

Das Gefühl, fremdgesteuert zu sein

Psychologe Klaus Wölfling über Ursachen und Folgen von Onlinespielsucht

Das Gespräch führte
CHRISTINE JESKE

Missbräuchlicher Konsum von Alkohol, Tabak oder Cannabis kann zur Abhängigkeit führen. Das ist bekannt. Menschen können auch spielend süchtig werden. Dem Gehirn ist es egal, ob von einer Substanz, einer Droge oder von einem Verhalten als Belohnung Glücksgefühle ausgelöst werden sowie der Drang, diese Gefühle immer wieder zu erleben. Vor allem männliche Erwachsene melden sich bei Klaus Wölfling, weil sie durch die exzessive Nutzung von Glücks- oder Computerspielen körperliche und psychische Probleme haben. Der Psychologe hat vor zwei Jahren an der Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie der Universitätsmedizin Mainz unter Leitung von Professor Manfred E. Beutel die bundesweit erstes Ambulanz für Spielsucht eingerichtet. Am Mittwoch referiert Klaus Wölfling in Würzburg über „Psychotherapie der Computerspiel- und Onlineglücksspielsucht“.

FRAGE: Hat sich mittlerweile herumgesprochen, dass exzessives Spielen zur Sucht führen kann?

KLAUS WÖLFLING: Im Rhein-Main-Gebiet haben wir viele Patienten, der Bekanntheitsgrad ist groß, da es in Mainz seit zwei Jahren die Ambulanz für Spielsucht gibt. Seither haben sich rund 380 Erwachsene bei uns gemeldet, vor allem Onlinesüchtige. Generell ist die Glücksspielsucht viel bekannter. Die Internet- beziehungsweise Computerspielsucht gibt es erst seit wenigen Jahren. Sie konnte sich erst aufgrund der technischen Entwicklung und durch die Möglichkeit des Internetzugangs verbreiten.

Gibt es einen Unterschied zwischen der Glücksspiel- und der Internetsucht?

WÖLFLING: Beides sind Verhaltenssuchten. Glücksspielabhängige können ihre Sucht länger unter Kontrolle halten und damit auch länger ohne professionelle Hilfe auskommen. Bei der Internetsucht zeigen sich die negativen Auswirkungen im psychisch-sozialen Bereich schneller. Allerdings suchen Internetsüchtige aus Scham oft keine Hilfe, weil sie denken, sie wären die Einzigen, die Probleme haben.

Welche Probleme veranlasst Menschen, sich bei der Ambulanz für Spielsucht zu melden?

WÖLFLING: Sie stehen unter einem hohen psychischen Druck, weil sie merken, dass sie keine Kontrolle mehr über sich haben. Sie tun Dinge,

die sie nicht tun möchten. Aber sie müssen sie tun, obwohl sie wissen, dass es negative Folgen hat. Dieser Kontrollverlust und das Gefühl, fremdgesteuert zu sein, bringt Menschen hauptsächlich dazu, sich bei uns zu melden.

Welche Glücksspiele machen süchtig?

WÖLFLING: Bei den Glücksspielen sind es die Automaten Spiele, Roulette und Kartenspiele wie Poker, das ja auch im Internet angeboten wird. Viele unserer Patienten sind exzessive Online-Pokerspieler. Gefährlich dabei ist, dass sie denken, Pokern ist eine Sportart und es genüge Geschicklichkeit und Kartenspielkenntnis, um in

kurzer Zeit zu viel Geld zu kommen. Das ist sicher nicht so, aber die Werbung gaukelt es vor.

Welche Computerspiele machen süchtig?

WÖLFLING: Online-Rollenspiele wie World of Warcraft oder Warhammer haben ein hohes Suchtpotenzial. Vor allem der sozial-kommunikative Aspekt des gemeinsamen Spielens mit Bekannten und Freunden bewirkt, dass diese Rollenspiele exzessiv und suchtartig gespielt werden. Es sind häufig jedoch nur virtuelle Freundschaften in einer virtuellen Spielwelt. Die Spiel-dynamik und Spielmechanik baut einen sozialen Druck auf, sich immer wieder zu treffen, gemeinsam zu gewinnen und eine Belohnung zu erhalten.

Flüchten Online-Spieler aus der realen Welt, weil sie dort keine Freunde haben?

WÖLFLING: Am Anfang sind sie meist in ein soziales Netz eingebunden, aber das verliert sich durch die Sogwirkung der Spiele. Wir haben Patienten, die 72 Stunden am Stück gespielt, die Telefonleitungen gekappt, die Jalousien heruntergelassen haben und nur noch in ihrer Rolle in der virtuellen Welt vorhanden waren. Manche unserer Patienten haben sich ein Jahr oder länger nur noch vor dem Monitor bewegt und sind nicht mehr aus dem Haus gegangen.

Wird jeder Spieler süchtig?

WÖLFLING: Im Prinzip kann jeder durchs Spielen süchtig werden wie auch jeder, der Alkohol zu sich nimmt, alkoholabhängig werden kann. Wenn jedoch bestimmte depressive Neigungen oder eine soziale Ängstlichkeit vorhanden sind, die in einem Spiel überdeckt werden können, dann wird das Internet eher als Vermeidungsstrategie genutzt.

Wie ist die Therapie in Mainz aufgebaut?

WÖLFLING: Wir bieten eine ambulante 20-wöchige Gruppentherapie und begleitende Einzelgespräche. Die Idee ist, mit einer realen Gruppe einer virtuellen Spielergruppe etwas entgegenzusetzen. Die Patienten erleben zudem, dass es Menschen gibt, die das Gleiche erlebt haben.

Die Vortragsveranstaltung „Computer und Internet – Chancen und Risiken der neuen Medien“, organisiert vom Arbeitskreis Suchthilfe der Universität Würzburg, beginnt am Mittwoch, 21. Juli, um 13.30 Uhr in der Würzburger Neubaukirche. Information / Anmeldung: ☎ (0931) 82020; E-Mail: suchtberatung@zv.uni-wuerzburg.de



Klaus Wölfling

FOTO: UNI MAINZ

Klaus Wölfling

Der Diplom-Psychologe, Jahrgang 1971, studierte an der Humboldt-Universität in Berlin. An der Charité-Universitätsmedizin leitet er stellvertretend die Interdisziplinäre Suchtforschungsgruppe Berlin. Seit März 2008 hat der Ausbilder für Psychotherapie die Psychologische Leitung der „Ambulanz für Spielsucht“ an der Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie der Universitätsmedizin Mainz inne.