

Wolfgang Bergmann  
Gerald Hüther

# Computersüchtig

Kinder im Sog der modernen Medien

Walter

des Fürstentums Llochtet.slöift

# Inhalt

Logging in. ....	7
------------------	---

## Ist Task - Aufwachen:

### Die Beschaffenheit der Welten, in die unsere

Kinder und Jugendlichen hineinwachsen. ....	11
---	----

#### Die Verlockungen virtueller Welten . . . . . 11

Aufbruch in eine neue Welt . . . . .	13
--------------------------------------	----

Ein Beispiel: »World of WarCraft« . . . . . ; . . . . .	17
---	----

Die ersten Ankömmlinge. . . . .	25
---------------------------------	----

#### Die Auflösung Sicherheit bietender

Ordnungen . . . . .	27
---------------------	----

Vom Hier und Jetzt zum Überall und	
------------------------------------	--

Jederzeit . . . . .	27
---------------------	----

Vom Besonderen zum Austauschbaren. . . . .	32
--	----

Von der Gemeinsamkeit zur Einsamkeit . . . . .	34
--	----

Die Unbeständigkeit der Dateninhalte. . . . .	41
---	----

Nirgends Beständigkeit . . . . .	42
----------------------------------	----

#### Kinder und Jugendliche auf der Suche

nach Halt. . . . .	44
--------------------	----

## 2nd Task - Hinschauen:

### Die Auswirkungen von Computerspielen

'die Seele und das Gehirn. . . . .	47
------------------------------------	----

#### Was den Sinnen und dem Verstand im Internet

und bei Computerspielen zustößt. . . . .	47
--	----

Wahrnehmung. . . . .	49
----------------------	----

Raum- und Zeiterfahrung . . . . .	51
-----------------------------------	----

Kommunikationsfähigkeit . . . . .	55
Realitätsbezug . . . . .	62
<b>Was dabei im Gehirn passiert</b> . . . . .	<b>67</b>
Weshalb das Gehirn so wird, wie man es benutzt . . . . .	69
Sensomotorische Netzwerke . . . . .	77
Assoziative Netzwerke . . . . .	79
Frontokorticale Netzwerke . . . . .	81
<b>Die Folgen - Beispiele aus der psychotherapeutischen Praxis</b> . . . . .	<b>85</b>
Getragen und umhüllt, mitten, im Cyberraum . . . . .	93
Der Wunsch nach Autorität und die Flucht in die Spiele . . . . .	101
Viel Verwöhnung, dann die Fiktion und dann die Sucht . . . . .	110
So sind sie alle: gehetzt und orientierungslos . . . . .	113
<b>3rd Task - Verstehen:</b>	
<b>Die Hintergründe und Mechanismen der Herausbildung einer Computersucht</b> . . . . .	<b>115</b>
Wie Autobahnen im Gehirn entstehen . . . . .	119
Wer wird computersüchtig? . . . . .	126
Weshalb sind Jungen besonders gefährdet? . . . . .	133
<b>4th Task - Nachdenken:</b>	
<b>Die Suche nach Ursachen und Lösungen</b> . . . . .	<b>139</b>
Woher kommt das Vertrauen und wie stärkt man es? . . . . .	143
Wie entsteht die Entfremdung und wie verhindert man sie? . . . . .	150
<b>Logging out</b> . . . . .	<b>159</b>
<b>Literatur</b> . . . . .	<b>163</b>