Abteilung Psychiatrie und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter

Exzessive Mediennutzung im Kindes- und Jugendalter - Auswirkungen auf die aktuelle und die spätere Entwicklung bis ins Erwachsenenalter - neurobiologische Veränderungen - psychotherapeutische Schlussfolgerungen

Fachtag 2017 Fachgruppe Psychotherapie
DGTA – Deutsche Gesellschaft für Transaktionsanalyse
Frankfurt, 20.01.2017

Dr. Gottfried Maria Barth, M.A.
Abteilung Psychiatrie und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter
der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Tübingen

EBERHARD KARLS UNIVERSITÄT TÜBINGEN

UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Gedenktag 20. Januar

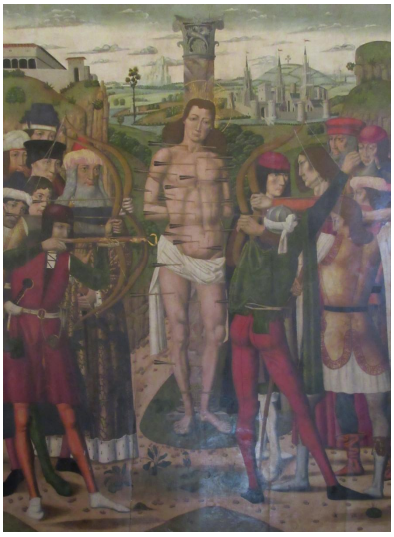
Sebastian

Name bedeutet: der zum Kaiser Gehörende (griech.)

Märtyrer
* in Mailand in Italien (oder Narbonne in Frankreich ?)
† 288 (?) in Rom

„Maulwurf“ als Hauptmann in der Garde von Kaiser Diokletian

Patron der Brunnen; der Sterbenden, Bogen- und Armbrust- Schützen, Schützengilden, Soldaten, Kriegsinvaliden, Büchsenmacher, Eisengießer, Zinngießer, Steinmetze, Gärtner, Waldarbeiter, Gerber, Töpfer, Bürstenbinder und Leichenträger; gegen Pest und Seuchen, Geschwüre, Infektionen, Wunden, kranke Kinder; modern bei Homosexuellen: gegen Aids

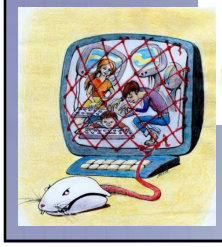


EBERHARD KARLS UNIVERSITÄT TÜBINGEN

UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Abteilung Psychiatrie und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter

Exzessive Mediennutzung im Kindes- und Jugendalter



Internetnutzung heute

- Internet-, Online- und Mediensucht
- Komorbidität
- Entwicklung und Psychdynamik
- Neurobiologie
- Beratung und Therapie

Prävention: Was bieten wir jungen Menschen?

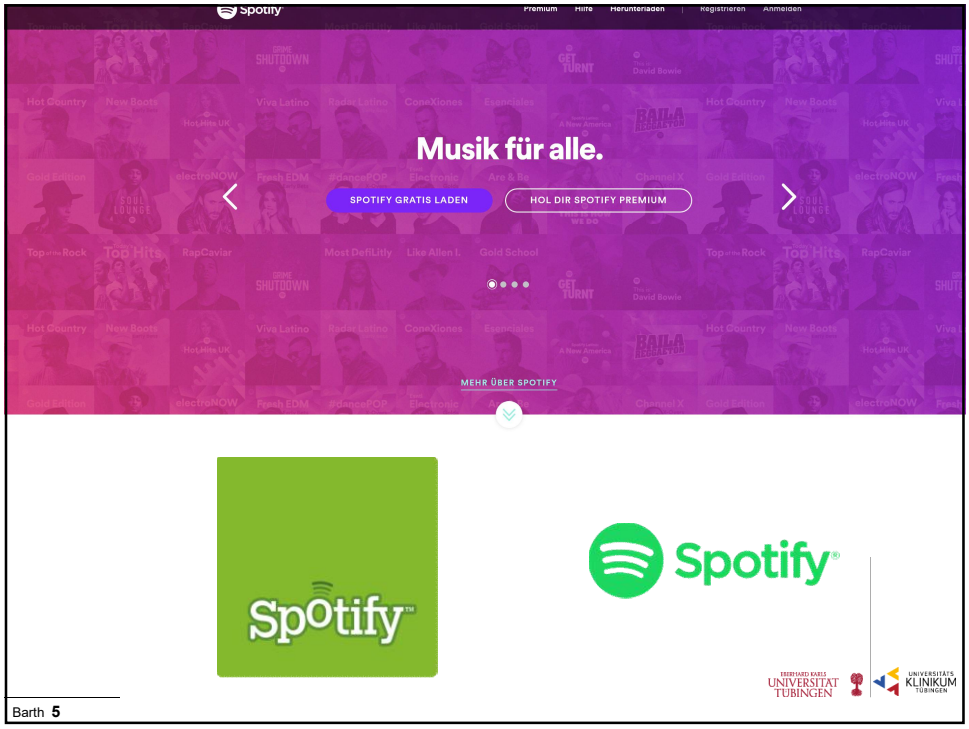
UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Pokémon GO ist ein kostenloses Augmented-Reality -Spiel, das am 6. Juli 2016 in Australien und Neuseeland im Google Play Store und im App Store veröffentlicht wurde. Am darauffolgenden Tag wurde es in Nordamerika offiziell veröffentlicht. Seit dem 13. Juli 2016 kann die App in Deutschland im Google Play Store und im App Store heruntergeladen werden.

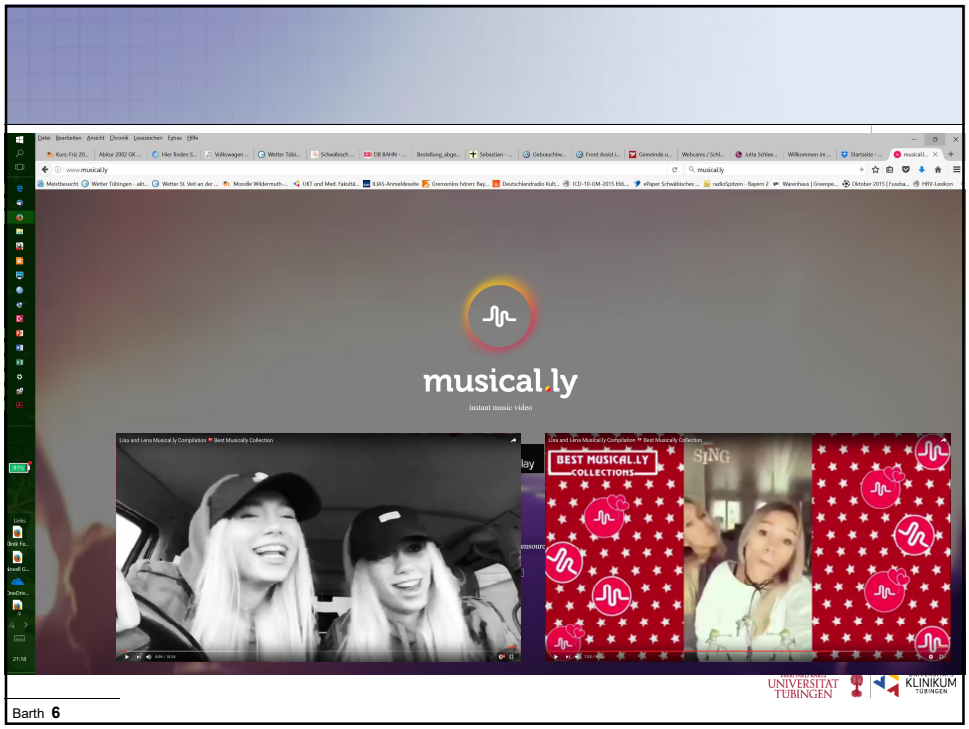
Das Spiel greift auf die Standortdaten des Spielers zu, sodass dieser in der realen Welt gegen Pokémon kämpfen, sie fangen und tauschen kann. Das Spiel beinhaltet In-App-Käufe. Außerdem soll es möglich sein, eine Verbindung mit Videospielen der Hauptreihe aufzubauen.

Das **PokéWiki** ist eine freie Enzyklopädie, deren Ziel es ist, möglichst viele Informationen rund um das Thema Pokémon an einem Ort zu sammeln und so eine umfangreiche Wissensdatenbank aufzubauen. Die Artikel im Wiki können von jedem bearbeitet und erweitert werden, der sich registriert hat. Dies ist natürlich kostenlos, benötigt wird nur eine E-Mail-Adresse.

Es wurden bereits 22.053 Artikel rund um das Thema Pokémon verfasst.



Barth **5**



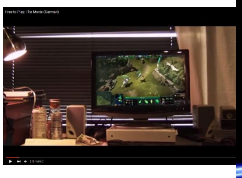
Barth **6**

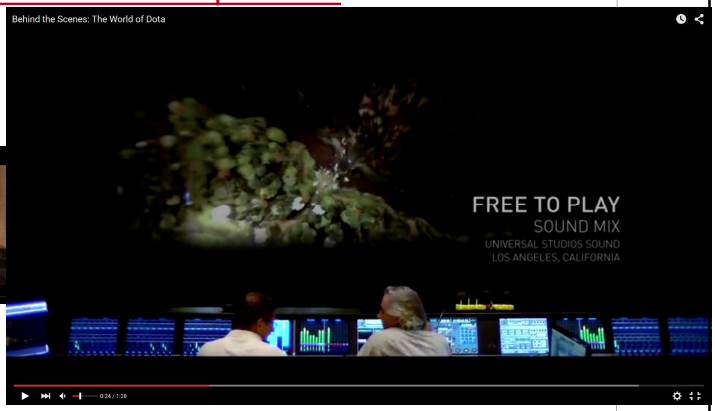
Turnier DOTA 2

Barth **7**

Youtube als Bühne für Spiele

Dokumentarfilme über das Spiel Dota



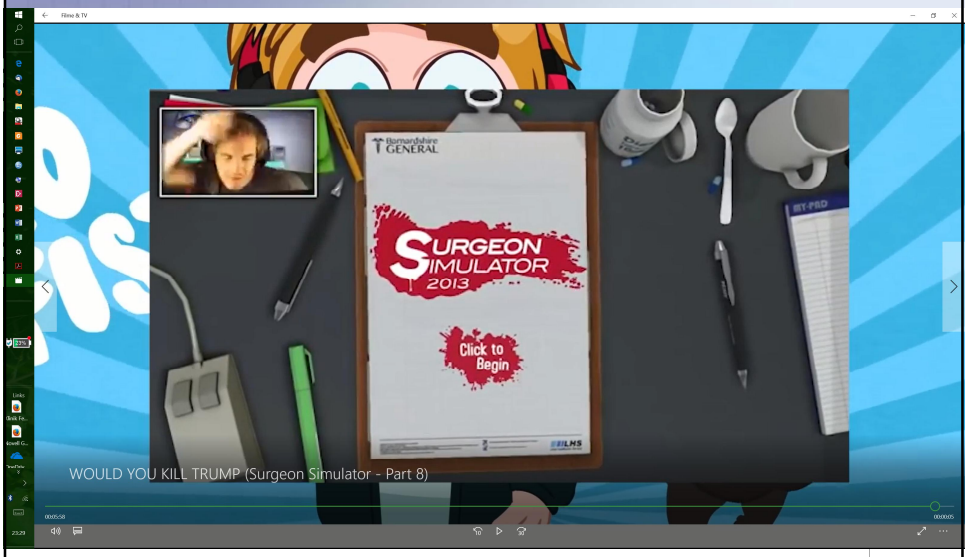


https://www.youtube.com/watch?v=DxVgboTp3mY

https://www.youtube.com/watch?v=MFwaAIS1gOk

Barth **8**

Aktuelle Spiele 1



Barth **9**

Aktuelle Spiele 2

Barth **10**

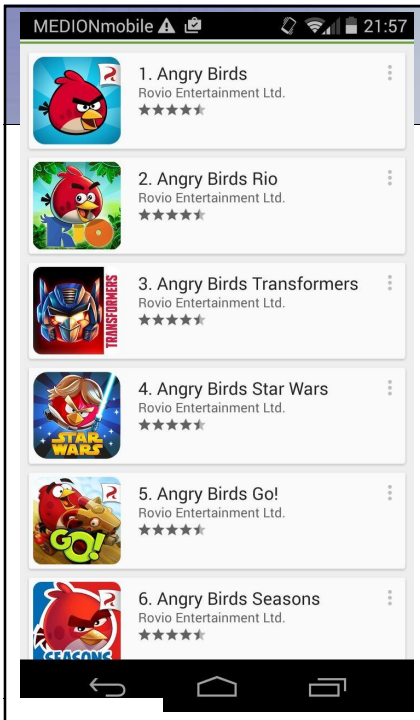
Wohin kann ein Smartphone-Spiel führen?

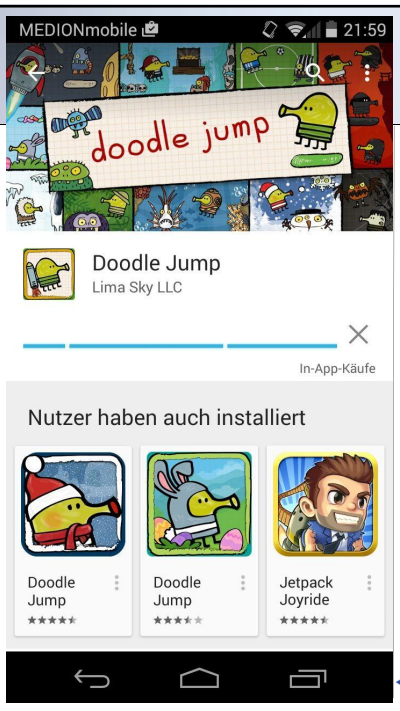
Nerve

Bist du Player oder Watcher? Auf Vees Highschool gibt es so gut wie kein anderes Gesprächsthema mehr als die immer riskanter werdenden Challenges, die das illegale Online-Game "Nerve" seinen Spielern stellt. Um einmal so wie ihre Freundin Sydney im Mittelpunkt zu stehen meldet sich die eher schüchterne Vee kurzentschlossen selbst bei "Nerve" an. Angetrieben vom Kick des Verbotenen bricht Vee mit ihrem ebenso attraktiven wie mysteriösen neuen Game-Partner Ian schnell alle Tabus: keine Challenge ist ihnen zu riskant. Über Nacht werden Vee und Ian die Sensation des immer gefährlicher werdenden Spiels! Doch als Vee herausfindet, dass ihre gesamten Social Media Accounts gehackt wurden, und versucht, aus dem Spiel wieder auszusteigen, muss sie feststellen, dass es dafür längst zu spät ist.

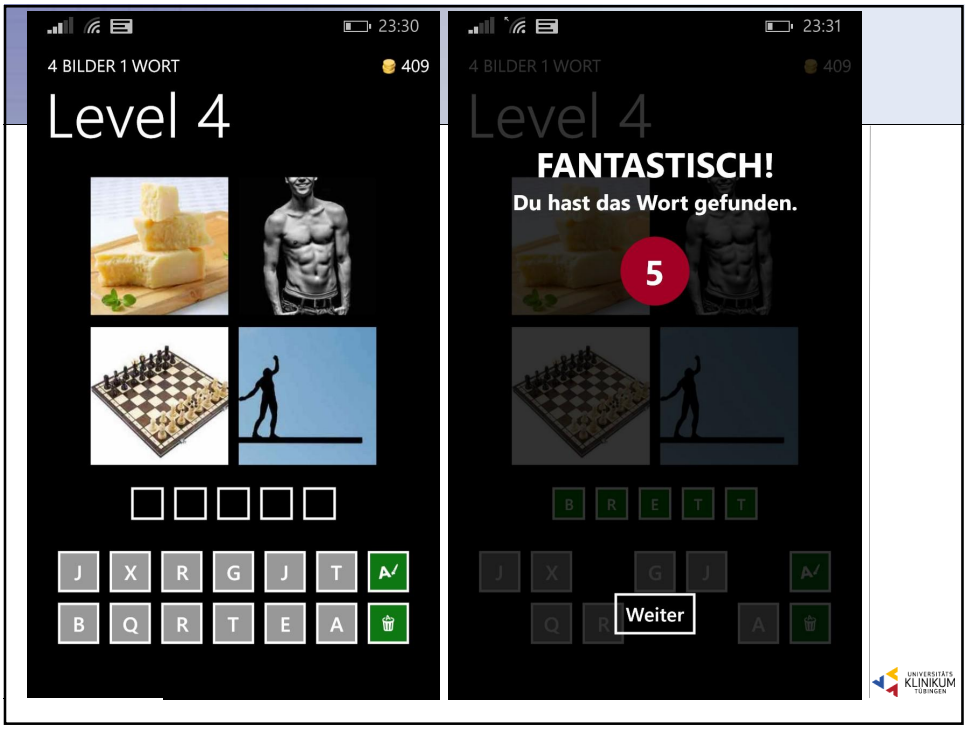
- Zusammenfassung: 2016 · 1 Std. 36 Min. · Spannung
- Erscheinungsdatum: 8. Sep 2016 (Deutschland) · 27. Jul 2016 (Vereinigte Staaten)
- Regisseure: Henry Joost · Ariel Schulman

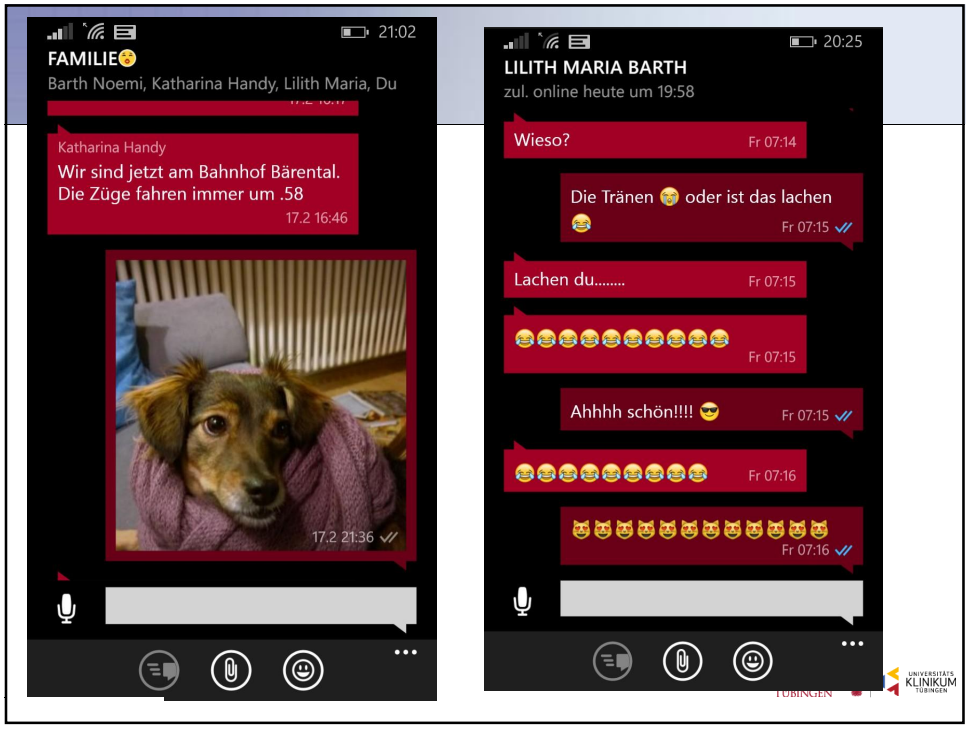
Barth **11**

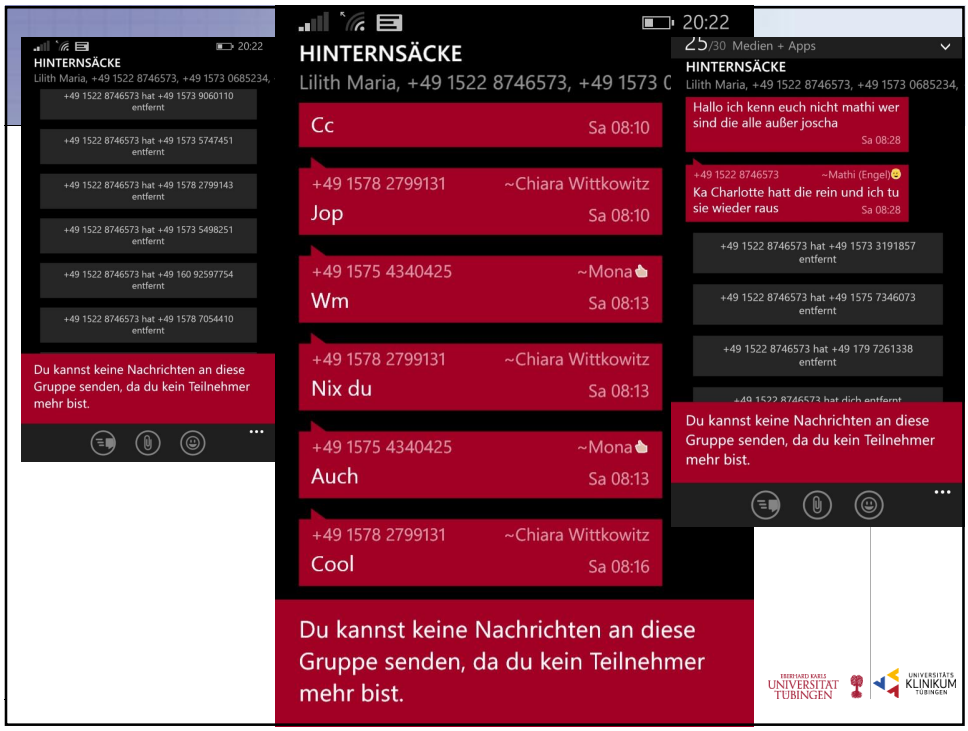




TEMPLE RUN 2
TAKE THE IDOL IF YOU DARE!
PLAY!
MENU
702
0


23:30
4 BILDER 1 WORT
409
Level 4
J X R G J T
B Q R T E A
23:31
4 BILDER 1 WORT
409
Level 4
FANTASTISCH!
Du hast das Wort gefunden.
5
B R E T T
Weiter


21:02
FAMILIE
Barth Noemi, Katharina Handy, Lilith Maria, Du
Katharina Handy
Wir sind jetzt am Bahnhof Bärental.
Die Züge fahren immer um .58
17.2 16:46
17.2 21:36
20:25
LILITH MARIA BARTH
zul. online heute um 19:58
Wieso?
Fr 07:14
Die Tränen oder ist das lachen
Fr 07:15
Lachen du.....
Fr 07:15
Fr 07:15
Ahhhh schön!!!!
Fr 07:15
Fr 07:16
Fr 07:16

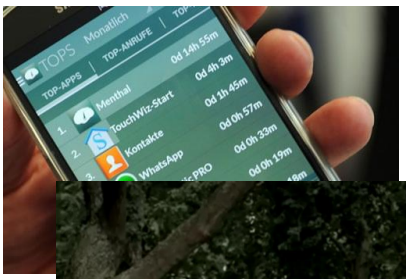

20:22
HINTERNSÄCKE
Lilith Maria, +49 1522 8746573, +49 1573 0685234,
+49 1522 8746573 hat +49 1573 9060110 entfernt
+49 1522 8746573 hat +49 1573 5747451 entfernt
+49 1522 8746573 hat +49 1578 2799143 entfernt
+49 1522 8746573 hat +49 1573 5498251 entfernt
+49 1522 8746573 hat +49 160 92597754 entfernt
+49 1522 8746573 hat +49 1578 7054410 entfernt
Du kannst keine Nachrichten an diese Gruppe senden, da du kein Teilnehmer mehr bist.
20:22
HINTERNSÄCKE
Lilith Maria, +49 1522 8746573, +49 1573 0
Cc
Sa 08:10
+49 1578 2799131
~Chiara Wittkowitz
Jop
Sa 08:10
+49 1575 4340425
~Mona
Wm
Sa 08:13
+49 1578 2799131
~Chiara Wittkowitz
Nix du
Sa 08:13
+49 1575 4340425
~Mona
Auch
Sa 08:13
+49 1578 2799131
~Chiara Wittkowitz
Cool
Sa 08:16
Du kannst keine Nachrichten an diese Gruppe senden, da du kein Teilnehmer mehr bist.
25/30 Medien + Apps
HINTERNSÄCKE
Lilith Maria, +49 1522 8746573, +49 1573 0685234,
Hallo ich kenn euch nicht mathi wer sind die alle außer joscha
Sa 08:28
+49 1522 8746573
~Mathi (Engel)
Ka Charlotte hatt die rein und ich tu sie wieder raus
Sa 08:28
+49 1522 8746573 hat +49 1573 3191857 entfernt
+49 1522 8746573 hat +49 1575 7346073 entfernt
+49 1522 8746573 hat +49 179 7261338 entfernt
Du kannst keine Nachrichten an diese Gruppe senden, da du kein Teilnehmer mehr bist.

Riskant? oder nicht?

Am 1.7.2015 im Bundestag

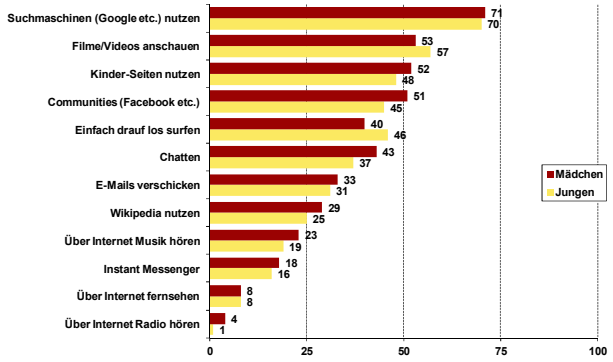
Am 1.7.2015 im Bundestag

Schöne neue Smartphone-Welt



Dieses Video wurde nicht als Warnung, sondern als Werbung produziert.

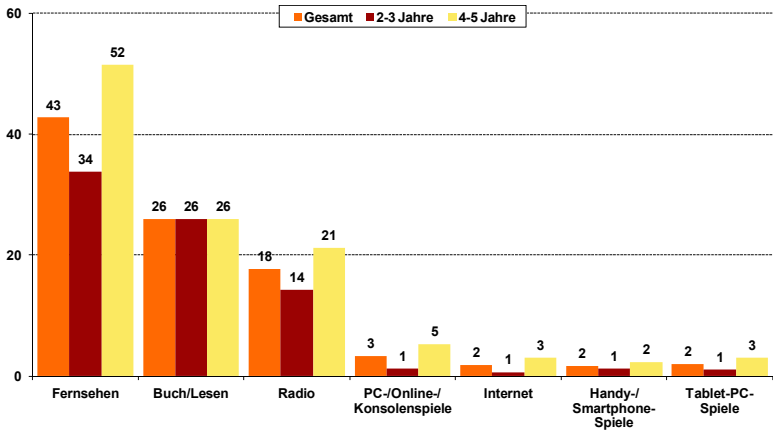
Internet-Tätigkeiten 2014
- mindestens einmal pro Woche -



Quelle: KIM-Studie 2014, Angaben in Prozent
Basis: Internet-Nutzer, n=766

Wieiviel Minuten am Tag

Geschätzte tägliche Nutzungsdauer verschiedener Medien durch Kinder 2014
- Angaben der Haupterzieher -



Quelle: miniKIM-Studie 2014, Angaben in Minuten
Basis: alle Haupterzieher, n=623

Barth **22**

Mediennutzung in der frühen Kindheit

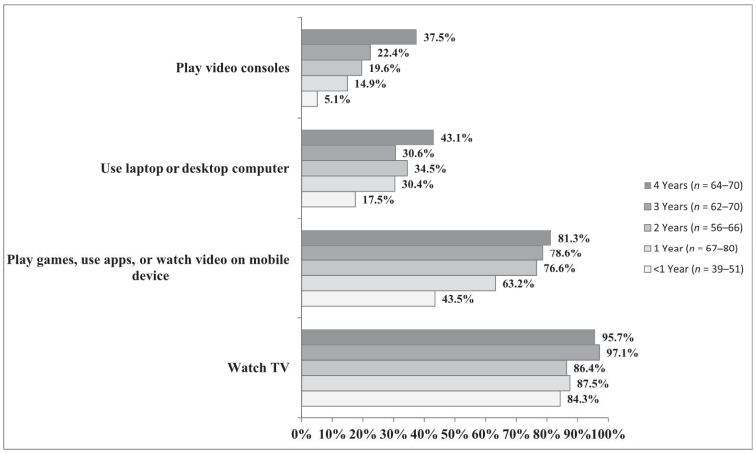
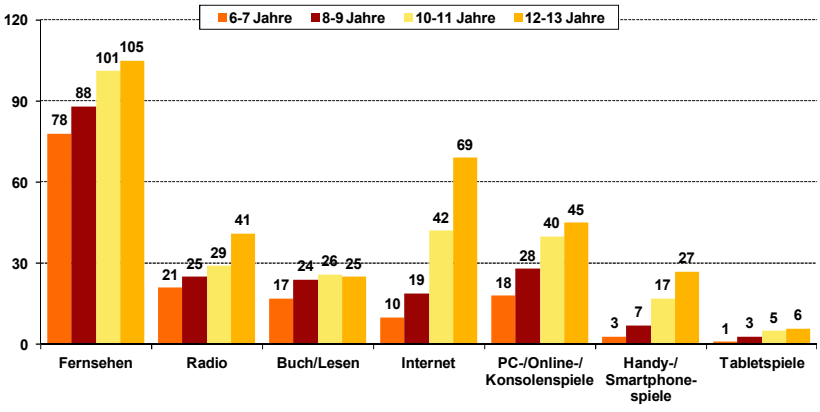


FIGURE 1
Percentage of children engaging in daily media use by activity and age cohort.

Kabali et al., Pediatrics 2015

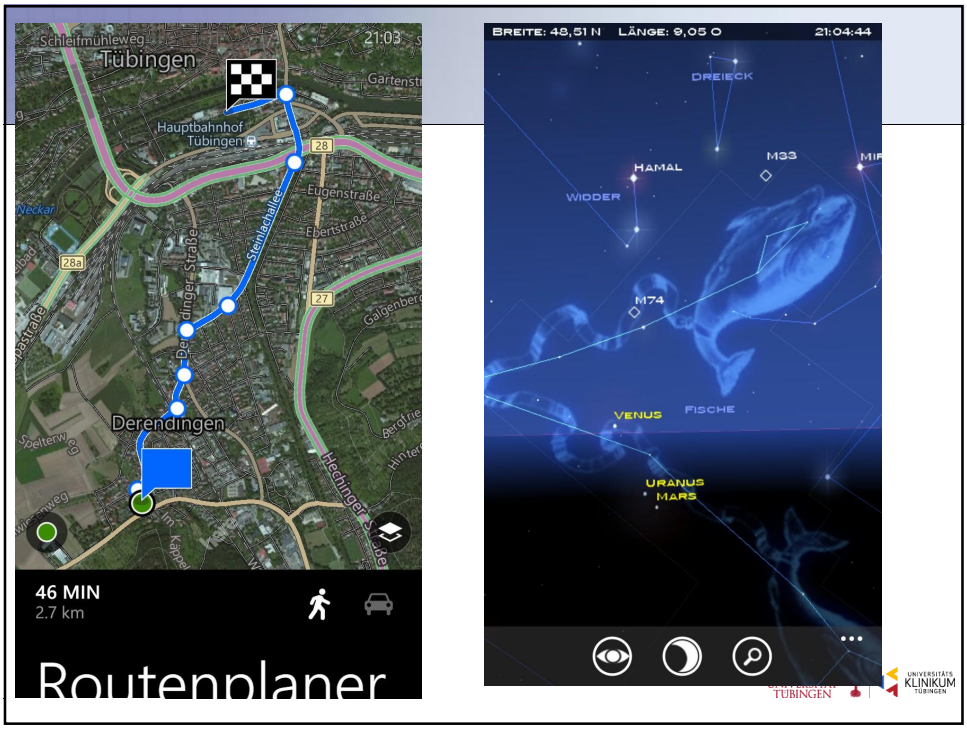
Geschätzte tägliche Nutzungsdauer verschiedener Medien durch Kinder

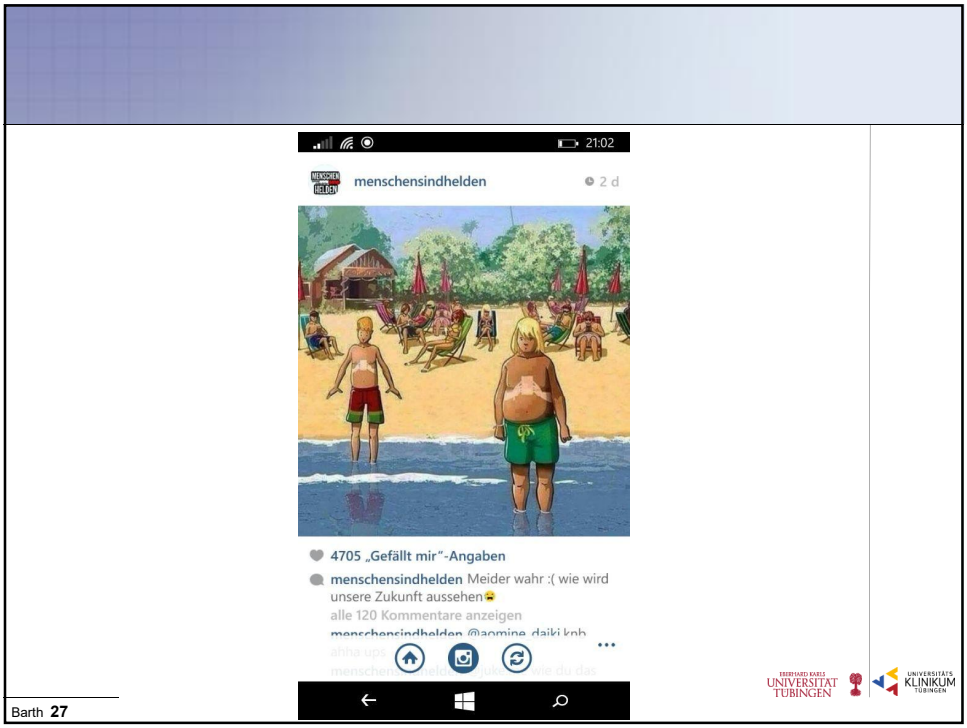
- Angaben der Haupterzieher -



Quelle: KIM-Studie 2014, Angaben in Minuten, Mittelwert
Basis: alle Haupterzieher, n=1.209

21:06
Fotos
Mediencenter
Katharina Handy
Noemi Barth
Kontakte
Wecker
Flashlight Pro+
Telekom.de
wetter.com
Rechner
21:07
kicker
BL - 24. Spieltag
Fr 06.03.15 20:30
VfB - Hertha 0:0 (0:0)
Sa 07.03.15 15:30
Schalke - Hoffenheim 3:1 (2:0)
Augsburg - Wolfsburg 1:0 (0:0)
Hannover - Bayern 1:3 (1:1)
Freiburg - Bremen 0:1 (0:1)
HSV - Dortmund 0:0 (0:0)

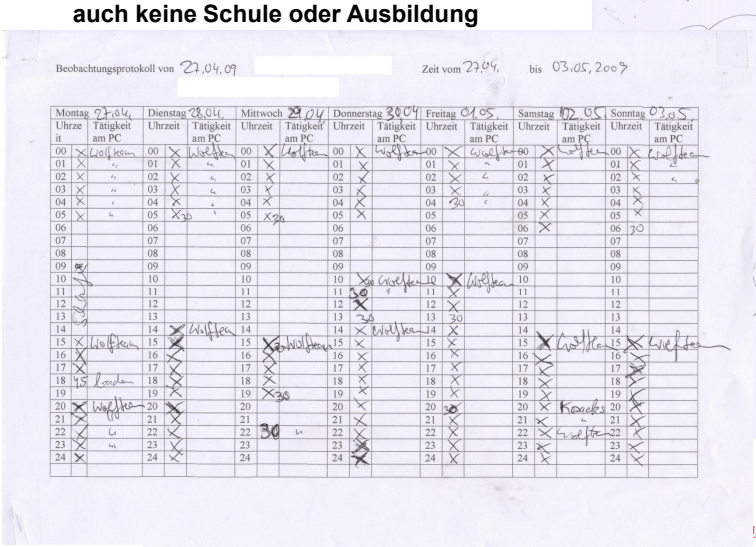

Tübingen
Hauptbahnhof Tübingen
Derendingen
46 MIN
2.7 km
Routenplaner
BREITE: 48,51 N LÄNGE: 9,05 O
21:04:44
DREIECK
HAMAL
WIDDER
M33
M74
VENUS
FISCHE
URANUS
MARS


21:02
menschensindhelden
2 d
4705 „Gefällt mir"-Angaben
menschensindhelden Meider wahr :(wie wird unsere Zukunft aussehen
alle 120 Kommentare anzeigen
UNIVERSITÄT TÜBINGEN
UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN
Barth 27

Abteilung Psychiatrie und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter
Exzessive Mediennutzung im Kindes- und Jugendalter
Internetnutzung heute
Internet-, Online- und Mediensucht
Komorbidität
Entwicklung und Psychdynamik
Neurobiologie
Beratung und Therapie
Prävention: Was bieten wir jungen Menschen?
UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

15½ - jähriger Jugendlicher

keine anderen Aktivitäten mehr möglich – auch keine Schule oder Ausbildung



Beobachtungsprotokoll von 27.04.09 Zeit vom 27.04. bis 03.05.2009

Montag 27.04.		Dienstag 28.04.		Mittwoch 29.04		Donnerstag 30.04		Freitag 01.05.		Samstag 02.05.		Sonntag 03.05.	
Uhrzeit	Tätigkeit am PC	Uhrzeit	Tätigkeit am PC	Uhrzeit	Tätigkeit am PC	Uhrzeit	Tätigkeit am PC	Uhrzeit	Tätigkeit am PC	Uhrzeit	Tätigkeit am PC	Uhrzeit	Tätigkeit am PC
00	X Wolfteam	00	X Wolfteam	00	X Wolfteam	00	X Wolfteam	00	X Wolfteam	00	X Wolfteam	00	X Wolfteam
01	X "	01	X "	01	X	01	X	01	X "	01	X	01	X "
02	X "	02	X "	02	X	02	X	02	X "	02	X	02	X "
03	X "	03	X "	03	X	03	X	03	X "	03	X	03	X
04	X "	04	X "	04	X	04	X	04	30 "	04	X	04	X
05	X "	05	X 30 "	05	X 30	05	X	05		05	X	05	X
06		06		06		06		06		06	X	06	30
07		07		07		07		07		07		07	
08		08		08		08		08		08		08	
09		09		09		09		09		09		09	
10		10		10		10	X 30 Wolfteam	10	X Wolfteam	10		10	
11		11		11		11	30 "	11	X	11		11	
12		12		12		12	X	12	X	12		12	
13		13		13		13	30	13	30	13		13	
14		14	X Wolfteam	14		14	X Wolfteam	14	X	14		14	
15	X Wolfteam	15	X	15	X 30 Wolfteam	15	X	15	X	15	X Wolfteam	15	X Wolfteam
16	X	16	X	16	X	16	X	16	X	16	X	16	X
17	X	17	X	17	X	17	X	17	X	17	X	17	X
18	45 Laden	18	X	18	X	18	X	18	X	18	X	18	X
19		19	X	19	X 30	19	X	19	X	19	X	19	X
20	X Wolfteam	20	X	20		20	X	20	30	20	X Kosacks	20	X
21	X	21	X	21		21	X	21	X	21	X "	21	X
22	X "	22	X	22	30 "	22	X	22	X	22	X Wolfteam	22	X
23	X "	23	X	23		23	X	23	X	23	X	23	X
24	X	24	X	24		24	X	24	X	24	X	24	X

EBERHARD KARLS UNIVERSITÄT TÜBINGEN · UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Aus der Präsentation eines computerspielenden Jugendlichen

Erkennungsmerkmale exzessiven Spielens

- Entzugserscheinungen wie:
- schlechte Laune
- Nervosität
- Schlafstörungen
- Essstörungen
- Schweißausbrüche
- Leben ohne PC sinnlos
- Depressiv
- Realitätsverlust
- Reizbar

EBERHARD KARLS UNIVERSITÄT TÜBINGEN · UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Ausnahmezustand = Ich-Zustand?

Die Kinder und Jugendlichen mit exzessive Mediennutzung können sehr unterschiedliche Bezeihungsmuster und unterschiedliches Verhalten zeigen.

Bietet die Theorie unterschiedlicher Ich-Zustände hier ein hilfreiches Erklärungsmodell an?

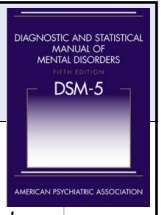
Barth 31

… vom Missbrauch zur Sucht

DSM V – Forschungskriterien

- Sucht, wenn mindestens 5 von 9 Kriterien erfüllt
- über 12 Monate

„Internet Gaming Disorder“



Andauernde Beschäftigung mit Internet- bzw. Online-Spielen.
(Der Betroffene denkt über frühere Online-Spiele nach oder beschäftigt sich gedanklich mit zukünftigen Spielen. Die Online-Spiele werden zur dominierenden Aktivität des alltäglichen Lebens.)

Entzugssymptome wenn das Online-Spielen nicht zur Verfügung steht.
(Diese Entzugssymptome werden typischerweise beschrieben als Gereiztheit, Ängstlichkeit oder Traurigkeit. Körperliche Symptome im Sinne eines Medikamentenentzugs werden nicht beschrieben.)

Toleranzentwicklung mit dem Bedürfnis, zunehmend Zeit für Online-Spiele aufzubringen.

Erfolglose Versuche, die Teilnahme am Online-Spielen zu beenden.

Verlust des Interesses an früheren Hobbies oder Aktivitäten als Folge des Online-Spielens.

Andauerndes exzessives Online-Spielen trotz des Wissens um die psychosozialen Probleme.

Täuschen von Familienmitgliedern, Therapeuten oder anderen Personen in Bezug auf das wirkliche Ausmaß des Online-Spielens.

Gebrauch der Online-Spiele, um aus negativen Emotionen (wie z.B. Gefühle von Hilflosigkeit, Schuld oder Ängstlichkeit) herauszukommen oder um diese zu lindern.

Gefährdung oder Verlust von wichtigen Bekanntschaften, Beruf, Ausbildung oder Karriere-Möglichkeiten wegen des Online-Spielens.

EBERHARD KARLS UNIVERSITÄT TÜBINGEN — UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Deutschland 2007-2008 (KFN)
KJP-Patienten 2009 (Müller et al. 2012)

15.168 Schülerinnen und Schüler (15 Jahre alt)

exzessives Spielverhalten (>4,5 Std/d):

- Mädchen 4,3%
- Jungen 15,8%

abhängig:

- Mädchen 0,3%
- Jungen 3%

gefährdet:

- Mädchen 0,5%
- Jungen 4,7%

WOW = World of Warcraft

durchschnittliche Spieldauer: etwa 4 h

36% mehr als 4,5 h

gefährdet: 11,6%

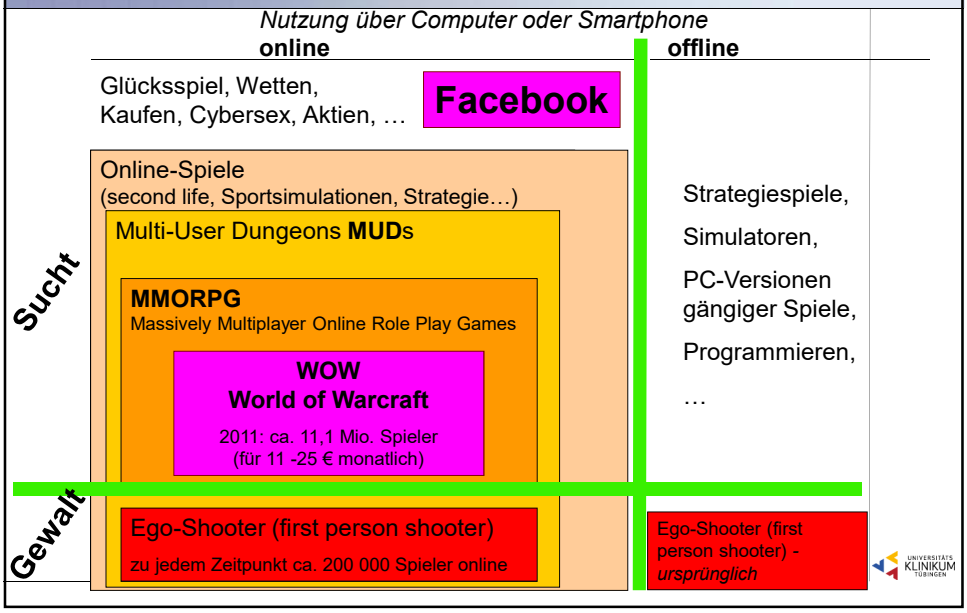
abhängig: 8,5%

Stationäre und teilstationäre Kinder- und Jugendpsychiatrische Patienten:

11,3% erfüllen die Kriterien der Internetsucht

EBERHARD KARLS UNIVERSITÄT TÜBINGEN — UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Sucht- und Gewaltpotential: **welche Werte?**



Geschichte der Computer- und Internet-Abhängigkeit

„Compulsive programmers“
(Weizenbaum 1976)

„Computer addiction contributes to social isolation“
(Zimbardo 1980)

Beschreibung von 106 Fällen von „Computerabhängigkeit“
(Shotton 1991)

Internet-Addiction
(Young 1996)

Drogenbeauftragte Mai 2012

Die Drogenbeauftragte der Bundesregierung

„Es zeigt sich zudem, dass das gewerbliche Glücksspiel bei Jugendlichen (16-17 Jahre) und bei jungen Erwachsenen (18-20 Jahre) stark zugenommen hat.

Dies ist mit einem höheren Suchtrisiko für diese Altersgruppe verbunden.

Zunehmend verbreitet ist auch der exzessive oder pathologische Computer-spiel- und Internetgebrauch bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Etwa 250.000 der 14- bis 24- Jährigen gelten als internetabhängig, 1,4 Mio. als problematische Internetnutzer.“

EBERHARD KARLS UNIVERSITÄT TÜBINGEN · UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

PINTA-DIARI 2013

Aktuelle Studie zur Internetabhängigkeit in Deutschland

Altersgruppe	Gesamt (%)	Weiblich (%)	Männlich (%)
14-64	1,0	0,8	1,2
14-24	2,4	2,4	2,5
14-16	4,0	4,9	3,1

Junge Männer sind mehr zu Computerspielen hingezogen,

Junge Frauen sind mehr in sozialen Netzwerken aktiv.

EBERHARD KARLS UNIVERSITÄT TÜBINGEN · UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Drogenbeauftragte 2016

Jeder 12. Junge süchtig nach Computerspielen
Berlin, 01.12.2016
In Deutschland ist jeder 12. Junge oder junge Mann süchtig nach Computerspielen. Nach einer neuen DAK-Studie erfüllen 8,4 Prozent der männlichen Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen im Alter zwischen 12 bis 25 Jahren die Kriterien für eine Abhängigkeit nach der sogenannten „Internet Gaming Disorder Scale“. Bei den Betroffenen verursacht die exzessive Nutzung von Computerspielen massive Probleme. Der Anteil der betroffenen Mädchen und jungen Frauen liegt mit 2,9 Prozent deutlich niedriger. Das zeigt der Report „Game over“ der Krankenkasse DAK-Gesundheit und des Deutschen Zentrums für Suchtfragen.

www.webholic-sucht-hilfe.de – Generation internetsüchtig?

Die Jahrestagung der Drogenbeauftragten (11/2016)

Drogenbeauftragte 2016

Durch Computerspiele leiden soziale Kontakte

Laut Untersuchung haben Computerspiele bei den befragten Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen häufig negative soziale Auswirkungen in verschiedenen Bereichen:

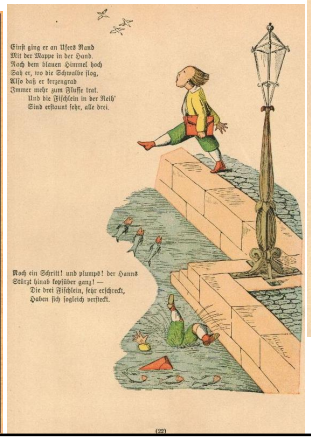
- 46 Prozent der Befragten vernachlässigen soziale Kontakte zu Freunden oder zu Familienangehörigen, die ihnen früher wichtigen waren. In der Altersgruppe der 15- bis 17-jährigen Jungen sind es mit 69 Prozent die meisten;
- 40 Prozent der Befragten haben wegen der Nutzung von Computerspielen Streit mit den Eltern. In der Altersgruppe der 12- bis 14-Jährigen Jungen sind es mit 89 Prozent die meisten;
- 16 Prozent der Befragten nimmt wegen der Nutzung von Computerspielen nicht an gemeinsamen Mahlzeiten teil. In der Altersgruppe der 15- bis 17-Jährigen Jungen sind es mit 34 Prozent die meisten.

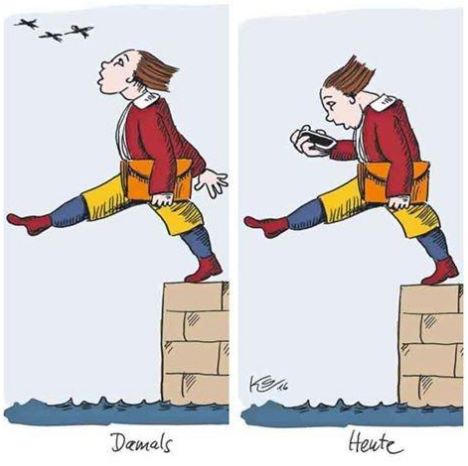
Geschichte?

Im Struwwelpeter würde heute exzessive Mediennutzung auftauchen!

z.B. Hanns Guck-in-die-Luft -

Heute mit Handy





PINTA-DIARI 2013

Altersgruppe	Gesamt (%)	Weiblich (%)	Männlich (%)
14-64	1,0	0,8	1,2
14-24	2,4	2,4	2,5
14-16	4,0	4,9	3,1

Auswirkungen

Beeinträchtigung letzte 12 Monate	Internetabhängig (>4 Kriterien entsprechend DSM-5) MW (SD)	Nicht internetabhängig (<5 Kriterien entsprechend DSM-5) MW (SD)	Signifikanz
Arbeit im Haushalt	4,0 (2,6)	2,8 (2,1)	.002*
Arbeitsfähigkeit	2,9 (2,7)	1,3 (2,0)	<.001**
Fähigkeit, enge Beziehungen einzugehen	2,3 (2,3)	1,4 (2,3)	<.001**
Sozialleben	2,7 (2,5)	1,1 (1,7)	<.001**
Tage vollständiger internetbedingter Arbeitsunfähigkeit	5,6 (24,6)	0,1 (0,1)	<.001**
Tage leichter Einschränkung normaler Aktivitäten	30,7 (64,6)	3,3 (13,5)	<.001**

* signifikant (p<0.01)

** signifikant (p<0.001)

UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

PINTA-DIARI 2013

Altersgruppe	Gesamt (%)	Weiblich (%)	Männlich (%)
14-64	1,0	0,8	1,2
14-24	2,4	2,4	2,5
14-16	4,0	4,9	3,1

Auswirkungen differenziert nach Internet-Aktivität:

Tabelle 3: Beeinträchtigungen durch den Internetkonsum bei Abhängigen aufgetrennt nach Hauptaktivitäten

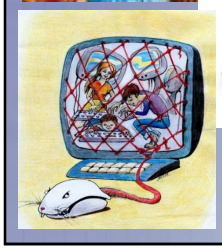
Beeinträchtigung letzte 12 Monate	Computer-spiele MW (SD)	Soziale Netwerke MW (SD)	Sonstige MW (SD)	Signifi-kanz MW (SD)
Arbeit im Haushalt	2,8 (2,7)	3,9 (2,6)	4,3 (2,5)	.735
Arbeitsfähigkeit	2,3 (2,4)	3,2 (2,9)	3,1 (2,7)	.458
Fähigkeit, enge Beziehungen einzugehen	1,9 (2,2)	2,3 (2,4)	2,7 (2,1)	.325
Sozialleben	2,9 (2,6)	2,5 (2,5)	2,9 (2,4)	.675
Tage vollständiger internetbedingte Arbeitsunfähigkeit	7,5 (34,7)	6,3 (20,9)	2,0 (7,8)	.690
Tage leichter Einschränkung normale Aktivitäten	21,6 (71,6)	27,2 (55,8)	47,8 (66,9)	.308

TÜBINGEN

UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Abteilung Psychiatrie und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter

Exzessive Mediennutzung im Kindes- und Jugendalter



Internetnutzung heute

Internet-, Online- und Mediensucht

Komorbidität

Entwicklung und Psychdynamik

Neurobiologie

Beratung und Therapie

Prävention: Was bieten wir jungen Menschen?

UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Risikofaktoren von Internetsucht

Depression
ADHD
Soziale Phobie
Feindseligkeit

→ Sagen spätere Internetsucht voraus – am stärksten ADHS und Feindseligkeit

(ca. 2000 Teilnehmer, 12 Jahre Durchschnittsalter, 2 Jahre prospektiv)

Ko et al. 2009

Depression
ADHS
Angst
Störung des Sozialverhaltens
Suizidalität

→ Prädiktor für spätere pathologische Internetnutzung

(11356 Jugendliche aus 11 europäischen Ländern)

Kaess et al. 2014

EBERHARD KARLS UNIVERSITÄT TÜBINGEN

UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

ADHS und Mediensucht 1

ADHS bei 37% der Jugendlichen mit pathologischer Mediennutzung und 28% der Jugendlichen mit exzessiver Mediennutzung. Kaess et al. (2014)

ADHS in allen Studien zur Komorbidität beschrieben.

Carli et al. (2013)

Impulsivität

als zentraler Faktor, der zur exzessiven Mediennutzung führt

Mazhari (2012)

Haghbin et al. (2013)

Aufmerksamkeitsdefizit

korreliert mit exzessiver Smartphone-Nutzung

Zheng et al. (2014)

Behandlung von ADHS

Bei Komorbidität von ADHS und Internetspielen führt Behandlung mit Methylphenidat zur reduziertem Spielen

8-wöchige Behandlung mit MPH reduziert die Spieldauer als auch die Suchtstärke

Der Effekt ist bei mäßigen und extremen Spielern zu sehen.

Han et al. 2009

Gewinn moderner Medien für Depressive

Mit geringem Antrieb bedienbar

Erfolgserlebnisse

Stärkung des Selbstwertes

Integration aggressiver Anteile

Beeinflussung des Serotonin-Haushalts im Gehirn

Depression und Autismus

Depression

Es deutet sich an, dass Mediennutzung die Serotoninverfügbarkeit positiv beeinflussen kann.

= Selbstmedikation

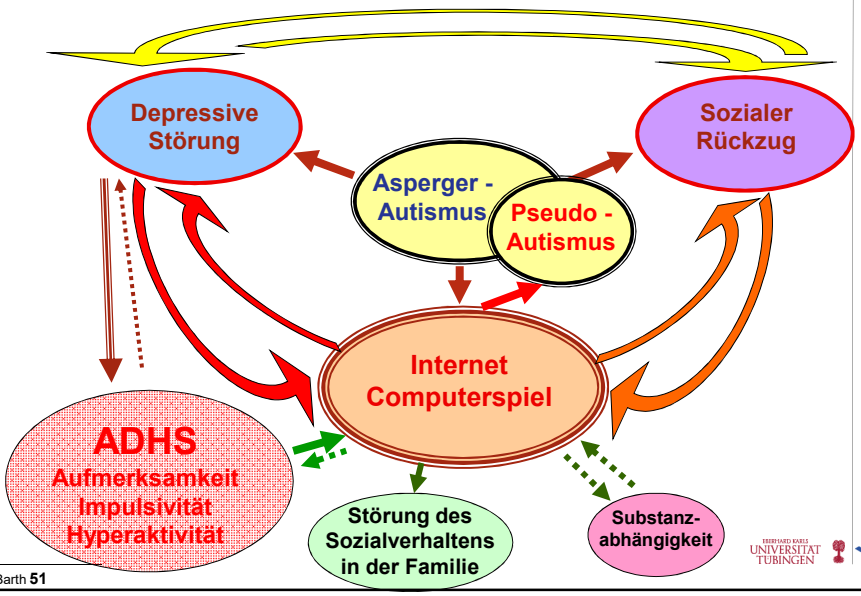
Autismus-Spektrum

PC gewährt angstfreie Kommunikation, Erfolgserlebnisse und gehorcht einem eher technisch betonten Denken

PC ist Rückzugsort

Gefahr des Verlusts anderer sozialer Bezüge

Teufelskreis: bidirektionale Kausalität der Komorbidität

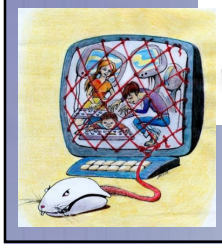


Barth 51

Abteilung Psychiatrie und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter

Exzessive Mediennutzung im Kindes- und Jugendalter

- Internetnutzung heute
- Internet-, Online- und Mediensucht
- Komorbidität
- Entwicklung und Psychdynamik
- Neurobiologie
- Beratung und Therapie
- Prävention: Was bieten wir jungen Menschen?



UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Smartphone im Kleinkindalter

Kinder mit sozial-emotionalen Schwierigkeiten werden öfters durch Mobil-Technologie beruhigt.

Frustration auf Seiten der Eltern mit dem Verhalten von Kindern im Alter von 15 bis 36 Monaten ist häufiger damit verbunden, digitale Medien als Beruhigungsmittel einzusetzen.

Kausalität in beiden Fällen wahrscheinlich in diese Richtung!

Radesky et al., JAMA Pediatrics 2016

Befürchtung

Zeiten am Bildschirm bilden für die heutige und zukünftige Welt aus.

aber

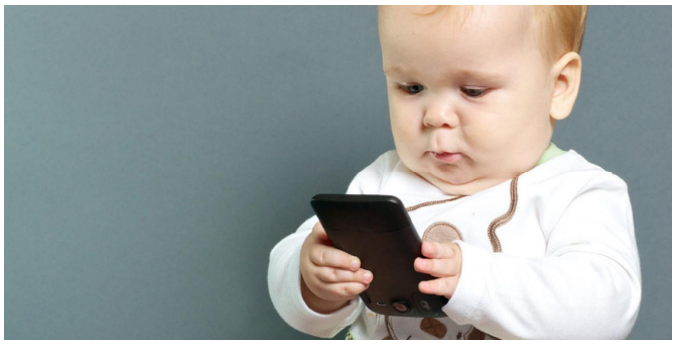
Zeiten am Bildschirm

sind

verlorene Zeiten für unmittelbare Beziehungserfahrung.

Ab einer (individuell unterschiedlichen) kritischen Zeitdauer beeinträchtigen sie die sozial-emotionale Entwicklung.

Heute?



Voraussetzung

Kinder planschten begeistert mit Seelöwen

Schwimmtherapie mit Seelöwen des „Circus Krone" bescherte kleinen Patienten der Kinderpsychiatrie schöne Stunden

SINUS-Jugendstudie 2016

Früher sagt meine Schwester - sie ist zehn Jahre älter als ich, hat man noch in diesen Telefonzellen telefoniert. Überleg mal, wie krass krank das sein muss, dass man Münzen in diesen Automat reinsteckt. Ich weiß nicht, ich kann mir das nicht vorstellen. Ich kann's mir einfach nicht vorstellen, dass man kein Telefon in der Tasche hat. Stell dir vor, es passiert was oder mir ist langweilig auf der Straße. Was mache ich?!
(weiblich, 16 Jahre, Adaptiv-Pragmatische)

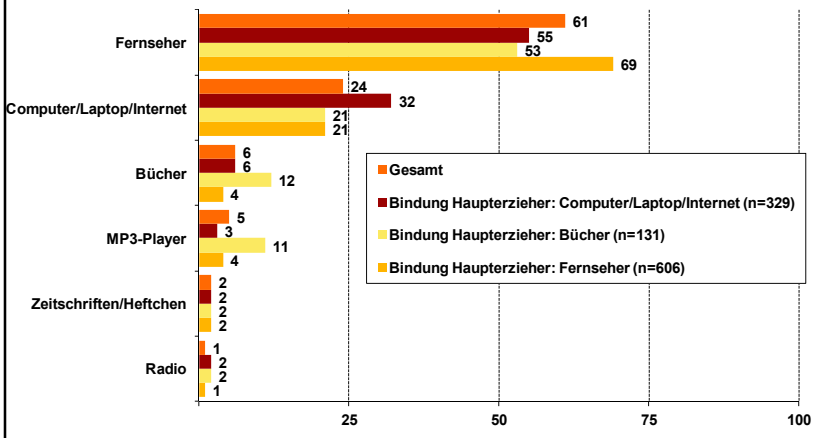
Diktatur der Kommunikation

- *Also ich habe es schon mal vergessen zuhause. Ich fand das relativ schlimm. Zum einen, weil ich hätte ja wichtige Nachrichten über WhatsApp kriegen können, was natürlich nicht der Fall ist, oder wenn ich jetzt zum Beispiel meine Bahn verpasse, meine Eltern anrufen muss.* (männlich, 14 Jahre, Materialistische Hedonisten)
- [INT: WIE WÄRE EIN TAG OHNE DEIN SMARTPHONE?] *Mies. Ich gucke immer gerne, hat mir jetzt der und der geschrieben oder nicht? Und wenn man dann weiß, ja, der hat es gelesen, aber schreibt nicht zurück, Arsch! Und wenn das nicht da wäre, ich die ganze Zeit so: Handy, ich will es wieder haben, bitte, gib mir das Handy! Ich hatte mal sechs Stunden keinen Empfang und habe die ganze Zeit gedacht: Empfang, bitte komm wieder!* (weiblich, 14 Jahre, Experimentalistische Hedonisten)

Barth **59**

Medienbindung Kinder 2014

- Am wenigsten verzichten kann ich auf ... -



Quelle: KIM-Studie 2014, Angaben in Prozent
Basis: alle Kinder, n=1.209

Krankmachendes Potential

13. JANUAR 2017 · NR. 11 · SEITE 15

Wer das sieht, wird krank

Traumatisierte Mitarbeiter verklagen Microsoft

Es war ihr täglicher Job, die grausamsten Videos und Fotos anzuschauen – sterbende Menschen, Morde, Misshandlungen, tausendfach, über Jahre hinweg. Sie konnten helfen, die schlimmsten Verbrechen aufzuklären, weitere zu verhindern, Menschenleben zu retten. Und irgendwann konnten sie nicht mehr: Henry Soto und Greg Blauert, lange Zeit Mitarbeiter im „Online Safety Program" von Microsoft, leiden, so schildern es ihre Anwälte, unter posttraumatischen Belastungsstörungen, haben Panikattacken, Halluzinationen, Depressionen, und können die Gegenwart von Kindern und Computern kaum ertragen. Jetzt haben sie den Software-Riesen vor einem Gericht im Bundesstaat Washington verklagt. Ihr Fall könnte weitreichende Folgen haben.

Katastrophale Folgen

9.2.2016 Bad Aibling

Es bestehe der Verdacht, "dass der Fahrdienstleiter entgegen einem bestehenden Verbot im Dienst bis unmittelbar vor der Kollision der Züge durch die Nutzung eines Online-Computerspiels abgelenkt war"

ARD 2016

Sex-Anmache im Netz

Cyber-Grooming: Wie Pädophile jugendliche Opfer finden

Pädophile missbrauchen das Netz, um sich an jugendliche Opfer heranzumachen. Mit Cyber-Grooming befasst sich heute ein Themenabend in der ARD.

Berlin. Simon Keller ist ein pädophiler Lehrer, der im Internet mit falscher Identität unterwegs ist. Kevin ist ein Teenager, der Mädchen missbraucht und mit Nackt-Selfies erpresst. Und Sara ist ein Opfer von beiden. Das TV-Drama „Das weiße Kaninchen" packt gleich mehrere schwierige Themen an – eines davon nennt sich Cyber-Grooming.

Mit dem englischen Begriff „grooming" (Anbahnung, Vorbereitung) bezeichnen Experten das Vorgehen von Tätern, die sexuellen Missbrauch vorbereiten. Oft sind es Erwachsene, die sich im Internet mit sexuellen Absichten an Kinder und Jugendliche heranmachen. Sie geben sich in sozialen Netzwerken und Chats oft jünger aus als sie sind, bauen mit Schmeicheleien nach und nach Vertrauen bei ihren Opfern und belästigen sie dann sexuell. Oft überreden sie ihre Opfer, ihnen freizügige Fotos zu schicken, sexuelle Handlungen an sich vorzunehmen oder ihnen selbst bei solchen per Webcam zuzuschauen. Druck machen sie mit der Drohung, die Bilder im Umfeld des Kindes oder Jugendlichen zu verbreiten. Oft versuchen Täter auch,

Devid Striesow spielt den Lehrer beängstigend gut

mit einer solchen Erpressung ihr Opfer zu einem persönlichen Treffen zu zwingen, bei dem sie es dann sexuell missbrauchen.

In „Das weiße Kaninchen" spielt Devid Striesow den pädophilen Lehrer Simon Keller – und er macht das beängstigend gut. Eben sieht man ihn noch vor der Klasse sitzen. Er macht auf besorgten Medienpädagogen: „Ich will das Internet nicht verdammen", sagt er. „Ich will euch nur bewusst machen, dass dort Jäger unterwegs sind. Und wenn ihr nicht aufpasst, seid ihr vielleicht die Beute." Wenig später sieht man ihn, wie er heimlich Mädchen beim Sport in der Turnhalle beobachtet und dabei onaniert. Und man ahnt schon: Er gehört zu den Jägern.

Filmszene aus „Das weiße Kaninchen": Die 13-jährige Sara freundet sich in einem Online-Quiz mit Unbekannten an. Foto: SWR

Florian Schwarz führte Regie in dem TV-Drama und weiß, dass es polarisiert: „Es verlangt dem Zuschauer schon eine Bereitschaft ab, sich auf so eine Figur einzulassen. Und die Frage ist, will man das, bei einem Menschen, der Kinder missbraucht!"

Themenabend in der ARD

TV-Drama Sara ist eine 13-jährige wie viele andere. Sie ist nicht die Selbstbewusstete, fühlt sich von ihren Eltern unverstanden und beneidet ihre Freundin um deren Lässigkeit. Jungs anzusprechen, fällt ihr schwer. Im Chatroom ist das viel einfacher, auch mit Kevin, der ihr schon bald Komplimente macht und mit Benny, der so viel Verständnis zeigt. Aber Kevin ist durchtrieben, verlangt von ihr erst ein Oben-ohne-Selfie und erpresst sie dann mit dem Smartphone-Foto. Cyber-Grooming nennt sich das. Und Benny entpuppt sich als Erwachsener, der im Netz den Jugendlichen gibt, um so an Mädchen ranzukommen. Der Fernsehfilm „Das weiße Kaninchen" (heute, 20.15 Uhr, ARD) packt das schwierige Thema an. Devid Striesow spielt den pädophilen Lehrer Simon Keller. Sein Avatar (Kunstfigur) beim Chatten ist ein weißes Kaninchen, angelehnt an das Vorbild aus dem Kinderbuch „Alice im Wunderland". In dem das weiße Kaninchen den Weg in eine neue Welt zeigt.

Diskussion „Das weiße Kaninchen" ist ein Film, der bewusst Fragen offen lässt und zum Thema Pädophilie keine holzschnittartigen Antworten geben will. Platz für Diskussionen darüber soll die Talkshow „Maischberger" bieten, gleich im Anschluss an den Film. dpa

Männer, die sich zu Kindern hingezogen fühlen, können deutschlandweit kostenlos und anonym Hilfe von Therapeuten bekommen. Das in Berlin initiierte Netzwerk „Kein Täter werden" ist mittlerweile in elf Städten vertreten. Sprecher Jens Wagner zufolge richtet sich das Angebot an Menschen, die sich sexuell zu Kindern hingezogen fühlen, unter ihrer Neigung leiden und deshalb therapeutische Hilfe suchen.

Rund 6400 Menschen aus dem gesamten Bundesgebiet haben sich demnach seit 2005 bis Ende März 2016 an das Präventionsnetzwerk gewandt. Fast 1200 von ihnen konnte ein Therapieangebot gemacht werden.

Die gesamte Therapie sei kostenlos und falle unter die Schweigepflicht. Sie finde wöchentlich in Gruppen sowie bei Bedarf auch in Einzelgesprächen und unter Einbeziehung Angehöriger statt. dpa

Folgen

Wir wissen wenig über die Folgen:

Im Kleinkind- und Kindesalter gibt es Hinweise auf problematische Folgen zu intensiver Mediennutzung

Im Jugendalter gibt es negative Folgen exzessiver Mediennutzung.

Wir wissen wenig über die Folgen heute „normaler" Mediennutzung.

Exzessive Mediennutzung ist häufig mit vorausgehenden seelischen Belastungen verbunden.

Ich kenne keine Jugendlichen mit „digitaler Demenz"

Entwicklung
Jugendliche können Folgen nicht abschätzen

Beispiel:

8 Jahre zuvor wegen exzessiven Computerspielens stationär.

Konnte den Platz vor dem PC nicht mehr verlassen …

Aus der späteren Website:

Über mich [05.07.2005] Ich bin **23 Jahre** alt (….), wohne zur Zeit in … und besuche dort das Oberstufen-Kolleg, wo ich **innerhalb der nächsten drei Jahre mein Abitur nachholen** möchte.

Wenn ich nicht grade im Unterricht bin oder mich im Kollegiaten-Rat **für die Belange meiner Mischüler engagiere**, lese ich viel (siehe Bücher), verbringe Zeit mit Freunden und Bekannten, bin aber auch viel am Computer und dann eigentlich immer online.

Weil ich inzwischen keinen Bock mehr hab, mich selbst von der Weltöffentlichkeit überwachen zu lassen, steht die Cam zur Zeit im Büro der … in … und zeigt die Fische in meinem Aquarium. Nicht sehr spannend, aber dafür immer was zu sehen und eine tolle Möglichkeit für mich meine "Haustiere" im Auge zu behalten.

Emotionale Probleme und Familienfunktion

Longitudinale Studie:

> Higher levels of early childhood electronic media use are associated with children being at risk for poorer outcomes with some indicators of well-being. In particular, the risk for adverse outcomes in children ranged from a **1.2- to 2.0-fold increase for emotional problems and poorer family functioning for each additional hour of television viewing or e-game/ computer use**.
>
> Hinkley et al., JAMA Pediatrics 2014

Bildschirm und Aufmerksamkeit

Laufender Fernseher im Hintergrund beeinträchtigt die Aufmerksamkeit von Kindern im Alter von 2 bis 8 Jahren auf das Spielen und das Lernen.

Eltern, die ein liebevolles Familienklima schaffen, können diese Wirkungen reduzieren.

Linebarger et al., Journal of Developmental & Behavioural Pediatrics 2014

2015 unter 8-14-jährigen deutschen Schülern

Schulische Probleme durch starke Handy-Nutzung

Fast die Hälfte gibt zu, durch das Handy abgelenkt zu werden, etwa von den Hausaufgaben (48 Prozent), oder unüberlegt persönliche Daten preiszugeben (43 Prozent). Mehr als jeder vierte junge Befragte gab an, schon einmal Nachrichten von Fremden erhalten zu haben. Jeder Vierte fühlt sich durch die permanente Kommunikation über Messenger-Dienste wie WhatsApp gestresst (24 Prozent).

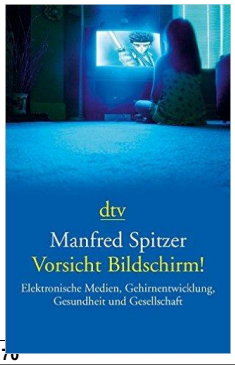
2015 unter 8-14-jährigen deutschen Schülern

Jeder Fünfte (21 Prozent) ist schon auf nicht jugendfreien Seiten gelandet, gibt schulische Probleme durch seine starke Handy-Nutzung zu (20 Prozent) und hat via Smartphone schon Gewalt-Videos mit entwürdigenden Darstellungen bekommen (19 Prozent).

Jeder Siebte (15 Prozent) bemängelt, dass die echten Kontakte zu Freunden zu kurz kommen. Jeder Zehnte (11 Prozent) ist bereits Opfer digitalen Mobbings oder von Ausgrenzung aus WhatsApp-Gruppen geworden. Am geringsten scheint bei den Acht- bis Vierzehnjährigen noch das Problem des sogenannten Sextings: Nur knapp jeder zwanzigste Befragte (4 Prozent) gab an, bereits intime Fotos verschickt zu haben.

Kausalität oder Korrelation – Umgang mit Daten

"Zu viel Fernsehen, Surfen im Internet und Spielen am Computer oder an der Playstation macht unsere Kinder fett, aggressiv und blöd - so lautet die steile These des renommierten Hirnforschers und Neurobiologen Manfred Spitzer."



SINUS-Jugendstudie 2016

Gerne ohne Handy in die Disko

Ein Ergebnis der neuen Sinus-Studie 2016: Jugendliche sind digital gesättigt

Barth **71**

Veränderung

Kommunikation ist heute anders als früher:

Positiv:

Mehr Kommunikation

Aber:

Druck der Erreichbarkeit

Schnelllebigkeit der Kommunikation

Bedeutungswandel des Begriffs „Freund“

Qualität der Kommunikation?

Barth **72**

2015 unter 8-14-jährigen deutschen Schülern

Permanenter Kommunikationsdruck.

Viele Eltern kontrollieren heimlich, was ihre Sprösslinge mit dem Smartphone treiben.

Lückenlose Überwachung durch die Eltern:

Also lieber mal ausschalten

Datensicherheit

Sind unsere Jugendlichen darüber aufgeklärt?

- Weitgehende Ungeschütztheit der kommunizierten Daten
- Weitgehende Ungeschütztheit der Daten auf dem Smartphone
- Problematik von Bluetooth
- Problematik von W-Lan

- Was darf wie ins Netz? Beliebtheit von Snapchat.

iPad statt Beruhigungssaft: Spielen Kinder künftig Computer vor OP?

New research presented at this year's World Congress of Anaesthesiologists (WCA) in Hong Kong (Aug. 28 -- Sept. 2) shows that allowing children to use iPads to distract them before surgery requiring general anaesthesia is as effective at lowering their anxiety as conventional sedatives. Furthermore, parental satisfaction and quality of anaesthesia induction was higher in children using iPads. The study is by Dr Dominique Chassard, EPICIME, Hopital Mere Enfant, Hospices Civils de Lyon, Bron, France, and colleagues.

Die Forscher konnten zeigen, dass Kinder (n=58), die 20 Minuten vor der Anästhesie Tabletspiele spielten, ein genauso hohes Angstlevel hatten, wie Kinder (n=54), die das gängige Beruhigungsmittel Midazolam erhielten. Zudem veränderten sich in beiden Subgruppen die Ängste zu den abgefragten Messzeitpunkten nach dem gleichen Muster.

World Federation of Societies of Anaesthesiologists. "iPads as effective as sedatives for children before operations." ScienceDaily. ScienceDaily, 29 August 2016. <www.sciencedaily.com/releases/2016/08/160829094027.htm>.

Barth **75**

Schwäbisches Tagblatt 17.10.2016

Smartphone als Therapiebegleiter

Kinder- und Jugendpsychiatrie Beim Tag der offenen Tür an der Tübinger Uniklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie am gestrigen Sonntag ging es auch um künftige Therapiekonzepte. *Von Dorothee Hermann*

Zahlreiche Besucher interessierten sich für das therapeutische Bogenschießen in der Uniklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie. *Bild: Metz*

Wenn Eltern oder Schule mit einem Kind überfordert sind, kann manchmal nur ein Therapeut oder ein Arzt helfen. Am gestrigen Sonntag bot die Tübinger Uniklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -Psychotherapie einen Einblick in Räume und Behandlungsweisen. Klinikleiter Prof. Tobias Renner warnte davor, jugendliche Patienten nur auf ihre Krankheit zu reduzieren. „Sie sind gleichberechtigte Gesprächspartner. Menschen mit Stärken und Schwächen wie alle anderen auch", sagte er beim Aufaktvortrag. „Was machen die mit den Kindern! - Die Kinder- und Jugendpsychiatrie stellt sich vor". Mitgastgeber war der Fördererverein Schirm.

„Wir schauen auf das Familienleben, wir wollen nicht nur am Kind etwas verändern", erläuterte Renner. Für Kinder und Jugendliche mit geistigen Behinderungen ist die Klinik nicht gedacht. „Sie brauchen andere Hilfsangebote."

Aufgenommen werden Patienten im Alter von sechs bis 18 Jahren. Sie leiden beispielsweise an Ängsten, ADHS, autistischen oder Zwangsstörungen, Depressionen oder Essstörungen oder fallen durch exzessive Mediennutzung auf. Andere haben häufig Streit und Konflikte mit Klassenkameraden oder zuhause. Oder sie finden keine Freunde und wissen auch nicht, wie man auf andere zugeht, berichtete der Klinikleiter.

Derzeit läuft eine Pilotstudie mit einer Smartphone-App, die beispielsweise bei Schulproblemen helfen könnte, sagte Renner. Sie ist nicht nur für das betroffene Kind gedacht, sondern auch für Eltern und Lehrer. Ziel sei eine Art Notfallkoffer, über den sich ein Kontakt zum Therapeuten herstellen lässt, wenn etwas schiefgelaufen ist. „90 Prozent der Jugendlichen besitzen ein Smartphone und gehen auch gerne damit um", so der Klinikleiter. Denkbar seien solche mobilen Hilfen auch bei Zwangsstörungen: beispielsweise wenn ein Patient bestimmte Bereiche der eigenen Wohnung nicht betreten kann, weil er sie für kontaminiert hält, oder bei zwanghaftem Händewaschen.

Nicht alle jugendlichen Patienten brauchen eine stationäre Behandlung. Deshalb bietet die Tagesklinik für Kinder zehn Plätze in einem modernen Holzlamellenbau in der Osianderstraße.

Die Tagesklinik für Jugendliche mit zwölf Plätzen ist derzeit noch im Altbau der vormaligen Universitätsneurologie untergebracht, soll aber im Frühjahr 2018 nach Reutlingen umziehen. Dort ist bereits jetzt eine psychosomatische Abteilung mit weiteren fünf Plätzen angesiedelt, eine Kooperation der Tübinger Kinder- und Jugendpsychiatrie mit der Kinderklinik Reutlingen. Die jungen Patienten dort leiden etwa an Essstörungen (auch Adipositas), Schulphobie und anderen Ängsten, depressiven Erkrankungen oder Ausscheidungsstörungen wie Einnässen oder Einkoten.

„Wir wünschen uns eine weitere Tagesklinik für Adoleszente, also für junge Leute an der Schwelle zum Erwachsenwerden", sagte Renner. Bei akuter Suizidgefahr oder wenn ein Jugendlicher so sehr ausgerastet ist, dass er andere gefährdet, bietet eine Krisenintervention stationär weitere sieben Plätze.

„Manchmal sagt eine Wohngruppe: Es geht nicht mehr. Wir können uns aber vorstellen, den Jugendlichen in drei Tagen wieder aufzunehmen", berichtete Stationsleiter Dr. Michael Karle.

Weil stationäre behandelte psychisch kranke Kinder im Schnitt drei bis fünf Monate in der Klinik verbringen, gibt es auch eine Klinikschule. Aufgrund des dichten Therapieprogramms ist das Unterrichtspensum mit zwölf bis 15 Wochenstunden deutlich geringer als in der Regelschule, erläuterte Schulleiter Roland Hilermann.

Unter den Besuchern war die Diplom-Sozialpädagogin Catrin Klinger aus Rottenburg. Psychiatrie erlebt sie noch immer „mit einer gewissen Distanz zum täglichen Leben". Deshalb fand sie es toll, „dass die sich öffnen und einen Tag der offenen Tür anbieten". Klinger arbeitet beim Verein Mokka in Rottenburg der mobile Kinder-Kultur-arbeit macht. „Wir merken, dass psychische Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen zunehmen, auch in Grundschulen."

Der Anti-Gewalttrainer und Jugend- und Heimerzieher Tobias Blocksdorf erläuterte, was bei einem Anti-Gewalt-Training zu beachten ist. Zudem konnten sich Besucher beim Bogenschießen, auf dem Trampolin oder an der Kletterwand auf dem Spielplatz versuchen.

Barth **76**

Empfehlungen zur Mediennutzung

Das Kriminologischen Forschungsinstituts Niedersachsen, das auch schwerpunktmäßig im Bereich Medienkonsum forscht, empfiehlt in ihrem Medienratgeber folgendes:

0 – 3 Jahre: Keine Bildschirmnutzung, stattdessen Bücher und Musik.

4 – 6 Jahre: Keine Bildschirmgeräte im Kinderzimmer; möglichst wenig Bildschirmmedien; eher DVD statt Fernsehen, um Werbung zu vermeiden; geeignet sind Musik, Bücher und Hörbücher.

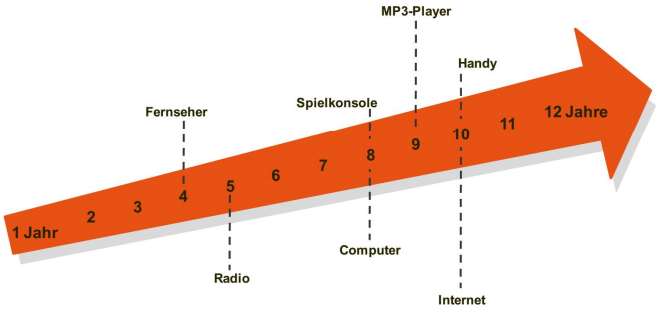
7 – 9 Jahre: Keine Bildschirmgeräte im Kinderzimmer; keine Handys oder Smartphones im Grundschulalter (allenfalls „Seniorenmodell“); Altersfreigaben beachten; klare Zeitbegrenzungen festlegen; Begleitung der Internetnutzung durch Erwachsene; Filtersoftware fürs Internet (Whitelist).

10 – 13 Jahre: *Keine Bildschirmgeräte im eigenen Zimmer; keine Smartphones; kein eigener Account bei Facebook; schriftliche Zeitbegrenzung vereinbaren (z.B. 7 Stunden pro Woche);* Filtersoftware fürs Internet (Whitelist). ?

(http://www.medienratgeber-fuer-eltern.de/)

Medienbiographie

- Durchschnittsalter des Erstgeborenen bei der ersten Mediennutzung -



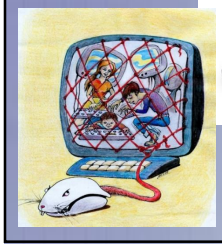
Quelle: FIM 2011

Basis: Eltern, n=468

Barth **79**

Abteilung Psychiatrie und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter

Exzessive Mediennutzung im Kindes- und Jugendalter



- Internetnutzung heute
- Internet-, Online- und Mediensucht
- Komorbidität
- Entwicklung und Psychdynamik
- Neurobiologie
- Beratung und Therapie
- Prävention: Was bieten wir jungen Menschen?

UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Klinik und Neurobiologie

Bisher wenig gesicherte Erkenntnisse für Verhaltenssucht. Starke Hinweise auf ähnliche Mechanismen wie bei stoffgebundener Sucht.

Auch bei Verhaltenssucht:

- Verlangen (Craving), Toleranzentwicklung, Entzugssymptome, erfolglose Abstinenzversuche
- Anregung des dopaminergen Belohnungssystems.
- Unbewusstes konditioniertes Suchtgedächtnis
- Erhöhte Reaktivität auf spezifische Reize (Onlinespiel etc.)
- Ein hohes Ausmaß an Impulsivität erhöht das Risiko (-> ADHS!)

Suchtgedächtnis

- Dopamin, Serotonin, Glutamat, Neuropeptide beteiligt.
- Durch intensives Spielen wird vermehrt Dopamin freigesetzt.
- Bei zunehmend exzessivem Spielen wird das mesolimbische dopaminerge System sensitiviert, eine Übererregbarkeit gegenüber den spezifischen Reizen entsteht.
- Andere Reize führen nichtmehr zur gleichen Ausschüttung an Dopamin.
- Suchtreize werden vermehrt aufgesucht.
- Eine automatische und tiefe emotionale Verarbeitung spezifischer suchtbezogener Reize unterscheidet Verhaltenssüchtige von Kontrollpersonen.
- Dieses Suchtgedächtnis kann lange nach Beendigung erhalten bleiben.
- Permanente Überstimulierung macht unempfindlich gegenüber üblichen Dosen

Suchtverhalten zu Gefühlsregulation

Bei immer wiederholter und exzessiver Durchführung

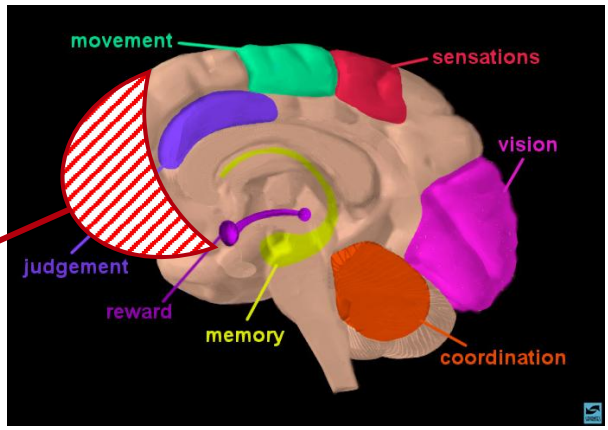
- Werden biochemisch/synaptisch Pfade gebahnt
- Das Gehirn lernt, immer sensibler und reagibler auf diese bestimmte Verhaltensweise zu reagieren, wenn es um die Regulierung von Gefühlen geht.
- Eine solche erfolgreiche Strategie führt zum Verlernen anderer belohnender Verhaltensweisen
- Das Suchtverhalten wird zur einzigen noch wirkungsvollen Strategie, Gefühle zu regulieren

Ein Erklärungsversuch

Neurobiologische Verstärkung verschiedener Hirnareale
(Dopamin und Serotonin-Hypothese:
suchterzeugend - antidepressiv)

Präfrontale Hirnareale nach exzessiver Nutzung auf „stand by“

?



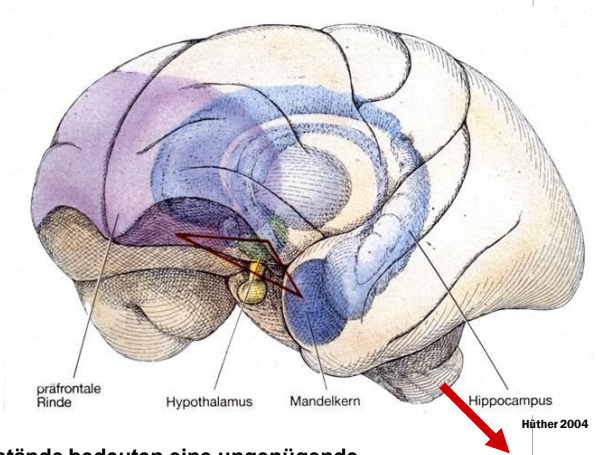
Verminderte Aktivierung im präfrontalen Kortex

- Verminderte Aktivierung im ventromedialen präfrontalen Kortex bei pathologischen Glücksspielern unter Konfrontation mit glücksspielassoziierten Reizen
- Verminderte präfrontale Aktivierung bedeutet eine gehemmte Entscheidungsfindung
- Bei angekündigter Belohnung verminderte Aktivität in präfrontalen Bereichen = Abstumpfung der neurophysiologischen Reaktion gegenüber Reizen.
- Geringere Serotoninmetaboliten = Impulsivität
- Glücksspielen erhöht Noradrenalinkonzentration

Verschiedene Organisationsstufen mentaler Tätigkeit

Entwickelte aushaltende differenzierte Gefühle und kontrollierendes Denken
(Präfontale Hirnrinde)

Drängende basale Gefühle
(limbisches System)

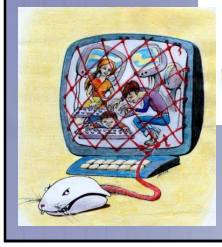


Hüther 2004

Präfrontale Entwicklungsrückstände bedeuten eine ungenügende Dämpfung und ein Ausgeliefertsein an tiefe innere Beunruhigung und führen zu affektiven Durchbrüchen.

Abteilung Psychiatrie und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter

Exzessive Mediennutzung im Kindes- und Jugendalter



- Internetnutzung heute
- Internet-, Online- und Mediensucht
- Komorbidität
- Entwicklung und Psychdynamik
- Neurobiologie
- Beratung und Therapie
- Prävention: Was bieten wir jungen Menschen?

UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Sucht - Problematik in der Familie

Die Frage, ob es eine Online-Sucht gibt, ist akademisch umstritten.

DSM V hat eine „Online Gaming Disorder“ eingeführt.

Unumstritten ist, dass die Mediennutzung heute zu vielen Konflikten innerhalb der Familien führt und teilweise mit einer Totalverweigerung und massiven Aggression in der Familie verbunden ist.

EBERHARD KARLS UNIVERSITÄT TÜBINGEN | UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

AG Computerspiel- & Internetsucht der Psychiatrischen Universitätsklinik Tübingen

Spezialambulanz exzessive Mediennutzung der Abteilung Kinder- und Jugendpsychiatrie

Arbeitsgruppe Computerspiel- und Internetsucht seit Juli 2008

Kinder- und Jugendpsychiatrie:

I. Brandhorst

S. Denoix

Dr. G. M. Barth, M.A.

Allgemeine Psychiatrie:

Dr. P. Peukert +

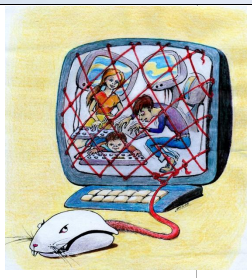
S. Hanke

S. Steffen

Dr. Petersen

Leitung:

Prof. Dr. A. Batra



Spezialambulanz exzessive Mediennutzung der Abteilung Kinder- und Jugendpsychiatrie Tübingen

Gottfried Maria Barth

Isabel Brandhorst

Anmeldung:

Tel. 07071 - 2982338

Barth **89**

Arbeit der Spezialsprechstunde exzessive Mediennutzung und Mediensucht

- Beratung von Familien bei exzessiver Mediennutzung
- Diagnose von Mediensucht und Komorbidität
- Therapieangebote an Jugendliche und ihre Familien
- Strukturierte Angehörigengruppe
- Forschung zur exzessiven Mediennutzung und Mediensucht
- Fortbildung (Curriculum im Rahmen der Suchttherapietage)
- Vorträge z.B. in Schulen etc.

Barth **90**

Indikation zur Intervention

Wenn eine akute oder chronische Gefahr für den „normalen Lebensvollzug“ besteht

- Soziale Integration
- Körperliche Gefahr
- Suizidalität

Wenn die Entwicklung gefährdet ist

- Zerbrochene Familienkohärenz
- Unterbrochene Schulische und berufliche Integration

Wenn Leiden besteht

- Auf Seiten der Jugendlichen (selten)
- Auf Seiten der Eltern etc.

Komorbide / ursächliche Störungen

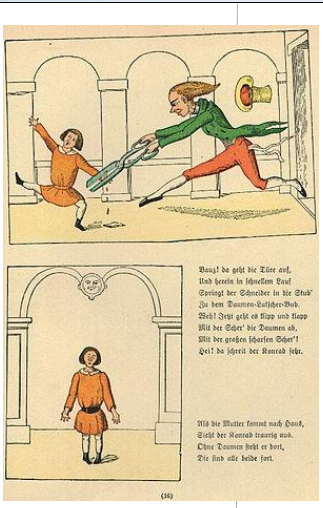
Geschichte?

Im Struwwelpeter würde heute exzessive Mediennutzung auftauchen!

z.B. Hanns Guck-in-die-Luft -

Heute mit Handy

Therapie?



Gefahren

Familien suchen väterliche Strukturierung von außen

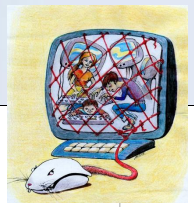
Gefahr einer frühzeitigen Parteinahme

Statt eines guten väterlichen Objekts wird ein strafendes verfolgendes Objekt installiert

Jugendliche suchen häufig eine verlässliche „Vater“figur

Vorsichtige Annäherung und Vermeidung einer Identifizierung mit der elterlichen Aggression ermöglicht die Stärkung eines wohlwollenden strukturierenden väterlichen Objekts

therapeutische Haltung



- **Interesse zeigen und Beziehungsaufbau**
- **(nicht mit der Türe ins Haus fallen)**
- **Sinnhaftes im Verhalten aufzeigen**
- **problematische Aspekte ansprechen**
- **Motivation unterstützen**
- **klare Haltung**
- **Selbstbeschränkung vereinbaren**
- **Kontrolle und Konsequenzen installieren**
- **Bestätigung für Kontrolle und Abstinenz**

Motivationsmöglichkeiten in der Diagnostik

Diagnostische Instrumente

IAT	Internet Addiction Test
CIUS	Compulsive Internet User Scale
CBCL	Child Behaviour Checklist
YSR	Youth Self Report
TRF	Teamchef Report Form
DIKJ / ADS	Fragebogen zur Depressivität
SRS	Fragebogen zur sozialen Reaktivität
Feel-KJ	Fragebogen zur Affektregulation
SEE	Fragebogen zur Emotionssymbolisierung

Wird ggf. ergänzt durch störungsspezifische Diagnostik.

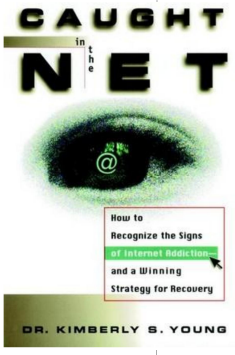
IAT - Internet Addiction Test

Titel: Internet Addiction Test

Autor: Kimberly S. Young

Erscheinungsjahr: 1998

Materialien: Fragebogen, Fragebogeninstruktion & Interpretationshinweise



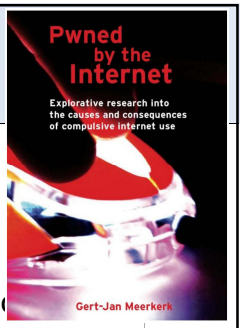
20 Items auf einer 5-stufigen Likert-Skala:
1 = selten bis 5 = immer
Der IAT erfasst die Auswirkungen auf:
- Alltag
- Soziales Leben
- Leistungsfähigkeit
- Schlafgewohnheiten
- Emotionen

Zwischen 20 - 100 Punkte erreichbar, > 50 problematisch

Quelle:
Young, K. S. (1998). Caught in the net. How to Recognize the Signs of Internet Addiction - and a Winning Strategy for Recovery. New York: John Wiley & Sons.

Barth **97**

CIUS - Compulsive Internet Use Scale



Titel: Compulsive Internet Use Scale

Autoren: Gert - Jan Meerkerk

Erscheinungsjahr: 2007

Materialien: Fragebogen & Fragebogeninstrukti

14 Items mit 5-stufiger Likert-Skala, die **5 Skalen bilden:**
- Kontrollverlust
- Entzugserscheinungen
- Copingstrategie zur Stimmungsverbesserung
- Einengung des Verhaltensraumes/ Salienz
- Konflikte in anderen Lebensbereichen

56 Punkte erreichbar, ab 28 abhängig

Quelle:
Meerkerk, G. J. (2007). *Pwned by the Internet- Explorative research into the causes and consequences of compulsive internet use.* Veröffentlichte Dissertation, Erasmus Universtät.Rotterdamm

Barth **98**

Motivierende Untersuchung und Beratung von Jugendlichen mit exzessiver Mediennutzung

Ausgangspunkt

In der Regel **wenig Problembewusstsein** und somit **wenig intrinsische Motivation** gegeben. Deshalb **Klärung der Anwesenheit**:
„Warum wolltest Du einen Termin bei mir?"
„Du wolltest zwar nicht, aber Du weißt warum es die anderen / Eltern wollten."

Zunächst **unbedingte Akzeptanz** vermitteln:
„Es ist, wie es ist und das hat seine Gründe."

Exzessive Mediennutzung ist in aller Regel ein **Versuch, Zeit zufriedenstellend zu gestalten**, der **Würdigung und Anerkennung** verdient:
„Ich sehe, Du versuchst Deinem Leben einen Inhalt zu geben."

Einbindung der Spieler / exzessiven Nutzer als **Experten**:
„Erkläre mir, was Du spielst und was ihr dabei macht!
Es ist interessant welche Erfahrungen Du mit Spielen machst."

Exzessive Mediennutzung **nicht per se verteufeln**. Das Problem sind meistens nicht die medialen Inhalte (abgesehen von extrem gewalttätigen oder anderweitig kritischen Inhalten), sondern der Umfang der Nutzung und die daraus resultierende **Einseitigkeit des Freizeitverhaltens**:
„Es ist gar nichts dagegen einzuwenden, ab und an am PC zu spielen. Was in geringen Dosen eine positive Wirkung hat, kann in hoher Dosierung aber erhebliche Probleme nach sich ziehen."

Abgrenzung von bisherigem Elternverhalten und Elterninteresse. Beratungssituation als autonomer Handlungsraum des Jugendlichen.
„Ich verstehe, dass es schwierig ist zu Hause, mich interessiert, wie es für Dich ist und wie befriedigend Dein übriges Leben verläuft?"

Einsatz von Strategien der **Ziel-Klärung**, um kürzer- und längerfristige Ziele zu definieren:
„Wie müsste Dein Leben verlaufen sein, damit Du mit Zufriedenheit und Stolz darauf zurückblicken könntest?"

Realität jenseits von PC und Medien sowie **eigene Einschätzung sinnvoller Mediennutzung** erfragen:
„Welche Zeitdauer des Spielens würde die anderen Aufgaben nicht beeinträchtigen"

Identifikation **konkreter Handlungsschritte** und von **Mediennutzungszeiten als Belohnung**:
„Für Hausaufgaben und Lernen auf Klassenarbeiten steht Dir als Belohnung Computerspielen zu."

Gemeinsame Vereinbarung und **Selbstverpflichtung** mit überschaubaren **Konsequenzen**:
„Mediennutzung erlaubt an den Tagen, wenn Du in die Schule gehst."

Ziel

Protokollierung der Mediennutzung, Wiederkommen, Kommunikationsverbesserung in der Familie und ggf. **Therapie komorbider Störungen**:
„Deine Mitarbeit ist das wichtigste und hat eine kooperative Kommunikation durch die Eltern verdient."

Motivierende Untersuchung und Beratung

von Jugendlichen mit exzessiver Mediennutzung

EBERHARD KARLS UNIVERSITÄT TÜBINGEN — UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Protokollbögen

Mediennutzung

Beobachtungsprotokoll von Zeit vom bis

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag	
Uhrzeit	Tätigkeit am PC	Uhrzeit	Tätigkeit am PC	Uhrzeit	Tätigkeit am PC	Uhrzeit	Tätigkeit am PC	Uhrzeit	Tätigkeit am PC	Uhrzeit	Tätigkeit am PC	Uhrzeit	Tätigkeit am PC
00		00		00		00		00		00		00	
01		01		01		01		01		01		01	
02		02		02		02		02		02		02	
03		03		03		03		03		03		03	
04		04		04		04		04		04		04	
05		05		05		05		05		05		05	
06		06		06		06		06		06		06	
07		07		07		07		07		07		07	
08		08		08		08		08		08		08	
09		09		09		09		09		09		09	
10		10		10		10		10		10		10	
11		11		11		11		11		11		11	
12		12		12		12		12		12		12	
13		13		13		13		13		13		13	
14		14		14		14		14		14		14	
15		15		15		15		15		15		15	
16		16		16		16		16		16		16	
17		17		17		17		17		17		17	
18		18		18		18		18		18		18	
19		19		19		19		19		19		19	
20		20		20		20		20		20		20	
21		21		21		21		21		21		21	
22		22		22		22		22		22		22	
23		23		23		23		23		23		23	
24		24		24		24		24		24		24	

Tägliche Belohnungs-Aktivitäten

von .....

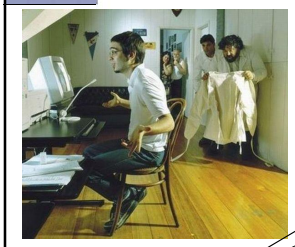
Woche vom ..... bis .....

Tag	Aktivität	Zeitdauer	Empfindung / Intensität
Montag			schlecht – gut; leicht – stark
Dienstag			schlecht – gut; leicht – stark
Mittwoch			schlecht – gut; leicht – stark
Donnerstag			schlecht – gut; leicht – stark
Freitag			schlecht – gut; leicht – stark
Samstag			schlecht – gut; leicht – stark
Sonntag			schlecht – gut; leicht – stark

EBERHARD KARLS UNIVERSITÄT TÜBINGEN — UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Barth **100**

Einbindung der Jugendlichen der Beratung und Therapie



Einbindung der Jugendlichen

freiheitsentziehende Maßnahmen

Stationäre Therapie

Gruppentherapie
Protokollierung, Psychoedukation, Aufbau alternativen Verhaltens, kognitive Therapie und Rückfallprophylaxe

Elterngruppe
Information, Strukturierungsmöglichkeiten, Kommunikationstraining, eigene Lebensqualität, …

Behandlung begleitender (Grund-)Erkrankungen

Strukturierung durch Eltern unterstützen

Behandlung der exzessiven PC- und Internetnutzung
Protokollierung der PC- Zeiten und alternativer Aktivitäten
Vereinbarung eingeschränkter PC-Zeiten
Verordnung von alternativen Aktivitäten

Förderung der innerfamiliären Kommunikation

Information der Angehörigen und Betroffenen

Was können Eltern tun …

„Einfache" Maßnahmen

Kein eigener Fernseher

kein eigener PC

Fernseher nicht im Familien-mittelpunkt

Handy nicht zu früh

Handy mit beschränk-ten technischen Möglichkeiten

Zeitlichen Rahmen festlegen

- unausgereifte Kontrollfähigkeit braucht Unterstützung von außen
- Verdienen von PC-Zeiten statt Entzug

Bewertung und Sortierung von Inhalten

- Gewalt ist kein Mittel
- Altersbeschränkung bei Filmen

Technische Voraussetzungen

- Bluetooth ausschalten
- gemeinsamer Fernseher oder PC
- Fritzbox oder WOW-Server programmieren
- physikalischen Zugang kontrollieren

„Wesentliche Maßnahmen"

In Kontakt bleiben

- Informiert sein über Inhalte von Fernsehen, PC, Handy
- Über die Inhalte miteinander reden
- zusammen etwas anschauen, spielen …

Stabile Haltung

- keine Verstärkung des Verhaltens durch Tolerierung von Regelverletzung

Eigenes Vorbild

- z.B. bewusster und begrenzter Fernsehkonsum

Gemeinsame Aktivitäten

Anregung zu förderlichen Aktivitäten

vor allem: Interesse für unsere Kinder zeigen, dass sich in ihnen tief die Erfahrung einprägt:
sie sind das Wichtigste

Beratungs- und Hilfsangebote aufsuchen

Barth **102**

Empfehlungen für Familien

Klare Regelungen zur Smartphonenutzung

- Kein Smartphone bei den Mahlzeiten
- Smartphone nachts ausschalten
- Evtl. smartphonefreier Tag (ersatzweise Stunden)
- Bei jüngeren Kindern begrenzte Stundenanzahl
- Sinnvoller Einsatz:
  - Zur Belohnung
  - Als Wissensquelle
  - Absprachen in Gruppen
  - Übermittlung von Hausaufgaben etc.

Strukturierte Angehörigengruppe

Ziel und Inhalt der einzelnen Sitzungen der Angehörigengruppe.
Eine Sitzung dauert 1,5 h. Die Teilnehmerzahl ist auf 10 begrenzt.

	Ziel	Inhalt
1. Sitzung:	• Einführung, Kennenlernen, • Erste Fachkenntnisse vermitteln und Sicherheit schaffen	• **Psychoedukation zu den Bereichen Kriterien der Abhängigkeit, exzessiver vs. abhängiger Konsum, Abhängigkeitsentwicklung**
2. Sitzung:	• Sichtweise ändern, Verstehen und positiven Blick auf Betroffene eröffnen • Einsatz von Verstärkung, "Loben lernen"	• **Motivationsaufbau** • **Prinzip der positiven und negativen Verstärkung**
3. + 4. Sitzung:	• Erkennen und analysieren des Problemverhaltens (Teil I+II)	• **Erklärung der funktionalen Verhaltensanalyse**
5. Sitzung:	• Redegewohnheiten verändern, deeskalierenden Kommunikationsstil erlernen	• **Kommunikationstraining**
6. Sitzung:	• Blick auf sich richten • Lebensqualität steigern	• **Elemente der eigenen Lebensqualität** • **Soziales Kompetenztraining**
7. Sitzung:	• Umgang mit Gewalt und Bedrohung • Aufzeigen von Reglementierungs- und Kontrollmöglichkeiten	• **Umgang mit Gewalt und Bedrohung** • **Praktische Hilfen zur Reglementierung der Internetzeiten/Computernutzung**
8.Sitzung:	• Rekapitulation der Erfahrungen • Aufzeigen von Veränderungen	• **Offene Gesprächsrunde** • **Angebot einer Selbsthilfegruppe**

Ziele präventiver Familienarbeit

1. Förderung der Familienfunktionalität im Sinne eines Selbstwert stärkenden Umgangs.
2. Psychoedukative Anleitung der Familien zur Einschränkung exzessiver Verhaltensweisen.
3. Anleitung der Familien zu frühzeitigem Entdecken problematischer Verhaltensweisen mit der Möglichkeit zur Frühintervention.
4. Betreuung von Kindern und anderen Familienmitgliedern, die von Verhaltenssucht von Angehörigen betroffen sind.

Gründe für stationäre Aufnahmen

- totaler Rückzug mit Verweigerung altersgemäßer sozialer Integration einschl. Schule
- massive häusliche aggressive Auseinandersetzungen
- akuter Impulskontrollverlust oder psychoseähnliche Dekompensation
- massive PC-Suchtproblematik bzw. verhärtetes unkooperative Verweigerung ambulanter Interventionen
- unzureichende häusliche Bedingungen (z.B. seit Jahren in der Familie kein Rollladen geöffnet
- hilfloses und/oder nicht unterstützendes Umfeld
- massive Komorbidität, die stationäre Behandlung notwendig macht
- Motivationsförderung für ambulante Mitarbeit

Typische Fallbeispiele

Knapp 18-jähriger Patient, nur am PC und in Sprayer Gruppe. Massivste häusliche Auseinandersetzungen, große Angst der Eltern vor Übergriffen.

Kommt nicht in Sprechstunde. Eltern beantragen freiheitsentziehende Maßnahme.

Bleibt auch nach 18. Geburtstag auf Station und erwirbt Verhaltenskontrolle und soziale Integration.

18-jähriger Patient, nur in der mütterlichen Wohnung in seinem Zimmer am PC.

Kommt nicht in die Sprechstunde – daraufhin Hausbesuch in Esslingen.

Kommt jetzt in Behandlung, Depression bessert sich, plant berufliche Integration.

16-jähriger Patient, nur am PC, auch Notdurft im Zimmer.

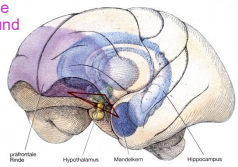
Stationäre Therapie hilft nicht.

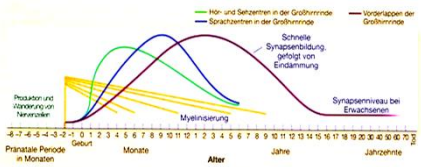
Mit 23 Jahren holt er Abitur nach, schließt dann Studium ab, …

Also brauchen Jugendliche

Entwickelte aushaltende differenzierte Gefühle und steuernde Kognitionen
(Präfontale Hirnrinde)

Drängende basale Gefühle
(limbisches System)





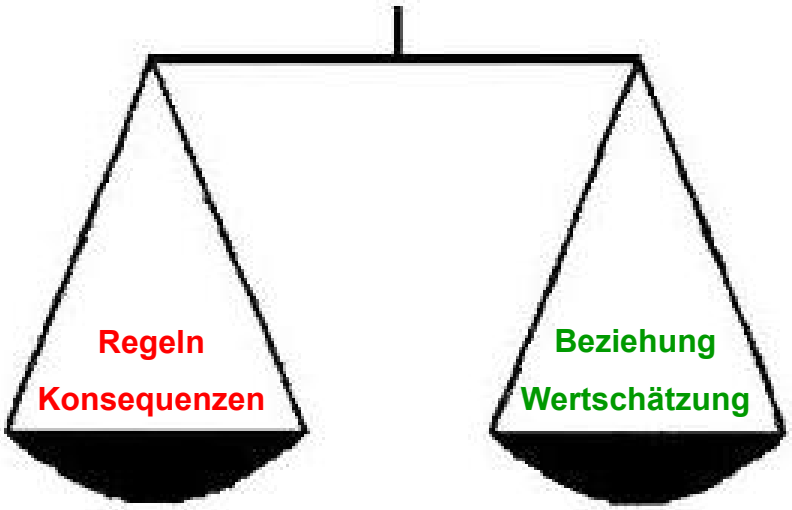
Ersatz fehlender Selbstkontrolle durch z.B. Eltern

Persönliche Kontakte zur emotionalen Differenzierung des Frontalhirns

Ermutigung zum Lernen:
Bessere Lernen durch Belohnung als durch Bestrafung

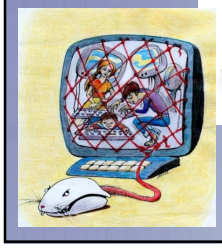
„Das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht“

Motivierende Beratung



Abteilung Psychiatrie und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter

Exzessive Mediennutzung im Kindes- und Jugendalter



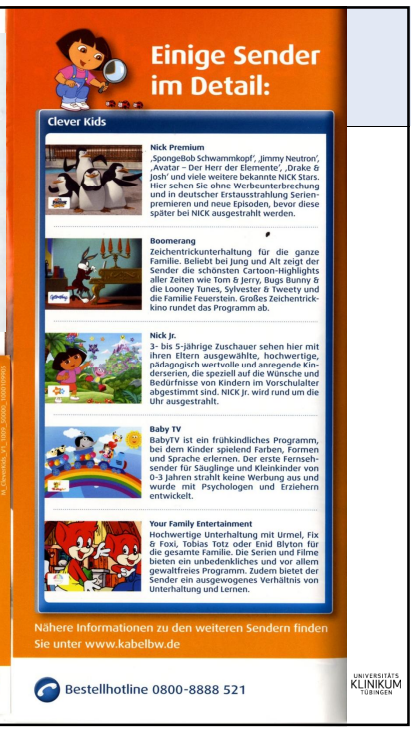
- Internetnutzung heute
- Internet-, Online- und Mediensucht
- Komorbidität
- Entwicklung und Psychdynamik
- Neurobiologie
- Beratung und Therapie

Prävention: Was bieten wir jungen Menschen?

UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Baby TV

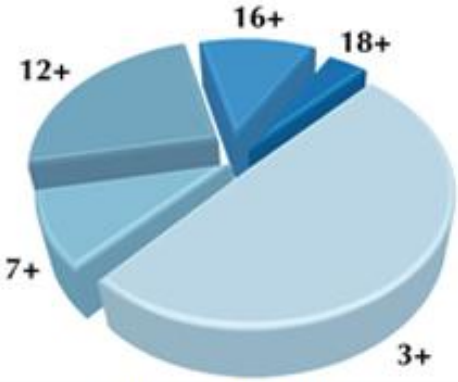
BabyTV ist ein frühkindliches Programm, bei dem Kinder spielend Farben, Formen und Sprache erlernen. Der erste Fernseh-sender für Säuglinge und Kleinkinder von 0-3 Jahren strahlt keine Werbung aus und wurde mit Psychologen und Erziehern entwickelt.



Barth 2

Interactive software Federation of Europe
http://www.isfe.eu

PEGI
Pan European Gaming Information



Status on 30-6-2008						
Age class	3+	7+	12+	16+	18+	Total
Number of ratings	4899	1031	2329	1165	423	9847
Percentage	50%	10%	24%	12%	4%	100%

Barth 112

USK-Freigaben

Etikett (bis 2003)	Altes Etikett (2003–2009)	Neues Etikett (seit 2009)	Text auf dem Etikett seit Juni 2009	Aktuelle Kennzeichnung (§ 14 Abs. 2 JuSchG)
			USK ab 0 freigegeben	Freigegeben ohne Altersbeschränkung
			USK ab 6 freigegeben	Freigegeben ab sechs Jahren
			USK ab 12 freigegeben	Freigegeben ab zwölf Jahren
			USK ab 16 freigegeben	Freigegeben ab sechzehn Jahren
			USK ab 18	Keine Jugendfreigabe

Altersfreigabe =/= Eignung

Das Alterskennzeichen gibt jedoch keine Information darüber, ob das Spiel für Vorschulkinder geeignet oder pädagogisch wertvoll ist, ob Vorschulkinder das Spiel technisch und inhaltlich beherrschen, ob Aufgaben und Grafik des Spiels immer kindgerecht umgesetzt worden sind und ob Texteinblendungen und gesprochene Sprache verstanden werden.

Tipp für Eltern: Informieren Sie sich vor jedem Kauf über den Spielinhalt (z. B. im Internet oder in Spielezeitschriften) und lassen Sie sich vom Verkaufspersonal beraten.

USK-Freigaben – Kritik

Der Fachverband Medienabhängigkeit e.V. weist in seiner Position vom Februar 2015 auf das Fehlen von „entwicklungsbeeinträchtigenden Bindungskriterien bei der Altersfreigabe von Computerspielen zur Prävention und Verhinderung einer Medienabhängigkeit“ in den die Leitkriterien der USK begründenden 15 verschiedenen „Aspekten der Wirkungsmacht“ hin.

Es bleiben so „hochfrequente Belohnungsaspekte, die Dauer und die Frequenz eines Spiels oder auch soziale Faktoren“ in den USK-Leitkriterien außen vor und können bei der Bewertung nicht berücksichtigt werden.

Friedenspreis des deutschen Buchhandels 2014

Preisträgerrede von **Jaron Lanier**

Können wir zurücktreten und Bilanz ziehen? Gibt es derzeit mehr digitales Licht oder mehr Dunkelheit?

Darf ich vorschlagen, dass die Technologen wenigstens versuchen so zu tun, als würden sie an die menschliche Besonderheit glauben, nur um zu sehen, wie es sich anfühlt?

Es sind die Wunder, die wir errichten - die Freundschaften, die Familien, die Bedeutung -, die staunenswert, interessant, glorreich und berauschend sind.

Lasst uns die Schöpfung lieben.

Wie fühlen Jugendliche?

Stand: 01.08.2016 08:00 Uhr

THE STRUMBELLAS - "SPIRITS"

Barth **117**

Spirits Songtext Übersetzung

THE STRUMBELLAS - "SPIRITS"

I got guns in my head and they won't go
Spirits in my head and they won't go
I got guns in my head and they won't go
Spirits in my head and they won't-
I've been lookin' at the stars tonight
And I think "Oh, how I miss the bright sun"
I'll be a dreamer 'til the day I die.
And they say ohhh, how the good die young
But we're all strange, and maybe we don't want to change
I got guns in my head and they won't go
Spirits in my head and they won't go
I got guns in my head and they won't go
Spirits in my head and they won't go
But the gun still rattles the gun still rattles oooh
I got guns in my head and they won't go
Spirits in my head and they won't go
I spend a lot of nights on the run
And I think "Oh, like I'm lost and can't be found."
I'm just waiting for my day to come
And I think "Oh, cause I don't wanna let you down."
But something inside has changed, and maybe we don't wanna stay the same
I got guns in my head and they won't go
Spirits in my head and they won't go
I got guns in my head and they won't go
Spirits in my head and they won't go
But the gun still rattles the gun still rattles, oh
And I don't want a never-ending life
I just want to be alive
While I'm here
And I don't want a never-ending life
I just want to be alive
While I'm here
And I don't want to see another night lost
Inside of our own life
While I'm here
I got guns in my head and they won't go
Spirits in my head and they won't go
I got guns in my head and they won't go
Spirits in my head and they won't go
But the gun still rattles, the gun still rattles
But the gun still rattles, the gun still rattles

Geister
Ich habe Waffen in meinem Kopf und sie werden nicht gehen
Geister in meinem Kopf und sie werden nicht gehen
Ich habe Waffen in meinem Kopf und sie werden nicht gehen
Geister in meinem Kopf und sie werden nicht
Heute Nacht habe ich zu den Sternen gesehen
Und ich denke, oh, wie ich diese helle Sonne vermisse
Ich werde ein Träumer sein bis zu dem Tag, an dem ich sterbe,
Aber sie sagen, oh, dass die Guten jung sterben
Aber wir sind alle fremd
Und vielleicht wollen wir uns nicht verändern
Ich habe Waffen in meinem Kopf und sie werden nicht gehen
Geister in meinem Kopf und sie werden nicht gehen
Ich habe Waffen in meinem Kopf und sie werden nicht gehen
Geister in meinem Kopf und sie werden nicht gehen
Aber die Waffe rasselt immer noch
Die Waffe rasselt immer noch
Ich habe Waffen in meinem Kopf und sie werden nicht gehen
Geister in meinem Kopf und sie werden nicht gehen
Ich verbrachte viele Nächte auf der Flucht
Und ich denke, oh, als ob ich verloren wäre und nicht gefunden werden könnte
Ich warte einfach, dass mein Tag kommen wird
Und ich denke, oh, ich will dich nicht enttäuschen
Denn etwas in mir hat sich verändert
Und vielleicht wollen wir nicht so bleiben, wie wir sind
Refrain:
Ich habe Waffen in meinem Kopf und sie werden nicht gehen
Geister in meinem Kopf und sie werden nicht gehen
Ich habe Waffen in meinem Kopf und sie werden nicht gehen
Geister in meinem Kopf und sie werden nicht gehen
Aber die Waffe rasselt immer noch
Die Waffe rasselt immer noch, oh
Aber die Waffe rasselt immer noch
Die Waffe rasselt immer noch, oh
Und ich will kein nie endendes Leben
Ich will einfach lebendig sein, solange ich hier bin
Und ich will kein nie endendes Leben
Ich will einfach lebendig sein, solange ich hier bin
Und ich will keine weitere Nacht sehen
Verloren in einem einsamen Leben, solange ich hier bin
[Refrain]

Barth **118**

Prophylaxe

Erziehung nicht in einer Pseudowelt …

- Fernsehen, Werbungs-Welt, Internet, …
- Anpassungsforderung ohne Freiräume
- Fixierung auf Leistung und Konsum
- …

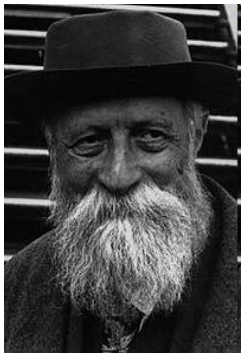
… sondern mit echten Beziehungen, die authentische Gefühle vermitteln

- keine Scheu vor heftigen Gefühlen (ohne Gewalt)
- keine Besserwisserei
- kein angstvoller Orientierungsentzug
- …

Authentische Beziehung jenseits der psychischen Erfahrung oder des Wissens

Ich-Du der Begegnung

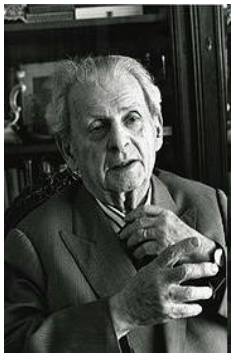
Ich-Es des Wissens



Martin Buber

Das Antlitz des Anderen

zwingt mich ihm zu helfen



Emmanuel Levinas

Martin Buber: Ich und Du, 1923

Alles wirkliche Leben ist Begegnung.

Ich werde am Du; Ich werdend spreche ich Du.

Das Grundwort kann nur mit dem ganzen Wesen gesprochen werden; wer sich drangibt, darf von sich nichts vorenthalten.

Das Du begegnet mir von Gnaden – durch Suchen wird es nicht gefunden.

Die Beziehung zum Du ist unmittelbar. Zwischen Ich und Du steht keine Begrifflichkeit, kein Vorwissen und keine Phantasie.

Beziehung kann bestehen, auch wenn der Mensch, zu dem ich Du sage, in seiner Erfahrung es nicht vernimmt. Denn Du ist mehr, als Es weiß. Du tut mehr, und ihm widerfährt mehr, als Es weiß. Hierher langt kein Trug: Hier ist die Wiege des Wirklichen Lebens.

Beziehung heißt hören und sprechen

Es geht nicht um ein bloßes »Hören«, ein oberflächliches Hinhören, sondern dieses »Zuhören« besteht aus Aufmerksamkeit, Annahmebereitschaft, Verfügbarkeit, …

Überlegen wir uns heute gut, was wir für eine Sprache wir gebrauchen: … dass wir in der Sprache der einfachen Menschen sprechen, wie die Kinder, also in der Wahrheit … sprechen.

Jorge Mario Bergoglio

Botschaft aus ihrer Welt:

Zuhause

Was bieten wir als Zuhause an

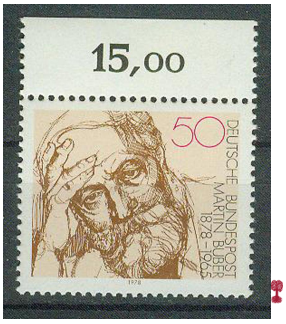
Bieten wir wirkliche Begegnung?

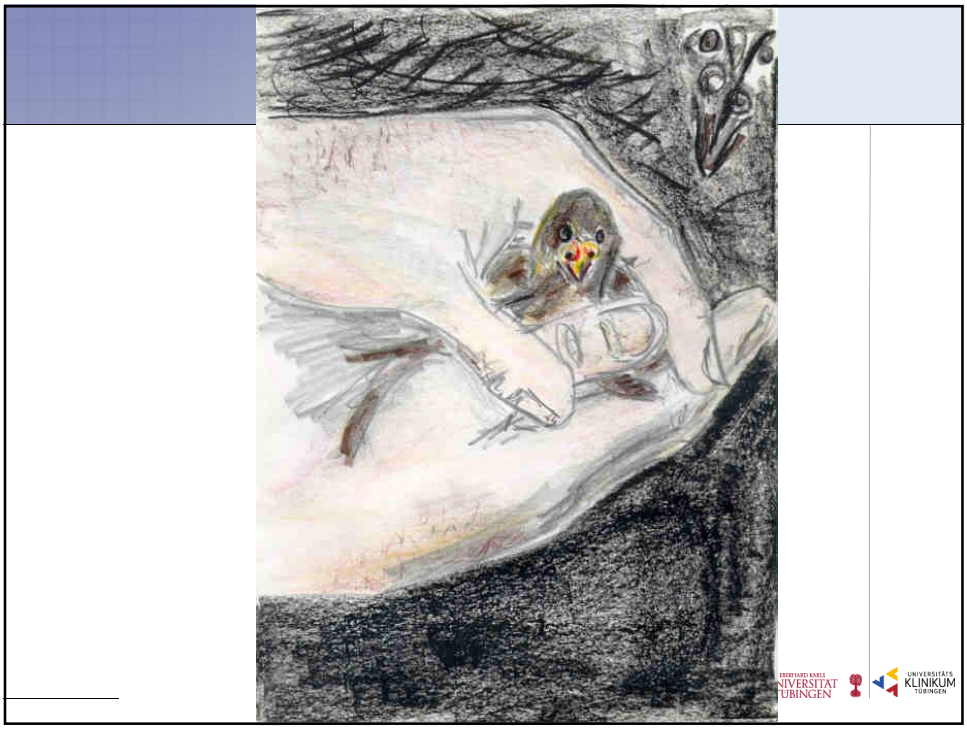
„Ich – Du“ im Sinne Martin Bubers

oder nur

„Ich – Es“, also funktionales Denken?

Martin Buber, 1878 – 13.6.1965





Statt schneller Triebbefriedigung
(Südwest-Presse 15.11.2014)

„Mir war es wichtig zu sagen, dass es nicht nur eine Folge von Manipulation ist, sondern dass sich am psychischen Haushalt etwas geändert hat.

Prof. Hermann Bausinger sieht die Ergebnissucht als ein dominierendes Alltagsphänomen.

Für mich ist Ergebnisgesellschaft nicht a priori negativ. Ich sehe auch die Weiterentwicklung der Gesellschaft. So bilden sich etwa beachtliche und zum Teil bewundernswerte Fähigkeiten heraus. Ich denke da an Kinder, wie schnell sie inzwischen reagieren.

ERGEBNIS GESELLSCHAFT
FACETTEN DER ALLTAGSKULTUR

„Weil die Leute so viele Optionen haben, auf so vielen Gebieten, müssen sie die schneller abhaken.

Andreas Bourani: Nur in meinem Kopf

Ich kann in 3 Sekunden

Die Welt erobern, den Himmel stürmen, und in mir wohnen

In 2 Sekunden

Frieden stiften, Liebe machen und Feind vergiften

In einer Sekunde

Schlösser bauen, drei Tage einziehen und alles kaputt hauen

Alles Geld der Welt verbrennen und heut die Zukunft kennnen

Und das ist alles nur in meinem Kopf.

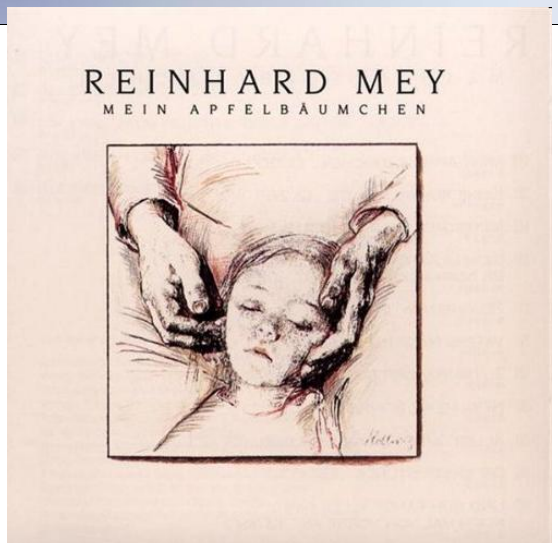
Das ist alles nur in meinem Kopf

Ich wäre gerne länger dort geblieben,

die Gedanken kommen und fliegen …

Welches Spiel spielt man gerne? oder Welches Spiel lassen wir unsere Jugendlichen spielen?

Mein Apfelbäumchen: Lied „Zeugnistag“



Apfelbäumchen tut es nicht gut, zu früh Früchte zu tragen.

warten wir von unseren Kindern und Jugendlichen?