

# Gefangen im Netz

Die Christoph-Dornier-Klinik therapiert Menschen, die vom Internet nicht genug bekommen

**MÜNSTER** • Es gibt Menschen, die wollen morgens noch schnell vor dem Duschen ihre E-Mails checken. Und dann merken sie um 16 Uhr, dass sie noch immer nicht geduscht haben.

Manchen Menschen passiert das ständig. Sie würden es gerne ändern, aber sie können nicht. Wenn der Psychologe **Klaus Oelbracht** (35, Foto) über dieses Problem spricht, dann sagt er „pathologischer Internetgebrauch“. Das klingt wie eine Krankheit, aber das fortdauernde Bedürfnis, online zu sein, ist keine anerkannte Krankheit. Trotzdem ist es für viele Menschen ein Problem. In der Christoph-Dornier-Klinik in Münster können sich internetabhängige Menschen jetzt stationär behandeln lassen. Die Therapie dauert vier bis sechs Wochen.

Klaus Oelbracht ist stellvertretender Leiter in der Klinik für Psychotherapie. Vor ihm

saßen schon Studenten, die in ihrem Studium scheiterten, weil sie die Nächte in virtuellen Spielwelten verbrachten. Da waren Menschen, die das Essen vergaßen, während sie permanent Nachrichten durch die Leitung schickten. Und mache vergaßen vielleicht sogar die Menschen um sie herum.

## Verbreitung

Internetsüchtige bringen sich nicht um den Verstand wie manche Trinker. Sie bringen sich um ihre Zeit, und damit manchmal um ihre Zukunft. Es ist schwer, die Verbreitung des Phänomens zu schätzen. Studien gehen von drei bis

sieben Prozent der Bevölkerung aus. Klaus Oelbracht warnt jedoch, die Zahlen seien mit Vorsicht zu genießen. Wissenschaftlich belegt ist nur, dass die Internetsucht selten allein kommt. Neun von zehn Betroffenen



leidern unter Depressionen, Angsterkrankungen oder Suchterkrankungen. Für sie ist die virtuelle Welt ein Ort, an dem sie sich anonym bewegen können. Ein Ort zum Verstecken. Es gibt

keine klare Grenze, auf der aus einem Surfer ein Süchtiger wird. Wo das Problem beginnt, bestimmt das Bewusstsein des Einzelnen. Wenn die Gedanken ständig um die Welt im Netz kreisen, wenn man reizbar oder nervös wird, weil man ohne Verbindung ist und wenn man beginnt, selbst darunter zu leiden, dass man andere Dinge vernachlässigt, dann können das Anzeichen sein.

## Kontrolle

In der Christoph-Dornier-Klinik lernen Abhängige, ihre Zeit im Netz wieder zu kontrollieren, nur zu bestimmten Zeiten das E-Mail-Programm zu öffnen. Online-Spieler müssen ihren Zugang lösen. Manche bekommen Entzugserscheinungen, weil die Verbindung auf Dauer getrennt wird. „Man muss sich von etwas verabschieden“, sagt Klaus Oelbracht, „von etwas, das einem viel bedeutet hat.“ • Ralf Heimann



## Problem mit vielen Ursachen

Als der New Yorker Psychiater Ivan Goldberg 1995 über Internetsucht schrieb, sollte es eher ein Scherz sein. Doch die Resonanz war groß. Es folgten etliche Studien. Als Motiv für die Sucht

gelten heute die Realitätsflucht, der Spieltrieb, das Spiel mit der Identität oder das Kommunikationsbedürfnis. Betroffen sind überwiegend männliche Jugendliche zwischen 18 und 35 Jahren.