



Auswirkungen der Nutzung digitaler Endgeräte und Inhalte auf Schüler:innen

**Eine Handlungsempfehlung für Eltern des
Hans-Carossa-Gymnasiums**



Liebe Eltern,

bevor ich meine Handlungsempfehlung, die Sie bitte nicht als Bevormundung verstehen dürfen, formuliere, möchte ich einleitend darauf hinweisen, dass wir am Hans-Carossa-Gymnasium eine tolle Schülerschaft haben, die sich in den allermeisten Fällen vorbildlich, sozial, unterstützend und hilfsbereit zeigt. Wir alle an der Schule sind sehr glücklich darüber, an dieser Schule mit den insgesamt wirklich tollen Schüler:innen gemeinsam arbeiten und interagieren zu dürfen.

Ich schreibe diese Handlungsempfehlung bewusst aus meiner persönlichen Perspektive als Schulleiter und Lehrer mit 25 Jahren Berufserfahrung, aber auch als Vater von mittlerweile zwei erwachsenen Kindern. Damit setze ich mich bewusst von einer entpersonalisierten „wahren Sicht“ auf die Dinge ab, denn es gibt hier viele unterschiedliche Meinungen zu diesem Themenkomplex der Chancen und Risiken der digitalen Nutzung. Ich für mich habe das Gefühl, dass der Zeitpunkt gekommen ist, einen klaren Standpunkt aus pädagogischer und jugendpsychologischer Sicht zu formulieren und – hoffentlich - die Eltern damit zu unterstützen und die Schüler:innen zu schützen.

Das Motiv, diese Handlungsempfehlung zu schreiben, sind die aus meiner Sicht bedenklichen, gesamtgesellschaftlichen Entwicklungen den Umgang mit digitalen Inhalten und Endgeräten durch Kinder und Jugendliche betreffend. Meiner Einschätzung nach folgen diese zu wenig den Merkmalen und Notwendigkeiten eines wirksamen Kinderschutzes, sondern stützen eher wirtschaftliche Interessen. Ich gehe so weit zu sagen, dass ich persönlich davon überzeugt bin, dass der freie Internetzugang für Kinder unter 14 Jahre für mich tatsächlich schon den Tatbestand der Kindeswohlgefährdung erfüllt, da jede Schülerin, jeder Schüler im Prinzip mit Inhalten konfrontiert werden kann und könnte, die kinder- und jugendgefährdend sind und massive Auswirkungen auf die Entwicklung der Kinder haben (können). Erschwerend kommt hinzu, dass unserer Erkenntnis nach die wenigsten Eltern die wirksamen Kinderschutzfunktionen der Handys kennen und anwenden. Daher greift meine Handlungsempfehlung genau hier an: Bei Ihnen, den Eltern.

Ziel meiner Handlungsempfehlung ist es, die Elternschaft des HCG in meine Gedanken einzubeziehen und zu beraten, sodass wir für diese Schule und insbesondere für unsere Schüler:innen Wege finden, die die **Chancen und Risiken der digitalen Nutzung** – nach aktuellem Wissenstand – berücksichtigen, um gemeinsam eine möglichst moderne, in die Zukunft gewandte, aber auch die Kinder schützende Erziehungsstrategie zu entwickeln.

Im Laufe der letzten Jahre beobachten wir eine deutlich veränderte Lernkompetenz bei den zu uns kommenden, aber auch bei den bereits die Schule besuchenden Schüler:innen. Es wird deutlich, dass die Coronazeit, aber auch die sich daraus ableitenden, äußeren Einflüsse verstärkt Wirkung zeigen im Hinblick auf die Konzentrationsfähigkeit, Lernfähigkeit und

Resilienz (Widerstandsfähigkeit) der Schüler:innen. Gleichzeitig nehmen schuldistantes Verhalten sowie Angststörungen und Depressionen merklich zu.

Diese Entwicklungen werden seitdem wissenschaftlich untersucht. Neben der Wirkung zeigenden Problematik der Vereinsamungstendenzen während der letzten Jahre im Zuge des Lockdowns, die das soziale Lernen, aber auch das Selbstbild Heranwachsender wesentlich beeinflusst haben, wird deutlich, dass die Nutzung der digitalen Medien durch Schüler:innen zeitlich zunehmend umfangreicher wurde und mehr Gewicht im Leben der Schüler:innen bekommen hat.

Neben positiven Effekten dieser Nutzung – zum Beispiel durch das digitale Lernen in der Schule über die Lernmanagementsysteme – gibt es allerdings auch zahlreiche negative Einflussfaktoren der Nutzung digitaler Inhalte auf die Psyche und Physis der Schüler:innen.

Aus meiner Sicht gibt es derzeit **inhaltlich drei besonders hervorzuhebende Baustellen**, die massiven Einfluss auf das Lern- und Leistungsverhalten, die Psyche und die Gesundheit der Schüler:innen haben.

Diese sind:

- ⇒ **Short Content Apps – TikTok & Co** mit den Folgen digitaler Abhängigkeit und verminderte Lernleistungsfähigkeit von Schüler:innen,
- ⇒ **WhatsApp & Co** mit den Auswirkungen des Mobbings, sozialer Isolation, Depressionen und Ängsten bei Schüler:innen und
- ⇒ **Fortnite & Co** mit den Folgen Schuldistanz und Spielsucht bei Schüler:innen.

Short-Content-Apps – TikTok & Co

Abhängigkeit und verminderte Lernleistungen:



Als Short-Content-Inhalte werden kurze Videosequenzen beschrieben, die den Schüler:innen über Apps (TikTok, Instagramm, YouTube) zur Verfügung gestellt werden. Das Prinzip dieser Apps, insbesondere von TikTok, ist es, dass Inhalte in kurzen Sequenzen (durchschnittlich 5 Sekunden Länge) dargeboten werden. Der Algorithmus ist so aufgebaut, dass die App sehr schnell merkt, welche Interessen der Nutzer hat und entsprechende Inhalte sozusagen personalisiert zur Verfügung stellt. Da diese Clips das Interesse des Nutzers wecken, wird das Glückshormon Dopamin ausgeschüttet und der Körper „belohnt“ sozusagen die Aktion.

»Dopamin ist ein sogenannter Botenstoff oder Neurotransmitter, der Signale zwischen den Nervenzellen weiterleitet. Es steuert sowohl emotionale und geistige wie auch motorische Reaktionen. Insbesondere ist Dopamin als „Botenstoff des Glücks“ bekannt. Es ist dafür verantwortlich, dass wir Glücksgefühle empfinden können. Auch sogenannte Adrenalin-Kicks, etwa beim Sport, basieren auf demselben Muster. Adrenalin ist ein enger Verwandter von Dopamin. [...] „Außerdem ist die Dopaminausschüttung daran schuld, dass Menschen süchtig werden, dass sie auf der Suche nach Lustgewinn immer neue Levels erreichen wollen“, erklärt Harald Sitte vom Institut für Pharmakologie der MedUni Wien anlässlich des nächste Woche stattfindenden Dopamin 2016-Kongresses am Campus der Universität Wien und am Zentrum für Hirnforschung der MedUni Wien. „Dopamin bringt manche Menschen dazu, ständig auf der Suche nach der Befriedigung von Süchten zu sein.“¹

Untersuchungen haben gezeigt, dass mit jedem „Wischen“ auf neue Clips Dopamin ausgeschüttet wird. Die Folge ist eine nicht zu unterschätzende Abhängigkeit bei Schüler:innen. Es wurde nachgewiesen, dass im Gehirn bei „Short-Content“-abhängigen Schüler:innen der gleiche „Suchtbereich“ aktiviert wird wie bei Kokainsüchtigen. Das bedeutet, dass der Abhängigkeitsgrad entsprechend stark ausgeprägt ist.

Ein weiterer Aspekt der schnellen und sich ständig wiederholenden Dopaminausschüttung ist der Folgeeffekt der fehlenden Konzentrationsfähigkeit bei Situationen, die nicht ständig neue Reize setzen. Auffällig für Eltern wird das insbesondere dann, wenn die Familie gemeinsam „alte“ Filme ansieht, die oft langsame Sequenzen haben. Reagiert ihr Kind darauf nervös und „hibbelig“ kann das bereits eine Wirkung des „Short-Content“-Konsums sein.

Umgekehrt ist es für Erwachsene oft stressig, z. B. neue „Marvel-Art-Filme“ anzusehen, da die Schnitte unglaublich schnell sind und nicht trainierte Gehirne oft mit Überforderung reagieren.

Für die Schule hat das allerdings häufig dramatische Auswirkungen, da es abhängigen Kindern immer schwerer fällt, dem „normalen“ Unterricht zu folgen. Die Konzentrationsfähigkeit nimmt nachweislich ab, was massive Auswirkungen auf den Lernerfolg der Schüler:innen hat.

¹ MEDIZINISCHE UNIVERSITÄT WIEN (2016): Dopamin - Weit mehr als nur der Botenstoff des Glücks. URL: <https://www.meduniwien.ac.at/web/ueber-uns/news/detailseite/2016/news-im-august-2016/dopamin-weit-mehr-als-nur-der-botenstoff-des-gluecks/>, abgerufen am 30.08.2023.

Ein hoher Konsum von Short-Content-Inhalten beeinträchtigt die mündliche Mitarbeit, die Konzentrationsfähigkeit, die Behaltensfähigkeit von Sachinhalten sowie die Verlagerung des Wissens vom Kurz- in das Mittelzeitgedächtnis und letztendlich Langzeitgedächtnis. Auch hier beobachten wir zunehmend, dass bereits trainierte und einmal verstandene Inhalte (insbesondere in Mathematik) nach kurzer Zeit „gelöscht“ und folglich nicht mehr für komplexere Aufgabenlösungen herangezogen werden können, was wiederum negative Auswirkungen auf die schulischen Leistungen hat.

Zusammenfassend kann man zu folgender Aussage kommen: Die (häufige) Nutzung von Short-Content-Inhalten führt unweigerlich zu einer digitalen psychischen Abhängigkeit, zu einer spürbaren Verschlechterung der Konzentrationsfähigkeit und somit zur Verschlechterung der schulischen Leistungen.

Ich habe mit vielen Eltern gesprochen, die Angst/Sorge davor haben, das Vertrauen ihrer Kinder zu verlieren, wenn die erzieherischen Eingriffe - auf die Handynutzung bezogen - konkret an Bedingungen gekoppelt sind.

Sie sollten sich nicht von Ihren Kindern erpressen lassen, sondern die Gefahren und Möglichkeiten der Handynutzung genau abwägen und dies mit Ihren Kindern besprechen. Klären Sie, wie sie das Handy wann, wie genau und wie lange nutzen dürfen. Bitte bedenken Sie dabei die Auswirkungen der Handynutzung auf die psychische und physische Gesundheit Ihres Kindes.

Allgemeine Handlungsempfehlung zur zeitlichen Nutzung digitaler Medien und Inhalte:

- ⇒ Sorgen Sie für umfangreiche Digital-Detox-Phasen Ihres Kindes (Empfehlungen dazu finden Sie unter: <https://www.klicksafe.de/bildschirm-und-medienzeit-was-ist-fuer-kinder-in-ordnung/kinder-von-10-16-jahren>).
- ⇒ Treffen Sie konkrete Absprachen zur Handynutzung mit ihren Kindern, bestenfalls über einen Mediennutzungsvertrag (<https://www.mediennutzungsvertrag.de/#>).
- ⇒ Handys gehören zur Schlafenszeit (und unserer Einschätzung nach mindestens eine Stunde davor) nicht in das Kinderzimmer. Sorgen Sie für einen zentralen Ablageplatz für die Handys in der Wohnung.

Handlungsempfehlung zum Umgang mit Short-Content-Inhalten:

- ⇒ Erklären Sie ihren Kindern die Wirkung von Short-Content-Inhalten.
- ⇒ Löschen Sie bestenfalls TikTok auf den Handys Ihrer Kinder.
- ⇒ Falls Sie keine Löschung möchten, klären Sie mit ihren Kindern detailliert, wie eine Nutzung zeitlich und inhaltlich aussehen soll.

Weitere Informationen zu TikTok finden Sie unter:

- ⇒ <https://www.arztphobie.com/psychologie/sucht/tiktok-sucht/>
- ⇒ <https://www.derstandard.de/story/2000141896999/sechs-gruende-warum-ihr-kind-nicht-oder-nur-ingeschraenkt-tiktok>
- ⇒ https://youtu.be/Ftd2_0A3kuU?si=hGe69PQXON5RHvEI

WhatsApp & Co: Mobbing, soziale Isolation, Depressionen, Ängste



Ich beginne diesen Absatz mit der offiziellen Information von WhatsApp zur Nutzung der App:

Informationen zum Mindestalter für die Nutzung von WhatsApp:
*Wenn du in einem Land im Europäischen Wirtschaftsraum (dazu gehört auch die Europäische Union) [...] lebst, **musst du mindestens 16 Jahre alt sein** (oder das in deinem Land vorgeschriebene Alter erreicht haben, wenn dieses höher ist), **um dich zu registrieren und WhatsApp zu nutzen.** [...]*²

Wie ich bereits mehrfach dargelegt habe, ist die Nutzung von WhatsApp für Kinder unter 16 Jahre nicht erlaubt. **Die Nutzung von WhatsApp ist zudem am Hans-Carossa-Gymnasium verboten.**

Nun sind wir uns vollkommen im Klaren darüber, dass sich hier ein ziemlich wuchtiges Spannungsfeld zwischen dem „realen“ Leben der Schüler:innen und dieser Verbote auftut. Natürlich eröffnet sich dieses Spannungsfeld insbesondere im häuslichen Umfeld, wo Eltern einerseits ihrer Erziehungsaufgabe nachkommen wollen und sollen, und andererseits Schüler:innen die digitale Teilhabe einfordern, um nicht am Ende „abgehängt“ zu werden, weil man „nicht mitreden“ kann, uncool ist etc.

Dieses Spannungsfeld verantwortlich zu managen, ist gerade in den Zeiten der fortschreitenden Digitalisierung besonders herausfordernd für die Eltern, da der Druck, der von den Kindern kommt, immens ist. Am Ende entscheiden die Eltern darüber, was sie selbst als unbedenklich einstufen und wo sie individuelle Grenzen setzen. Das ist das Grundmerkmal der elterlichen Erziehungsverantwortung.

Die Schule hat ebenfalls in der Zeit, in der die Schüler:innen zur Schule gehen, eine verfassungsrechtlich übertragene Erziehungsverantwortung. Im Idealfall ergänzen sich diese Erziehungsverantwortungen.

Es gibt aber auch Situationen, wo die Schule aus ihrer Sicht verantwortliche Entscheidungen trifft, die sich mit dem organären Elternwillen nicht decken. Die Nutzung von WhatsApp zum Beispiel ist in der Schule für die Kommunikation zwischen Schüler:innen untereinander sowie Lehrkräften und Schüler:innen verboten, allein schon aufgrund rechtlicher Vorgaben für die Nutzung von WhatsApp, Signal und Co.

Wenn Eltern ihren Kindern trotz eigentlichem Verbot die Nutzung von WhatsApp erlauben, kann es folglich auch zur Verwendung der App im schulischen Kontext kommen. Der schulische Kontext umfasst alle entsprechend organisierten Kommunikationskanäle, bei denen z. B. alle Schüler:innen in sogenannten Klassenchats zusammengefasst sind („Klassenchat Klasse 8h“). Der schulische Kontext umfasst allerdings auch Chats, in denen über Schüler:innen in öffentlichkeitswirksamer Weise hergezogen wird, in denen verfassungsfeindliche, pornografische, rassistische bzw. menschenverachtende Posts abgesetzt werden, die beispielsweise das Merkmal des Mobbing aufzeigen.

² META (2023): Informationen zum Mindestalter für die Nutzung von WhatsApp. URL: https://faq.whatsapp.com/695318248185629/?locale=de_DE, abgerufen am 30.08.2023.

Wenn also z. B. in einem illegalen Klassenchat um 3 Uhr morgens Beleidigungen gegen eine bestimmte Person erfolgen, so hat dies Auswirkungen auf das schulische Umfeld, die Klasse, einzelne Personen. Damit schwappt die Problematik sozusagen vom Privatbereich direkt in die Schule und muss hier sehr umfangreich aufgearbeitet werden, insbesondere durch mich als Schulleiter.

Grundsätzlich könnte ich als Schulleiter folgenden Standpunkt vertreten: WhatsApp ist verboten, also interessieren mich die illegalen WhatsApp-Chats nicht und ich ignoriere alle entsprechenden Meldungen von Schüler:innen- und Elternseite. Allerdings haben wir in der Vergangenheit teilweise so schwerwiegende Mobbingattacken oder strafrechtlich relevante Posts gefunden, dass wir hier aus pädagogischen und strafrechtlichen Gründen gar nicht anders konnten, als aufzuklären und zu unterstützen, insbesondere die Opfer.

Daher ist es an der Zeit, dass wir gemeinsam darauf hinarbeiten, Wege zu finden, um die geltenden Regeln/Bestimmungen einzuhalten. Das beginnt damit, dass ich Sie als Eltern auffordere, **die Regeln der Schule zu respektieren und darauf zu achten, dass keine „regulären“ Klassenchats in WhatsApp eingerichtet werden.**

Die schulrelevante, begleitete Kommunikation am HCG läuft über TEAMS. Hier kann die Lehrkraft jederzeit sicherstellen, dass die beteiligten Schüler:innen sich an die Netiquette³ halten und Verfehlungen sofort geahndet werden können. Das bietet ein hohes Maß an Sicherheit für Ihre Kinder.

Falls Sie als Eltern der Meinung sind, WhatsApp gehört auf das Handy Ihres Kindes, so müssen familieninterne Regeln gefunden werden, die eine schulbezogene Kommunikation über die App ausschließen.

Da in der Vergangenheit meine Appelle leider weitgehend erfolglos blieben, weise ich an dieser Stelle darauf hin, dass ich nunmehr deutlich klarer auf den Missbrauch reagieren werden. Die Missachtung dieser Regeln hat zur Folge, dass wir im Fall der Nutzung von WhatsApp im beschriebenen schulischen Kontext die Mitnahme des Handys in die Schule über einen längeren Zeitraum verbieten werden.

Ein weiteres Problem stellt aus unserer Sicht die wichtige Frage dar, wie ich was im Handy meines Kindes überprüfe. Auch hier existiert ein Spannungsfeld zwischen den Merkmalen Erziehungsverantwortung und Vertrauensbasis.⁴

Wo liegt die Grenze zwischen einem Vertrauensmissbrauch, wenn ich z.B. einen privaten Chat mit dem Freund / der Freundin meines Kindes einsehe und der Wahrnehmung meiner Erziehungsverantwortung, wenn mein Kind bspw. bedroht wird oder nicht jugendfreien Inhalten ausgesetzt ist?

Auch hier gilt es, Absprachen mit dem Kind zu treffen. So wäre es z. B. möglich, mit dem Kind folgende Vereinbarungen zu treffen: Die Kommunikation in Gruppenchats darf von den Eltern eingesehen werden, Einzelchats nicht.

Ich vertrete grundsätzlich die Ansicht, dass die Eltern jederzeit den Zugangscode des Handys kennen müssen, insbesondere um ihrer Aufsichtspflicht nachzukommen. Diese Aufsicht bzw.

³ Mit Netiquette meint man Verhaltens- und Kommunikationsregeln im Internet, die auf einen angemessenen, respektvollen Umgang miteinander abzielen. Hinweise dazu finden Sie unter <https://www.kaspersky.de/resource-center/preemptive-safety/what-is-netiquette>.

⁴ vgl. AMTSKANZLEI WEIß & PARTNER (2017): Kontrollpflichten der Eltern bei WhatsApp-Nutzung der Kinder. URL: <https://www.ratgeberrecht.eu/internetrecht-aktuell/kontrollpflichten-der-eltern-bei-whatsapp-nutzung-der-kinder.html>, abgerufen am 30.08.2023.

Sichtung des Handys, der Apps, der Chatverläufe, der Käufe, der Nutzungszeiten, der Kontakte etc. muss auch unregelmäßig und unangekündigt stattfinden, um dem erzieherischen Auftrag der Eltern verantwortungsvoll nachzukommen. Insbesondere die Sichtung der Kommunikationverläufe ist hier entscheidend, um gemeinsam mit dem Kind darüber zu sprechen, wie es selbst kommuniziert und wie es auf fremde Ansprache reagiert. Gerade bei dem Thema Cybermobbing⁵ diagnostizieren wir immer wieder schwere psychische Verletzungen bei Schüler:innen jeden Alters, die zu Ängsten, Depressionen, Schuldistanz oder noch Schlimmeren führen können. Ein Kurzfilm auf YouTube⁶ zeigt gut, welche Dynamik die unsachgemäße Nutzung der Chats nehmen kann.

Sollte Ihr Kind dem Cybermobbing ausgesetzt sein, beleidigt oder bedroht werden, so ist die Strafanzeige die wirksamste Hilfe. Zudem wenden Sie sich gern an mich, damit wir etwaige Agressor:innen oder Täter:innen identifizieren und separieren können.

Es gibt an dieser Schule eine feste Grundregel, an der ich mich seit Jahren orientiere und diese konsequent umsetze: Die Opfer werden mit allen Mitteln geschützt. Das kann dazu führen, dass Täter:innen bei schweren Verfehlungen oder Straftaten neben strafrechtlichen Konsequenzen die volle Härte der schulrechtlichen Konsequenzen zu erwarten haben (vgl. §63 SchulG des Landes Berlin).

Handlungsempfehlung zum Umgang mit Messengerdiensten (WhatsApp & Co):

- ⇒ Löschen Sie bestenfalls WhatsApp & Co von den Handys Ihrer Kinder unter 16 Jahren.
- ⇒ Falls Sie keine Löschung möchten, klären Sie mit ihren Kindern detailliert, wie eine angemessene Nutzung von WhatsApp & Co aussieht.
- ⇒ Klären Sie Ihr Kind über die Folgen der unsachgemäßen Nutzung (WhatsApp & Co für schulische Kommunikation, Beleidigungen, Verwendung verfassungsfeindlicher Symbole, rassistischer, pornografischer, menschenverachtender Inhalte) auf.

Weitere Informationen dazu finden Sie unter:

- ⇒ (<https://www.scoyo.de/magazin/kinder-und-medien/cyber-mobbing-schule-was-eltern-tun-koennen/>)
- ⇒ https://youtu.be/CmsuK_hLNqc?si=UnGeF3TwIcVXEvy

Hinweis:

Schon der Besitz z. B. verfassungsfeindlicher Symbole oder Inhalte auf dem Handy ist strafbar. Genau genommen ist man schon dann im Besitz dieser Inhalte, wenn man diese über WhatsApp und Co zugesandt bekommt. In diesem Fall umgehend die Polizei einschalten und Strafanzeige stellen.

Schicken Sie diese Inhalte keinesfalls weiter, da Sie sonst die entsprechenden Inhalte verbreiten, was eine schwerwiegendere Straftat ist!

Auch aus diesem Grund ist die regelmäßige Überprüfung der Handys der Kinder angezeigt.

⁵ Weitere Hinweise unter: LOOKS, KATHARINA (2023): Cyber-Mobbing Schule: Was Eltern tun können. URL: <https://www.scoyo.de/magazin/kinder-und-medien/cyber-mobbing-schule-was-eltern-tun-koennen/>, abgerufen am 31.08.2023.

⁶ Erreichbar unter: https://www.youtube.com/watch?v=CmsuK_hLNqc, abgerufen am 31.08.2023.

Fortnite & Co: Schuldistanz, Spielsucht:



Quelle: <https://www.fortnite.com/news>

Ein weiteres, insbesondere die Jungen betreffendes Problem, das wir in den letzten Jahren wahrgenommen haben, ist die Zunahme der Computerspielsucht.

Speziell Minecraft, WoW, FIFA und Fortnite reizt immer mehr junge Spieler. Bei Fortnite beispielsweise ist der Spielalgorithmus so ausgelegt, dass ein verstecktes Belohnungssystem die meist männlichen Spieler am Bildschirm fesselt. Neben den Glückshormonen, die bei erfolgreichen Missionen ausgeschüttet werden, können die Spieler zudem die Performance verbessern, wenn Sie sich kostenpflichtige Updates kaufen. Die Folge ist, dass sich über das Belohnungssystem der Wunsch steigert, weitere Erfolge zu erreichen und sich somit die Spielzeit erhöht. Das kostet Geld und dieses Geld sind die Jugendlichen bereit zu zahlen.

Gerade labile, zurückhaltende Jugendliche erschaffen sich auf diese Weise oft eine Traumwelt aus Erfolgen, die sich deutlich von den Problemen der Realität unterscheidet. Die Folge ist ein regelrechtes Eintauchen in das Spiel. Die Spieler verlieren das Gefühl für Raum und Zeit. Das Unterbrechen des Spiels z. B. durch Eltern wird als ungerechte Bestrafung empfunden, was zu Streit und einer Abwehrhaltung der Kinder und Jugendlichen führt. Da viele Computer der Kinder und Jugendlichen im Kinderzimmer stehen, wird sehr häufig die ganze Nacht durchgezockt, während die Eltern schlafen. Die Folge sind morgens völlig übermüdete, nicht leistungsfähige Schüler:innen, die in dem Besuch der Schule nur die Unterbrechung des Spiels sehen. Wir beobachten teilweise im Unterricht schlafende Schüler:innen, denen wir anhand der erkennbaren Merkmale eine Spielsucht attestieren würden.⁷

Da diese Problematik oft direkt von der Schule mit den Schüler:innen angesprochen wird, gehen sie in die Konfliktvermeidungsstrategie. Die Betroffenen melden sich häufig entweder krank oder tun so, als ob sie zur Schule gehen und suchen sich einen Ort, wo sie weiterzocken können (Schuldistanz). Wenn beide Eltern arbeiten, täuschen Schüler:innen vor, dass sie zur Schule gehen und kehren, wenn beide Eltern das Haus verlassen, zurück, um ohne Zeitbeschränkung und Aufsicht weiterspielen zu können. Achtung!! Das sind keine Einzelfälle!! Dass dieses Vorgehen natürlich massive Auswirkungen auf die schulischen Leistungen hat, liegt auf der Hand.

Im letzten Jahr hatten wir zwei Fälle von Oberstufenschülern, die wochenlang in der Schule per gefälschter Entschuldigungen „krank“ fehlten und zu Hause spielten.

Ob Ihr Kind abhängig ist oder nicht, lässt sich Ihrerseits gut überprüfen.⁸

Eine Hauptursache der Computerspielsucht bei Kindern und Jugendlichen ist der ungehinderte Zugang zum Computer/Tablet/Handy/NintendoSwitch etc. Häufig haben die Eltern keinen Überblick darüber, welches Gerät wann, wie und wozu im Einsatz ist. Insbesondere dann, wenn beide Eltern arbeiten, wenig Zeit haben oder sich ebenfalls mal erschöpft fühlen, ist es ganz angenehm, wenn „die Kleinen“ leise in ihren Zimmern spielen und keine Forderungen

⁷ Vgl. KLICKSAFE (2023): Digitale Spiele. URL: <https://www.klicksafe.de/digitale-spiele/sucht-abhaengigkeit>, abgerufen am 31.08.2023.

⁸ Vgl. KLICKSAFE (2023): Digitale Spiele. URL: <https://www.klicksafe.de/digitale-spiele/sucht-abhaengigkeit>, abgerufen am 31.08.2023

stellen. Wir alle kennen sicherlich diese Phasen. Kommt dies allerdings regelmäßig vor, so leisten die Eltern der Computerspielsucht Vorschub.

Daher empfehle ich, bei Kindern bis 14 Jahre keinen Computer in die Zimmer zu stellen, sondern diese Geräte – falls räumlich möglich - im „öffentlichen“ Raum der Wohnung zu platzieren, also z. B. im Esszimmer, im elterlichen Schlafzimmer usw. Dies gilt auch für alle weiteren digitalen Endgeräte.

Neben dem Problem der eigentlichen Spielsucht ist z. B. bei Fortnite noch ein weiteres Merkmal auffällig, das eine Kinderschutzgefährdung darstellt:

Über die Chatfunktionen schleichen sich auch immer wieder Pädophile in die Gamecommunity der Kinder und Jugendlichen ein und versuchen, Kontakte zu knüpfen mit am Ende möglicherweise katastrophalen Folgen. Auch hier sollten Eltern meiner Meinung nach dahingehend geschult sein, welche Einstellungen bei den entsprechenden Spielen wirksam sind. Sie als Eltern können z. B. die Einstellungen anpassen, die Bezahlfunktionen und die Chatfunktionen deaktivieren, bestimmte Ebenen ausblenden und Modi sperren, die ein besonders hohes Suchtpotential haben, den Kinderschutz aushebeln oder die psychische Gesundheit der Kinder und Jugendlichen gefährden.⁹

Auch bei der Computerspielsucht gilt der Grundsatz¹⁰:

Reden Sie offen mit Ihren Kindern über das Spielen am Computer. Lassen Sie sich die Spiele zeigen, spielen Sie ggf. mit und versuchen Sie, das Suchtpotential zu verstehen. Treffen Sie feste Verabredungen mit Ihren Kindern, was und wie lange - oder überhaupt - gespielt werden darf. So sollten 12-jährige Kinder nicht GTA spielen dürfen (Grand Theft Auto). Wir sind immer wieder überrascht, wie viele Kinder bereits in jungen Jahren dieses Spiel kennen und spielen.

Stellen Sie sich auf harte Diskussionen mit den Kindern ein. Süchtige Kinder sind wie süchtige Erwachsene: Sie suchen jeden Weg, um die Sucht zu bedienen. Bereiten Sie sich auch auf mögliche sprachliche Verletzungen vor, denn ein in die Enge getriebener Süchtiger greift nach allen Mitteln. Hier ist Verständnis und auch ein Stück Leidensfähigkeit gefragt.

Bedenken Sie: Sollte Ihr Kind computerspielsüchtig sein, so ist dies ein Stück weit auch eine familiäre Problematik, an der Eltern und Kinder gemeinsam einen Anteil haben, also in der Regel auch Sie. Sehen Sie aber nach vorne und erarbeiten Sie eine gemeinsame Strategie, die Sucht zu bekämpfen. Dann gewinnen Sie Ihr Kind wieder zurück.

⁹ Vgl. KLICKSAFE (2023): Digitale Spiele. Ist Fortnite sicher für Kinder? URL: <https://www.klicksafe.de/news/ist-fortnite-sicher-fuer-kinder>, abgerufen am 31.08.2023.

¹⁰ Vgl. BUNDESZENTRALE FÜR GESUNDHEITLICHE AUFKLÄRUNG (2023): Computerspielsucht bei Jugendlichen: Informationen & Hilfe für Eltern. URL: <https://www.ins-netz-gehen.info/eltern/computerspiele-kinder/computerspielsucht/>, abgerufen am 31.08.2023.

Handlungsempfehlung zum Umgang Computerspielsucht und Schuldistanz: **Fortnite & Co**

- ⇒ Entfernen Sie die Computer/Konsolen etc. aus den Kinder- und Jugendzimmern bei unter 14-Jährigen.
- ⇒ Sollte Ihr Kind oft Computerspiele spielen, prüfen Sie, ob Merkmale der Computerspielsucht vorliegen.
- ⇒ Treffen Sie konkrete Absprachen zu Zeit, Umfang und Inhalten der Computerspiele.
- ⇒ Prüfen Sie, ob die Merkmale des Kinder- und Jugendschutzes bei dem betreffenden Spiel eingehalten werden.
- ⇒ Deaktivieren Sie alle Bezahl- und offenen Chatfunktionen bei Kindern unter 14 Jahren.
- ⇒ Stellen Sie sicher, dass Ihr Kind nachts keinen Zugang zu digitalen Endgeräten hat. Das Argument: „Ich brauche doch einen Wecker“ zieht nicht 😊.
- ⇒ Über das digitale Klassenbuch (WebUntis) können Sie die Fehlzeiten Ihrer Kindereinsehen. Falls sich Ihr Kind verändert, sprechen Sie Lehrkräfte oder die Sozialpädagog:innen an.

Liebe Eltern,

ich hoffe, Ihnen mit dieser Handlungsempfehlung Denkanstöße im Umgang mit Ihren Kindern in Bezug auf die Nutzung digitaler Endgeräte und Inhalte gegeben zu haben.

Bitte nehmen Sie diese Tipps nicht als Bevormundung zur Kenntnis, sondern als ernst gemeinten und von Herzen kommenden Rat eines interessierten Praktikers mit einer Menge Erfahrung im Umgang mit Schüler:innen und Eltern.

Abschließend noch ein letzter, vielleicht der wichtigste Ratschlag aus meiner Sicht:

Nachts, wenn die Kinder und Jugendlichen schlafen, sollte kein digitales Gerät die wichtige Nachtruhe stören. Viele Schüler:innen sind in der Pubertät und brauchen einen erholsamen Schlaf und innere Ruhe, um die anstrengenden Schultage meistern zu können. Und sie brauchen verlässliche Digital-Detox-Zeiten, um abschalten zu können.

Daher mein letzter Ratschlag: Ab 20:00 Uhr sind alle digitalen Endgeräte aus und an einem sicheren Ort!

Mit herzlichen Grüßen

Henning Rußbütt
Schulleiter
Hans-Carossa-Gymnasium (05Y03)

Hinweis: Diese Handlungsempfehlung ist urheberrechtlich geschützt und darf nicht ohne Zustimmung des Verfassers weitergeleitet oder vervielfältigt werden!