

Droge Internet: Die Cyberjunkies kommen

Von Marianne Kestler

Eine Millionen Deutsche sind internetsüchtig« verkündeten Medienberichte im März 2003. Die Psychologen der Berliner Humboldt-Universität hatten die Ergebnisse einer umfassenden Umfrage veröffentlicht. 41 Millionen Bundesbürger nutzen regelmäßig das Internet. Das ist fast die Hälfte der Bevölkerung. Aus dem beruflichen und privaten Alltag ist das Netz kaum noch wegzudenken – und nun soll es auch noch krank machen?

Dabei ist die Entdeckung der Berliner Psychologen längst nichts Neues mehr. Schon seit Mitte der 1990er Jahre beschäftigt das Phänomen der »Net Addiction«, »Online Addiction«, »Internet Addiction Disorder« (IAD), »Pathological Internet Use« (PIU) oder »Cyberdisorder« Wissenschaftler und Medien. Seitdem wird es auch kontrovers diskutiert. Denn: Noch fehlen fundierte und repräsentative psychologische Forschungsarbeiten darüber, ob es sich bei der exzessiven Internetnutzung überhaupt um eine Suchterkrankung im Sinne gültiger Diagnosekriterien handelt.

»Spielfeld« für Psychologen?

Geprägt hat den Begriff »Internet Addiction Disorder« 1995 der New Yorker Psychiater Dr. Ivan Goldberg. Seinerzeit selbst bereits seit 20 Jahren im Netz, veröffentlichte er zum Scherz einen Kriterienkatalog, woran man die Internetsucht erkenne. Doch der vermeintliche Gag wurde zum Selbstläufer. Spätestens seit die New York Times 1995 die »Internet Addiction« zum Thema eines längeren Artikels machte, tummeln sich zunehmend Psychologen und Medien auf dem Spielfeld der neuen Cyberkrankheit. Das erinnert zunächst an die Panikwelle der 1960er, als man mit dem Einzug des Fernsehens den gesellschaftlichen Untergang prophezeite. Einige Jahre und viele Studien später hatten sich hier die Wogen wieder geglättet. Aber lässt sich die interaktive Nutzung des Mediums Internet mit dem passiven TV-Konsum vergleichen?

Die amerikanische Psychologin Kimberley Young von der Universität Pittsburgh hält die Internetsucht für ein weit verbreitetes und ernst zu nehmendes Problem. Sie hat bereits in den 1990er Jahren Umfragen und Studien durchgeführt und dabei als Kriterien die der Glücksspielsucht zugrunde gelegt. Weitere wissenschaftliche Untersuchungen folgten. Doch die Ergebnisse weichen stark voneinander ab. Während einige amerikanische Studien die Anzahl der Cyberjunkies unter den Netznutzern auf 13 bis 17% schätzen, kommt die jüngste Umfrage der Berliner Humboldt-Universität auf eine weit geringere Zahl. Lediglich 2,5 bis 3% der Befragungsteilnehmer erfüllen dort das Kriterium der Internetsucht. Diese Schwankungen bei den Ergebnissen erklärt der Berliner Psychologie-Professor Matthias Jerusalem damit, dass es weltweit kein zuverlässiges Instrument zur Diagnose der

senshaftler. Ich bin da vorsichtiger, denn ich kenne Menschen, die länger online sind und sich trotzdem nicht als süchtig bezeichnen. Ein Schüler, der von Nachmittag bis Mitternacht vorm PC sitzt, hat ein Problem. Den »klassischen« Süchtigen gibt es nicht. Auffällig ist die Vernachlässigung von Familie und Freunden.« Zweieinhalb Jahre lang nutzte Farke unter dem Namen »Hexenkuss« jede freie Minute im Netz, bis sie schließlich durch ihr zwanghaftes Dauerchatten den Job verlor. Ihre Onlinesucht hatte sämtliche Zeit und Energie für andere Aktivitäten verschlungen.

Ob »echte« Krankheit oder nicht – wenn die exzessive Netznutzung für Betroffene zum Problem wird, brauchen sie Hilfe. Viele Suchtberatungsstellen bieten inzwischen Gespräche und Therapievermittlung für Internetsüchtige an. Doch der Schritt zum Berater ist schwer. Oft ist es dann schon zu spät. Deswegen wollen Mediziner jetzt die permanente Surflust für einen neuen Therapieansatz nutzen, erklärt der Leiter der Sächsischen Landesstelle gegen die Suchtgefahren, Olaf Rilke. »Statt sich bei einem Psychologen oder Psychiater auf die Couch zu legen, sollen die Abhängigen in die Online-Sprechstunde kommen – anonym und unverbindlich.«

Auch wenn das zunächst so klingt, als wolle man einen Alkoholiker in einer



Internetsucht gebe. Ein solches zu entwickeln, hatten sich die Berliner auf die Fahne geschrieben, als sie 1999 eine Serie von Online-Umfragen starteten. Die fünfte wurde vor kurzem abgeschlossen. Über 10.000 Surfer haben daran teilgenommen. So habe man einen repräsentativen Querschnitt, erklärt Jerusalem. Fünf wesentliche Merkmale für eine stoffungebundene Abhängigkeit liegen der Untersuchung als Kriterien zugrunde: Einengung des Verhaltensraums, Kontrollverlust, Toleranzentwicklung, Entzugserscheinungen und negative soziale Konsequenzen.

Selbsthilfe und Therapie auf der virtuellen Couch

Doch was bedeutet das konkret? Gabriele Farke, ehemals selbst Betroffene und heute Leiterin der ersten deutschen Selbsthilfegruppe für Online-Süchtige, erzählt: »Wer über 35 Stunden pro Woche im Netz ist, hat ein Problem, meinen Wis-

Brauerei therapieren – dass es funktioniert, zeigt die wachsende Zahl virtueller Selbsthilfegruppen, die im Netz seriöse, gut besuchte Foren und Chaträume als Hilfe zur Selbsthilfe für Onlinejunkies bereit stellen. Die erste davon ist der 1999 von Gabriele Farke gegründete, bundesweit tätige Verein »Hilfe zur Selbsthilfe für Onlinesüchtige« (HSO) mit einem umfangreichen und interaktiven Angebot im Internet. Doch seit April 2001 ruhe die Vereinstätigkeit, bedauert Farke. »Wir bekamen zwar über 10000 Hilferufe, das Gesundheitsministerium erkennt Onlinesucht jedoch nicht als Krankheit an.« ■■■

Weitere Informationen:

- Hilfe zur Selbsthilfe für Onlinesüchtige (HSO): www.onlinesucht.de
- Studien zur Internetsucht der Humboldt-Universität, Berlin: www.internetsucht.de
- Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen: www.dhs.de
- Hessische Landesstelle gegen die Suchtgefahren: www.hls-online.org
- Sächsische Landesstelle gegen die Suchtgefahren: www.slsev.de