

Mediengebrauch von Kindern und Jugendlichen - Risiken und Chancen -



MODELLPROJEKT ZUR PRÄVENTION VON
MEDIENABHÄNGIGKEIT IN NIEDERSACHSEN



Vorstellung

Sandra Haberkamp
Dipl. Sozialarbeiterin/ Sozialpädagogin
Sozial-/Suchttherapeutin

Fachambulanz für Suchtprävention und Rehabilitation
Caritasverband für die Stadt und den Landkreis Osnabrück



MODELLPROJEKT ZUR PRÄVENTION VON
MEDIENABHÄNGIGKEIT IN NIEDERSACHSEN



Hintergrund Space Limit

caritas



Die Kompetenzwerkstatt Space Limit bietet seit mehreren Jahren Beratung und Information rund um das Thema Prävention von Medienabhängigkeit an



MODELLPROJEKT ZUR PRÄVENTION VON
MEDIENABHÄNGIGKEIT IN NIEDERSACHSEN



Hintergrund LOG OUT

caritas



- Seit Anfang 2014 wird das Landesmodellprojekt LOG OUT – unabhängig im Netz bei Space Limit durchgeführt.
- LOG OUT bietet Beratung für Betroffene und Angehörige, schult Multiplikatoren und Eltern zum Thema Medienabhängigkeit



MODELLPROJEKT ZUR PRÄVENTION VON
MEDIENABHÄNGIGKEIT IN NIEDERSACHSEN



PC, Tablet, Smartphone und die Nutzung des Internets sind Bestandteile des Alltags und bieten vielfältige positive Nutzungsmöglichkeiten, wie z.B

- Information
- Kommunikation
- Unterhaltung.



Ausstattung - Was ist „normal“?

- 9 von 10 Jugendlichen können vom eigenen Zimmer aus auf das Internet zugreifen (mit Tablet, Laptop oder Computer)
- 76% haben einen eigenen Computer/Laptop
- 29% haben einen eigenen Tablet PC
- 57% haben einen eigenen Fernseher

Quelle: Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (Hrsg.): JIM Studie 2015



Ausstattung - Was ist „normal“?

caritas

- 98% haben ein eigenes Handy
- 92% davon sind Smartphones (12-13 Jahre 86%)
- 51% haben eine tragbare Spielekonsole
- 50% haben eine feste Spielekonsole

Quelle: Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (Hrsg.): JIM Studie 2015



Freizeitgestaltung – Was ist „normal“?

caritas

Immer online, aber sozial engagiert

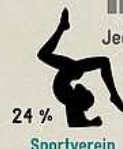
Jugendliche in Deutschland 2014

Online-Nutzung nimmt kontinuierlich zu



1,5 Ehrenämter im Durchschnitt

Jeder Zweite hat ein Ehrenamt



24 % Sportverein



17 % Streitschlichter/Tutor



10 % Feuerwehr/Rotes Kreuz/THW

Weitere regelmäßig ausgeübte Freizeitaktivitäten



79 % Verabredungen mit Freunden



70 % Sport



29 % Unternehmungen mit der Familie



23 % Spielen ein Instrument/Singen im Chor

* an einem durchschnittlichen Wochentag

Digitale Spiele - Was ist „normal“?

caritas

- 7 von 10 der 12 – 19 Jährigen spielen mindestens mehrmals pro Woche an Konsole, Computer oder im Internet
- Durchschnittliche Spieldauer (alle Spielmöglichkeiten):
 - ✓ 87 Minuten an einem Wochentag,
 - ✓ 114 Minuten am Wochenende
 - ✓ Jungs doppelt so lange wie Mädchen, am Wochenende dreimal solange
 - ✓ 12-13 jährige Mo-Fr. 72 Minuten

Quelle: Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (Hrsg.): JIM Studie 2014



MODELLPROJEKT ZUR PRÄVENTION VON MEDIENABHÄNGIGKEIT IN NIEDERSACHSEN



Digitale Spiele - Was ist „normal“?

caritas

Liebste Computer-, Konsolen-, Online-, Tablet- und Handyspiele Rang 1 - 3 - bis zu drei Nennungen -

	12-13 Jahre	14-15 Jahre	16-17 Jahre	18-19 Jahre
Rang 1	„Minecraft“ 31 %	„Minecraft“ 21 %	„Grand Theft Auto“ 14 %	„FIFA“ 17 %
Rang 2	„FIFA“ 14 %	„FIFA“ 13 %	„Call of Duty“ 13 %	„Grand Theft Auto“ 15 %
Rang 3	„Grand Theft Auto“ 10 %	„Grand Theft Auto“ 13 % „League of Legends“ 13 %	„FIFA“ 11 %	„League of Legends“ 13 %

Quelle: Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (Hrsg.): JIM Studie 2015



MODELLPROJEKT ZUR PRÄVENTION VON MEDIENABHÄNGIGKEIT IN NIEDERSACHSEN



Smartphones - Was ist „normal“?

caritas

- 75% haben eine Internetflatrate (62% der 12-13jährigen)
- Für 90% der 12-19 jährigen ist WhatsApp die wichtigste App auf dem Smartphone
- Mit 69% der Jugendlichen nutzen das Handy zum telefonieren – 68% nutzen es um Videos anzusehen

Quelle: Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (Hrsg.): JIM Studie 2015



Digitale Medien – Wo ist das Problem?

caritas

- Mehr als jeder 2. Besitzer stimmt der Aussage voll und ganz zu, zu viel Zeit mit dem Smartphone zu verbringen.
- 55% fühlen sich zeitweise genervt von zu vielen eingehenden Nachrichten
- 39% erlebten schon einmal im Bekanntenkreis, dass jmd mittels Smartphone/Internet fertig gemacht wurde
- 23% haben schon einmal mitbekommen, dass jmd. im Freundeskreis pornographische oder gewalthaltige Videos auf dem Handy hatte

Quelle: Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (Hrsg.): JIM Studie 2014/2015



Digitale Medien – Wo ist das Problem?

caritas

- 13,6% der 14-24 jährigen in Deutschland erfüllen Kriterien einer problematischen Internetnutzung, 2,4% die Kriterien einer Abhängigkeit
- Bei den 14 – 16 jährigen erfüllen 4% die Kriterien einer Abhängigkeit

Quelle: Rumpf et. Al: PINTA Studie 2011



Faszination virtuelle Welten

caritas

- **Virtuelle Welten gehen auf Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen ein. Sie bieten Unterhaltung, Spannung, Ablenkung, Entspannung oder vertreiben Langeweile**
- **Computerspiele verschaffen dem Spieler Anerkennung, Erfolge und Belohnung – schaffen Flow-Erlebnis**
- **Im Chat oder sozialen Netzwerken bietet sich Raum, um sich auszuprobieren, in verschiedene Rollen zu schlüpfen, auf Gleichgesinnte zu treffen, es fällt leichter auf andere zu zugehen, sich über Probleme auszutauschen oder neue „Freunde“ kennen zu lernen**



Pubertät und Virtualität

caritas

In der Pubertät ist die Virtualität besonders reizvoll:

- **Bedürfnis, sich von den Eltern abzugrenzen und zurück zu ziehen**
- **Beschränkungen der Eltern werden gerne umgangen**
- **Jugendliche sind besonders empfänglich für Computerangebote (Ausprobieren von Rollen, Selbstverwirklichung, Bestätigung etc.)**



Lust und Frust

caritas

- **Die digitalen Medien bieten vielfältige Möglichkeiten sie positiv zu nutzen.**
- **Computerspiele, Chats und co sind nicht generell negativ zu sehen, birgen jedoch auch Gefahren**
- **Wo verläuft die Grenze zwischen positivem, selbstbestimmten Mediengebrauch und problematischem, dysfunktionalem Verhalten?**



Anzeichen für problematischen Medienkonsum

caritas

- Sozialer Rückzug
- Interesse an anderen Freizeitaktivitäten nimmt ab
- kaum kontrollierbarer Drang
- Steigerung der Onlinezeiten
- Nervosität/Aggressivität bei Entzug der Internetnutzung
- Kompensatorische Nutzung (z.B. um Probleme oder negative Gefühle zu verdrängen)
- Leistungsrückgang / Probleme in der Schule

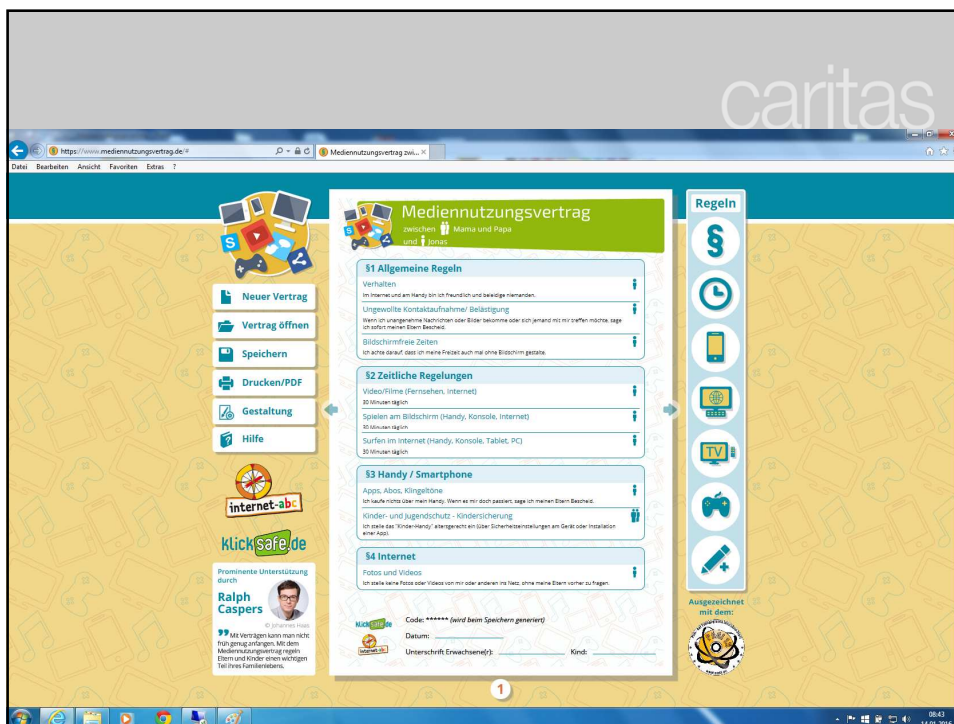
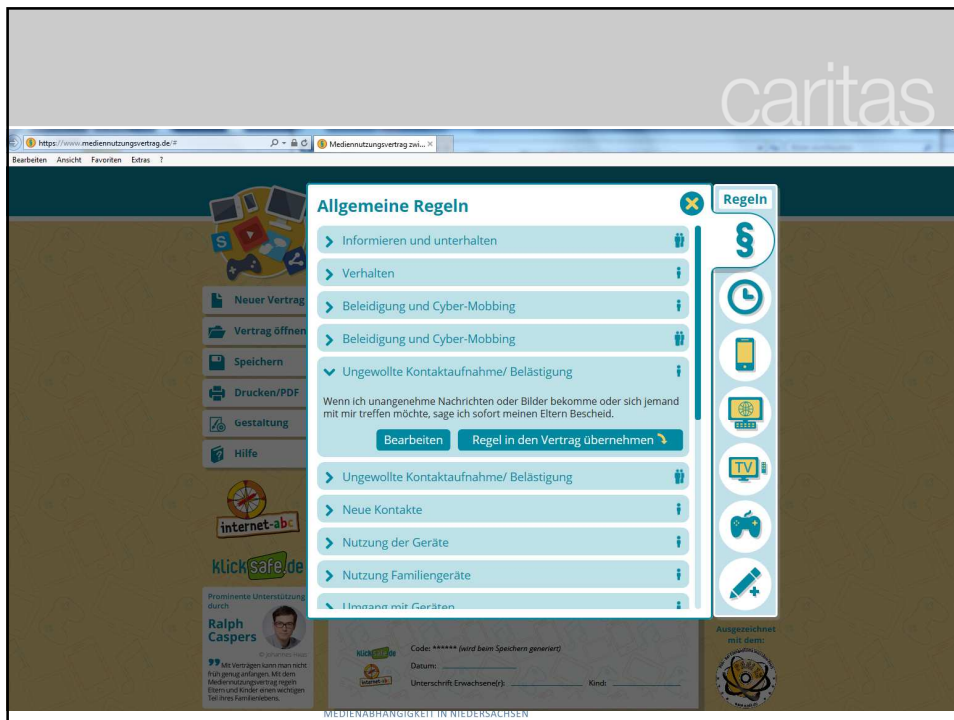


Was tun?

caritas

- Damit aus Lust nicht Frust wird?**
- ✓ Informiert sein
 - ✓ Keine generellen Verbote
 - ✓ Gemeinsam Regeln festlegen





Was tun?

caritas

Damit aus Lust nicht Frust wird?

- ✓ **Informiert sein**
- ✓ **Keine generellen Verbote**
- ✓ **Gemeinsam Regeln festlegen**
- ✓ **Interesse zeigen**
- ✓ **Miteinander sprechen**
- ✓ **Vorbild sein**
- ✓ **Alternativen suchen und anbieten**
- ✓ **Altersgerechte Inhalte**
- ✓ **Technische Hilfsmittel – nicht ausschließlich!**

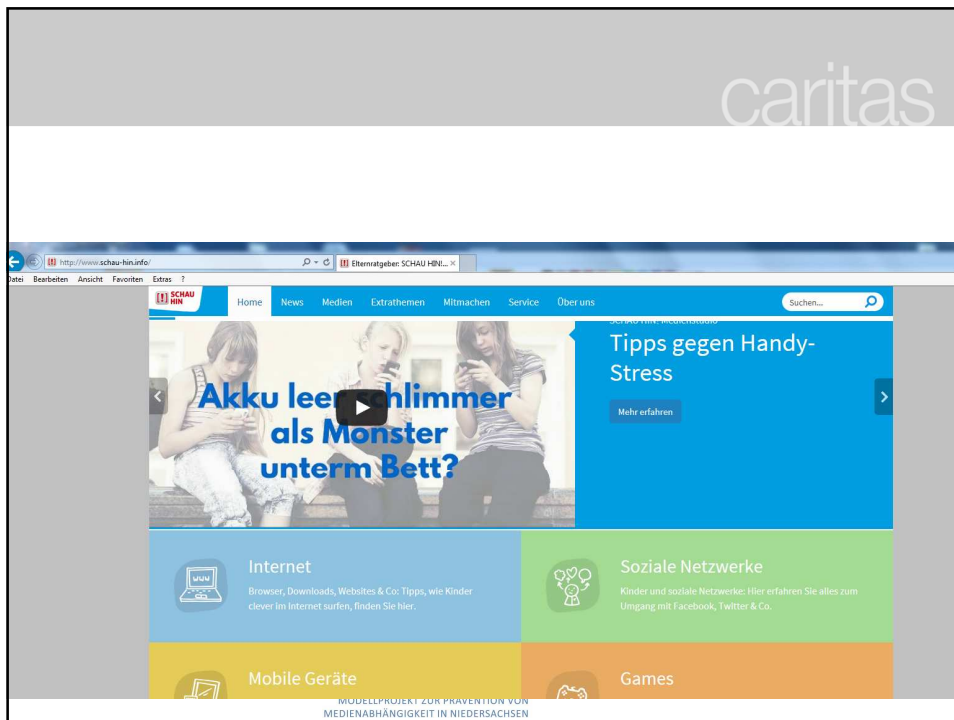


MODELLPROJEKT ZUR PRÄVENTION VON
MEDIENABHÄNGIGKEIT IN NIEDERSACHSEN



caritas


The screenshot shows a web browser window with the URL <http://www.kicksafe.de/themen/>. The page features a navigation menu on the left with categories like 'Kommunizieren', 'Problematische Inhalte', 'Technische Schutzmaßnahmen', 'Rechtsfragen im Netz', 'Medienethik', and 'Datenschutz'. The main content area displays several topic cards: 'YouTube' (Neuer Themenschwerpunkt), 'Medienethik' (Werte-Navi fürs digitale Leben), 'Cyber-Mobbing' (Was tun bei Cyber-Mobbing?), and 'Jugendschutzfilter' (Technische Schutzmaßnahmen). The YouTube card includes a list of bullet points: 'Der neue Bereich widmet sich der Entwicklung von YouTube zum reichweitenstärksten Videoportal und beleuchtet im Rahmen von umfangreichen Grundlagentexten die YouTube-Szene mit ihren Stars, ihren Kanal-Genies, ihren Multi-Channel-Netzwerken sowie der Kommerzialisierung und Selbstinszenierung im Rahmen der Plattform.' and 'Zum klicksafe-Themenschwerpunkt YouTube'. The Cyber-Mobbing card lists: 'Zahlen und Fakten', 'Cyber-Mobbing in der Schule', 'Cyber-Mobbing rechtzeitig erkennen', and 'Gesetzliche Grundlagen'. The Jugendschutzfilter card lists: 'Warum überhaupt Filtersoftware?', 'Wie funktioniert Filtersoftware?', 'Wie zuverlässig blockieren Jugendschutzfilter problematische Angebote?', 'Jugendschutzprogramme für Tablets und Smartphones', and 'Jugendschutzprogramme für PC'.




Risikofaktoren

caritas

- ✓ **Leistungsdruck**
- ✓ **Unter- oder Überforderung**
- ✓ **Stress**
- ✓ **Fehlende Kompetenzen zur Problem- und Stressbewältigung**
- ✓ **Mangel an Wertschätzung**
- ✓ **Mobbing**
- ✓ **Soziale Isolation**
- ✓ **Mangel an Regeln und Grenzen**
- ✓ **Mangel an Kommunikation**




kompetenz werkstatt



UNABHÄNGIG IM NETZ

MODELLPROJEKT ZUR PRÄVENTION VON MEDIENABHÄNGIGKEIT IN NIEDERSACHSEN



Not sehen und handeln.
Caritas

Schutzfaktoren

caritas

- **Anerkennung**
- **Vertrauensvolle Kommunikation**
- **Gutes Lernklima**
- **Soziale Kontakte**
- **Aktive Freizeitgestaltung**
- **Erfolgserebnisse**
- **Unterstützung in schwierigen Lagen**
- **Positiver Selbstwert und Selbstbewusstsein**
- **Vorbildfunktion von Erwachsenen**



MODELLPROJEKT ZUR PRÄVENTION VON
MEDIENABHÄNGIGKEIT IN NIEDERSACHSEN



Was tun?

caritas

Wenn der Frust bereits Überhand genommen hat?

Verhaltensbeobachtung in den Bereichen:

- ✓ **Hobbies und Alternativen**
- ✓ **Soziale Kontakte im Real Life**
- ✓ **Gründe für den Medienkonsum**
- ✓ **Steigerung von Bildschirmzeiten**
- ✓ **Begrenzung und Selbstkontrolle**
- ✓ **Einhalten von Regeln**

Keine Diagnosen und Verurteilungen, sondern Sorge ansprechen.



MODELLPROJEKT ZUR PRÄVENTION VON
MEDIENABHÄNGIGKEIT IN NIEDERSACHSEN



Was tun?

caritas

Wenn der Frust bereits Überhand genommen hat?

Wir beraten Betroffene und Angehörige
Space Limit Kompetenzwerkstatt
Bischofsstraße 44 – 49074 Osnabrück



Fon: 0541-2051579

Mail: space-limit@caritas-os.de

Web: space-limit.de



MODELLPROJEKT ZUR PRÄVENTION VON
MEDIENABHÄNGIGKEIT IN NIEDERSACHSEN



Weiterführende Informationen:

caritas

www.klicksafe.de

www.spielbar.de

www.ins-netz-gehen.de

www.schau-hin.info

www.space-limit.de



MODELLPROJEKT ZUR PRÄVENTION VON
MEDIENABHÄNGIGKEIT IN NIEDERSACHSEN



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



MODELLPROJEKT ZUR PRÄVENTION VON
MEDIENABHÄNGIGKEIT IN NIEDERSACHSEN

