

# Nicht bewahren - sondern stärken: Internet- und Handynutzung von Kindern und Jugendlichen



Kinder und Jugendliche sind fast täglich im Internet, tauschen mit Freunden Nachrichten über "WhatsApp" aus, schauen Videos auf "YouTube" und haben vielleicht sogar schon einen eigenen Account auf "Facebook" oder bei "Instagram". Zwischendurch beschäftigen sie sich auf ihren Smartphone mit Spiele-Apps oder drehen damit kleine Videos.

Elektronische Medien sind ein fester Bestandteil im Leben unserer Kinder. Die Familie ist dabei zumeist der erste Ort, an dem die Weichen für die Mediennutzung gestellt werden. Zuhause werden wichtige Regeln im Umgang mit Medien formuliert und Vereinbarungen getroffen.

Am 19.5.2016 fand in der Aula der Wilhelm-von-Humboldt-Gesamtschule ein Elterninformationsabend zum Thema rund um das Handy und Internet statt. Ziel dieser Veranstaltung war es Internetangebote kennen zu lernen und etwas über die zahlreichen Nutzungsmöglichkeiten von Smartphone, Tablet & Co zu erfahren. Ebenso wurde für die möglichen Gefahren und Gefährdungen sensibilisiert und darüber informiert, wie die Eltern ihre Kinder besser schützen können:

98% der Jugendlichen besitzen ein Smartphone, das weit mehr ein kleiner tragbarer Computer als ein Telefon ist. 94% der Tätigkeiten, die die Jugendlichen damit ausüben, beziehen sich auf Nachrichten verschicken und bekommen. Diese Ergebnisse des Jahres 2015 zeigen, dass das Smartphone eine tragende Rolle im Alltag der Jugendlichen spielt, denn es ist ihr wichtigstes **Instrument der Zugehörigkeit und Kommunikation**: Durch soziale Netzwerke wie WhatsApp und Facebook wird der Alltag organisiert, werden die

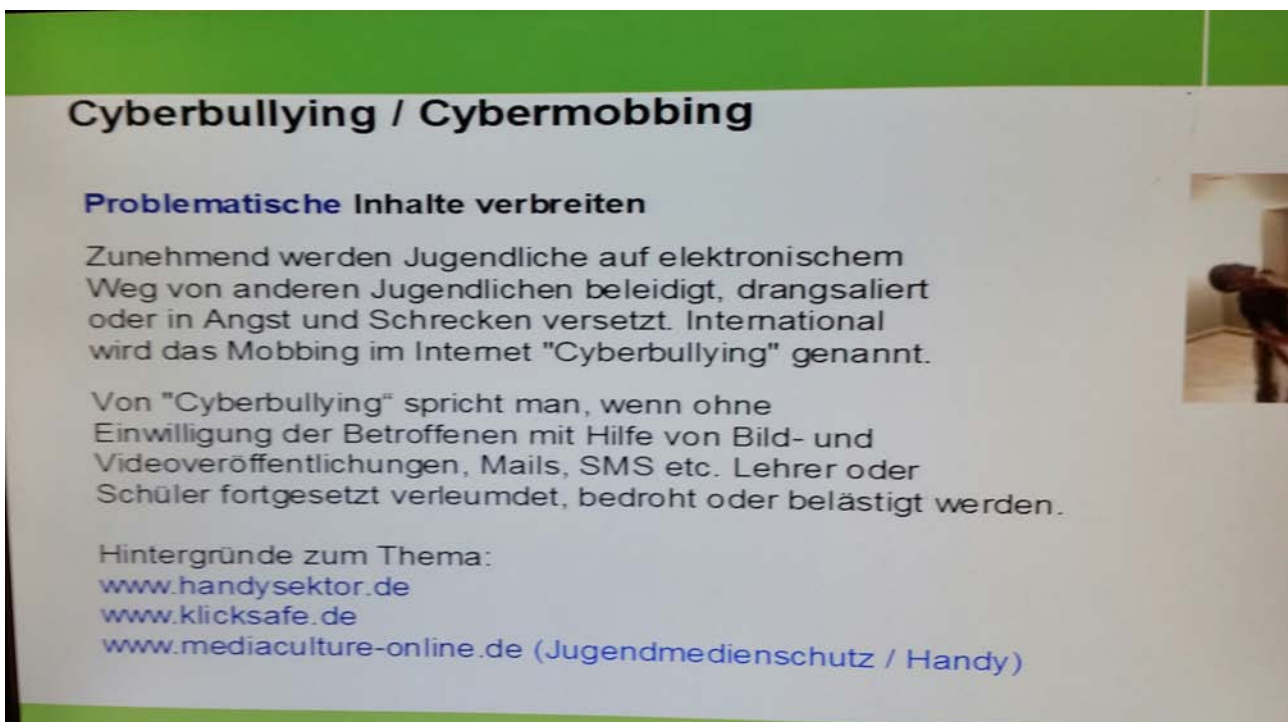
Kontakte gepflegt und die Identitätsfindung der Heranwachsenden geleitet. Verhalten, das immer zu beobachten ist, reicht vom häufigen "Draufschauen", ob eine Nachricht kommt, über Ablenkung z.B. vom Lernen oder von realen Kommunikationssituationen bis hin zu einem absoluten Zugehörigkeitsgefühl, da man alles "Wichtige" im Leben der Freunde sofort mitbekommt.

Damit einhergeht ein medial bedingter **Schlafmangel**, da die Jugendlichen es nicht schaffen, das Handy nachts abzuschalten, aus Angst, eine Nachricht zu verpassen.

Diese **überhöhte Wachsamkeit** ist eine fatale Nebenwirkung des Smartphonebesitzes, denn gerade in der Pubertät braucht das Gehirn *mehr* Schlaf.

71% der Jugendlichen nutzen einer Studie (mpfs, 2015) zufolge brutale und gewalthaltige Computer-, Konsolen-, Online- oder Tabletspiele. 26% haben schon einmal erotische Fotos/Filme per Handy/Internet verschickt. Die Jugendlichen werden durch die Leichtigkeit per *Klick* dazu verführt, was auch Auswirkungen auf ihren eigenen Körper, den sie als einen sich verändernden erleben bzw. auf die Wahrnehmung ihres eigenen Körpers haben kann.

Ein weiterer großer Gefahrenpunkt ist das sogenannte Cyberbullying/Cybermobbing:



**Cyberbullying / Cybermobbing**

**Problematische Inhalte verbreiten**

Zunehmend werden Jugendliche auf elektronischem Weg von anderen Jugendlichen beleidigt, drangsaliert oder in Angst und Schrecken versetzt. International wird das Mobbing im Internet "Cyberbullying" genannt.

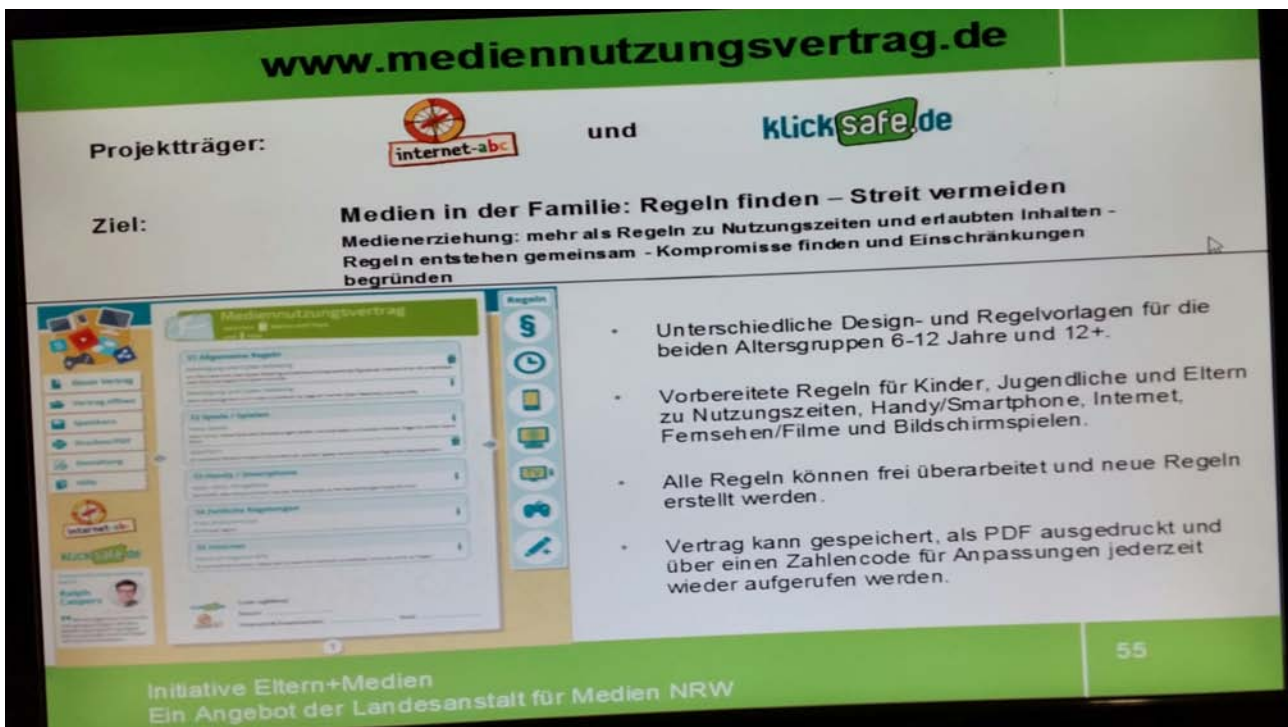
Von "Cyberbullying" spricht man, wenn ohne Einwilligung der Betroffenen mit Hilfe von Bild- und Videoveröffentlichungen, Mails, SMS etc. Lehrer oder Schüler fortgesetzt verleumdet, bedroht oder belästigt werden.

Hintergründe zum Thema:  
[www.handysektor.de](http://www.handysektor.de)  
[www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)  
[www.mediaculture-online.de](http://www.mediaculture-online.de) (Jugendmedienschutz / Handy)

Als **Maßnahmen** werden allen Erziehungsberechtigten eindringlich **Umgangsregeln** zum Gebrauch des Smartphones zuhause aus Herz gelegt. Die Eltern sind dabei Vorbilder, die sich natürlich ebenso an die Regeln halten, wie z.B. " um 21 Uhr wird das Smartphone unaufgefordert bei den Eltern abgegeben" oder "ein monitorfreier Tag pro Woche (für alle).

Der Umgang mit dem Smartphone sollte ganz normal in die häuslichen Gespräche eingebaut werden, so z.B. "...was war heute los im Internet?", denn nur durch **vertrauensschaffende Gespräche** können wir Kinder und Jugendliche **stark machen** im Umgang mit den Verführungen durch die Medien, bewahren können Sie sie nicht vor ihnen. Dabei ist es die Pflicht der Erziehenden, immer wieder **Grenzen zu setzen**: sei es zeitliche oder moralische Grenzen.

**Verabreden Sie mit Ihrem Kind Regeln:**



The screenshot shows the website [www.mediennutzungsvertrag.de](http://www.mediennutzungsvertrag.de). The project is led by **internet-abc** and **klicksafe.de**. The goal is **Medien in der Familie: Regeln finden – Streit vermeiden**, with a focus on **Medienerziehung: mehr als Regeln zu Nutzungszeiten und erlaubten Inhalten - Regeln entstehen gemeinsam - Kompromisse finden und Einschränkungen begründen**.

The website interface includes a sidebar with icons for various media types and a main content area with a list of features:

- Unterschiedliche Design- und Regelvorlagen für die beiden Altersgruppen 6-12 Jahre und 12+.
- Vorbereitete Regeln für Kinder, Jugendliche und Eltern zu Nutzungszeiten, Handy/Smartphone, Internet, Fernsehen/Filme und Bildschirmspielen.
- Alle Regeln können frei überarbeitet und neue Regeln erstellt werden.
- Vertrag kann gespeichert, als PDF ausgedruckt und über einen Zahlencode für Anpassungen jederzeit wieder aufgerufen werden.

At the bottom, it mentions **Initiative Eltern+Medien** and **Ein Angebot der Landesanstalt für Medien NRW**. The page number **55** is visible in the bottom right corner.

Auf diesen Seiten können Sie einen **Vertrag** selbst zusammenstellen, hier finden sich viele innovative Regeln und Ideen für Regeln zur Umsetzung in den Familien.

**Blieben Sie als Eltern stark, es lohnt sich!**

Wenn sich die Jugendlichen in der Pubertät an Widerständen reiben, erhöht sich die Qualität des Kontaktes zwischen Eltern und Kindern.

Der Elternabend fand im Rahmen der Initiative Eltern+Medien, eines Angebotes der Landesanstalt für Medien Nordrhein-Westfalen (LfM), statt.