

Zwei Betroffene sprechen über ihre Online- und Gamingsucht

Beim jährlichen Treffen der Leitungen der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe in der Machtolsheimer Lindenhalle sprechen zwei Betroffene über ihre Online- und Gamingsucht.

MACHTOLSHEIM – Zuerst läuft alles gut. Das Spielen macht Spaß, fasziniert total. Dann wird die Zeit am Computer oder im Kasino im länger.

Mit Medien- und auch pathologischer Glücksspielsucht beschäftigten sich rund 100 Leiter der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe. Diese kamen zu ihrem jährlichen Treffen aus ganz Württemberg in die Lindenhalle nach Machtolsheim.

In Verbindung mit einem aufklärenden Referat durch die Suchttherapeutin Karin Ibele-Uehling sprachen zwei Betroffene über die ausgehende Gefahr von Medien- und Computerspielen (Gaming), über Video- und Streaming, Onlineshopping, Soziale Netzwerke und Foren. Beide Betroffene kamen als Teenager in den Sog der Computerspielsucht, die deren Eltern zunächst nicht kontrollierten. „Beim Alkohol hätten sie es gerochen oder gemerkt, wenn ich einen Rausch im Gesicht habe. Da hätte mich mein Vater ganz schon in den Senkel gestellt. Aber Zocken ist unsichtbar und bleibt schwer zu überprüfen“, berichtete B.K., ein Beteiligter, heute im mittleren Alter.

Die Diagnose: Gedankliche Eingenommenheit hindert an der emotionalen Teilnahme am realen Leben. Entzugssymptome: Nervosität und



Beim jährlichen Gruppentreffen der Leitungen der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe in der Machtolsheimer Lindenhalle sprechen zwei Betroffene über ihre Gaming- und Onlinesucht.

FOTO: FREUNDESKREISE FÜR SUCHTKRANKENHILFE

Aggression zeigen sich, wenn keine Möglichkeit besteht, an den Computer zu kommen. Der Grund: Der Betroffene lebt gedanklich in seiner On-

line-Rolle als Spieler. Kontrolle über Zeit und Raum sind nicht mehr vorhanden und die eigene Toleranzgrenze zur Spielzeit weitet sich immer

stärker: „Es ist nicht schlimm, wenn ich jetzt noch eine Stunde länger spiele.“

Eigene Interessen verlieren sich immer mehr und trotz

auftauchender Probleme ist es unmöglich, mit dem Spielen aufzuhören. Vertuschung und eine Flucht an andere Orte sind ebenso Folgen wie Lü-

gen über das Ausmaß der Problematik. Mit illegalen Handlungen werden am Ende Glücksspiele finanziert, denn auch die wurden für einen der

Betroffenen parallel dazu noch zur Sucht.

„Wer einmal richtig drinnen hängt, für den ist eine totale Abstinenz nicht mehr möglich“, weiß Karin Ibele-Uehling. Durch ihre therapeutische Unterstützung hilft sie Betroffenen, ihr Leben wieder in eine Balance zu bringen und dem Alltag eine Struktur zu geben. „Es geht darum, Ausgleich zu schaffen und durch eine Umstellung vom digitalen Alltag in ein analoges Leben wieder reale Freunde zu finden“, so die Therapeutin. Dabei müssen erst eigene Interessen wiederentdeckt werden und auch Sport unterstützt das körperliche wie seelische Gleichgewicht. Bei allem ist die Erforschung biografischer Hintergründe notwendig, um dem Grund für die Sucht auf die Spur zu kommen.

Als „erschreckend“ bezeichnet Lothar Schilpp, Geschäftsführer der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe, Landesverband Württemberg e.V., „die auf Bildern klar erkennbaren Spuren dieser Sucht im Gehirn.“ Wer eine Sucht in dieser Form entwickelt hat, muss damit leben, dass sie nicht mehr zu heilen ist. Laut Suchttherapeutin Ibele-Uehling sind heute „viele Menschen in Gefahr, in genau diese Richtung zu gehen.“

Hilfe gibt es über die Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe, Landesverband Württemberg e.V., Laichingen, Telefon: 07333/3778, oder den Verein Digital Balance, Karin Ibele-Uehling Vorstandsvorsitzende, www.digital-balance-ev.de oder kontakt@digital-balance-ev.de. (sz)