

Die Freiheit im Netz überfordert viele

Stundenlang chatten, surfen, online-gamen: Das Internet ist nicht nur Informationsquelle, sondern birgt auch ein Suchtrisiko – gerade für Jugendliche. Im Kanton Zürich soll eine Kampagne der Internetsucht entgegenwirken.

Rund 50 000 Personen gelten in der Schweiz als internet-süchtig. Diese Zahl veröffentlichte das Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich vor einigen Wochen. Doch Internetsucht ist keineswegs ein neues Thema, bereits Ende der neunziger Jahre entstanden erste Studien zum Suchtpotenzial des World Wide Web. Seien es virtuelle Spielwelten, Chats, Newsgroups oder Sex- und Pornografie-seiten: Für Jugendliche und Erwachsene tragen diese Angebote erhebliches Suchtpotenzial in sich.

Bei Mädchen stehen in erster Linie Chat-Programme wie beispielsweise der MSN-Messenger oder Community-Portale wie www.myspace.com hoch im Kurs. Chatten wird zur Vertiefung sozialer Kontakte oder als Kompensation für fehlende Kontakte genutzt. Demgegenüber fühlen sich Jungen eher von Online-Spielen angezogen. Beispielsweise von «World of Warcraft», einem Online-Rollenspiel, das weltweit über sieben Millionen Menschen in seinen Bann zieht, Tendenz steigend. Spielexperten messen «World of Warcraft» (www.wow-europe.com/de) grosses Suchtpotenzial bei, da der einzelne Mitspieler sein Spieltempo nicht selber bestimmen kann. Das «Leben» und die Geschichte in

der virtuellen Welt von WoW gehen immer weiter – ob man will oder nicht. Und die Stärke der eigenen Spielfiguren hängt massgeblich von der Zeit ab, die man ins «Gamen» investiert.

Ein weiteres Tummelfeld jugendlicher Neugier stellen die Webseiten mit pornografischen Inhalten dar. In der Anonymität des Internets ist es für Jugendliche ein Leichtes, sich Zugang zu diesen Angeboten zu verschaffen. In aller Regel gilt: Wer alleine surft, muss sich seine Schranken selber setzen. In ihrer Unerfahrenheit als User sind viele Jugendliche mit dieser Freiheit überfordert.

Massvoll – lustvoll

«Von den 50 000 internet-süchtigen Menschen in der Schweiz sind rund die Hälfte 18 Jahre alt oder jünger», sagt Regula Keller von der Suchtpräventionsstelle des Bezirks Horgen. «Diese Entwicklung hat uns dazu veranlasst, die seit zwei Jahren laufende Kampagne «massvoll – lustvoll» der Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich auf den Bereich der Internetsucht auszuweiten.»

Als erstes Produkt dieser Arbeit entstand auf www.suchtpraevention-zh.ch ein Selbsttest, der den Umgang mit dem Internet durchleuchtet. «Allgemein gesagt besteht ab 20 Stunden Internet wöchentlich eine Suchtgefährdung», erklärt Keller. Ebenso ausschlaggebend seien die sozialen Kontakte im Alltag. «Wir stellen fest, dass gerade internetsüchtige Jungen oft kein oder nur ein geringes soziales Netz pflegen.»

Grundsätzlich sei es Sache der Eltern, das Surfen der Kinder und Jugendlichen zu kontrollieren und massvoll zu halten. Da aber das Internet auch in der Schule mehr und mehr Einzug gehalten habe, sei auch hier ein geübtes Surfverhalten gefragt.



Wie steht's um das eigene Internet-Suchtverhalten? Nach zehn Klicks folgt die Auswertung: www.suchtpraevention-zh.ch

«Meistens interessieren sich Kinder ab dem elften, zwölften Lebensjahr verstärkt für die virtuelle Welt. Zu diesem Zeitpunkt ist eine Thematisierung im Unterricht sinnvoll, beispielsweise im Rahmen der Medienkunde», sagt Regula Keller. «Dabei gilt es, nicht wegzuschauen, sondern mit den Kindern die verschiedenen Angebote wie Chats und Spielwelten zu untersuchen und zu vergleichen.»

Neuland für die Schule

Überrascht war Regula Keller über die Reaktionen anderer Suchtpräventionsstellen auf die Zürcher Kampagne gegen Internetsucht. «Wir erhielten viele Anfragen aus anderen Kantonen. Die Arbeit mit diesem Thema stellt in der Suchtprävention gewissermassen Neuland dar.»

Auch im Schulbereich scheint das Thema etwas vernachlässigt: Auf keinem der Schweizer Bildungsserver finden sich Informationen zur Internetsucht.

Hilfreiche Angebote im deutschsprachigen Raum stammen ausschliesslich aus den Nachbarländern. Aktuellste Studien zur Internetsucht fasst das Portal www.onlinesucht.de zusammen; zudem finden sich auf dieser

Website eindruckliche Erfahrungsberichte Betroffener. Knapp, aber gründlich informiert die nicht nur für Lehrpersonen gedachte Übersicht auf www.lehrer-online.de (verkürzter Link: www.snip-url.com/w8xl).

Weitere Selbsttests, die das eigene Suchtverhalten ergründen, findet man auf www.palverlag.de/Internet-sucht.php und www.firstsurf.com/piuform.htm. Das Angebot der «e-Lisa academy» (www.snipurl.com/w8ru) wartet mit neuesten Zahlen zur Internetnutzung deutscher Jugendlicher auf und beschreibt die Merkmale von Internetsucht. Laut dieser Studie ist die häufigste Freizeitaktivität nach wie vor Fernsehen: 97% tun es täglich. An zweiter Stelle steht das Musikhören (79%). Die Beschäftigung mit dem Computer kommt mit 65% knapp vor dem Bücherlesen (58%).

Adrian Albisser

Inserat

CONTENT MANAGEMENT SYSTEM FÜR SCHULEN

WWW.BEECOMB.CH

NUR CHF 490.--



do it yourself website