

„Nur noch dieses eine Level“

Wie begleite ich mein Kind in die Welt der
digitalen Medien?

Mag. Peter Eberle

Institut Suchtprävention

Hirschgasse 44, 4020 Linz

0732 / 77 89 36 DW 27

Email: peter.eberle@praevention.at

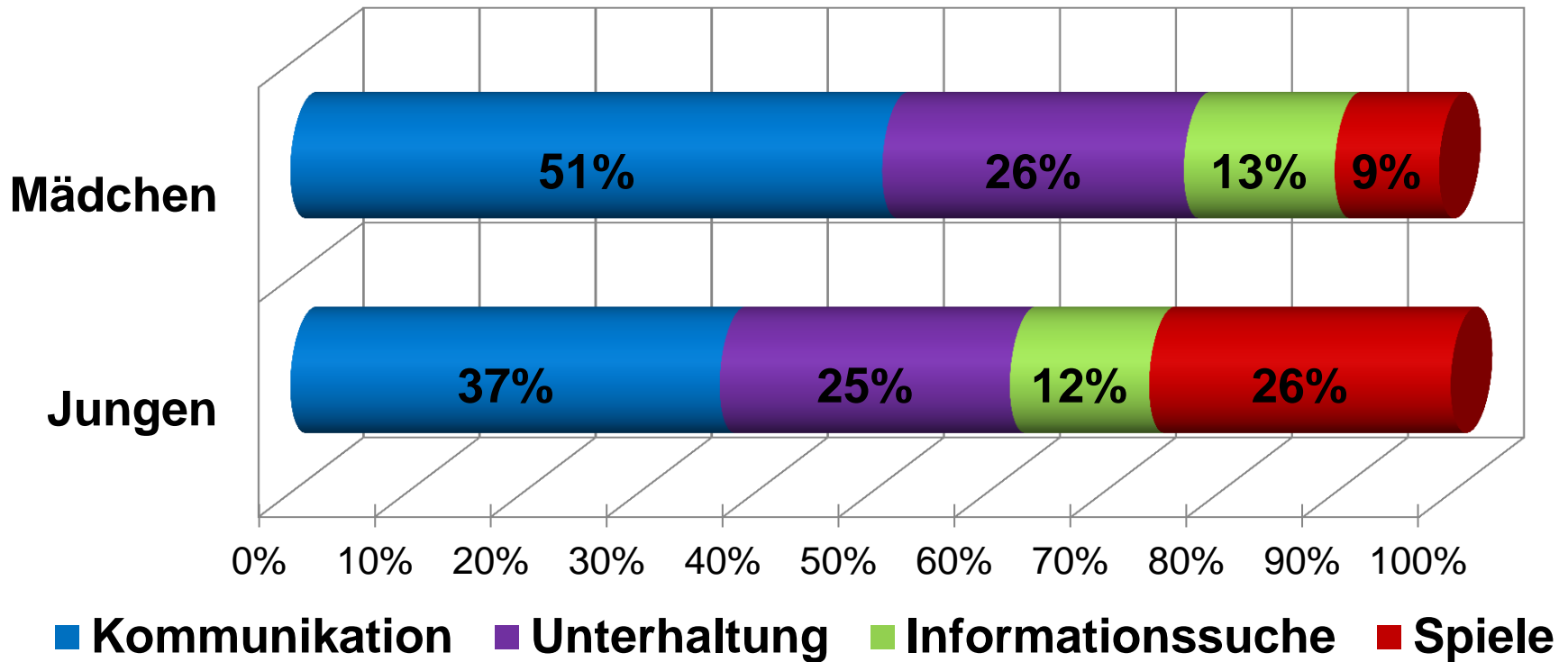
www.praevention.at

- **Was machen unsere Kinder im Netz?**
- **Was fasziniert sie so daran?**
- **Wieviel ist zu viel? Ist mein Kind süchtig?**
- **Weitere Problemfelder bei sozialen Netzwerken und Instant Messenger (WhatsApp)?**

**Wie kann ich mein
Kind begleiten**

Was machen unsere Kinder im Netz?

Aktivitäten Computer & Internet 12-19Jährige - in % der gesamten Internet Nutzungszeit



100% der Nutzungszeit bei Mädchen: 192 Minuten/Tag von Mo-Fr

100% der Nutzungszeit bei Jungen: 192 Minuten/Tag von Mo-Fr

a) Bereich Spiele

Risikofaktoren für Gewaltbereitschaft durch gewalthaltige Medien

- **gewalttätige Umgebung**
- **frühes Einstiegsalter (unter 11 – 12 Jahren)**
- **es werden fast nur Gewaltspiele gespielt**
- **keine Vereinbarungen zur Medienkonsumdauer**
- **Starke Gefühle bei gewalthaltigen Darstellungen**
- **Probleme beim Umgang mit unangenehmen Gefühlen**

Sportspiele & Simulationen

3

3 7 12

3 7 12 16

Jugendschutz nicht geprüft
Spielbar.de: spielbar ab 15J

7 PC-Variante nicht PEGI bewertet!
Bupp: ab 8 Jahren

Action-Adventures



18

16

12

Shooterspiele



16

18

Rollenspiele in virtuellen Welten

Onlinespiele mit Mehrspielermodus

→ Besonders starke Spielerbindung

Die Welt des Online Rollenspiels steht nie still.

→ Angst, Gefühl etwas zu verpassen

Die Figur wird durch längere Spieldauer immer wertvoller

→ Steigerung der Möglichkeiten und Fähigkeiten

→ Ehrensysteem, besondere Ausrüstungsgegenstände die sichtbar getragen werden können

→ Gefühle von Stolz und Anerkennung

starke Identifikation mit der virtuellen Figur (dem Avatar)

- Mit seinem Avatar kann man Dinge zu tun, die man sich sonst (im realen Leben) nicht zutraut = Ich kann Dinge tun...

Gruppengefühl

- Zusammenschluss in Gruppen um mit vereinten Kräften die Aufgaben zu lösen → Gefühl von Zusammengehörigkeit

b) Bereich Kommunikation

1. Facebook - das soziale Netzwerk

www.facebook.com



2. WhatsApp – der „Instant Messenger“



- Instant Messaging bedeutet: „sofortige Nachrichtenübermittlung“
- Aktuelles Beispiel: WhatsApp Messenger
 - ✓ mobile Nachrichtenübermittlungs-Anwendung
 - ✓ läuft auf den meisten Smartphones
 - ✓ Versenden von
 - Texten
 - Bildern
 - Videos
 - Standort
 - ✓ SMS und MMS Gebühren / Beschränkungen werden umgangen.
- Möglichkeit WhatsApp-Gruppen zu erstellen
 - In vielen Klassen gibt es Klassenchats

3. Instagram



- Programm („App“) für das Smartphone zum Foto aufnehmen und der Möglichkeit die Fotos mit anderen zu teilen.
- Mehr als 300 Millionen NutzerInnen
- Tool zur Selbstdarstellung / Selbstinszenierung
- Foto wird aufgenommen, mit Filter bearbeitet, mit „Hashtag“ (Bezeichnung) versehen und online gestellt, in der Hoffnung viele „Likes“ zu bekommen
- Wettkampf um „Likes“ und „Follower“
- standardmäßig auf „öffentlich“ gestellt → alle Fotos öffentlich aber auch „private“ Nutzung möglich

Was fasziniert sie so daran?

Die Befriedigung wichtiger menschlicher Grundbedürfnisse

Das Bedürfnis nach **sozialer Zugehörigkeit und Eingebundensein**

- ✓ ich habe Freunde, ich gehöre dazu
- Soziale Verbundenheit durch gemeinsames Spielen

Das Bedürfnis nach **Autonomie und Selbstbestimmung**

- ✓ ich kann selbst entscheiden, es passiert was ich will
- Ausprobieren von spannenden Handlungsrollen

Das Bedürfnis nach **Kompetenz und Anerkennung**

- ✓ ich bin fähig, ich kann was, ich kann was erreichen
- Computerspiele bieten Erfolgserlebnisse
- Anerkennung in der Gleichaltrigengruppe

→ auch **Fluchtmöglichkeit aus einer „unangenehmen“ Welt**

Was bieten Kommunikationsanwendungen noch zusätzlich?

... persönliches Beziehungsmanagement:

- Intensive Kontaktpflege mit der Gleichaltrigengruppe

... wichtige Information für Schule und Freizeit

- Veranstaltungseinladungen, Partyankündigungen
- Hausaufgaben

... Möglichkeit zur Selbstdarstellung:

- Identitäten ausprobieren insbesondere die Profildotos spielen eine wichtige Rolle → Identitätsentwicklung
- Bewältigung der körperlichen Veränderungen durch Fotos (Likes als Bestätigung, dass „eh alles passt“)



Das Jugendalter ist auch Aufbruch zu unbekanntem Ufern

Digitale Kommunikation und Entwicklungsaufgaben im Jugendalter

***Identitäts-
entwicklung***

***Akzeptanz der
körperlichen
Veränderungen***

Wieviel ist zu viel? Ist mein Kind süchtig?

Mögliche Unterscheidung

harmonische Leidenschaft oder obsessive Leidenschaft

- | | |
|---|---|
| → Spielen zur Unterhaltung, lustiger Zeitvertreib | → Gespielt wird um Probleme zu vergessen, um Mängel auszugleichen |
| → kein Zwang | → Zwanghafter Konsum / Kontrollverlust |
| → Harmonie mit anderen Lebensbereichen | → zentraler Lebensinhalt, der das Leben kontrolliert. |

Abhängigkeit von Smartphones?

- Intensive Nutzung von Smartphones durch Jugendliche (und Erwachsene):
 - typisches Alltagsbild.
- „Online Sucht“: Was sagen die Behandlungseinrichtungen?
 - meist in Zusammenhang mit Online Rollenspiele mit Mehrspieler Modus.
 - In jüngster Zeit vereinzelt Abhängigkeit von sozialen Netzwerken und/oder Instant Messenger.
- „Smartphone Abhängigkeit“
 - Andauerndes prüfen, ob es neue Nachrichten gibt
 - Alltagsleben stark beeinträchtigt
 - **Nutzungsintensität** (nicht Dauer) ist problematisch
- Dies steht häufig im Zusammenhang mit einer stark ausgeprägten „**Furcht etwas zu verpassen**“

FoMO – Fear of Missing Out

„Die Angst etwas zu verpassen“

Bezeichnet die „*allgegenwärtige Furcht, dass die Anderen etwas Aufregendes erleben, während man nicht dabei ist*“.

➤ *daraus resultiert das starke Verlangen durchgehend mit den Anderen verbunden zu sein, um zu wissen was läuft.*

Risikofaktoren für FoMO

- niedriges Alter (je jünger desto mehr FoMO)
- Mangelnde Erfüllung von psychischen Grundbedürfnisse:
 - Erleben von Kompetenz
 - Erleben von Autonomie
 - Soziale Verbundenheit
- Fehlende Strategien um Umgang mit unangenehmen Gefühlen

Anerkennung

**Welche Problembereiche gibt es sonst
noch?**

= Mobbing mit Hilfe neuer Medien (Handy/Smartphone/PC)

- (Anonymes) Beschimpfen, Drohen, Verleumden
- Ausschluss aus Spielgemeinschaften, Gruppen
- „Hass-Gruppen“ auf WhatsApp (z.B. „Silke ist blöd“)
- Veröffentlichung von peinlichen Fotos/Videos (echt od. bearbeitet)

Betroffene brauchen Unterstützung!

- Klar hinter dem Kind stehen.
- Situation einschätzen, evtl. Beweise sichern.
- Mit dem Kind besprechen, was man unternehmen kann/wird.
- Klassenvorstand, Schulleitung informieren.
- Beratung einholen:
 - Mobbing- und Gewaltpräventionsstelle: www.kija-ooe.at
 - Schulpsychologie
 - Kinderschutzzentren
 - Rat auf Draht: Notfalltelefon für Kinder und Jugendliche Tel.Nr.: 147

= Erwachsene erschleichen sich im Internet das Vertrauen von Kindern und Jugendlichen mit dem Ziel der sexuellen Belästigung bzw. des Missbrauchs.

Seit 1.1.2012 im § 208a unter Strafe gestellt.

Das können Eltern tun:

- Kinder für diese Gefahr sensibilisieren.
 - Cybergrooming-Fragebogen: www.rataufdraht.at
- vertrauensvolle Ansprechperson auch für unangenehme Erfahrungen sein.
- Jüngere Kinder nicht alleine surfen lassen.

Das können Kinder/Jugendliche tun:

- bei Online-Bekanntschäften vorsichtig sein.
- Bekanntschäften aus dem Internet nie ohne Begleitperson treffen.
- Treffen nur an öffentlichen Orten mit vielen Menschen vereinbaren.

Sexting (bzw. die Folgen)

= erotische Photos von sich selber („**Selfies**“)
werden als Liebesbeweis ausgetauscht.

Mögliche Probleme:

- Fotos werden gleich weiterverbreitet oder später (nach Abbruch der Beziehung) veröffentlicht bzw. erpresserisch verwendet.
- **Gesetzliche Lage:** Pornografische Aufnahmen von Unter-18-Jährigen gelten nach dem Gesetz als Kinderpornografie und dürfen daher nicht besessen, weitergeleitet werden (§ 207a StGB).

Tipps:

1. Am Besten: Keine erotischen Fotos versenden, denn...
 - ... **sind die Fotos einmal digital verschickt, hat man keine Kontrolle mehr über deren Verwendung und Verbreitung.**
 - ... auch Anwendungen wie Snapchat bieten keine Sicherheit
2. Möglichkeiten zur Verminderung des Risikos unangenehmer Erfahrungen:
 - erotisch kann auch sein, nicht „Alles“ zu zeigen
 - Gesicht nicht zeigen
 - alte Aufnahmen löschen

= Erpressung nach der Aufnahme von Videos mit sexuellem Inhalt.

- Kontakthanbahnung durch hübsche jungen Frauen z.B. auf Facebook.
- Nach einiger Zeit der Vorschlag auf Skype (Bildtelefonie) zu wechseln.
- Mädchen zeigen sich halbnackt, oder ziehen sich aus.
- Opfer werden aufgefordert, das (und anderes mehr) ebenfalls zu tun.
- Das übertragene Video wird gespeichert, mit Veröffentlichung gedroht und Geld erpresst.

Verhalten bei Sextorsion:

- Kontakt sofort abbrechen
- Nicht bezahlen!
- Anzeige erstatten
- beim Vorfinden von diffamierenden Aufnahmen: Löschen veranlassen
- Evtl. Mail mit folgendem Inhalt senden:

"Ich bin der Vater/die Mutter des Burschen, den Sie gerade gefilmt haben. Es ist nach §207a "pornografische Darstellung Minderjähriger" verboten, pornografische Aufnahmen von Personen unter 18 zu machen, zu besitzen und auch zu veröffentlichen. Sollten Sie dies dennoch tun, werde ich Anzeige erstatten."

**Pornographie ist im Internet weit verbreitet und leicht zugänglich.
Sexuelle Neugierde ist Bestandteil einer normalen Entwicklung.**

Gefahren:

- Falsche Vorstellungen von Sexualität (sexueller Leistungsdruck, perfekter Körper, Norm der stetigen Verfügbarkeit und extremer Sexualpraktiken)
- Gesetzesverstöße (Jugendschutzgesetz, Kinderpornographie)

Was können Eltern tun?

- Aufklärung, andere Informationsquellen zur Verfügung stellen
- Gespräch über Pornografie:
 - Das ist nicht Realität.
 - SchauspielerInnen tun, was der Regisseur sagt, wie bei einem Action Film ist vieles stark übertrieben oder vorgetäuscht.
 - Motiv: Geld verdienen
- Filtersoftware – nur bei jüngeren Kindern zielführend

Wie kann ich mein Kind unterstützen und begleiten?

Interesse zeigen, im Gespräch bleiben

Was macht mein Kind am Computer, im Internet?

Was sieht/spielt mein Kind?

Was interessiert/fasziniert es daran?

Was denkt es selbst darüber?

Das erfahren Sie eher, wenn Sie...

- Die Interessen des Kindes nicht abwerten.
- Sich die Spiele/Anwendungen erklären lassen, sich die Lieblingsseiten zeigen lassen.
- Über Erfahrungen im Netz reden.
- Offen sprechen statt heimlich kontrollieren.

Die Sprache der Ermutigung

→ Förderung von Selbstwert und Selbstwirksamkeit

Worte die sagen: „Ich sehe, dass du daran arbeitest und Fortschritte machst“:

- „Du wirst immer besser mit den Gleichungen.“
- „Du hast hart daran gearbeitet.“

Worte die sagen: „Ich weiß, dass du es kannst“:

- „Du bist auf dem richtigen Weg.“
- „Es ist schwierig, aber ich glaube du wirst einen Weg finden.“
- „Ich vertraue deinem Urteil.“
- „Du bist sehr gut mit dem Internet, kannst du mir helfen eine Ferienwohnung für uns zu suchen?“

Worte die sagen: „Ich schätze dich und deine Interessen“:

- „Deine Frisur ist immer so schön, du hast wirklich ein Talent deine Haare zu flechten“.

Passende Spiele für das Kind auswählen

... dazu gibt es folgende Unterstützung:

- PEGI (Europaweites System) <http://www.pegi.info/de/>

Wie kann ich wissen ob ein Spiel geeignet ist?

→ Die PEGI Kennzeichnung hilft!

	für alle Altersgruppen geeignet
	enthält möglicherweise Angst erzeugende Szenen oder Geräusche
	enthält Gewalt gegen Fantasiewesen,... leichte Vulgärsprache möglich
	Gewalt oder sexuelle Handlungen werden in einer Form gezeigt, die auch im wirklichen Leben zu erwarten wäre
	ausschließliche Empfehlung für Erwachsene aufgrund grausamer Gewalt o. anderer Gründe (siehe Inhaltssymbole)

	Schimpfwörter - Spiel verwendet Schimpfwörter
	Diskriminierung - Spiel zeigt Diskriminierung oder Spielinhalt fördert Diskriminierung
	Drogen - Spiel bezieht sich auf Drogenkonsum oder zeigt diesen
	Angst - Spiel bereitet kleinen Kindern Angst oder ist gruselig
	Glücksspiel - Spiel fordert zum Glücksspiel auf oder gibt Anleitung dazu
	Sex - Spiel zeigt Nacktheit und/oder sexuelle Handlungen oder spielt auf sexuelle Handlungen an
	Gewalt - Das Spiel enthält Gewaltdarstellungen oder verherrlicht/verharmlost Gewalt
	Online - Spiel kann online gespielt werden

Passende Spiele für das Kind auswählen

... dazu gibt es folgende Unterstützung:

- PEGI (Europaweites System) <http://www.pegi.info/de/>
- BUPP (Bundesstelle für die Positiv-prädikatisierung von Computer- und Konsolenspielen, Ö) <http://bupp.at/>
- spielbar.de (BRD) <http://spielbar.de>

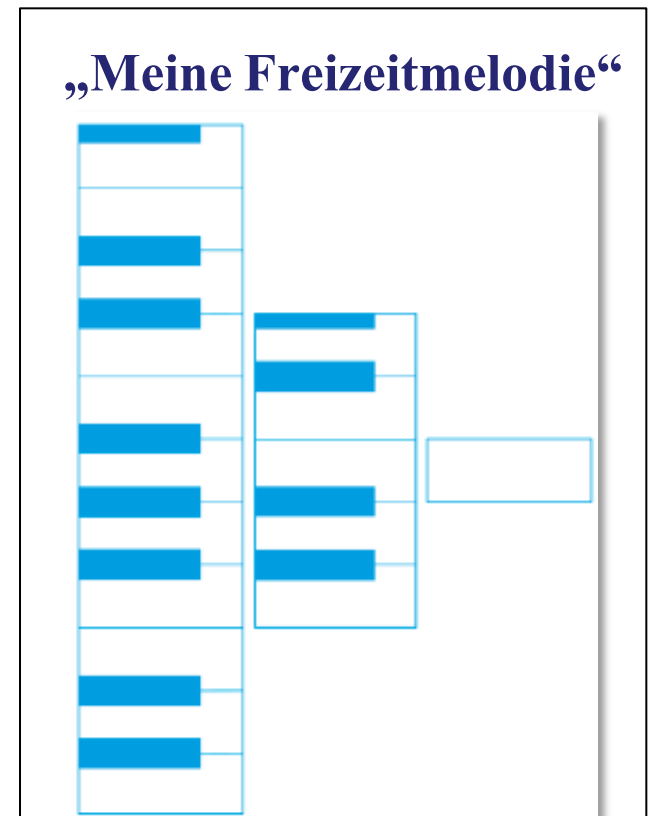
Beispiele für Vereinbarungen

- Regeln für Mediendauer und Mediennutzung von Anfang an **gemeinsam** vereinbaren.
 - Was (Altersfreigaben)
 - Wann
 - Wie lange
 - Wo (Computer, Fernseher nicht im Kinderzimmer)
- Die Kinder beim Abschalten, Eingrenzen unterstützen - und dabei den Missmut der Kinder aushalten.
- Handyfreie Zeiten oder Zonen vereinbaren:
„Smartphoneparkplatz“
 - beim Essen,
 - bei der Hausübung,
 - in der Nacht - „digitaler Sonnenuntergang“

Gemeinsam Vereinbarungen treffen

- Vereinbarung von täglichen oder wöchentlichen Medienzeiten:
(wenn möglich im Dialog mit dem Kind)

- z. B. „Klaviermodell“ als Ausgangspunkt für die Diskussion:



Ausreichend andere Erfahrungen ermöglichen und unterstützen

- Gemeinsame Aktivitäten
- Bewegung
- Naturerfahrungen
- Soziale Alltagserfahrungen ermöglichen
- Mithilfe im Haushalt
- Impulse zum selbständigen Nachdenken
- Langeweile aushalten

**„Wir können Kinder
nicht erziehen,
die machen uns eh
alles nach.“**

Karl Valentin

Zusammenfassung

- **Die Neuen Medien werden und sind Teil des Alltags unserer Kinder.**
- **Unsere Kinder benötigen Unterstützung und Begleitung beim Erwerb der notwendigen Medienkompetenz.**

Wir können unsere Kinder unterstützen indem wir:

- Interesse zeigen
- Vereinbarungen über die Nutzung treffen
- Ausreichend andere Erfahrungen ermöglichen
- als Vertrauensperson zur Verfügung stehen
- für mögliche Gefahren sensibilisieren

... und dabei in Beziehung bleiben 😊

**Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!**

**Mag. Peter Eberle
peter.eberle@praevention.at
0732 / 77 89 36 - 27**

www.praevention.at

