



## Wenn nur Zeit für den Computer bleibt - – Onlinespielsucht am Beispiel von „World of Warcraft“

Von Johanna Helm

*„Bin im Game“, mit diesen Worten fertigt ein ehemals guter Freund mich in letzter Zeit jedes Mal ab, wenn ich ihn anschreibe, und es bedeutet, dass er keine Zeit hat. Er spielt „World of Warcraft (WoW)“, das Spiel, das so viele Menschen in seinen Bann zieht und nicht mehr loslässt...*

Während nach jedem Amoklauf die Diskussionen um Killerspiele auf Hochtouren laufen, gerät eine vielleicht noch größere Bedrohung in den Hintergrund und scheint kaum beachtet zu werden: das Suchtpotenzial, das in Internet-Rollenspielen à la „WoW“ liegt. Kein Wunder, denn wer davon betroffen ist, greift nicht zur Waffe, hält sich nicht im „real life“ für den Killer aus dem Spiel. Er verschwindet ganz einfach.

Aktuelle Schätzungen gehen zur Zeit von über 1,5 Millionen Betroffenen weltweit aus, die süchtig nach den sogenannten MMORPGs (Massive Multiplayer Online Roll-Playing Games, also Massen-Mehrspieler-Online-Rollenspiele) sind.

Dabei handelt es sich keineswegs nur um Jugendliche oder sozial benachteiligte Menschen – alle Altersklasse und alle sozialen Schichten sind von diesem Problem befallen. Christine Hirte, die im Internet eine Webseite (<http://www.rollenspielsucht.de>) über das Phänomen unterhält, sagte gegenüber der Welt: „Bei uns melden sich Rechtsanwälte, die wegen Internetsucht ihre Praxis aufgegeben haben, und verzweifelte Ehefrauen, die mit den Kindern dastehen, während der Mann nur noch am Computer zockt und nicht mehr zur Arbeit geht“ (Quelle: [http://www.welt.de/politik/article1048919/Internetsucht\\_wird\\_zum\\_Massen-Phaenomen.html](http://www.welt.de/politik/article1048919/Internetsucht_wird_zum_Massen-Phaenomen.html)).

Doch worin liegt eigentlich das hohe Suchtpotenzial, das Spiele wie „World of Warcraft“ haben? Ich fragte in meinem Bekanntenkreis unter den mir bekannten Spielern genauer nach. Internet-Rollenspiele seien sehr vielseitig, es gäbe viel zu entdecken und es würde ständig weiterentwickelt werden die zentralen Aussagen. Auch im Internet fand ich Antworten: „World of Warcraft“ habe kein klar definiertes Ende. Man könne im Laufe des Spieles immer besser werden und somit durch die investierte Spielzeit den Charakter stärken. Dadurch werden Mitstreiter, die öfter und länger vor dem Computer sitzen, besser als diejenigen, die nicht so viel Zeit opfern. Zudem ginge von den Gilden (das sind Zusammenschlüsse mehrerer Spieler, die gemeinsam Aufgaben, sogenannte Quests, erfüllen) immer ein hoher Erwartungsdruck aus, dass man zu verabredeten Zeiten bereit ist, mitzuspielen, weshalb man seine Freizeitgestaltung den Wünschen der Mitspieler unterordne (Quelle: <http://www.rollenspielsucht.de/resources/Suchtpotential.pdf>).

Auf der schon angesprochenen Homepage <http://www.rollenspielsucht.de> betreiben Eltern, die ihren Sohn nach eigenen Aussagen an „World of Warcraft“ verloren haben, eine Informationsplattform für Betroffene.

In ihrem Bericht über den Verlauf dieser Sucht kann man deutlich die Fassungslosigkeit über das Geschehene ablesen. Um mehr Zeit zum Spielen zu haben, brach ihr Kind das Studium ab, ließ seine Wohnung vollkommen verwahrlosen und änderte sogar seinen Tagesrhythmus, damit er bis spät in die Nacht vor dem Computer sitzen konnte. Der Versuch, ihn zu einer Therapie zu überreden, scheiterte.

Eine andere Betroffene, die es geschafft hat, die Online-Spielsucht hinter sich zu lassen, schildert in einem Brief wie sie das Zimmer ihres ebenfalls süchtigen Ex-Freundes vorfand: „Als ich die Tür

aufstieß, kam mir der Brechreiz. Ich hatte das Zimmer schon seit mehr als 8 Monaten nicht mehr gesehen. Es war schlimmer als ich es mir je hätte vorstellen können. Es war ein Trampelpfad zum Schreibtisch, der Rest des Bodens war mit ca. ein Meter hohen Stapeln aus Müll bedeckt. Aber was für Müll. Altes Mikrowellenessen, verschimmelte Sachen überall. Verfaultes und Verwestes lag da rum. Zwei 10-Liter Eimer bis oben hin voll mit Zigarettenstummeln. Ich will gar nicht wissen, was das alles mal war. Es hat gestunken, das ist einfach unbeschreiblich.“ (Quelle: <http://www.onlinesucht.de/spiel.htm>).

Das Suchtverhalten äußert sich vor allem durch Abgrenzung von der Außenwelt. Häufig ziehen Betroffene sich immer mehr zurück, schrauben den Kontakt zu Familie und Freunden auf das Nötigste zurück und zeigen in der Schule oder an der Arbeit schlechtere Leistungen als früher. Wie bei jeder anderen Sucht ist das Aussteigen schwierig und erfordert oftmals sowohl eine große Selbstdisziplin als auch die Hilfe von Anderen.

Zu diesem Thema befragte ich einen guten Bekannten, der vor nicht allzu langer Zeit erfolgreich das Spiel „World of Warcraft“ aus seinem Leben verbannte und nach eigenen Aussagen süchtig danach gewesen sei.

*Wie bist du zu WoW gekommen?*

Ich spiele bereits seit ich ungefähr 10 bin regelmäßig sogenannte MMORPGs (Massive multiple online role-playing games) und bin über die "Szene", wenn ich es mal so nenne, zuerst von Runescape, womit ich ca. 2 Jahre und 600 Stunde verbrachte, über Silkroad, "nur" 6 Monate mit 250 Stunden Spielzeit, zu World of Warcraft gekommen. An WoW (World of Warcraft) kommt man nicht vorbei, denn es markiert die Spitze der MMORPGs und hat die mit Abstand am größte Community (z.Z. ca. 12 Mio Spieler). Ich habe mich sozusagen "in den Rollenspielen hochgearbeitet", wobei sie immer komplexer und...leider auch...zeitintensiver wurden.

*Wann war das? Wie alt warst du?*

Hmmm, ich habe meinen Account im April 2006 erstellt und von da an ging es fleißig los. Ein Jahr lang verbrachte ich 1000 Stunden vor dem Rechner, das andere Jahr 2000... Dies weiß ich so genau, weil WoW die Spielzeit trackt. Wie alt war ich? Wenn ich recht rechne, dann müsste ich ca. 13 gewesen sein, als ich angefangen habe. Es hat dann bis vor einem Jahr angedauert.

*Wie hat sich dein Suchtverhalten geäußert?*

Auf diese Frage habe ich gewartet und ich freue mich immer wieder sie zu beantworten, denn jetzt blicke ich wirklich amüsiert auf meine zwei WoW-Jahre zurück und merke dabei, wie süchtig ich doch war.

Das erste Jahr ging noch ganz gut, ich habe täglich ca. 3 Stunden gespielt und obwohl das für Leute, die keine Kinder mehr sind, viel klingt, bringt das jedes normale Kind zwischen 12 und 15 täglich auf. Hier war es noch nicht so gravierend, ich war zwar des Öfteren mal unausgeschlafen, da ich nachts spielte, aber wie schon gesagt, es hielt sich alles noch in normalen Bahnen.

Im zweiten Jahr dann aber ging es los... ich habe mir einer der besten raidaktiven Gilden unseres Servers angeschlossen, die auch im deutschlandweiten Ranking relativ weit oben stand und steht. Bei der "Elite" zu sein forderte aber natürlich auch seinen Tribut, 2000 Stunden in 300 Tagen, also grob geschätzt 7 Stunden täglich. Eigentlich müsste man aber auch noch 2 Monate abziehen, da ich diese Zeit im Urlaub war.

Also, wie hat sich mein Suchtverhalten geäußert? Ich kam von der Schule, PC an, und habe mich davor gesetzt. Jedwede Versuche meiner Eltern, mich dabei aufzuhalten, scheiterten kläglich... Ich erinnere mich zum Beispiel daran, dass ich einmal, weil meine Mutter sich weigerte mein WoW-Abo zu verlängern (13€ im Monat) in Rage mit meinem Schuh ein Fenster einwarf, das muss meine Mutter wohl eingeschüchtert haben, denn am Tag darauf war mein Abo erneuert. In einem Jahr habe ich grob geschätzt dreimal mit meinen Eltern zu Abend gegessen. Essen war sowieso recht lustig, meistens bin ich nicht erschienen, da ich in WoW "arbeiten" musste. Ich bin in Raidpausen

(5 Minuten Pause) unter AFKlo Vorwand (Toilette) schnell zum Kühlschrank gerannt und habe mir etwas reingestopft, der Durst wurde direkt vor dem PC gestillt, weshalb sich die Flaschen stapelten.... Ich wurde zunehmend ungenießbarer, da ich des Öfteren nachts bis 2 oder gar 4 vor dem Rechner saß und so lediglich 3 oder 4 Stunden Schlaf vor der Schule bekam. Weihnachten habe ich meine Geschenke ausgepackt, mich geärgert dass mein ersehnter WoW-Strategy-Guide nicht drin ist und bin dann in der virtuellen WoW-Welt verschwunden um am gildeninternen Weihnachtsfest teilzuhaben. Mein Vater ergriff hin und wieder mal die letzte ihm gegebene Chance und drehte mir nachts um 3 die Sicherungen raus... Ich habe sie wieder reingedreht...

Ein paar kranke Dinge die ich getan habe sind die, dass ich meinen Rechner an den Lichtschalter gelötet habe. Diese Schaltung habe ich dann "Notschalter" getauft und betätigte ihn immer wenn ich nachts dass Trapsen meiner Eltern hörte. Der PC und das Licht gingen aus, ich warf mich ins Bett. Meine Eltern dachten ich schlafe. Habe dann noch mal draufgedrückt und die Kiste ging wieder an, Headset aufgesetzt und schnell bei der Gilde ein "Sorry, Rechner abgeschmiert" reingeschrieben.

Natürlich hatte ich kaum noch Zeit für Freunde. In einem Jahr war ich vielleicht 1 Mal bei meinem bisherigen besten Freund. Da habe ich allerdings meinen Rechner mitgebracht und die Nacht durchgezockt. Er war nicht begeistert...

Allerdings war ich des Öfteren bei einem WoW-Kumpel anzutreffen, wo wir dann zusammen gespielt haben, natürlich die ganze Nacht lang!

Mein Gesprächsthema in der Schule wurde zunehmend WoW...Damit nervte ich natürlich alle meine Freunde und wurde später eher...fast schon gemieden.

Klavier spielen wurde seltener und Sport ein Fremdwort...zum Glück konnte ich aus Zeitmangel wenig essen, sonst wäre ich bestimmt fett geworden...Schulnoten gingen in den Keller, da ich selten länger als vier Stunden am Stück schlief und mir Arbeiten schlichtweg scheißegal waren. (Zum Glück fällt mir die Schule leicht und ich bin nur von 1,4 auf 1,9 gefallen, ich kenne aber auch Leute aus meiner Gilde, die wegen WoW die Schule geschmissen bzw. ihr Abitur versemelt haben).

Heute kann ich natürlich sarkastisch und ironisch darauf zurückblicken und schreiben, was ich für ein Depp war, aber damals war ich fest überzeugt davon, nicht süchtig zu sein und einfach nur ein normales Hobby zu betreiben...

### *Wie muss man sich das Spielen in einer Gilde vorstellen?*

Ich dehne die Frage erst mal ein bisschen und sage "Was IST eine Gilde in WoW?". World of Warcraft ist auf PvE ausgelegt (Player versus environment). Die Gilden sind dafür da, dass sich Spieler zu einer Spiel- und Interessengruppe zusammenschließen.

Natürlich möchte jeder Mensch irgendwie der Beste sein. In WoW ist dies das Ausrüsten des Charakters mit immer besseren Gegenständen (davor muss man natürlich noch das Maximallevel 70 erreichen). Das strikte Leveln geht auch solo, man tötet einfach Monster und erledigt Quests, bis man 70 ist, doch dann muss das ganze weitergehen. Hier kommt die Gilde ins Spiel: In World of Warcraft gibt es so genannte Instanzen, wo immer schwerere Gegner auf jemanden warten, die immer bessere Items "droppen" und immer mehr Menschen brauchen um sie zu bezwingen. Als Beispiele bringe ich mal die Instanz Naxxramas, die vor (und ich meine auch nach) dem Addon Burning Crusade die wohl schwerste Aufgabe war, der man sich stellen konnte. Hier wurden 40 TOPkonzentrierte und TOPfähige Spieler benötigt, die fünf bis acht Stunden lang mit absoluter Aufmerksamkeit die ihnen im Raid (Schlachtzug in der Instanz) zugeteilte Aufgabe bewältigen. Diese Spieler stammen meist aus der Gilde. Natürlich sind nicht alle Gilden so "hardcore" und nicht jeder WoW Spieler ein Süchtling, aber jeder der in WoW etwas erreichen will (und nicht als NOOB beschimpft werden will) spielt in einer Gilde und meistert Instanzen. Man kann sich gar nicht vorstellen, was das Raiden mit der Gilde für ein Zeitaufwand war. Wir zum Beispiel hatten Mittwoch, Freitag, Samstag und Sonntag "Raidtag" was bedeutet, dass von 17 bis 0 Uhr vor dem PC gesessen wird und man versucht, die angesprochenen Instanzen zu meistern. Essen musste man sich zurechtlegen, denn es wurde äußerst ungerne gesehen, wenn man während eines Raides AFK (away from Keyboard) ging. Diese Raidtage musste man natürlich vorbereiten, ob nun durch stures Üben

seiner Aufgabe oder durch so genanntes "farmen" (sammeln von Items die einem Helfen könnten, z.B. Heiltränke etc.) damit ging der Montag und Dienstag drauf. Donnerstag war frei, aber wenn man ihn nicht vor dem PC verbringen wollte, wurde stillschweigend erwartet, dass man sich abmeldet. Die Gilde geht vor...

Es entsteht ein extremer Zwang WoW zu spielen, da in jeder Sekunde die man nicht vor dem PC verbringt, alle Anderen besser werden, man selbst jedoch so bleibt wie man ist, WoW dreht sich immer weiter. Außerdem ist in den so genannten "Hardcoregilden" jeder eigentlich 24/7 online und eingeloggt... Und dies wird auch erwartet.

Noch ein letztes um die Ernsthaftigkeit der Gilden aufzuzeigen. Als ich mich bei meiner Gilde bewarb, schrieb ich eine zweiseitige Bewerbung und wurde sogar zu einem Bewerbungsgespräch per Teamspeak eingeladen. Eine "Hardcoregilde" hat also auch ein Personalbüro sowie andere Ämter wie die Raidorganisatoren, die Stunden und Tage damit verbringen, Taktiken aufzuschreiben wie man diesen und jenen Boss "legen" kann.

Mein Abschiedsbrief, ja, ich habe einen geschrieben, war auch 2 Seiten lang und ich war den Tränen nahe. WoW war einfach wie ein zweites Leben, das manche Leute, leider, zu ihrem ersten machen...

*Hattest du das Gefühl, im Spiel mehr Anerkennung zu finden, als im „real life“?*

Nein, eigentlich nicht. Ich war auch im RL "relativ" angesehen und keine Probleme. Allerdings benutzen viele Menschen WoW als Flucht vor ihrem normalen Leben, dass (in meiner Gilde zumindest) meist aus armen Schicksalen besteht. Wir hatten 70% Arbeitslosenquote und in meinem Jahr bei der Gilde wurden mindestens 2 Leute von ihrer Frau verlassen...wegen WoW.

*Wie hast du es geschafft, schließlich aufzuhören?*

Meine Freunde und auch die Eltern haben mir ein indirektes Ultimatum gestellt, indem sie sich immer mehr von mir abwandten und ich merkte, dass ich bald nur noch "in-game-Freundschaften" habe, die zwar ganz schön sind...aber eben in-game. Außerdem habe ich langsam gesehen, dass ich anfangen muss, etwas aus meiner Zeit zu machen, mir eine Freundin zu suchen zum Beispiel. Und eben dies, eine Freundin, hat mir geholfen davon "loszukommen", denn so etwas ist immer besser als jeder gelegte Boss und die beste Rüstung...

*Hast du einen Tipp an Betroffene?*

Überlegt euch, was passieren würde, wenn Blizzard die Server für WoW abschalten würde. Ich schätze mindestens 10 der 100 Mitglieder meiner Gilde würden sich umbringen, die meisten anderen ohne Perspektive im Leben stehen... WIE WILLST DU DASTEHEN?

Selbstverständlich sind nicht alle Menschen, die World of Warcraft oder Vergleichbares spielen, süchtig danach.

Und doch geschieht es immer wieder, dass Leute, die ein ganz normales Leben geführt haben, in dieser virtuellen Welt verschwinden.

*Mein ehemals guter Freund zeigt eindeutige Merkmale eines Suchtverhaltens. Nicht mal, als ich dort zu Besuch war, loggte er sich aus dem Spiel aus. In seinem Zimmer stehen ein Kühlschrank, ein Wasserkocher und mehrere Instant-Suppen – alles griffbereit in der Nähe des Schreibtisches. Wenn er von der Arbeit nach Hause kommt, befindet er sich „im Game“ und ist somit nicht zu erreichen, weshalb wir so gut wie keinen Kontakt mehr miteinander haben.*

*Demnächst schreibt er wichtige Abschlussprüfungen. Er will für diesen Zeitraum aufhören zu spielen. Ob ihm das gelingt ist fraglich.*

=====

**Wir danken Frau Johanna Helm, dass Sie uns diesen für unsere Seite wichtigen Text zur Verfügung gestellt hat.**