

Mit digitalen Spielen über psychische Erkrankungen lernen

Eine neue Studie zeigt mit Fokus auf Depressionen, wie mit digitalen Spielen über psychische Erkrankungen gelernt werden kann / Veröffentlichung in „Frontiers in Psychology“

Digitale Spiele können ein geeignetes Medium sein, um vor allem Menschen ohne psychische Erkrankung über Depression aufzuklären. Zu diesem Ergebnis kam eine Studie von den Kölner Medienpsychologen Dr. Marco Rütth, Raoul Bachmayer und Professor Dr. Kai Kaspar. Digitale Spiele können dabei helfen, Symptome von Depressionen zu erkennen und sich in depressive Menschen einfühlen zu können. Die Ergebnisse der Online-Studie wurden unter dem Titel „Learning about depression by watching gaming videos: A case study on the potential of digital games for psychoeducation and destigmatization“ in der Fachzeitschrift *Frontiers in Psychology* veröffentlicht.

Menschen, die an einer Depression erkrankt sind, leiden nicht nur an den direkt mit der Erkrankung verbundenen Einschränkungen. Auch die mit der Erkrankung verbundene Stigmatisierung kann zusätzliche Belastungen erzeugen. Zur Verringerung von Stigmatisierung, sogenannte Entstigmatisierung, kann die Vermittlung von Wissen über psychische Erkrankungen (Psychoedukation) beitragen. Dabei können auch verschiedene Medien helfen, dass sich insbesondere Menschen ohne Depressionen der Symptome von Depressionen bewusster werden und sie sich besser in depressive Menschen einfühlen können. Zwar werden psychische Erkrankungen in vielen Medien wie digitalen Spielen dargestellt oder thematisiert. Zur Psychoedukation und Entstigmatisierung werden digitale Spiele jedoch bisher kaum genutzt, obwohl diese aufgrund ihrer Beliebtheit viele Menschen erreichen können.

Die 117 Studienteilnehmenden der Studie sahen sich Ausschnitte aus einem digitalen Spiel zum Thema Depression an und notierten anschließend, welche Aspekte bei ihnen einen bleibenden Eindruck hinterlassen hatten und welche Wirkung das Spiel auf sie hatte. Den Studienergebnissen zufolge wurde, basierend auf 298 Aussagen zur Frage nach Lerneffekten des Spiels, durch das Anschauen der Spielvideos unter anderem Wissen über Depression und über die Bedeutung des persönlichen Umfelds vermittelt. Außerdem wurden, basierend auf 307 weiteren Aussagen zur Frage nach der Wirkung des Spiels auf die Teilnehmenden, eher negative Emotionen wie Traurigkeit und Anstrengung, aber auch Empathie hervorgerufen. Die Teilnehmenden vermuteten ähnliche Wirkungen des gezeigten Spiels auch auf andere Personen, basierend auf 284 Aussagen. Neben diesen Effekten zeigte sich auch eine hohe allgemeine Lernmotivation in Bezug auf das Thema Depression sowie eine starke Überzeugung, dass digitale Spiele ein interessantes und relevantes Medium sein können, um über Depressionen zu lernen.

In Bezug auf Entstigmatisierung zeigt die Studie schließlich, dass für Gedanken zum Thema Depression vor allem das Geschlecht, das Wissen zu Depression und die Lernmotivation bezüglich Depressionen eine wichtige Rolle spielen. Die Stigmatisierung anderer fiel dabei höher bei den Teilnehmenden aus, die männlich waren und die weniger Wissen sowie weniger Lernmotivation in Bezug auf das Thema Depression hatten.

Insgesamt liefert diese Studie wichtige Erkenntnisse, welche Rolle digitale Spiele im Kontext von Psychoedukation und Entstigmatisierung spielen können. Perspektivisch weisen die Autoren der Studie darauf hin, dass auch die Art und Intensität der Auseinandersetzung mit einzelnen Aspekten

wie Erzählungen bei der Betrachtung und Nutzung von digitalen Spielen weiter ergründet werden sollte.

Weitere Informationen:

[https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1585571](http://Rüth, M., Bachmayer, R., & Kaspar, K. (2025). Learning about depression by watching gaming videos: A case study on the potential of digital games for psychoeducation and destigmatization. Frontiers in Psychology. <a href=)