

## **Inhalt**

---

<b>Logging in</b> .....	7
 <b>1st Task – Aufwachen:</b>	
<b>Die Beschaffenheit der Welten, in die unsere Kinder und Jugendlichen hineinwachsen</b> .....	11
<b>Die Verlockungen virtueller Welten</b> .....	11
Aufbruch in eine neue Welt .....	13
Ein Beispiel: »World of WarCraft« .....	17
Die ersten Ankömmlinge .....	25
<b>Die Auflösung Sicherheit bietender Ordnungen</b> .....	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
<b>Kinder und Jugendliche auf der Suche nach Halt</b> .....	44
 <b>2nd Task – Hinschauen:</b>	
<b>Die Auswirkungen von Computerspielen auf die Seele und das Gehirn</b> .....	47
<b>Was den Sinnen und dem Verstand im Internet und bei Computerspielen zustößt</b> .....	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
Somatosensorische 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>