

# Nicht jeder Internetspieler ist gleich süchtig

BARBARA MORAWEC

Psychologen warnen unentwegt vor der krankmachenden virtuellen Welt im Internet. Nun veröffentlichte die Berliner Humboldt-Universität eine Studie, wonach die Internetsucht bei Jugendlichen seltener auftritt, als man annimmt.

SN: Sind unsere Kinder durch die Beschäftigung mit der virtuellen Welt im Internet gefährdet oder nicht?

**Müller-Luger:** Onlinespiele können natürlich eine Gefahr für Jugendliche darstellen. Erstens, weil Jugendliche im großen Ausmaß das Internet nutzen und zweitens, weil durch die Anonymität im Netz der Zugang leicht ist. Weiters ist das Suchtpotenzial bei den Onlinespie-



Gertraud Müller-Luger, klinische Psychologin. Bild: SN

len im Gegensatz zum Lotto viel höher aufgrund der raschen Ereignisfrequenz. Und Spieler suchen den Kick – egal wo. Eltern machen sich manchmal also nicht ohne Grund Sorgen.

Gut ist es auf alle Fälle, sich schon früh mit einer möglichen Gefährdung auseinanderzusetzen. Sucht entsteht ja nicht von heute auf morgen. Die Übergänge von der Probiertphase bis zur

Sucht sind fließend. Gut ist es, sich als Eltern zu fragen: Hat mein Kind noch andere Interessen als den Computer? Trifft es sich mit seinen Freunden, unternimmt es noch andere Dinge? Oder haben die schulischen Leistungen gravierend nachgelassen – zieht es sich auffällig zurück – sitzt es vielleicht auch nachts am Computer?

Ist dies der Fall, muss man den Jugendlichen unbedingt darauf ansprechen. Aber man sollte dabei für eine offene, ruhige Atmosphäre sorgen und ihm keine Vorwürfe machen. Eine gute Möglichkeit kann es für Eltern sein, sich hierbei beraten und unterstützen zu lassen, um sich zu informieren und um sich den Rücken zu stärken. Wichtig ist es, eine Motivation zur Veränderung zu

schaffen. Der Verzicht auf das Suchtmittel sollte nicht als Verlust empfunden werden, sondern als eine Chance für eine positive Veränderung.

Viele Internetspielsüchtige bagatellisieren ihre Krankheit. Vielleicht haben sie schon öfter probiert, das Spielverhalten einzuschränken, wobei es zu Entzugserscheinungen wie Schlafstörungen, Nervosität, Reizbarkeit und letztendlich zu einer Toleranzsteigerung gekommen ist.

Wichtig ist, in die Jugendlichen und ihre Fähigkeiten Vertrauen zu legen. Man sollte dabei auch für sein Kind ein gutes Vorbild sein, Konflikte zulassen, Grenzen setzen, sich selbst an Vereinbarungen halten und zu seinen Gefühlen stehen.