

Memorandum Pädagogik : Medien : Abhängigkeit

—
Gesundheit für Kinder und Jugendliche
in der digitalen Welt

Forum Sucht Bd. 54

ISSN 0942-2382

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

LWL

Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.

Impressum

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung sind vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Medien verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Herausgeber:

Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) Landesjugendamt,
Schulen und Koordinationsstelle Sucht
48133 Münster
www.lwl-ks.de, kswl@lwl.org

Projektleitung:

Frank Schulte-Derne (verantwortlich),
Linda Weweler, LWL-Koordinationsstelle Sucht

Autor:innen des Memorandums:

Berthold, Tim; Engelhardt, Saskia; Gade, Kathrin; Gauls, Frank; Kluge, Ursula;
Kostrzewa, Prof. Dr. Regina; Krüger, Anne; Lehmeier, Derya; Munz, Katharina;
Ott, Daniel; Pauly, Andreas; Patzer-Bönig, Manfred; Philippi, Johanna Lea; Riedesel, Annette

Redaktionelle Begleitung:

Ulrich Klose, pr texte themen, Münster
Sandy Doll, LWL-Koordinationsstelle Sucht

Layout und Druck:

LUC GmbH, Greven

Titelbild:

Fotograf: dolgachov, iStock

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Gesundheit

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

1. Auflage: 300

© Landschaftsverband Westfalen-Lippe

ISSN 0942-2382

Münster, September 2022

Hinweis für die Zitierung der Veröffentlichung:

LWL-Landesjugendamt, Schulen und Koordinationsstelle Sucht (Hrsg.), 2022.

„Memorandum Pädagogik : Medien : Abhängigkeit“. Gesundheit für Kinder und Jugendliche in der digitalen Welt. Ergebnisse der Klausurwoche. Münster: Forum Sucht Band 54

Haftungsausschluss

Das vorliegende Memorandum fasst einen moderierten Arbeitsgruppenprozess zusammen. Es werden praxisrelevante Aspekte illustriert, ohne dass eine vollständige wissenschaftliche Aufarbeitung der grundsätzlich zugrundeliegenden Thematik erfolgte. Aufgrund möglicher veränderter gesetzlicher Rahmenbedingungen (z.B. Datenschutzanforderungen) kann der Herausgeber keine Gewähr für die Aktualität, Korrektheit, Vollständigkeit und Qualität der bereitgestellten Informationen geben. Es wird keine juristische Verantwortung sowie Haftung in irgendeiner Form für fehlerhafte Angaben und daraus entstandenen Folgen vom Herausgeber übernommen. Für die Inhalte von den in dieser Publikation abgedruckten Internetseiten, sind ausschließlich die Betreibenden der jeweiligen Internetseiten verantwortlich. Der Herausgeber hat keinen Einfluss auf Gestaltung und Inhalte fremder Internetseiten. Der Herausgeber distanziert sich daher von allen fremden Inhalten. Zum Zeitpunkt der Verwendung waren keine illegalen Inhalte auf den Webseiten vorhanden.

Inhalt

Impressum.....	2
Präambel.....	6
1 Einführung	7
1.1 Die Entwicklung der Nutzung digitaler Medienangebote	7
1.2 Herausforderungen und Chancen der digitalen Medientechnologie.....	8
1.3 Facetten der digitalen Mediennutzung	9
1.4 Medienkompetenz als Instrument der Prävention.....	11
2 Entwicklungsaufgaben und die daraus resultierenden altersentsprechenden Chancen und Risiken der Mediennutzung	12
3 Kompetenzorientierte Medienbildung und Suchtprävention.....	19
3.1 Säulen kompetenzorientierter Medienbildung.....	19
3.2 Ziele der Suchtprävention	21
3.3 Ziele der Mediensuchtprävention.....	22

4	Resultierende pädagogische Handlungsempfehlungen	23
4.1	Sicherer Umgang mit digitalen Medien	23
4.2	Altersadäquate Mediennutzung	25
4.3	Anregungen für die konzeptionelle Arbeit von Fachkräften	28
5	Aktuelle Grenzen und zukünftige Herausforderungen	29
5.1	Ausbau verhältnispräventiver Angebote	30
5.2	Kooperationen intensiver fördern	30
5.3	Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die Nutzung digitaler Medien	31
6	Beteiligte an der Klausurwoche / Autor:innen des Memorandums	32
7	Literatur	34
8	Anhang	37
8.1	Glossar	37
8.2	Arten internetbezogener Auffälligkeiten und Störungen und deren Kontexte	40

Präambel

Digitale Endgeräte und Anwendungen wie z.B. soziale Medien und Computerspiele sind aus dem Leben von Kindern und Jugendlichen nicht mehr wegzudenken. Die Pandemie hat der Digitalisierung einen weiteren Schub gegeben. Diese Entwicklung wirft Fragen auf:

- Wie kann eine kompetente Mediennutzung unterstützt werden?
- Was begünstigt eine riskante oder missbräuchliche Mediennutzung?
- Was sind Merkmale riskanten oder missbräuchlichen Mediennutzungsverhaltens?

Zu diesen Themen gibt es eine Fülle von Thesen, Konzepten und Projekten. Sie unterscheiden sich oft deutlich, je nachdem, ob sie sich an Bezugspersonen, pädagogische Fachkräfte oder die Suchthilfe wenden. Die Expert:innengruppe des vom Bundesministerium für Gesundheit geförderten Projektes „Memorandum Pädagogik : Medien : Abhängigkeit“ hat sich im Rahmen einer Klausurwoche vom 28. bis 31. März 2022 intensiv mit diesem Themenfeld befasst. Das Ziel war es, zum Aufbau eines zwischen den Systemen Suchthilfe und Medienpädagogik geteilten, fachlich fundierten Handlungswissens zur risikoarmen bzw. gesunden Mediennutzung beizutragen.

Einigkeit bestand in der Gruppe darin, dass der Bedarf an einer interdisziplinären Orientierungshilfe groß ist, die aktuelle Erkenntnisse der Suchthilfe und der Medienpädagogik einbezieht und Empfehlungen für die praktische Umsetzung anbietet. Unerlässlich ist dabei auch, die Arbeit mit den Bezugspersonen und die Vernetzung mit der schulischen und außerschulischen Kinder- und Jugendarbeit zu berücksichtigen.

Dieses Memorandum will dazu anregen, über die verschiedenen Disziplinen hinweg einen gemeinsamen Standpunkt einzunehmen. Unterschiedlichen Auffassungen soll mit Respekt begegnet und diese transparent dargestellt werden. In diesem Sinne identifizierte die Expert:innengruppe einige Themenbereiche, bei denen deutlich wurde, dass noch weitere inhaltliche Klärungen erfolgen müssen. Die Verfasser:innen würden es begrüßen, wenn gerade diese Vorgehensweise zu einer breiten Diskussion in den beteiligten Fachdisziplinen führen würde.

Münster, im August 2022

Expert:innengruppe des Projektes „Memorandum Pädagogik : Medien : Abhängigkeit“

1 Einführung

Dass gerade Kinder und Jugendliche sehr viel Zeit mit (digitalen) Kommunikationsmedien verbringen, gehört zum Alltagswissen. Vermutlich beklagte auch in der Vergangenheit jede Eltern-Generation, dass die Jüngeren zu viel Zeit vor dem Fernseher oder dem Computer verbringen. Auch die Befürchtung, dass der Medienkonsum ungesunde Ausmaße annehmen könnte, wurde bereits in vorherigen Generationen geäußert.

In diesem Abschnitt sollen die Entwicklung und die Facetten der Nutzung digitaler Medienangebote dargestellt werden. Auch die Chancen und Risiken der Mediennutzung werden erörtert, ebenso wie die Abgrenzung eines riskanten von einem missbräuchlichen, als eigenständige Störung diagnostizierbaren Verhaltens im Sinne des ICD-11. Schließlich wird der Erwerb von Medienkompetenz als Ansatz zur Prävention riskanten oder missbräuchlichen Mediennutzungsverhaltens vorgestellt.

1.1 Die Entwicklung der Nutzung digitaler Medienangebote

Nahezu alle Haushalte in Deutschland sind mit digitalen Endgeräten und einem Zugang zum Internet ausgestattet. In allen Lebensbereichen steigt die Zahl der digitalen Medienangebote für alle Altersgruppen.

Bereits Kinder sind regelmäßig im Internet unterwegs. Der Fernseher spielt in ihrer medialen Freizeitnutzung zwar noch eine große Rolle, soziale Netzwerke und Streamingdienste nehmen jedoch ebenfalls viel Raum ein. In der Altersgruppe der Sechs- bis 13-Jährigen besitzt die Hälfte ein eigenes Handy oder Smartphone (vgl. Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (Hrsg.) 2020a: 19). Je älter die Kinder werden, umso besser sind sie mit Mobiltelefonen ausgestattet. Ab dem zehnten Lebensjahr besitzen bereits 75 Prozent ein solches Gerät, ab dem zwölften Lebensjahr sogar 94 Prozent (vgl. Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (Hrsg.) 2021: 6).

Jugendliche nutzen zu 95 Prozent täglich das Smartphone und das Internet. Vor allem hören sie darüber Musik, streamen Videos und spielen digitale Spiele. Die wichtigsten Apps stellen in dieser Altersgruppe WhatsApp, Instagram, YouTube und TikTok dar. Insgesamt sind sie 241 Minuten pro Tag online (vgl. ebd: 32)¹.

¹ Die Mediennutzungszeit von Erwachsenen ist recht ähnlich zu der von Jugendlichen. Laut ARD/ZDF-Onlinestudie 2020 beträgt sie 204 Minuten (vgl. Beisch/Schäfer 2020: 469).

Die Auswirkungen der Corona-Pandemie haben dazu geführt, dass digitale Endgeräte noch öfter und länger genutzt wurden. Weil während der Kontaktbeschränkungen die meisten analogen Freizeitangebote wegfielen, wurden vor allem soziale Medien und Videostreaming-Angebote deutlich mehr konsumiert. So nutzten 75 Prozent der Befragten in dieser Zeit soziale Medien intensiver als zuvor (vgl. Bitkom 2020). Bei den meisten Nutzenden sank die Nutzungszeit digitaler Medienangebote nach dem Wegfall der Kontaktbeschränkungen wieder auf das vorherige Maß. Jedoch ist dies nach dem Eindruck der Expert:innen nicht allen Betroffenen gelungen.

1.2 Herausforderungen und Chancen der digitalen Medientechnologie

Die Selbstverständlichkeit, mit der die digitale Medientechnologie alle Lebensbereiche durchdringt, stellt Familien und pädagogische Fachkräfte vor besondere Herausforderungen. Sie müssen Kinder und Jugendliche in der medialen Welt begleiten und sie zu medienkompetenten Nutzer:innen erziehen. Oft geschieht dies erfolgreich. Laut Fachverband Medienabhängigkeit (2020) nutzt die Mehrheit der Konsumierenden digitale Medienangebote ohne wahrnehmbare Probleme im Hinblick auf eine abhängige oder missbräuchliche Nutzung.

Bisweilen führt die geschilderte Entwicklung zu Widerständen und Unsicherheiten. Dabei sollten aber die Chancen nicht übersehen werden, die die Nutzung moderner Digitalmedien bietet:

- Die schnellen Kommunikationsmöglichkeiten erleichtern es, sich global zu vernetzen und mit Personen in Kontakt zu treten.
- Der Umgang mit digitaler Kommunikationstechnologie kann dazu beitragen, einen verantwortungsvollen Umgang damit zu erlernen, die Technik zu verstehen und über die Risiken Bescheid zu wissen.
- Nutzer:innen können sich jederzeit über das aktuelle Zeitgeschehen informieren und das Erfahrene gegebenenfalls bearbeiten und reflektieren.
- Digitale Elemente ergänzen die Vermittlung von Lerninhalten und die Gestaltung des Unterrichts. Wissen kann anschaulich, zeit- und ortsunabhängig sowie interaktiv vermittelt werden.
- Die kreative Nutzung digitaler Medien birgt viel Potenzial. So können etwa das Aufnehmen und Schneiden von Videos oder Podcasts wie auch die Nutzung von Bildbearbeitungsprogrammen das Vorstellungsvermögen anregen und zu Erfolgserlebnissen führen.
- Die Verwendung von gesundheitsfördernden Apps (u.a. Fitness, Entspannung, Meditation) kann das eigene (Digital) Wellbeing steigern.
- Der Zugang zu und ein kompetenter Umgang mit Medien sichert Kindern und Jugendlichen gesellschaftliche Teilhabe und Beteiligung².

² vgl. hierzu auch die Konvention über die Rechte des Kindes (UNICEF 1989: 20/32), insb. Art. 17 und Art. 28.

1.3 Facetten der digitalen Mediennutzung

Bei allen darin liegenden Chancen gelingt es trotzdem nicht allen Nutzenden, ihren Internet- und Medienkonsum in gesunder Weise zu kontrollieren. Bei diesen Personen kann es zu Problemen in der Mediennutzung kommen. In der Fachterminologie unterscheiden wir mehrere Facetten der Mediennutzung:

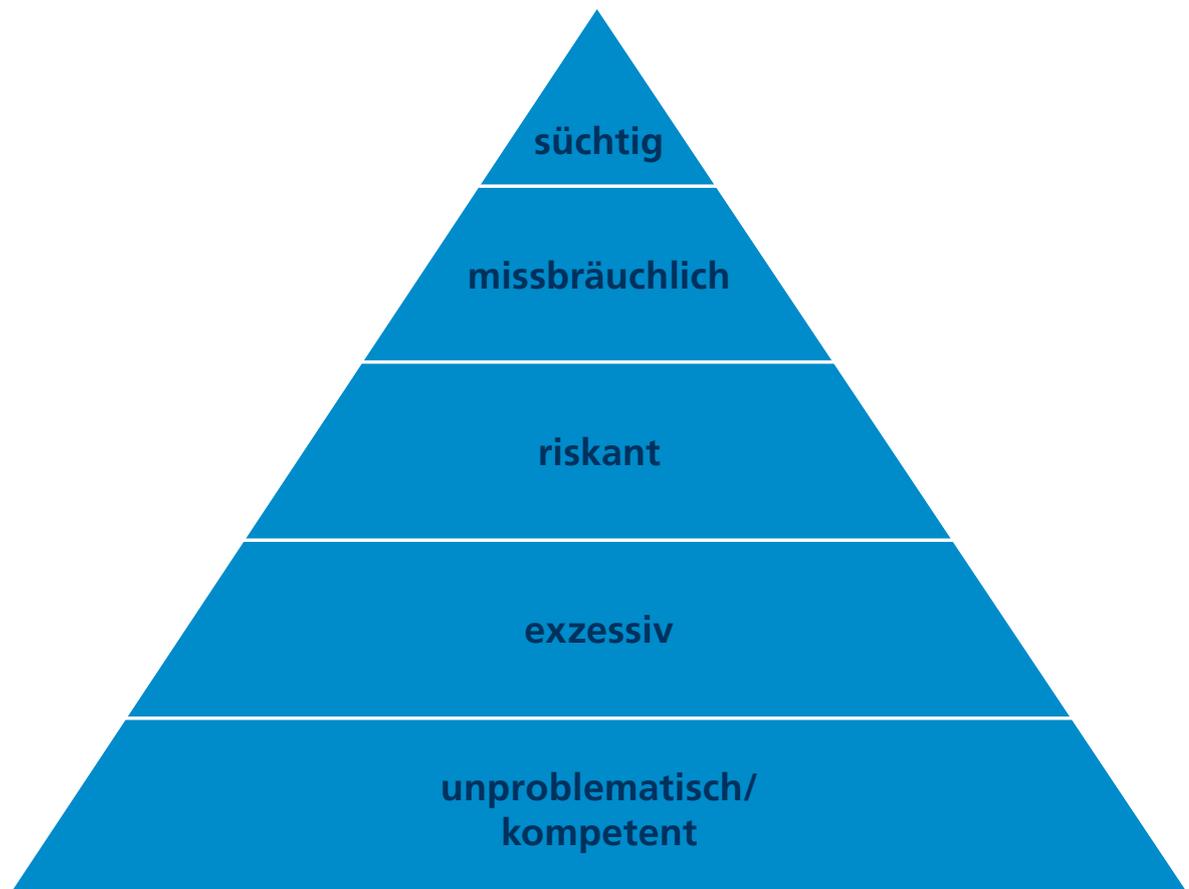


Abbildung 1: Facetten der Mediennutzung (eigene Darstellung)

Während in der Mehrzahl der Fälle Kinder und Jugendliche einen **unproblematischen, kompetenten Umgang mit Medienangeboten** zeigen, sind davon gemäß Abbildung 1 die exzessive oder auch riskante Mediennutzung sowie in einer weiteren Eskalationsstufe ein missbräuchliche beziehungsweise süchtiges Mediennutzungsverhalten zu unterscheiden. Die Grenzen zwischen den genannten Phasen können dabei bisweilen fließend sein.

Dies zeigt sich bei der Unterscheidung der exzessiven von der riskanten Mediennutzung.

Exzessive Mediennutzung ist geprägt von einer Mediennutzung, die immer mehr Zeit in Anspruch nimmt. Diese zeitliche Ausdehnung kann zunächst auch nur zeitweilig beobachtet werden.

Riskanter Medienkonsum in diesem Sinne wird dann erreicht, wenn die soziale Interaktion und die Erledigung von Verpflichtungen in der nicht digitalen Welt zeitlich begrenzt beeinträchtigt werden.

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

Die Diagnose eines **süchtigen Verhaltens** erfolgt wiederum im Kontext des ICD-11. Im deutschen Sprachraum wird dies mit dem Begriff „computerspielund internetbezogene Störung“ bezeichnet und der Verhaltenssucht zugeordnet. Bei dieser Form werden durch körpereigene biochemische Veränderungen im Gehirn Belohnungen hervorgerufen. Die Forschung hat eine hohe Evidenz hinsichtlich der Verbreitung der Störung, der Verortung als eigenständiges Störungsbild und der Validität der zentralen diagnostischen Kriterien nachgewiesen (vgl. Fachverband Medienabhängigkeit (Hrsg.) 2011: 10ff.). Als diagnostische Kriterien gelten insbesondere Kontrollverlust, Prioritätenverschiebung und die Fortführung des Spiels trotz negativer Konsequenzen.



Bildnachweis: JWG, Diakoniewerk Essen Karl-Schreiner-Haus

Folgende Formen der computerspiel- und internetbezogenen Störungen sind bekannt (vgl. hierzu auch Rumpf et. al 2021)³:

- Computerspielstörung,
- Soziale-Netzwerke-Nutzungsstörung,
- Glücksspielstörung,
- Shopping-Störung,
- Pornografie-Nutzungsstörung.

Bei Jugendlichen belegt die Drogenaffinitätsstudie 2020 (Orth/Merkel 2020) eine Prävalenz von computerspiel- und internetbezogenen Störungen von 8,4 Prozent⁴. Aus den Reihen der Expert:innen-gruppe wird auf nicht repräsentative Beobachtungen hingewiesen, wonach im Verlauf der Corona-Pandemie in den Beratungsstellen eine deutliche Zunahme des Beratungsbedarfs bei exzessivem bis süchtigem Verhalten festgestellt wurde. Entwicklungen in diesem Bereich bleiben noch abzuwarten.

1.4 Medienkompetenz als Instrument der Prävention

Aufgabe und Ziel medienpädagogischen und medienerzieherischen Handelns ist die Vermittlung und der Erwerb von Medienkompetenz. Diese wird verstanden als die zielgerichtete Aneignung von und das souveräne Handeln mit Medien. Die Expert:innen beurteilen den frühzeitigen Erwerb von Medienkompetenz als ein geeignetes Instrument (neben anderen) zur Prävention von computer- und internetbezogenen Störungen bei Kindern und Jugendlichen.

Medienkompetenz wird dabei als „wesentliche Voraussetzung für eine souveräne Lebensführung“ verstanden, „die zunehmend davon geprägt ist, mit und über Medien das eigene Leben zu gestalten“ (Schorb/Wagner 2013: 18). Medienkompetenz wird in vielen Ansätzen als ein komplexer Prozess erworbener Fähigkeiten im Denken und Handeln der Menschen verstanden. Sie integriert und verzahnt laut Schorb Wissen und Reflexion über die Medienwelt mit dem selbstbestimmten Gebrauch von Medien zur Artikulation und Partizipation.

Mit dem Begriff Medienkompetenz werden also Fähigkeiten beschrieben, die ein Individuum braucht, um selbstbestimmt, kreativ und sozial verantwortlich mit Medien umzugehen. Das schließt die Fähigkeit ein, Medien kritisch in sozialer und ethischer Verantwortung für sich selbst und andere zu betrachten (vgl. Schorb/Hartung-Griemberg/Dallmann (Hrsg.) 2017: 254 – 261).

³ Im Rahmen des ICD-11 wird lediglich die Gaming Disorder im Sinne der Computerspiel- und internetbezogenen Störungen benannt. Inwieweit der Begriff der Sucht über den Zusammenhang mit Computerspielen hinaus verwendet werden sollte, ist im Fachdiskurs noch nicht abschließend geklärt (vgl. hierzu insb. den Abschnitt „Impulse control disorders“ im ICD-11 (WHO 2022), vertiefend dazu: Geisel/Lipinski/Kaess 2021).

⁴ Nach aktuellen Prävalenzschätzungen weisen drei bis fünf Prozent der Erwachsenen in Deutschland eine internetbezogene Störung auf. Auch bei Kindern und Jugendlichen kann von ähnlichen Quoten ausgegangen werden. Die Krankenkasse DAK ermittelte in einer repräsentativen Befragung von 1221 Kindern und Jugendlichen im Alter von zehn bis 19 Jahren gemeinsam mit dem Deutschen Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters (DZSKJ) eine pathologische Nutzung nach ICD-11-Definition von 4,1 Prozent (vgl. DAK-Gesundheit 2021).

Somit ist die Fähigkeit zur Selbstreflexion ein wichtiger Teil bewertender Reflexion, vor allem hinsichtlich einer sich rasant entwickelnden Vielfalt medialer Angebote und ihrer großen Bedeutung für Kinder und Jugendliche.

Ein wesentlicher Baustein zur Förderung von **Medienkompetenz**, i.S. der Selbstreflexion ist **Mediensuchtprävention**. Sie reflektiert die zeitlichen Aspekte und die Motive des Medienkonsums. Projekte zur Prävention computerspiel- und internetbezogener Störungen wollen Kinder und Jugendliche für ein verantwortungsvolles Mediennutzungsverhalten sensibilisieren, Hinweise auf problematische Nutzungsweisen geben und alternatives Freizeitverhalten fördern. Medienpädagogische und präventive Aspekte werden im Kapitel „Kompetenzorientierte Medienbildung und Suchtprävention“ ausführlich beschrieben.

2 Entwicklungsaufgaben und die daraus resultierenden altersentsprechenden Chancen und Risiken der Mediennutzung

Die Herausbildung des Medienkonsums ist eine fortdauernde Entwicklungsaufgabe, die sich für Kinder und Jugendliche und ihre Bezugspersonen stellt. Sie dauert bis zum Heranwachsenden-Alter an. Die Expert:innengruppe hat sich mit den Entwicklungsaufgaben detailliert auseinandergesetzt. Dabei hat sie sich im Wesentlichen am Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung nach Erikson (Erikson 1995) orientiert. Dieses Modell geht davon aus, dass die Entwicklungsaufgaben aufeinander aufbauend erfolgen. Eine spezifische Entwicklungsstufe kann dabei nicht „übersprungen“ werden. Vor dem Eintritt in die nächste Phase muss sie zunächst durchlebt werden. Dadurch können sich die jeweiligen Entwicklungsschritte in spätere Altersstufen verschieben.

Intensiv wurde in der Expert:innengruppe die Nutzung digitaler Medien durch Kinder bis zu drei Jahren diskutiert. Hierbei sprachen sich die Expert:innen mehrheitlich dafür aus, dass Bezugspersonen möglichst vermeiden sollten, dass Kinder sich eigenständig und unbegleitet mit digitalen Medien beschäftigen, weil sie sonst negativen Entwicklungseinflüssen ausgesetzt würden. Wenn in Abbildung 3 also mögliche Mediennutzungen von Kindern bis zu drei Jahren erwähnt werden, wird immer davon ausgegangen, dass die Bezugspersonen diese begleiten und die Kinder nicht mit den Medien allein lassen.

Darüber hinaus zeigt Abbildung 2 die wesentlichen Entwicklungsstufen und die damit verbundenen medienbezogenen Fähigkeiten. Zudem werden dort die Aufgaben der Bezugspersonen dargestellt. So wird das Zusammenspiel zwischen den Bezugspersonen und der Entwicklung der Kinder bezogen auf die Nutzung der digitalen Medienwelt verdeutlicht.⁵

⁵ Eine gute Übersicht zu den medienbezogenen Fähigkeiten liefert auch die Expertise „Grundlagen zur Medienerziehung in der Familie“ im Rahmen der MoFam-Studie (Eggert/Wagner 2016).

ALTER (Lebensjahre)	ENTWICKLUNGS- AUFGABEN	MEDIENBEZOGENE FÄHIGKEITEN	AUFGABEN DER BEZUGSPERSONEN
0 – 1	<ul style="list-style-type: none"> • Urvertrauen bilden • sichere Bindung aufbauen 	<ul style="list-style-type: none"> • Insgesamt wenig bis keine medialen Reize • Babys brauchen Sinneserfahrungen wie fühlen, schmecken, hören und sollten nur sparsam mit medialen Reizen in Kontakt gebracht werden (Geräusche, Musik, o.ä.) • ab sechs Monaten: Wahrnehmen der Medien • Neue Formen des Spielens: sensomotorisch, relational, funktional, symbolisch • Basale, aber nicht zielgerichtete Nutzung der Medien (Wischen / Touch-Gesten). Einfaches Wischen und Tippen ist mit einem Jahr bereits möglich, jedoch nicht zielgerichtet 	<ul style="list-style-type: none"> • Digitale Medien sollen Eltern-Kind Interaktion und Kommunikation nicht unterbrechen (Blickkontakt / Spiegeln) • Fokus soll auf dem Erkunden der Welt über basale Sinneseindrücke gelegt werden
2	<ul style="list-style-type: none"> • Autonomie • Erkundung der Welt 	<ul style="list-style-type: none"> • Einfache Regeln werden verstanden • Erste bewusste Medien-erfahrungen • Bewusste, interessierte und zielgerichtete Mediennutzung • Kinder lernen die Realität vom digitalen Bild zu unterscheiden • Interesse an spielerischen digitalen Aktivitäten steigt, einfache Bild-abfolgen und Spiele werden verstanden 	<ul style="list-style-type: none"> • Vorbildfunktion beachten • Kindern Auswahl-möglichkeiten bieten • Eltern sollten aktive Auseinandersetzung fördern • Reizüberflutung vermeiden (Ton-Bild-Schere) • Anschauen und Vorlesen von Bilderbüchern (nur wenige und gezielte digitale Angebote)

ALTER (Lebensjahre)	ENTWICKLUNGS- AUFGABEN	MEDIENBEZOGENE FÄHIGKEITEN	AUFGABEN DER BEZUGSPERSONEN
3 – 4	<ul style="list-style-type: none"> • Initiative ergreifen • Imitation der Erwachsenenwelt 	<ul style="list-style-type: none"> • Gezielte Mediennutzung von einfachen Inhalten • Aktive Auseinandersetzung muss weiter gefördert werden • Kinder können Symbole entschlüsseln und sind in der Lage kurzen Geschichten (Fernsehen, Video) zu folgen • Bezug zur eigenen Lebenswelt wird hergestellt • Wischen und tippen auf Tablets oder Smartphones wird nun zielgerichteter nachgeahmt 	<ul style="list-style-type: none"> • Medien nicht als Babysitter – gemeinsames Erkunden von digitalen Medien • Kinder sollen zu vielfältigen Ausdrucksweisen angeregt werden und lernen, Langeweile auszuhalten • Balance zwischen Bedürfnissen der Bezugspersonen und der Kinder • kreative Spielangebote
5 – 6	<ul style="list-style-type: none"> • Initiative ergreifen • Moralentwicklung: Normen/Werte • Regulationsentwicklung 	<ul style="list-style-type: none"> • Erhöhte Geschwindigkeit der Informationsverarbeitung • Zunahme von Wissens-, Verständnis-, und Sinnfragen • Medien als Wissensquelle, aber ohne Verständnis für die Struktur • Digitale Lern- und Geschicklichkeitsspiele werden verstanden 	<ul style="list-style-type: none"> • Familienregeln, z.B. Mediennutzungsvertrag • Bezugspersonen fungieren als Begleitpersonen • Auswahl von kindgerechten medialen Inhalten • Festlegen von zeitlichem Rahmen
7 – 10	<ul style="list-style-type: none"> • Werksinn: Selbstwirksamkeit (etwas Nützliches tun) 	<ul style="list-style-type: none"> • Erfassung von Lerninhalten und Abrufen von Gedächtnisleistungen • Eigenständigere Mediennutzung zur Unterhaltung und zur Kommunikation • Fiktion und sozialer Realismus werden unterschieden 	<ul style="list-style-type: none"> • Familienregeln festlegen, z.B. Mediennutzungsvertrag • Altersentsprechende Begleitung bei der Nutzung von digitalen Medien • Wertschätzung • Beziehung als Basis für Vertrauen und Transparenz • Aufklärung über rechtliche Aspekte bei der Nutzung von Online Angeboten

ALTER (Lebensjahre)	ENTWICKLUNGS- AUFGABEN	MEDIENBEZOGENE FÄHIGKEITEN	AUFGABEN DER BEZUGSPERSONEN
11 – 14	<ul style="list-style-type: none"> • Identitätsbildung / sexuelle Entwicklung 	<ul style="list-style-type: none"> • Nutzung der digitalen Welt zur sexuellen Identitätsbildung und Ausprobieren diverser Rollen • Gezielter Informationsabruf 	<ul style="list-style-type: none"> • Akzeptieren und Unterstützen der Identitätsentwicklung • Interesse an den Netzaktivitäten der Jugendlichen • Entwicklungsadäquater technischer Schutzrahmen • Eigene Medienkompetenz ausbauen
15 – 16	<ul style="list-style-type: none"> • Identitätsbildung / Ablösung vom Elternhaus 	<ul style="list-style-type: none"> • Medienkritik: kritische Reflexion der Medieninhalte • Digitale Grenzaustestung 	<ul style="list-style-type: none"> • Soziale Beziehungen zulassen (Peer-Group, auch in digitaler Form) • In Kontakt bleiben und Verfügbarkeit als Ansprechpartner:in für digitale Erfahrungen • Aufmerksam machen / Gespräch über problematische Netzinhalte
17 – 18	<ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung von Zukunftsperspektiven 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstregulierte Mediennutzung • Digitalitätsfähigkeit • Nutzung der digitalen Welt zum Übergang in die Erwachsenenwelt 	<ul style="list-style-type: none"> • Unterstützung bei Lebensplanung und -gestaltung • „Loslassen statt fallen lassen“ – Begleitung auch trotz möglicher Konflikte anbieten und wahrnehmen (vgl. Kostrzewa 2022)

Abbildung 2: Medienbezogene Entwicklungsaufgaben des Kindes- und Jugendalters

Das in Abbildung 2 entwickelte Modell verdeutlicht, dass der Erwerb eines kompetenten Medien-nutzungsverhaltens ein komplexer, sensibler Prozess ist. Diese Erkenntnis ist insofern bedeutsam, weil gesellschaftlich allgemein vorausgesetzt wird, dass Kinder und Jugendliche mit digitalen Medien und digitalen Endgeräten gut umgehen können. Nicht zuletzt führt eine hohe Affinität zur digitalen Welt in deren Peer-Groups zu Anerkennung und Akzeptanz.

Die Nutzung digitaler Medien durch Kinder und Jugendliche kann aber durchaus auch riskante oder missbräuchliche Ausprägungen annehmen. Gründe dafür können etwa familiäre Probleme, Schwierigkeiten im Bereich der sozialen Kontakte sowie die maladaptive Bearbeitung von Entwicklungsaufgaben sein, die zu einer dysfunktionalen Bewältigung dieser Defizite führen. Beispielsweise können Jugendliche die Befriedigung ihrer Bedürfnisse in virtuellen Welten suchen, wenn Bezugspersonen sich gegenüber ihrem zunehmenden Autonomiebedürfnis grenzüberschreitend verhalten und sie für sich zu wenige private Räume finden.

Die Entstehung von riskanter oder missbräuchlicher Mediennutzung hat mithin vielfältige Ursachen. Sie lässt sich anhand des Suchtdreiecks erläutern. Dieses berücksichtigt nach te Wildt **individuelle, soziale und mediale Risikofaktoren** (vgl. te Wildt 2015: 90). Defizite in einem oder mehreren Bereichen können die Entwicklung einer Mediensucht begünstigen. Insgesamt stellt diese Trias einen multifaktoriellen Ansatz zur Entstehung von exzessivem oder pathologischem Nutzungsverhalten dar.

Zu den **individuellen Risikofaktoren** zählen psychische Erkrankungen, Persönlichkeitsmerkmale oder ähnliche Attribute, die in der Person selbst zu finden sind.

Soziale Risikofaktoren können sich aus dem Umfeld des Heranwachsenden ergeben. Hier macht es einen Unterschied, ob ein Jugendlicher in einem unterstützenden Familiensystem aufwächst, wie die finanzielle Ausstattung aussieht, ob jemand Ausgrenzungserfahrungen erlebt oder überfordert wird.

Als dritte Dimension benennt te Wildt die **medialen Faktoren**, die unterschiedliche Bindungskraft haben und darüber entscheiden, welches digitale Medium genutzt wird. Sozialer Zusammenhalt, Belohnungsanreize, eine fesselnde Geschichte, die nicht endet, sexuelle Anreize: All dies sind Kriterien die darüber entscheiden, was und wie viel gespielt, gechattet oder gestreamt wird.

Hilfreich zur Einordnung des Mediennutzungsverhaltens sind in Anlehnung an den Psychologen Klaus Grawe (vgl. Grawe 2004) die vier Grundbedürfnisse des Menschen. Deren Erfüllung wird angestrebt, um ein gesundes, ausgeglichenes Leben zu führen:



Abbildung 3: 4 Grundbedürfnisse des Menschen (vgl. Grawe 2004)

All diese Bedürfnisse sind durch vielfältige Angebote im Internet bzw. den sozialen Medien zu befriedigen. Dadurch sind mediale Nutzungsformen insbesondere im Jugendalter von großer Bedeutung und Attraktivität. Denn in dieser Altersspanne reift die Persönlichkeit eines Menschen ganz besonders. Die Corona-Pandemie stellt in dieser Hinsicht eine Sondersituation dar. Dies wird im Abschnitt „Aktuelle Grenzen und zukünftige Herausforderungen“ gesondert behandelt.

Grundsätzlich gilt: Können eines oder mehrere der Grundbedürfnisse im analogen Leben nicht ausreichend befriedigt werden, besteht die Gefahr, dass Nutzer:innen Störungen wie beispielsweise Depressionen oder soziale Ängste entwickeln. Es wächst auch das Risiko, dass die Betroffenen nach der Erfüllung ihrer Bedürfnisse im digitalen Setting suchen und ihre Defizite durch Medienkonsum zu kompensieren versuchen.

Viele digitale Medienangebote sprechen vor allem über sogenannte nutzungsaufrechterhaltende Faktoren die geschilderten Grundbedürfnisse gezielt an und tragen so zur Entwicklung einer riskanten, missbräuchlichen oder abhängigen Mediennutzung bei. Hier sind vor allem angebotsimmanente Faktoren wie das Addictive Design zu nennen (vgl. Abschnitt „Resultierende pädagogische Handlungsempfehlungen“). Auch werden vor allem in Computerspielen häufig Anreize geschaffen, die das Belohnungssystem des Gehirns ansprechen und so zum Weiterspielen animieren.

Des Weiteren wird die Intensität der Mediennutzung durch beziehungsgebende Muster bestimmt. Besonders hervorzuheben ist hier die Befriedigung des Grundbedürfnisses nach sozialem Zusammenhalt. Bezogen auf die Entwicklungsstufen von Kindern und Jugendlichen spielen vor allem im Jugendalter auch sexuelle Reize eine wichtige Rolle hinsichtlich der Identitätsbildung bei gleichzeitiger Entwicklung eines individuellen Rollenverständnisses. In der Mediennutzung schlägt sich dies beispielsweise nieder, indem Accounts in sozialen Netzwerken als Raum für die Selbstdarstellung eines optimierten Selbst genutzt werden. Die Nutzenden präsentieren ihre Persönlichkeit gegenüber anderen Accounts so, dass sie besonders viel Anerkennung und Wertschätzung zurückgespiegelt bekommen. Einen gesonderten Blick verdienen Avatare in Computer- oder Videospiele. Denn diese bieten für junge Menschen die Möglichkeit, sich in diversen Geschlechtern auszuprobieren.

Digitale Mediennutzung ist also in der Lage, einen erheblichen Anteil der individuellen Entwicklungsaufgaben abzudecken. Damit einher geht aber das Risiko, sich innerhalb der vielfältigen Möglichkeiten zu verlieren, wenn kein ausreichend stabiler Anker in der analogen Welt vorhanden ist. Welchen Beitrag Medienbildungskonzepte und Suchtprävention in dieser Hinsicht leisten können, ist Thema des nächsten Kapitels.



Bildnachweis: IG Frielendorf, Jugendhilfe Hephata

3 Kompetenzorientierte Medienbildung und Suchtprävention

Medienbildung wie auch Suchtprävention sind gesamtgesellschaftliche Aufgaben, die alle Bereiche des Lebens betreffen. Sie müssen über den Bereich der schulischen Bildung hinaus interdisziplinär von verschiedenen Akteur:innen bearbeitet und umgesetzt werden. Eine fachlich fundierte Haltung ist dafür die Grundvoraussetzung. Der Fachverband Medienabhängigkeit beschreibt diese folgendermaßen:

„Die Prävention der computerspiel- und internetbezogenen Störung stellt grundsätzlich die positiven Aspekte der Mediennutzung gegenüber den negativen Konsequenzen des riskanten Verhaltens in den Vordergrund. Medienkompetenz zielt darauf ab, verschiedene Typen von Medien für das Kommunikations- und Handlungsrepertoire von Menschen sinnvoll einzusetzen. Die Prävention der computerspiel- und internetbezogenen Störung ermöglicht die Reflexion des eigenen Medienkonsums und das Erkennen einer digitalen Balance – so können die Motive und das zeitliche Ausmaß der Mediennutzung bewertet werden.“

(Fachverband Medienabhängigkeit 2020: 3)

Um diese Forderung bei den Zielgruppen in der Praxis umsetzen zu können, muss die kompetenzorientierte Medienbildung in den Blick genommen werden. National und international gibt es Bestrebungen, Rahmenpläne für die notwendigen Kompetenzen in einer zunehmend digitalisierten Welt aufzustellen.

3.1 Säulen kompetenzorientierter Medienbildung

In Deutschland hat die Kultusministerkonferenz das landesweite Kompetenzmodell „Bildung in der digitalen Welt“ (Kultusministerkonferenz 2016) für den schulischen Bereich vorgelegt. Es wurde in verschiedenen Bundesländern weiter ausgearbeitet. Insbesondere Nordrhein-Westfalen sowie das Saarland haben es um den Aspekt der selbstregulierten Mediennutzung ergänzt. Relevant für die Thematik dieses Memorandums erscheinen der Expert:innengruppe zusammenfassend folgende Aspekte beziehungsweise Teilkompetenzen aus dem Gesamtkonzept⁶:

⁶ An dieser Stelle wird die Darstellung auf Kompetenzen beschränkt, die in direktem Zusammenhang mit der Nutzung digitaler Medien und der Medienbildung stehen. Der Medienkompetenzrahmen NRW nennt als Teilkompetenz auch Identitätsbildung. Diesen Aspekt haben wir bereits ausführlich im Kapitel „Entwicklungsaufgaben und die daraus resultierenden altersentsprechenden Chancen und Risiken der Mediennutzung“ behandelt.

Teilkompetenz	Beschreibung/Relevanz	Beispiele
Prinzipien der digitalen Welt verstehen	Gesundheitsbewusste Mediennutzung setzt ein Verständnis der grundlegenden Prinzipien und Funktionsweisen der digitalen Welt voraus. Diese müssen erkannt und verstanden werden, um sie auch bewusst nutzen zu können.	Motive von Spielen verstehen
Informationskritik	Medieninhalte können gesundheitsgefährdend sein und zu missbräuchlichem Konsum führen. Es geht darum, diese Inhalte sowohl hinsichtlich der rechtlichen Rahmenbedingungen, etwa des Jugend- und Verbraucherschutzes, als auch der gesellschaftlichen Normen und Werte richtig einzuschätzen. Nur so können die richtigen Hilfestrukturen adressiert werden.	In-App-Käufe, Pornographie, Glücksspiel
Kommunikations- und Kooperationsprozesse	Kommunikations- und Kooperationsprozesse können mit digitalen Werkzeugen zielgerichtet gestaltet werden. Nutzende können mit entsprechenden Kenntnissen soziale Medien bewusst nutzen sowie Gruppendynamiken in Spielen wie auch die Relevanz von sozialen Kontakten erkennen. Dies hilft ihnen dabei, Bestätigung durch ihre Peergruppen zu erhalten.	Soziale Medien, Online-Games
Algorithmen verstehen	Algorithmische Strukturen und Muster steuern automatisierte Prozesse in der digitalen Welt. Sie zu erkennen, zu verstehen und zu reflektieren ermöglicht die Auseinandersetzung mit Mechanismen, die eine unkontrollierte Mediennutzung befördern können.	Nudging, intermittierende Verstärkung
Selbstregulierte Mediennutzung	Das Ziel einer gesundheitsorientierten, bewussten und genussorientierten Mediennutzung sind Nutzende, die ihren Konsum selbstverantwortlich regulieren, kritisch reflektieren und andere bei ihrer Mediennutzung unterstützen. Sie sind in der Lage, Medien und ihre Wirkung zu beschreiben.	Abstinenzfähigkeit, Spielen aus Spaß

Abbildung 4: Relevante Kompetenzen für die Medienbildung

Der sichere Erwerb der in Abbildung 4 genannten Kompetenzen muss pädagogisch begleitet und unterstützt werden. Zusätzlich zur kompetenzorientierten Medienbildung sind auch suchtpreventive Aspekte zu berücksichtigen, um eine gesundheitsförderliche Mediennutzung zu ermöglichen.

3.2 Ziele der Suchtprävention

Das allgemeine Ziel von Suchtprävention für und mit Kindern und Jugendlichen ist es, diese in ihrer gesunden Entwicklung dabei zu unterstützen, Lebenskompetenzen aufzubauen und Resilienz zu entwickeln. Präventionsmaßnahmen sollten hierbei, wenn möglich, langfristig angelegt sowie auf die spezifische Altersgruppe bezogen sein. Aufgabe der Suchtprävention ist es in diesem Sinne, einen kompetenten Umgang mit Risiken zu fördern sowie ungünstige Entwicklungen und Rahmenbedingungen wie auch problematische Verhaltensweisen frühzeitig wahrzunehmen.⁷

Welche Lebenskompetenzen in diesem Zusammenhang adressiert werden, hat die WHO mit zehn „Core Life Skills“ von Kindern und Jugendlichen beschrieben (vgl. Bühler/Heppekausen 2005: S. 16 ff.).

1. **Selbstwahrnehmung**, die sich auf das Erkennen der eigenen Person und des eigenen Charakters sowie auf eigene Stärken und Schwächen, Wünsche und Abneigungen bezieht.
2. **Empathie** als die Fähigkeit, sich in andere Personen hineinzuversetzen.
3. **Kreatives Denken**, das es ermöglicht, adäquate Entscheidungen zu treffen sowie Probleme konstruktiv zu lösen.
4. **Kritisches Denken** als die Fertigkeit, Informationen und Erfahrungen objektiv zu analysieren.
5. Die Fähigkeit, **Entscheidungen zu treffen**. Diese trägt dazu bei, konstruktiv mit Entscheidungen im Alltag umzugehen.
6. **Problemlösefertigkeit**, um Schwierigkeiten und Konflikte im Alltag konstruktiv anzugehen.
7. **Kommunikative Kompetenz**, die dazu beiträgt, sich kultur- und situationsgemäß sowohl verbal als auch nonverbal auszudrücken.
8. **Interpersonale Beziehungsfertigkeiten**, die dazu befähigen, Freundschaften zu schließen und aufrechtzuerhalten.
9. **Gefühlsbewältigung** als die Fertigkeit, sich der eigenen Gefühle und denen anderer bewusst zu werden, angemessen mit Gefühlen umzugehen sowie zu erkennen, wie Gefühle Verhalten beeinflussen.
10. Die Fähigkeit zur **Stressbewältigung**, um einerseits Ursachen und Auswirkungen von Stress im Alltag zu erkennen und andererseits Stress-reduzierende Verhaltensweisen zu erlernen.

⁷ Suchtprävention umfasst dabei alle verhältnis- und verhaltensbezogenen Maßnahmen, die abhängigen Gebrauch verhindern, reduzieren und gesundheitsfördernde Verhaltensweisen stärken. Dies wird unter anderem durch die genannte Förderung allgemeiner Lebenskompetenzen erreicht.

3.3 Ziele der Mediensuchtprävention

Darüber hinaus trägt auch die Ausbildung einer Konsumkompetenz zur Vermeidung von riskantem oder missbräuchlichem Konsum und Abhängigkeiten bei. Was dieser Aspekt für die Mediensuchtprävention bedeutet, wird beispielsweise aus den Zielen des Präventionsprojektes zu exzessivem Computerspiel und Internetgebrauch, „Net-Piloten“ (vgl. Net-Piloten 2022), deutlich:

- Jugendliche über die negativen Auswirkungen exzessiver Computerspiel und Internetnutzung aufklären,
- Selbstreflexion des eigenen Computerspiel- und Internetgebrauchs fördern,
- Förderung der digitalen Balance: selbstverantwortliche Nutzung digitaler Angebote versus Aktivitäten in der realen (analogen) Welt,
- Ermutigung zu einem veränderten Nutzungsverhalten,
- Bereitschaft zur Beratung wecken, sofern Probleme und Verunsicherungen vorliegen.

Weitere relevante Kompetenzen zur Vermeidung riskanten oder exzessiven Medienkonsums könnten nach Auffassung der Expert:innengruppe sein:

- Fähigkeit zur Punktabstinenz bei verschiedenen Medienanwendungen,
- Fähigkeit zu erkennen, wann Art und Dauer des Medienkonsums guttun und wann nicht.

Die Prävention von riskantem und missbräuchlichem Medienkonsum unterscheidet sich in einigen wesentlichen Punkten von klassischer Suchtprävention. So besteht eine besondere Herausforderung darin, dass eine vollständige Abstinenz bei Medienkonsum normalerweise weder gewünscht noch möglich ist. Außerdem gibt es bei Medien im Vergleich zu den meisten Substanzen einen risikolosen beziehungsweise gesunden Konsum. Als riskant beziehungsweise missbräuchlich ist hierbei der kompensatorische Konsum zu betrachten (vgl. hierzu die Erläuterungen zu Abbildung 1). Die WHO hat im ICD-11 mit der Zusatzdiagnose „Gefährliches Computerspielen“ (Hazardous gaming) als möglicher Vorstufe der Computerspielstörung (Gaming Disorder) mittlerweile die Grundlage gelegt, problematisches Verhalten bei dieser Nutzungsform auch für Kinder und Jugendliche zu diagnostizieren und erkennt damit auch die suchtfördernde Seite des Computerspiels an.

Überschreitet der Medienkonsum von Kindern und Jugendlichen das riskante Maß und reichen beratende Interventionen der Suchtprävention nicht mehr aus, ist davon auszugehen, dass eine computerspiel- und internetbezogene Störung vorliegt. In diesem Fall greifen die Instrumente und Hilfsmöglichkeiten des Suchthilfesystems oder anderer Hilfeangebote. Kindern und Jugendlichen sollten an dieser Stelle Beratungsmöglichkeiten und Therapieangebote zugänglich gemacht werden. Hierzu empfiehlt es sich, sich vorrangig an die ortansässige Suchtberatungsstelle zu wenden. Gegebenenfalls sind auch das Jugendamt oder Kinderärzt:innen die richtigen Anlaufstellen.

4 Resultierende pädagogische Handlungsempfehlungen

In den vorangegangenen Kapiteln wurde ausgeführt, welche Facetten eines riskanten oder missbräuchlichen Medienkonsums Kinder und Jugendliche betreffen. Mögliche Präventions- und Hilfemaßnahmen müssen sich an den verschiedenen Entwicklungsphasen der Heranwachsenden orientieren. Die Expert:innengruppe sieht die Notwendigkeit, medienpädagogische und suchtpreventive Aspekte bei der Prävention und Behandlung von riskantem und missbräuchlichem Medienkonsum zu integrieren. Einzuleitende Maßnahmen orientieren sich am Leitbild einer kompetenten und selbstregulierten Mediennutzung. Solche Maßnahmen adressieren Fachkräfte der Suchtprävention und der Medienbildung genauso wie zumindest mittelbar die Bezugspersonen.

In diesem Sinne geht die Expert:innengruppe davon aus, dass Medienerziehung dann gelingen kann, wenn Eltern und Kinder das Internet gemeinsam entdecken. Wie bei allen Erziehungsthemen ist gegenseitiges Vertrauen auch dann eine gute Basis, wenn es um Medien geht. Die folgenden Handlungsempfehlungen wurden im Konsens beschlossen. Sie beziehen sich zunächst auf den sicheren Umgang mit digitalen Medien und dann auf die altersadäquate Mediennutzung. Schließlich wird noch gesondert auf den Aspekt „Addictive Design“ eingegangen. Alle Empfehlungen sind als Angebot für die vertiefende Fachdiskussion zu verstehen.

4.1 Sicherer Umgang mit digitalen Medien

Medienerziehung gelingt dann, wenn die Bezugspersonen die Potenziale und existierenden Risiken digitaler Mediennutzung kennen. Bezugspersonen kommt die wichtige Aufgabe zu, den Kindern und Jugendlichen unabhängig vom Alter Orientierung für den sicheren Umgang mit digitalen Medien zu bieten und Vorbild zu sein. Dabei können Elemente aus der Bezugspersonenarbeit wie auch der technischen Umsetzung des Kinder- und Jugendschutzes unterstützend wirken. Die pädagogischen Fachkräfte können anhand der nachfolgend erläuterten Handlungsempfehlungen Bezugspersonen dabei unterstützen, Kinder und Jugendliche zu einer kompetenten Mediennutzung zu erziehen.

Die Expert:innen des Münsteraner Memorandums verfolgen einen medienbefürwortenden Ansatz und unterstreichen daher die vielfältigen Potenziale einer gesunden Mediennutzung. Im Detail wurde darauf bereits im Abschnitt „Herausforderungen und Chancen der digitalen Medientechnologie“ eingegangen.

Dennoch dürfen die Risikofaktoren der digitalen Welt nicht unterschätzt werden. Das betrifft besonders die riskante und missbräuchliche Nutzung digitaler Medienangebote, die zur Herausbildung einer computerspiel- und internetbezogenen Störung führen kann. Doch über das Suchtpotenzial hinaus begegnen Kindern und Jugendlichen weitere Gefahren im Netz. Zu nennen sind ohne Anspruch auf Vollständigkeit: Cybermobbing und Cybergrooming, Fake News, Hate Speech

und Radikalisierung sowie Bodyshaming und die Datifizierung der individuellen Lebenswelten (vgl. zu näheren Erläuterungen der Begriffe das Glossar).

Fachkräften und Bezugspersonen kommt die Aufgabe zu, über eine entsprechend gestaltete Medienerziehung ihr Wissen um die positiven und negativen Facetten der digitalen Welt weiterzugeben. Die Bezugspersonen bilden wiederum eine besonders wichtige Säule für das gesunde Aufwachsen der Kinder und Jugendlichen mit digitalen Medien. Denn nur, wenn sie selbst ausreichend medienkompetent sind, kann sich die gerade entstehende Generationenlücke bei der kompetenten Mediennutzung wieder schließen. Eine – von Fachkräften (beratend) begleitete – Medienerziehung und Medienkompetenzförderung bildet das Fundament, um einer exzessiven oder missbräuchlichen Mediennutzung entgegenzuwirken.

Bezugspersonen können sich dabei an folgenden erzieherischen Grundsätzen orientieren:

- Sie sollten versuchen, stets mit den Kindern und Jugendlichen in Kontakt zu bleiben, Interesse zu zeigen und sich ein Bild von deren Lebenswelt zu machen.
- Eine gelingende Kommunikation stärkt das Bindungsverhalten von Beginn an, sorgt für ein gesundes Vertrauensverhältnis und hilft den Kindern und Jugendlichen dabei, Selbstvertrauen aufzubauen. Impulsfragen für eine gelingende Kommunikation werden im Abschnitt „Altersadäquate Mediennutzung“ aufgeführt.
- Eine vertrauensvolle Beziehung gewährleistet, dass sich die Kinder und Jugendlichen bei Problemen in der Online-Welt hilfeschend an die Bezugspersonen wenden. Dieser Transfer aus der digitalen in die analoge Welt funktioniert auch anders herum: Werte wie Respekt, Anerkennung und Wertschätzung gelten auch in der digitalen Interaktion und können in diese übertragen werden.
- Bezugspersonen wirken auch bei der zeitlichen, räumlichen und inhaltlichen Nutzung von digitalen Medien als Vorbilder. Dieser Funktion sollten sie sich immer bewusst sein.
- Grundsätzlich ist das medienkritische Hinterfragen von Inhalten und Strukturen der digitalen Welt ein elementar wichtiger Bestandteil einer gelingenden Medienerziehung.

Über diese erzieherischen Möglichkeiten hinaus gibt es technische Maßnahmen, die Bezugspersonen ergreifen können, um eine gesunde Mediennutzung zu unterstützen. Technik kann Medienerziehung allerdings niemals ersetzen! Auf den digitalen Endgeräten der Kinder und Jugendlichen sollte in jedem Fall bis zu einem gewissen Alter (vgl. hierzu das Kapitel „Entwicklungsaufgaben und die daraus resultierenden altersentsprechenden Chancen und Risiken der Mediennutzung“) Jugendschutzfilter installiert werden. Damit lässt sich der Surfraum beispielsweise auf kindgerechte Inhalte beschränken. Mit eigenen Einträgen können Angebote zugänglich gemacht werden, die durch die Standardeinstellungen der Filter blockiert würden.

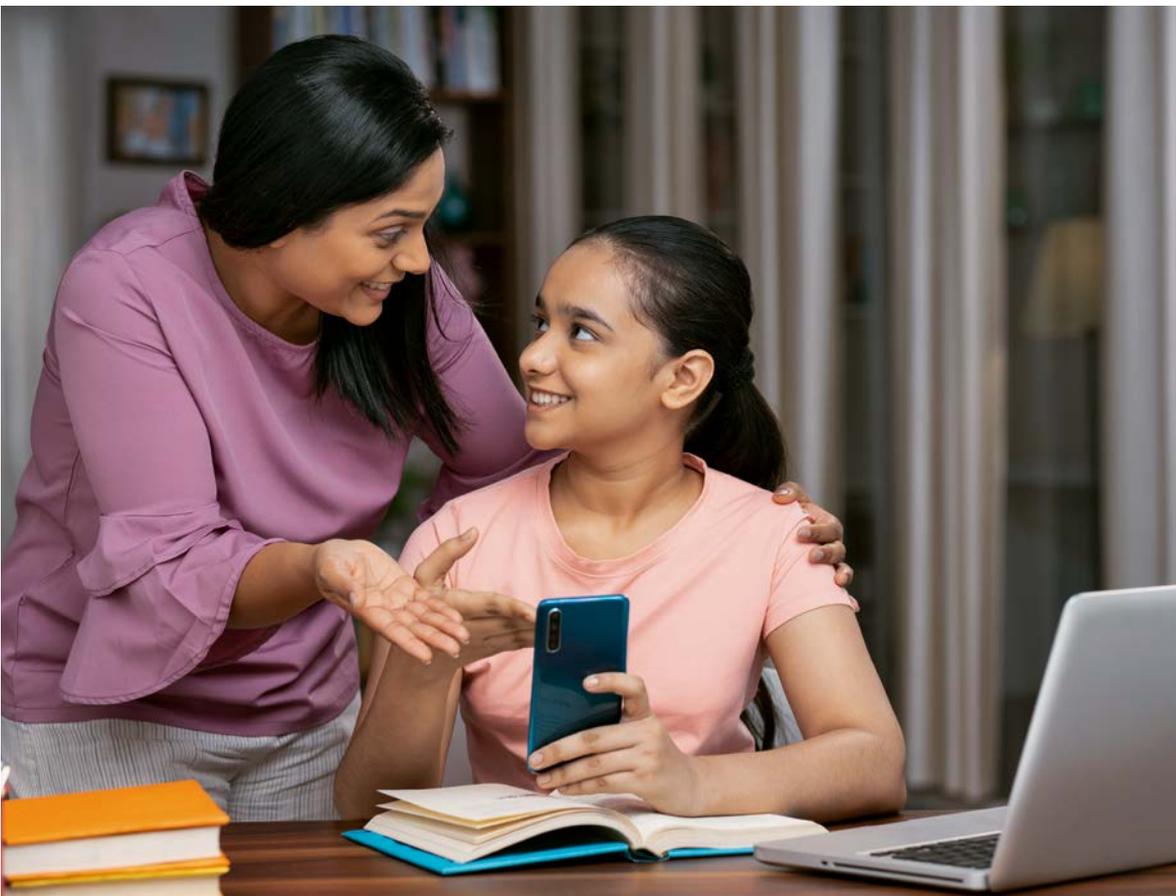
Wichtig ist zudem, die Jugendschutzfilter ständig zu aktualisieren, weil sie kontinuierlich weiterentwickelt werden. Nicht zuletzt müssen die Filter auch an die wachsenden Kompetenzen der älter werdenden Nutzer:innen angepasst und gegebenenfalls deaktiviert werden, wenn ein eigenverantwortlicher Umgang mit Medieninhalten durch die Nutzenden angenommen werden kann. Auch sollten sich die Bezugspersonen bewusst sein, dass die Filterprogramme keine allumfassende Sicherheit bieten. So funktionieren sie bei nutzergenerierten Inhalten – wie etwa von Instagram oder YouTube – nur eingeschränkt⁸.

⁸ Informationen zu den Sicherheitseinstellungen unterschiedlicher Medienangebote gibt es unter anderem auf der Seite <https://www.medien-kindersicher.de>.

Ein technischer Aspekt ist des Weiteren das sogenannte „Addictive Design“ (vgl. hierzu die Erläuterungen im Glossar). Aus suchtspezifischer Perspektive stellt es einen großen technischen Risikofaktor dar. Im Sinne einer modernen, kritischen Medienerziehung empfiehlt sich die bewusste Auseinandersetzung mit diesem Thema. Nur wer derartige Mechanismen kennt, kann Strategien entwickeln, um sich diesen entgegenzustellen.⁹

4.2 Altersadäquate Mediennutzung

In Bezug zu digitalen Medien, haben Kinder und Jugendliche je nach Alters- und Entwicklungsstufe unterschiedliche Bedürfnisse und Kompetenzen. Fachkräfte und Bezugspersonen können sie dabei unterstützen, kompetent und selbstbestimmt mit Medienangeboten umzugehen.



Bildnachweis: Deepak Sethi, iStock

⁹ Wichtig ist den Expert:innen die Feststellung, dass viele Ursachen Einfluss auf die Entstehung einer Abhängigkeitserkrankung nehmen. Dabei tritt nur selten ein direkter Ursache-Wirkungs-Zusammenhang auf. Vielmehr ist davon auszugehen, dass verschiedene Faktoren in einer ständigen Wechselbeziehung zueinander stehen.

Im Kapitel „Entwicklungsaufgaben und die daraus resultierenden altersentsprechenden Chancen und Risiken der Mediennutzung“ ist deutlich geworden, dass die altersadäquate Mediennutzung ein fließender Prozess ist. Die Expert:innengruppe schlägt auf der Basis dieses Modells eine prozessorientierte Handlungsorientierung für die jeweiligen Phasen vor. Dieser Prozess lässt sich grob in drei Stufen gliedern¹⁰:

1. 0 bis 3 Jahre: keine oder eine nur sehr geringe Mediennutzung,
2. 4 bis 11 Jahre: begleitete Mediennutzung,
3. 12 bis 18 Jahre: Heranführung an die eigenverantwortliche, selbstregulierte Mediennutzung

Besonders intensiv wurde in der Expert:innengruppe darüber diskutiert, wieviel Zugang zu digitalen Medienangeboten Kindern zwischen null und drei Jahren gewährt werden sollte. Dem hier vorgestellten Modell stimmten die Teilnehmenden aber grundsätzlich zu. Konsens bestand dabei darin, dass **im Alter bis zu sechs Monaten** grundsätzlich keine digitale Mediennutzung erfolgen sollte. In dieser Phase ist es besonders wichtig, die Bindung zwischen dem Säugling und den Bezugspersonen auszubauen. Die Interaktion zwischen Bezugspersonen und Kind sollte keinesfalls gestört werden, auch nicht durch passiven Medienkonsum, der zu einer Reizüberflutung führen würde.

Im Alter **zwischen sechs und 18 Monaten** sollte ebenfalls noch weitgehend auf Mediennutzung verzichtet werden. Weiterhin sollte die Interaktion mit dem Kind im Vordergrund stehen und eine Reizüberflutung vermieden werden. Weder in dieser noch in einer späteren Phase, sollten digitale Medien als Babysitter eingesetzt werden.

Im Alter **zwischen 18 und 24 Monaten** können Kinder dann erstmals begleitet, aber niemals allein digitale Medien nutzen. Hier sieht die Expert:innengruppe Einsatzmöglichkeiten für Apps mit lebensweltlich bezogenen Inhalten, deren Nutzung im Einzelfall sinnvoll sein kann. Auch diese Inhalte können jedoch für die Kinder überfordernd und schwer einsortierbar sein. Daher sollten Bezugspersonen und pädagogische Fachkräfte, sowohl in dieser als auch in der nächsten Phase, Gesehenes oder Gespieltes besprechen, einordnen und eventuell aufkommende Fragen beantworten.

Im Alter **zwischen zwei und drei Jahren** sind Kinder dann prinzipiell in der Lage, digitale Medien selbst zu bedienen. Weiterhin gilt aber, dass sie damit nicht allein gelassen werden sollten und sie – falls überhaupt – Medienangebote mit lebensweltlichen Inhalten nutzen.

Auch in den **späteren Phasen** ist es wichtig, dass Bezugspersonen Kinder und Jugendliche bei der Nutzung digitaler Medien aktiv begleiten. Insbesondere sollten sie prüfen, welche Medienangebote genutzt werden, sowohl bezogen auf die Inhalte als auch auf die Funktion, die die Nutzung für die Jugendlichen erfüllt. Auch die Nutzungszeiten sollten im Blick behalten werden. Innerhalb der familiären Strukturen ist es hilfreich, wenn klare Regeln und Grenzen der Mediennutzung gelten, an denen sich die Bezugspersonen wie auch die Kinder und Jugendlichen orientieren können.

Mit zunehmender Reife der Kinder und Jugendlichen geht schließlich eine zunehmende eigenverantwortliche Nutzung einher. Zunächst sollten Bezugspersonen die Nutzung digitaler Medien durch ihre Kinder aber noch intensiv beobachten. Gerade Teenagern sollten gesicherte Surfräume ermöglicht werden. Begleitend sollten sie befähigt werden, über ihre Erfahrungen im Netz zu

¹⁰ Eine detaillierte Übersicht über die medienbezogenen Entwicklungsaufgaben des Kindes- und Jugendalters bietet die Abbildung 2.

sprechen. Ihren Erziehungsauftrag können die Bezugspersonen erfüllen, indem sie sich interessiert zeigen und sich zu informieren versuchen.

Hilfreiche Fragen für das Gespräch mit den eigenen Kindern in diesem Prozess können sein:

- Welche Endgeräte und Apps nutzt Du?
- Welche sind Deine Lieblings-Apps?
- Was und mit wem spielst Du digital?
- Was fasziniert Dich daran?
- Wie funktioniert das?
- Mit wem bist Du dadurch in Kontakt?

Diese Fragen sind als Anstöße zu verstehen. Sie sollten nicht wertend gestellt werden (etwa, wenn es um sogenannte „Ballerspiele“ geht). Die Fragen helfen dabei, in die Lebenswelt der Kinder und Jugendlichen einzutauchen und den Aufbau einer hilfreichen kommunikativen Beziehung zwischen Bezugspersonen und Kindern bzw. Jugendlichen zu unterstützen. Es ist wichtig, Kinder und Jugendliche kompetent bei der Nutzung des Internets zu unterstützen und ihnen nach und nach mehr Freiheiten einzuräumen, die eigene Aufsichtsfunktion also kontrolliert zu lockern. Gleichzeitig sollten Bezugspersonen sowie Fachkräfte stetig für analoge Alternativen sorgen, beispielsweise in Form von Sportangeboten, Vereinsarbeit, Ferienfreizeiten etc.

Lockerung ist jedoch nicht mit Grenzenlosigkeit zu verwechseln. Bezugspersonen sollten Kindern Tipps zum verantwortungsvollen Umgang mit Medien geben sowie feste Strukturen und Grenzen für die Mediennutzung schaffen. Sie sollten sich durchaus auch trauen, die Mediennutzung zeitlich einzuschränken und dabei auch auf ihr Gefühl zu vertrauen. Sie sind die verantwortlichen Expert:innen für ihre Kinder und Jugendlichen. Sie kennen die Kinder und Jugendlichen gut und sollten einschätzen können, welche Mediennutzung gewinnbringend und welche schädlich sein kann. Dafür müssen sie sich immer wieder über neue Entwicklungen und Trends informieren. Ein hilfreiches Instrument für die Formulierung von Grenzen ist ein zwischen Bezugspersonen und Kindern oder Jugendlichen vereinbarter „Mediennutzungsvertrag“¹¹.

Bei den vorangegangenen Empfehlungen spielt die Haltung der Bezugspersonen sowie der pädagogischen Fachkräfte eine große Rolle. Unerlässlich in der Medienerziehung ist, dass sie sich diesem Bereich offen, interessiert und wertfrei nähern. Hilfreich ist, die eigene Haltung zu reflektieren, z.B. anhand folgender Fragen:

- Wie stehe ich selber zu digitalen Medien und deren Nutzung?
- Wie hat sich diese Haltung entwickelt?
- Wie bin ich selbst aufgewachsen?

Sich diesen Fragen zu stellen und eine Antwort zu suchen ist wichtig. Denn die Haltung der Bezugspersonen und Fachkräfte ist notwendigerweise eine andere als die der Kinder und Jugendlichen, die in einer vollkommen anderen, digitalen Welt aufgewachsen sind. Im Kontakt mit den Kindern und Jugendlichen entwickeln sie dann ihre Haltung gegebenenfalls weiter.

¹¹ Die Landesanstalt für Medien NRW hat eine Internetseite entwickelt, auf der Bezugspersonen in einem assistierten Prozess einen Mediennutzungsvertrag erstellen können: <https://mediennutzungsvertrag.de>.

4.3 Anregungen für die konzeptionelle Arbeit von Fachkräften

Wie bereits beschrieben, richten sich die genannten Handlungsempfehlungen an Fachkräfte¹², auch wenn konkrete Empfehlungen für Bezugspersonen darunter sind. Aber auch Fachkräfte müssen sich intensiv damit auseinandersetzen, wie sie mit dem riskanten oder missbräuchlichen Konsum digitaler Medien bei ihrer Klientel umgehen. Zudem ist die Elternarbeit ein wichtiger Bestandteil von suchtpreventiver und medienpädagogischer Arbeit. Wie bereits im einleitenden Abschnitt dieses Kapitels erläutert, ist ein unerlässlicher Schritt dabei, die eigene Haltung zu reflektieren.



Bildnachweis: ALOtOfPeople, iStock

Im Kontext von Einrichtungen der Suchtprevention oder der Medienpädagogik bedeutet die Reflexion der Haltung aber auch, sich über etwaige Regelwerke der Träger:innen zu informieren und vor allem auch, die eigenen fachlichen Grenzen zu erkennen und zu akzeptieren. Im Zweifel sollten Fachkräfte die Kooperation mit fachkundigen Partner:innen anstreben. Kooperationen könnten beispielsweise eingegangen werden mit Medienzentren, der Suchthilfe, der Polizei oder

¹² Die Aktion Jugendschutz, Landesarbeitsstelle Baden-Württemberg, hat eine Arbeitshilfe zur medienpädagogischen Konzeptionsentwicklung erstellt und bietet Fortbildungen dazu an: <https://www.ajs-bw.de/mekoh.html>.

mit Medienpädagog:innen im Jugendamt. Aufgrund der großen regionalen Unterschiede verzichten die Expert:innen auf eine detaillierte Auflistung passender Kooperationspartner: innen¹³. Analog zu den vorhergehenden Abschnitten lassen sich auch an dieser Stelle hilfreiche Fragen zur Reflexion der fachlichen Position und des Kooperationsbedarfs nennen¹⁴:

- Was gibt es schon, eventuell sogar beim eigenen Träger?
- Was hat sich dabei bewährt?
- Wie ist der Informationsstand?
- Welche Medien werden in der Einrichtung genutzt? Welche davon werden wirklich benötigt?
- Welches Ziel soll mit der Medienerziehung verfolgt werden?
- Welche (persönliche) Haltung ist vorhanden, wie ist die Haltung der Einrichtung?
- Welche potenziellen Kooperationspartner:innen gibt es (über-)regional?
- Welche Strukturen müssen geschaffen werden?
- Wie lässt sich der eigene Wissens- und Kompetenzstand realistisch einschätzen?
- Wie wird der eigene Umgang mit Medien reflektiert?

5 Aktuelle Grenzen und zukünftige Herausforderungen

Die Diskussion der riskanten und missbräuchlichen Nutzung digitaler Medien findet in einem sich rasant wandelnden Umfeld statt. Immer wieder entstehen neue Medienangebote und Nutzungsrisiken. Da neue Medien im Regelfall bestehende Angebote ergänzen und nicht verdrängen (vgl. Grimberg 2020), ist davon auszugehen, dass die Situation zunehmend komplex wird. Medienpädagogik und Suchthilfe müssen sich somit darauf einstellen, schnell und flexibel auf immer neue Herausforderungen reagieren zu müssen.

Im Rahmen der Erstellung dieses Memorandums kristallisierten sich einige Aspekte heraus, die zukünftig eine vertiefte Betrachtung verdient hätten. Zu nennen sind hier vor allem der Ausbau verhältnispräventiver Angebote, die Förderung von Kooperationen zwischen Suchtprävention und Medienpädagogik sowie die intensive Beobachtung, wie sich die Folgen der Corona-Pandemie auf die Entwicklung riskanter und missbräuchlicher Nutzung digitaler Medienangebote und digitaler Endgeräte auswirken.

¹³ Zur grundsätzlichen Zuständigkeit möglicher Kooperationspartner:innen vgl. das Schaubild „Arbeitsfelder im Kontext ‚exzessiver Mediennutzung‘“ (ginko Stiftung für Prävention (Hrsg.) 2020: 10).

¹⁴ Zur Erstellung einer Konzeption für Kooperationen vgl. den entsprechenden Leitfaden in der „Arbeitshilfe Medienpädagogische Konzeptionsentwicklung für die Hilfen zur Erziehung“ des Projektes „Medienpädagogische Konzeptionsentwicklung in Einrichtungen der Hilfe zur Erziehung“ der Aktion Jugendschutz, Landesarbeitsstelle Baden-Württemberg.
Bezugsquelle: <https://www.ajs-bw.de/medienpaedagogik.php?variant-id=87>

5.1 Ausbau verhältnispräventiver Angebote

Einigkeit herrschte in der Expert:innengruppe, dass der Bedarf für den Ausbau flächendeckender verhältnispräventiver Angebote groß ist und als gesamtgesellschaftliche Aufgabe angesehen werden muss. Insbesondere sollten die Fachstellen für Suchtprävention flächendeckend ausgebaut und mit medienpädagogischen Kompetenzen ausgestattet werden. Dieses ist auch für die Suchtberatungsstellen zu empfehlen. Für eine angemessene Finanzierung ist dabei zu sorgen.

Diese Angebote sollen sich mit allgemein verständlichen Inhalten direkt an Bezugspersonen wie Eltern, Erziehende und Peers richten. Vorrangig sollen sie Zielgruppen in den Blick nehmen, die allgemein nur schwer mit präventiven Botschaften erreicht werden können. Als notwendig wurden auch angepasste Curricula für die spezifischen Bedarfe von Kindertagesstätten, Grundschulen, weiterführenden Schulen und Hochschulen erkannt.

Nach Ansicht der Expert:innengruppe ist der Gesetzgeber aufgerufen, bestimmte gesetzliche Regelungen im Sinne des Kinder- und Jugend(medien)schutzes anzupassen. Zu nennen sind hier etwa Altersbeschränkungen für den Zugriff auf pornografische Online-Inhalte oder für das Herunterladen bestimmter Apps¹⁵. Auch spezifische Warnhinweise auf den Präsentationsseiten von möglicherweise jugendgefährdenden Medienangeboten sollten erwogen werden. Hierbei ist der Aspekt der Bindungsfaktoren in den Apps für die Altersfreigabe zu beachten. Angeregt wurde des Weiteren die Besteuerung zumindest der problematischen Medienangebote. Die Steuererlöse sollten für die Finanzierung der Präventionsangebote verwendet werden.

5.2 Kooperationen intensiver fördern

Im Abschnitt „Anregungen für die konzeptionelle Arbeit von Fachkräften“ wurde auf die Bedeutung von Kooperationen für die suchtpreventive wie auch die medienpädagogische Arbeit im Kontext riskanten oder missbräuchlichen Medienkonsums hingewiesen. Nach Ansicht der Expert:innengruppe sollte die Kooperation zwischen den Hilfesystemen deutlich zunehmen und intensiviert werden. Am Projekt „Memorandum Pädagogik : Medien : Abhängigkeit“ beteiligten sich Fachkräfte aus der suchtpreventiven und der medienpädagogischen Praxis. „Beide Seiten“ brachten Beispiele gelungener Kooperationen in den Diskussionsprozess ein. Davon ausgehend unterbreiten die Expert:innen folgende Vorschläge, mit welchen Schritten Kooperationen gelingen können:

¹⁵ Der Jugendmedienstaatsvertrag und das 2021 aktualisierte Jugendschutzgesetz (JuSchG) weisen bereits in diese Richtung mit sogenannten Inhaltsdeskriptoren für Inhalts- (z.B. Gewalt) - und Interaktionsrisiken (z.B. Chatfunktion, Glücksspielelemente). Für die konkrete Anwendung dieses Prinzips erforderlichen und nachvollziehbaren Prüfkriterien müssen von den Selbstkontrollen erst noch erarbeitet werden.

- Zu Beginn des Prozesses empfiehlt sich die Einrichtung von runden Tischen in Kommunen. Beteiligt werden sollten alle institutionellen Akteur:innen, die grundsätzlich mit Medien(konsum) zu tun haben: Schulen, Erziehungseinrichtungen, Suchtberatungen, Medienzentren, Filmwerkstätten, Kreative aus der Medienbranche usw.
- Organisation von gemeinsamen Fachtagen für Fachkräfte und Eltern/Erziehungsberechtigte.
- Organisation von Veranstaltungen für Jugendliche, bei denen Medienpädagog:innen kreative Workshops geben.
- Organisation von gemeinsamen Filmwochen, bei denen ein Film zum Thema Mediennutzung gezeigt wird, über den anschließend diskutiert wird.
- Entwicklung von Materialien wie Flyer, Plakate, Videos, usw., in die Fachwissen aus beiden Disziplinen einfließt. Die Materialien richten sich an Bezugspersonen und/oder auch Fachkräfte.
- Initiierung von Social-Media-Kampagnen wie etwa „Lass mal über Gefühle reden“ von der Jugendsuchtberatung Hamm.

5.3 Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die Nutzung digitaler Medien

Nach wie vor ist nicht absehbar, wie sich die Corona-Pandemie mittel- und langfristig auf den riskanten oder missbräuchlichen Konsum digitaler Medien auswirken wird. In Abschnitt „Entwicklungsaufgaben und die daraus resultierenden altersentsprechenden Chancen und Risiken der Mediennutzung“ wurde herausgearbeitet, dass sich die Pandemie auf die vier Grundbedürfnisse für ein gesundes und ausgeglichenes Leben ausgewirkt hat. Kinder und Jugendliche konnten dem Wunsch nach Bindung außerhalb der eigenen Familie kaum nachgehen. Gerade auch der Kontakt zur Peergroup war vielfach nur digital realisierbar. Durch gesetzliche Vorschriften und Verhaltensregeln war auch die Erfüllung des Bedürfnisses nach Autonomie und Orientierung massiv beeinträchtigt. Gleichermaßen eingeschränkt war die Möglichkeit, das Bedürfnis nach Lustgewinn zu befrieden. So wurden etwa nur wenige Freizeitaktivitäten angeboten, und auch in Clubs oder auf Partys konnte kaum gefeiert werden. Das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung wurde vielfach über die Darstellung in sozialen Netzwerken oder beispielsweise über Videospiele befriedigt.

Entscheidend wird in den nächsten Monaten und Jahren die Frage sein, wie gut es Kindern und Jugendlichen gelingt, nach den pandemiebedingten Einschränkungen die Balance zwischen der digitalen und der analogen Welt wiederherzustellen. Eine Prognose dieser Entwicklung ist mit dem aktuellen Kenntnisstand kaum möglich. Hier müssen die Praxiserfahrungen der Medienpädagog:innen und der Suchthilfefachkräfte intensiv ausgewertet werden.

6 Beteiligte an der Klausurwoche / Autor:innen des Memorandums

Moderation

Schmitz-Remberg, Tanja Schmitz-Remberg & Team, Mönchengladbach

Autor:innen des Memorandums (in alphabetischer Reihenfolge)

Berthold, Tim	AWO Weser Ems-Trialog GmbH / Anonyme Drogenberatung Delmenhorst / Fachverband Medienabhängigkeit
Engelhardt, Saskia	Suchthilfe Aachen, Fachstelle für Suchtprävention, Regionaler Caritasverband Aachen
Gade, Kathrin	Medienberatung NRW und Lern-IT / Medienkompetenzrahmen NRW, Münster
Gauls, Frank	Evangelisches Klinikum Bethel, Ambulante Suchthilfe, Bielefeld/ Fachverband Glücksspielsucht e.V.
Kluge, Ursula	Aktion Jugendschutz Baden-Württemberg, Stuttgart
Kostrzewa, Prof. Dr. Regina	IU Internationale Hochschule, Bremen
Krüger, Anne	Psychosoziale Beratungs- und Behandlungsstelle PROP e.V., Freising
Lehmeier, Derya	Referentin EU-Initiative klicksafe / Landesanstalt für Medien NRW, Düsseldorf

Munz, Katharina	Fachberatung für Verhaltenssuchte im Suchthilfezentrum Wiesbaden, Jugendberatung und Jugendhilfe e.V.
Ott, Daniel	Villa Schöpflin gGmbH – Zentrum für Suchtprävention, Lörrach
Pauly, Andreas	Fachstelle für Suchtprävention der Drogenhilfe Köln
Patzer-Bönig, Manfred	Landesstelle für Suchtfragen Schleswig-Holstein e.V.
Philippi, Johanna Lea	Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, DZSKJ – Deutsches Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters
Riedesel, Annette	Jugendsuchtberatung Hamm des Arbeitskreises für Jugendhilfe e.V.

Referent während der Klausurwoche

Kommer, Prof. Dr. Sven	RWTH Aachen, Initiative „Keine Bildung ohne Medien“
------------------------	---

7 Literatur

Beisch, Natalie;

Schäfer, Carmen (2020): Ergebnisse der ARD/ZDF-Onlinestudie 2020, Internetnutzung mit großer Dynamik: Medien, Kommunikation, Social Media. In: Media Perspektiven, Nr. 9/2020, S. 462–481, https://www.ard-zdf-onlinestudie.de/files/2020/0920_Beisch_Schaefer.pdf, letzter Zugriff: 23.5.2022.

Bitkom (2020):

Social-Media-Nutzung steigt durch Corona stark an. Berlin. <https://www.bitkom.org/Presse/Presseinformation/Social-Media-Nutzung-steigt-durch-Corona-stark-an>, letzter Zugriff: 23.5.2022.

Bühler, Anneke; Heppekausen, Kathrin (2005):

Gesundheitsförderung durch Lebenskompetenzprogramme in Deutschland, Grundlagen und kommentierte Übersicht. Köln: BZgA.

DAK-Gesundheit (2021):

Mediensucht während der Corona-Pandemie, Ergebnisse einer Längsschnittstudie von 2019 bis 2021 zu Gaming und Social Media mit dem UKE Hamburg. Hamburg, <https://www.dak.de/dak/download/praesentation-2508260.pdf>, letzter Zugriff: 20.5.2022.

Eggert, Susanne; Wagner, Ulrike (2016):

Grundlagen zur Medienerziehung in der Familie, Expertise im Rahmen der Studie MoFam – Mobile Medien in der Familie. München: JFF – Institut für Medienpädagogik, https://www.jff.de/ablage/Projekte_Material/mofam/JFF_MoFam_Expertise.pdf, letzter Zugriff: 20.5.2022.

Erikson, Erik H. (1995):

Identität und Lebenszyklus. Frankfurt a.M.: Suhrkamp. Experten- u. Expertinnengruppe „Kölner Klausurwoche“ (2014): Memorandum Evidenzbasierung in der Suchtprävention – Möglichkeiten und Grenzen. Köln, <https://idw-online.de/de/attachmentdata37127.pdf>, letzter Zugriff: 1.7.2022.

Fachverband Medienabhängigkeit et. al. (Hrsg.) (2011):

Let's play – Methoden zur Prävention von Medienabhängigkeit. Hannover, https://www.fv-medienabhaengigkeit.de/fileadmin/images/Dateien/Publikationen/Methodenhandbuch_Medienabhaengigkeit.pdf, letzter Zugriff: 20.5.2022.

Fachverband Medienabhängigkeit (2020):

Positionspapier Prävention der computerspiel- und internetbezogenen Abhängigkeit. Hannover, https://www.fv-medienabhaengigkeit.de/fileadmin/Downloads/Publikationen/Position_FVM_Praevention_12-2020.pdf, letzter Zugriff: 20.5.2022.

- Feuerlein, Wilhelm (2008):
Alkoholismus. Warnsignale - Vorbeugung - Therapie. 6., aktualisierte Auflage,
München: C.H. Beck.
- Geisel, Olga;
Lipinski, Anneke; Kaess, Michael (2021): Nichtsubstanzgebundene Abhängigkeiten im
Kindes- und Jugendalter, Internet, Computerspiele und Soziale Medien. In: Deutsches
Ärzteblatt, Nr. 1-2/2021, S. 14–22, [https://www.aerzteblatt.de/archiv/217238/Nichtsub-
stanzgebundene-Abhaengigkeiten-im-Kindes-und-Jugendalter](https://www.aerzteblatt.de/archiv/217238/Nichtsub-
stanzgebundene-Abhaengigkeiten-im-Kindes-und-Jugendalter), letzter Zugriff: 20.5.2022.
- ginko Stiftung für Prävention (Hrsg.) (2020):
Suchtprävention bei exzessiver Mediennutzung, Ein Überblick. Mülheim an der Ruhr,
[https://broschuerenservice.nrw.de/mags/shop/Suchtpraevention_bei_exzessiver_Medien-
nutzung](https://broschuerenservice.nrw.de/mags/shop/Suchtpraevention_bei_exzessiver_Medien-
nutzung), letzter Zugriff: 23.5.2022.
- Grawe, Klaus (2004):
Neuropsychotherapie. Göttingen: Hogrefe.
- Grimberg, Steffen (2020):
Medien bleiben Medien, Was die alten Römer und das Internet verbindet.
In: mdr.de: Medien360G, [https://www.mdr.de/medien360g/medienwissen/was-die-alten-
roemer-und-das-internet-verbindet-100.html](https://www.mdr.de/medien360g/medienwissen/was-die-alten-
roemer-und-das-internet-verbindet-100.html), letzter Zugriff: 23.5.2022.
- Kostrzewa; Regina (2022):
Alkohol und Drogen in der Familie. Präventionswissen für Eltern und Fachkräfte.
Stuttgart: Kohlhammer.
- Kultusministerkonferenz (2016).
Bildung in der digitalen Welt, Strategie der Kultusministerkonferenz. Berlin,
[https://www.kmk.org/fileadmin/Dateien/veroeffentlichungen_beschluesse/2016/
2016_12_08-Bildung-in-der-digitalen-Welt.pdf](https://www.kmk.org/fileadmin/Dateien/veroeffentlichungen_beschluesse/2016/
2016_12_08-Bildung-in-der-digitalen-Welt.pdf), letzter Zugriff: 23.5.2021.
- Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (Hrsg.) (2020a):
KIM-Studie 2020, Kindheit, Internet, Medien, Basisuntersuchung zum Medienumgang
6- bis 13-Jähriger. Stuttgart, [https://www.mpfs.de/fileadmin/files/Studien/KIM/2020/
KIM-Studie2020_WEB_final.pdf](https://www.mpfs.de/fileadmin/files/Studien/KIM/2020/
KIM-Studie2020_WEB_final.pdf), letzter Zugriff: 23.5.2022.
- Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (Hrsg.) (2020b):
JIMplus 2020, Lernen und Freizeit in der Corona-Krise. Stuttgart,
<https://www.mpfs.de/studien/jim-studie/jimplus-2020/>, letzter Zugriff: 23.5.2022.
-

Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (Hrsg.) (2021):

JIM-Studie 2021, Jugend, Information, Medien, Basisuntersuchung zum Medienumgang 12- bis 19-Jähriger. Stuttgart, https://www.mpfs.de/fileadmin/files/Studien/JIM/2021/JIM-Studie_2021_barrierefrei.pdf, letzter Zugriff: 23.5.2022.

Net-Piloten (2022):

Die Net-Piloten, ein innovatives Präventionsprojekt für Jugendliche. Köln, <https://www.ins-netz-gehen.info/net-piloten/die-net-piloten-ein-innovatives-praeventionsprojekt-fuer-jugendliche/>, letzter Zugriff: 23.5.2022.

Orth, Boris; Merkel, Christina (2020):

Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2019, Teilband Computerspiele und Internet, Köln: BZgA-Forschungsbericht, https://www.bzga.de/fileadmin/user_upload/PDF/studien/Drogenaffinitaet_Jugendlicher_2019_Teilband_Computerspiele_u_Internet.pdf, letzter Zugriff: 20.5.2020.

Rumpf, Hans-Jürgen et. al. (2021):

Vereinheitlichung der Bezeichnungen für Verhaltenssuchte. In: Sucht, Jg. 67/Nr. 4, S. 181–185, <https://doi.org/10.1024/0939-5911/a000720>, letzter Zugriff: 20.5.2022.

Schorb, Bernd; Wagner, Ulrike (2013):

Medienkompetenz – Befähigung zur souveränen Lebensführung in einer mediatisierten Gesellschaft. In: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.): Medienkompetenzförderung für Kinder und Jugendliche, Eine Bestandsaufnahme. Berlin, S. 18–23, https://www.gmk-net.de/wp-content/uploads/2018/07/medienkompetenzbericht_2013.pdf, letzter Zugriff: 20.5.2022.

Schorb, Bernd; Hartung-Griemberg, Anja; Dallmann, Christine (Hrsg.) (2017):

Grundbegriffe Medienpädagogik. 6., neu verfasste Auflage, München: C.H. Beck.

UNICEF (1989):

Konvention über die Rechte des Kindes, am 5. April 1992 für Deutschland in Kraft getreten. Köln, <https://www.unicef.de/blob/194402/3828b8c72fa8129171290d21f3de9c37/d0006-kinderkonvention-neu-data.pdf>, letzter Zugriff: 20.5.2022.

te Wildt, Bert (2015):

Digital Junkies, München: Droemer.

WHO (2022):

ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics, Version: 02/2022, <https://icd.who.int/browse11/l-m/en>, letzter Zugriff: 20.5.2022.

8 Anhang

8.1 Glossar

Addictive Design

Entwickler:innen von Computerspielen und -Apps gestalten die Software so, dass sie Elemente enthält, die zur immer weiteren Nutzung der Programme animieren. Über das Addictive Design machen sich die Entwickler:innen spezifische Eigenheiten der menschlichen Psyche zunutze und versuchen, über suchtauslösende und suchtfördernde Mechanismen, eine Bindung der nutzenden Person zur jeweiligen Anwendung herzustellen.

Avatar

Ein Avatar beschreibt einen fiktiven Charakter, den sich eine Person digital erstellt hat. Mit diesem Charakter kann die Person jetzt in einer digitalen Umgebung mit anderen interagieren. Avatare werden beispielsweise für Online-Rollenspiele erstellt. Sie müssen nicht dem Aussehen bzw. den realen Merkmalen wie Geschlecht, Alter etc. der Person entsprechen, die sie erstellt.

Bodyshaming

Diskriminierung, Beleidigung und Ausgrenzung in Wort und Schrift aufgrund von rein äußerlichen Merkmalen, wie Körperbau, Aussehen, Haarfarbe etc.

Captology

Computers as persuasive Technology (siehe auch Persuasive Design).

Cybergrooming

Cybergrooming bezeichnet das gezielte Ansprechen von Kindern im Internet, um sie in sexualisierte Gespräche zu verwickeln oder sie für entsprechende Handlungen zu missbrauchen. Kinder werden dabei z.B. aufgefordert, Nacktaufnahmen zu übersenden oder sich mit den Täter:innen im realen Leben zu treffen.

Cybermobbing

Findet Mobbing über das Internet statt, spricht man von Cyber-Mobbing. Zum Beispiel werden über WhatsApp oder Instagram peinliche Bilder, Filme oder Nachrichten verschickt, die jemanden herabwürdigen.

Datifizierung der individuellen Lebenswelten

Digitale Medien erzeugen, verarbeiten und nutzen eine große Datenmenge, z.B. in Form von Social Media. So wird Wissen über jede einzelne Person angesammelt, welches für verschiedene Zwecke (Forschung, Marketing, usw.) verwendet werden kann. Wer sich bewusst ist, wo Daten gesammelt werden und was mit diesen geschieht kann auch besser entscheiden, was er wo von sich preisgeben möchte.

Digital Wellbeing

Der Begriff umschreibt u.a. eine kompetente Nutzung von Online-Diensten, die zum eigenen Wohlbefinden beiträgt, z.B. durch die Fähigkeit, Online-Zeiten selbstständig zu kontrollieren und zu regulieren und bewusst Offline-Zeiten einzuplanen. Die meisten Smartphones haben zudem eine sogenannte „Digital Wellbeing“-Funktion, die dabei hilft, die Zeitdauer der Smartphone-Nutzung zu begrenzen.

Fake News

Fake News sind Unwahrheiten, die bewusst als Nachricht in die Welt gesetzt und meist über soziale Medien verbreitet werden.

FOMO (Fear of missing out)

FOMO beschreibt die tiefe innere Sorge, Erfahrungen nicht mitzubekommen, etwas (Wichtiges) zu verpassen sowie die Sorge, sozial ausgegrenzt zu werden und nicht mehr aktiver Teil einer sozialen Gruppe zu sein.

Gamebling

Gamebling ist ein Kunstwort aus Gaming (Computerspielen) und Gamebling (Glücksspielen) und beschreibt die Vermischung von Computerspielen mit Glücksspielen bzw. die Verwendung von Glücksspielelementen in Computerspielen. Es ist möglich, Geld einzusetzen und zu gewinnen.

Hate Speech

Unter Hate Speech versteht man jede Art von Kommunikation, die Individuen oder Gruppen aufgrund von Religion, Hautfarbe, Geschlecht, sexueller Orientierung oder anderen identitätsstiftenden Faktoren diskriminiert. Hate Speech kann sowohl schriftlich, mündlich als auch über das Verhalten erfolgen.

Nudging/Nudges

Nudging (zu Deutsch: anstupsen) wird in Online-Diensten verwendet, um die Aufmerksamkeit der Nutzenden möglichst lange zu halten, z.B. in Form der Autoplay-Funktion, wodurch nach Beenden eines Videos direkt das nächste startet. Ein weiterer bekannter Nudge sind Push-Benachrichtigungen. So informiert beispielsweise WhatsApp über neue Mitteilungen, Instagram und YouTube senden Nachrichten, wenn ein Posting geliked oder ein neues Video veröffentlicht wurde. Nudges machen es uns schwerer, das Smartphone aus der Hand zu legen.

Persuasive Design

Technologie von Spielen und Anwendungen, die die nutzende Person überreden soll, ein von den Herstellern gewünschtes Verhalten zu zeigen.

Sharenting

Sharenting setzt sich zusammen aus dem englischen Wort „Parenting“ („Elternschaft“) und dem Verb „to share“ („etwas teilen“) und meint das Teilen von Kinderfotos im Netz durch die Eltern. Für Kinder können solche Fotos nach ein paar Jahren peinlich oder beschämend sein – einer Veröffentlichung haben sie nie zugestimmt. Zudem können harmlos wirkende Bilder von Kindern in Badebekleidung in sexualisierten Kontexten missbraucht werden.

8.2 Arten internetbezogener Auffälligkeiten und Störungen und deren Kontexte

Internetbezogene Störungen / Auffälligkeiten	Kontext	Quellen
Gaming disorder	Diagnosestellung / Behandlungsbedürftige Störung	ICD-11, Uni Mainz https://www.aerzteblatt.de/archiv/193541/Internet-Gaming-Disorder
Soziale-Netzwerke-Nutzungsstörung	Phänomen des „Fear of missing out“ Selbstdarstellung / Verlust des Selbstwerts	Brandt, Matthias; Rumpf, Hans-Jürgen; Bischoff, Gallus et. al.: Dispositional and online-specific Fear of Missing Out are associated with the development of IUD symptoms in different internet applications. In: Journal of Behavioral Addictions, Vol. 10/Nr. 3, S. 747 – 758, https://akjournals.com/view/journals/2006/10/3/article-p747.xml , letzter Zugriff: 6.7.2022.
Internet-Shopping-Disorder	Kaufsucht; „Kick“ beim Onlineeinkauf ohne bestellte Ware später auspacken Verschuldung, Druck durch personalisierte Werbung / Angebote	Müller, A., Trotzke, P., & Steins-Löber, S. (2019). Kaufsucht im Internet. Suchttherapie.
„Binge-Watching“	Dauerhaftes anschauen von Online-Streaming-Inhalten, Mechanismen verleiten zum Weiterschauen	Zunahme in der Beratung, aktuell keine gesicherten Belege

Internetbezogene Störungen / Auffälligkeiten	Kontext	Quellen
Gamebling	Mischung von Videospiel- und (Online-)Glücksspiel-elementen, z.B. Coinmaster bis Poker, Bet & Win	ICD-11, Fachverband Glückspielsucht BZgA: https://www.bzga.de/fileadmin/user_upload/PDF/studien/BZgA-Forschungsbericht_Gluecksspielsurvey_2019.pdf
Online-Pornosucht	exzessiver Konsum von Pornos/Bildern Weitermachen trotz negativer Konsequenzen Keine sexuelle Befriedigung mehr	Matthias Brandt, Gordon Emons Berlin https://www.fv-medienabhaengigkeit.de/fileadmin/images/Dateien/Symposium-MV_2022/01.06.22_Koeln_Pornografie_Gordon_Emons.pdf Meerkerk, Gert-Jan: Pwned by the web. Explorative research into the causes and consequences of compulsive internet use, 2007, S. 54. Sowie: Peter, J. & Valkenburg, P.M.: Adolescents' Exposure to Sexual Explicit Internet Material and sexual preoccupancy: A three-wave panel study. Media Psychology, 11/2008, S. 207–234.

Die LWL-Koordinationsstelle Sucht (LWL-KS) des Landschaftsverbandes Westfalen Lippe (LWL) begegnet dem wachsenden Rauschmittel- und Drogenmissbrauch und der großen Zahl von Abhängigkeitserkrankungen durch Informationen, Beratung, Qualifizierung und richtungsweisende, präventive Modellprojekte. Ihren Service nutzen vor allem die mehr als 750 Einrichtungen und Initiativen der Suchthilfe in Westfalen-Lippe.

Die LWL-KS ist als Beraterin und Koordinatorin der Suchthilfe zentrale Ansprechpartnerin für Kommunen, Facheinrichtungen, LWL-Kliniken, Elternkreise oder Gremien – insbesondere auf regionaler, aber auch auf Bundes- und Europebene. Die LWL-KS schult Fachkräfte, erstellt praxistaugliche Arbeitshilfen, informiert über Forschungsergebnisse sowie die aktuelle Gesetzgebung und moderiert die kommunale Suchthilfeplanung.

Die LWL-Koordinationsstelle Sucht qualifizierte seit ihrer Gründung 1982 mehr als 30.000 Fachkräfte zu Suchtthemen in Fort- und Weiterbildungen. Dazu gehören Workshops und Fachtagungen sowie die berufsbegleitende Vermittlung von Fachwissen. Die LWL-KS bildet Beschäftigte in der Suchthilfe und angrenzenden Arbeitsfeldern unter anderem zu Suchtberater:innen oder Sozial-/Suchttherapeut:innen aus. Die von der LWL-KS konzipierten und erprobten Modellprojekte sind ein Motor für die Weiterentwicklung der Suchthilfe und Prävention – nicht nur in Westfalen-Lippe. Die Projekte bringen fortschrittliche Impulse in den Bereichen Prävention, Beratung und Behandlung.



Der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) ist neben Gemeinden, Städten und Kreisen Teil der kommunalen Selbstverwaltung in Westfalen-Lippe. Er übernimmt für seine Mitglieder, die 18 Kreise und neun kreisfreien Städte in Westfalen-Lippe, ausschließlich Aufgaben, die überregional fachlich wie auch finanziell effektiver und effizienter erledigt werden können. Schwerpunktmäßig liegen diese Aufgaben in den Bereichen Soziales, Gesundheit, Jugend und Kultur. Der LWL wird durch ein Parlament mit 125 Mitgliedern aus den Kommunen kontrolliert.



Landschaftsverband Westfalen-Lippe
LWL-Koordinationsstelle Sucht

48133 Münster
Tel.: +49 251 591-3267

E-Mail: kswl@lwl.org