

### Gezielt fragen

Hinweis auf Sucht

Der Hirnforscher Gerald Hüther, Mit-Autor des Buchs über Computersucht, wundert sich nicht, dass junge Menschen sich nach virtuellen Bewährungsproben sehnen. Walter Schmidt hat mit ihm gesprochen.

**H**err Hüther, was können besorgte Eltern ihre Kinder fragen, um herauszufinden, ob diese stichtig nach Computerspielen oder nicht davor sind?

Die geschickteste Frage wäre die, worauf das Kind oder der Jugendliche eigentlich stolz ist. Wenn die Eltern dann eine Antwort erhalten, die nur noch mit Computerspielen zu tun hat, wäre dies ein deutliches Zeichen, dass ihr Sprössling sich auf der falschen Ebene ins Leben hinein orientiert – nämlich auf der virtuellen. Das kann sich dann so anhören: „Ich bin stolz darauf, dass ich in meiner Computergemeinde einen so hohen Rang erreicht habe.“

Sie erwähnen Extremfälle, wo Computersüchtige ihre Lebensbedürfnisse und ihren realen Körper so sehr vernachlässigt haben, dass sie vor dem Computer verhungert oder regelrecht vertrocknet sind.

Diese Fälle stammen aus Südostasien, und es sind beziehungsweise keine Kinder oder Jugendliche gewesen – um sie scheint sich noch jemand zu kümmern.

Aus diesen Fallbeispielen folgern Sie, es sei an der „Zeit, dass wir aufwachen“, sonst könnten „wir alle nicht mehr in der realen Welt leben“. Ist das nicht übertrieben?

Die Menschheit wird schon überleben. Aber wir in der westlichen Welt haben ein Riesenproblem: Wir haben nicht nur zu wenig Kinder, sondern von diesen wenigen Kindern gehen viele einen Weg, der sie als tat-



Gerald Hüther.

kräftige Mitglieder dieser Gesellschaft ausschließt. Sie werden zu Sozialfällen. Und eine Gesellschaft stirbt immer aus durch die Unfähigkeit der Nachkommen, den Staffelstab zu übernehmen.

Auffällig an den Fallbeispielen ist, dass die Väter im Leben der Kinder abwesend sind oder zumindest keine Rolle zu spielen scheinen. Ist das Zufall?

Es gibt zwei wesentliche Auffälligkeiten: Einmal sind deutlich mehr Jungs als Mädchen von Computersucht betroffen. Und zum Zweiten scheinen betroffene Jungs ein besonders großes Bedürfnis zu haben, sich Aufgaben zu suchen, an denen sie wachsen können. Offenbar hatten früher einmal Väter die Funktion, ihren Söhnen Vorbilder zu sein und Maßstäbe zu setzen, worauf es im Leben ankommt. Möglich, dass Väter das nicht mehr richtig können.



Jugendliche hocken wie gebannt vor dem Rechner und finden den ersehnten Kick nur noch in der Scheinwelt auf dem Bildschirm.

Foto: Waldhäusel

## Im Sog des Computers

Die Sucht nach der virtuellen Welt ist für Jugendliche der Ausstieg aus dem wahren Leben

Von Walter Schmidt

Eine wachsende Zahl von Kindern und Jugendlichen, vor allem Jungen, hocken täglich etliche Stunden lang wie festgenagelt vorm Computer. Sie durchleben in hektischen Scheinwelten sonderbar erscheinende Abenteuer und Bewährungsproben. Darüber vergessen sie bisweilen das Essen und meiden reale Kontakte. Und die Lust am virtuellen Spiel verändert ihr Hirn.

**E**ine glückliche Kindheit klingt anders: „Sie verlassen selbst bei schönstem Wetter ihr Zimmer nicht mehr, hocken wie gebannt vor dem Computer, sie vernachlässigen ihren Körper... sie essen wenig und widerwillig, sie schlafen kaum... Übermüdet und desinteressiert sitzen sie in der Schule... letztlich empfinden sie ihre soziale Umwelt als Last.“

Die düsteren Zeilen stammen aus dem neuen Buch „Computersüchtig – Kinder im Sog der modernen Medien“ (Walter Verlag, 18 Euro). Es warnt vor den oft lebensbestimmenden Folgen eines Abdriftens in virtuelle Existenzen – vor dem schleichenden Ausstieg aus dem wahren Leben. Geschrieben haben es der Erziehungswissenschaftler Wolfgang Bergmann, Leiter des Instituts für Kinderpsychologie und Lerntherapie in Hannover, sowie Gerald Hüther, Professor für Neurobiologie an der Universität Göttingen.

Der Hirnforscher selbst sagt über das spannende, verständlich geschriebene Buch, er habe „noch nie so eine Gesellschaftskritik geschrieben wie diese“. Am Ende habe er „deshalb selber tief durchatmen müssen“. Denn es geht „nicht nur um die Computersucht, sondern um die ganze Problematik der Abhängigkeiten“. Vor allem

aber geht es um ein folgenschweres Versagen der Eltern, der Schule und der Politik.

Ob hundert- oder zweihunderttausend – wie viele Kinder und Jugendliche in Deutschland computersüchtig sind, vermag niemand seriös zu beziffern. „Zwar steigt von Jahr zu Jahr die Zahl derer, die in psychiatrischen Kliniken behandelt werden müssen, aber welche Dunkelziffer sich hinter diesen Extremfällen verbirgt, lässt sich nur schwer abschätzen“, sagt Hüther. Sein Mitautor Wolfgang Bergmann stellt in seiner Therapie-Praxis jedenfalls fest, „dass immer mehr Eltern kommen, die völlig ratlos sind, weil ihre Kinder den ganzen Tag vor dem Computer sitzen und nicht mehr davon wegkommen.“

Auch dass Computersüchtige eher unauffällig sind, macht die Sache nicht einfacher. Sie hinterlassen keine Spritzbestecke, Schnapsflaschen oder Zigarettenskippen. Nur selten wird die Sucht so offenkundig wie in einem Fall aus Deutschland, der noch nicht lange zurückliegt. Da zertrümmerte ein 15-Jähriger die Wohnung seiner Eltern in einem mehrstündigen Wutanfall, weil sein Computer wegen eines Stromausfalls mitten im Spiel schlapp gemacht hatte.

Einfacher lässt sich bestimmen, wo die Freude am Computerspiel endet und die Sucht beginnt. „Der Umschlagpunkt ist erreicht an der Stelle, wo die Betroffenen sich in der Wirklichkeit nicht mehr zu Hause fühlen, wo sie sich in ihren virtuellen Welten wohler und heiler zu fühlen beginnen als im wahren Leben“, berichtet Hüther. In der Realität kämen Betroffene dann „nicht mehr zurecht“.

Kein Wunder, denn ihr nach Reizen gerientes Hirn passt sich an die in Computerspielen gestellten Aufgaben und gebotenen Belohnungen an – „es verändert sich nachweislich“, sagt Hüther. Allmählich wird das Oberstübchen fürs wahre Leben unpassend – alles dort geht zu langsam und wird langweilig. Den ersehnten Kick gibt es nur noch in der Scheinwelt auf dem Bildschirm. Der Spieler zieht sich aus Familie und Freundeskreis zurück.

Doch wieso können das beliebte „World of Warcraft“ oder andere Kampf-, Strategie- und Monsterrspiele

mit ihrem scheinbar heillosen Durcheinander junge Menschen derart in ihren Bann ziehen? Am verführerischsten sind Hüther zufolge Online-Spiele, bei denen man sich einen persönlichen Stellvertreter aufbaut. „Ihn stattet man mit allen möglichen Eigenschaften und Fähigkeiten aus“, berichtet der Göttinger Hirnforscher. So entsteht ein Wunsch-Ego.

Doch dann müssen die Spieler „unglaublich aufpassen, dass ihnen nicht irgendjemand anderer diesen Typen demontiert“, weil ja online gespielt werde. „Sie gehen dann oftmals gar nicht wieder weg vom Computer, weil sie Angst haben, dass ihnen das, was sie so mühevoll aufgebaut haben, innerhalb von zwei Minuten wieder kaputtgemacht wird.“

Worin der Reiz der virtuellen Spiele liegt, ist für Hüther klar: „In den virtuellen Welten suchen sich Kinder und Jugendliche selbst Aufgaben, an denen sie über sich hinauswachsen können.“ Frage klar: „In den virtuellen Welten suchen sich Kinder und Jugendliche selbst Aufgaben, an denen sie über sich hinauswachsen können.“ Frage klar: „In den virtuellen Welten suchen sich Kinder und Jugendliche selbst Aufgaben, an denen sie über sich hinauswachsen können.“

Denn an Pflichten wie Schulaufgaben oder Hausarbeiten könne man „nicht über sich hinauswachsen, darin kann man sich höchstens fügen“. Jugendliche wollen aber Aufgaben finden, die ihnen nicht vorgegeben werden. „Und je stärker das, was Jugendliche tun, die Erwachsenen abstößt, um so besser eignet es sich für sie als Aufgabe“, fügt Hüther hinzu.

Für Bergmann und ihn sind keineswegs die Computer mit ihren speziellen Möglichkeiten schuld daran, dass etliche Kinder und Jugendliche kaum noch davon loskommen. „Unser Buch ist kein Buch gegen Computer“, betont Hüther. Computer böten eine „wunderbare Technik“, die das menschliche Gehirn „zum Beispiel von viel Merkmalt entlastet“, den man sich jetzt jederzeit im Netz zusammensuchen kann. „Nicht die Computer machen Kinder und Jugendliche

abhängig, sondern jene in den Kindern steckende Schwäche, die wir Erwachsenen erzeugt haben“, findet der Wissenschaftler.

Dabei geht es nicht um zu wenig Muskeln – obwohl auch hier einiges im Argen liegt. Es geht um fehlende Bewährungsproben, um Herausforderungen, vor denen der Nachwuchs sich anfänglich ängstigt, um sie dann mit Mut und Stolz zu meistern. „Mehr und mehr Kinder vermissen in der von uns gestalteten Lebenswelt etwas ganz Entscheidendes – nämlich Möglichkeiten, ihre wirklich wichtigen Bedürfnisse zu stillen“, sagt Hüther. Weil dies oft misslänge, „suchen sie Ersatzbefriedigungen“. So werden Computerspiele, zu dem, was für Beinamputierte die Krücke ist – ein Bedürfnis, das aus einem Mangel entsteht.“

Doch worin läge eine Lösung? Nach Ansicht der Buchautoren sollten Eltern und andere Erzieher für etwas sorgen, was viele Heranwachsende eher in Computerspielen finden – zum Beispiel „klare und verlässliche Strukturen und Regeln“, die allein zum Ziel führen; „selbstständige Entscheidungen“, für die man allein verantwortlich ist; außerdem „aufregende Entdeckungen und spannende Abenteuer“. Wichtig seien zudem „erreichbare Ziele“ und „Vorbilder zum Nachemfern“ sowie „Gefahren und Bedrohungen, die man überwinden kann“.

Denn auch der junge Mensch lebt nicht vom Brot allein. „Was Kinder süchtig macht, ist das durchorganisierte, in jeder Hinsicht abgesicherte, kontrollierte, verplante und bis in jede Minute ausgefüllte Leben“, beklagt Gerald Hüther. Im Bemühen, „die Kinder so gut wie möglich auf das spätere Leben vorzubereiten, haben wir die Erziehungseinrichtungen zu perfekt organisierten und reibungslos funktionierenden Friedhöfen gemacht“, kritisiert Hüther. Computer böten eine „wunderbare Technik“, die das menschliche Gehirn „zum Beispiel von viel Merkmalt entlastet“, den man sich jetzt jederzeit im Netz zusammensuchen kann. „Nicht die Computer machen Kinder und Jugendliche

„Was Kinder süchtig macht, ist das minutiös verplante Leben.“