



# DRITTE DELMENHORSTER SCHÜLERSTUDIE

Problematische Mediennutzung  
als Herausforderung  
für die Präventionsarbeit

---

## ○ INHALTSVERZEICHNIS

- 4 Aktionsbündnis „Riskanter Konsum“
- 6 Methode
- 8 Ergebnisteil
- 14 Fazit von Prof. Dr. Christoph Klimmt
- 14 Fazit des Aktionsbündnis' „Riskanter Konsum“



## VORWORT ZUR 3. DELMENHORSTER SCHÜLERSTUDIE



Für die Stadt Delmenhorst ist es von großem Interesse zu wissen, wie die Situation unserer Kinder und Jugendlichen tatsächlich aussieht, mit welchen Risikofaktoren, welchen Einstellungen und mit welchen Sorgen sie umgehen müssen.

Wir freuen uns Ihnen die dritte Delmenhorster Schülerstudie vorlegen zu können. Befragt wurden 2.164 Schülerinnen und Schüler im Alter von 12 – 17 Jahren. Im Mittelpunkt der Befragung stand diesmal das Thema „Exzessiver Medienkonsum“.

Angefangen hat alles im Jahr 2003. Damals schlossen sich fünf Personen aus vier Institutionen mit dem Ziel zusammen, dass Schulen in Delmenhorst grundsätzlich rauchfrei werden. Um ein Bild von dem Konsumverhalten der Kinder und Jugendlichen zwischen 14 und 17 Jahren in Delmenhorst zu erhalten, hat das Aktionsbündnis „Riskanter Konsum“ bereits 2008 und 2012 eine Erhebung an den weiterführenden Schulen in Delmenhorst durchgeführt und präsentiert. Hier lag der Fokus auf riskantem Alkohol-, Tabak- und Cannabiskonsum.

Allgemeine Ziele der „Prävention“ sind, den „Riskanten Konsum“ der Kinder und Jugendlichen zu vermindern, den Einstieg in den Konsum altersbezogen nach hinten zu verlagern und Punktnüchternheit wie auch abstinente Verhaltensweisen zu stärken.

In der 3. Studie liegt das Augenmerk auf exzessivem Medienkonsum.

Die gute Nachricht ist, dass 91% unserer Jugendlichen keine Probleme haben – das heißt jedoch auch, dass fast jeder zehnte Heranwachsende erhebliche Probleme beschreibt.

Diese Mädchen und Jungen haben hierbei nicht nur Probleme mit Ihrem Medienkonsum, sondern geben zudem mangelnden Selbstwert, Wünsche nach Zugehörigkeit und eine ausgeprägte Neigung wichtige Dinge aufzuschieben an.

Unsere lokalen Studien helfen uns eine bedarfsgerechte Prävention zu entwickeln. Das Aktionsbündnis „Riskanter Konsum“ wird die Ergebnisse diskutieren und konkrete Handlungskonsequenzen für die Stadt Delmenhorst formulieren.

Die 3. Delmenhorster Schülerstudie wäre ohne die Unterstützung und das Engagement vieler Akteure nicht zu realisieren gewesen!

Als Oberbürgermeister möchte ich allen Mitwirkenden und besonders den Schulleitungen der beteiligten Schulen für die Ermöglichung und Unterstützung der Befragung von über 2.000 Schülerinnen und Schülern meinen besonderen Dank aussprechen!

Axel Jahnz

## DAS AKTIONSBÜNDNIS „RISKANTER KONSUM IN DELMENHORST“

Im Jahr 2003 schlossen sich fünf Personen aus vier Institutionen mit dem Ziel zusammen, dass Schulen in Delmenhorst grundsätzlich rauchfrei werden (Bündnis „Rauchfreie Schulen in Delmenhorst“). 2008 wurde der Arbeitskreis in „Aktionsbündnis: Riskanter Konsum in Delmenhorst“ umbenannt. Der Fokus sollte nun nicht mehr allein auf dem Tabakkonsum liegen und in diesem Zuge wurden Alkohol- und Cannabiskonsum als wichtige Präven-

tionsthemen in den Arbeitskreis mit aufgenommen. Das Aktionsbündnis „Riskanter Konsum in Delmenhorst“ setzt somit die erfolgreiche Arbeit des Aktionsbündnisses „Rauchfreie Schulen“ mit stets neuen Schwerpunktsetzungen als Reaktion auf aktuelle gesellschaftliche Entwicklungen fort. 2012 wurde das zunehmend an Bedeutung gewinnende Thema „exzessive Mediennutzung“ als Schwerpunktthema des Bündnisses aufgenommen.



## SPRECHER DES AKTIONSBÜNDNISSES

- ▶ Dr. Helge Schumann E-Mail: [helge.schumann@delmenhorst.de](mailto:helge.schumann@delmenhorst.de)  
<http://www.riskanter-konsum.de>

## ○ ZIELE DES AKTIONSBÜNDNISSES

- ▶ Die Mitglieder des Bündnisses arbeiten mit Institutionen und Personen zusammen, die bereit sind, sich für das Ziel des Bündnisses zu engagieren.
- ▶ Das Bündnis tritt öffentlich für das Ziel ein, Riskanten Konsum wahrzunehmen und frühzeitig zu intervenieren.
- ▶ Das Bündnis führt regelmäßig Veranstaltungen durch, die zur Umsetzung des Zieles dienen.
- ▶ Das Bündnis veranlasst Erhebungen und Befragungen zum Riskanten Konsum in Delmenhorst.
- ▶ Das Bündnis unterstützt Schulen dabei, das Thema Riskanter Konsum angemessen und nachhaltig zu beachten.
- ▶ Das Bündnis pflegt Kontakte zu den Verantwortungsträgern für Schulen und Jugendschutz.

## ○ BETEILIGTE PERSONEN/INSTITUTIONEN

- ▶ Fietz, Henning, Bereichsleitung Prävention, Anonyme Drogenberatung Delmenhorst
- ▶ Frank, Brigitte, Schulleitung, Realschule an der Lilienstraße
- ▶ Fricke, Ingo, Schulleitung, IGS Delmenhorst
- ▶ Illenseer, Lydia, Leitung des Projektes „Sozialarbeit an Schulen in Delmenhorst“, Delmenhorster-Jugendhilfe-Stiftung
- ▶ Niekrens, Claudia Dr., Oberärztin, Klinikum Delmenhorst gGmbH – Klinik für Kinder- und Jugendmedizin
- ▶ Popp, Evelyn, Einrichtungsleitung, Anonyme Drogenberatung Delmenhorst
- ▶ Schumann, Helge Dr., Leitung, Gesundheitsamt Delmenhorst
- ▶ Siedenburg, Merle, Geschäftsführung, Delmenhorster-Jugendhilfe-Stiftung
- ▶ Steffens, Ruth, Geschäftsführung, Kriminalpräventiver Rat
- ▶ Tielking, Knut, Prof. Dr., Professor für Soziale Arbeit mit dem Schwerpunkt Sucht- und Drogenhilfe, Hochschule Emden/Leer, Fachbereich Soziale Arbeit und Gesundheit

# METHODE

## ZIELE

Beschreibung des exzessiven Mediengebrauchs unter Delmenhorster Jugendlichen im Zusammenhang mit Risikofaktoren.

Empirisch fundierte Steuerung und Entwicklung von bedarfsgerechter, kommunaler Präventionsarbeit im Bereich problematischer Mediennutzung.

## BEFRAGTE ZIELGRUPPE

### Delmenhorster Schülerinnen und Schüler ab Jahrgang 8.

Im Sinne einer Vollerhebung wurden dementsprechend alle Jahrgänge 8 – 11 der Allgemeinbildenden Schulen in Delmenhorst befragt (2.209).

Wie bei vielen Studien mussten die Angaben einiger Teilnehmender nach einer Plausibilitätsprüfung ausgeschlossen werden. Die Studie gibt nun die Antworten von n= 2.164 Schülerinnen und Schüler wieder.

## METHODE

Die Delmenhorster Schülerstudien verstehen sich seit je her als Gemeinschaftsaufgabe von Wissenschaft und kommunaler Praxis. Somit wurde auch die 3. Delmenhorster Schülerstudie in enger Kooperation des Aktionsbündnisses mit der wissenschaftlichen Begleitung, dem Institut für Journalistik und Kommunikationsforschung an der Hochschule für Musik, Theater und Medien, Hannover, entwickelt.

Traditionell werden die Delmenhorster Schülerstudien als quantitative Vollerhebung der untersuchten Altersklassen designiert. Die computergestützte Datenerhebung wurde im Februar und März 2014 in allen Delmenhorster Allgemeinbildenden Schulen mit tatkräftiger Unterstützung von Schulsozialarbeit, Schulleitungen und Lehrkräften durchgeführt.

*Den Angehörigen folgender Schulen gebührt herzlicher Dank für die Mitwirkung:*

- ▶ Mosaikschule – Förderschulzentrum
- ▶ Gymnasium an der Willmsstraße
- ▶ Hauptschule West
- ▶ IGS Delmenhorst
- ▶ Max-Planck-Gymnasium
- ▶ Realschule an der Holbeinstraße
- ▶ Realschule an der Lilienstraße
- ▶ Oberschule Süd Delmenhorst
- ▶ Wilhelm-von-der-Heyde-Oberschule

## FRAGEBOGEN

Zur Untersuchung und Beschreibung des exzessiven Mediengebrauchs unter Jugendlichen in Delmenhorst wurden, neben den soziodemographischen Fragen zum Alter, Geschlecht und der Schulform, wissenschaftlich etablierte Skalen zur Messung des (problematischen) Medienkonsums eingesetzt.

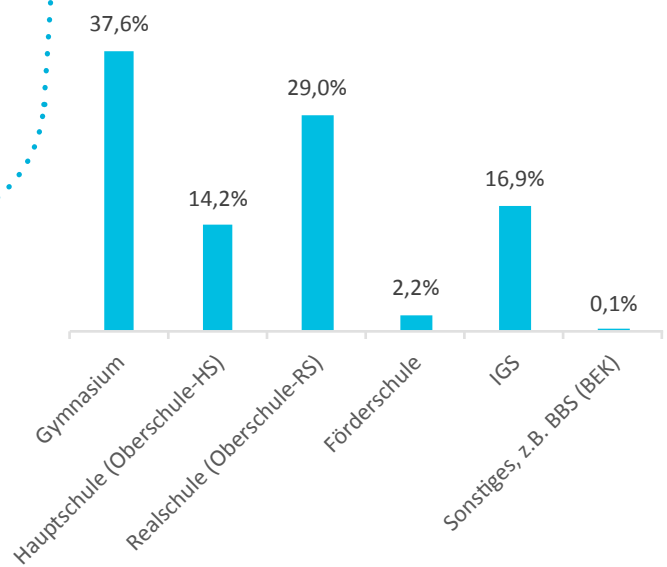
Zudem wurden Fragen aus der psychologischen und medizinischen Forschung verwendet, um die potentiellen Risiko- und Schutzfaktoren des exzessiven Mediengebrauch abzubilden (Unterhaltungsbedürfnis, Prokrastination, Bedürfnis nach Zugehörigkeit, Selbstregulation, Selbstwirksamkeit, Soziale Einbindung, elterlicher Medienerziehungsstil, Depressivität, ADHS).

## GESCHLECHTER-VERTEILUNG

Erwartungsgemäß ergibt sich eine näherungsweise Gleichverteilung der Geschlechter (ca. 52 % Mädchen, 48 % Jungen, n=2.164)

## BESUCHTE SCHULFORM

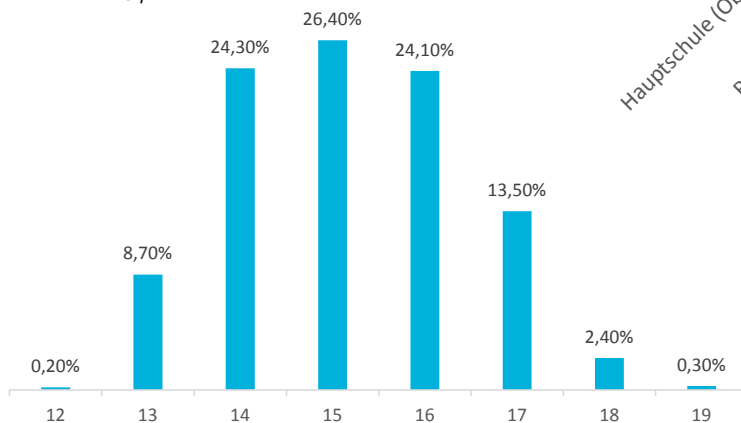
n = 2.164



## KENNZAHLEN DER BEFRAGTEN SCHÜLER

### ALTER

n = 2.164



## FAZIT

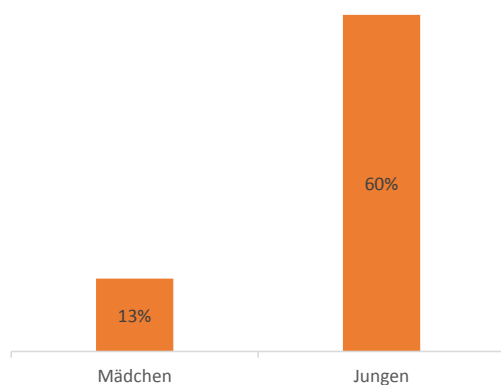
Dank der tatkräftigen Unterstützung der Partner im Aktionsbündnis Riskanter Konsum, der Schulleitungen und Lehrkräfte und natürlich der Schülerinnen und Schüler ist es gelungen, die Schülerschaft der Jahrgänge 8 bis 11 in Delmenhorst weitestgehend vollständig zu befragen. Damit gehört auch die dritte Delmenhorster Schülerstudie zu den wenigen Erhebungen in Deutschland, die mehrere Altersjahrgänge einer größeren Stadt komplett abbildet. So schafft die Studie eine besonders gute Grundlage für wissenschaftliche Schlussfolgerungen und die strategische Planung der kommunalen Präventionsarbeit.

# ERGEBNISSE.....

## ZUGANG ZUM INTERNET UND ONLINEDIENSTEN IM ALLTAG

Für die junge Generation ist das Internet kein zusätzliches Medium neben den klassischen Massenmedien Fernsehen, Radio und Print. Vielmehr nutzen Jugendliche das Netz auch, um Zugang zu den herkömmlichen Angeboten zu bekommen.

Die Internetnutzung mit Blick auf den problematischen Mediengebrauch ist die entscheidende Größe.



Anteil der Befragten, die „oft/sehr oft“  
Computerspiele nutzen, nach Geschlecht, n = 2.164

Systematische Unterschiede in der Computerspielnutzung ergaben sich nicht zwischen den verglichenen Schulformen.

- ▶ 71 Prozent spielen zumindest „selten“ Computerspiele, 18 Prozent der Befragten spielen „sehr oft“
- ▶ 86 Prozent der Befragten besitzen ein eigenes Smartphone
- ▶ 95 Prozent haben Zugang zum Internet im eigenen Zimmer
- ▶ 96 Prozent nutzen das Internet täglich
- ▶ 98 Prozent der Befragten haben zu Hause einen funktionierenden Internetanschluss.

Das bei bei Erwachsenen beliebte soziale Netzwerk „Facebook“ scheint dagegen für Jugendliche weniger interessant zu sein: Nur 18 Prozent der Befragten nutzen „Facebook“ sehr oft oder oft, 20 Prozent beteiligen sich nie am Austausch über dieses Netzwerk. Weitaus wichtiger dürfte daher der Kontakt zu Freunden, Schulkameraden und gleichaltrigen Bekannten über so genannte Messenger-Dienste wie „WhatsApp“ sein.

Die Jugendlichen in Delmenhorst wachsen wie ihre Gleichaltrigen im übrigen Deutschland in ständiger Nähe zum Internet auf. Der Gebrauch von Online-Medien ist für sie eine alltägliche Selbstverständlichkeit. Darin stimmen die Ergebnisse der Delmenhorster Schülerstudie überein mit bundesweiten Studien (z. B. der Studienreihe „JIM“\*). Weil der häufige Blick auf das Smartphone und der Zugriff auf Internetangebote in dieser Generation in vielen Situationen ganz normal ist, muss bei der Erfassung von tatsächlich problematischem Gebrauch genau hingesehen werden – die reine Nutzungszeit erweist sich (auch in der bisherigen Forschung) nicht als geeignet, um ‚heavy user‘ von Jugendlichen mit ernststen Problemen zu unterscheiden.

\*„Jugend, Information, Multimedia“, regelmäßige Repräsentativbefragungen des Medienpädagogischen Forschungsverbunds Südwest, [www.mpfs.de](http://www.mpfs.de)

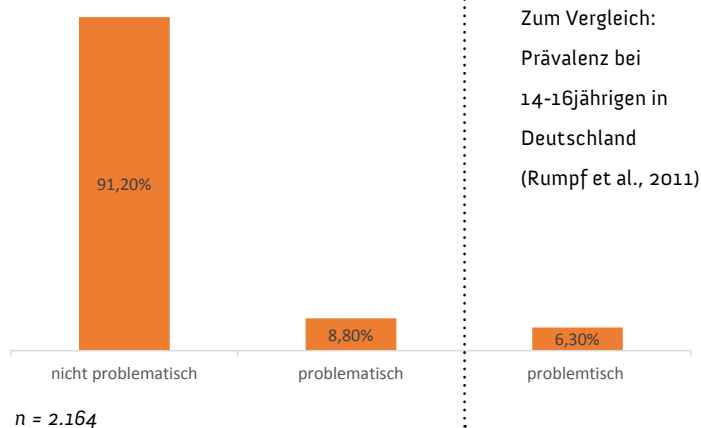


## PROBLEMATISCHER INTERNETGEBRAUCH IN DELMENHORST

Ob der Internetgebrauch eines Jugendlichen Zeichen eines riskanten Onlinekonsums aufweist, wurde mit Hilfe eines bewährten Fragenkatalogs (CIUS – Compulsive Internet Use Scale\*) erfasst. Die Befragten gaben dazu an, inwiefern bestimmte Merkmale problematischen Internetgebrauchs, die aus der Suchtforschung entlehnt wurden (z. B. Verlust der Kontrolle über den Zeiteinsatz für das Internet, Entzugerscheinungen, Konflikte wegen des Internetgebrauchs in der Familie), auf sie zutreffen.

Überschreiten diese Einschätzungen einen bestimmten Schwellenwert, wird vom Vorliegen einer ernsten Problematik ausgegangen. Die Angaben der Befragten werden verglichen mit Ergebnissen aus einer bundesweiten Studie von Rumpf und Kollegen\*.

## PRÄVALENZ PROBLEMATISCHER INTERNETNUTZUNG



Zum Vergleich:  
Prävalenz bei  
14-16jährigen in  
Deutschland  
(Rumpf et al., 2011)

Die so genannte Prävalenzrate – der Anteil der Jugendlichen, die über problematisches Internetverhalten berichten – liegt in Delmenhorst ähnlich wie im restlichen Land. Hierbei ist anzumerken, dass die Befragten ihren Internetgebrauch selbst als „problematisch“ eingeschätzt haben und die Onlinenutzung nicht erst im Auswertungsverfahren durch eine „Interpretation/Bewertung“ problematisiert wird. Knapp jeder Zehnte der Jugendlichen geben ernste Probleme mit ihrem Onlinekonsum an. Der Anteil ist gegenüber den Vergleichsdaten aus der bundesweiten PINTA-Studie von Rumpf und Kollegen (2011) etwas erhöht. Es ist unklar, ob dieser Unterschied von 2,5 Prozentpunkten auf Besonderheiten unserer Region zurückgeht. Denn regionale Studien aus dem norddeutschen Raum, wie etwa die SCHULBUS-Studie von Baumgärtner und Kestler (2014)\*\*, weisen sehr ähnliche Verbreitungsraten wie die vorliegende Delmenhorster Schülerstudie auf. In jedem Fall wird deutlich, dass ein relevanter Anteil der Delmenhorster Schülerschaft von ernststen Schwierigkeiten berichtet, den eigenen Internetgebrauch ‚im Griff zu behalten‘.

\* Meerkerk, G. J., Van Den Eijnden, R., Vermulst, A. A. & Garretsen, H. F. L. (2009). The Compulsive Internet Use Scale (CIUS): Some Psychometric Properties. In *Cyberpsychology & Behavior*, 12. Jg., S. 1-6. Verwendet wurde die deutsche Übersetzung nach Jürgen Rumpf et al. (2011), PINTA-Studie („Prävalenz der Internetabhängigkeit“, zu beziehen von [www.drogenbeauftragte.de](http://www.drogenbeauftragte.de)), wobei die Ansprache der Befragten von „Sie“ auf „Du“ umgestellt wurde. Der Schwellenwert zur Feststellung eines problematischen Internetgebrauchs liegt bei 28 Punkten, wobei zugleich bei mindestens der Hälfte der 14 CIUS-Fragen ein hoher Wert (4 oder 5 auf einer Skala von 1 bis 5) vorliegen musste.

\*\* Baumgärtner, T., Kestner, J. (2014). Suchtmittelgebrauch, Computerspielverhalten, Internetnutzung und Glücksspielerfahrungen von Jugendlichen in Hamburg und drei kommunalen Modellregionen in Deutschland - Deskriptive Ergebnisse der SCHULBUS-regional-Studie 2012, zu beziehen von [www.drogenbeauftragte.de](http://www.drogenbeauftragte.de).

# PROBLEMATISCHER INTERNETGEBRAUCH IN DELMENHORST: VERGLEICHE NACH ALTER, GESCHLECHT, SCHULFORM

„problematische Internet-  
nutzung“ ergibt sich aus der  
polythetischen Auswertung  
des CIUS-14

## PROBLEMATISCHE INTERNETNUTZUNG NACH ALTER

13jährige	5 %	n = 2.164
14jährige	11 %	
15jährige	9 %	
16jährige	9 %	
17jährige	7 %	

## PROBLEMATISCHE INTERNETNUTZUNG NACH GESCHLECHT

n = 2.164

Jungen	8 %
Mädchen	10 %

## PROBLEMATISCHE INTERNETNUTZUNG NACH SCHULFORM\*

Hauptschule (inkl. Hauptschulzweig der Oberschule)	10 %
Realschule (inkl. Realschulzweig der Oberschule)	13 %
Gymnasium	7 %
IGS	5 %

Die Differenzierung der „problematischen Internetnutzung“ nach Alter, Geschlecht und Bildungsgang zeigt, dass sich die mögliche Gefährdung nicht auf bestimmte Gruppen unter den Delmenhorster Jugendlichen beschränkt, sondern in allen Bevölkerungskreisen von Bedeutung ist. Allenfalls scheinen Schülerinnen und Schüler an Gymnasien und an der IGS mit geringerer Wahrscheinlichkeit betroffen zu sein als Jugendliche, die Haupt-, Real- oder Oberschulen besuchen. Im Gegensatz zu anderen Formen des Risikoverhaltens sind auch Jugendliche beider Geschlechter gleichermaßen betroffen. Jungen und Mädchen unterscheiden sich zwar in den Inhalten und Diensten, die sie bevorzugt nutzen (etwa bei Computerspielen); doch problematische Konsummuster können mit ähnlicher Wahrscheinlichkeit bei beiden Geschlechtern auftreten.

\* Es werden nur die im Datensatz ausreichend vertretenen Schulformen ausgewiesen



# PROBLEMATISCHER GEBRAUCH VON COMPUTERSPIELEN IN DELMENHORST

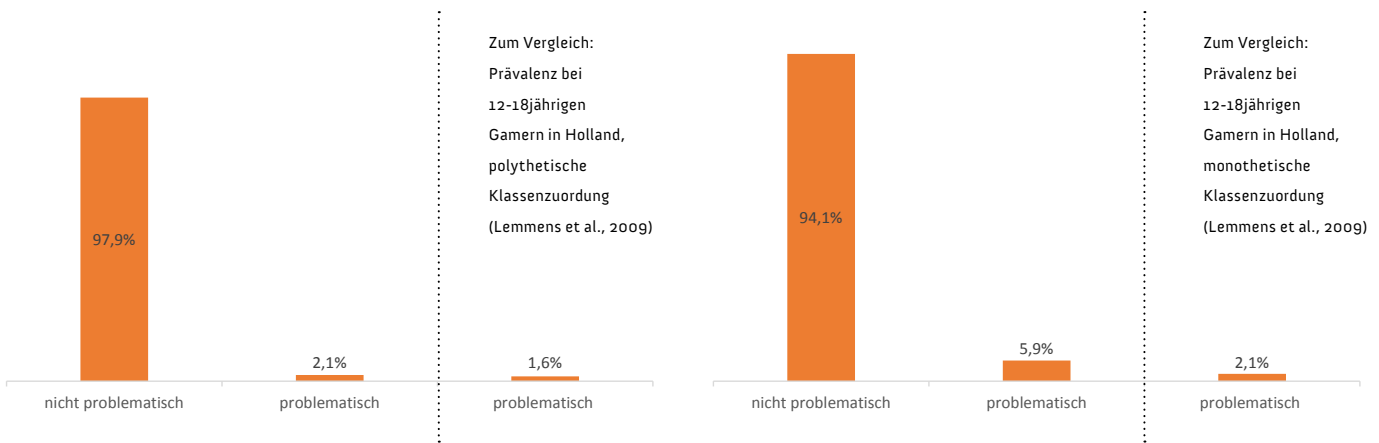
Für die Erfassung einer problematischen Nutzung von Computer- und Videospiele wurde eine holländische Fragenbatterie verwendet\*, für die Vergleichsdaten einer landesweiten Studie aus den Niederlanden vorliegen. Als grundsätzlich problematisch (polythetische Klassifikation) wird die Nutzung dann eingestuft, wenn eine befragte Person bei mindestens vier von sieben Aussagen (die wiederum der Suchtforschung entlehnt wurden, z. B. Entzugerscheinungen oder Konflikte in der Familie wegen des Gebrauchs von Computerspielen) einen hohen Wert (4 „oft“ oder 5 „sehr oft“ auf einer Skala von 1 bis 5) angab. Als zumindest episodenhaft problematisch (monothetische Klassifikation) wird die Nutzung dann eingestuft, wenn bei allen sieben

Aussagen ein Wert von mindestens 3 „manchmal“ angegeben wurden. Weil im Gegensatz zur allgemeinen Internetnutzung längst nicht alle Jugendlichen überhaupt Computerspiele nutzen, wird die Verbreitung problematischer Spielennutzung nicht auf die Gesamtheit der Jugendlichen (n = 2.164) bezogen. Vielmehr wird sie als Anteil der Gruppe der Spielerinnen und Spieler ausgewiesen, d.h. als Anteil derjenigen, die zumindest selten Games nutzen (n = 1.501). Die genannten Prävalenzwerte müssen also wie folgt gelesen werden: Rund zwei Prozent der Jugendlichen in Delmenhorst, die zumindest selten Computerspiele nutzen, berichten, dass sie selbst ernste Probleme haben, die mit Ihrem Computerspielverhalten zusammenhängen.

## PRÄVALENZ PROBLEMATISCHER COMPUTERSPIELE

### POLYTHETISCH

### MONOTHETISCH



Die Verbreitung einer speziell auf Computerspiele bezogene, dauerhaft problematische Computerspielnutzung (polythetisch) liegt in Delmenhorst ähnlich niedrig wie in Vergleichsstudien. Etwa zwei Prozent der befragten Nutzerinnen und Nutzer von Computerspielen in Delmenhorst (das sind 32 Befragte) weisen dauerhaft einen problematischen Konsum von Games aus.

Die Verbreitung einer mindestens episodenhaften problematischen Computerspielenutzung (monothetische Klassifikation) liegt mit etwa sechs Prozent (das sind 89 Befragte) vergleichsweise hoch. Bezogen auf alle Befragten entspricht das einer Verbreitung in der Gesamtheit der Kinder und Jugendlichen in der Stadt von rund 1,4 Prozent (polythetisch) und rund 4 Prozent (monothetisch).

\* Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents.

In Media Psychology, 12. Jg, Heft 1, S. 77-95.

# PROBLEMATISCHER GEBRAUCH VON COMPUTERSPIELEN

## IN DELMENHORST: VERGLEICHE NACH ALTER, GESCHLECHT, SCHULFORM

### PRÄVALENZ PROBLEMATISCHE COMPUTERSPIELENUTZUNG MONOTHETISCH NACH ALTER

13jährige	1 %
14jährige	6 %
15jährige	7 %
16jährige	6 %
17jährige	7 %

Anteil der Befragten mit problematischer Nutzung von Computerspielen (Basis\_ alle Befragten, die zumindest selten Computerspiele nutzen, n=1501)

### PRÄVALENZ PROBLEMATISCHE COMPUTERSPIELENUTZUNG MONOTHETISCH NACH GESCHLECHT

Jungen	7 %
Mädchen	4 %

### PRÄVALENZ PROBLEMATISCHE COMPUTERSPIELENUTZUNG MONOTHETISCH NACH SCHULFORM\*

Hauptschule (inkl. Hauptschulzweig der Oberschule)	7 %
Realschule (inkl. Realschulzweig der Oberschule)	9 %
Gymnasium	4 %
IGS	6 %

Bei der Betrachtung der problematischen Computerspielenutzung muss bedacht werden, dass Jungen viel häufiger zu den „Gamern“ (Befragte, die zumindest selten Computerspiele nutzen) zählen als Mädchen. Deswegen sind auch die Jugendlichen mit problematischer Nutzung von Computerspielen, im Hinblick auf die absoluten Zahlen, überwiegend Jungen. Zudem tritt eine problematische Computerspielenutzung bei den weiblichen Gamern mit einer geringeren Wahrscheinlichkeit auf. Wie bei der allgemeinen Internetnutzung auch, dürfte die ständige Vernetzung mit anderen Gamern in Online-Spielen zur Aufrechterhaltung problematischer Konsummuster beitragen. Auch wenn Computerspiele ihrem Publikum viel Freude und Entspannung bereiten, sind die Gefahren eines unkontrollierten, übermäßigen Gebrauchs nicht zu unterschätzen. Aktuelle Langzeitstudien deuten aber darauf hin, dass die meisten Jugendlichen, die eine problematische Spielenutzung aufweisen, nach einer Phase riskanten Konsums wieder in unbedenkliche Nutzungsweisen zurückkehren\*\*, was auch über den Vergleich der polythetischen zur monothetischen Auswertung deutlich wird. Übrig bleibt aber ein kleiner Kern von Jugendlichen, für die ihr massiver Gebrauch von Computerspielen auf Dauer ernste Probleme zur Folge hat, beispielsweise für Schulleistungen, das Schlafpensum oder den Familienfrieden.

\* Es werden nur die im Datensatz ausreichend vertretenen Schulformen ausgewiesen

\*\* Festl, R., Scharkow, M., & Quandt, T. (2013). Problematic computer game use among adolescents, younger and older adults.

Addiction, 108(3), 592-599.

# RISIKOFAKTOREN: EIGENSCHAFTEN, DIE EINEN PROBLEMATISCHEN ONLINEGEBRAUCH BEGÜNSTIGEN

Die Gründe, aus denen ein Jugendlicher problematische Konsumweisen entwickelt, sind sehr unterschiedlich. Aus den Daten der Delmenhorster Schülerstudie lässt sich jedoch erkennen, welche Personeneigenschaften statistisch, also über alle Befragten hinweg, im Zusammenhang mit problematischer Internetnutzung stehen.

Diese Eigenschaften können und sollten für die Planung der Präventionsarbeit berücksichtigt werden.

**Drei Merkmale wurden in den Daten ermittelt, welche die Tendenz zu eher problematischem oder ernsthaft problematischem Onlinekonsum begünstigen.**

1. PROBLEMATISCHES AUFSCHIEBEVERHALTEN

2. PROBLEME MIT DER SELBSTREGULATION

3. MANGELNDE SOZIALE EINGEBUNDENHEIT

„**Problematisches Aufschiebeverhalten (Prokrastination)**“ betreiben Menschen, die anstehende Aufgaben oder Pflichten vor sich herschieben, weil sie die Anstrengung oder Belastung (unbewusst) meiden wollen. Sie beschäftigen sich stattdessen lieber mit ablenkenden anderen Themen. Wer regelmäßig und intensiv prokrastiniert, hat Schwierigkeiten, sich selbst einen Ruck zu geben, sich also selbst zu motivieren, wenn die anstehende Aufgabe schwierig und fordernd wird. Dass eine verstärkte Neigung zu solchem aufschiebenden Verhalten mit problematischer Onlinenutzung zusammenhängt, erklärt sich aus den vielfältigen angenehmen und ablenkenden Möglichkeiten, die das Internet bereithält.

Jugendliche, die von **Problemen mit der Selbstregulation** berichten, neigen ebenfalls eher zu problematischer Internetnutzung. Sie haben im Vergleich zu ihren Gleichaltrigen größere Schwierigkei-

ten, ihr Verhalten zu überwachen, sich dauerhaft zu konzentrieren und sich gegen Ablenkungen abzusichern. Mit Blick auf die Nutzung des Internets dürften sich solche Probleme mit der Selbststeuerung unter anderem in der eingeschränkten Fähigkeit zeigen, den spannenden Onlinegebrauch von sich aus zu beenden (zum Beispiel, um zu essen oder zu Bett zu gehen).

Der dritte bedeutsame Risikofaktor, der in Delmenhorst ermittelt wurde, ist der **Mangel an sozialer Eingebundenheit**. Jugendliche mit diesem Merkmal sind eher als ihre Gleichaltrigen der Auffassung, dass sie ihren Familienangehörigen nicht vertrauen können und dass sie keine ‚richtigen‘ Freunde haben. Jugendliche, die sich selbst in dieser Weise isoliert sehen, neigen dazu, Ersatz bei sozialen Kontakten im Netz zu suchen. Daraus dürfte sich die erhöhte Neigung zu problematischem Internetgebrauch erklären.

Aus den Erkenntnissen zu Risikofaktoren ergeben sich wichtige Folgerungen für die Präventionsarbeit. Über das Prokrastinieren und die Verlockungen des immer verfügbaren Internets sollte in der Prävention mit allen Jugendlichen gesprochen werden. Gezieltes Training kann zudem helfen, die Selbststeuerungsfähigkeiten von gefährdeten Jugendlichen zu stärken. Und schließlich verweisen die Befunde einmal mehr darauf, wie wichtig es ist, Jugendliche in schwieriger familiärer Situation zu erkennen und ihnen Unterstützung anzubieten.

## FAZIT ZU DEN ERGEBNISSEN VON PROF. DR. CHRISTOPH KLIMMT

Die Ergebnisse zeigen, dass der übermäßige Gebrauch von Online-Medien und Computerspielen in Delmenhorst ungefähr so selten auftritt wie im ganzen Land: Nur ein kleiner Teil der Jugendlichen in Delmenhorst gibt an, dass sie mehr Zeit online verbringen oder mehr Games spielen als ihnen gut tut. Jugendliche jeder Altersstufe und aller Schulformen gehören zu den Betroffenen. Sie sind in Gefahr, große Nachteile aus ihrem übermäßigen Mediengebrauch zu erleiden, nicht nur in der Schule. Aus der Studie lernen wir, dass es vor allem Jugendliche mit eingeschränkten Fähigkeiten trifft, den ständigen Verlockungen und Anreizen von Internet und Videospielen zu widerstehen.

Ihre Widerstandsfähigkeit und Selbstkontrolle zu stärken, ergibt sich daher als eine wichtige Zielsetzung. Das Aktionsbündnis „Riskanter Konsum“ verdient jede Unterstützung für seine Bemühungen, diesen Jugendlichen zu helfen und durch gezielte Vorbeugung (Prävention) das künftige Abgleiten weiterer junger Menschen in eine ‚Mediensucht‘ zu verhindern. Doch sollte bei aller Sorge nicht vergessen werden, dass die überwältigende Mehrheit der Jugendlichen auch in Delmenhorst sehr gut mit den neuen Medien zurechtkommt und mit deren Gebrauch zahlreiche Chancen verbunden sind. Dazu gehören an vorderster Stelle auch Spaß und Freude, die der vernünftige Umgang mit Smartphone und Co. mit sich bringt.

## FAZIT DES AKTIONSBÜNDNIS‘ „RISKANTER KONSUM“

Junge Menschen, die mit dem Internet aufgewachsen sind, zeigen grundsätzlich andere Kommunikationsgewohnheiten als die Generationen, die das Internet als Erwachsene kennengelernt haben. Computerspiele und Soziale Beziehungen haben sich in den Cyberspace ausgebreitet und neue Dimensionen angenommen. Vielen geübten Nutzern bringt das Internet eine Reihe von Vorteilen und Erleichterungen in der täglichen Lebensführung. Jedoch zeigen die Ergebnisse, dass in Delmenhorst jede/r Zehnte und damit mehrere Hundert Jugendliche ernste Probleme mit ihrem Onlinekonsum haben.

Unabhängig davon, ob nun Internetabhängigkeit eine eigenständige Krankheit oder nur ein Symptom anderer psychischer Störungen oder Auffälligkeiten ist, wird auch in Delmenhorst der Bedarf an präventiven Angeboten sowie qualifizierter und spezifi-

scher Hilfen, von einer Medienkonsum-Beratung bis hin zur Therapievermittlung, deutlich.

Nicht nur für die Schulen und die Eltern, sondern auch für die Suchtprävention und Intervention besteht deshalb in unserer Stadt ein Handlungsbedarf.

Das Aktionsbündnis „Riskanter Konsum“ kommt zu dem Schluss, dass wir in Delmenhorst das Thema „Problematische Internetnutzung“ ernst nehmen müssen. Insbesondere an den Schulen, an denen alle Kinder und Jugendliche erreicht werden können, sind systematische Angebote notwendig. Diese sollten im Sinne einer universellen Prävention nicht nur die schützenden Fähigkeiten der „problematisch Nutzenden“ stärken, sondern allgemein Kinder und Jugendliche bei einem altersgemäßen und reflektierten Umgang mit dem Internet begleiten.

Broschüre zum Download:



○ **Mediensuchtprävention und  
Medienkonsumberatung in Delmenhorst**

Anonyme Drogenberatung  
Fachstelle für Suchtprävention und  
Gesundheitsförderung  
Scheunebergstraße 41  
27749 Delmenhorst  
E-Mail: [info@drob-del.awo-ol.de](mailto:info@drob-del.awo-ol.de)  
Tel. 04221 - 1 40 55

○ **IMPRESSUM**

**Herausgeber**

Aktionsbündnis „Riskanter Konsum in Delmenhorst“,  
Delmenhorst  
Henning Fietz (V.i.S.d.P.)  
<http://www.riskanter-konsum.de>  
[info@riskanter-konsum.de](mailto:info@riskanter-konsum.de)

**Autoren**

Prof. Dr. Christoph Klimmt, Alexandra Sowka,  
Institut für Journalistik und Kommunikationsforschung,  
Hochschule für Musik, Theater und Medien Hannover  
Henning Fietz, Anonyme Drogenberatung, Delmenhorst

**Gestaltung**

Sarah von Hören, Institut für Journalistik und  
Kommunikationsforschung, Hochschule für Musik,  
Theater und Medien Hannover

Die vorliegende Schrift kann kostenlos  
unter <http://www.riskanter-konsum.de/medien2015.pdf>  
abgerufen werden.

