



beispielsweise während der Hausaufgaben (Knop et al. 2015). Das Vorliegen einer **Mediensucht** lässt sich aber keinesfalls nur an der Nutzungsdauer erkennen. Vielmehr müssen mindestens drei der folgenden Anzeichen vorliegen, um von suchtähnlichen Verhaltensweisen zu sprechen:

- **Nur noch an das Eine denken:** Im Denken, Handeln und Fühlen dominiert das Smartphone
- **Sich nur mit dem Handy gut fühlen:** Smartphone dient zur Stressbewältigung, negative Gefühlszustände werden verdrängt
- **Immer mehr brauchen:** Die gewünschte Wirkung am Smartphone verlangt nach einer kontinuierlichen Steigerung der Tätigkeit
- **Entzugserscheinungen:** Körperliche Symptome wie bei stofflichen Süchten (Angst, Konzentrationsstörungen, Nervosität, Aggression)
- **Kontrollverlust:** Versuche, die Nutzung zu reduzieren, scheitern bzw. werden gar nicht erst unternommen
- **Rückfall:** Nach einer Pause oder einer Phase zeitlich begrenzter Nutzung kommt es wieder zu exzessiver Nutzung
- **Ausblenden schädlicher Konsequenzen:** Soziale, leistungsbezogene, psychische und gesundheitliche Veränderungen und Probleme, Interessenverluste, finanzielle Probleme

Wenn also das Surfen zum Mittelpunkt wird und für die Betroffenen und ihre Angehörigen Leid entsteht, sollten Gespräche geführt, Reflexionen angestoßen und gegebenenfalls pädagogische Unterstützung eingeholt werden.

■ »Handy-erziehung? Zwecklos!«

Gerade wenn es um Technik und digitale Medien geht, können Väter genau die richtigen Personen sein, um mit dem Nachwuchs ins Gespräch zu kommen. Dabei gilt es, Interesse zu zeigen, aber auch Grenzen zu setzen. Und sich natürlich auch selbst an die Vereinbarungen zu halten!

- **Das richtige Einstiegsalter:** Zwischen 11 und 12 Jahren sind Kinder allmählich in der Lage, mit den umfangreichen Funktionen eines Smartphone verantwortungsvoll umzugehen. Jüngere Kinder nur mit Einschränkungen.
- **Interesse zeigen, ohne zu nerven:** Versuchen Sie zu verstehen, woher die Wünsche und Handlungsweisen Ihres Kindes kommen. Was bewegt ihr Kind gerade und mit wem hat es Kontakt? Auf diesem Weg lassen sich besser Kompromisse finden und einhalten.
- **Medienfreie Zeiten schaffen:** Familienzeit ist rar. Deswegen sollte das Smartphone bei gemeinsamen Mahlzeiten und Familienunternehmungen nicht ständig dabei sein. Das gilt auch für die Erwachsenen!
- **Datenschutz ernst nehmen:** Smartphones verlangen einen verantwortungsvollen Umgang, den Kinder erst lernen müssen. Checken Sie gemeinsam die Sicherheitseinstellungen und deaktivieren Sie Optionen, die (noch) nicht kindgerecht sind.
- **Vorbild sein:** Wenn Sie die Familienfotos aus dem letzten Urlaub freizügig ins Netz stellen, wird sich Ihr Kind dieses Verhalten von Ihnen abschauen. Halten Sie sich genauso an Vereinbarungen in punkto Privatsphäre und Nutzungszeiten, wie Sie es von Ihrem Kind erwarten.
- **Nicht den Teufel an die Wand malen:** Trotz aller Gefahren ist es wichtig, dass Kinder auch selbständig handeln und sich frei bewegen können. Lassen Sie die digitale Hundeleine auch mal los! Selbständigkeit entwickelt ihr Kind nur, wenn es die Möglichkeit dazu bekommt.



■ Weitere Informationen gibt's hier:

- www.schau-hin.de
- www.klicksafe.de
- www.handysektor.de

Unterstützen Sie die Männergesundheit

Werden Sie Mitglied im Förderverein oder spenden Sie! Ihre Spende kommt zu 100% unseren Projekten zugute.
Stiftung Männergesundheit
IBAN DE19 1012 0100 1003 0000 49
BIC WELADED1WBB



STIFTUNG
MÄNNERGESUNDHEIT

Smartphone im Kinderalltag



Impressum

Männergesundheit 15 – Smartphone im Kinderalltag, Stand 2016

Herausgeber

Stiftung Männergesundheit
Claire-Waldoff-Straße 3
10117 Berlin
Telefon: 030 652126 0
Telefax: 030 652126 112
E-Mail: info@stiftung-maennergesundheits.de
www.stiftung-maennergesundheits.de

Redaktion und wissenschaftliche Leitung

Frau Dr. Iren Schulz, Medienpädagogin

Gestaltung

Klapproth + Koch

Fotos

© cunaplus – fotolia.com
© Natalia Merzlyakova – fotolia.com
© Picture-Factory – fotolia.com
© ra2_studio – fotolia.com
© shutterstock – Anna Moskvina
© shutterstock – JZR

Quellen

Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (MPFS) (2015): JIM 2015. Jugend, Information, (Multi-)Media. Basisstudie zum Medienumgang 12-bis 19-Jähriger in Deutschland. Wiesbaden.

Knop, Karin/Hefner, Dorothee/Schmitt, Stefanie/Vorderer, Peter (2015): Mediatisierung mobil. Handy- und mobile Internetnutzung von Kindern und Jugendlichen. Zusammenfassung der LFM-Schriftenreihe Medienforschung Nr. 77.
Rehbein, Florian/Kleimann, Matthias/Möb- le, Thomas (2009): Computerspielabhängig- keit im Kindes und Jugendalter. Empirische Befunde zu Ursachen, Diagnostik und Komorbiditäten unter besonderer Berück- sichtigung spielimmanenter Abhängigkeits- merkmale. Hannover.

Smartphone im Kinderalltag



Der digitale Freund im Hosentaschenformat

Smartphones sind auch aus dem Alltag der Jüngsten nicht mehr wegzudenken. Schon jedes zweite Kind hat ein eigenes Handy und jedes vierte ein Smartphone. Mit zunehmendem Alter steigt die Ausstattung rasant, sodass fast alle Jugendlichen ein eigenes Smartphone besitzen. Während bei den Kindern vor allem das Schreiben von Nachrichten und Telefonieren mit den Eltern wichtig ist, stehen bei den Jugendlichen multimediale Anwendungen im Vordergrund. Die wichtigsten Tätigkeiten sind dabei Nachrichten verschicken und erhalten, im Internet surfen und Musik hören. Während Jungen öfter Videos anschauen, erstellen und verschicken Mädchen häufiger Fotos und Videos. Bei all diesen Nutzungsvarianten ist der Zugang zu mobilem Internet Voraussetzung. Laut der JIM-Studie 2015 gehen Jugendliche fast ausschließlich über ihr Smartphone ins Internet (88%). Dementsprechend kann der überwiegende Teil der jungen Nutzer mobil surfen und ist täglich mehrere Stunden bei Instant Messenger Programmen wie WhatsApp und sozialen Netzwerken wie Facebook unterwegs. Jungen (88%) sind dabei etwas weniger aktiv als Mädchen (92%).

Aber was ist es genau, was die kleine Kommunikationsschachtel so unverzichtbar macht – und das schon für Kinder und Jugendliche? Ganz einfach: im Smartphone laufen die Kommunikationsfäden des gesamten sozialen Netzwerkes zusammen. Wie in einer kleinen Schatzkiste versammeln sich im eigenen Handy Erinnerungen, Erfahrungen, Vorlieben und Wünsche. Und es hilft bei der Organisation und Stärkung von Beziehungen.

In Familienbeziehungen geht es vor allem um das flexible Management des Familienalltages, um Absprachen, aber auch um Regulierungen. Kinder haben heute mehr Freiheiten und dürfen länger von zu Hause wegbleiben, weil Eltern das Handy als »digitale Hundeleine« benutzen und sich sicherer fühlen, wenn sie ihren Nachwuchs jederzeit und überall erreichen können. Es liegt also keinesfalls nur an den Kindern selbst, dass das Einstiegsalter für

Smartphones immer weiter nach unten geht. Vielmehr steht die Anschaffung des digitalen Alleskönners zumeist mit der Einschulung an und vermittelt den Eltern das Gefühl von Sicherheit und Kontrolle.

Im Freundeskreis geht es nicht nur um das Verabreden, sondern auch um das Dabeisein und Dazugehören, um gemeinsame Momente und Erlebnisse, aber auch um das Positionieren und Grenzen austesten. Erste Partnerschaften werden über Kommentare, Textnachrichten und »Likes« aus sicherer Distanz ausgehandelt und ebenso schnell wieder beendet, ohne dass es direkte Konfrontationen mit dem Gegenüber gibt. Außerdem ersetzt das Smartphone inzwischen Uhr, Wecker und Terminplaner und strukturiert den persönlichen Alltag mit Apps für jede Gelegenheit. Aus all diesen Gründen würden es Ihre Kinder schwer auch nur einen Tag ohne ihr Handy aushalten. Das eigene Smartphone ist also der Schlüssel zu einer schillernden Kommunikationswelt, die für Heranwachsende höchst spannend und aufregend erscheint, die aber Probleme mit sich bringen kann und Risiken birgt.

Neue Medien – böse Medien?

Fernsehen macht dick und Computerspiele dumm und aggressiv: Während neue aufkommende Medien bei Kindern und Jugendlichen schon immer hoch im Kurs standen, wurden sie von Erwachsenen umso kritischer beäugt. Mit dem Smartphone hat sich nicht nur die Begeisterung der Heranwachsenden, sondern auch die Angst der Eltern um ein Vielfaches potenziert. Nicht ganz zu Unrecht, denn Risiken und Hemmschwellen haben sich verändert:



Digitale Schuldenfalle: Spiele, Gewinnchancen und Downloadangebote – nahezu jeder Klick am Smartphone lockt Kinder in den Kostendschungel. Dabei geht es vor allem um Apps und damit verknüpfte Werbung. Und um die so genannten In-App-Käufe, die Kinder dann tätigen können, wenn sie ungesicherten Zugang zu App-Shops haben. Die entstandenen Ausgaben werden mit der nächsten Rechnung von Ihrem Konto abgebucht. Um so etwas zu vermeiden, statten Sie Ihr Kind am besten mit einem Pre-Paid-Modell aus und beteiligen den Nachwuchs an den Kosten für das Aufladen der Karte. So umgehen Sie Horrorrechnungen und wecken einen verantwortungsvollen Umgang mit den



Möglichkeiten des Smartphones. Davon abgesehen sind die meisten kostenfreien Apps hemmungslos Datenfresser. Ausgelesen werden Kontaktlisten, Standortdaten und auf dem Gerät gespeicherte Foto- bzw. Videodateien. Ein genauer Blick in die AGB's lohnt sich hier immer!

(Cyber)Mobbing: Mobbing ist die absichtliche Schädigung eines anderen Menschen, wiederholt und über einen längeren Zeitraum, in einer Beziehung mit einem Machtungleichgewicht. Hänseleien und Beschimpfungen, Schlägereien oder Erpressung sind nicht neu auf den Schulhöfen. Wird jedoch über Chat, Onlinekommentare oder heimliche Bild- und Videoveröffentlichungen gemobbt, dann bleiben die Täter oftmals unerkannt und das Publikum reicht weit über die Schul- oder Stadtgrenze hinaus. Die Opfer erfahren oft sehr spät von den Attacken, fühlen sich schuldig und trauen sich nicht, etwas zu unternehmen. In Deutschland ist etwa jeder 5. Schüler Mobbingopfer, Tendenz steigend. Jeder 3. Schüler ist schon einmal zum Täter geworden – aus Spaß, aus Langeweile oder um jemanden fertig zu machen. Tatorte sind fast immer die sozialen Netzwerke. Um (Cyber)Mobbing in den Griff zu bekommen, sind viele Schritte möglich und nötig – angefangen von technischen Lösungen bei den jeweiligen Portalen, über rechtliche Schritte, bis hin zu Konfliktgesprächen und therapeutischen Maßnahmen für Opfer und Täter.

Datenschutz und Privatsphäre: Dass Kinder und Jugendliche aufgrund ihrer Handy- oder Internetnutzung in eine Schuldenfalle geraten oder von Mitschülern online gemobbt werden, liegt nicht selten am freizügigen Umgang mit den eigenen Daten und am nachlässigen Schutz der eigenen Privatsphäre. Dazu gehört das öffentliche Zeigen von Partyfotos oder intimem Bildmaterial bei Facebook & Co., aber auch das Eintragen von Kontakt- und Bankdaten bei dubiosen Content-Anbietern. Darüber hinaus besteht inzwischen ein großes wirtschaftliches Interesse an den persönlichen Daten von Kindern und Jugendlichen: Die »Likes« bei Facebook sagen etwas über Vorlieben aus und sind für Werbung interessant. Trackingdienste

verfolgen das Surfverhalten im Internet und bei jeder kostenfreien App bezahlen die Nutzer mit der Preisgabe ihrer Kontaktlisten, Standortdaten oder gespeicherten Foto- und Videodokumenten. Nicht zuletzt sind unsichere Passwörter das Einfallstor für Cyberkriminalität, die in den letzten Jahren rasant gestiegen ist. Das Bewusstsein für den Schutz der eigenen Daten und der Privatsphäre ist in den letzten Jahren bei Jugendlichen deutlich gestiegen. Dennoch besteht nach wie vor großer Aufklärungsbedarf – bei Kindern und bei ihren Eltern.

Spiele: Während Mädchen eher zu exzessiver Nutzung sozialer Kommunikationsplattformen neigen, sind Jungen in puncto Spiele suchtgefährdet. Sie spielen an Wochentagen mehr als doppelt so lang wie Mädchen (122 Min., Mädchen: 50 Min.), am Wochenende sogar dreimal so lang (167 Min., Mädchen: 58 Min., JIM-Studie 2015). Dabei sind Onlinerollenspiele wie »World of Warcraft« besonders gefährlich, weil man ständig am Ball bleiben und immer weiter spielen muss, um voran zu kommen. Folglich zocken 36 Prozent der 15-jährigen Spieler vier- bis fünf Stunden am Tag. Jeder Fünfte ist entweder als abhängigkeitsgefährdet (11,6%) oder als abhängig (8,5%) einzustufen (Rehbein et al. 2009).

Handysucht: Die Handy- oder Smartphone-Sucht ist eine moderne Verhaltensstörung und eine besondere Form technologischer Süchte. Sie bezeichnet ein Extremverhalten mit vielen Ausprägungen: von der Spiele- und Shoppingsucht bis hin zur Selfie-Sucht oder der Sucht, ständig in sozialen Netzwerken und auf Messenger-Diensten wie WhatsApp unterwegs zu sein. Der Begriff Handy- oder Smartphone-Sucht ist dabei eigentlich nicht ganz richtig, weil nicht das Gerät selbst das Suchtobjekt



ist, sondern die damit verbundenen Tätigkeiten und Emotionen. Fast jeder 10. junge Smartphone-Besitzer ist suchtgefährdet, jeder 5. zeigt eine auffällig starke Handynutzung. Jedes zweite Kind im Alter zwischen 8 und 14 Jahren lässt sich vom Handy ablenken,