

So bin ich

- Ich möchte so leben und handeln, wie ich wirklich bin.
- Ich habe eine Meinung!
- Durch kreative Ausdrucksformen kann ich mich mitteilen.
- Manchmal ecke ich an, besonders in stark normierten Umfeldern.
- Ich suche Gleichgesinnte, die meine Ausdrucksform respektieren oder teilen!

Das mag ich und das nutze ich

- Simulationen, Baukasten- und Kreativspiele, Musik- und Tanzspiele: The Sims, Just Dance, Beat Saber, Animal Crossing, New Horizons, Life is Strange, Stardew Valley, Undertale, Zelda: Tears of the Kingdom, Minecraft Creative Mode
- Kreative Plattformen: YouTube, Pinterest, Instagram und TikTok
- Kreative Tools wie Meme Generator, CapCut oder Canva
- Cosplay, Manga, Pen & Paper Rollenspiele, Fandom, Fanfiction und Writing Communities

Hi, ich bin
The Creator

Erfahre mehr über
 deinen Shiftie!

www.gameshift.nrw



Mein Hauptbedürfnis ist
Selbsta Ausdruck!



"Shiftie-Handout" von der Pacemaker Initiative für GAMESHIFT NRW
 unter CC BY-NC-ND 4.0-Lizenz via gameshift.nrw



Mit digitalen Medien kann ich...

- ...schnell und einfach einen Diskurs zu einem Thema ins Leben rufen und ähnlich Denkende finden.
- ...viele Leute mit meinen Kreationen und meiner Meinung (z.B. zu Politik) erreichen, selbst ein(e) Meinungsführer*in werden.
- ...mich durch den Selbstaussdruck und Dank der einfachen Anwendung digitaler Tools schnell weiterentwickeln und verbessern!
- ...digitale Spiele nicht nur spielen, sondern auch immer neu gestalten.



Hier muss ich aufpassen

- Manchmal fühle ich Druck, immer etwas Neues gestalten oder posten zu müssen – im Netz geht alles sehr schnell und es gibt immer neuen Content und neue Profilvorschläge – da gehe ich unter! Wenn ich etwas verpasse, könnte mich das stressen.
- Die technische Ausstattung ist teuer – da geht viel Taschengeld für drauf.
- Durch meine Präsenz mit meiner Meinung mache ich mich sehr angreifbar – auch für Fremde.
- Ich laufe Gefahr, mich zu stark über Gruppenzugehörigkeit zu definieren (Identitätsfusion) – das macht mich auch anfällig für problematische Gruppen oder Trends!

Welche Lernbegleitung brauche ich

- Raum, mich ausdrücken zu können.
- Erziehungspersonen sollten meinen Content/meinen Selbstaussdruck im Blick haben und darüber ins Gespräch gehen.
- Andere Meinungsführer*innen meiner Communities kennen und mit mir gemeinsam hinterfragen.
- Feste Regeln zum Einsatz von Taschengeld für technische Ausstattung etc.
- Ein offenes Ohr und aktives Nachfragen, mit wem ich Kontakt über Social Media etc. habe.
- Erziehungspersonen, die ein echtes Interesse an Themen haben, die mich bewegen – z.B. viel mit mir ins Gespräch gehen, eventuell sogar meinen Profilen folgen und meine Kommentarspalten im Blick halten (ohne zu kontrollieren).
- Förderung beim Umsetzen und Ausleben meiner (politischen) Überzeugung.
- Lenkung der Motivation hin zu einem vernünftigen Maß an Engagement!

So bin ich

- Ich suche immer die Herausforderung und strebe danach, mich mit anderen oder auch mit mir selbst zu messen.
- Wenn ich den Sinn oder das Ziel einer Aufgabe nicht erkenne oder sie schlecht strukturiert ist, verliere ich schnell das Interesse. Das kann mich sogar frustrieren.
- Ich mag es, wenn ich sachliches Feedback bekomme und konkrete, messbare Erfolge sehe – nur so kann ich wachsen und mich weiterentwickeln.
- Wenn ich merke, dass etwas nicht meine Fähigkeiten fordert oder es keinen Lernprozess gibt, kann ich meine Motivation verlieren – dann fehlt mir die geistige Herausforderung.

Das mag ich und das nutze ich

- Ich mag strategische, competitive Games wie Rocket League, League of Legends, Fortnite, EA SPORTS FC™ (FIFA), Valorant, Super Smash Bros, Grand Theft Auto (GTA).
- Ich verbringe viel Zeit auf Plattformen wie YouTube, Reddit, Discord und Twitch, weil ich dort Wissen und Feedback finde, das mir hilft, meine Spielweise und meine strategischen Ansätze weiterzuentwickeln. Außerdem beschäftige ich mich damit, weil ich überlege, selbst aktiv zu streamen.
- Ich interessiere mich für eSportler*innen und schaue mir Tricks für mein eigenes Vorankommen ab.
- Ich fuchse mich gerne in Technisches ein und habe Interesse daran, selbst irgendwann mal Spiele zu entwickeln.

Hi, ich bin
The Leveler



Mein Hauptbedürfnis ist
Kompetenz!

Erfahre mehr über
 deinen Shiftie!

www.gameshift.nrw



"Shiftie-Handout" von der Pacemaker Initiative für GAMESHIFT NRW
 unter CC BY-NC-ND 4.0-Lizenz via gameshift.nrw



Mit digitalen Medien kann ich...

- ...mich in meinem eigenen Tempo weiterentwickeln. Ich kann mich selbst immer wieder herausfordern und neue, anspruchsvolle Ziele setzen, was meine Kompetenz kontinuierlich stärkt.
- ...digitale Plattformennutzen, um mit anderen auf Augenhöhe zu kommunizieren, Wissen und Feedback zu sammeln und meine Fähigkeiten gezielt zu erweitern.
- ...mit Tutorials und Profi-Tipps gezielte Ansätze finden, um meine Technik zu verbessern. Ich nehme an, was ich lerne, und setze dies sofort in die Praxis um – das ist der Prozess, den ich an digitalen Medien so schätze.



Hier muss ich aufpassen

- Gelegentlich stehe ich unter hohem Leistungsdruck und setze mir selbst sehr hohe Maßstäbe – durch rasante Spielentwicklungen, wächst mir das manchmal über den Kopf!
- Ich muss sehr hohe Spielzeiten einbringen, um mit meinen eigenen Zielen mitzuhalten.
- Gute Technik, Lootboxen, bessere Ausrüstung im Spiel etc. kosten viel und ich könnte den Überblick über meine Ausgaben verlieren.
- Meine digitalen Spielerfolge sind mir manchmal wichtiger, als Hobbies und Kontakte im Real Life.
- Mein positives Selbstbild ziehe ich zunehmend aus Spielerfolgen und dem ständigen Vergleichen – das kann sich in unfairer oder toxischem Verhalten gegenüber anderen äußern. Außerdem hemmt mich der Vergleich mit anderen daran, selbst aktiver zu streamen oder öffentlich mein Hobby auszuleben.

Welche Lernbegleitung brauche ich

- Vertrauen in meine Fähigkeiten: Anvertrauen „echter“ Aufgaben und Herausforderungen auch im realen Leben, nicht nur Beschäftigung.
- Gemeinsam nach Hobbies suchen, die dem Bedürfnis nachkommen, Kompetenzen unter Beweis zu stellen und auch kompetitive Erlebnisse zu haben.
- Raum, um mein Können unter Beweis zu stellen.
- Lehrkräfte oder Erwachsene, die stärkenorientiert denken.
- Gelegenheit, mit anderen zu kooperieren, ohne ständig „ausgebremst“ zu werden.
- Gezielte Anerkennung für Können (nicht nur für Mühe).
- Als Eltern: Sich in spezifisches Hobby und Interesse einlesen, um mitreden zu können – viel nachfragen und Verständnis zeigen.
- Gelegenheit zur Selbstwirksamkeit, z. B. andere anleiten oder etwas erklären dürfen.
- Gemeinsam klare Ziele und Feedbacksysteme einführen.
- Ein sicherer Umgang mit Fehlern und Grenzen durch Eltern.

So bin ich

- Ich möchte Spaß haben und mit Gleichgesinnten Zeit verbringen.
- Ich möchte dazugehören und wünsche mir, dass es allen gut geht.
- Mir ist wichtiger, dass ich Teil einer Gruppe bin, als dass ich mich selbst auslebe.
- Ich beobachte viel, bevor ich selbst aktiv werde.
- Ich habe ein gutes Gespür für Stimmungen und Gruppendynamiken.
- Ich brauche Räume, in denen ich mitmachen kann, ohne im Mittelpunkt stehen zu müssen.
- Ich schwimme gerne in der Masse und gehe gerne nach Trends.
- Ich habe meine eigene Haltung noch nicht gefunden und orientiere mich daran, was andere machen.

Das mag ich und das nutze ich

- Spiele, in denen ich mit Freund*innen zocken und Spaß haben oder neue Menschen kennenlernen kann, wie Fortnite, Minecraft, Roblox, LoL, Among Us, Pokémon Go, Genshin Impact, Animal Crossing.
- Social-Media-Plattformen wie TikTok, Snapchat, Instagram, YouTube – hier möchte ich Creator*innen und Freund*innen supporten, bei Trends und Challenges mitmachen und mich mit Leuten austauschen.
- Typische Hobbies für Kinder im entsprechenden Alter und angesagte Streamer*innen und Influencer*innen.
- Pen & Paper, Cosplay, Communities, Conventions, Meetups.

Hi, ich bin
The Follower



Mein Hauptbedürfnis ist
Zugehörigkeit!

**Erfahre mehr über
 deinen Shiftie!**

www.gameshift.nrw



“Shiftie-Handout” von der Pacemaker Initiative für GAMESHIFT NRW
 unter CC BY-NC-ND 4.0-Lizenz via gameshift.nrw



Mit digitalen Medien kann ich...

- ...mit anderen Leuten etwas erleben, mich verbunden fühlen und Teil von etwas Größerem sein.
- ...Trends entdecken, bei denen ich mitmachen kann – ohne gleich alles über mich preiszugeben.
- ...Erlebnisse mit anderen teilen, z. B. Bilder, Clips, Streams oder Kommentare.
- ...meine Zugehörigkeit zu einer Community zeigen – durch Trends, Styles, Sprache oder Support.
- ...feste Rollen in Games übernehmen und mich als wichtigen Teil eines Teams erleben.
- ...kreativ sein, aber ohne permanent im Rampenlicht stehen zu müssen.



Hier muss ich aufpassen

- Ich bin anfällig für Dark Patterns – besonders dort, wo soziale Dynamiken, Belohnungen oder Gruppenfunktionen greifen.
- Ich habe Angst, etwas zu verpassen („FOMO“) oder ausgeschlossen zu werden.
- Ich verliere manchmal meine eigenen Vorlieben aus dem Blick, weil ich gefallen oder dazugehören will.
- Abgrenzung fällt mir schwer – ich sage selten „nein“, auch wenn ich eigentlich Pause brauche.
- Ich laufe Gefahr, mich zu stark über Gruppenzugehörigkeit zu definieren (Identitätsfusion) – das macht mich auch anfällig für problematische Gruppen, gefährliche Challenges oder Trends.
- Manchmal brauche ich mehr Raum für mich, merke es aber erst, wenn's zu viel wird.
- Gemeinsam mit anderen in der Gruppe kann ich mich stark fühlen und gegen andere hetzen, obwohl das eigentlich nicht meine Art ist und ich Streit nicht leiden kann.

Welche Lernbegleitung brauche ich

- Verlässliche, wertschätzende Beziehungen.
- Sichere Gruppenräume, in denen Vielfalt erlaubt ist.
- Rituale oder Zugehörigkeitssymbole – besonders feste Rituale in der Familie, die Sinn und Sicherheit geben.
- Erwachsene, die soziale Kompetenzen verstehen und stärken, ohne Überanpassung zu fördern.
- Selbstwirksamkeit üben
- Lernen, Grenzen zu setzen, und auch mal NEIN zu sagen.
- Gemeinsam nach Hobbies suchen und herausfinden, was ich möchte – ohne Einfluss von außen.
- Interessen und Hobbies fördern, bei denen ich mich selbst beweisen muss und den eigenen Erfolg spüren kann (nicht Verstecken hinter einer Gruppe oder einer Mannschaft).

So bin ich

- Laut, sichtbar und immer auf der Suche nach Wegen, um gesehen und anerkannt zu werden.
- Im Inneren aber auch sehr nachdenklich und empathisch: Gefühle anderer nehme ich wahr und ernst.
- Unsichtbar oder ohne Peergroup zu sein, ist meine große Sorge – Ablehnung oder Kritik treiben mich allerdings lange um. Darum stehe ich oft unter großem Druck, das Richtige und Erwünschte nach außen zu tragen.
- Beliebt und darum bemüht, das auch zu bleiben.

Das mag ich und das nutze ich

- Ich bin unterwegs auf Instagram, TikTok oder Snapchat oder spiele Games wie Minecraft, Fortnite, Rocket League oder Roblox.
- Ich mache Trends und Challenges mit, bei denen meine Freund*innen auch dabei sind. Dabei mag ich besonders, wenn ich viele Likes, Streaks, Snaps und neue Follower*innen bekomme – ich suche den Dopamin-Kick!

Erfahre mehr über
deinen Shiftie!

www.gameshift.nrw



"Shiftie-Handout" von der Pacemaker Initiative für GAMESHIFT NRW
unter CC BY-NC-ND 4.0-Lizenz via gameshift.nrw

Hi, ich bin
The Entertainer

Mein Hauptbedürfnis ist
Anerkennung!





Mit digitalen Medien kann ich...

- ...eine hohe Reichweite erzielen und nicht verpassen, was gerade so angesagt ist.
- ...selbst wenn ich mal nur scrolle, einfach alles mitbekommen.
- ...anderen Leuten Spaß bereiten und mich immer wieder neu darstellen.



Hier muss ich aufpassen

- „FOMO“ („Fear of Missing out“ – Angst, etwas zu verpassen) und hoher Handlungsdruck.
- Mein Selbstbild leidet: Ständiges Feedback verzerrt meine Wahrnehmung, ein schlechtes Bild vom eigenen Körper ist möglich.
- Ich bin sehr angreifbar durch meine Sichtbarkeit und mein sensibles Wesen.
- Wenn ich mal wenig Likes oder sogar anfeindende Kommentare bekomme, nimmt mich das sehr mit.
- Ich verliere den Überblick über das Wesen meiner Follower*innen – ich gebe trotzdem viele private Infos von mir preis.
- Ich bin sehr anfällig für alle Arten von Dark Patterns.

Welche Lernbegleitung brauche ich

- Echte und wertschätzende Rückmeldung, nicht nur leeres Lob – viel Feedback für eine starke Selbst- und Fremdwahrnehmung.
- Sichere soziale Beziehungen, in denen ich mich zeigen kann, ohne bewertet zu werden (Safe Space!).
- Gemeinsam nach Hobbies suchen, die dem Bedürfnis der Anerkennung gerecht werden und den eigenen Interessen und Fähigkeiten eine Bühne bieten.
- Feste Hobbies in „sicheren“ Kreisen, die mich für mein Wesen schätzen.
- Ermutigung zur Selbstakzeptanz und zum Ausbau von Fähigkeiten (Growth Mindset).
- Strukturen, in denen ich nicht um Anerkennung „kämpfen“ muss – vor allem im Familienleben: klare Regeln, feste Resonanzräume.
- Regelmäßige Gespräche mit Bezugsperson, in denen meine Interessen und „Projekte“ abgefragt und verstanden werden → „Publikum und Fans zuhause finden!“

So bin ich

- Ich bin eine bewusste, strukturierte und sicherheitsliebende Person.
- Ich mag es ruhig, überschaubar und ästhetisch.
- Ich liebe meine Hobbys und kann stundenlang darin versinken – ob beim Spielen, Basteln, Lesen oder Planen.
- Ich brauche Rückzugsorte, digitale wie reale, um mich zu entspannen und bei mir zu bleiben.
- Ich mag keine Oberflächlichkeiten – ich suche Tiefe, Kreativität und Sinn in dem, womit ich mich beschäftige.

Das mag ich und das nutze ich

- Cozy Games und Spiele, bei denen ich mir selbst aussuchen kann, was das Ziel ist, z. B. Minecraft (Creative Modus), Animal Crossing, The Sims, Stardew Valley, LEGO, Horizon, Marvel Games.
- Plattformen und Content, die mich inspirieren, z. B. BookTok, Bookstagram, Booktube, Tumblr, YouTube (Vlogs, DIYs, Study/Plan with me), Pinterest, Goodreads, BeReal.
- Pen & Paper, digitale Kunst, Moodboards, Journaling-Apps, Cozy-Vlogs, Fandom, Cosplay, Bausätze bauen.

Hi, ich bin
The Cozy

Erfahre mehr über
 deinen Shiftie!

www.gameshift.nrw



Mein Hauptbedürfnis ist
Kontrolle!



"Shiftie-Handout" von der Pacemaker Initiative für GAMESHIFT NRW
 unter CC BY-NC-ND 4.0-Lizenz via gameshift.nrw



Mit digitalen Medien kann ich...

- ...Stress abbauen und meine Stimmung bewusst regulieren.
- ...in eigene, fantasievolle Welten eintauchen, die ich selbst mitgestalten kann.
- ...Struktur und Rituale schaffen – etwa mit Belohnungssystemen oder Content-Routinen.
- ...neue ästhetische Impulse bekommen und meine kreativen Fähigkeiten stärken.
- ...mich durch Geschichten, Settings und Bilder mit Sinn und innerer Ruhe verbinden.



Hier muss ich aufpassen

- Ich neige dazu, mich eher in Fantasiewelten zurückzuziehen und das Leben außerhalb von Games, Büchern und Social Media zu vernachlässigen.
- Oft fühle ich mich überfordert und orientierungslos im Real Life, besonders in sozialen Interaktionen außerhalb meiner Community.
- Ich habe Sorge vor unangenehmen Sachen wie Cybermobbing, Cybergrooming oder verstörenden Inhalten.
- Ich habe einen Hang zu Extremismus und Verschwörungstheorien, denn so etwas gibt mir Kontrolle über komplexe oder beängstigende Weltgeschehnisse und ein klares Weltbild.
- Bei Dark Patterns bin ich besonders anfällig für psychologische Mechanismen – etwa ästhetisch-sensorische Reize oder zeitliche Elemente. Sie geben meinem Alltag eine gewisse Struktur, zum Beispiel durch tägliche Belohnungen als ritualisierte Momente.

Welche Lernbegleitung brauche ich

- Sichere Rahmenbedingungen, in denen Abläufe transparent sind.
- Verlässliche Erwachsene, die für Stabilität sorgen und keine spontanen Richtungswechsel vornehmen.
- Klar kommunizierte Erwartungen und Ziele.
- Geduld und Verständnis, wenn Neues verunsichert.
- Begrenzte Einfluss- und Entscheidungsbereiche, damit es nicht zu Überforderung kommt (ab hier entscheiden die Eltern!).
- Ein „Safe Space“ im Real Life, in dem ich Verantwortung übernehmen kann, um nicht ausschließlich in digitale Welten abzudriften.
- Gemeinsam nach Hobbies suchen, bei denen Gleichgesinnte gefunden und Interessen geteilt werden können. Gerade bei Kindern, die eher Einzelgänger*innen sind, sollte das Anpassen nicht erzwungen werden, sondern im Rahmen von anderen Gemeinschaften und Hobbies ausgeglichen werden.