

Damit das Smartphone nicht zur Sucht wird

Kirchenkreis im Landkreis startet Projekt zum Medienkonsum

Von Bettina Pflaum

LANDKREIS. Dreijährige wischen spielend auf dem Touchscreen herum, Fünfjährige beschäftigen sich im Kindergarten mit iPads und Grundschüler zücken ihre Smartphones. Diese US-amerikanische Realität hält mehr und mehr Einzug auch in bundesdeutsche Familien. Die Frage ist: In welchem Umfang schadet Medienkonsum den Kindern, wie und wann führt er zur Sucht?

Die Fachstelle Sucht und Suchtprävention des Kirchenkreises Verden startet in diesem Frühjahr daher ein Projekt zum Medienkonsum von Kindern und Jugendlichen.

„Wir suchen noch einen passenden Namen für das Vorhaben“, sagt Regina Haack. Die Suchtpräventionsfachkraft arbeitet seit Monaten am Aufbau eines Netzwerkes und einem Programm, das nachhaltig wirken soll. „Wie intensiv Kinder elektronische Medien konsumieren, lässt sich nur mit Hilfe der Eltern beeinflussen“, ist sie überzeugt.

Daher möchte sie in möglichst vielen Schulen des Landkreises auf Elternabenden darüber informieren, was Eltern tun können, um das Konsumverhalten ihrer Kinder zu steuern. „Für Eltern ist es heute oft schwer: Sie sind die erste Generation, deren Kinder völlig selbstverständlich mit Computern aufwachsen, während sie selbst erst später in ihrem Leben mit elektronischen Medien in Berührung gekommen sind. Doch die Kontrolle über einen angemessenen Konsum liegt bei ihnen.“

DIE SEITE www.meine-startseite.de wird von Regina Haack von der Sucht- und Suchtpräventionsstelle Verden empfohlen. Eltern können so die Seiten, auf denen die Kinder surfen dürfen, begrenzen. Foto: Pflaum

Wie lange und womit sich die Kinder in welchem Alter gefahrlos beschäftigen können, möchte Haack ihnen nahebringen. „Dabei möchten wir nicht abschrecken, wir verteufeln die Medien nicht. Es geht um die Frage, wie ich Computer, Pad, Spielkonsole und Smartphone für mich nutzen kann und welche Internetseiten empfehlenswert sind“, sagt die Expertin. Denn solche gebe es durchaus. „Es gibt tolle Internetseiten, die spielerisch und intelligent Wissen vermitteln. Doch Kinder gelangen oft auf Gratisspieleseiten, die mit viel Werbung verbunden sind.“

So könnten Eltern im Familiencomputer eine Benutzerebene mit einer speziellen Startseite für das Kind einrichten, von der aus nur be-

stimmte Inhalte angesteuert werden können. Sie empfiehlt die Seite www.meine-startseite.de. „Das Einrichten dieser Seite ist einfach. Wichtig ist, dass die Eltern vor allem im Grundschulalter kontrollieren, was ihre Kinder am PC machen, und deren Medienkompetenz stärken. Dazu müssen sie aber selbst ein wenig Bescheid wissen – und viele Eltern sind schlecht informiert.“ Auf der Seite von youtube gebe es jedoch viele Videos, in denen anschaulich erklärt werde, wie Eltern Sicherheitshinweise aktivieren könnten.

Einen moderaten Konsum findet Haack völlig in Ordnung, aber sie weiß auch, wie schnell ein Gewöhnungseffekt beim Computerspielen einsetzt: „Ich habe vor einiger Zeit über mehrere Wochen

abends immer Patienen am PC gelegt. Als ich es dann einmal nicht machte, hat mir etwas gefehlt!“, berichtet sie. Das mache auch Smartphones so gefährlich: „Mit einem Smartphone sind Internet und Chatforen jederzeit verfügbar.

Smartphone drei Stunden abschaltet.“

Zurzeit ist Haack damit beschäftigt, die Akzeptanz an Schulen für ihr Projekt aufzubauen. 13 000 Schüler gebe es im Landkreis, sie möchte so viele Eltern wie möglich erreichen. Die Fachstelle Sucht und Suchtprävention hat dafür für zwei Jahre eine halbe Stelle eingerichtet, das Hauptaugenmerk liegt dabei auf den Acht- bis Zwölfjährigen.

„Man muss ganz früh anfangen, die Weichen für einen gesunden Medienkonsum zu stellen. Sind die Kinder in der Pubertät, kann man kaum noch eingreifen.“

meint sie und rät: „Eltern sollten klare Grenzen setzen, zum Beispiel sagen, am PC wird nicht vor 18 Uhr gespielt, und dann auch nur eine begrenzte Zeit. Da sollte es keine Diskussionen geben.“

Der Griff in die Tasche nach dem Handy folgt bei Jugendlichen schon automatisch. Über den Automatismus kommt es zur Gefahr der Suchtentwicklung. Sucht hat immer mehrere Ursachen, und die Verfügbarkeit ist ein wichtiges Kriterium dabei“, weiß sie.

„Man muss rechtzeitig den Absprung finden. Wenn der PC – er steht hier stellvertretend für alle elektronischen Medien – eine Kontrolle über mich ausübt und ich nicht mehr die Kontrolle über den PC habe, sollte ich etwas unternehmen. Mein Hobby ist Reiten, und nach dem Reitunterricht sehe ich derzeit ein für mich völlig neues Bild: Beim Trockenreiten zücken die Mädels ihre Smartphones und beginnen zu chatten“, berichtet Haack. Ihr Rat: „Man sollte einmal ausprobieren, wie man sich fühlt, wenn man das

Eine aktuelle Studie des Medienpädagogischen Forschungsverbundes Nord-West zeige, dass ein Drittel der Grundschulkinder alleine und ganz ohne Aufsicht im Internet surfe. Das hält sie für fatal: „Das Internet hat viele Potenziale. Aber man muss auch die Gefahren kennen. Wir wollen, dass die Kinder in der realen Welt verortet bleiben und nicht in der virtuellen entschwinden.“

Der Handlungsbedarf sei groß, denn die Verbreitung der Smartphones unter den 12- bis 19-jährigen Jugendlichen sei rasant: Während im Jahr 2010 etwa 14 Prozent der Jugendlichen dieser Altersgruppe ein Smartphone besaßen hätten, seien es heute 72 Prozent.

Und das Einstiegsalter der Smartphone-Nutzer werde immer jünger. „Wir kommen mit der Prävention kaum hinterher“, sagt Haack.

