

# Eine Woche ganz ohne Computerspiele

14 Sechstklässler der Marienbergschule wagen siebentägiges Experiment

**Nordstemmen** – Eine ganze Woche ohne Computerspiele – auf dieses Experiment haben sich im vergangenen Herbst 14 Kinder der Klasse 6a der Marienbergschule eingelassen. Entstanden ist die Idee, als Deutschlehrerin Kathrin Bartlakowski mit ihren Schülern darüber sprach, wie die Kinder ihre Ferien verbracht haben. Eine häufige Antwort: „Ich habe gezockt.“ Konsole, Laptop und Smartphone sind zum ständigen Begleiter für viele Kinder geworden, an kaum einen Tag nehmen sie die Geräte nicht zur Hand – in erster Linie nachmittags, abends und am Wochenende. Wie wäre es jedoch, mal eine ganze Woche darauf zu verzichten? Dem gingen die Schüler mit ihrer Deutschlehrerin auf den Grund und starteten ein einwöchiges Experiment.

Zunächst füllten alle, die mitmachen wollten – denn die Teilnahme am Experiment war auf freiwilliger Basis – einen Fragebogen aus und analysierten so ihr bisheriges „Zockverhalten“. Die Ergebnisse fielen sehr unterschiedlich aus, vom „Gelegenheitszocker“ bis zu mehrstündigem Computerspielen täglich war alles dabei. Die meisten der Kinder zocken Spiele, bei denen es nicht darauf ankommt, regelmäßig zu spielen. Etwa ein Fünftel zockt jedoch Spiele, bei denen es wichtig ist, regelmäßig weiterzuspielen, was zu einer Abhängigkeit führen kann. Einen große Rolle spielt auch der soziale

Aspekt: Fast die Hälfte der Kinder spielt online gemeinsam mit Freunden. Dabei vergessen viele von ihnen die Zeit und merken nicht, wie lange sie bereits vor dem Gerät sitzen. Dass einige von ihnen beim Spielen vor Wut schon einmal Dinge an die Wand geworfen oder zerstört haben, überraschte die Schüler negativ. Den meisten von ihnen dient das Zocken eher dazu, sich zu entspannen. Ob sie eine Woche auf das beliebteste Hobby verzichten können, zeigte die darauffolgende Woche. Wichtig war, dass die Kinder innerhalb der sieben Tage auf jegliche Computerspiele verzichteten. Dabei ging es jedoch nicht darum, komplett auf die

Nutzung digitaler Geräte wie Smartphone oder Computer zu verzichten. „Das wäre zu weit gegangen“, merkte Bartlakowski an.

Die Erfahrungen und Gefühle während des Experiments hielten die Schüler schriftlich in Form eines Tagebuchs und mit kleinen Videos fest, die die Deutschlehrerin zu einem 14-minütigen Film zusammenschnitt. In den ersten Tagen fiel es den Elf- und Zwölfjährigen noch leicht, auf das Zocken zu verzichten. Sie lenkten sich mit alternativen Beschäftigungen ab, gingen beispielsweise nach draußen, trafen sich mit Freunden, bastelten oder schauten sich Videos im In-

ternet an. Eine Anstecknadel und Schilder erinnerten sie regelmäßig daran, durchzuhalten, wenn sie das Gefühl hatten, spielen zu wollen.

Sebastian, Emma und Madleen haben alle ähnliche Erfahrungen gemacht: Sie konnten die zockerfreie Woche gut durchhalten, fanden immer wieder Ablenkung, um nicht ans Spielen denken zu müssen. Einigen der Schüler standen beim Experiment Eltern und Geschwister zur Seite und unterstützten sie bei ihrem Vorhaben, wodurch es für sie einfacher wurde, durchzuhalten. Das schafften jedoch nicht alle Kinder, gerade am Wochenende war der Drang, zu zo-

cken, für manche einfach zu groß. Wer die Woche jedoch durchgehalten und gar nicht oder weniger als sonst gezockt hat, konnte am Ende stolz auf sich sein. „Es war gut, dass die Idee von den Kindern kam. So konnten sie mit dem Herzen mitgehen“, freute sich Bartlakowski über das Ergebnis.

Auch zehn Wochen nach Ende des Experiments sind immer noch positive Auswirkungen bemerkbar. „Ich gehe mehr raus, treffe mich mit Freunden oder baue etwas“, fasste Thore den positiven Effekt der zockerfreien Woche zusammen. Ob sie nochmals eine längere Zeit auf Computer-, Smartphone- und Konso-

lenspiele verzichten würden, beantworteten die Kinder unterschiedlich. Tyler sah im Zocken die beste Möglichkeit, sich mittags zu beschäftigen, bis seine Freunde Zeit zum Treffen haben, stand einem erneuten Experiment deshalb eher ablehnend gegenüber. Emilio hingegen „würde so was nochmal machen“, er wurde bei seinem Computerspielverzicht von der ganzen Familie unterstützt. Lehrerin Kathrin Bartlakowski lobte all ihre Schüler für ihr Durchhaltevermögen und versprach ihnen auch eine Belohnung: Ein Filmschauen mit Pizzasessen steht bisher noch aus und wird sobald wie möglich umgesetzt. kho



**Realschüler wagen großes Experiment:** 14 Kinder der Klasse 6a der Marienbergschule verzichten eine Woche lang auf Computerspiele. Unterstützt werden sie von Deutschlehrerin Kathrin Bartlakowski. FOTO: HORMANN