

Inhalt

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

1st 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

auf 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
Was dabei im Gehirn passiert	67
Weshalb das Gehirn so wird, wie man es benutzt	69
Somatosensorische Netzwerke	77
Assoziative Netzwerke	79
Frontokorticale Netzwerke	81
Die Folgen – Beispiele aus der psychotherapeutischen Praxis	85
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

3rd Task – Verstehen:

Die Hintergründe und Mechanismen der Herausbildung einer Computersucht	115
Wie Autobahnen im Gehirn entstehen	119
Wer wird computersüchtig?	126
Weshalb sind Jungen besonders gefährdet?	133

4th Task – Nachdenken:

Die Suche nach Ursachen und Lösungen	139
Woher kommt das Vertrauen und wie stärkt man es?	143
Wie entsteht die Entfremdung und wie verhindert man sie?	150

Logging out	159
--------------------------	-----

Literatur	163
------------------------	-----