



Drei Dimensionen der Medien:

1. Medien als **Bereicherung** und Hilfsmittel
2. Medien als **Unterhaltungsmittel**
3. Medien als **Gefährdung (Jugendliche/Kleinkinder)**
4. **Medienumgang** lernen und lehren



Die Freunde immer in Reichweite – Whats-App

Einfach genial!

wenn nur der Gruppenchat nicht wäre!
Wie bewältigt man so viele Mitteilungen am Tag?

Mittelschule: Befragung von 69 Schülerinnen (15-19 Jahre alt) ergab, dass sie **pro Tag im Schnitt 237 Nachrichten** erhalten!
(Min: 12 Max: 1242!)

Wie soll man das **bewältigen**?



James-Studie 2018 (12-18jährige)

Flatrate-Abonnemente werden von der Hälfte genutzt für Netflix, Spiele usw.

Facebook nutzt nur noch jeder 5. Instagram, WhatsApp und Snapchat gewinnen.

Die **Online-Zeit** nahm in den 2 letzte Jahren 25% zu! Sie surfen heute pro Tag im Schnitt 3h 18' unter der Woche und 4h 30' am Wochenende.

Sexuelle Belästigung (Cybergrooming) nahm klar zu. So werden heute ein Drittel der Jugendlichen von Fremden mit sexuellen Absichten angesprochen. Bei den 18/19-jährigen ist es fast die Hälfte, aber auch 12jährige sind betroffen.

Warum ist Pornographie-Konsum schlecht?

Zitate aus einem Forschungsbericht:
http://www.psychosoziale-gesundheit.net/psychiatrie/medien_pornographie.html

„Ein erkennbarer Effekt der Pornografie-Nutzung auf die allgemeine **Lebenszufriedenheit** ergibt sich **nicht**. Das utopische Vergnügen, das die Welt der Pornografie vorgaukelt, führt im Gegenteil zu **sexueller, emotionaler und genereller Unzufriedenheit**“.

„Pornografie kann die sexuelle Unzufriedenheit schüren. Dies wiederum aber wird die Lust, sich auf einen anderen Menschen (wenn auch nur sexuell) einzustellen, verringern, die **intimen Beziehungen also austrocknen** und vielleicht sogar die illusorische Suche nach lustvolleren Alternativen fördern – mit allen zusätzlichen Enttäuschungen.“

„Das Phänomen der **sexuellen Gefühllosigkeit gegenüber Frauen** wurde durch eine Reihe von Untersuchungen bestätigt, die sogar einen überdauernden Anstieg dieser durchaus riskanten Entwicklung beweisen konnten.“

„Das Gleiche gilt für die **Trivialisierung von Vergewaltigung als krimineller Akt**. Oder auf Deutsch: Das ist alles nicht so schlimm, das wird nur übertrieben dargestellt oder gar kriminalisiert (Trivialität = Alltäglichkeit).“

„Die intensive Nutzung von Pornografie führt zu einer **ablehnenden Haltung gegenüber Familiengründung und Kinderwunsch**.“

Kriterien zur Beurteilung von Computerspielen:

1. Werte des Spiels:

Kooperation, Einsatz für Schwächere, Mitgefühl, Phantasie, Dinge verwirklichen, das Böse bekämpfen, kämpfen, das Gute bekämpfen?

2. Problematische Inhalte/Werte:

PEGI-Kriterien, 'töten' ein Problem?

3. Ästhetik des Spiels:

Auslöser für Spiegelneuronen; düster, verfremdet oder realistisch

4. Suchtgefahr:

Onlineanbindung, zeitverzögerte Belohnung, Frequenzbelohnung, Attraktivität, Gruppenverpflichtung

Wie sich Spiegelneuronen entwickeln...

- **Einfühlung** ist eine Frage der trainierten Spiegelneuronen!
- Das **Selbstwertgefühl** entsteht durch Spiegelung: ich sehe, wer ich bin im Gesicht der anderen!
- **Sichere Bindung** (Verbundenheit) entsteht durch eine sofortige, einfühlsame und verlässliche **Spiegelung**.
- Erfolgt die Spiegelung **verzögert** oder verlangsamt, wirkt sie nicht, weil die neuronale Verbindung nicht gefestigt wird: depressive, Menschen am Handy... Die **Resonanz fehlt**, das Kind wendet sich ab.
- **Stress »entspiegelt«**, weil das System runterfährt! Wir nehmen andere nicht mehr sensibel wahr.



Elterliche Mediennutzung: Beobachtungen während der Mahlzeiten



- Studienziel: Erkennen von Mustern der Nutzung von mobilen Geräten durch Erziehende und Kleinkinder während der Mahlzeiten
- Anonyme Beobachtungen von 55 Familien
- 40 (73%) benutzten ein Gerät
- Bei hoher "Absorption" der Erziehenden durch Geräte:
 - Weniger Eltern-Kind-Gespräche
 - Längere Latenz der Eltern auf Bedürfnisse von Kindern zu reagieren
 - Mehr Konflikte (Schimpfen der Eltern, Verhaltensauffälligkeiten der Kinder)



Radesky JS, et al. Patterns of mobile device use by caregivers of young children during fast food meals. *Pediatrics* 2014.

3-6-9-12-Regel

Serge Tisseron empfiehlt die Regeln, weil er Wert auf die Entwicklung des **Zeit- und Raumempfindens**, das die bis 3-Jährigen entwickeln sollen. Er schlägt daher vor, Kinder unter 3 Jahren nicht vor den TV zu setzen.

Bei den 3- bis 6-Jährigen stellt er die Entwicklung von **Sinnen** und **Motorik** in den Vordergrund, bei den 6- bis 9-Jährigen **soziale Umgangsformen** und bei den 9- bis 12-Jährigen die Entdeckung der **Komplexität der Lebenswelt**.

Diese Entwicklungsaufgaben haben Priorität und können durch die Mediennutzung beeinträchtigt werden. Daher schlägt er vor, Kindern nicht vor 6 Jahren eine eigene **Spielkonsole** zu überlassen und erst die 9-Jährigen ans **Internet** heranzuführen und nicht vor 12 den Zugang zu **sozialen Netzwerken** zu erlauben.

Vergleichbares empfiehlt das Schweizer Bundesprogramm «Jugend und Medien» im Elternratgeber «Medienkompetenz – Tipps zum sicheren Umgang mit digitalen Medien».

(Quelle: <https://magazin.projuventute.ch/mediennutzung-und-gesundheit/>)

Gefahrensignale bei Internetabhängigkeit

1. Verleugern und **Lügen** über die **Zeitmenge**, die am Computer verbracht wird
2. Außergewöhnliche Müdigkeit und Veränderung der **Schlafgewohnheiten**
3. **Leistungsprobleme**
4. **Rückzug** von Freunden und Hobbies
5. **Irritierbarkeit**, wenn sie vom Computer abgeschnitten sind
6. leichte **Verwahrlosungstendenzen** in Aussehen und Hygiene
7. **Brechen** von Verboten was die Nutzung des Computers betrifft und intensive **Gefühlsausbrüche**

Konsequenzen bezüglich dem Medienumgang:

1. Medien sind ein **Genussmittel**, deshalb **ausgewählt** zelebriert und **grosszügig** geniessen.
2. Nur wer **abschalten** kann, ist selbstbestimmt.
3. Medien sollen auch **nützlich** sein, wenn sie nur der Unterhaltung dienen, wenig Qualitätszeit hergeben.
4. Am einfachsten sind Verhaltensweisen über die Gestaltung des **Umfeldes** zu lenken, z.B. Ort des TV?
5. **Fehlverhalten** führt zu mehr **Gespräch, Kontrolle** und Unterstützung.
6. **Medien brauchen Regeln** für alle und zwar bevor Probleme auftreten!
7. Die **Kontrolle** (Zeiterfassung) übernimmt die Maschine. Der 'Feind' ist 'das Gerät', nicht die Eltern! Eltern sollen **vertrauensvolle Helfer** im Medienumgang bleiben.

Gesprächszeit – Fragen – Diskussion



Weitere Unterlagen:

www.danielkummer.ch Hier: Aktuell!

oder dkummer@gmx.ch