

# Alles klar mit Smartphone, Tablet und PC?

Sich online im Team durch Fantasiewelten kämpfen oder mit Freunden – und Fremden – in sozialen Netzwerken austauschen: Das Internet nimmt für viele Kinder und Jugendliche einen großen Raum in ihrem Leben ein. Über die Gefahren einer übermäßigen Nutzung durch Heranwachsende und die Folgen für deren schulische Leistungsfähigkeit sowie die körperliche und seelische Gesundheit diskutierten Experten auf dem Symposium „Mein Handy, mein PC, mein Tablet“ der Ärztekammer Nordrhein.

**von Johanna Leclerc-Springer und Bülent Erdogan-Griese**

Es ist weltweit seit Jahren der Renner unter Jungs: In dem Multiplayer-Fantasy-Online-Rollenspiel „World of Warcraft“ (dt.: „Welt der Kriegskunst“) steht der Spieler vor der Herausforderung, allein oder gemeinsam mit anderen Spielern Aufgaben und Missionen (Quests) zu lösen, Gegner zu besiegen, Erfahrungspunkte und virtuelles Geld zu sammeln. Ziel des 3D-Spiels im Comic-Stil, das trotz monatlicher Zahlungspflicht weltweit Abermillionen von meist jugendlichen Fans und solche im jungen Erwachsenenalter zählt, ist das Erreichen immer neuer Ausrüstungsgegenstände, Helden- und Ehrentitel und Levels in immer neuen virtuellen Welten.

Über die besonderen Kniffe dieser „Killerapplikation“ für das Jugendzimmer hat sich der Kriminologe und Jugendforscher Professor Dr. Christian Pfeiffer, Direktor des Kriminologischen Forschungsinstituts Niedersachsen, Hannover, ein Bild gemacht. Ein Prinzip von Online-Games wie World of Warcraft sei die unregelmäßige Belohnung der Spieler, sagte Pfeiffer auf dem Symposium „Mein Handy, mein PC, mein Tablet. Gesundheitliche Gefahren der übermäßigen Nutzung“ der Ärztekammer Nordrhein in Düsseldorf. „Jedes Roulette lebt davon, dass es unberechenbar ist. Und davon leben World of Warcraft und all die anderen trickreich gestalteten Onlinespiele, die es so wunderbar schaffen, die Jugendlichen an sich zu binden und

Sucht zu erzeugen.“ Darüber hinaus knüpfe WoW, wie der Game-Blockbuster abgekürzt wird, bestimmte Belohnungen an die Spieldauer. Folge sei, dass viele Nutzer über Tage, Wochen oder gar Jahre viele Stunden investierten, um an besondere Spielgegenstände zu kommen oder den Respekt anderer Spieler zu gewinnen.

Während Jungen mehr Online-Spiele, häufig auch mit Porno- und Gewaltinhalten nutzen, sind Mädchen gern in sozialen Netzwerken und Chatrooms unterwegs. Mehr als 50 Prozent der Jugendlichen im Alter zwischen 15 und 18 besitzen heute ein Smartphone. Als gesamtgesellschaftlich problematisch könnten sich die möglichen Folgen für die Leistungsfähigkeit



Foto: goodluz-Fotolia.com

junger Menschen in Schule und Beruf und ihre soziale Kompetenz erweisen. Untersuchungen von Wissenschaftlern der Universität Lüneburg aus dem Jahr 2012 zufolge beschäftigen sich 43 Prozent der Jugendlichen zwischen 15 und 18 Jahren zwischen vier und sechs Stunden täglich mit PC, Internet und Fernsehen. Viele Intensivnutzer von PC und Fernseher (mehr als sechs Stunden täglich) klagen über Schulunlust, Unzufriedenheit mit ihren Schulleistungen und berichten über körperliche Inaktivität. Eine überlange Mediennutzung korreliert mit Übergewicht, verminderten Kontakten zu Familienangehörigen und Freunden und einem höheren Risiko für Internetabhängigkeit.

Eine allgemeingültige zeitliche Grenze, an der sich automatisch eine problemati-

sche Beschäftigung mit dem Internet oder anderen Medien festmachen ließe, gibt es laut Wolfgang Schmidt-Rosengarten, Geschäftsführer der Hessischen Landesstelle für Suchtfragen, allerdings nicht. Vielmehr komme es darauf an, ob durch den Konsum zum Beispiel Hobbys vernachlässigt oder soziale Kontakte eingengt werden, Beziehungen in die Brüche gehen, Schule oder Beruf in Mitleidenchaft gezogen werden. „Die Zeit allein ist kein Indikator.“

Eine besondere Verantwortung sieht der Suchtexperte bei den Eltern. Diese müssten Medienkompetenz entwickeln und einen Überblick über das Konsumverhalten ihrer Kinder und Jugendlichen haben. Viele Eltern überließen die Kinder mit dem medialen Angebot sich selbst und seien schon froh, dass die Tochter, da in ihrem Zimmer, „wenigstens keine Drogen nimmt“.

Den Teilnehmern des Symposiums stellte Schmidt-Rosengarten einige Videoclips vor und verwies auf Empfehlungen und Projekte der Hessischen Landesstelle für Suchtfragen für Jugendliche und Eltern. Der Suchtexperte wünscht sich, dass Spielehersteller ihre Spiele zum Beispiel nach 90 Minuten automatisch für 30 oder 60 Minuten unterbrechen. Auch mit solchen Lösungen könnten Kinder und Jugendliche wieder verstärkt dazu animiert werden – wie von der Weltgesundheitsorganisation empfohlen – mindestens eine Stunde am Tag körperlich aktiv zu sein, etwa beim Ballspiel oder Klettern.

Der Kinder- und Jugendarzt Dr. Uwe Büsching aus Bielefeld erlebt derweil zunehmend Kinder und Jugendliche, die lustlos sind und deren Antrieb und Motivation gemindert sind. Eltern müssten in puncto Mediennutzung Vorbilder für ihre Kinder sein, sagte Büsching: „Der erste Kontakt von Kindern mit Medien findet in der Familie statt.“ Elterliches Vorbild zu sein, heißt für Büsching auch, dass nicht nur Kinderzimmer frei von Computern sind sondern auch die Schlafzimmer.

## Nützliche Internetlinks

[www.kfn.de](http://www.kfn.de)  
[www.escapade-projekt.de](http://www.escapade-projekt.de)  
[www.hls-online.org](http://www.hls-online.org)  
[www.bella-study.org](http://www.bella-study.org)

**Dr. med. Johanna Leclerc-Springer** ist Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie und Mitglied des Ausschusses „Suchtgefahren und Drogenabhängigkeit“ der Ärztekammer Nordrhein.