

## Kinder im Bann von Videogames: wenn Gamen zum Problem wird



Foto: Gaming Campus

Text: STEFAN MÜLLER

### **O**ne-Videospiele ersetzen Kindern immer mehr die herkömmlichen Spielsachen – sehr zur Sorge vieler Eltern. Was tun?

Sonntagmorgen. Die Familie Meier (Namen geändert) hat sich um den grossen Stubentisch versammelt. Heute steht kein gemütlicher Brunch an, sondern eine Diskussion wegen des Gamens. «Ja, ich lerne halt später für die Prüfung», antwortet Martin trotzig, als die Eltern ihn auf die Game-Regel der Familie hinweisen: Maximal eine Stunde spielen pro Tag auf dem Handy. Dem 13-jährigen Gymnasiast fällt es schwer, sich an diese Vorgabe zu halten. Trotz App, das seinen Handykonsum steuern sollte. Nun müssen Eltern an diesem Sonntagvormittag wiederholt die Regeln in Erinnerung rufen.

Wenn es um das Thema Gamen geht, fliegen in manchen Elternhäusern schon mal die Fetzen. Das erstaunt nicht, denn immer mehr Kinder und

Jugendliche geraten in den Bann von Online-Videospielen. Das bestätigt auch die aktuelle JAMES-Studie 2018 der Zürcher Fachhochschule für angewandte Wissenschaften, die seit bald zwanzig Jahren repräsentative Zahlen zur Mediennutzung von Jugendlichen zwischen 12 und 19 Jahren in der Schweiz liefert.

Gemäss der Erhebung gamen 66 Prozent aller Knaben täglich oder mehrmals pro Woche. Bei den Mädchen sind es 11 Prozent. Ausserdem spielen die Knaben im Gegensatz zu den Mädchen lieber gemeinsam als allein. Praktisch alle Jugendliche besitzen ein Smartphone (99%).

### **Gamen – eine Krankheit?**

Eine bange Frage vieler Eltern: Ist mein Kind spielsüchtig? So einfach lässt sich die Frage aber nicht beantworten. Auch wenn die Weltgesundheitsorganisation WHO vor kurzem die Online-spielsucht als Krankheit definiert hat. Als süchtig gilt, wer seinen Alltag wegen exzessiven Computer- und Videospielens vernachlässigt.

Der WHO-Krankheitskatalog, worin viele andere Krankheiten definiert sind, soll es Ärzten erleichtern, eine Krankheit zu diagnostizieren.

Was bedeutet das für die Schweiz? «Es wird sicher mehr über Risiken und Chancen des Gamens diskutiert», sagt Medienexperte Joachim Zahn von der Medienfachstelle «zischtig.ch», die sich seit mehr als zehn Jahre nach eigenen Angaben als wichtige Ergänzung zu den «Digitalisierungs-Euphorikern» versteht. Ob der Entscheid gar dazu führt, dass vermehrt Kinder und Jugendliche als grundlos krank erklärt würden, wie manche Experten befürchten, kann Joachim Zahn zum jetzigen Zeitpunkt nicht sagen. Zweifellos müsse das Thema differenzierter angeschaut werden, als es die Gamebranche tut, die vor allem von Chancen und der günstigen Entwicklung auf das Vorstellungsvermögen spricht.

## Im Spiel gefangen

Gemäss Studien und Beobachtungen von Fachleuten haben vor allem neuere Onlinespiele ein hohes Suchtpotenzial. Die Spiele sind raffiniert gestaltet. Man kann etwa in der Gruppe spielen. «Sie tragen damit dem Bedürfnis Rechnung, mit Gleichaltrigen eine gemeinsame Spielerfahrung zu machen», so Medienexperte Joachim Zahn. Weitere Spielelemente, die Kinder und Jugendliche stark binden: Man fühlt sich zugehörig; man misst sich mit anderen, man kann Actionheld spielen und erhält Belohnungen mit hohem Abhängigkeitspotenzial.

Das derzeit beliebteste Onlinespiel «Fortnite» ist so gestriekt. Weil es die meisten kennen, kann darüber auch gut auf dem Pausenplatz «gefachsimpelt» werden. «Die Erwachsenen haben oft keine Ahnung und fühlen sich überfordert», berichtet Joachim Zahn weiter. Hinzu komme eine riesige Fan-Welt. Es gebe Meisterschaften, Spieler-Helden und Ruhm. Manche Spieler verdienen sich eine goldene Nase mit täglichem Live-Streamen.

Das Gamen ist ein gutes Geschäft. Auch wenn das Game grundsätzlich kostenlos ist, gelingt es mit Tricks, den Spielenden das Geld aus der Tasche zu locken. Mit raffinierten Gadgets (technischem Zubehör), die nur in limitierter Anzahl verfügbar sind und die man unbedingt haben muss, lässt sich ein hoher Verkaufspreis erzielen.

Dazu Joachim Zahn: «Jüngere Spieler können diesen Mechanismen wenig entgegensetzen.»

## Eltern und Schule sind gefordert

Onlinespiele halten Eltern immer mehr auf Trab. «Wir hatten bei «zischtig» noch nie so viele Anfragen von Eltern, die mit dem Setzen von Grenzen überfordert waren wie bei Fortnite», stellt der Medienexperte fest. Solche Kinder machen nicht mehr mit anderen Kindern ab. Sie werden aggressiv, wenn man sie einschränken wolle. In vielen Familien eskaliert die Auseinandersetzung. Wenn die Grenzen aber fehlen, spielen manche Kinder die ganze Freizeit und schlafen kaum. Dies hat auch Auswirkungen auf die Schule. «Es gibt tatsächlich Kinder, die exzessiv gamen und wenig Regeln kennen. Häufig ist dies aber auch nur eine Phase», bestätigt Sandra Geissler, Leiterin der Schulsozialarbeit der Stadt Bern. Die Lehrkräfte meldeten sich bei der Schulsozialarbeit, wenn der Unterricht gestört werde, zum Beispiel durch starke Müdigkeit oder Konzentrationsschwierigkeiten eines Schülers. Die Sozialarbeitenden sprechen in der Beratung das Kind darauf an und fragen nach dem Schlaf- und Freizeitverhalten. Sie versuchen die Eltern miteinzubeziehen und zu unterstützen. «Die Eltern sind stark gefordert», sagt Sandra Geissler. Es gehe schlussendlich um Erziehung. Sie stellt ein grosses Interesse am Thema «Umgang mit digitalen Medien» fest. So werden an den Berner Schulen regelmässig, Informationsanlässe dazu durchgeführt. Ähnlich sieht es in anderen Kantonen aus, allerdings unterscheiden sich die Angebote stark. Die einen Schulen engagieren sich mit Präventionslektionen und Informationsveranstaltungen, andere begnügen sich mit einem Beitrag auf ihrer Webseite.



Foto: istockphoto

## Kinder begleiten statt machen lassen

Das Internet und damit auch Onlinespiele bergen Risiken. Aus diesem Grund sollten sich die Eltern mit der Medien-nutzung ihrer Kinder vertraut machen, das Kind begleiten, Interesse zeigen und beobachten, welche Games gespielt werden. Man muss nicht alle technischen Details verste-hen.

Wichtig ist einfach herauszufinden, welche Funktion das Gamen im Alltag des Kindes spielt. So wird man vom Kind ernst genommen und man kann gemeinsam realistische Regeln vereinbaren. Für das Durchsetzen von Regeln braucht es auch die Selbstregulierung des Kindes. Was El-tern sonst noch tun können:

- ▶ Informieren Sie sich. Setzen Sie sich mit den neuen Medien und mit Ihrem eigenen Mediengebrauch auseinander.
- ▶ Entdecken Sie das Internet gemeinsam mit Ihrem Kind. Sprechen Sie mit ihm darüber, was es im In-ternet macht. Lassen Sie sich erklären, welche G-ames es spielt.
- ▶ Klären Sie Ihr Kind über mögliche Gefahren im In-ternet auf.
- ▶ Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind Regeln, wie oft und wie lange Ihr Kind die verschiedenen elektronischen Medien nutzen darf. Achten Sie darauf, dass es sich an die Abmachungen hält.
- ▶ Motivieren Sie Ihr Kind, dass es neben den Medien genügend Zeit mit anderen Aktivitäten und mit sei-nen Freunden verbringt.
- ▶ Achten Sie darauf, dass Ihr Kind Spiele und Filme aussucht, die seinem Alter entsprechen.
- ▶ Klären Sie Ihr Kind über strafbare Handlungen im Internet auf. Dazu gehören insbesondere Cyber-mobbing und das Herunterladen von extremen In-halten.
- ▶ Wenn Sie sich unsicher fühlen, kann es sehr hilf-reich sein, sich mit anderen Eltern auszutauschen. Sie finden auch bei Beratungsstellen Unterstützung und Rat. (Text: Stefan Müller)

## Griffiger Jugendschutz fehlt

Ein guter Jugendschutz ist zentral, eine Altersbe-schränkung für den Medienkonsum unabding-bar. Lange hat sich der Gesetzgeber gedrückt und der Gamebranche die Kontrolle weitgehend überlassen. Mit einer schweizweit einheitlichen Alterskennzeichnung und Alterskontrollen für Filme und Videospiele, will nun der Bundesrat mit einer Gesetzesvorlage Minderjährige künftig besser vor ungeeigneten Medieninhalten schüt-zen.

Doch das genügt nicht. Präventionsfachleute kri-tisierten im Rahmen der Vernehmlassung, dass die Gesetzesvorlage zu wenig weit greife. «Der Faktor «Abhängigkeit» ist nicht berücksichtigt», sagt Christian Ingold, Leiter Prävention am Zentrum für Spielsucht und andere Verhaltens-süchte, RADIX Zürich. Man müsse die Jugend-lichen nicht nur vor schädigenden Medieninhal-ten schützen, sondern auch vor einer Sucht be-wahren. Genauso wie bei der Altersfreigabe plä-dierte er für eine Klassifizierung des Abhängig-keitspotenzials von Games. Kein leichtes Unter-fangen. «Die Regulierung der Gamebranche wird politisch vernachlässigt», sagt der Präven-tionsfachmann. Dass aber grosser Handlungsbe-darf besteht, zeigt sich an den überlasteten Ber-atungsstellen landauf, landab.

Ein griffiger Jugendschutz wäre wohl auch für die Familie Meier hilfreich. Die sonntägliche «Kropfleerete» bringt zwar eine momentane Klärung der Regeln. Ob Martin seinen Spielkon-sum künftig besser im Griff hat und das Ver-trauen der Eltern wiedergewinnt, muss sich aber erst zeigen. ●

### Mehr Informationen

Online Be-  
ratung für Sucht-  
fragen



Sucht-  
prävention



Altersfreigaben  
für Computer-  
spiele

