

Seminar: Neuere  
Psychologische Fachliteratur  
Prof. Dr. Karl Leidlmair  
WS 2010/2011

Seminararbeit:

Neuere psychologische Fachliteratur:

# Online Spiele

Vorgelegt von

Düsseldorf Paule (0717690)

Sauter Michèle (0718173)

# Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis .....	2
1. Geschichte der Online-Spiele .....	3
2. Charakteristika.....	5
2.1. Second Life.....	6
2.2. World of Warcraft:.....	7
3. Avatare.....	9
4. Gefahren von Onlinespielen - Sucht und Therapie .....	11
5. Potenziale von Online Spielen.....	15
6. Statistiken .....	16
7. Literaturverzeichnis .....	18

# 1. Geschichte der Online-Spiele

Spielen gehört zu den ältesten kulturellen Äußerungen der Menschen, älter als alle in schriftlicher Form niedergelegten Ideen und Gesetze und beinahe so alt wie die frühesten bildlichen Darstellungen.

Es wurden beispielsweise Brettspiele bei Ausgrabungen in Chaldäa gefunden, die heute auf die Zeit um ungefähr 2800 vor Christus datiert wurden.

Für viele gilt dieses Brettspiel als das Ur-Spiel, aus dem nachfolgende Kulturen ihre eignen Varianten und Formen entwickelten.

So hat jede Zeit, jeder Stand und jedes Alter seine spezifischen und stets modegebundenen Spielformen und Arten entwickelt.

Die heutige Zeit und das Voranschreiten der technischen Entwicklung ermöglichten eine ganz neue Art von Spielen: das Eintauchen in andere Welten in gleichzeitiger Interaktion mit hunderten wenn nicht sogar tausenden anderen Mitspielern.

Das erste Textadventure, text-basierte Computerspiele, in denen der Spieler Befehle eingibt oder auswählt die vom Spiel interpretiert und ausgeführt werden, wurde in den 1970ern von Will Crowther entwickelt und präsentiert eine unterirdische, virtuelle Welt, in der der Spieler verschiedene Aufgaben, wie Monster töten und Schätze finde, zu erfüllen hat.

Diese Spiel wurde Adventure genannt und gab somit einem kompletten Computerspiel-Genre seinen Namen.

Roy Trubshaw entwickelte aus diesem Textadventure 1979/1980 das erste Mehrbenutzer-Adventure, das in Echtzeit lief und nannte es **Multi-User-Dungeon (MUD)**.

Die MUDs legten den Grundstein für die MMORPGs, in dem sie ihren Einflussbereich vom einen Universitätsnetz erst auf das amerikanische und dann auf das europäische Internet ausweiteten und damit eine Programmiererwelle auf der ganzen Welt auslösten.

Anfang der 1990er erschienen dann die ersten grafikbasierten „**Massively Multiplayer Online Role-Playing Games**“, kurz MMORPGs, in denen anfangs 50 Spieler, später 250 Spieler und heute bis zu 5000 Spieler gleichzeitig aktiv spielen und interagieren können.

Das erfolgreichste MMORPGs „aller Zeiten“, wie es oft genannt und beworben wird, ist derzeit World of Warcraft, welches 2005 von Blizzard (erfolgreicher Entwickler und Vertreiber der Warcraft-

und Diablo-Reihe) auf den Markt gebracht wurde.

Innerhalb von 5 Jahren (Stand 10.2010) erreichte es eine Spielerzahl von 12 Millionen Spielern weltweit. Mit seinen vielfältigen Möglichkeiten und einer nie endenden Geschichte fesselte es Spieler jeder Nationalität und jeden Alters und wurde somit für die einen das Beste was der Online-Spiele-Markt zu bieten hat und für die anderen zum Aushängeschild für Online-Spielsucht höchsten Ausmaßes.

## 2. Charakteristika

Obwohl es sehr viele verschiedene Arten von Online Spielen gibt, haben die meisten einige gemeinsame Aspekte, welche im folgenden beschrieben werden.

Bei den meisten Online Spielen handelt es sich um gestaltete „Fantasywelten“, welche einem Spieler unendliche Möglichkeiten der Erkundung und der Interaktion bieten. Diese virtuellen Welten sind riesig, weswegen das Spiel auch nicht so schnell langweilig werden kann. Außerdem gibt es bei den meisten Spielen eine Basisversion, oder das Level 1 ist oft nur beschränkt zugänglich, damit das gesamte Spiel erworben wird. Nur somit ist es möglich, diese virtuelle Welt in ihrer ganzen Faszination zu erkunden. Dazu benötigt der Spieler oft hunderte bis tausende Stunden und erreicht das Maximallevel nur schwer. Dieses wird von den Machern des Spiels natürlich auch immer wieder erhöht, damit das Spiel nicht so langweilig wird. Mit sogenannten „add-ons“, also Erweiterungen des Spiels, welche regelmäßig, z.B. im 2-Jahre Rhythmus erscheinen, wird der Reiz und die Faszination noch gesteigert, da mit jeder Erweiterung natürlich neue Möglichkeiten im Spiel entstehen. Viele Bereiche sind im späteren Verlauf des Spiels nur noch in Gruppen (Gilden) absolvierbar, woraus sich zahlreiche neue Sozialkontakte ergeben. Damit man ein Spielziel in einer Gruppe erreicht, ist es unbedingt notwendig dass jeder aus dieser Gruppe zur selben Zeit online ist, um die Aufgabe zu erfüllen. Hier kann man natürlich auch davon ausgehen, dass diese „Treffen“, wegen sozialer Erwünschtheit und Anerkennung ein fester Bestandteil des Terminkalenders sind. Die Spiele-Welt ermöglicht also zahlreiche nicht-reale Beziehungen, welche den realen oft vorgezogen werden, weil sie, wie bereits erwähnt, im Spiel mehr Anerkennung erfahren als im wirklichen Leben. Der Spieler findet hier gesellschaftliche Akzeptanz, Anerkennung und Belohnung durch den „Peer Group Effekt“. Das Eintauchen in eine unbegrenzte „Fantasy-Welt“, lässt in der subjektiven Bewertung und Präferenz die reale gegenüber der virtuellen Welt zurücktreten. Im Spiel selbst kommt es sehr oft zum „Flow-Erleben“, einem euphorischen Gefühl des völligen Aufgehens in einer Tätigkeit. Der Spieler verliert dadurch zeitliche und räumliche Grenzen. Flow kann somit als Zustand beschrieben werden, in dem Aufmerksamkeit, Motivation und die Umgebung in einer Art produktiven Harmonie zusammentreffen.

Durch dieses „Flow-Gefühl“ und die damit einhergehende Harmonie ist das hohe Suchtpotenzial eines Online Spiels natürlich erheblich begünstigt. Ein zusätzlicher Faktor ist auch, dass diese virtuellen Welten unbegrenzt betretbar sind, da das Geschehen nicht pausiert. Heutzutage kann sich auch fast jeder die ständige Internetnutzung leisten, da die meisten Personen über

sogenannte „Flatrates“ verfügen. Dem Spielen im Internet ist somit keine Grenzen mehr gesetzt. Ein weiteres wichtiges Kriterium eines Online Spieles ist die Tatsache dass der Spieler die Kontrolle über seine Selbstpräsentation hat, welche dadurch gesteigert wird, dass bei der Einhaltung der Regeln im Spiel schneller Erfolge zu erzielen sind. Man hat sozusagen eine Macht über den selbst kreierten Charakter, welchen man auch „Avatar“ nennt.. Dieser Avatar ist sozusagen der grafische Stellvertreter der eigenen Person im Spiel. Diesem Avatar kann man beliebig Eigenschaften zuordnen und das Aussehen und den sozialen Rang selbst bestimmen. Somit wird dem Spieler einen Entwurf oder aber eine Transformation seiner echten Person im Spiel ermöglicht.

Um diese allgemeinen Charakteristika nun in einigen konkreten Beispielen zu verdeutlichen, stellen wir nun zwei sehr bekannte Online Spiele vor.

## 2.1. Second Life

Ein sehr bekanntes Online Spiel ist „Second Life“, welches im Jahre 2003 von der Firma Linden Lab entwickelt wurde. Bei diesem Spiel handelt es sich nicht um ein klassisches Computerspiel, da es weder Spielziele, noch Aufgaben gibt, sondern um eine zweite Welt, wie der Name es auch schon besagt, in welcher man sich frei bewegen kann. Bei Second Life handelt es sich um eine dreidimensionale Struktur, eine virtuelle Welt, in der Menschen online miteinander interagieren, spielen und Handel betreiben können. Eine starke Faszinations- und Motivationskraft des Spiels ist wahrscheinlich der Aspekt der Kommunikation mit anderen Menschen. Das Medium erlaubt es, unabhängig von Hautfarbe, Religion, beruflichem Status oder Bildung miteinander zu interagieren. Somit sind vielfältige Gemeinschaften entstanden. Das Spiel ermöglicht es dem Spieler, sein eigenes Leben im Spiel zu verändern, indem man zum Beispiel ein anderes Geschlecht annimmt, eine andere Frau heiratet, einen anderen Job annimmt oder einer anderen sozialen Schicht angehört.

Die Welt von Second Life kann von den Nutzern eigens gestaltet werden. Zum Beispiel kann man Gebäude, Fahrzeuge, Einrichtungsgegenstände, Kleidung, Straßen, Bäume und vieles mehr selbst errichten. Um dieses Privileg in Anspruch nehmen zu können, ist es notwendig, dass man sich hier einen sogenannten „Premium Account“ einrichtet und monatlich zwischen 6 und 9,95 US Dollar zahlt. Man erhält dann monatlich ein Taschengeld von 300 Lindendollar, welches das öffentliche Zahlungsmittel im Spiel darstellt. Nur mit einem Premium Account ist es möglich, diese virtuelle Welt mitzugestalten. Obwohl die Welt von den Nutzern selbst gestaltet wird, gibt es von der Firma Linden Lab aus ein Regelwerk, welches allgemein beschreibt, welche Handlungen im Spiel unerwünscht sind. Dieses Regelwerk nennt sich „Big Six“ und besteht aus folgenden

Kriterien:

Intoleranz

Belästigung

Angriffe

Weitergabe von Informationen

Schamlosigkeit

Störung des Friedens

Die öffentliche Berichterstattung über die Darstellung von sexuellen Handlungen mit kindlichen Avataren führte dazu, dass sich Linden Lab im November 2007 dazu veranlasst sah, ein Verbot des so genannten „ageplaying“ mit sexuellen Handlungen (Kinder als Sexualobjekt) zu veranlassen. Ebenfalls im Jahr 2007 verbot Linden Lab das Glücksspiel mit Wetteinsatz. Um einen Account bei Second Life zu erstellen, muss, oder sollte man, mindestens 18 Jahre alt sein, obwohl keine Altersverifikation erfolgt. Für jüngere Nutzer steht „Teen Second Life“ zur Verfügung.

Seit 2007 haben auch große Firmen das Werbepotential dieses Spiel entdeckt und haben sich virtuelle Niederlassungen im Spiel erstellt. Einige Beispiele sind: Die Deutsche Post, Daimler-Benz, Dell und Adidas. Diese Firmen nutzen Second Life um ihre Marke zu präsentieren und um mit potenziellen Kunden in einen interaktiven Kontakt zu treten. Somit war es dem Spieler auch möglich, im Spiel die neue C-Klasse von Mercedes-Benz auf einer Teststrecke Probe zu fahren oder die neuen Adidas Schuhe zu kaufen, bevor sie in den realen Handel kamen. Durch die Niederlassung der Bundespost im Spiel können sogar Ansichtskarten in die reale Welt verschickt werden.

## **2.2. World of Warcraft:**

Ein weiteres, und auch das wohl bekannteste Online Computerspiel, welches zu den sogenannten MMORPG's gehört (Massively Multiplayer Online Role Playing Games), also ein Mehrspieler-Online-Rollenspiel, ist World of Warcraft, kurz auch WoW genannt. Dieses Spiel wurde 2005 von dem Unternehmen Blizzard Entertainment veröffentlicht und ist seitdem ein riesiger kommerzieller Erfolg. WoW ist das erfolgreichste Onlinespiel aller Zeiten, gemessen an dem unglaublich schnellen Wachstum der Spieler bzw. Accounts.

Um die Spieler an dieses Spiel zu binden, muss jeder Nutzer zuerst die Zugangssoftware

erwerben und einen „Account“, also ein Benutzerkonto im Spiel erstellen. Dieser Account geht jedoch mit monatlichen Gebühren einher, welche je nach Zahlungsmodi zwischen 11 und 13 Euro pro Monat betragen. Um spielen zu können, braucht man erst einen Zugangsschlüssel, da die Spielsoftware alleine quasi nutzlos ist. Dieser Zugangsschlüssel ist eine Seriennummer, welche das Spiel nur auf einem einzigen Rechner zu spielen erlaubt.

Das besondere bei einem MMORPG ist, dass jeder Spieler die Möglichkeit hat, mit mehreren tausend anderen Nutzern gleichzeitig über das Internet gemeinsam zu spielen. Darin liegt auch die Motivations- und Faszinationskraft des Spiels, denn man spielt nur alleine im Raum, jedoch ist man in der virtuellen Welt von vielen anderen Menschen, beziehungsweise deren grafischen Stellvertretern umgeben. In WoW geht es hauptsächlich darum, seine virtuelle Identität, also den Charakter, in einer außergewöhnlichen Gesellschaft der Gamecommunity weiterzuentwickeln. Es interessiert andere Spieler nicht, welche Eigenschaften die echte Person hat, denn im Spiel gilt nur der selbst erstellte Charakter, auch Avatar genannt, dessen Entwicklung nie beendet ist. Der soziale Aufstieg erfolgt über das „Leveln“ (aktuell bis zu Level 80) und erfordert sehr viel Zeit. Da das Spiel auch sogenannte „add-ons“, also Erweiterungen bietet, wird das Spiel nie langweilig und es ist sehr schwierig, das Maximallevel zu erreichen. Bisher gibt es 3 Erweiterungen des Spiels, welche alle neue Möglichkeiten eröffnen, und das Spielen somit wieder attraktiver gestalten.

Bei diesem Spiel ist das Bedürfnis nach Anerkennung und Erfolg sehr hoch ausgeprägt und wird durch das Belohnungssystem unterstützt. Man muss sogenannte „Quests“, also Aufgaben, erledigen und erhält somit Erfahrungspunkte.



### 3. Avatare

Die Avatare sind die stellvertretende Spielfigur eines Spielers und somit seine individuelle Ausdrucksmöglichkeit in einer virtuellen Welt. Er eröffnete dem Spieler die unzähligen Möglichkeiten die die einzelnen Spiele zu bieten haben. So kann man seinen Avatar individuell gestalten und in mythologische Gestalten schlüpfen.

Die Gestaltungsmöglichkeiten gehen von Fraktionszugehörigkeit (in Fantasy-Spielen wie WoW) über Rasse, Geschlecht, Aussehen und Anfangsausstattung der Figur. Viele Spiele lassen eine sehr differenzierte Gestaltung des Aussehens zu, in dem sie die Figur bis in die kleinsten Details veränderbar darstellen. So lässt sich bei World of Warcraft zu Beginn die Zugehörigkeit zu einer Fraktion, Horde oder Allianz, bestimmen aus welcher der Benutzer dann jeweils 4 Rassen (z.B. Ork, Troll, Mensch, Blutelf, Untoter usw.) auswählen kann. Für jede dieser Rassen stehen dann beide Geschlechter und viele verschiedene Klassen (z.B. Magier, Priester, Krieger, Schurke usw.) zur Verfügung. Hat man diese Entscheidungen getroffen kann man seinem (beispielsweise) Untoten Magier noch Hautfarbe, Frisur, Gesichtszüge und Tätowierungen zuordnen.

Häufig wird der erste Avatar zu Spielbeginn spontan und intuitiv gewählt, im späteren Spielverlauf, wenn man die Bedeutung der einzelnen Rassen und Klassen besser verstanden hat, werden weitere Avatare erstellt, die sich an den Bedürfnissen des Spiels, des Spielers selbst und der Gruppe, der er inzwischen angehört, orientieren und angepasst bearbeitet werden.

Damit wären zwei weitere Kriterien für die Avatarerstellung genannt: Bedürfnisse der Gruppe und Anforderungen des Spiels. Im Verlauf eines MMORPGs kommt es zu Verknüpfungen innerhalb der Spielwelt zwischen den Spielern. Die Anforderungen des Spiels wachsen mit steigendem Level und sind für den einzelnen Spieler nicht mehr allein zu bewältigen. Es entstehen Spielergemeinden (z.B. bei WoW Questgruppen und Gilden), die sich gemeinsam den Aufgaben des Spiels stellen. Dabei wird auf eine ausgewogene Fähigkeitsverteilung der einzelnen Figuren geachtet und wert gelegt, weshalb es mit fortschreitendem Erleben der Spielwelt immer wichtiger wird Figuren zu entwickeln, die die Bedürfnisse der Gruppe erfüllen und unterstützen.

Eine Steigerung der Bedürfniserfüllung innerhalb der Spielgemeinschaft ist die Ausformung des Charakters (Avatar). So erhält der Spieler in World of Warcraft die Möglichkeit seiner Figur zwei Hauptberufe und mehrere Nebenberufe anzutrainieren. Bei der Berufswahl (z.B. Schneider, Kürschner, Schmied) wird also nicht nur der Nutzen für die eigene Spielfigur sondern auch der

Gewinn für die Gruppe einkalkuliert und beeinflusst somit weitgehend die Entwicklung.

Mit einem Avatar ist es einem Spieler also nicht nur möglich einzelne Persönlichkeitsentwürfe auszuprobieren, wozu Second Life geradezu einlädt, er kann auch testen wie die einzelnen Entwürfe auf andere wirken und wie diese sich auf die Eingliederung in eine Gruppe auswirken.

Die eben beschriebenen Möglichkeiten eines Avatars führen häufig zu einer semantischen Identifikation, ein nicht selten Auftretendes Phänomen bei Rollenspielen.

Dabei handelt es sich um „eine am Inhalt ausgerichtete Form der Verschränkung von Spieler und Spielfigur. Der Spieler identifiziert sich mit dem Spielinhalt, als habe er für sich eine Bedeutung“ (Fritz, 2008, S.99). Es ist also nicht ungewöhnlich, dass der Spielende „mit seinem Avatar so stark verschmilzt, als sei es ein Parallelcharakter von ihm selbst“ (Fritz, 2008, S99.).

In diesen „Parallelcharakter“ kann ein Spieler Teile seines (Wunsch-) Selbst projizieren, also sein wer er gerne wäre aber im „echten“ Leben nicht sein kann. „Die virtuelle Welt des Online-Rollenspiels bietet somit ein Experimentierfeld für die Entwicklung der eigenen Identität“ (Beranek, Cramer-Düncher, Baier, S.73). Mehr dazu unter Potenziale von Online-Spielen.

## 4. Gefahren von Onlinespielen - Sucht und Therapie

Spiele gibt es seit vielen hundert Jahren. Der niederländische Kulturanthropologe Johan Huizinga schreibt in seinem Hauptwerk „Homo ludens“: „Spiel ist eine freiwillige Handlung oder Beschäftigung, die innerhalb gewisser festgesetzter Grenzen von Zeit und Raum nach freiwillig angenommenen, aber unbedingt bindenden Regeln verrichtet wird, ihr Ziel in sich selber hat und begleitet wird von einem Gefühl der Spannung und Freude und einem Bewusstsein des Andersseins als das gewöhnliche Leben.“

Ein Computerspiel ist demnach ein interaktives Medium, zu dem man ständig Zugang hat. Wenn man diese Grenzen von Zeit und Raum jedoch nicht mehr verspürt, kann das Spielen auch rasch zu einer Sucht werden. Das Suchtpotenzial von Online- und Computerspielsucht wird von den Betroffenen und Angehörigen erheblich unterschätzt. Im Unterschied zu anderen Suchterkrankungen besteht hier eine deutliche soziale Akzeptanz.

Nun stellt sich jedoch die Frage, warum die Computerspielsucht solch eine gesellschaftliche und soziale Anerkennung genießt?

Ein Grund für diese Akzeptanz ist die Tatsache, dass unter den Experten noch eine allgemeine Unsicherheit darüber herrscht, wie die Computerspielsucht eigentlich fachlich einzuordnen ist. Das fängt schon bei der Begriffsdefinition an. Zurzeit kursieren einige Begrifflichkeiten bezogen auf die unterschiedlichen Mediensettings. Man unterscheidet zwischen einer Sucht nach Medien allgemein, womit hier auch Handy und Fernsehen, sowie pathologischer und exzessiver Mediengebrauch gemeint ist. Ein anderes Mediensetting stellt das Internet dar; Onlinesucht und Internetsucht. Man spricht bei dieser Abhängigkeit auch vom „Internet Addiction Disorder“, kurz IAD genannt oder von einer Cyberdisorder. Als drittes Mediensetting wird der pathologische Computergebrauch beschrieben.

Dies sind die Probleme der aktuellen Forschung zur Computerspielsucht, welche noch keine einheitliche Meinung bilden. Klar hingegen, sind jedoch die Risikofaktoren, welche mit einer exzessiven Form der Computer- und Internetnutzung in Zusammenhang gebracht werden können. Diese sind: Der hohe Medienkonsum, die Vernachlässigung von Entwicklungsaufgaben, wie z.B. die Abnabelung vom Elternhaus, eine geringe Lebenszufriedenheit, welche oft zu Einsamkeit und folglich zur Isolation führen kann und eine inadäquate Stressbewältigung, das Fehlen adäquater

Copingstrategien. Es gibt auch einige psychische Störungen, welche oft mit einer Spiel- und Computerspielsucht einhergehen. Diese sind Narzisstische Störungen, Depressionen und Angststörungen, Hyperaktivitätsstörung (ADHS), extreme Schüchternheit, Impulskontrollstörung, sowie Störungen durch psychotrope Substanzen.

Es ist noch nicht geklärt, ob es sich bei der Computerspielsucht primär um eine Suchtstörung oder um eine psychische Störung handelt.

Von Grüsser und Thalemann (2006) wird die Online und Computersucht als Form stoffungebundener Verhaltenssucht beschrieben.

Das Störungsbild Computer- bzw. Onlinesucht gibt es also bisher noch nicht in den internationalen Klassifikationssystemen psychischer Störungen, da der Symptomkomplex noch nicht als eigenständige und behandlungsbedürftige psychische Erkrankung anerkannt ist. Die interdisziplinäre Suchtforschungsgruppe um Grüsser leistete jedoch wichtige Pionierarbeit, indem sie 6 der insgesamt 7 Kriterien aus dem DSM- IV-TR für Substanzabhängigkeit auf das Gebiet der Computerspielsucht angepasst und zugeschnitten haben.

Beim sogenannten „**Craving**“ handelt es sich um ein unkontrollierbares und unwiderstehliches Verlangen nach der spezifischen Substanz bzw. dem exzessiv ausgeübten Verhalten. Ein Beispiel für das Craving wäre das Phänomen des plötzlichen Auftauchens von Spielszenen während Alltagsbeschäftigungen.

Beim **Kontrollverlust** handelt es sich um einen gesteigerten Konsum, welcher in einem größeren Umfang nicht beabsichtigt wurde.

Die **Toleranzentwicklung** besagt dass sich die Dosis, also die Spielzeit, während dem Spielverlauf ständig erhöht. Das Verhalten wird somit länger und auch häufiger als anfangs beabsichtigt ausgeübt.

Ein weiterer Faktor ist die Vernachlässigung aller Interessen außerhalb des Computerspiels. Kontakte mit Freunden, welches das Computerspiel nicht spielen, werden weniger oder kaum mehr gepflegt. Im Gegensatz dazu zählen für den süchtigen Spieler nur mehr die Kontakte, welche ihm im Spiel nützlich sein können.

Die Entzugssymptomatik beschreibt das aversive Auftreten psychischer und psychovegetativer Zustände. Beispiele dafür sind motorische Unruhe, Nervosität, erhöhte Reizbarkeit, Schlafstörungen und Konzentrationsunfähigkeit.

Folglich können auch vermehrt eindeutige schädliche soziale Konsequenzen nachgewiesen werden.

Aufgrund dieser Kriterien wurden Fragebögen und Fremdbeurteilungsskalen zur Klassifikation und Diagnostik von exzessiver Computerspiel- bzw. Internetnutzung erarbeitet. Eines davon ist die Skala zum Computerspielverhalten, auch CSV-S genannt. Damit steht ein klinisch-diagnostisches Instrument zur Verfügung um phänomenologische, epidemiologische und klinische Aspekte des neuartigen Störungsbildes der Computerspielsucht differenzierter zu erfassen. Es handelt sich hierbei um ein Selbstbeurteilungsverfahren mit insgesamt 15 Items, anhand derer das Computerspielverhalten in Kategorien eingeteilt werden kann. Die unterschiedlichen Kategorien reichen von regelmäßiger über missbräuchlicher und schließlich zu abhängiger Nutzung.

Es gibt außerdem eine Parallelversion dieses Fragebogens zum Onlineverhalten (OSV-S), welcher zurzeit an einer repräsentativen Erhebung der deutschen Bevölkerung standardisiert wird.

### **Therapie von Computerspiel- und Internetabhängigkeit:**

Da die aktuelle Forschung zur Deutung und diagnostischen Einschätzung der Internetabhängigkeit noch am Anfang steht, gibt es zum jetzigen Zeitpunkt noch keine spezifischen Therapieempfehlungen. Die bisherigen Therapieansätze lassen sich in den großen Psychotherapierichtungen finden. Am meisten werden verhaltenstherapeutische und tiefenpsychologische Verfahren eingesetzt. Welcher Ansatz jedoch der wirksamere ist, ist noch unklar, da eine Erhebung der Wirksamkeit sich zum jetzigen Zeitpunkt schwierig gestaltet und eine erfolgreiche Therapie immer auch vom Patienten und der von ihm wahrgenommenen Schwere des Problems abhängig ist.

Bei der Verhaltenstherapie werden jene Therapieformen empfohlen, die sich auch bei anderen stoffgebundenen Abhängigkeiten bewährt haben. Diese sind in der Literatur am häufigsten empfohlen. Der kognitive Therapieanteil setzt dabei auf die Analyse und Veränderung pathologischer Denkprozesse im Hinblick auf die Erkennung positiver Verstärker, womit die virtuellen Belohnungen im Computerspiel gemeint sind, und negative Verstärker, womit die realen Kränkungen aus dem realen Leben der Spieler gemeint sind. Bei der Veränderung von Verhaltensweisen geht es vor allem darum, das pathologische Mediennutzungsverhalten durch positive Erlebnis- und Verhaltensweisen in der konkret-realen Umwelt zu ersetzen.

Bei den psychodynamischen Ansätzen wird erst mal versucht das, was an der konkret-realen Welt so kränkend ist und das was in der virtuellen Welt zu positiven Effekten führt, zu eruieren.

#### Neurobiologische Ansätze

Dieser Ansatz kommt hauptsächlich bei Auftreten komorbider Störungen, wie Depressionen und

Angststörungen, zum Einsatz. Durch das Verabreichen von Medikamenten für diese komorbiden Störungen, ist es möglich, dass das Phänomen der Computerspielsucht auch reduziert wird.

## 5. Potenziale von Online Spielen

Online-Spiele bergen Gefahren vieler Art und ein vorsichtiger Umgang damit ist empfehlenswert. Es sollen jedoch in aller Kürze auch die möglichen Potenziale und Chancen von Online-Rollenspielen erwähnt werden, um einen einseitigen Eindruck zu vermeiden.

Ein nicht unbedeutender Vorteil liegt in der Steigerung des Selbstwirksamkeitsgefühls von Jugendlichen, die in der vereinfachten Wunscherfüllung und dem unmittelbaren Feedback von Erfolg und Misserfolg begründet sind. Aufgaben im Spiel können bis zu einem bestimmten Grad individuell gewählt und gemeistert werden, sie passen sich dem Leistungsniveau der Spielfigur an und führen dem Spieler somit vermehrte Erfolgserlebnisse mit direktem Feedback zu.

Der Spieler erhält somit das Gefühl selbst positiv wirksam zu sein, Einfluss nehmen zu können und Anerkennung für erreichte Leistungen zu bekommen.

Außerdem bieten Computerspiele "dem menschlichen Bedürfnis [...] Ohnmacht zu überwinden, Macht zu erfahren, Kontrolle auszuüben und sich im Wettbewerb zu bewähren eine geeignete Bühne" (Wenz, 2008, S.5). So sorgen sie für ein gutes Gefühl und werden als "emotionale Selbstmedikation" verwendet. Die Spiele können helfen, Misserfolge im Leben zu verarbeiten oder neue Strategien im Umgang mit Enttäuschungen und fehlender Selbstwirksamkeit zu entwickeln. Das liegt an "der Möglichkeit, Distanz zu sich und seinen Problemen zu gewinnen, Urlaub vom Alltag machen zu können, sich in eine andere Welt versetzt zu fühlen, abzuschalten und Stress abzubauen" (Fritz, 2008, S.103).

Ein weiterer Nutzen, der vorallem von Medienpädagogen noch untersucht wird, ist eine virtuell vermittelte Lernwelt. Die Ausgangsfrage dabei ist: "Wieso beweisen Schüler, die im üblichen Unterricht nicht mitmachen, so viel Ausdauer und zeigen so viel Kraft, wenn sie digitale Spiele spielen?" (Gee, 2008, S.79ff). Gee's Meinung nach, liegt das an den speziellen Einstiegswegen, die diese Spiele bieten, wie auch an den spielbezogenen Belohnungssystemen, der Selbstadaptivität und dem Sachverhalt, dass Spielen immer auch ein Problemlösen beinhaltet.

Könnte man diese motivationssteigenden Aspekte auf eine Lernumgebung oder einen Lerninhalt anwenden, könnte sich eine neue, jugendlichen angepasste Lernkultur entwickeln, die die Fremdbestimmung des Lernens in eine kreative Selbstbestimmung umwandelt.

## 6. Statistiken

Fundierte wissenschaftliche Befunde zur Computerspielsucht lassen sich im deutschen Raum nur schwer finden. Viel der durchgeführten Studien weisen qualitative Nachteile auf, bzw. sind nur schwer generalisierbar. Grund für diese Schwierigkeit, ist die Tatsache, dass sehr unterschiedliche Operationalisierungen des Störungsbegriffs herangezogen wurden. Deshalb finden sich im nationalen, sowie internationalen Raum unterschiedliche Angaben zur Prävalenz von Computerspielsucht. Im Laufe der Jahre wurden zahlreiche Studien, welche das süchtige Internet- und Computerspielverhalten untersuchten, publiziert. Anhand dieser Tabelle werden die unterschiedlichen Ergebnisse der Studien näher dargelegt:

Autor	Jahr	Süchtiges Verhalten
Fischer	1994	6 %
Griffiths & Hunt	1998	19,9 %
Hahn & Jerusalem	2001	2,7 %
Grüsser	2007	11,9 %

An den in der Tabelle dargestellten Ergebnissen, wird ersichtlich, dass das süchtige Internet- und Computerspielverhalten keineswegs erst in den letzten paar Jahren aufgekommen ist. Eine der ersten Studien bezüglich Internetsucht wurde bereits 1994 von Fischer durchgeführt. Bei dieser Studie wurden 467 Schulkinder im Alter zwischen 11 und 16 Jahren zu ihrem Videospiegelverhalten befragt. Laut dieser Studie, welche in Großbritannien durchgeführt wurde, zeigten 6 % der Befragten ein süchtiges Verhalten.

1998 berichten Griffiths & Hunt in ihrer Studie, von 19,9% Internetsüchtigen in den Risikopopulationen von Jugendlichen und jungen Erwachsenen, während Hahn & Jerusalem 2001 einen vorsichtigeren Schätzwert von 2,7% angeben.

Grüsser et al. führten 2007 eine Onlinebefragung zur Computerspielsucht bei 7069 erwachsenen registrierten Nutzern eines Online-Spielmagazins durch. Bei dieser Studie wurde bei den Probanden ein süchtiges Verhalten von 11,9% festgestellt.

Was jedoch fast alle diese Studien gemeinsam haben, ist eine Tendenz einer höheren Gefährdung für männliche Jugendliche.

In einer Studie von Wölfling et al. 2008 wurden insgesamt 221 Schüler der 8. Klassenstufe aus



sieben Berliner Schulen zu ihrem Computerspielverhalten und Ängstlichkeitsgrad befragt.

Die Auswahl der teilnehmenden Schulen erfolgte so, dass sich die Gesamtstichprobe in etwa gleich verteilt. An der Studie nahmen 28,1% Hauptschüler, 32,1% Realschüler und 39,8% Gymnasiasten teil.

Von der Geschlechterverteilung her waren es 114 Mädchen (51,6%) und 107 Jungen (48,4%) im Alter zwischen 13 und 16 Jahren. Dies entspricht einem Mittelwert von 14,19 Jahren .

In der Studie gibt es zu Beginn 2 Gruppen. Die Gruppe der regelmäßigen Computerspieler (RC) und die der nicht regelmäßigen Computerspieler. Bei der Gruppe der regelmäßigen Computerspieler zeigte eine Analyse, dass 14 Jugendliche drei oder mehr der beschriebenen Diagnosekriterien für eine Computerspielsucht erfüllen. Somit lassen sie sich einer zusätzlichen Gruppe zuordnen, die Gruppe der pathologisch regelmäßigen Computerspielern (PRC). Der Anteil dieser Gruppe, die ein süchtiges Computerspielverhalten mit den dazugehörigen psychopathologischen Beeinträchtigungen zeigt, entspricht 6,3 % der Grundgesamtheit der 221 befragten Schüler.

Bezogen auf die RC Gruppe beträgt der Anteil 9,7% an süchtigen Computerspielern. Die 14 Jugendlichen, welche sich der PRC Gruppe zuordnen ließen, entsprechen 9,7 % ihrer ursprünglichen Gruppe, der RC Gruppe.

Die Geschlechterverteilung der 14 Jugendlichen der pathologisch regelmäßigen Computerspielern teilt sich auf in 4 Mädchen (28,6%) und 10 Jungen (71,4%) .

Dies deutet daraufhin, dass tendenziell mehr Jungen vom Symptomkomplex betroffen sind.

Vom Schulniveau her, sind unter den 14 Jugendlichen der PRC Gruppe 11 Hauptschüler (78%), 2 Realschüler (14%) und 1 Gymnasiast (7%).

Laut Wölfling et al. (2008) zeigt die vorliegende Untersuchung einen signifikanten positiven Zusammenhang zwischen der durchschnittlichen Dauer des Computerspielens und der dadurch erreichten Stimmungsverbesserung bei pathologischen Computerspielern.

Somit kann man behaupten, dass Jugendliche das Computerspielen zunehmend im Sinne eines dysfunktionalen Stimmungsmanagements nutzen.

## 7. Literaturverzeichnis

Hardt J. (Hrsg.) 2009. Verloren in virtuellen Welten: Computerspielsucht im Spannungsfeld von Psychotherapie und Pädagogik. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen

<http://secondlife.com> (25.11.2010)

<http://wow.gamona.de> (20.11.2010)

Bohrer C. (Hrsg.), Schwarz-Boenneke B. (Hrsg.), 2009. Identität und virtuelle Beziehungen im Computerspiel. Kopaed, München

<http://eu.blizzard.com/de-de/> (18./19.11.2010 und 19.01.2010)

<http://eu.battle.net/wow/de/game/#character> (18./19.11.2010)