









DOPAMIN SPIELT MIT

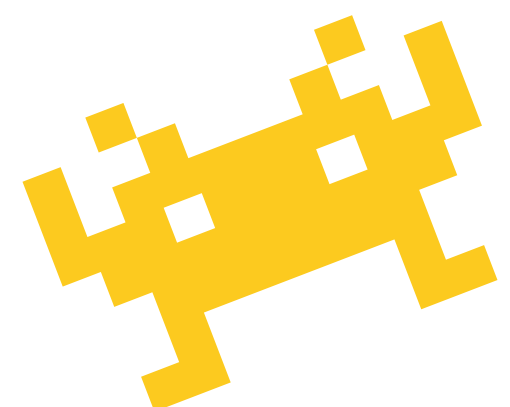
Löse die Aufgaben auf Level 1a und 1b selbständig. Löse die Aufgabe auf Level 2 nur, wenn deine Lehrperson es dir sagt oder du schneller bist als die anderen.

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.

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

Ich habe im realen Leben immer mal wieder ein Erfolgserlebnis.

Ich bin gerne mit meinen Freund*innen zusammen.

Ich fühle mich körperlich fit.

Sport treibe ich schon lange nicht mehr.

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.

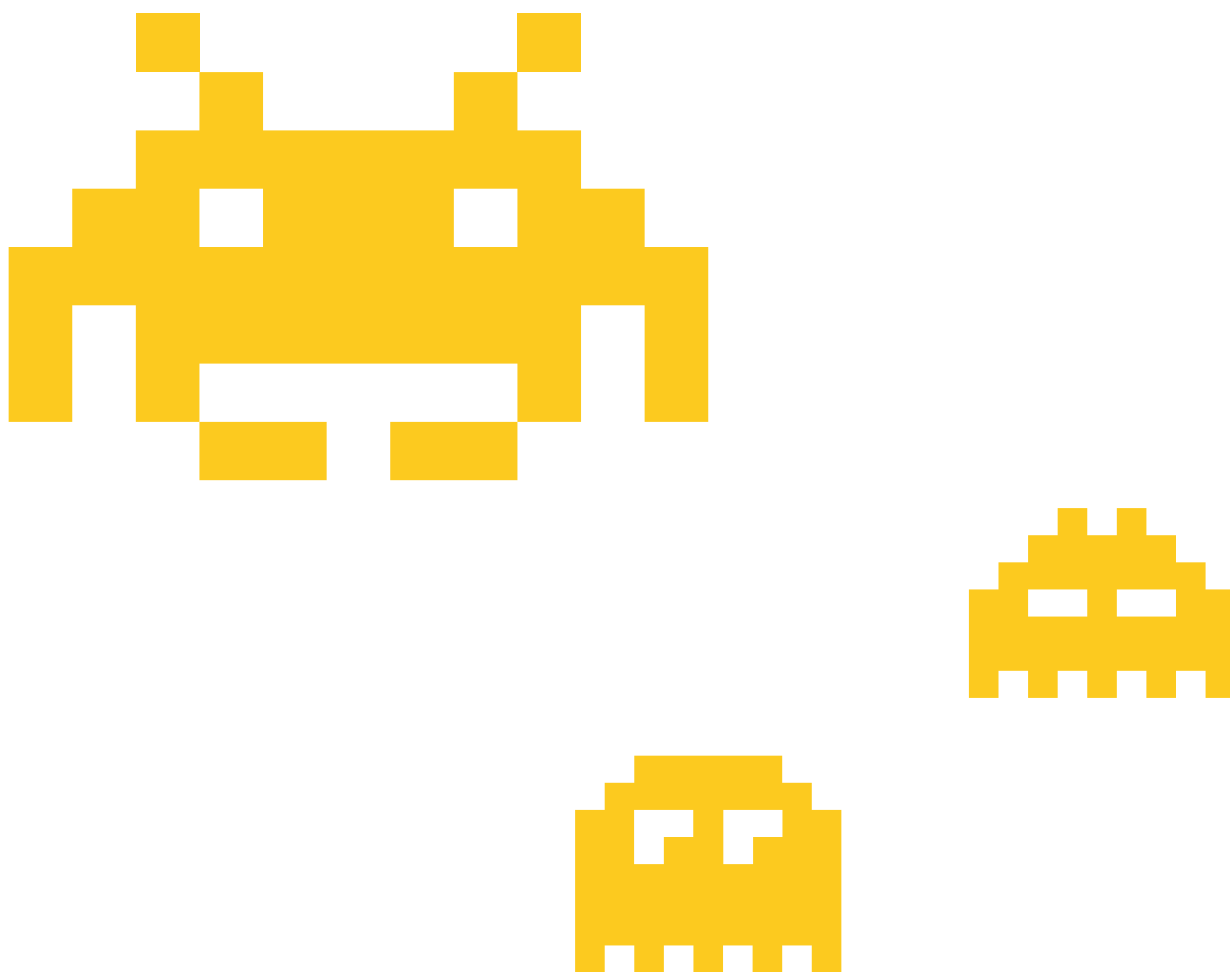
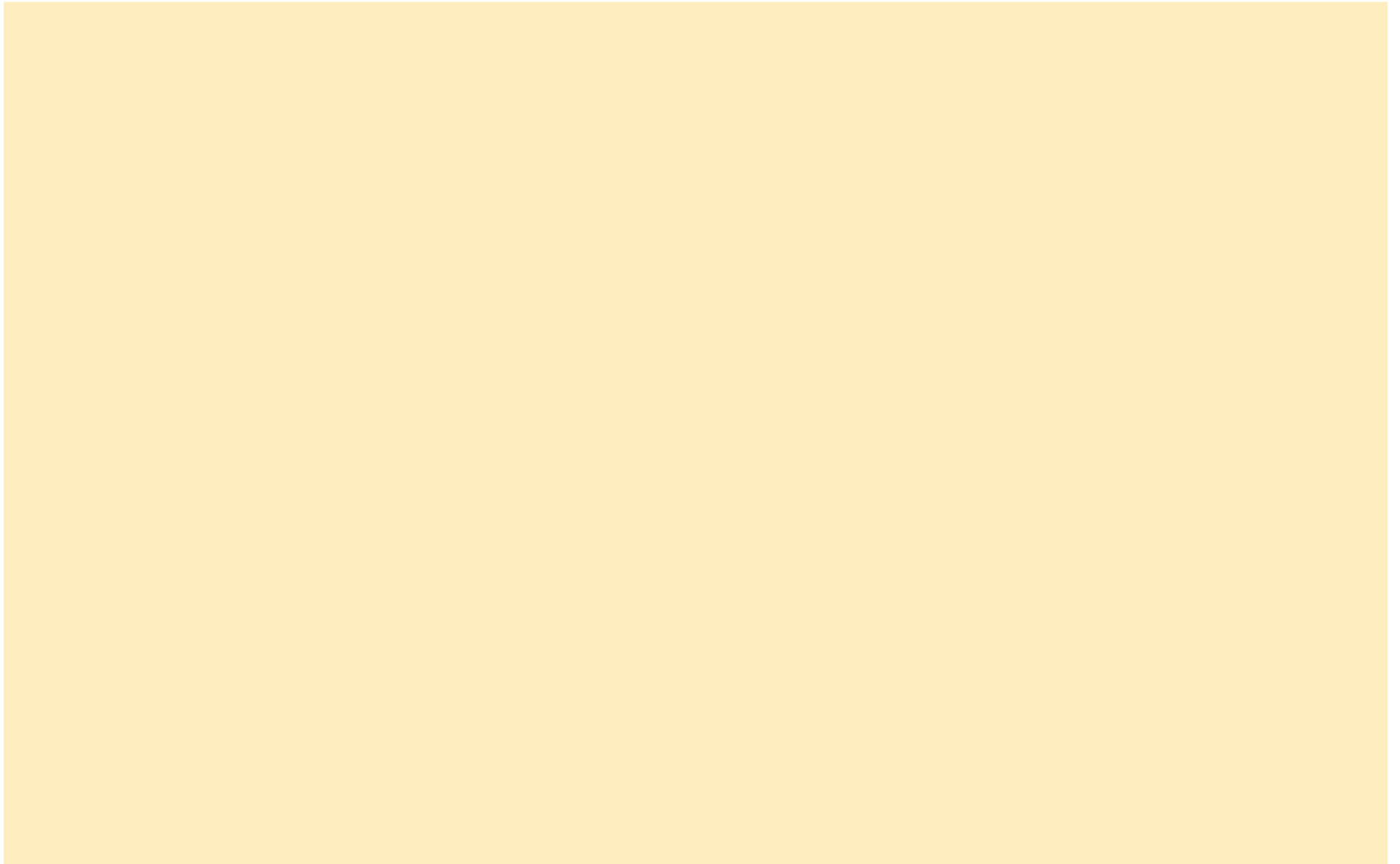
Ich habe ein Hobby, das mir Spass macht.

Ich glaube daran, dass ich etwas erreichen und schaffen kann

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.



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?

Empty yellow box for answer 1.

2) Was sind Lootboxen?

Empty yellow box for answer 2.

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

Empty yellow box for answer 3.

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

Empty yellow box for answer 4.

