

Spielbeginn oder Spielende ?

Früherkennung von Spielsucht für Eltern

Bevor Sie beginnen:

- Bitte beachten Sie, dass es sich hierbei **nicht um einen psychologischen Test handelt** und die Ergebnisse wenig verlässlich sind. Diese Checkliste soll Ihnen lediglich dabei helfen, einige bekannte Indikatoren ¹für Gaming-Störungen im Hinblick auf das Verhalten Ihres Kindes zu betrachten, einen grundlegenden Einblick zu gewinnen und alle Beteiligten zu sensibilisieren!
- Während ein einzelnes Verhalten nicht unbedingt auf eine Spielsucht hinweist, kann eine Kombination anhaltender Anzeichen weitere Maßnahmen erforderlich machen. **Wenden Sie sich in diesem Fall bitte an einen Spezialisten !**
- Beantworten Sie die folgenden Aussagen, inwieweit sie auf Ihr Kind zutreffen. Wählen Sie für jede Aussage einen Wert von 1 (trifft nicht zu) bis 10 (trifft sehr zu). Seien Sie dabei bitte **möglichst ehrlich** – sonst ergibt die Aussage keinen Sinn!
- Alle Daten können anonym eingegeben und vertraulich behandelt werden!

| Für mein Kind gilt: | Überhaupt nicht zutreffend | | | | | | | Vollständig anwendbar | Ich weiß nicht |
|--|----------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | | |
| Bezüglich der täglichen Spielzeit (3 Stunden oder mehr) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Ständiges Reden oder Denken über Spiele | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Reduzierte Teilnahme an Hobbys, Sport oder sozialen Aktivitäten | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Bevorzugung von Online-Gaming-„Freunden“ gegenüber persönlichen Beziehungen | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Häufiges Vernachlässigen familiärer Verpflichtungen | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Häufiges Vernachlässigen der Hausaufgaben | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Auffällige Leistungseinbußen oder mangelndes Interesse an der Schularbeit | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Spielen bis spät in die Nacht | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vernachlässigung grundlegender Bedürfnisse wie Essen, Hygiene oder Sauberkeit | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Abwehrreaktion oder Wut bei Fragen zu Spielgewohnheiten | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Lügen über die Zeit, die man mit Spielen verbringt | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Frustration oder Wut zeigen, wenn das Spielen unterbrochen/eingeschränkt wird | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Kopfschmerzen, Augenbelastung oder andere gesundheitliche Probleme | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Emotionale Höhen und Tiefen im Zusammenhang mit Erfolg/Misserfolg beim Spielen | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Regelmäßige Konflikte mit Eltern oder Geschwistern über Spielgewohnheiten | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Anzeichen von Angst, Depression oder Reizbarkeit | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Übermäßige Ausgaben für In-Game-Käufe, Abonnements usw. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Spielen in unangemessenen Umgebungen (in der Schule, während der Mahlzeiten usw.) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Schwierigkeiten, sich nach dem Spielen an Aktivitäten im wirklichen Leben zu beteiligen | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Rückmeldungen von Freunden, Lehrern usw., dass bei Ihrem Kind möglicherweise ein Risiko für Spielsucht besteht | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

¹ Diese Checkliste orientiert sich an der *Internationalen Klassifikation der Krankheiten (ICD-11)* der Weltgesundheitsorganisation und den *Kriterien der American Psychiatric Association (APA) für Internet Gaming Disorder*. Sie ist zudem das Ergebnis der Sekundärforschung des Gaming Disorders-Projekts (<https://gamingdisorders.eu/>). Das vorliegende Dokument wurde vom Projektkonsortium erstellt und soll Pädagogen dabei helfen, potenzielle Risiken von Gaming Disorders zu erkennen. Es ersetzt keine medizinischen oder psychologischen Diagnoseverfahren.