

Inhalt

	Seite
1 Einführung.....	1
2 Ziele.....	1
3 Definition oder: Was ist das Problem?	1
4 Erscheinungsformen (Epidemiologie) und Ursachen.....	2
5 Präventive Ansätze	2
6 Symptomatik.....	3
7 Grundsätze im Umgang mit der Problematik	3
8 Konkrete Maßnahmen.....	3
9 Mitwirkende an diesem Leitfaden	4
10 Anhang: Weitere Informationen / Beratung und Hilfe	5

1

Einführung

Dieser Interventionsleitfaden bietet Lehrkräften, die einen Medienmissbrauch oder eine Mediensucht befürchten, einen Handlungsablauf.

Er wurde auf Initiative der Fachbereiche Schule sowie Jugend und Familie der Landeshauptstadt Hannover erstellt, unterstützt durch den Gemeinde-Unfallversicherungsverband Hannover. Die Empfehlungen entsprechen den rechtlichen Rahmenbedingungen und wurden mit nichtschulischen Akteur*innen (Polizei, Ordnungsamt, Kommunalen Sozialdienst, usw.) abgestimmt.

2

Ziele

Das gesunde Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen mit digitalen Medien steht im Fokus. Familien und pädagogische Fachkräfte müssen Kinder und Jugendliche in der medialen Welt begleiten und sie zu medienkompetenten Nutzer*innen erziehen. Das Ziel des Leitfadens und der damit verbundenen Frühintervention ist es, Schüler*innen mit bereits auffälligem Mediennutzungsverhalten, meist ohne dass das Vollbild einer Störung vorliegt, möglichst früh nach der Entstehung der Problematik Hilfe anzubieten, um eine Verschlechterung der Symptomatik und manifeste Störungsformen zu vermeiden.

3

Definition „Medienmissbrauch – Mediensucht“

Die Facetten der digitalen Mediennutzung können von unproblematisch, exzessiv bis zu riskant, missbräuchlich und süchtig sein. Die Grenzen zwischen der Intensität der Beschäftigung mit digitalen Spielen können fließend sein.

Bei der **exzessiven Mediennutzung** handelt es sich um eine Phase, in der die Beschäftigung mit digitalen Spielen viel Zeit in Anspruch nimmt.

Ein **riskanter Medienkonsum** ist dann erreicht, wenn die soziale Interaktion innerhalb der Familie beziehungsweise des Freundeskreises und die Erledigung von Verpflichtungen in der nicht digitalen Welt zeitlich begrenzt beeinträchtigt werden.

Von **missbräuchlichem Medienkonsum** wird hingegen gesprochen, wenn die Emotionsregulierung zunehmend unter Zuhilfenahme digitaler Endgeräte erfolgt.

Von einem **suchtartigen Spielverhalten** wird im Kontext des ICD-11 gesprochen: „Gaming Disorder ist nach der Weltgesundheitsorganisation (WHO) definiert als ein mit Online- oder Offline-Computerspielen zusammenhängendes Verhalten, bei dem die Kontrolle über das Spiel verloren geht, dem Spiel Vorrang vor anderen Aktivitäten gegeben wird und schließlich andere Interessen in den Hintergrund gedrängt werden. Charakteristisch ist auch, dass Betroffene trotz negativer Folgen weiterspielen, meist sogar intensiver. (Stangl, 2023)“.

4

Erscheinungsformen (Epidemiologie) und Ursachen

Das Entstehen einer suchtartigen Computerspielnutzung kann vielfältige Ursachen haben. Sie lässt sich anhand des Suchtdreiecks erläutern. Dieses berücksichtigt individuelle, soziale und mediale Risikofaktoren.

Bezogen auf die **sozialen Risikofaktoren** muss man sich mit den folgenden Fragestellungen auseinandersetzen: Wie ist die Familiensituation und das -klima (Beziehung zu den Eltern, unklare Regeln für die Mediennutzung)? Wie sehen die Belastungen in der Schule oder Freizeit aus, welche Konflikte oder schwierige Lebenssituationen werden gerade gemeistert? Gibt es wenig strukturierte Lebensphasen oder fehlen soziale Ressourcen?

Bei den **individuellen Risikofaktoren** geht es um die persönlichen Eigenschaften der/des Betroffenen (bestimmte Persönlichkeitsmerkmale können ein problematisches Spielverhalten befördern: ängstlich-unsicher, depressiv, aber auch leistungsorientiert beziehungsweise narzisstisch akzentuiert). Relevanz haben auch derzeit vorhandene psychische Belastungen, das Stresserleben und -management, Komorbidität oder ein Streben nach Autonomie.

Die **medialen Risikofaktoren** erläutern, warum sich junge Menschen mit digitalen Spielen beschäftigen und ob es Merkmale im Spiel gibt, die dazu führen können, dass sich ein problematisches Spielverhalten entwickelt. Dazu zählen die leichte Verfügbarkeit, die niedrigen Kosten und die hohe Immersion¹, die mit der medialen Beschäftigung einhergehen kann. Digitale Spiele sorgen für Erfolge, Belohnungen und Selbstwirksamkeitserleben. Man erlebt Zugehörigkeit (Beschäftigung und Austausch mit und über dem gleichen Spiel) oder bei gleichzeitiger relativer Distanz (onlinebasiertes vernetztes Spielen). Auch die Verluste des Spielfortschritts bei längeren Pausen, persistente Spielwelten, In-App-Käufe von virtuellen Spielgütern, Lootboxen oder die gezielt auf jugendliche Zielgruppen ausgerichtete Werbung können dazu beitragen, dass ein problematisches Spielverhalten entwickelt wird.

5

Präventive Ansätze

Präventive Maßnahmen verfolgen das Ziel, eine funktional in den Alltag integrierte Nutzung digitaler Medien bzw. digitaler Spiele zu fördern, um ein problematisches Spielverhalten zu verhindern bzw. zu minimieren.

Ziele für die Schule:

- Thematische Fort- und Weiterbildung von Lehrkräften.
- Etablierung eines Medienkonzeptes an der Schule

Schule kann und sollte über ein allgemeines Präventionskonzept verfügen und damit die Resilienz der Jugendlichen stärken².

1 Wenn ein Spiel „immersive“ ist, bedeutet das, dass die Spieler für eine Zeit lang die Welt um sich herum vergessen können und ganz in die virtuelle Welt eintauchen. In der Gaming-Szene ist der Begriff zu einem Qualitätsmerkmal geworden.

2 Sicherheits- und Gewaltpräventionsmaßnahmen in Schulen in Zusammenarbeit mit Polizei und Staatsanwaltschaft (Abdruck aus Nds. MBl. S. 648) Gem. RdErl. d. MK, d. MI u. d. MJ v. 1.6.2016 – 25.5 – 81411 — VORIS 22410 —

6

Symptomatik

Die Symptome halten über einen Zeitraum von 12 Monaten an, wobei die Diagnose in begründeten Fällen auch früher gestellt werden kann.

- Kontrollverlust (Beginn, Ende) und Dissimulation (absichtliches Herunterspielen beziehungsweise Verbergen von Krankheitszeichen)
- Toleranzentwicklung (immer länger spielen, um den gewünschten Effekt zu erzielen)
- Entzugerscheinungen (unruhig, gereizt)
- Vernachlässigung von Verpflichtungen (Schule, Beruf, sozial), Gefährdungen und Verlust
- Starke gedankliche Beschäftigung neben den Spielzeiten
- Stimmungs- und Gefühlsregulation nur noch durch das Spielen (negative Gefühle zu regulieren oder Probleme zu vergessen)
- Leidensdruck aufgrund des unwiderstehlichen Verlangens zu spielen

Checkliste „klicksafe“:

Besteht bei meinem Kind die Gefahr einer digitalen Abhängigkeit?

<https://www.klicksafe.de/materialien/besteht-bei-meinem-kind-die-gefahr-einer-digitalen-abhaengigkeit>

7

Grundsätze im Umgang mit der Problematik

Das Auftreten der beschriebenen Symptome sollte für Lehrkräfte ein Anlass für eine Reaktion sein. Der Verfahrensablauf Hinschauen (Mehraugenprinzip), Thematisieren (Klärungsgespräch) und Handeln (Intervenieren) ist in Schule etabliert.

8

Konkrete Maßnahmen

Ausbildung einer Konsumkompetenz zur Vermeidung des problematischen Konsums digitaler Spiele

- Kinder und Jugendliche über die negativen Auswirkungen exzessiver Computerspielnutzung aufklären,
- Selbstreflexion des eigenen Computerspielgebrauchs fördern,
- Förderung der digitalen Balance: selbstverantwortliche Nutzung digitaler Angebote versus Aktivitäten in der realen (analogen) Welt,
- Ermutigung zu einem veränderten Nutzungsverhalten bzw. Stärkung von unproblematischem Spielverhalten,
- Fähigkeit zu erkennen, wann Art und Dauer des Konsums digitaler Spiele guttut und wann nicht.

Ziele in der Beratung mit Jugendlichen:

- Aktuelles Mediennutzungsverhalten einschätzen
- Funktionalität der problematischen Nutzung aufdecken
- Veränderungsbedarfe erarbeiten
- Eigene Kompetenzen vergegenwärtigen
- Kommunikationsfähigkeit erhöhen
- Selbstwirksamkeit erhöhen
- Verhaltensveränderungen beginnen und unterstützen
- Vorbereitung auf Hemmnisse und Rückschläge

Ziele in der Beratung mit Eltern:

- Verbesserung der Kommunikation im Familiensystem
- Subjektive Sinnhaftigkeit der Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen erkennen
- Verständnis für das Verhalten des Kindes bzw. des Jugendlichen fördern

- Wiederherstellung der Erziehungsfähigkeit
- Haltung zur Mediennutzung reflektieren
- Moderation von Regeln und Konsequenzen (Mediennutzungsvertrag ...)
- Entwicklung von nicht medialen Alternativen

Zusammenarbeit mit der Schulsozialarbeit

Aufsuchen von Beratungsstellen (s. Punkt 9):

- Familien- und Erziehungsberatungsstellen der Region Hannover
- Droys Hannover | STEP gGmbH
- Fachstelle Sucht und Suchtprävention Hannover | prisma gGmbH (prismahannover.de)
- JUUUUPORT – bundesweite Online-Beratungsplattform für junge Menschen, die Probleme im Netz haben

Online-Workshops für Schüler*innen:

Mediensucht: Ab wann wird „Online-Sein“ zum Problem?

www.juuuport.de

Maßnahmen an unserer Schule:

9 Mitwirkende an diesem Leitfaden

Frau Hanel/Frau Lachowicz

Referentinnen für Medienpädagogik

Landestelle Jugendschutz Niedersachsen

Koordinierung:



Unterstützt durch:



Verwendete Literatur

Die „Net-Piloten“ – Informationen zum Präventionsprojekt:

<https://www.ins-netz-gehen.info>

Memorandum Pädagogik: Medien: Abhängigkeit, Gesundheit für Kinder und Jugendliche in der digitalen Welt, Forum Sucht Bd. 54, Landschaftsverband Westfalen Lippe LWL, 2022

Risikofaktoren – What’s on? (nrw.de)

Stangl, W. (2023, 23. April). Gaming Disorder – Online Lexikon für Psychologie & Pädagogik:

<https://lexikon.stangl.eu/22670/gaming-disorder>

Weltgesundheitsorganisation (2020): Addictive behaviours: Gaming disorder.

<https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/addictive-behaviours-gaming-disorder> (Abruf am 23.04.2022)

Sicherheits- und Gewaltpräventionsmaßnahmen in Schulen in Zusammenarbeit mit Polizei und Staatsanwaltschaft (Abdruck aus Nds. MBL S. 648)

Gem. RdErl. d. MK, d. MI u. d. MJ v. 1.6.2016 – 25.5 – 81411 — VORIS 22410 —

<https://bildungsportal-niedersachsen.de/schulorganisation/schule-leiten/sicherheit-und-gesundheit/praeventionserlass>

Beratungsstellen

Familien- und Erziehungsberatungsstellen der Region Hannover:

<https://www.hannover.de/Leben-in-der-Region-Hannover/Soziales/Familie-Partnerschaft/Beratung-Unterst%C3%BCtzung/Beratung-f%C3%BCr-Eltern%2C-Kinder-und-Jugendliche/Familien-und-Erziehungsberatung/Familien-und-Erziehungsberatungsstellen-der-Region-Hannover>

Drobs Hannover | STEP gGmbH (step-niedersachsen.de)

<https://step-niedersachsen.de/einrichtungen/drobs-hannover>

Fachstelle Sucht und Suchtprävention Hannover | prisma gGmbH:

<https://www.prismahannover.de/>

Juuuport – bundesweite Online-Beratungsplattform für junge Menschen, die Probleme im Netz haben

www.juuuport.de JUUUPORT.de

Verein für Medienkompetenz

<https://smiley-ev.de/>