



gameflow

23. Januar 2025

# Positive Aspekte von Games

Dr. Florian Lippuner  
[florian@gameflow.ch](mailto:florian@gameflow.ch)  
[gameflow.ch](http://gameflow.ch)

# Games sind auch nur Spiele





# Guten Abend

## Aufbau



- Die guten Seiten von Games
- Die schlechten Seiten von Games
- Wie können wir als Eltern eine sinnvolle Computerspielnutzung unserer Kinder fördern?
- Ihre Fragen / Anmerkungen

# Die guten Seiten von Games



«Müssen Games  
überhaupt für etwas  
gut sein?»





# Nebenbei nützliche Dinge lernen



# Mit Games zu mehr Resilienz



## Mit Games zu mehr Resilienz

**«Wenn ich schlecht bin, dann höre ich einfach auf, lese etwas oder schaue fern oder so. Manchmal mache ich mich lustig über mich selbst, wenn ich so schlecht bin und sage mir: Komm, morgen kannst du es besser.»**

(Lilian)



# Teamspirit als Schlüssel zum Erfolg



## Teamspirit als Schlüssel zum Erfolg

«Am schönsten ist es und am tollsten fühlst du dich, wenn du als Team gut warst. Und dann ist es mir auch egal, wenn ich der Schlechteste von uns Vieren war. [...] Das freut dich genauso, wie wenn du mit den Kollegen Fussballspielen gehst und ein Grümpelturnier-Match gewinnst. Das sind schon tolle Momente.»

(Peter)





**Spielend zu mehr  
Selbstbewusstsein**



## Spielend zu mehr Selbstbewusstsein

«Beim Gamen spielt Rechtschreibung keine Rolle. Wenn du im Chat schreibst und dann sagt der eine: ‚Schreib doch mal richtiges Deutsch‘, dann sage ich: ‚Mir doch egal, ich habe dich trotzdem die ganze Zeit verräumt‘ (lacht).»  
(Timo)

## Sich in verschiedenen Rollen erleben





## Sich in verschiedenen Rollen erleben

«Ich spiele im Spiel ja jemanden; und ich wähle nicht unbedingt immer Charaktere, die so sind wie ich – weil mich erlebe ich den ganzen Tag.»

(Martin)



## Blitzschnelle Bewegungen



## Blitzschnelle Bewegungen

«Das tönt ziemlich doof, aber eine Tastatur zu bedienen ist nicht einfach. Diese Tastenkombinationen, das braucht Kontrolle der Finger und der Feinmotorik – und das ist irgendwie sicher gut für den Job.»

(Dennis)



## Kluge Köpfe dank kniffliger Aufgaben



## Kluge Köpfe dank kniffliger Aufgaben

«Ich war immer ein bisschen unterfordert in der Schule. Das ist vielleicht auch der Grund dafür, dass ich eine Herausforderung gesucht habe, auch beim Gamen. Und ich habe immer gleich die höchste Schwierigkeitsstufe ausgewählt, also ‚einfach‘ bis ‚mittelschwer‘ habe ich gar nicht erst angeschaut.»

(Christian)



Start > Leben > „Das Spielen von Ego-Shootern wirkt sich positiv auf unsere Aufmerksamkeit aus“ –...

Leben Titelthema

# „Das Spielen von Ego-Shootern wirkt sich positiv auf unsere Aufmerksamkeit aus“ – Interview mit Wissenschaftlerin Daphne Bavelier

22. November 2019

1



GENF. Seit über 20 Jahren forscht Daphne Bavelier an einem hoch emotionalen Thema: Action-Videospielen und deren Effekt auf Kind, Jugend, Erwachsene, Senioren und Gehirn.

# Gamer wissen mehr





## Gamer wissen mehr

«Im Geschichtsunterricht ist mir das aufgefallen, als wir die Antike durchnahmen. Die kannte ich natürlich gut wegen *Age of Mythology*. Da habe ich all die Götter gekannt und die Architektur kam mir bekannt vor. Das war erstaunlich. Also ich habe ein unglaublich gutes Wissen über die griechischen Götter, auch wegen *Age of Mythology*.»

(Linard)

# Alba

a wildlife adventure





# Vorwärts durch Kreativität





# Die schlechten Seiten von Games



## In-Game-Käufe

Freiwillige oder zwingende Käufe in Games

Was kann man tun?

- Vorher informieren
- Limite setzen



# Dark Patterns

→ Manipulative Mechanismen, damit man länger spielt oder mehr Geld ausgibt



# Dark Patterns

- Push-Nachrichten
- Grinding (Ressourcen sammeln)
- Mikrotransaktionen
- Lootboxes (Beutekisten)





# Dark Patterns

Was kann man tun?

- Masche durchschauen
- Ist es mir das wert?
- Kreditkartendaten nicht hinterlegen/herausgeben
- Passwortschutz



# Datenklau

→ Wenn bei einem Spiel personenbezogenen Daten ungefragt gesammelt werden

Was kann man tun?

- Datenschutzbestimmungen lesen
- Nicht den richtigen Namen verwenden



# Melatonin

Einschlaf-Hormon, dessen Freisetzung durch Bildschirmlicht blockiert werden kann

→ Genügend bildschirmfreie Zeit vor dem Zubettgehen.





# So können wir eine sinnvolle Computerspiel- nutzung fördern



## Fangen Sie bei sich an



# **Verlassen Sie sich nicht auf Altersfreigaben**



# **Achten Sie auf Ihr Kind statt nur aufs Spiel**



## Empfohlene Bildschirmzeiten

- **0 bis 2 Jahre:** möglichst keine Bildschirmmedien
- **2 bis 4 Jahre:** Angaben reichen von 5 bis 10 Minuten am Tag bis zu einer maximalen Bildschirmzeit von einer Stunde.
- **4 bis 8 Jahre:** 30 bis maximal 60 Minuten pro Tag
- **9 bis 10 Jahre:** Empfehlungen reichen von 60 Minuten bis 100 Minuten am Tag.
- **Ab 10 Jahren:** Mit älteren Kindern kann ein wöchentliches Zeitkontingent vereinbart werden. Zum Beispiel eine Stunde pro Lebensjahr in der Woche.



Quelle: Pro Juventute



**Übertreiben Sie  
es nicht mit  
Zeitvorgaben**



# **Setzen Sie auf Vertrauen statt auf Verbote**



# **Verstehen Sie gewalthaltige Spiele**



# Unterscheiden Sie zwischen Lust und Sucht



# Die Suchtspirale durchbrechen



# Danke!

# KEINE ANGST VOR VIDEOGAMES

Florian Lippuner



Wie Ihr Kind das Beste aus  
digitalen Spielen herausholt



# KEINE ANGST VOR VIDEOGAMES

als Taschenbuch & eBook

Vielen Dank für Ihr Feedback





# Literatur

Lippuner, Florian (2023): [Keine Angst vor Videogames – Wie Ihr Kind das Beste aus digitalen Spielen herausholt](#). Glattpark.

Lippuner, Florian (2019): Die Macht des Computerspielers. Strukturelle Kopplung als Determinante spielbezogener Wirkungsprozesse. In: Junge, Thorsten/Schumacher, Claudia/Clausen, Dennis (Hrsg.): Digitale Spiele im Diskurs, S. 1-16.

Lippuner, Florian (2019): Wie das leben so spielt. In: laut & leise, Ausgabe 2, S. 18-19.

Lippuner, Florian (2018): [Das Biografiespiel. Strukturelle Kopplungen und Transferprozesse im Rahmen adoleszenter Computerspielnutzung](#). Wiesbaden.