



### Computerspielsüchtig? Checkliste für Eltern

Quelle: Ambulanz für Spielsucht /Mainz ([www.unimedizin-mainz.de](http://www.unimedizin-mainz.de))

1. Besteht bei Ihrem Kind ein unwiderstehliches Verlangen, am Computer spielen zu müssen?

ja  nein

2. Hat es keine Kontrolle über Beginn, Beendigung und Ausmaß des Computerkonsums?

ja  nein

3. Gab es Versuche, den Spiel- und Computerkonsum einzuschränken oder aufzugeben, die wiederholt scheiterten?

ja  nein

4. Möchte Ihr Kind den Computer und die Spielkonsole immer häufiger und intensiver nutzen, z.B. um Stress oder Aggressionen abzubauen?

ja  nein

5. Wenn ihr Kind den Computer nicht nutzen kann, fühlt es sich dann psychisch und/oder körperlich unwohl?

ja  nein

6. Vernachlässigt Ihr Kind wichtige schulische und soziale Pflichten (Freundeskreis)?

ja  nein

7. Spielt ihr Kind trotz negativer Auswirkungen oft noch verstärkt weiter?

ja  nein

8. Haben Sie das Gefühl, Computer bzw. Spielkonsole dominieren Gefühle, Gedanken und Verhalten Ihres Kindes?

ja  nein