

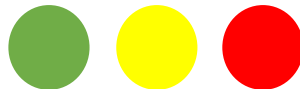


Arbeitsblatt

FALLBEISPIEL NAOMI - GAMING

Naomi ist ein echter Fan von Computerspielen. Täglich verbringt sie 1,5 Stunden am Computer, um mit ihren Gamer-Freund*innen zu zocken oder auf Twitch.tv, um dem Live-Stream ihres Lieblings-Streamers „Endgamer_101“ zu sehen. An den Wochenenden kann es manchmal auch etwas länger werden und sie spielt 3 Stunden lang an der Konsole. Wenn sie aber am Wochenende ein wichtiges Tennisturnier hat oder sich mit Freund*innen verabredet hat, dann ist ihr das „reale“ Leben auf jeden Fall wichtiger. Naomi liebt das Gaming, aber trotzdem ist es ihr wichtig, dass sie nicht zu viel Zeit im virtuellen Leben verbringt und ihre Freundinnen und der Sport nicht zu kurz kommen. Ende des letzten Schuljahres hatte Naomi eine Phase, in der sie über eine ganze Woche lang so viel spielte, dass sie kaum noch Zeit zum Lernen hatte. Tagsüber hatte sie durch das Spielen bis in die Nacht hinein Mühe, ihre Augen offen zu halten. Das hatte zur Folge, dass sie eine wichtige Klassenarbeit in Biologie verpatzte. Naomi ärgerte sich so sehr über die schlechte Note, dass sie seitdem erst nachmittags spielt, nachdem die Schulaufgaben erledigt wurden. Dieses Schuljahr läuft es in Biologie wie gewohnt, ihre Noten sind stabil geblieben und sie hat aus ihren Fehlern gelernt.

Was meinst du? Ist Naomis Verhalten unauffällig oder problematisch?



Auflösung:

Naomis Nutzungsverhalten ist im **grünen Bereich**. Trotz regelmäßigen Spielens vernachlässigt sie weder Schule, Hobbies noch Freund*innen. Zwar gab es eine kurze Zeit, in der sie wegen des Spielens wichtige Aufgaben nicht mehr wahrgenommen hat, aber sie konnte rasch selbständig die Nutzungszeit begrenzen und unter Kontrolle halten. Sie reduzierte das Spielen sofort, als sie die negativen Folgen bemerkte. Jugendliche mit einer Medienabhängigkeit haben diese Kontrolle über ihr Nutzungsverhalten oft nicht.

Warum nicht im gelben oder roten Bereich?

Die Tatsache, dass Naomis Schulleistungen aufgrund des Computerspielens schon einmal schlechter wurden, ist ein wichtiges Zeichen für eine problematische Nutzung von digitalen Spielen. Man spricht aber erst von einer abhängigen Nutzung, wenn mehrere Verhaltensprobleme (wie z.B. die Kontrolle verlieren, unruhig sein) und Folgen (wie z.B. schlechtere Noten, jemand zieht sich zurück) über eine längere Zeit zu beobachten sind. Wie lange Naomi täglich mit Games verbringt, reicht als Merkmal allein für eine Suchterkrankung noch nicht aus. Es kommt darauf an, ob Naomi dazu in der Lage ist, das Spielen bei Problemen (wie z.B. schlechtere Noten oder Streit mit Eltern) zu reduzieren oder ganz einzustellen. Naomi hat zwar einmal wegen Spielen ihre Schulaufgaben vernachlässigt, aber sie hat das Problem schnell wieder in den Griff bekommen, hat auch andere Hobbies und echte Freund*innen. Deshalb denken wir, dass ihr Verhalten eher unauffällig, d.h. im grünen Bereich ist.



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR SOZIALES, GESUNDHEIT UND INTEGRATION

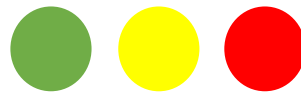


Arbeitsblatt

FALLBEISPIEL NAOMI - GAMING

Ole ist schon sein ganzes Leben lang im Internet aktiv. Seit einigen Monaten verbringt er sehr viel Zeit auf YouTube, Instagram und TikTok, um Musikvideos zu kommentieren und mit seiner Community zu chatten. Ihm gelingt es kaum 10 Minuten ohne das Smartphone zu sein - es ist immer mit dabei. Seine Eltern haben ihm das Handy schon mehrmals weggenommen. Was fällt ihnen auch ein, ihm einfach das Handy wegzunehmen?! „Früher konnte man noch normal mit ihnen darüber reden, aber heute gibt's immer gleich Stress“, sagt Ole. Wenn Ole sein Handy nicht bei sich hat, wird er sehr unruhig und gereizt und es endet oft in einem großen Wutausbruch. Ein Genie in der Schule war Ole noch nie, aber jetzt sinken seine Noten in den Keller und das Schuljahr ist gefährdet. Oles Noten haben sich in der letzten Zeit verschlechtert, Klassenarbeiten verhaut er regelmäßig - die Community ist gerade wichtiger. Auch Oles Freund*innen distanzieren sich mittlerweile von ihm, weil er während der Treffen die meiste Zeit am Smartphone hängt. Persönliche Kontakte im „realen“ Leben interessieren ihn immer weniger.

Was meinst du? Ist Oles Verhalten unauffällig oder problematisch?



Auflösung:

Oles Verhalten ist im **roten Bereich**. Er hat durch sein Nutzungsverhalten bereits gewisse Einschränkungen in einigen Bereichen: Seine Noten wurden schlechter, zuhause gibt es zunehmend Streit mit seinen Eltern und auch seine Freund*innen nehmen Abstand von ihm. Situationen ohne Smartphone lösen bei ihm Unruhe, Gereiztheit und Wutausbrüche aus. Trotz der Probleme setzt er den übermäßigen Gebrauch des Smartphones fort. Oles Verhalten und die dadurch entstandenen Folgen können darauf hinweisen, dass sein Umgang mit dem Smartphone ein krankhaftes, abhängiges Ausmaß erreicht haben könnte.

Eine Diagnose kann aber nur eine Fachperson wie ein Arzt oder eine Ärztin stellen. Für Ole und seine Familie ist es jetzt wichtig, sich professionelle Hilfe zu holen, um Maßnahmen besprechen zu können, damit Ole wieder zurück zu einer geregelten und unbeschwerten Mediennutzung gelangen kann.

Weitere Arbeitsblätter auf [feelok](http://feelok.de) - Lehrpersonen und Multiplikator:innen
www.feel-ok.ch, www.feel-ok.at, www.feel-ok.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



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR SOZIALES, GESUNDHEIT UND INTEGRATION

feelok 2.0 wird gefördert durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg