

GERALD HÜTHER · GÖTTINGEN¹

DIE MACHT DER VIRTUELLEN BILDER

*Neurobiologische Hintergründe von Veränderungen
unserer Vorstellungskraft im Zeitalter digitaler Medien*

Unvorstellbar war es noch für unsere Eltern, dass es irgendwann einmal möglich sein würde, eine virtuelle Welt zu schaffen – eine Welt, die man mit Hilfe moderner Geräte erzeugt, in die man eintauchen kann und in der man seine Vorstellungen ganz so, wie es einem gefällt, umsetzen, in der man also in Gedanken leben kann. Geträumt haben die Menschen von solch einer Welt der unbegrenzten Möglichkeiten wohl schon immer. Aber erst jetzt zu Beginn des 3. Jahrtausends ist dieser Traum zum ersten Mal zu einer greifbaren Realität geworden – wenigstens für die meisten Menschen der hochentwickelten Industriestaaten.

Was für eine ungeheure Grenze damit überschritten wurde, ist aber nur den wenigsten bewusst. Warum? Weil sich bisher kaum jemand vorstellen konnte, dass die Strukturierung des menschlichen Gehirns so sehr davon abhängt und dadurch bestimmt wird, wie und wofür man sein Gehirn benutzt. Stellen Sie sich vor, was es bedeutet, wenn immer mehr Menschen ihr Gehirn nicht mehr in erster Linie dazu einsetzen, um sich in der realen Welt, in lebendigen Beziehungen mit anderen Menschen zurechtzufinden. Was geschieht im und mit dem Gehirn dieser Menschen, die in eine durch elektronische Geräte erschaffene, virtuelle Welt eintauchen und dort einen Großteil ihrer Zeit, also ihres Lebens verbringen? Es wird nichts nutzen, angesichts dieser Entwicklung den Mund zu halten und zu hoffen, dass nicht wahr wird, was längst traurige Wirklichkeit geworden ist: Wer in den Strudel virtueller Welten eintaucht, bekommt ein Gehirn, das zwar für ein virtuelles Leben optimal angepasst ist, mit dem man sich aber im realen Leben nicht mehr zurechtfindet.

GERALD HÜTHER, geb. 1951, Dr. rer. nat. (Biologie), Dr. med. habil. (Neurobiologie), Leiter der Zentralstelle für neurobiologische Präventionsforschung der Universität Göttingen (Psychiatrische Klinik) und der Universität Mannheim/Heidelberg (Institut für Public Health). Forschungsgebiete: Auswirkungen von Angst und Stress auf das Gehirn, Evolution des Bewusstseins, Wirkungen und Folgen von Drogen und Psychopharmaka.

Der Rest ist einfach: Wer dort angekommen ist, für den ist die Fiktion zur lebendigen Wirklichkeit und das reale Leben zur bloßen Fiktion geworden. Ein solcher Mensch ist dann nicht einfach nur abhängig von den Maschinen und Programmen, die seine virtuellen Welten erzeugen. Er kann in der realen Welt nicht mehr überleben. Wenn niemand da ist, der ihn mit dem Notdürftigsten versorgt, ihm Nahrung und Wasser bringt, stirbt er. Sie halten das für übertrieben? Die ersten Fälle von Menschen, die vor ihrem Computer vertrockneten und verhungerten, sind bereits in der Rubrik «Was sonst noch passierte» durch die Presse gegangen. Sie sind wohl nur die Spitze des Zuges, der sich, wie in der Geschichte vom Rattenfänger, längst in Bewegung gesetzt hat. Wie damals sind es auch heute die Kinder und Jugendlichen, vor allem die Jungen, die sich diesem Zug angeschlossen haben. Es wird Zeit, dass wir aufwachen, sonst können nicht nur sie, sondern wir alle nicht mehr in der realen Welt leben.

1. Computer sind äußerst hilfreiche Maschinen...

Jedes Werkzeug, jede Maschine, alles, was Menschen im Verlauf ihrer bisherigen Entwicklung erfunden und hergestellt haben, kann auch so verwendet werden, dass es dem Menschen schadet.

Nicht die Autos sind schuld daran, dass es so viele Unfallopfer auf unseren Straßen gibt, sondern die Menschen, die diese Fahrzeuge so benutzen, dass es zu diesen Unfällen kommt. Das gilt auch für die modernen Medien, und hier ganz besonders für die Computer, denn diese jüngste Errungenschaft menschlichen Entdeckergeistes sind wunderbare Maschinen, die uns unglaublich viel Arbeit abnehmen. Wir sind gewissermaßen mit Hilfe der Computer aus dem Maschinenzeitalter des vorigen Jahrhunderts in das Informationszeitalter der modernen Gesellschaft katapultiert worden. Computer steuern Maschinen, sie führen komplizierteste Rechenoperationen aus, sie machen Informationen weltweit zugänglich, sie ermöglichen die Kommunikation weltweit und erlauben natürlich die Speicherung und den Austausch ungeheurer Datenmengen rund um den Globus.

Das alles bedeutet eine immense Entlastung des menschlichen Gehirns als Informationsspeicher und Steuerinstrument, wie wir es im letzten Jahrhundert und in allen Generationen davor noch betrieben haben. Damit eröffnen sich plötzlich Freiräume, es entstehen neue Möglichkeiten und Dimensionen der Entfaltung menschlicher Potentiale. Das gilt nicht nur für Kinder und Jugendliche, die diese Computer vielleicht am intensivsten nutzen, das gilt auch für ältere Menschen, denen sich mit Hilfe dieser Computer und des Internets neue, bisher unbekannte Möglichkeiten eröffnen.

Computer und die digitale Datenverarbeitung sind also ein Segen und aus der heutigen Welt überhaupt nicht mehr wegzudenken. Natürlich hat die

Einführung solcher neuen digitalen Technologien einen Einfluss auf unser Gehirn. Wir wissen seit einigen Jahren, dass die Nervenzellverschaltungen in unserem Gehirn sich immer wieder anpassen an die Art und Weise, wie und wofür man sein Hirn benutzt. *Nutzungsabhängige Neuroplastizität* nennt man diesen Anpassungsprozess, den man eigentlich mit einem Satz zusammenfassen kann: So wie man sein Gehirn nutzt, so wird es am Ende auch.

Das galt auch schon für die Maschinen, die wir im vergangenen Jahrhundert so begeistert entwickelt, gebaut und benutzt haben. Waschmaschinen, Kühlschränke, Autos – all das hat unser Leben geprägt und natürlich auch seine Spuren in unserem Gehirn hinterlassen. Bis heute bestimmen die Funktionsprinzipien dieser Maschinen unser Denken und unsere Semantik. Wir bezeichnen unser Herz als Pumpe, die Mitochondrien in unseren Zellen als Kraftwerke, wir füllen Nahrung und Medikamente in uns hinein, damit der Motor gut läuft. Und wenn etwas in unserem Körper nicht richtig funktioniert, gehen wir zum Arzt und lassen es reparieren. In diesem nun allmählich zu Ende gehenden Maschinenzeitalter haben wir gelernt, uns selbst wie Maschinen zu betrachten, die man so behandeln muss, dass sie optimal funktionieren, die man mit Schönheitsoperationen, durch Einsetzen von Ersatzteilen oder durch Einnahme von Medikamenten oder gar Drogen verbessern kann. Menschen, die tagtäglich von Maschinen umgeben sind, passen sich an die Erfordernisse von Maschinen an – und funktionieren dann bisweilen sogar wie Maschinen.

2. Indem wir Computer nutzen, passen wir uns an deren Arbeitsweise und Erfordernisse an

Bei Menschen, die sehr viel mit digitalen Medien arbeiten, entsteht automatisch eine Anpassung auf der Ebene des Sehens, das heißt eine starke visuelle Dominanz. Diese Personen sind sehr schnell bei der Erkennung von Bildern. Außerdem entwickelt sich eine ausgeprägte motorisch-visuelle Kopplung: Man sieht etwas und reagiert sehr schnell mit der Hand darauf. Die Reaktionen laufen viel rascher ab als das früher mit unseren alten Möglichkeiten der Fall war. Die Bilderfolgen in vielen Computerspielen sind außerordentlich beschleunigt, ebenso Handlungssequenzen. Das sind ganz neue Anforderungen an das Gehirn, und an diese Anforderungen passt sich unser zentrales Nervensystem an.

Die starke visuelle Dominanz, die schnelle motorisch-visuelle Kopplung und die rasche Reaktion waren im früheren Maschinenzeitalter weniger wichtig. Da ging es eher darum, dass klare Wirkungs-Ursache-Beziehungen erkennbar wurden. Die Kraftmaschinen machen uns das bis heute deutlich: Wenn man Bücher aus dieser Zeit liest, erkennt man, wie begeistert die Menschen über ihre ersten Dampfmaschinen gewesen sind. Es war sehr

anschaulich nachvollziehbar, wo die Kraft entstand und wohin sie übertragen worden ist. Dieses Ursache-Wirkungsdenken, das wir zum Teil heute noch in den Wissenschaften anwenden, stammt aus dieser Zeit. Mit den Computern und den Möglichkeiten, die uns diese Geräte bieten, hat sich das vollkommen geändert. Ursache und Wirkung sind nicht mehr klar zu erkennen, wir können auch nicht mehr sehen, was hinter den Bildschirmen passiert. Das macht sie für uns weniger überschaubar, weniger vorhersagbar. Die Realitätsgrenzen haben sich verschoben und damit auch unser Realitätsbezug. Denn unser Denken, unsere Wahrnehmung hat sich dieser neuen Welt angepasst. Für unser Gehirn sind die Dinge also weniger gut vorhersagbar, weniger gut durchschaubar, die Dinge scheinen mehr oder weniger unbegrenzt, Aufgaben können scheinbar bedingungslos über die Computer bewerkstelligt werden.

Das hat zwei große Konsequenzen: Zum einen geht uns der Sinnbezug, der Bezug zur realen Welt, zur Wirklichkeit, stärker verloren. Wenn man den größten Teil seiner Zeit vor solchen durch Computer generierten Bilderwelten, vor virtuellen Realitäten verbringt, passt man sich auch zunehmend daran an. Der zweite wichtige Aspekt, den man nicht oft genug betonen kann, ist, dass Menschen, die zu viel Zeit vor Computern verbringen, auch den Bezug zu sich selbst verlieren. Sie spüren ihren eigenen Körper nicht mehr richtig, die eigene innere mentale Kraft geht verloren, und – das ist vielleicht das wesentliche Kennzeichen – man ist sehr stark auf das konzentriert und fokussiert, was in den von den Computern generierten Bilderfolgen abläuft.

Und damit verändert sich in der heutigen Zeit mit der Einführung dieser neuen Technologien zwangsläufig auch unser Selbstbild. Wir haben eine andere Wahrnehmung von uns selbst entwickelt. Die Weltbilder, die Vorstellungen von dem, was Welt ist, haben sich verändert, die Sinnbilder sind andere geworden. Sinngebende Entitäten und Zusammenhänge haben im Computerzeitalter eine andere Dimension angenommen.

Vielleicht fragen Sie sich jetzt: Na ja, das ist ja alles schön und gut, aber was sind denn nun die Fakten? Inwieweit kann die Hirnforschung tatsächlich belegen, dass die Einführung dieser neuen Technologien und deren vermehrte Nutzung dazu führt, dass sich das Hirn verändert? Eigentlich gibt es bisher nicht allzu viele Untersuchungen, aber das Prinzip ist vollkommen klar. Durch vielfältige Studien in den letzten Jahren konnte nachgewiesen werden: Wenn man sich intensiver über längere Zeit und mit besonderer Begeisterung mit etwas beschäftigt, werden entsprechende Verschaltungen im Gehirn angepasst. Aus anfänglich dünnen Nervenwegen werden durch häufige Nutzung allmählich Straßen. Sinnbildlich gesprochen könnte man sie Autobahnen nennen, von denen man möglicherweise gar nicht mehr herunterkommt.

Ein besonders anschauliches Beispiel, an dem die Hirnforscher zeigen konnten, wie sich die neuen Technologien auf die Hirnorganisation und -struktur auswirken, ist die Veränderung der Repräsentanz des Daumens im Gehirn von Jugendlichen. Wenn man den Daumen bewegt oder berührt, wird im Hirn eine Region, die «Daumen-Steuerungsregion», im sensorischen Kortex aktiv. Von dieser Region aus werden die Daumenbewegungen gesteuert. Eine englische Arbeitsgruppe hat nun festgestellt, dass bei englischen Jugendlichen genau diese «Daumen-Steuerungsregion» im Gehirn immer größer wird, und das hat mit der Nutzung von Computern zu tun. Bei unseren deutschen Jugendlichen wird das sicherlich nicht anders sein. Diese Hirnregion breitet sich also aus, es gibt eine immer stärker ausgeprägte, dabei immer effizienter funktionierende Kontrollinstanz für die Steuerung der Daumenbewegungen im Kortex. Dort sind inzwischen feinere, dichtere, auch immer zuverlässigere Vernetzungen entstanden, die schnelle Daumenbewegungen steuern, wie man sie braucht, wenn man zum Beispiel den ganzen Tag mit größter Begeisterung SMS-Botschaften von seinem Handy verschickt.

Die Einführung neuer Kulturtechniken, insbesondere der digitalen Techniken, hat also Folgen für das Gehirn. Das war schon immer so, auch die Einführung von mechanischen Geräten und andere technische Errungenschaften in der Generation unserer Großväter hatten schon ihre entsprechenden Einflüsse auf die Art und Weise, wie Menschen ihr Hirn benutzt haben. Die Frage ist freilich, ob es wirklich so sehr darauf ankommt, dass man eine besonders große Repräsentanz für die Bewegung der Daumen im Gehirn hat – ob es in unserer Gesellschaft in Zukunft entscheidend ist, dass man seine Daumen so schnell bewegen kann.

3. Die Sogwirkung moderner Medien

Moderne Bilder generierende Medien wie das Fernsehen oder der Computer mit all ihren Möglichkeiten werden aber nicht nur als Arbeits- oder Informationsinstrumente genutzt. Sie spielen auch eine bedeutende Rolle als Ablenkungs- oder Unterhaltungsinstrumente für Konsumenten. Sie sind eine bedeutende Verdienstquelle für die Be- und Vertreiber der betreffenden Angebote sowie für die Hersteller und Verkäufer dieser Produkte, für Gewinnmaximierung durch hohe Einschaltquoten oder Verkaufsraten. Zwangsläufig kommt es dabei zu einem Wettbewerb um die maximale Attraktivität der angebotenen Sendungen, Programme oder Spiele.

Bilder erreichen für Menschen immer dann eine extrem hohe Anziehung, wenn sie möglichst viel Aufmerksamkeit auf sich ziehen und den Eindruck erwecken, sie seien für die eigene Lebensbewältigung hilfreich. Um das erreichen zu können, müssen die elektronisch generierten Bilder

möglichst bunt, abwechslungsreich, überraschend, voyeuristisch, sexualisiert oder brutal sein. Es muss in den Programmen ein Spannungsbogen aufgebaut werden, dem man sich nur schwer entziehen kann, der öfter (an besonders spannenden Stellen) unterbrochen und später fortgesetzt wird. Bei interaktiven Medien (Computerspielen) muss zudem das Gefühl geweckt werden, der Nutzer könne selbst in die Bilderfolgen aktiv eingreifen und etwas bewirken. Durch zunehmende Automatisierung dieser Handlungen wird für den Nutzer ein flow-Erleben auslösbar: Er verschmilzt förmlich mit seinem Denken und Handeln in den elektronisch generierten Bilderwelten.

Je besser ein Medienprodukt all diese Eigenschaften besitzt, desto größer ist die von diesem Produkt ausgehende Sogwirkung, desto schlechter gelingt es den Nutzern, sich dieser Wirkung zu entziehen und desto höher sind die Gewinne, die die Hersteller dieser Produkte erzielen.

4. Die Auswirkungen der extensiven Nutzung Bilder-generierender Medien auf das Gehirn

Die erste und zunächst auffälligste Folge des extensiven Konsums Bilder generierender elektronischer Medien ist die bereits erwähnte *Anpassung der visuellen Wahrnehmung* an die Erkennung und Erfassung schnell wechselnder Bilder. Beim Computerspielen kommt es zudem zu einer starken Bahnung visuell-motorischer Kopplungen, die als enorm beschleunigte Reaktionen bestimmter Handbewegungen auf bestimmte optische Reize zutage tritt.

Eine zweite, sehr gut nachprüfbare Folge ist, dass sich durch intensives Spielen mit dem Computer zugleich die *Körperrepräsentanzen verändern*: Die Menschen spüren ihren eigenen Körper nicht mehr. Und wenn man körpereigene Signale immer schwächer wahrnimmt, verkümmern letztlich die Vernetzungen im Gehirn, die für diese Wahrnehmung und Interpretation dieser Signale zuständig sind. Das wiederum findet seinen Ausdruck – und das lässt sich schon heute bei manchen Jugendlichen feststellen – in gestörtem Hunger- und Durstgefühl, auch das Schlafbedürfnis sinkt. In Südostasien sind bereits die ersten computerabhängigen jungen Männer vor ihren Computerspielen buchstäblich verhungert und vertrocknet. Sie konnten die Bedürfnisse ihres eigenen Körpers nicht mehr erkennen.

Eine weitere Konsequenz ist *mangelnde Empfindungsfähigkeit*: das Unvermögen, sich in andere Menschen einzufühlen, emotionale Befindlichkeiten des Gegenübers zu erkennen und durch angemessene Ausdrucksformen in Gestik oder Mimik in Beziehung zu treten. Um das zu lernen, braucht man reale Menschen, auf die man reagieren kann und die wiederum auf einen selbst reagieren. Der Computer braucht nur die Maus, um zu

erkennen, dass man etwas von ihm will. Er ist ein sehr passives Kommunikationsmedium. Man hat zwar das Gefühl, dass man mit dem PC vieles bewegen kann, aber es ist kein wirklicher Austausch.

Und schließlich eine letzte Ebene, die in diesem Zusammenhang wichtig ist: Das *Vorstellungsvermögen* und die *Fantasie*. In dem Maße, wie junge Menschen in Computerwelten ihre Fantasie ausleben, entstehen andere Vorstellungsbilder, Weltbilder und Möglichkeiten, ihrer Fantasie freien Lauf zu lassen. Ein ganz wesentlicher Aspekt ist, dass man vor dem Computer eigentlich immer gezwungen ist, auf das, was der Computer an Bildern generiert – beim Fernsehen ist das ähnlich –, zu re-agieren. Man selbst hat keine Möglichkeit, seine Fantasie spielen zu lassen, wie das beispielsweise beim Lesen der Fall ist, wo man sich eigene Gedanken zum Geschriebenen machen kann und eigene Bilder entwickelt. Die schnellen Bilderfolgen unserer virtuellen Welten reißen uns förmlich mit wie in einem Strom. Für die eigene Fantasie bleibt meistens weder Zeit noch Raum.

Es macht zunächst wenig Sinn, darüber zu streiten, ob die Anpassungsprozesse, die in unserem Gehirn durch die intensive Nutzung dieser modernen Medien vonstattengehen, gut oder schlecht sind, ob sie vorteilhaft oder gefährlich sind. Was man zunächst einmal nur feststellen kann, ist, *dass* sich das Hirn verändert, *dass* es anders wird.

Die entscheidende Frage ist, ob man sich mit einem so angepassten Gehirn in der heutigen realen Welt besser oder schlechter zurechtfindet. Die Antwort auf diese Frage hängt davon ab, in welcher Welt man sein Hirn benutzt. Das ist klar. Einem Förster im Wald wird eine besonders große Daumenrepräsentanz nicht viel helfen. Aber wenn man den ganzen Tag mit dem Handy und SMS-Botschaften unterwegs ist, ist diese Fähigkeit sehr vorteilhaft. Wer vorwiegend in Computerwelten lebt und fast alles mittels Computer macht, wird über kurz oder lang optimal an diese virtuelle Welt angepasst sein; er findet sich dort stetig besser zurecht. Aber er wird auch zunehmend Schwierigkeiten haben, sich in der realen Welt wohl und geborgen zu fühlen. Das lässt sich heute schon beobachten. Es gibt Menschen, die sich in der virtuellen Welt eher zuhause fühlen als in der realen Welt menschlicher Begegnungen.

Wie steht es nun mit Computerspielen? Zunächst gilt es wiederum ganz grundsätzlich festzuhalten, dass Spiele eine wunderbar kreative und druckfreie Erprobung von Strategien zur Lösung von Problemen ermöglichen. Alle lernfähigen Lebewesen müssen spielen. In gewisser Weise gleicht das freie Spielen dem Lernen fürs Leben. Je weniger Kinder spielen, umso weniger Möglichkeiten haben sie, ihre Kreativität zu entwickeln und immer wieder neue Lösungen auszuprobieren, die man später im Leben braucht. Trifft das für Computerspiele auch zu, sind auch sie eine Schule fürs Leben? Um diese Frage zu beantworten, sollten wir sie in die folgenden drei Teil-

aspekte aufgliedern: Was wird mit Computerspielen gelernt und braucht man das im realen Leben? Wer spielt und aus welchem Grund? Wer hat die Computerspiele zu welchem Zweck hergestellt?

Gegen Spiele, die Kindern helfen, sich später im Leben zurechtzufinden, ist überhaupt nichts einzuwenden. Spiele, die nur dem Hersteller zu maximalen finanziellen Gewinnen verhelfen und die bewusst so hergestellt werden, dass sie die Kinder und Jugendlichen in einen Sog hineinziehen, sind hingegen keine Spiele. Es handelt sich um Geschäfte, die mit Bedürfnissen von Kindern gemacht werden. Mit Computerspielen wird im Wesentlichen gelernt, sich in *virtuellen* Welten zurechtzufinden. Das ist nicht sehr vorteilhaft für die *reale* Welt.

5. Wer gerät in den Sog der Computerspiele?

Wer spielt zum Beispiel «Second Life»? Es sind sehr viele Erwachsene. Viele Spiele sind ähnlich wie «Second Life» aufgebaut: Man kann sich darin eine eigene Identität schaffen, man bekommt sozusagen die Chance, ein anderes Leben zu führen als das, was man in der realen Welt hat. Daraus leitet sich ab, dass Menschen Computerspiele dann besonders attraktiv finden, wenn ihnen im realen Leben etwas fehlt. Das ist genau der Punkt, mit dem man sich bei der Betrachtung der Folgen extensiven Computerspiels noch intensiver befassen muss.

Kinder brauchen *Aufgaben*, an denen sie wachsen können. Die finden sie vielleicht nicht mehr in ausreichendem Maß in unserer realen Welt, in der sie oft vollkommen verplant sind. Kinder brauchen *Vorbilder*, an denen sie sich orientieren können. Und sie brauchen ein Gefühl der Zugehörigkeit, eine feste *Bindung*. Computer können all das bieten: Sie stellen den Kindern Aufgaben, an denen sie wachsen können. Das ist das eigentlich Anziehende, vor allem für Jungen. Sie merken: Hier können sie Abenteuer erleben, etwas gestalten – und dabei werden sie immer besser. Vorbilder liefern Computerspiele ebenfalls, es sind immer irgendwelche Helden unterwegs, an denen sich die Kinder orientieren können. Auch Zugehörigkeit und Bindung werden angeboten, indem die Spieler Gilden bilden, Gruppen, die gemeinsam spielen. Sogenannte LAN-Partys werden organisiert. Auf diese Weise werden Kinder und Jugendliche mit ihren Grundbedürfnissen, die in der realen Welt nicht hinreichend erfüllt werden, sehr leicht abholbar.

Was ist nun eigentlich das Gefährliche? Natürlich nicht die Computerspiele als solche, sondern die Tatsache, dass es für so viele Jugendliche, vor allem für die Jungen, in der Welt, die wir Erwachsene für sie geschaffen haben, nicht genug Aufgaben gibt, an denen sie wachsen können. Es gibt zu wenige Vorbilder, an denen sie sich orientieren können, und zu wenige Möglichkeiten, in denen sie Zugehörigkeit erleben und Bindungen ent-

wickeln können. Gefährlich sind nicht die Computerspiele als solche – sie bilden nur einen Ersatz für das, was Kindern und Jugendlichen fehlt. Gefährlich ist, dass die Grundbedürfnisse unserer Kinder in der gegenwärtigen Welt offensichtlich nicht befriedigt werden.

Und für wen sind Computerspiele besonders gefährlich? Natürlich – erstens – für diejenigen, denen es im realen Leben besonders wenig gelungen ist zu zeigen, dass sie etwas können, und zu spüren, dass sie an Aufgaben wachsen können – für diejenigen also, die zu wenige Aufgaben im Leben gefunden haben, die ihnen das ermöglicht haben. Gefährlich sind Computerspiele – zweitens – dann, wenn diese Menschen das Gefühl vermissen, zu anderen Menschen zu gehören. Wenn ein junger Mensch sich nicht mehr der menschlichen Gemeinschaft zugehörig fühlt, wenn er sich im realen Leben nicht mehr aufgehoben fühlt und darin keine sinnvollen Aufgaben findet, ist es tatsächlich sehr wahrscheinlich, dass er sich in diesen virtuellen Welten aggressiver und gewalttätiger Computerspiele das geistige Rüstzeug verschafft, das er braucht, um seinen Hass auf die Welt auf irgendeine Art und Weise später zu äußern.

6. Welche Lösungen gibt es für das Problem computersüchtig gewordener Kinder und Jugendlicher?

Je besser sich das Gehirn von Kindern und Jugendlichen an die Nutzung von Computerspielen anpasst, desto stärker wird das, was in diesen virtuellen Welten erlebt wird, als Realität wahrgenommen. Die jungen Menschen verwechseln zunehmend Fiktion und Realität, und sehr schnell wird umgekehrt das, was im realen Leben passiert – in der Familie, in der Schule usw. – für diese Jugendlichen zu einer Fiktion, die sie gar nicht mehr interessiert. Erst sind es drei Stunden, dann sechs, dann neun, die sie mit diesen Spielen zubringen. Schlussendlich gehen sie gar nicht mehr in die Schule. Ihre Eltern sind meist ratlos. Zuweilen rufen sie in den psychiatrischen Kliniken an und erbitten Hilfe und Rat. Fragt man diese Eltern, wo die Aufgaben für das betreffende Kind waren, an denen es hätte wachsen können, ist man oft erschrocken, denn manche Eltern wissen gar nicht, was das für Aufgaben sein könnten. «Hausaufgaben» oder «Mülleimer runtertragen» sind die häufigsten Antworten. Aber darum geht es eben nicht. Das Erfüllen von Pflichten im Rahmen des Schulbesuches oder von Förderprogrammen ist keine Aufgabe, an der ein Jugendlicher wachsen kann. Aufgaben, an denen man wachsen kann, sucht man sich selbst. Sie sind schwierig, und sie müssen auch schwierig sein. Das ist ähnlich wie eine Bergbesteigung. Wenn man oben auf dem Berg angekommen ist, ist man stolz auf sich selbst. Kinder, die laufen lernen, bewältigen zum Beispiel eine Aufgabe, an der sie wachsen.

Was können wir also tun? Das muss jeweils individuell entschieden werden. In Deutschland gibt es noch keine Kliniken für Computersüchtige. Kinder- und Jugendpsychiater können Computersucht auch noch nicht als eigenständiges Krankheitsbild abrechnen. Der Streit, ob es sich überhaupt um eine richtige Krankheit handelt, wird sicher noch weiter gehen. Aber das Problem hatten wir auch bei den Ess-Störungen. Heute würde keiner mehr behaupten, dass Magersucht nur eine vorübergehende Pubertätserscheinung ist.

V.a. sind neue Formen des Zusammenlebens wünschenswert. In Thüringen ist es mir gelungen, mit Hilfe des dortigen Kultusministeriums ein neues Bildungsmodell-Projekt ins Leben zu rufen. Es trägt den Titel: «Neue Lernkultur in Kommunen». Es hat zum Ziel, Kinder und Jugendliche in einer Kommune einzubinden, indem sie Aufgaben übernehmen, sich einbringen können, dazu beitragen dürfen, dass diese Kommune kulturell, sozial und im öffentlichen Leben vorankommt, dass sie eben auch durch diese Aktionen der Kinder und Jugendlichen wiedererweckt wird.

Etwa auf diese Weise könnten Kinder und Jugendliche in lebendige, reale menschliche Gemeinschaften eingebunden werden. Es ist wichtig, dass nicht nur Eltern und Lehrer für Kinder und Jugendliche maßgebliche Personen sind, sondern auch ältere Menschen mit ihrem riesigen Erfahrungsschatz. Außerdem brauchen Kinder und Jugendliche die reelle Erfahrung, dass es schön ist, Probleme mit Hilfe anderer Menschen zu lösen. Denn erst dann, wenn Kindern und Jugendlichen diese Erfahrung vorenthalten wird, wenn ihre wirklichen Bedürfnisse nach Verbundenheit und eigenen Entfaltungsmöglichkeiten nicht gestillt werden, erst dann werden sie empfänglich für die «Ersatzbefriedigungsangebote» der Computerspiel-Hersteller und all der anderen auf Gewinnmaximierung ausgerichteten Medienprodukt-Erzeuger.

ANMERKUNGEN

¹ G. HÜTHER/W. BERGMANN, *Computersüchtig. Kinder im Sog der modernen Medien*, Düsseldorf 2007.

G. HÜTHER, *Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn*, Göttingen 2010.

G. HÜTHER, *Die Macht der inneren Bilder. Wie Visionen das Gehirn, den Menschen und die Welt verändern*, Göttingen 2010.

G. HÜTHER, *Biologie der Angst. Wie aus Stress Gefühle werden*, Göttingen 2011.

G. HÜTHER/J. PREKOP, *Auf Schatzsuche bei unseren Kindern. Ein Entdeckungsbuch für neugierige Eltern und Erzieher*, München 2006.

G. HÜTHER/ H. BONNEY, *Neues vom Zappelphilipp. ADS/ADHS verstehen, vorbeugen und behandeln*, Düsseldorf 2010.