



Vom Spiel zur Droge

Eine neue Studie hat die Sucht nach Computerspielen untersucht. Neben aufschlussreichen Zahlen präsentiert sie eine Forderung: **World of Warcraft ab 18!**

GameStar.de

- Erfahrungsbericht Spielesucht
▶ Quicklink: 6104
- GameStar-Artikel »Spielen als Sucht«
▶ Quicklink: 6105
- Überblick zum Thema
▶ Quicklink: 6106

Wer in Deutschland Zigaretten kaufen will, muss mindestens 18 Jahre alt sein. Nur Erwachsene können an Glücksspielen wie Lotto oder Sportwetten teilnehmen, Alkohol darf erst an Jugendliche über 16 ausgetrennt werden, harte Spirituosen nur an Volljährige. Man sieht: Dinge, die potenziell abhängig machen, fallen in Deutschland unter strengen Jugendschutz.

Wie aber sieht das bei Computer- und Videospielen aus? Seit einigen Jahren verschärft sich sowohl hierzulande wie auch international die Debatte um die Frage, ob man nach Spielen wie **World of Warcraft**, **Counterstrike** oder **Diablo** süchtig werden kann – und falls ja, welche Konsequenzen daraus zu ziehen seien. Bereits vor zwei Jahren hatte die einflussreiche amerikanische Ärztevereinigung AMA einen

Vorstoß geplant, um Abhängigkeit von Computerspielen als Krankheitsbild festzuschreiben zu lassen. Das Papier zogen die Funktionäre in letzter Minute zurück; die Faktenlage, hieß es, sei noch zu dünn. Stattdessen rief die AMA Wissenschaftler rund um die Welt zu verstärkter Forschung zum Thema auf.

Einer der umfassendsten Beiträge kommt nun aus Deutschland. Im März 2009 stellte das Kriminologische Forschungsinstitut Niedersachsen (KFN) die Ergebnisse einer Studie zum Spielverhalten Jugendlicher vor. Die Hannoveraner Forscher hatten dazu rund 15.000 Neuntklässler befragt, die international bislang größte Stichprobe.

Das KFN und dessen Leiter Prof. Dr. Christian Pfeiffer sind Spielern keine Unbekannten. Der in den Medien sehr präsente Jurist und seine Mannschaft forschen seit Jahren verstärkt zur Wirkung von Computerspielen. Die bisherigen Ergebnisse waren für die Spielebranche wenig schmeichelhaft; das KFN fand unter anderem, dass starke Mediennutzung die Gewaltbereitschaft erhöhen und die Schulnoten verschlechtern könne. Die Gemüter der Spielerschaft erhitzen solche Befunde vor allem deshalb, weil das KFN und Pfeiffer sie mit expliziten politischen Forderungen verknüpfen, zum Beispiel nach einer wesentlich rigideren Altersbeschränkung. Ums vorweg zu nehmen: Das ist auch diesmal wieder so. Dennoch sind die Ergebnisse der KFN-Suchtstudie ernstzunehmen.



World of Warcraft hat unter den beliebtesten Spielen bei deutschen Jugendlichen das höchste Suchtpotenzial. 36% der minderjährigen WoW-Spieler aus der KFN-Studie verbringen mehr als 4,5 Stunden täglich in Azeroth.

Süchtige Jungs

Pfeiffers Wissenschaftler baten 15.168 Mädchen und Jungen der neunten Klasse, also im Alter von rund 15 Jahren, um Angaben zur täglichen Zeitspanne, die sie spielend vor dem PC oder einer Konsole verbringen. Wer länger als 4,5 Stunden am Tag vor dem Bildschirm hockt, dem bescheinigten die KFN-Leute »exzessives Spielverhalten«. Das traf auf knapp 16 Prozent der befragten Jungs zu, bei den Mädchen waren es etwas über 4 Prozent. Nun ist lange Spielzeit allein noch kein Indikator für eine Sucht. In einem Fragebogen sollten die Pennäler deshalb zusätzlich Aussagen wie »Meine Gedanken kreisen ständig ums Computer- und Videospiele, auch wenn ich gar nicht spiele« oder »Ich muss immer länger spielen, um zufrieden zu sein« auf einer Skala von 1 bis 4 bewerten. Die 14 vorgegebenen Sätze lehnen sich an den Kriterienkatalog für Suchtkrankheiten der Weltgesundheitsorganisation (WHO) an, der als internationaler Diagnosestandard akzeptiert ist.

Nach diesem Verfahren kommen die KFN-Forscher auf Zahlen, für die Deutschlands Medien nur ein Wort finden: »alarmierend« (Der Spiegel), »alarmierend« (Die Zeit), »alarmierend« (Frankfurter Rundschau). Drei Prozent aller 15-jährigen Jungen sind demnach computerspielabhängig, weitere 4,7 gelten als gefährdet. Bei den Mädchen betrifft die Sucht lediglich 0,3 Prozent, die Gefährdung 0,5 Prozent. Dabei kommen die KFN-Zahlen kaum überraschend. Je nach Studie, Land und Altersgruppe lag der bisherige Schätzwert für computerspielabhängige Jugendliche zwischen 2 und 9 Prozent. Die US-Ärztevereinigung AMA hält sogar bis zu 15 Prozent aller spielenden Kids in den Vereinigten Staaten für süchtig, was fünf Millionen Jugendlichen entspräche. Dass exzessives Spielen als ernstzunehmendes Problem existiert, wird also längst nicht mehr bestritten.

Der Knackpunkt liegt in der Frage, ob extremes Dauerdaddeln als Krankheit gilt; ob es also tatsächlich eine Sucht darstellt. Bislang sprechen Mediziner eher vorsichtig von »exzessivem Verhalten« oder von einer Impulskontrollstörung. Gegen eine klassische Sucht spricht vor allem, dass Spieler in der Regel nicht unter Entzugserscheinungen leiden, wenn sie längere Zeit keinen Zugriff auf ihre »Droge« haben – zumindest nicht unter körperlichen. Allerdings kennt die Medizin auch Verhaltenssuchte, die vor allem die Gedankenwelt des Abhängigen gefangen nehmen. Krankhafte Glücksspieler zum Beispiel werden von Unruhe, Konzentrationsstörungen oder Panikattacken geplagt, bis sie wieder zurück ins Wettbüro oder Casino marschieren.

Glück im Gehirn

Ganz ähnlich beschreiben Computerspielsüchtige ihre Gefühle bei Ausbruchversuchen aus der virtuellen Welt. Zum Beispiel der 23-jährige Steffen Hornung, der in einem eindrucksvollen Erfahrungsbericht auf GameStar.de seinen Kampf mit **World of Warcraft** beschreibt

(► **Quicklink: 6104**): »Irgendwann kommt auch bei der interessantesten Aufgabe der Punkt, an dem man alles gesehen oder den stärksten Gegner besiegt hat. Also will man aufhören. Ich betone das Wort »will«, da sich das im Nachhinein als sehr viel schwieriger herausstellte, als ich gedacht hatte. Dann beginnt die Sucht erst wirklich, denn was dann passiert, ist nicht mehr normal. Man hat auf einmal das Verlangen, dass einem irgendetwas fehlt, man weiß nicht genau was, aber man weiß, dass man es braucht, wie der Raucher seine Zigarette nach dem Essen. Also loggt man sich trotz Widerwillen noch ein letztes Mal ein – denkt man. Sofort prasseln die Eindrücke wieder auf einen ein: liebgewonnen Freunde melden sich, man wird gefragt, ob man wieder mit auf die Raids will, oder man entdeckt doch wieder etwas total Neues am Spiel, das ein Patch hinzugefügt hat. Und der Teufelskreis beginnt von vorn.«

Es dürfte, so vermuten die Wissenschaftler, vor allem der Kreislauf aus Herausforderung

und Belohnung sein, der in Spielen suchterzeugend wirkt. Beteiligt sein könnte der Botenstoff Dopamin, der nach Erfolgserlebnissen im Gehirn als »Glückshormon« ausgeschüttet wird. Weil es vor allem in Online-Rollenspielen zum Konzept gehört, anfangs schnelle und vielfältige Erfolge zu feiern, eilen Spieler gleichsam von Mini-High zu Mini-High.

Das ist insbesondere dann verlockend, wenn der Alltag außerhalb des Spiels grau zu sein scheint. Wer in Schule, Job oder Privatleben gehäuft Demütigungen erfährt, dem bieten virtuelle Welten einen attraktiven Fluchraum. Nicht umsonst identifizieren auch die KFN-Forscher »Spielen bei realweltlichen Misserfolgen« als wichtigsten Einflussfaktor bei exzessiven Gamern. »Die schlimmste Suchtphase hatte ich während meines Auslandsjahres in den USA«, schreibt das GameStar.de-Mitglied Andio30: »Ich hatte dort keine Freunde gefunden und bin somit zurück ins Spiel geflüchtet, zu meinen alten Freunden. Unser Raid fing samstags um 14



Die Sims ist bei Mädchen außerordentlich beliebt. Teil 3 soll soziale Vernetzung fördern – ein Suchtkriterium?



Auch das Online-Rollenspiel **Guild Wars** steht im Verdacht, eine hohe Suchtwirkung zu entfalten.

Uhr an. Durch die Zeitverschiebung bin ich schon um 7 Uhr morgens aufgestanden, um den Laptop hochzufahren.«

Weiter trotz Ärger

Das Gefühl des »Gebrauchtwerdens«, das viele treu an ihre Gilden und Teams in Online-Spielen bindet, kann auch zur Quelle für sozialen Druck werden, der exzessives Spielen wiederum verstärkt. Wer dazugehören will, muss mithalten können. »Irgendwann fing der Druck an«, erinnert sich der **WoW**-Spieler 3x3cutor auf GameStar.de, »jedoch nicht von meinen Eltern oder Freunden aus, dass ich endlich mal vom PC weg solle, sondern von der Gilde. Ich müsse mehr Gold farmen, mein Equip[Ausrüstung] sei zu schlecht. Also musste ich manchmal den Vormittag ebenfalls spielen, um abends überhaupt beim Raid mitmachen zu dürfen.«

Nach dem Kriterienkatalog der Weltgesundheitsorganisation können solche Verhaltensweisen ein Indiz für eine Sucht sein. Zu den Hauptmerkmalen von Abhängigkeit zählt die WHO unter anderem Kontrollverlust, Entzugserscheinungen, Anstieg der Dosierung, Desinteresse an alternativen Tätigkeiten und starkes Verlangen. Allerdings: Noch ist umstritten, ob die WHO-Kriterien überhaupt auf Computerspiele anwendbar sind. Die Ergeb-



Reine Online-Spiele wie etwa **Metin 2** sind hierzulande bei Jugendlichen beliebt, werden aber nicht altersgeprüft.

nisse der KFN-Studie aber fußen auf dieser Annahme. Wasserdicht sind sie damit nicht. Als kleinster gemeinsamer Nenner gilt zumindest eines der WHO-Kriterien: Sucht besteht dann, wenn jemand sein Verhalten auch dann fortsetzt, wenn es für ihn erkennbar negative Konsequenzen hat. Das gilt für Raucher, die von Hustenanfällen geplagt werden, ebenso wie für verarmte Alkoholiker, die jeden Cent versaufen. Auch mancher Computerspieler kann davon ein Lied singen. Steffen Hornung beschreibt sein Abdriften aus dem Alltag exemplarisch: »Während meines Studiums spielten ein Freund und ich teilweise mitten in der Woche bis zu 10 Stunden am Tag, am Wochenende sogar 15 Stunden, ein- oder zweimal war es auch die Nacht durch, also mehr als 30 Stunden. Für das Abendessen zu Hause waren meist nur 15 Minuten übrig, dann ging es sofort zurück an den Rechner. Es braucht wohl nicht erwähnt zu werden, dass ich mein Studium nach einem halben Jahr abgebrochen habe, weil ich stoffmäßig so weit hinter dem Rest war, dass mir die Grundlagen für die Prüfungen fehlten.«

Hornung gelang mit Unterstützung seiner Eltern der Ausstieg, er fand zurück in eine Ausbildung. Mitunter schlittern exzessive Spieler aber an den Rand der Existenzbedrohung, häufen Schulden an, verwahrlosen körperlich und sozial, verlieren vor allem die Kontakte zu Freunden und Familie.

Und die Konsequenzen?

Solche Schreckensbilder von an das Spiel verlorenen Jugendlichen und jungen Erwachsenen rücken zunehmend in die Wahrnehmung der Öffentlichkeit. In den vergangenen Jahren weiten immer mehr Suchtberatungsstellen ihr Angebot auf exzessive PC-Spieler aus, zum Teil entstehen sogar spezialisierte Anlaufstellen wie 2008 etwa in Mainz. Daneben erklären die Rufe nach politischen Konsequenzen.

In Deutschland stehen an der Spitze – mal wieder – Christian Pfeiffer und sein KFN. Schon in ihrer Studie selbst konstatieren sie »dringenden gesellschaftlichen Handlungsbedarf« und monieren: »Trotz ihres erhöhten Abhängigkeitspotenzials sind Online-Rollenspiele wie World of Warcraft oder Guild Wars in Deutschland bislang »ab 12 Jahren« freigegeben.« Im Nachrichtenmagazin Der Spiegel kritisiert Christian Pfeiffer die gängige Praxis: »Dass bei der Alterseinstufung eines Spiels die Suchtgefahr kein Kriterium ist, ist ein unhaltbarer Zustand. Das darf nicht so bleiben.« Er fordert die Anhebung der Altersfreigabe von **World of Warcraft** auf 18 Jahre.

Fallstrick Prüfung

Tatsächlich spielt das Abhängigkeitspotenzial bei der Altersfreigabeprüfung durch die Unterhaltungssoftware-Selbstkontrolle (USK) bislang keine Rolle, Spiele werden vor allem auf ihren Gewaltgrad und sexuelle Inhalte hin abgeklöpft. Das mag durchaus damit zusammenhängen, dass das Suchtrisiko von Computersoftware weithin unbekannt war, als die USK ihre Prüfkriterien formulierte. Allerdings ist die Identifikation möglicher »harter Drogen« unter den Spielen weitaus komplizierter als die Suche nach offensichtlichen Grausamkeiten und nackten Brüsten. Darum schlagen Pfeiffers Leute einen durchaus einleuchtenden Kriterienkatalog zur Prüfung auf Suchtgefahr vor, darunter

- die Vergabe virtueller Belohnungen in Abhängigkeit von der im Spiel verbrachten Zeit,
- Spielprinzipien, die dem Nutzer direkte Nachteile einbringen, sofern er nicht regelmäßig die Spielwelt aufsucht,
- ein langwieriges Levelsystem, das so angelegt ist, dass die Weiterentwicklung des eigenen Spielcharakters bis zur abschließenden Erfahrungsstufe ein ausdauerndes und zeitintensives Spielen erfordert,

Beliebteste Spiele bei Jungen

Die zehn beliebtesten Spiele(serien) bei 22.600 durch das KFN befragten männlichen Neuntklässlern:

Spiel	USK-Freigabe	Häufigkeit*
Counterstrike	ab 16 / 18	27%
Fifa	ab 0	16%
Need for Speed	ab 0 / 6 / 12	11%
Grand Theft Auto	ab 16 / 18	10%
World of Warcraft	ab 12	10%
Call Of Duty	ab 18	8%
Battlefield	ab 16	5%
Warcraft 3	ab 12	5%
Pro Evolution Soccer	ab 0	5%
Guild Wars	ab 12	3%

Beliebteste Spiele bei Mädchen

Die zehn beliebtesten Spiele(serien) bei 21.500 durch das KFN befragten weiblichen Neuntklässlern:

Spiel	USK-Freigabe	Häufigkeit*
Die Sims	ab 0	23%
Singstar	ab 0	7%
Need for Speed	ab 0 / 6 / 12	5%
Solitair	ab 0	4%
Super Mario	ab 0 / 6	3%
Grand Theft Auto	ab 16 / 18	3%
Counterstrike	ab 16 / 18	2%
Fifa	ab 0	1%
Tomb Raider	ab 12 / 16	1%
World of Warcraft	ab 12	1%

*gerundet

Quelle: Kriminologisches Forschungsinstitut Niedersachsen, Forschungsbericht Nr. 108: »Computerspielabhängigkeit im Kindes- und Jugendalter«, 2009

• komplexe Aufgabenstellungen, die nur innerhalb einer eingespielten Spielergemeinschaft gelöst werden können.

Das Problem dabei: Vor allem soziale Suchtkomponenten werden erst dann sichtbar, wenn das Spiel von Tausenden von Teilnehmern bevölkert ist – also nach dessen Verkaufsstart oder in einer (unfertigen) offenen Beta. Um akkurat beurteilen zu können, wie viel Zeit ein Spieler ins Aufleveln, Farmen, Raiden investieren muss, müssten die USK-Prüfer Wochen und Monate im Programm verbringen. Besonders vertrackt ist, dass das potenzielle Suchtniveau eines Titels direkt mit dessen Qualität zusammenhängt: Je mehr Spaß ein Spiel macht, desto stärker fesselt es. Die USK müsste tendenziell deutlich länger, sorgfältiger und trotzdem in einem verlässlichen Zeitrahmen testen. Oder andernfalls riskieren, dass Spielehersteller in Europa wegen Wettbewerbsnachteilen klagen, weil ihr Programm monatelang in der Prüfschleife hängt.

Das Modell China

Womöglich droht Online-Spielen deshalb eine pauschale »Erst ab 18!«-Freigabe, genau wie Zigaretten oder Schnaps-Pullen. Das wäre unter Jugendschutz-Gesichtspunkten durchaus konsequent. In der Praxis ist die Altersfreigabe für Online-Programme in Deutschland derzeit sowieso Augenwischerei, denn USK-geprüft werden nur Spiele, die mit einer Packung im Handel stehen. Reine Online-Angebote, darunter Hunderte von (ebenfalls deutlich suchterzeugenden) Browserspielen, müssen keine Kontrollen durchlaufen. Und niemand prüft im Internet verlässlich, ob die Kundschaft eines altersbeschränkten Spiels wirklich durchgehend erwachsen ist. Zuständig wäre eigentlich die Kommission für Jugendmedienschutz (KJM), der die Aufsicht über Medien im und außerhalb des Internets obliegt. Aber die Wächter können angesichts der unüberschaubaren Masse der Inhalte bestenfalls stichprobenartig prüfen. Jeden Tag werden im Internet weit über 100 neue Spiele veröffentlicht, die meisten gratis und von mieser Qualität.

Das Problem treibt nicht nur Deutschland um. Anderswo ist man schon weiter. Weltweit tut sich vor allem China im Kampf gegen Spielesucht hervor. Die riesige Volksrepublik leidet darunter, dass besonders viele Jugendliche ihre Freizeit ausschließlich vor dem Computer verbringen; nach offiziellen Angaben spielen 3,5 Millionen Minderjährige jede Woche mehr als 40 Stunden. Grund dafür dürfte neben Alltagsflucht vor allem Chinas Ein-Kind-Politik sein; viele Familien verhätscheln ihre Einzelkinder, die ohne das soziale Gefüge von Geschwistern aufwachsen. Um der digitalen Dauerberieselung Herr zu werden, hat die chinesische Regierung eine ungewöhnliche Lösung durchgesetzt: Seit Juli 2008 müssen sich alle Spieler mit ihrer Passnummer registrieren, um ihr Alter feststellbar zu machen. Wer noch keine 18 Jahre alt ist, der verliert nach drei Stunden Spielzeit die Hälfte aller bis da-

hin gesammelten Punkte, nach fünf Stunden den kompletten erspielten Pool. Alle Programme mussten entsprechend angepasst werden. Das gilt auch für **World of Warcraft**.

Verlorene Erwachsene

Zwar feiert die chinesische Regierung das Konzept als Erfolg; die Zahl der Jugendlichen, die Online-Spiele spielen, sei seither um 7 Prozent zurückgegangen, verlautbarte das China Youth Social Service Center. Allerdings hat die originelle Lösung Lücken. Jugendliche melden sich schlicht unter dem Namen ihrer Eltern an, wechseln nach drei Stunden die Benutzerkonten oder gleich ganz das Spiel. Und diese wie alle anderen Altersfreigabesystemen ignorieren, dass Minderjährige nur einen Teil des Problems ausmachen. Denn viele der exzessiven Spieler sind junge Erwachsene. Während suchtgefährdete Jungs und Mädchen unter der Aufsicht der Eltern

stehen, die im Zweifel das Taschengeld deckeln oder den Saft abdrehen können, gleiten gerade frisch ausgeflogene Azubis, Studenten und Berufsanfänger ohne starkes Beziehungsgefüge in die verlockende Parallelwelt ab. Solche Gefährdeten sind für Prävention schlecht zu erreichen, und sie trauen sich selten, Hilfe zu suchen: »Es ist sozial akzeptabler, süchtig nach Internet-Pornographie zu sein als nach Spielen«, beschreibt der US-Psychologe Jerald Brock das Stigma im Boston Globe. »Spieler schämen sich sehr.« Im schlimmsten Fall müssen die Abgestürzten ein Netz vorfinden, das sie auffängt.

Die Anerkennung von Spielesucht als Krankheit könnte dabei helfen. Möglicherweise ist es soweit, wenn der amerikanische Psychologenverband die nächste Fassung seines Klassifikationssystems »Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders« herausgibt. Angesetzt ist sie für 2012. **CS**



Spiele wie **Diablo 3** entfalten durch ihre Flut an Gegenständen und regelmäßigen Belohnungen große Bindungskraft.



Counterstrike steht nicht nur wegen seines Gehaltens in der Kritik, nun kommt auch noch Suchtverdacht hinzu.