



Ablaufplan

ONLINESUCHT VERSTEHEN UND REFLEKTIEREN (45 MIN)

Auseinandersetzung mit der Internetnutzung und Onlinesucht

Nach der Einheit

- Haben sich die Jugendlichen mit verschiedenen Arten der Internetnutzung auseinandergesetzt
- Fand eine Diskussion über die Nutzung des Internets sowie das Thema Onlinesucht statt
- Können die Jugendlichen ihre Internetnutzung besser einschätzen
- haben die Jugendlichen ihre eigene Internetnutzung reflektiert

Erhöhten Medienkonsum im Klassenverbund zu thematisieren ist eine heikle Angelegenheit. Vor allem, weil Sie als Lehrkraft eine Bewertungsfunktion innehaben. Sollte im Klassenverbund ein hoher Anteil von konsumerfahrenen Jugendlichen sein, empfehlen wir Ihnen, diese Einheit von einer Suchtpräventionsfachkraft durchführen zu lassen!

Sie haben keinen Überblick, wie das Verhalten in Ihrer Klasse ist? Nutzen Sie **SPRINT – Das Umfragetool!**

Zielgruppe: ab ca. 12 Jahren

Informationen zum Thema Onlinesucht finden Sie hier:
feelok.de/onlinesucht-uebersicht/



Uhrzeit	Dauer	Beschreibung	Material
Alle die...			
09:00 Uhr	5 min	Mit dem Warm-Up „Alle die...“ führen Sie die Jugendlichen optimal an das Thema Internetnutzung und Onlinewelt heran. Eine Sammlung verschiedener Warm-Up-Übungen finden Sie hier: feelok.de/warmup	<ul style="list-style-type: none"> • WUP „Alle die...“ • Stuhlkreis
Verstehen			
09:05 Uhr	10 min	1. Die Jugendlichen lesen die Artikel „Sind Anna, Stefan und Max onlinesüchtig?“ und „Anzeichen einer Onlinesucht“: feelok.de/webprofi-onlinesucht/ Drucken Sie, falls nicht ausreichend mobile Endgeräte mit Internetverbindung zur Verfügung, die Artikel im Vorfeld aus und verteilen Sie sie in der Klasse.	<ul style="list-style-type: none"> • Zettel • Stift



2. Anschließend schreiben die Jugendlichen selbst eine kurze Geschichte (3 bis 8 Sätze) auf einen Zettel, in der eine jugendliche Person etwas im oder mit dem Internet tut. Dabei entscheiden die Jugendlichen selbst, ob die Geschichte eine harmlose oder eine problematische Internetnutzung erzählt.
3. Die Jugendlichen geben dieser Person einen erfundenen Vornamen und ein Alter, z.B. „Thomas (14)“ oder „Lena (16)“.

Diskutieren

09:15 Uhr 20 min

4. Zeichnen Sie eine Skala von 1 bis 5 (an die Tafel, auf ein Flipchart oder Whiteboard). 1 bedeutet „harmlose Internetnutzung“ und 5 bedeutet „Onlinesucht“.



- Flipchart/
Tafel/
Whiteboard
- Klebeband/
Magnete

5. Jede:r liest nun seine oder ihre eigene Geschichte vor.
6. Nach jeder Geschichte wird im Plenum abgestimmt, ob der oder die Jugendliche eine harmlose (1) oder eine eher problematische (3) oder doch eine risikoreiche Internetnutzung (5) zeigt.

Es kann demokratisch abgestimmt werden (Mehrzahl) oder aus allen Bewertungen einen Durchschnittswert errechnen.
7. Die Geschichte wird an die passende Stelle der Skala geklebt.

Weitere Transfermethoden finden Sie unter feelok.de/transfer

Reflexion

09:35 Uhr 10 min

8. Nachdem die Jugendlichen alle Geschichten und Bewertungen gehört haben, beschäftigen sie sich mit der eigenen Internetnutzung: *Wie beurteilst du deine eigene Internetnutzung auf einer Skala von 1-5?*
9. Anschließend kann der Onlinesucht-Test auf feelok.de/webprofil-onlinesucht-test/ gemacht werden. Dort erfahren die Jugendlichen, wie Expert:innen ihre Internetnutzung einschätzen.

- ausreichend Handys/
Laptops/
Tablets



Offline-Version:

Den Onlinesucht-Test gibt's auch offline und steht Ihnen als Download zur Verfügung: **Onlinesucht-Test Offline**

Die Ergebnisse geben Ihnen Aufschluss für die weiterführende Bearbeitung des Themas in weiteren Präventionseinheiten.

Eine Sammlung verschiedener Feedback- und Reflexionsübungen finden Sie hier: **feelok.de/feedback**

- **AB**
Onlinesucht-Test Offline

09:45 Uhr Ende

Follow-up

Möchten Sie tiefer in das Thema Onlinesucht einsteigen, empfehlen wir Ihnen, eine Präventionsfachkraft hinzuzuziehen.

Nutzen Sie weitere Ablaufpläne zum Thema Onlinewelt:
feelok.de/ablaufplaene

Quelle: feelok.de; EPIZ Berlin (2013): Methodensammlung für Referent_innen

Weitere Ablaufpläne auf feelok - Lehrpersonen und Multiplikator:innen
www.feel-ok.ch, www.feel-ok.at, www.feelok.de

Berichten Sie uns von Ihren Ergebnissen!

Ihr Feedback ist uns wichtig! Zur bestmöglichen Optimierung unserer Seite freuen wir uns über Ihre Rückmeldungen, Anmerkungen und Wünsche.

feelok@bw-lv.de

