

---

## 17 Würgespiele

Franziska Schlögl

Auch wenn der verharmlosende Begriff „Würgespiel“ oder „Choking Game“ zu signalisieren scheint, dass es sich um eine spielerische Ausdrucksform handelt, darf dies nicht über den überaus ernsten Inhalt der Verhaltensweise hinwegtäuschen. Der schweizerische Begriff „Ohnmächterlis“ kommt dem realen Inhalt näher, auch wenn er immer noch einen verniedlichenden Charakter besitzt. Das Würgespiel wird von Jugendlichen lediglich verbal als „Spiel“ getarnt. Bei diesem „Spiel“ geht es darum, sich freiwillig in kürzester Zeit durch verschiedene Techniken wie Würgen, Strangulieren oder Hyperventilation die regelmäßige Zufuhr der Atemluft zu nehmen bzw. sich die Halsschlagader abzudrücken. Ziel ist es, auf diese Weise einen berausenden, euphorischen Zustand zu erzeugen. Dieses „Spiel“ kommt ohne Anwendung von Drogen aus und kann von jeder Person praktiziert werden. Unter Anwendung von Schals, Stricken, Gürteln oder der bloßen Hände u. ä. wird die Luftzufuhr des Körpers abgeschnitten. In wenigen Sekunden wird das Gehirn auf diese Weise nicht mehr mit Sauerstoff versorgt und die betreffende Person wird bewusstlos. Kurz bevor die Bewusstlosigkeit eintritt, schüttet der Körper Glückshormone aus, die dafür sorgen sollen, den scheinbar bevorstehenden Tod leichter zu ertragen. Die praktizierenden Kinder und Jugendlichen nutzen dieses Phänomen, um durch die Glückshormone einen ganz besonderen Rausch zu erleben. Es wird von Halluzinationen, wie etwa sich bewegenden Wänden und Gegenständen, aber auch von flimmernden Sternen, und Schwindel berichtet. Jedoch birgt dies, wie auch bei anderen Rauschmitteln große Gefahren. Mögliche gesundheitliche Folgen sind etwa schwere Schädelverletzungen durch Stürze, aber auch Hirnschädigungen aufgrund verminderter Sauerstoffzufuhr des Gehirns sowie Epilepsie, Krämpfe, Koma und im schwersten Fall der akute Herztod.

---

### 17.1 Anzeichen wahrnehmen

---

Die Gesundheitsministerien der Vereinigten Staaten und Frankreichs beobachteten die Nutzung des Würgespiels bereits seit mehr als 10 Jahren. Ihnen fiel dabei auf, dass das Phänomen sowohl in Gruppen als auch alleine praktiziert wird. Zudem bemerkten sie, dass es sich beim Auftreten von Todesfällen infolge des Würgespiels meist um Jungen handelte, die diese Vorgehensweise alleine praktizierten. Obwohl die Altersspanne bei den Todesfällen Berichten zufolge zwischen 6 und 20 Jahren beträgt, liegt das Durchschnittsalter bei 13 Jahren. Besonders populär ist das Würgespiel im Alter von 11–16 Jahren.

Mögliche Anzeichen, um zu erkennen, ob ein Jugendlicher das Würgespiel praktiziert, sind:

- wiederkehrende, anhaltende Kopfschmerzen und Konzentrationsverlust
- unerklärliche Blutergüsse/Quetschungen oder rote Linien an Hals und Genick, die durch Halstücher oder Schals permanent verdeckt werden
- blutunterlaufene Augen oder kleine rote Punkte im Gesicht (meist im Augenbereich), hervorgerufen vom inneren Druck beim Anhalten des Atems
- plötzliche Verhaltensänderung hin zu sehr gereiztem, erregtem, aber auch aggressivem Verhalten (Suchtverhalten)
- auftretende Verwirrung bzw. Orientierungslosigkeit nach einer Phase des Alleinseins, die durch eine vorher aufgetretene Bewusstlosigkeit hervorgerufen worden sein kann
- immer häufigere Beanspruchung der Privatsphäre
- auftretende Neugierde und Nachfragen, wie es ist, bewusstlos oder auch tot zu sein
- verknotete Wäschestücke, Gürtel, Schals usw.
- Abnutzungserscheinungen an Einrichtungsgegenständen, die stabil genug wären, „sich daran aufzuhängen“ (z.B. Kleiderstange im Wäscheschrank)

Einige dieser Anzeichen sind jedoch auch generell typisch für das Teenager-Alter, wie z.B. sich das Recht auf Privatsphäre einzufordern. Daher gilt, dass ein Anzeichen allein nicht überbewertet werden, jedoch zu einer erhöhten Aufmerksamkeit führen sollte.

---

## Gut zu wissen

---

Das Würgespiel tarnt sich in einer Vielfalt von Bezeichnungen, die alle einen harmlosen Charakter zu haben scheinen. Aufmerksamkeit ist geboten, wenn sich Jugendliche über folgende Phänomene austauschen:

- Halstuch-/Schalspiel (Jeu du foulard)
- Pilotentest
- Fahrstuhl (-spiel)
- Ohnmachtsspiel
- Tomatenspiel
- Flatline
- Lungenspiel
- Space Monkey
- Blackout Game
- der (indische) Traum

Diese kleine Auswahl zeigt die hierzulande gebräuchlichsten Bezeichnungen des Würgespiels. Im anglo-amerikanischen Raum gibt es derzeit sogar weit über 30 Ausdrücke. Die benutzten Techniken sind dabei ebenso vielfältig wie ihre Bezeichnungen. Die häufigsten Auftretensweisen bestehen darin, sich selbst oder einer zweiten Person durch Anlegen von Schals oder aber auch mit den Händen direkt am Hals die Luft abzudrücken. Sehr bekannt ist auch die Spielart, dass ein Jugendlicher die Luft anhält, während ein weiterer ihn von hinten fest umklammert, bis er zusammenbricht und bewusstlos ist. Bei ähnlichen Varianten wird so schnell wie möglich ein- und wieder ausgeatmet, eventuell kopfüber gegangen, aber auch die Hände einer zweiten Person als Barriere am Oberbauch gegen das Einatmen genutzt, um eine Bewusstlosigkeit herbeizuführen.

Das Durchschnittsalter der Toten liegt mit 13 Jahren mitten in der Pubertät. Deren Merkmal ist es, die Welt neu kennen zu lernen. Es werden Pläne geschmiedet, Grenzen erkundet und ein neues Selbstbild erprobt bzw. erfahren. Alles rückt in ein anderes Licht. Der pubertierende Jugendliche fühlt sich erwachsener und glaubt, alles unter Kontrolle zu haben, besonders seine eigene reifende und stärker werdende Körperlichkeit. Es ist typisch, dass Jugendliche in dieser Zeit beständig auf der Suche nach einem neuen besonderen Kick bzw. Rausch sind. Einige versuchen, dies in Drogen oder Alkohol zu finden, andere in sportlichen Aktivitäten. In diesem Rahmen auch das Würgespiel auszuprobieren, wirkt verlockend. Es bedarf keiner materiellen Kosten und die Jugendlichen sind sich durch eigene Selbstüberschätzung oder Naivität meist nicht der Gefahr bewusst, dass dieses „Spiel“ ihr Leben kosten kann.

Ein weiterer wichtiger Aspekt kommt während der Pubertät noch hinzu. Die größte Veränderung in dieser Zeit ist die erwachende und drängende Wahrnehmung der

eigenen Sexualität. Auch diesbezüglich kann das Würgespiel Neugierde und Probierverhalten hervorrufen, denn die Drosselung des Atems und die damit verbundene Ausschüttung von Glückshormonen ist schon seit Jahrhunderten als stimulierende Sexualpraktik unter dem Schlagwort der autoerotischen Asphyxiation bekannt. Die Wahrnehmung des Würgespiels als erotische Erfahrung könnte auch erklären, warum die meisten der Todesopfer zum Zeitpunkt ihres Todes alleine waren. Eine andere, naheliegende Erklärung ist, dass niemand anwesend war, der ihnen helfen bzw. Hilfe herbeiholen konnte.

---

## 17. 2 Ausmaß des Phänomens

---

Für Österreich gibt es derzeit keine aktuellen Zahlen zum Ausmaß des Phänomens. In Frankreich wird pro Monat mindestens 1 Todesopfer bekannt. Belgien verzeichnet offiziell 15 Todesopfer dieser Art in einem Jahr. Die Vereinigten Staaten zählten zwischen 1995 und 2007 insgesamt 82 Tote.

Es ist zu befürchten, dass analog zur Selbstschädigung (etwa beim Suizid) und der Fremdschädigung (etwa bei Amokläufen) auch bei diesem Phänomen ein Nachahmungsverhalten eintritt, das durch die mediale Darstellung verstärkt wird. Allein schon die Aufarbeitung des Todes von David Carradine (US-Schauspieler) sowie von Michael Hutchence (Sänger der Rockband INXS), die beide stranguliert im Hotelzimmer aufgefunden wurden, dürfte den Jugendlichen nicht verborgen geblieben sein und den Wunsch nach Grenztod-Erfahrungen wecken oder auch wieder wachrufen.

Das Internet mit seiner Aktualität und Schnelligkeit trägt noch dazu bei, dass sich Jugendliche über Techniken und Praktiken des Würgespiels informieren können. Über die Peergroup, Geschwister und den Schulhof wird das in Medien und Internet wahrgenommene Phänomen weitergegeben. Der eigene Erkundungsdrang, aber auch der Druck der Peergroup führt dann oft zu einem Probierverhalten.

---

### 17. 3 Reaktion/Intervention

---

Zum Schutz der Schülerinnen und Schüler bedarf es der Vermittlung der gravierenden Gefahren des Würgespiels. Dabei sollte jedoch auch bewusst sein, dass Jugendliche ggf. erst durch die gut gemeinte Information der Schule auf die Idee gebracht werden, dieses Phänomen selbst ausprobieren zu wollen.

Das Erleben eines euphorischen Rausches bzw. der Unterhaltungsaspekt des Außergewöhnlichen für zuschauende Jugendliche kann eine hohe Faszination ausüben. Die Vermittlung der Gefahr des eigenen Todes scheint dabei nicht als präventiver Aspekt auszureichen. Die Möglichkeit des eigenen Sterbens wird oft verklärt als Grenztod-Erfahrung betrachtet, wobei das typische Allmachtserleben der Jugend ihnen den Eindruck vermittelt, dass sie persönlich schon nicht sterben werden. Daher ist es ratsam, vor allem auf die möglichen Konsequenzen einer kurzzeitigen Unterbindung der Sauerstoffzufuhr für das Gehirn einzugehen und etwa Geschichten oder Bilder von Jugendlichen zu nutzen, die infolge des Würgespiels eine Behinderung erlitten haben.

Wenn bereits ein Verdacht besteht, dass Jugendliche aktiv das Würgespiel praktizieren, sollten neben dem Gespräch mit diesem Jugendlichen auch seine Eltern alarmiert werden. Zudem sollte der Kontakt zu den Eltern seiner Freunde gesucht werden, um diese für Warnzeichen zu sensibilisieren.

---

### Literatur

---

- Andrew, Thomas A.; Fallon, Kim K.: Asphyxial Games in Children and Adolescents, *American Journal of Forensic Medicine and Pathology*, 2007; 28(4): 303–307
- Hageman, Joseph R.: The Choking Game and Autoerotic Asphyxiation, *Illinois Pediatrician*, 2006; 24: 8–9
- Ulrich, Nicole J.; Bergin, Ann M.; Goodkin, Howard, P.: The Choking Game: Self-induced Hypoxia Presenting as Recurrent Seizurelike Events, *Epilepsy & Behavior*, 2008; 12(3): 486–488
- Macnab, Andrew J.; Deevska, M.; Gagnon, F.; Cannon, W.G.; Andrew, T.: Asphyxial Games or „the Choking Game“: A Potentially Fatal Risk Behaviour Injury Prevention, *Journal of the International Society for Child and Adolescent Injury Prevention* 2009, 15, 1: 45–9.
- Sheleg, Sergey; Ehrlich, Edwin: Autoerotic Asphyxiation: Forensic, Medical, and Social Aspects, Wheatmark Inc., Tucson 2006

---

### Aktive Links auf [www.edyoucare.net](http://www.edyoucare.net) zu diesem Thema:

#### [www.cdc.gov/Features/ChokingGame](http://www.cdc.gov/Features/ChokingGame)

Webseite des US-Ministeriums für Gesundheitspflege und Soziale Dienste, auf der die Ergebnisse der amerikanischen Studie zu Würgespielen einsehbar sind.

#### [www.jeudufoulard.com/html-de/fram\\_de.html](http://www.jeudufoulard.com/html-de/fram_de.html)

Deutsche Übersetzung einer französischen Aufklärungsseite, gegründet von der „Vereinigung der Eltern von durch Strangulieren verunglückter Kinder“ (APEAS).

#### [www.stop-the-choking-game.com](http://www.stop-the-choking-game.com)

Englischsprachige Aufklärungsseite; sowohl für Erwachsene als auch für Jugendliche.