



28.08.2008

John Sommer

Das Flow-Erlebnis im Computerspiel

Auszug aus der Hausarbeit im Seminar „Spezielle Medien“

Studiengang Soziale Arbeit (BA)

der Fachhochschule Erfurt

Dozent: Dr. Martin Geisler

Inhalt

1. Einleitung	1
2. Das Flow Erlebnis im Computerspiel.....	2
2.1 Was ist Flow	2
2.2 Flow als Anlass zum Spielen	3
2.3 Flow als messbare Größe	4
3. Fazit.....	4
4. Literatur- und Quellenverzeichnis.....	5

1. Einleitung

Ein Leben ohne Medien ist heute kaum noch vorstellbar. Zeitungen und Zeitschriften, Fernsehen, Radio sowie die neuen Medien sind unverzichtbarer Bestandteil unserer demokratischen Streitkultur geworden. „Deshalb ist neben Lesen, Schreiben und Rechnen – Medienkompetenz eine Schlüsselqualifikation.“ (Vgl. Goebel (2008): S. 2) Wer den Überblick behalten will, muss lernen, mit Medien richtig umzugehen.

Viele Bereiche innerhalb der Gesellschaft haben sich durch die rasante Entwicklung der Informations- und Kommunikationstechnologien verändert. Durch die immer stärkere Verbreitung der neuen Medien hat der Umgang mit ihnen Einzug in das tägliche Leben, sowohl in berufliche als auch private Bereiche erhalten. Allerdings sind von dieser Entwicklung nicht alle Bevölkerungsschichten gleichermaßen betroffen und haben nicht die entsprechenden Zugangsmöglichkeiten. Für Menschen, welche die Möglichkeit haben, die neuen Medien zu nutzen, bieten diese viele Vorteile und neue Möglichkeiten. Beispiel hierfür wären der günstige Informationsaustausch, Vielfalt und Aktualität von Informationen, Möglichkeit der gezielten Recherche und schnellen Zugang zu Informationen. Die in der Gesellschaft bisher benachteiligten Gruppen sind jedoch in den neuen Medien ebenfalls unterrepräsentiert. Somit werden bestehende soziale Ungleichheiten verstärkt und Neue verursacht. Mitte der 90er Jahre entstand letztendlich der Begriff der digitalen Kluft¹, der ein ernst zu nehmendes Problem der Gesellschaft darstellt.

¹ Aktualisierung der Hypothese einer Wissenskluft

2. Das Flow Erlebnis im Computerspiel

„Bildschirmspiele können Gefühle von Macht, Herrschaft und Kontrolle erzeugen. Diese Gefühle sind für die meisten Spieler so faszinierend, dass sie diese so lange wie möglich genießen wollen.“ (Bühl (2000): S. 42).

2.1 Was ist Flow

Der Begriff Flow-Effekt geht auf Csikszentmihalyi (1993: S. 11) zurück, der den „Flow“ folgendermaßen definiert: „Im Flow-Zustand folgt Handlung auf Handlung, und zwar nach einer inneren Logik, welche kein bewusstes Eingreifen von Seiten des Handelnden zu erfordern scheint. Er erlebt den Prozess als ein einheitliches Fließen von einem Augenblick zum nächsten, wobei er Meister seines Handelns ist und kaum eine Trennung zwischen sich und der Umwelt, zwischen Stimulus und Reaktion, oder zwischen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft verspürt (...).“

Dabei werden das Bewusstsein des eigenen Körpers oder Körperfunktionen nicht beeinträchtigt. Lediglich das Selbstkonstrukt, welches man als vermittelte Größe zwischen Stimulus und Reaktion ein zu schieben lernt, geht verloren (Vgl. Csikszentmihalyi (1993): S. 185). Flow-Effekte können bei verschiedenen Aktivitäten, wie zum Beispiel beim Sport entstehen. Meist hängt der Flow mit Tätigkeiten zusammen in dem der Handelnde aufgeht und die er beherrscht, wie „[...] zum Beispiel Skifahren, sogenannte Funsportarten oder auch Segeln“ (Vgl. www.wikipedia.org).

Jürgen Fritz (1995: S. 86) beschreibt den Flow Effekt bei den Bildschirmspielen wie folgt: „Die Verminderung der Distanz (zwischen Spiel und Spieler/in) schafft für viele Spieler einen Reizschutz. Die Spiele schirmen den Spieler von seiner mentalen Welt ab, indem sie das Reizniveau des Spiels (z.B. durch permanente Bedrohungssituationen, Zeitstreß oder

Ausweitungen der zu durchdenkenden Komplexität) so anheben, dass der Spieler auf keine anderen Gedanken mehr kommt.“ Nach Bühl (2000: S. 42-43) resultiert aus dem Flow ein Gefühl des vollkommenen Eintauchens und Verschmelzens mit der virtuellen Welt. Das Gefühl kann so intensiv sein, dass die Distanz zum Spiel vollkommen vergessen wird und der Spieler seine Persönlichkeit so stark einbezieht, dass er denkt, selber auf dem Bildschirm zu agieren. Dieses Phänomen wird als „Flow-Effekt“ bezeichnet. „Der Handelnde geht völlig in seiner Aktivität auf. Sie bietet ihm laufende Herausforderungen, so dass keine Zeit für Langeweile bleibt oder Sorgen darüber, was außerhalb dieser Aktivität wichtig wäre.“ (Fritz (1995): S.210-211).

Die meisten Spiele fangen damit an, dass grundlegende Bedienungselemente des Spiels vermittelt werden. Nach dem „Tutorial“² sollte sich dann der Schwierigkeitsgrad, welcher meist Anfangs, passend zur eigenen Herausforderung, gewählt werden kann, kontinuierlich erhöhen. (Vgl. Schindegger (2005): S.61).

Fritz (1995: S.211) ergänzt hierzu: „Ganz verschmolzen mit der Tätigkeit achten sie auch nicht auf die Zeit, auf Verpflichtungen in der realen Welt oder auf die Folgen lang andauernden Spielens. Ein Ende des Spiels erfolgt erst bei starken Hungergefühlen oder, noch wichtiger, beim Ausbleiben der erwünschten Erfolgserlebnisse, wenn es zu schwierig wird oder die Aufnahme-fähigkeit nachlässt.“ Im Extremfall kann die betroffene Person auch durch störende Gefühle wie Müdigkeit gezwungen werden, das Spiel zu unterbrechen. Das Zeitgitter der realen Welt, in welches normalerweise Handlungen und Erfahrungen eingeordnet werden, wird letzten Endes oft vergessen.

² Eine einführende Übung unter Anleitung um mit dem Spiel vertraut zu werden.

Eine Verbindung vom Flow-Effekt mit suchtartigem Konsum von Bildschirmspielen ist jedoch nicht herzustellen: „Selbst bei intensivem Spielerleben scheint die Fähigkeit zur Selbstkontrolle der Spielaktivität bei Kindern und Jugendlichen [sowie Erwachsenen] vorhanden zu sein. Eine Spielform, deren zentrales Element die Kontrolle des Spiels ist, fördert in der Regel auch die Selbstdisziplin. Ob diese dann auch ausreicht, die Spieldauer zu regulieren, bleibt (zunächst) offen“ (Fritz (1995): S.106).

Nicht zuletzt beschreibt Csikszentmihalyi (1993: S. 35) in neun wesentlichen Elementen auch, dass der Flow einen schmalen Grad jenseits von Angst und Langeweile bildet.³ Befindet sich der Spieler einmal in dem Flow-Zustand ist er so sehr auf das Geschehen im Spiel konzentriert, dass seine Handlungen mit dem Bewusstsein verschmelzen. Der Spieler ist so sehr auf das Spiel vertieft, dass er seine Umwelt um sich herum vergisst. (Vgl. Fritz (1995): S. 211)

2.2 Flow als Anlass zum Spielen

Langeweile, der Bewältigung von Ärger und/oder Stress, die Herausforderung das Computerspiel zu schaffen – also der so genannte Flow – sind nach Schindegger die Hauptmotive für das Spielen. Er zitiert dabei als Beispiel eine Aussage einer 16-jährigen Schülerin: „[...] ich will irgendwann nicht mehr aufhören, ich will weiter. Ich weiß, dass ich irgendwann ans Ziel komme und dann nichts mehr zu lösen ist“ (2005: S.59-60).

Die Ambition, sich dem Spiel zu stellen und sich jeder neuen Herausforderung anzunehmen, treibt den Spieler voran. Ist eine Aufgabe erfolgreich gemeistert, wird die nächste, noch schwierigere Aufgabe gestellt, die

es zu lösen gilt. Der Computerspieler wird immer weiter herausgefordert und er nimmt diese Herausforderung meistens an. (Vgl. Schindegger (2005): S. 61) „Die größte Motivation ist, dass Computerspiele meist „gute Gefühle“ auslösen. Man möchte seine „schlechten Gefühle“, wie z.B. Langeweile, Ärger, Stress, Wut usw. durch die „guten“ wie z.B. Erfolg, ablösen. Computerspiele können dies ermöglichen“ (Fritz (1995): S. 212).

Fromme (2000: S. 47) beschreibt hingegen, dass der individuelle Zeitvertreib und das gesellige Zusammenspiel mit anderen, die zwei zentralen Spielanlässe darstellen. Auf die Frage „Wann spielst Du Video- oder Computerspiele?“ fanden die drei Antwortmöglichkeiten: „wenn ich Langeweile habe“, „wenn schlechtes Wetter ist und man nicht so gut nach draußen kann“ und „wenn niemand da ist, mit dem ich was anderes machen könnte“ am meisten Anklang bei den Kindern und Jugendlichen. Er bemerkt, dass Video- und Computerspiele in unserer Zeit für Kinder und Jugendliche meist als Lückenfüller fungieren. Die Spiele kommen meist dann zum Einsatz, wenn andere Freizeitoptionen gerade nicht zur Verfügung stehen. Im zweiten wichtigen Punkt, der Möglichkeit des gemeinsamen Spielens, geht es nicht um das Spielen an sich, sondern darum, es mit den Freunden zu tun. Dies ist auf ein relativ starkes Interesse an den sozialen Kontext in der Freundschaftsbeziehung der Kinder zurückzuführen (Vgl. Fromme (2000): S. 48).

Ungeachtet dessen könnte auch eine Begründung für zunehmend auftretenden Flow sein, dass Computerspiele zunehmend realistischer konzipiert und dargestellt werden. Grafiken, Musik und Geräuschen werden immer mehr nach den realen Gewohnheiten der Menschheit ausgewählt bzw. dem entsprechend angepasst (Vgl. www.bpb.de).

³ Siehe Anhang Nr. 3.

2.3 Flow als messbare Größe

Das Messen persönlicher Empfindungen ist ein in der Psychologie lange bekanntes Problem. Um diese Daten zu erfassen, hat sich der Fragebogen als Instrument bewährt, solange eine genügend große Gruppe befragt wird. Csikszentmihalyi (Csikszentmihalyi & Larson (1987)) hat basierend auf Fragebögen und Interviews eine Methode entwickelt, um Flow im Alltag zu messen. Abseits der bekannten Methoden möchte ich die Möglichkeit eines Versuchs der automatischen Flow Messung vorstellen.

Ralf Armin Böttcher (www.flowmessung.de) hat im Rahmen seiner Diplomarbeit ein neues Verfahren zur Flow-Messung im Computerspiel entwickelt. Dabei werden mittels einer Untersuchung Herzaktivität sowie Hautwiderstand erfasst und der Handelnde während des Spielens für die spätere Auswertung videotecnisch festgehalten. An dieser Stelle stößt er jedoch auf ein Problem: Momentan ist noch keine automatische Messung möglich, da dafür Mimikerkennungssoftware benötigt wird, welche noch nicht entwickelt wurde. Nachdem das Programm alle relevanten Daten aufgezeichnet und zeitlich synchronisiert hat, wäre es möglich, in einer späteren Untersuchung über das automatische Mimikerkennungssystem, aus dem Gesicht des Probanden, Gefühlsregungen abzuleiten. In Verbindung mit den anderen erfassten Daten, sollte nach Böttcher eine automatische Flow-Erkennung möglich sein. Es wäre also offensichtlich, an welchen Stellen im Computerspiel der Tätige positive oder negative Reaktionen erfährt. Mit diesen Daten könnten die Entwickler eventuelle Veränderungen im Spielablauf vornehmen um die Reaktionen in die gewünschte Richtung zu intensivieren. (Vgl. www.flowmessung.de)

3. Fazit

Die Frage, warum Kinder und Jugendliche am Computer spielen, lässt sich eigentlich nur beantworten, wenn man selbst schon einmal am Computer gespielt hat. Denn nur die eigenen Erfahrungen können die Faszinationskraft von Computerspielen verdeutlichen. Wer einmal den Zustand des *Flows* erreicht hat, weiß, was es bedeutet, mehrere Stunden vor einem Computer gesessen zu haben und zu spielen. Das Gefühl immer weiter zu kommen, Ziele zu erreichen, den Gegner zu besiegen und das Spiel zu beherrschen sind Anlässe, warum man sich am Computer betätigt. Ein weiteres Motiv in die Welt der Computerspiele einzutauchen, ist die Möglichkeit, der Held in einer kleinen Welt- der Virtuellen Welt - zu sein. Hierbei ist es egal, ob man die Rolle eines übermächtigen Kämpfers, eines Wirtschaftsbosses oder die eines großen Feldherrn übernimmt. Ungeahnte Möglichkeiten tun sich dem Spieler in dieser Welt auf und er kann in dieser Zeit seine Umwelt und Probleme, wie Ärger, Frust, Langeweile und Stress, einfach ausblenden.

Das Spiel muss mit seiner Geschichte, seiner Steuerung und seinem Anspruch dem Spieler gerecht werden. Erst dann wird der Spieler sich längerfristig mit dem Spiel beschäftigen. Ob der Flow-Effekt letztendlich möglich wird, hängt von der inneren Einstellung der Betroffenen ab. Mit der richtigen Einstellung ist Flow in jeder Tätigkeit möglich und nicht nur auf das Computerspiel zu begrenzen.

Es ist zu beachten, dass die Spieler nach ihren Angaben deutlich zwischen der virtuellen und der realen Welt trennen. So reizvoll diese fiktive Welt auch sein mag, so ist beispielsweise die Faszinationskraft realer Sportaktivitäten bei den meisten der befragten Spieler deutlich höher als Erlebnisse in Computerspielen (Vgl. www.bpb.d2).

Dennoch eröffnet sich beim Umgang mit dem Thema Flow eine neue Frage, welche Grundlage einer zukünftigen Forschungsaufgabe sein könnte: Trägt vielleicht das Flow-Erleben doch ein latentes Suchtpotential in sich?

4. Literatur- und Quellenverzeichnis

Literatur:

- Bühl, Achim (Hrsg.): *Cyberkids – Empirische Untersuchung zur Wirkung von Bildschirmspielen*, LIT Verlag Münster – Hamburg - London: Marburg und Heidelberg 2000.
- Csikszentmihaly, M. & Larson, R.: *Validity and reliability of the Experience Sampling Method – Journal of Nervous and Mental Disease*, 1987.
- Csikszentmihalyi, Mihaly: *Das Flow- Erlebnis*, Klett-Cotta: Stuttgart 1993.
- Fritz, Jürgen (Hrsg.): *Warum Computerspiele faszinieren – Empirische Annäherung an Nutzung und Wirkung von Computerspielen*, Juventa-Verlag: Weinheim 1995.
- Fromme, Johannes (Hrsg.): *Computerspiele in der Kinderkultur*, Leske + Budrich, Opladen 2000.
- Goebel, Jens in: *Kinderkult Sonderdruck*, 18. April 2008.
- Mayer, Werner Paul: *Aufwachsen in simulierten Welten – Computerspiele: die zukünftige Herausforderung für Eltern und Erzieher*, Peter Lang Verlag: Frankfurt am Main 1992.
- Schindegger, Tobias: *Computerspiele – Ein Ratgeber für Eltern, PädagogInnen und Medieninteressierte*, Bertuch Verlag GmbH, Weimar 2005.

Internetquellen:

- http://www.bpb.de/themen/8GADVU,0,Zwischen_Frust_und_Flow.html¹
Zugriff am: 24.07.08
- http://www.bpb.de/themen/8GADVU,5,0,Zwischen_Frust_und_Flow.html²
Zugriff am: 20.07.08
- <http://www.bungie.de>
Zugriff am: 18.07.08
- <http://www.flowmessung.de>
Zugriff am: 20.07.08
- <http://www.staff.uni-marburg.de/~feldbusc/page12/files/21FRITZ.PDF>
Zwischen Frust und Flow - Fritz
Zugriff am: 24.07.08
- <http://www.wikipedia.de>
Zugriff am: 18.07.08