

MACHEN COMPUTER SÜCHTIG?

KUULAMISOSA TEKST

TEIL 1

Abschnitt 1

M: Liebe Hörerinnen und Hörer, ich begrüße Sie zu unserem heutigen "Gesundheitsmagazin". Wir wollen diesmal über eine Krankheit reden, die es erst seit kurzem gibt, genauer gesagt, seit der Computer auch in die Privatwohnungen Einzug gehalten hat und sich auch Kinder und Jugendliche mit ihm beschäftigen.

Online sein – das neue Sein. Immer mehr Kids opfern beim Surfen ihr Taschengeld und sogar ihre ganze Freizeit. Und immer öfter warnen Experten vor der neuen Sucht, die in der künstlichen Welt des Internets lauert. Diese Krankheit heißt "Computer- bzw. Internetsucht".

Der Lehrstuhl für Pädagogische Psychologie der Humboldt-Universität hat eine wissenschaftliche Untersuchung zur Internetsucht gemacht.

10 000 Personen wurden befragt. Das Ergebnis war erschreckend:

3% der Befragten wiesen Internetsucht auf. Betroffen waren vor allem Jugendliche. Und dabei wächst ja die Zahl der gefährdeten Jugendlichen von Jahr zu Jahr. 2,3 Millionen Kinder sind in Deutschland online.

Heute haben wir drei junge Leute im Studio, die über ihre Erfahrungen beim Chatten und Surfen sprechen. Stellt euch bitte vor!

G.: Hallo! Ich heiße Gerd, bin 18 und wenn ich 8 Stunden am Stück im Internet – Café sitze, vergesse ich alles um mich herum.

A.: Hallo, mein Name ist Angela, ich bin auch 18 und meine Schulnoten haben sich übrigens durch das Internet echt verbessert.

P.: Und ich bin Peter, 16 Jahre alt, hallo! Eine Woche ohne Net wäre die totale Hölle für mich! Das würde ich nie aushalten!

Abschnitt 2

M.: Gerd und Angela, glaubt ihr, dass Internet-Surfen süchtig macht?

G.: Doch. Natürlich macht es süchtig! Man kann es voll mit einer Droge vergleichen – du musst es nehmen, um dabei zu sein. Und wenn du erst mal dabei bist, lässt es dich nicht mehr los ...

A.: Nein, wieso auch? Das Internet gehört einfach dazu ... Es ist wie ein gutes Buch – du musst immer weiterblättern.

G.: (lacht) Du liest doch bestimmt kein Buch mehr – dafür gibt's ja das Internet!

M.: Wofür nutzt ihr das Internet?

G.: Ich habe im Netz einen Freundeskreis aufgebaut, den ich im realen Leben so nie hätte. Das sind Freaks wie ich. Mit den Typen chatte ich meist über Musik. Die sind echt duftend drauf.

A.: Die meisten chatten in angesagten Chatrooms. Im Net ist immer jemand wach und antwortet. Aber ich hole mir auch wichtige Infos zum Beispiel über Konzerte aus dem Netz, manchmal sogar mitten in der Nacht. Du findest alles, was du willst. Heute ist das so: Entweder gehörst du zu den Informierten – oder du hast kein Netz und bist von gestern.

M.: Wie lange seid ihr online? Gebt ihr viel dafür aus?

G.: Letztes Wochenende habe ich von elf Uhr abends bis sechs Uhr morgens gechattet. Übers Geld möchte ich lieber nicht reden.

A.: Wenn schon die Augen brennen, versuche ich ein bisschen kürzer zu treten. Doch wie viel Geld ich verchatte, weiß ich gar nicht, weil ich vom Rechner meiner Eltern aus surfe.

M.: Habt ihr durchs Internet auch mal Freunde verloren – oder sonst Stress gehabt?

A.: Nein, weil ich nicht die Realität vergesse. Ich gehe mit einem Ziel ins Netz, lade mir Musik runter oder hole mir Tipps für die Schule.

G.: Oh ja, jede Menge – zum Beispiel, wenn das Café schließt (*lacht*). Stress gibt's schon mal, wenn ich mich mit jemand verabrede und das vor lauter Surfen vergesse.

TEIL 2

Abschnitt 1

M.: Ich danke euch beiden für das Gespräch.

Und nun zu dir, Peter, du hast von dir gesagt, dass du online-süchtig bist. Wie ist das?

P.: Na ja, ich kann einfach nicht mehr vom Computer lassen. Ich gehe überhaupt nicht mehr aus dem Haus und sogar beim Essen habe ich immer eine Hand an der Tastatur. Meinen Computer schalte ich eigentlich nur noch ab, wenn ich schlafen gehe, aber manchmal schlafe ich auch davor ein.

M.: Das hört sich ja schlimm an. Wie ist es denn dazu gekommen?

P.: Als ich sechs Jahre alt war, bekam ich zu Weihnachten von meinen Eltern den ersten Computer geschenkt. Ich war von Anfang an begeistert und konnte sehr bald richtig damit umgehen. Meine Eltern waren stolz auf mich, wenn ich stundenlang vor dem Computer saß, sie wussten ja nicht, dass ich nur gespielt habe.

M.: Stundenlang Computerspiele – wurde dir das nicht langweilig?

P.: Ja schon, aber dann habe ich mir immer schwierigere Spiele besorgt. Zuerst von meinen Freunden, aber später habe ich die neuesten Spiele sogar selber gekauft. Mein ganzes Taschengeld habe ich dafür ausgegeben. Für die neuesten Spiele musste ich dann auch den Computer aufrüsten, das habe ich mir immer von den Eltern bezahlen lassen. Im letzten Jahr waren das, glaube ich, mindestens 1000 Euro.

M.: Und wie hat sich durch deine Sucht dein Leben verändert?

P.: Ich wollte nichts anderes mehr machen. Früher habe ich öfters mit meinen Freunden Fußball gespielt, ich war sogar in der Schulmannschaft, aber vor einem Jahr habe ich damit ganz aufgehört. Auch mit meiner Freundin ist es neulich auseinandergegangen, weil ich auch dann, wenn sie mich besuchte, den Computer nicht ausschaltete.

Abschnitt 2

M.: Haben darunter auch deine Leistungen in der Schule gelitten?

P.: Ja, natürlich. Wenn ich etwas für die Schule machen sollte, dachte ich mir: zuerst mal entspannen! Ich setzte mich an den Computer und plötzlich war es zu spät für die Hausaufgaben.

M.: Hattest du da kein schlechtes Gewissen?

P.: Ja doch, das kam ja noch dazu! Ich hatte immer mehr Probleme in der Schule und fühlte mich oft sehr schlecht, und um nicht daran denken zu müssen, setzte ich mich wieder vor den Computer und ging nicht mehr von ihm weg. Das war ein Teufelskreis, aus dem ich nicht mehr herauskam.

M.: Und jetzt hast du dich an jemand um Hilfe gewandt?

P.: Ja. Zufällig habe ich im Internet die Homepage der HSO gefunden. HSO – das heißt Hilfe zur Selbsthilfe für Online-Süchtige. Ich wollte ja schon lange loskommen von meiner Sucht, aber alleine schaffe ich es einfach nicht. Deswegen treffe ich mich jetzt regelmäßig mit anderen Betroffenen im Jugendzentrum, wo wir über unsere Probleme sprechen und versuchen uns gegenseitig zu helfen.

M.: Ich wünsche dir, dass das klappt. Vielen Dank, dass du uns dein Problem so offen geschildert hast. Und wir bleiben auf jeden Fall in Kontakt, ja?

P.: Versprochen.

TEIL 3

M.: Ich begrüße jetzt Frau Dunhoff. Frau Dunhoff, Sie sind Kinder-Psychotherapeutin und haben sich eingehend mit der Computersucht beschäftigt. Welche Therapie wenden Sie in solchen Fällen an?

D.: Ich halte nichts von strengen Regeln der Selbstdisziplinierung. Man muss das Leid der Betroffenen verringern.

M.: Was heißt das?

D.: Diese Jugendlichen leiden ja selber unter ihrer Sucht, das haben Sie gerade bei Peter gesehen. Sie wollen doch lieber reale Erfahrungen machen. Wir zeigen ihnen, wie sie ohne Computer und Internet ihre Freizeit aktiv gestalten können. Wir bieten ihnen konkrete Alternativen, z.B. Sport oder Musik. Manche machen eigene Filme, andere bauen Modelle, usw.

M.: Was ist Ihrer Meinung nach die Ursache für die Computersucht?

D.: Der Computer füllt eine Lücke bei den Jugendlichen. Die Eltern haben aus beruflichen Gründen nur noch wenig Zeit, ab dem 13. Lebensjahr sind Jugendliche heute meist viel allein für sich – unkontrolliert. Da ist der Computer ein willkommenes Mittel, das von unangenehmen Aufgaben oder anstrengenden Anforderungen hervorragend ablenkt.

M.: Und welche Rolle sollte die Schule bei der Bekämpfung dieses Problems spielen?

D.: Die Schule sollte den Computer weder zu sehr loben noch verteufeln, sondern einen vernünftigen und kritischen Umgang mit dem Gerät lehren. Aber das ist schwierig, denn die deutsche Lehrerschaft ist überaltert und der Zugang zur modernen Technik fällt ihr schwer. Darum kann man von der Schule eigentlich nicht viel Hilfe erwarten.

M.: Frau Dunhoff, vielen Dank für Ihre Ausführungen.

Liebe Hörerinnen und Hörer, ich hoffe, wir konnten Sie aufmerksam machen auf ein neues Problem, unter dem viele Jugendliche leiden.

Auf Wiederhören bis zur nächsten Sendung!