

DOPAMIN SPIELT MIT

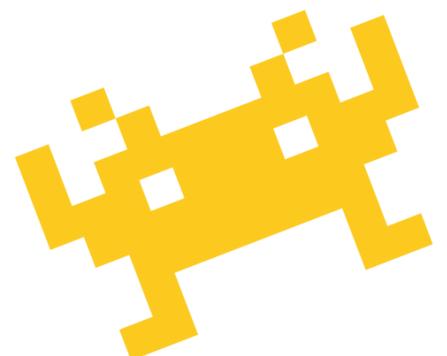
Löse die Aufgaben auf Level 1a und 1b selbständig. Löse die Aufgabe auf Level 2 nur, wenn deine Lehrperson es dir sagt oder du schneller bist als die anderen.

Level 1A: Bist du nach dem Besuch im Gameorama bereits ein Dopamin-Profi und weißt, was im Gehirn abläuft?

Verbinde die passenden Satzanfänge und Satzenden.

LEVEL 1A) Verbinde die passenden Satzanfänge und Satzenden.

Satzanfang	Verbindung	Satzende
Dopamin ist		 eine Krankheit.
Durch das Gamen		 schütten besonders viel Dopamin aus.
Sucht ist		 verspüren wir ein Glücksgefühl.
Toleranzentwicklung heisst:		 mehr spielen müssen für die gleiche Wirkung.
Süchtig machende Substanzen/Verhalten		 ein Botenstoff, der Signale zwischen den Nervenzellen weiterleitet.
Eine Stunde gamen pro Tag,		 verändert die Hirnstruktur nach 6 Wochen.
Impulskontrolle bedeutet,		 zuständig für die Impulskontrolle.
Voll ausgereift ist der Frontallappen		 wird Dopamin freigesetzt.
Der Frontallappen ist		 Handlungen bewusst steuern und planen können.
Aktiviert Dopamin das Gehirn,		 mit ca. 25 Jahren.





DOPAMIN SPIELT MIT

LEVEL 1B) Was kann dich vor einer Gamesucht schützen?

Färbe grün ein, was dich vor zu viel Gaming schützt. Das sind deine Schutzfaktoren.
Färbe rot ein, was dich zu viel Gaming führt. Das sind deine Risikofaktoren.

Ich glaube daran, dass ich etwas erreichen und schaffen kann

Ich fühle mich körperlich fit.

Ich habe im realen Leben immer mal wieder ein Erfolgserlebnis.

Ich bin gerne mit meinen Freund*innen zusammen.

Sport treibe ich schon lange nicht mehr.

Games lenken mich vom Alltagsstress ab und die «Likes» geben mir ein gutes Gefühl.

Wenn ich frustriert bin, game ich.

Ich habe Freund*innen.

Meine Eltern interessieren sich dafür, welches Game ich spiele und was ich daran so toll finde.

Mit meinen Freund*innen zusammen finde ich es oftmals langweilig.

Ich habe sicher eine erwachsene Person, zu der ich Vertrauen habe.

Meine Eltern interessieren sich für mich.

Beim Gamen muss ich mich an zeitliche Limiten halten, die mir (von meinen Eltern) gesetzt wurden.

Ich kann mich nicht gut in andere Menschen hineinversetzen, sie sind mir ziemlich egal.

Meine Eltern finden Games nur doof und interessieren sich nicht für die Games, die ich spiele.

Ich habe keine anderen Hobbys, Gamen reicht mir.

Ich kann mit Stress umgehen und brauche nicht immer ein Game, um mich erholen.

Beim Gamen sind mir keine Grenzen gesetzt: Ich kann jederzeit gamen zu Hause.

Ich flippe schnell aus und es fällt mir schwer, meine Emotionen im Griff zu haben.

Ich habe ein Hobby, das mir Spass macht.

DOPAMIN SPIELT MIT

LEVEL 2) : Gibt es Sucht-Beratungsstellen in der Nähe?

Du merkst, dass dir das Gamen über den Kopf wächst. Suche online nach Beratungsangeboten.

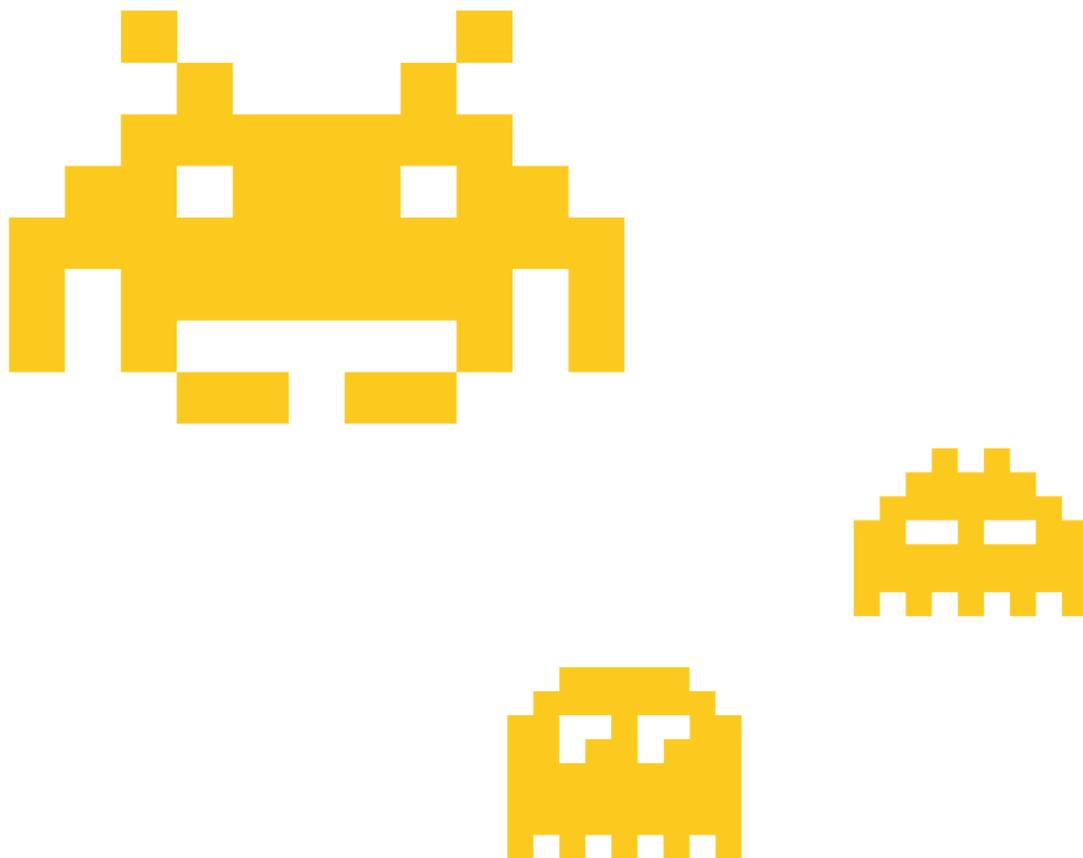
Sozialberatungszentren im Kanton Luzern

- SoBZ Region Willisau- Wiggertal – www.sobz-willisau-wiggertal.ch
- SoBZ Region Entlebuch, Wolhusen und Ruswil – www.sobz-entlebuch.ch
- Zentrum für Soziales Standort Sursee – www.zenso.ch
- Zentrum für Soziales Standort Hochdorf – www.zenso.ch
- KLICK Fachstelle Sucht Region Luzern – www.klick-luzern.ch

CONTACT Jugend- und Familienberatung Luzern, Horw, Kriens – www.contactluzern.ch
Übersicht über alle Jugend- und Familienberatungsstellen im Kanton Luzern:
www.no-zoff.ch

Informationen für Jugendliche

www.feel-ok.ch, z.B. Gamesucht erkennen
Pro Juventute Beratung + Hilfe 147, Telefon, WhatsApp, Chat, E-Mail



LEVEL 2B) Kennst du die Tricks der Gameindustrie?

Schau dir den Film an und beantworte die Fragen.



1) Was versteht man unter «Looten» in Games?

Loot (englisch)= Beute, Kriegsbeute, Raubgut

In Computerspielen deutet der Begriff auf das Besiegen von Gegnern und das Erbeuten von Waffen, Kleidungsstücken, Wertgegenständen, Gold etc. hin.

2) Was sind Lootboxen?

Lootboxen sind «Beutekisten», die mit virtuellen Gegenständen per Zufallsgenerator gefüllt sind.

Einerseits können es Gegenstände sein, die für Vorteile in einem Game sorgen (Rüstung, Waffen, Medizin, Rohstoffe, Fussballstars). Andererseits können die Gegenstände rein optisch sein und haben demzufolge keinen Einfluss auf das Spielgeschehen (Kleider, Lackfarbe bei Autos).

Lootboxen lassen sich meist erspielen. Schneller geht es jedoch, wenn man sich die Lootboxen kauft (in Echtgeld, bzw. In-Game-Währung). Der Erfolg und zugleich die Kritik an den Lootboxen ist ihre Unvorhersehbarkeit. Durch den grossen Zufallsfaktor ist das Prinzip mit Glücksspiel vergleichbar.

3) Weshalb sind kostenlose Games (free-to-play-Spiele) schlussendlich nicht gratis??

Weil diese Games Lootboxen beinhalten, die gekauft werden können.

Bei Free-to-Play-Spielen sind die Lootboxen die einzigen Einnahmequellen des Spiels. Lootboxen sind daher für die Gameindustrie eine wichtige Einnahmequelle. Diese kleinen Transaktionen machen in Deutschland etwa die Hälfte der Einnahmen bei Games aus. So kommt für die Industrie eine enorme Summe zusammen.

Leider gibt es auch Fälle, bei denen Gamende für Transaktionen in Spielen innert weniger Monate Beträge im vierstelligen Bereich ausgeben.

4) Welchen Vorteil haben Gamer*innen, die für Lootboxen bezahlen im Gegensatz zu den Gamenden ohne Lootboxen?

Sie kommen schneller zum Spielerfolg und sind daher bevorteilt.

Quelle: www.projuventute.ch/de/eltern/medien-internet/lootboxen

