



INSTITUT SANCTA MARIA

Vorderbergstr. 2 / CH-7323 Wangs

081 720 47 50
wangs@isv-schulen.ch

Computerspiele

Eine Orientierungshilfe für Eltern und Jugendliche – verantwortlich für den Inhalt: P. Pirmin Suter

Computerspiele haben etwas Faszinierendes an sich. Millionen Jugendliche finden in solchen Spielen eine Möglichkeit, ihre Reaktionsfähigkeit zu trainieren, Allgemeinwissen zu erwerben, Strategien zu entwickeln oder Zeit mit Freunden zu verbringen. Niemand wird an einer solchen Absicht etwas aussetzen können. Trotzdem gibt es Psychiater wie Spitzer oder Winterhoff, die vor solchen Computerspielen warnen. Warum?

Problematik von Computerspielen

Das aktuelle Angebot ist sehr breit. Lernspiele befinden sich z.B. im Regal gleich neben Spielen, die extrem linke oder extrem rechte Ideologien vermitteln. Zudem findet sich ein vermehrt auftretender pornographischer Inhalt in vielen, auch harmlos aussehenden Covers. Das Angebot der Online- oder Computerspiele wird von Gewaltspielen dominiert. Die amerikanische Wissenschaftlerin Tracy Dietz¹ fand unter den beliebtesten Konsolen-Spielen 80%, die mit Gewalt zu tun hatten, 21 % enthielten dabei auch Gewalt gegen Frauen. Als prototypisch für den Erfolg von Gewaltspielen ist das Spiel Grand Theft Auto (GTA) zu sehen. Im Jahre 2019 wurde es über 150 Millionen Mal verkauft.²

Das Geschäft der Spiele mit gewaltverherrlichendem bzw. sexuellem Inhalt boomt. Das freie Onlineangebot mit Altersbeschränkung ist besonders gefährlich, denn bei der Anmeldung ist keine Altersüberprüfung erforderlich. Untersuchungen haben nur eine begrenzte Wirksamkeit des Jugendschutzes nachgewiesen. Eine Studie der Fritz Thyssen Stiftung von 2007 macht die massiven Defizite in diesem Bereich deutlich. Zudem gelangt die Studie „zu der Einschätzung, dass die Alterseinstufungen [...] derzeit im Bereich der gewalthaltigen Spiele insgesamt zu lax gehandhabt wird.“³ Eltern sollten sich daher nicht auf die angegebene Alterseinstufung verlassen.

Suchtpotenzial

Die Spielsucht wird in der psychiatrischen Literatur als „Störung der Impulskontrolle“ bezeichnet. Das Suchtpotenzial bestimmter Spiele variiert stark. Einige sind sich die Forscher darin, dass ein Teil der Kinder und Jugendlichen besonders anfällig dafür ist.⁴



Clevere Belohnungssysteme führen dazu, dass der Spieler regelmässig und leicht Glücksgefühle empfindet und mit der Zeit nicht mehr davon ablassen kann. Besonders gefährlich sind die selbstwerterhöhenden Effekte von Computerspielen („Napoleoneffekt“ etc.).⁵ Kontrolle ausüben zu können bewirkt ein fesselndes Machtgefühl. Je mehr Kontrolle ein Mensch über die Ereignisse im Spiel besitzt, desto zufriedener ist er.⁶

Neue Techniken wie VR-Brillen lassen den Spieler gänzlich in eine faszinierende, virtuelle Welt eintauchen, wo er erfolgreich sein und unrealistische Träume verwirklichen kann. Spielen kann so zu einer Flucht vor der Realität werden (frustrierender Schulalltag, zerrüttete Familie, Enttäuschungen usw.). Spitzer betont, dass dadurch die Alltagsprobleme keineswegs gelöst, sondern für die Zukunft angehäuft werden.⁷ Nicht umsonst wird seit 2016 in sämtlichen Bildungsplänen der BRD die Computerspielabhängigkeit als zentrales Thema der Präventionsarbeit erwähnt.⁸

„Junge Menschen brauchen Kontakt mit ihresgleichen, mit verständnis- und liebevollen Erwachsenen und mit der Natur. Den Umgang mit digitaler Informationstechnik hingegen – sei es in der Freizeit oder in Bildungseinrichtungen – brauchen sie nicht.“

Spitzer, Manfred (2019). Die Smartphone Epidemie. S. 112.

¹ Dietz, T. L. (1998). An examination of violence and gender role portrayals in video games, 38, 425-442

² Söldner, Michael: Verkaufszahlen. GTA knackt 115-Millionen-Marke. PC-Welt 08.11.2019. <https://bit.ly/3pscekW> [21.12.2020]

³ Höyneck, T. et al. (2007). Jugendmedienschutz bei gewalthaltigen Computerspielen. Eine Analyse der USK-Alterseinstufungen. Kriminologisches Institut Niedersachsen e.V. Forschungsberichte 101. [https://bit.ly/2\]ql.XV6](https://bit.ly/2]ql.XV6) [22.12.2020]

⁴ Vgl. Keepers, G. (1990). Pathological preoccupation with video games. Journal of the Am. Ac. of Child and Adolescent Psychiatry, 29, 49-50

⁵ Vgl. Kunczik, M. & Zipfel, A. (2010). Computerspielsucht. Befunde der Forschung. Bericht für das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. März 2010. <https://bit.ly/3nPVt2X> [22.12.2020]

⁶ Stangl, W. (2020). Stichwort: 'Kontrollverlust'. Online Lexikon für Psychologie und Pädagogik. <https://bit.ly/2WOkek2> [24.12.2020]

⁷ Spitzer, Manfred (2019). Die Smartphone Epidemie. S. 199

⁸ Siehe u.a.: Die europäische Campagne „Klicksafe.de“

Gewaltspiele und ihre Wirkung

In den Studien zur Aggressivität bilden sich sowohl Kurzzeit- als auch Langzeiteffekte des Computerspielens ab. Obgleich der Effekt vor allem nach Schulamokläufen verstärkt angeheizt diskutiert wird, so findet sich in zahlreichen Publikationen zum Thema eine Regelmässigkeit in den Ergebnissen. Bereits in der 1985 durchgeführten Jugendmedienstudie⁹ wurden an einer Teilstichprobe von 650 12- bis 18-jährigen Jungen und Mädchen einschlägige Daten gesammelt. Stets wurden die Faktoren der Häufigkeit, der Dauer des Videospielens und die Darstellungen der Gewalt als Indikatoren spontaner Aggressivität und abweichenden Verhaltens (z. B. Aggressionen gegen Eltern und Lehrer, Leistungsabfall in der Schule, Flucht- und Täuschungsverhalten, Beschaffungskriminalität) in Verbindung gebracht.¹⁰ Kassis und Steiner konnten 2003¹¹ bei den Mädchen, die viele gewalthaltige Computerspiele nutzen, eine hohe Gewaltakzeptanz finden.

Es existieren zahlreiche Studien, die noch weitere massive Auswirkungen belegen. Gewaltstimulierende Effekte können darin deutlich nachgewiesen werden. Vor allem in der heutigen Gesellschaft werden die Spiele nachweislich immer brutaler. Sie entwickeln sich verstärkt in Richtung grösserer Realitätsnähe (Grafik, Egoperspektive, 3D, Animationen etc.) und Vermehrung der Spielmöglichkeiten (Multiuser, Onlinevernetzung etc.). Gerade wenn solche Spiele aus der Perspektive eines handelnden Helden gespielt (Bsp. Ego Shooter) werden, besitzen sie ein hohes Identifikationspotential. Diese Entwicklungen bieten den besten Nährboden für das virtuelle Wohlbefinden und einer steigenden Akzeptanz der gewaltverherrlichenden Ideologien. Mit einem psychologisch sehr wirksamen Belohnungssystem wird damit gleichzeitig auch das Verhalten unbewusst modifiziert.

In diesen Spielen werden einerseits Fähigkeiten für die Ausübung realer Gewalt- und Tötungshandlungen einstudiert (z. B. rasche Zielidentifizierung, schnelle Eliminierung etc.) und andererseits auch die Motivationen für solche Handlungen geschaffen (Emotionale Verknüpfung, Erregungssteigerung etc.). Nicht umsonst trainiert das US-Militär genau mit diesen Spielen seine Einsätze in Krisengebieten. Emotionale Abstumpfung ist eine der Hauptfolgen, d. h. es kommt zu einer geringeren emotionalen Beteiligung bei hoch aggressiven und sehr stark gewalterfahrenen Videospielern.¹²

Teilweise gibt es in Ballerspielen eine grössere Belohnung, wenn einer anderen Person geholfen wird, statt sie abzuknallen. Dieser psychologische Trick vermittelt dem Spieler das Gefühl, ein guter Mensch zu sein, während er skrupellos Menschen umbringt. Aus pädagogischer und moralischer Sicht ist es daher eindeutig verantwortungslos, Kinder mit solchen Computerspielen zu beschäftigen.



In einem Schlachtfeld kämpfen über 150 Spieler online mit vollautomatischen Waffen gegeneinander. Ein Soldat, gekleidet mit einem Totenkopfhelm und skurilem Anzug, nähert sich von hinten einem auf der Lauer liegenden Gegenspieler. Er zieht seine Handfeuerwaffe als er nah genug an seinem Hinterkopf ist und – drückt ab. Das Blut spritzt über den Bildschirm. Beutegeld wartet auf ihn als Belohnung für die Tat. (*Call of Duty*. FSK 18)



Nach einer globalen Katastrophe ist die Menschheit fast verschwunden und stattdessen streuen wie Zombies aussehende Menschen durch die Onlinewelt. Der Spieler soll Beute sammeln, um damit eine Festung zu errichten. Bis zu 100 Spieler können dabei gemeinsam gegeneinander spielen. Mit Hightech-Waffen versuchen sie sich gegenseitig abzuschliessen. Nachdem sie einen Spieler erfolgreich erschossen haben, tanzen sie zur Freude eine Art Hip-Hop-Tanz. (*Fortnite*. FSK 16 oder 12)



Für die Erledigung von illegalen Geschäften gibt es Punkte. Der Gegner ist die Polizei. Um verloren gegangene Gesundheitspunkte wieder zu verbessern, gehen die Spieler zu Prostituierten. Diese können die Punkte wieder bis zu 100% aufbessern. Die meisten befinden sich am Eclipse Boulevard in Vinewood oder am Vespucci Strand – das ist jedem bekannt. Ob man sie bezahlt oder einfach nur mit der Hand ausholt bleibt dem Spieler überlassen. Wenn die Ehefrau von diesem Fehltritt erfährt, kann diese geschlagen oder getreten werden. (*Grand Theft Auto*. FSK 18)

„Das Killerspiel ist für die männliche Aggressivität, was die Pornografie für die männliche Sexualität ist.“

Norbert Bolz, Professor für Mediennwissenschaft an der Technischen Universität Berlin

⁹ Lukesch, H., Haberer, S. (1989). Die Nutzung indizierter und konfiszierter Videofilme durch jugendliche nach Änderung der Jugendschutzbestimmungen. *Psychologie in Erziehung und Unterricht*, 36, 134-139

¹⁰ Anderson, C. & Bushman, B. (2001). Effects of violent Video Games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal, and prosocial behavior: A Meta-Analytic Review of the Scientific Literature. <https://bit.ly/2KTI8YV> [22.12.2020]

¹¹ Kassis, W. & Steiner, O. (2003). Persönlichkeitsmerkmale und soziale Erfahrungen von Mädchen, die extensiv gewaltdarstellende Computerspiele nutzen: Ein korrespondenzanalytischer Zugang. *Zeitschrift für Medienpsychologie*, 15, 131-139

¹² Lukesch, Helmut & Hänsel, Rudolf (2009). Wirkungen gewalthaltiger Video- und Computerspiele. <https://bit.ly/38Ct0aw> [22.12.2020]

Auswirkungen:

Zeit für einen Bildschirm-Lockdown?

„Elektronische Medien und vor allem Smartphones trennen uns mehr als sie uns zusammen bringen – das sollten wir stärker bedenken.“

Spitzer, Manfred (2019). Die Smartphone Epidemie. S. 183



Spielsucht: Diese wird durch die Unfähigkeit eines Betroffenen gekennzeichnet, dem Impuls zum Spielen zu widerstehen, auch wenn dies gravierende Folgen im persönlichen, familiären oder beruflichen Umfeld nach sich zu ziehen droht.¹³

Aggressionsförderung: Das Risiko der aggressionsfördernden Wirkung von Mediengewalt wird für Kinder und Jugendliche als besonders gravierend eingeschätzt. Kinder und Jugendliche zeichnen sich nicht nur durch ein intensives Nutzungsverhalten aus, sondern befinden sich auch in einer sensiblen Entwicklungsphase im Hinblick auf aggressionsbezogene Normen und Einstellungen.¹⁴

Emotionale Apathie: Unter emotionaler Apathie ist die Unfähigkeit gemeint, sich in die Gefühle anderer Menschen hineinzuversetzen (= emotionale Abstumpfung, Teilnahmslosigkeit). Es kann zu einer inneren Leere, Lust- und Freudlosigkeit führen. Die davon betroffenen Personen ziehen sich mit der Zeit immer mehr zurück, da sie auch mit ihrer Umwelt nicht mehr verständlich in Kontakt treten können.¹⁵

Vernachlässigung anderer Interessen: Innere Freude und Erfolg zeigen sich bei geistigen Tätigkeiten oft erst nach mühsamer Arbeit. Wer sich vor dem Bildschirm daran gewöhnt hat, durch ein paar Mausklicks Erfolg und Glückshormone zu erlangen, verliert leicht das Interesse an „langweiligeren“ Tätigkeiten wie Studium, Lesen, Üben eines Instruments, religiösen Tätigkeiten (z.B. Rosenkranzgebet oder Besuch der hl. Messe) usw.

Geld- und Zeitverlust: Computerspiele können leicht hohe Kosten verursachen. Zum Kaufpreis müssen noch die Abonnements für Online-Netzwerke und Ausgaben für In-Game-Käufe addiert werden. Ausserdem können Jugendliche wertvolle Zeit verlieren: Jugendliche sollen die Zeit selbst einmal berechnen, die sie aufs ganze Jahr verteilt am Computer spielen. Lohnt sich das wirklich?

Asoziales Verhalten: Durch die emotionale Abstumpfung, sowie die anderen genannten Symptome, vor allem der Verlust der Impulskontrolle, kann der Betroffene nur noch schwer am sozialen Leben teilhaben. Es kommt zu Ausgrenzung, Konflikten und Isolation.

Realitätsverlust: Unter einem Realitätsverlust versteht man einen psychischen Zustand, bei dem der Betroffene nicht mehr in der Lage ist, die ihn umgebende Situation mit ihren Objekten und Ereignissen als real zu erkennen, sondern in einer individuellen „Parallelwelt“ lebt.¹⁶

Entzugssymptome: Nach Entzug von süchtig machenden Medien können sowohl körperliche als auch psychische Krankheitssymptome auftreten. Bezogen auf die Spielsucht sind das meist Vernachlässigung anderer Interessen und Aufgaben, Heimlichkeit, Nervosität und Reizbarkeit. Vernachlässigt werden oft Familie, Freunde, das religiöse Leben, Sport und andere Freizeitaktivitäten.¹⁷

Ess- und Schlafstörungen: Schlafstörungen bewirken tagsüber das Gefühl übermässiger Müdigkeit, was einen Leistungsabfall und eine Nichtbeteiligung am gesellschaftlichen Leben nach sich zieht. Kopfschmerzen, Gedächtnisprobleme, Essstörungen, Bewegungsstörungen usw. können ebenso auftreten.¹⁸

Berufliche, schulische Leistungen werden schlechter: Ständige Müdigkeit, Realitätsverlust, Konzentrationsstörungen, Mangel an Impulskontrolle bewirken einen massiven Leistungsabfall in Schule oder Beruf. Der Betroffene ist dabei nicht mehr im Stande, den bestehenden Leistungserwartungen gerecht zu werden, was zusätzlich noch für Frustration, Enttäuschung und Konflikte sorgt.

¹³ Grüsser-Sinopoli, Sabine M., & Thalemann, Carolin N. (2006). Verhaltenssucht: Diagnostik, Therapie, Forschung. Bern: Huber-Verlag

¹⁴ Möller, Ingrid (2011). Gewaltmedienkonsum und Aggression. <https://bit.ly/2KTgn2G> [24.12.2020]

¹⁵ Medizin kompakt. <https://bit.ly/3rteVVs> [24.12.2020]

¹⁶ Bornand, Jiline (2004). Einführung in die Psychologie und Pädagogik. S. 137.

¹⁷ Dobmeier, Julia & Rudolf-Müller, Eva (2018). Spielsucht. <https://bit.ly/38BSqoz> [24.12.2020]

¹⁸ Feichter, Martine (2019): Schlafstörungen. <https://bit.ly/2WOOdbu> [24.12.2020]

Und die harmlosen Computerspiele?

Es gibt eine Reihe von „harmlosen“ Computerspielen, bei denen inhaltlich kaum etwas ausgesetzt werden kann: Cities Skylines, Anno, Farming Simulator, Minecraft, FIFA, NHL, Tetris usw. Allerdings dürfen auch bei solchen Spielen die Negativwirkungen nicht ausgeblendet werden, besonders wenn zu oft und intensiv gespielt wird. Spätestens, wenn Computerspiele zur Vernachlässigung der täglichen Standespflichten in Beruf, Familie oder Schule führen, wird diese neue „Kulturercheinung“ zum Problem.

„Kultur ist ihrem Wesen nach normativ, denn es geht nicht nur darum, was Menschen erleben und tun, sondern auch darum, was sie erleben und tun sollten. Kultur kann gesund sein, unsere Bildung fördern und unsere Prosozialität steigern. Kulturprodukte, die der Gesundheit, Bildung und dem Sozialverhalten schaden – insbesondere, was die nächste Generation anbetrifft – brauchen wir nicht.“

Spitzer, Manfred (2019). Die Smartphone Epidemie. S. 219



Pokémon Go ist ein Spiel mit einer sogenannten „erweiterten Realität“ für Smartphones, das im Juli 2016 veröffentlicht wurde. Das Spiel gehört zu den erfolgreichsten Videospiele, denn bereits im Februar 2017 wurde es 650 Millionen Mal heruntergeladen. Gespielt wird mit virtuellen Monsterchen vor dem Hintergrund der realen, auf dem Bildschirm dargestellten Umgebung, was dank der Satelliten-Navigation, der Kamera, des Kompasses und des Internetzugangs möglich ist. Diese Vermischung der virtuellen mit der realen Welt hat u.a. zu vielen tragischen Unfällen geführt. (*Pokémon Go. FSK 6*)

Spitzer, Manfred (2019). Die Smartphone Epidemie. S. 195-219

Freundschaften statt Gamen!

„Eine wahre Freundschaft ist eine Gemeinschaft im Guten und nicht im Bösen,“ schreibt treffend der hl. Franz von Sales. Was ist das Gemeinsame, wenn Jugendliche ihre Freundschaft über Computerspiele definieren? Bringen uns diese Computerspiele Gott näher oder bewirken sie nicht eher ein Desinteresse am religiösen Leben? Bedenken wir die Worte der Heiligen Schrift: „Wer mit Weisen umgeht, wird weise; wer aber Freund eines Toren ist, wird ihm gleich“ (Spr 13,20).

Nächstenliebe statt Bildschirm!

Die Nächstenliebe ist eine wohlwollende Liebe. Diese zeigt sich im Wunsch, dass es dem anderen gut gehe. Es ist ein tatkräftiger Wunsch, der für die Mitmenschen etwas tun will und auch ein Opfer auf sich nimmt. Hilft uns das Sitzen vor dem Bildschirm, Werke der Nächstenliebe zu üben? Oder bewirkt es in uns nicht eher ein egoistisches Verhalten, wobei uns die Mitmenschen immer weniger interessieren?

Verdienste sammeln statt Zeit vergeuden!

Unser Ziel ist der Himmel. Das Leben ist zu kurz, um es vor dem Bildschirm zu vergeuden. Wenn wir eines Tages sterben, müssen wir alles zurücklassen. Smartphones, Computerspiele, Reichtum... Das alles wird uns in der Ewigkeit nichts nützen. Einzig die guten Werke werden wir mitnehmen können, und der liebe Gott wird uns beim persönlichen Gericht fragen: „Hast du die Zeit gut genutzt?“ Was werden wir ihm antworten, wenn wir Stunden, Tage, vielleicht sogar Wochen und Monate vor dem Bildschirm vergeudet haben? Der hl. Bernard formuliert es treffend: „Es gibt nichts Kostbareres als die Zeit. Und doch, nichts wird geringer geachtet als sie!“ Richten wir unseren Blick nicht auf den Bildschirm, sondern nach oben.

Nutzen wir die Zeit, Gutes zu tun und die Tugend zu üben (vgl. Kol 4,5). Jede Stunde und jede Minute ist ein Gewinn für die Ewigkeit, wenn wir sie dazu nutzen, mit Blick auf den Heiland Gutes zu tun

Schlussfolgerung: Eltern und Erzieher tragen eine Verantwortung für Kinder und Jugendliche. Die beste und teuerste Erziehungsarbeit kann durch schlechte (Online-) Freundschaften oder Bildschirmsucht (z.B. Spielsucht) zunichte gemacht werden. Im Schlafzimmer von Jugendlichen einen Computer oder eine Spielkonsole einzurichten, ist aus pädagogischer Sicht ein absolutes No-Go!

1. **Es braucht Grenzen!** Ein klares „Nein“ oder „jetzt nicht“ ist manchmal notwendig und kann Türen für etwas Wertvolleres öffnen. Statt die Jugendlichen mit Computerspielen ruhig zu stellen, sollten sich Erwachsene vielmehr für diese interessieren und Zeit mit ihnen verbringen. Es lohnt sich!
2. **Eine alternative Freizeitgestaltung ist essenziell!** Musizieren, handwerkliche Hobbies, Sport, Familienleben usw. fördern die geistigen und physischen Fähigkeiten und lassen die Seelen der Kinder aufleben. Selbst eingefleischte Gamer entwickeln eine Begeisterung für Lagerfeuer, Waldhütten und Bergtouren. Kein Computerspiel vermag die empfundene Freude nach einem Klettersteig mit Freunden zu toppen. Warum nicht ein Gesellschaftsspiel am Abend oder eine klassische Jassrunde mit dem Vater? Später werden die Jugendlichen gerne an gemeinsame Stunden in der Familie oder ein Plauderstündchen mit der Mutter bei einer Tasse Tee zurückdenken.

„Wir brauchen viel mehr Ruhe und Gelassenheit in unserer Gesellschaft, und dann macht es wirklich Spass, Kinder zu haben.“

(Dr. Michael Winterhoff, Kinder- und Jugendpsychiater)