerspielen neigen, verlieren sich Mädchen eher in Online-Netzwerken.

Noch gilt die Sucht im DSM aufgrund der dünnen Datenlage nur als mutmaßliches Krankheitsbild, genannt „Internet-Gaming-Disorder“. Der Begriff bezieht sich dabei nicht nur auf Onlinespiele, sondern auch auf die Gier nach Netz-Pornografie

Von David Sahay

FOTO: FRANK SCHULTZE/ZEITENSPIEGEL

* Name von der Redaktion geändert



Bei der Arbeit in der Fahrradwerkstatt hat Jan Erfolgserlebnisse. In seinem Zimmer vertreibt er sich abends die Zeit mit Lesen

braunen Pony. Süchtig wurde er mit 17, in den Sommerferien. „Ich hatte nichts zu tun“, sagt er. Zu Hause in seinem Zimmer spielte er immer häufiger den Onlineshooter Counter Strike. Erst vor allem nachmittags, dann immer weiter in die Nacht hinein. Wichtiger als das Spielen waren Jan die Kontakte, die sich in der Computerwelt ergaben. In ihr fand er schnell Freunde, im realen Leben ist er eher unscheinbar. „Irgendwann habe ich nur noch mit denen geschattet“, nuschelt Jan. Die Gespräche gingen manchmal bis vier Uhr morgens. „Die anderen waren aus Portugal, Malaysia, eigentlich von überall.“

Zu Hause fiel zunächst niemandem etwas auf. Dann entging Jan ein Ausbildungsplatz als Teichwirt, weil er im Praktikum über den Brutkästen für Fische eingeschlafen war. Im Gespräch mit der Mutter erklärte der Chef, man müsse Sorge haben, dass ihr Sohn vor Müdigkeit in den Teich fällt. Jan könne nicht eigenverantwortlich arbeiten. „Dass etwas nicht stimmt, war mir klar, aber ich wusste noch immer nicht, woran es lag“, sagt die 44-Jährige, die ihren Sohn allein erzieht.

Sie bemühte sich, ihn zu disziplinieren. Schickte ihn früh ins Bett, kam morgens in sein Zimmer und weckte ihn auf. Trotzdem schaffte Jan es danach nur übermüdet und verspätet in den Unterricht eines Kurses zur Berufsvorbereitung. In den Frühstückspausen schlief er regelmäßig ein. „Irgendwann habe ich gemerkt, dass Jan nachts wieder den Computer anmachte und heimlich ohne Licht mit Kopfhörern weiterspielte.“ Erst ein Bildungsbegleiter, der bei der Suche nach einer neuen Aus-

bildung helfen sollte, brachte es auf den Punkt: „Der Junge ist computersüchtig. Er braucht eine Therapie.“

„Dass es eine Computersucht gibt, war mir bis dahin nicht bewusst“, sagt seine Mutter. Sie war erleichtert damals, dass es eine Diagnose für Jans Probleme gab. Sie

JAN SPÜRTE, DASS ER ALLEIN NICHT LEBEN KANN

stellte ihn vor die Wahl: eine Therapie oder eine eigene Wohnung. Jan entschied, dass er allein nicht leben könne. „Da bin ich ihm um den Hals gefallen, mir kamen die Tränen“, erinnert sich die Mutter. In seinem früheren Zuhause hat sich in Sachen Computer seither viel verändert. Seine drei jüngeren Brüder dürfen nur noch an zwei Laptops im Wohnzimmer. Abends müssen sie ihre Smartphones abgeben. Wenn Jan einmal im Monat Wochenendausgang hat, spielt er mit ihnen auf der Xbox Fifa.

Forscher Rumpf, der auch die Studie des Gesundheitsministeriums leitet, sagt: „Es ist eine besondere Herausforderung, Mediensucht zu behandeln, weil es nicht um Abstinenz gehen kann wie bei Alkohol.“ Jan wird privat und beruflich weiter Laptop, Computer und Smartphone benutzen müssen. Er soll deshalb Strategien entwickeln, um mit den Reizen umgehen zu können.

An der Uniklinik in Bochum gibt es bereits seit 2012 eine „Medienambulanz“. Dr. Bert te Wildt, der Leiter, vermittelt immer wieder Patienten an das Auxilium. „Es

müsste mehr solcher Angebote geben“, sagt er. In Dortmund wird die Therapie, die für ein Jahr knapp 90 000 Euro kostet, vom Jugendamt übernommen. Weil es sich um eine Rehamaßnahme handelt, wären eigentlich die Rentenversicherer zuständig. Sie erkennen nur als Krankheit an, was im Diagnose-Katalog der Internationalen statistischen Klassifikation der Krankheiten, dem ICD 10, steht.

Die Ärzte behelfen sich deshalb mit Krücken. Statt einer Computerspielsucht diagnostizieren sie eine „Impulskontrollstörung“. Soll heißen: Der Impuls, Computer zu spielen, kann nicht kontrolliert werden.

Te Wildt hat Anfang September Deutschlands erste Onlineambulanz für Internetsüchtige eingerichtet. Unter www.online-sucht-ambulanz.de können Betroffene oder Angehörige einen kurzen Selbsttest machen. Erhärtet sich der Verdacht, können sie zwei Onlinesprechstunden via Webcam mit einem Therapeuten vereinbaren. In ihnen wird besprochen, wie es weitergeht, welche Wege zurück in die wirkliche Welt es gibt. Te Wildt sagt: „Nach dem anonymen Selbsttest braucht es eine Entscheidung. Wer wirklich etwas ändern will, muss sich selbst trauen.“

Sein Mut hat den 22-jährigen Jan weit gebracht. Neben der Therapie im Auxilium hat er noch mal ein Praktikum begonnen – und vor Kurzem eine Lehre als Karosseriebauer. Am Ende des Abenteuers im real existierenden Hochseilgarten sitzen die Jungen im Halbkreis unter einem Sonnenschirm. Jan begutachtet eine ganz und gar nicht virtuelle Schramme an seinem Unterarm. ✘