Drei Fragen an ...

... Jugendliche zu ihrem Leben mit dem Smartphone.



Johann Doerpinghaus, 12 Jahre alt, Bonn

Welche Apps benutzt du? WhatsApp, Instagram und YouTube. Auf YouTube habe ich jetzt angefangen, „MineCraft"-Videos hochzuladen. Auf Instagram poste ich Fotos von schönen Dingen, die ich im Alltag sehe. Ansonsten chatte ich vor allem mit meinen Freunden.

Welche Rolle spielt Datenschutz für dich? Ich filme mich nicht selber für YouTube und mache auch keine Fotos von mir. Ich möchte nicht, dass andere mich im Internet sehen.

Wie würde dein Leben ohne Smartphone aussehen? Ich würde es schon blöd finden, nicht überall erreichbar zu sein. Aber eigentlich wäre es nicht so schlimm.



Carla Vollner, 14 Jahre alt, Hamburg

Welche Apps benutzt du? WhatsApp und Instagram: hauptsächlich zum Schreiben mit Freunden. Nachrichten schaue ich mir auf der „Tagesschau"-App an.

Welche Rolle spielt Datenschutz für dich? Ich lade von mir nichts ins Internet hoch, deshalb mache ich mir auch über Datenschutz keine Gedanken. Ich bin 14, wer sollte sich für meine Daten interessieren?

Wie würde dein Leben ohne Smartphone aussehen? Ohne Smartphone würde sich für mich nicht viel ändern. Oft liegt es nur in der Ecke. Für mein Fußballteam wäre das allerdings blöd. Da wird nämlich viel über WhatsApp besprochen.



Leonie Kalthater, 15 Jahre alt, Koblenz

Welche Apps benutzt du? Whats-App, Instagram, Snapchat und Fotogo. Ich verschicke viele Fotos und stelle sie für meinen Freundeskreis online. Außerdem schaue ich mir lustige Sprüche an und folge Promis auf Instagram.

Welche Rolle spielt Datenschutz für dich? Ich passe schon auf, dass ich keine dummen Bilder von mir ins Netz stelle. Bei Facebook bin ich nicht, weil die Leute da zu viel über mich erfahren. Ich möchte nicht, dass Fremde etwas über mich wissen.

Wie würde dein Leben ohne Smartphone aussehen? Für mich wäre es schwierig, mit meinen Freunden Kontakt zu halten. Bei uns läuft fast alles über das Telefon. Vermutlich müsste ich dann viel mehr Verabredungen schon in der Schule treffen. Auch Fotos und Musik würden aus meinem Alltag verschwinden.



Philipp Rensinghoff, 16 Jahre alt, Dortmund

Welche Apps benutzt du? Hauptsächlich WhatsApp, YouTube und Instagram. Bei YouTube schaue ich mir Tipps zu Computerspielen an. Bei Instagram folge ich einzelnen Promis – und auch Nachrichten. Keinen normalen Nachrichten natürlich, sondern zum Beispiel Veröffentlichungen von neuen Spielen oder Filmen.

Welche Rolle spielt Datenschutz für dich? Ich poste selten etwas im Internet – es geht niemanden etwas an, was in meinem Leben passiert. Zwar habe ich noch ein Facebook-Konto, aber da bin ich nie angemeldet. Facebook ist zu langsam und umständlich. Mir ist schon klar, dass viele Firmen meine Daten verkaufen. Deshalb benutze ich zum Beispiel meinen echten Namen nicht im Netz.

Wie würde dein Leben ohne Smartphone aussehen? Ich hätte das Gefühl, etwas zu verpassen. Denn mit dem Smartphone weiß ich immer, was um mich herum passiert. Ohne Smartphone würde es mir außerdem deutlich schwerer fallen, mein Leben zu organisieren. Vor allem der Kontakt zu meinen Freunden würde ziemlich kompliziert werden. Vermutlich müsste ich anfangen, Briefe zu schreiben.



Teresa Minz, 17 Jahre alt, Berlin

Welche Apps benutzt du? Whats-App, Snapchat, Facebook und Spotify. Über Snapchat und WhatsApp unterhalte ich mich mit meinen Freunden. Wir verschicken uns darüber gegenseitig Fotos, und wir verabreden uns. Facebook benutze ich nur noch, um mich über Veranstaltungen zu informieren. Außerdem habe ich drei Nachrichten-Apps, auf Französisch, Englisch und Deutsch. Da lese ich aber nur die Push-Meldungen und die Teaser.

Welche Rolle spielt Datenschutz für dich? Datensicherheit spielt für mich keine große Rolle. Was sollen andere Leute mit meinen Daten anfangen? Nur meine Kontodaten würde ich nicht übers Internet verschicken.

Wie würde dein Leben ohne Smartphone aussehen? Ein Leben ohne mein Smartphone kann ich mir nicht vorstellen. Ich könnte mich nicht mehr so einfach mit meinen Freunden treffen, ich könnte keine Musik hören. Und ich wüsste nicht mehr, was in der Stadt passiert. Nichts in meinem Leben wäre so spontan, wie es jetzt ist.

VIDEO: Das Smartphone als Shoppingbegleitung
spiegel.de/sw042016jugendliche

WEITERLESEN

Sehr persönlich und ausnehmend vernünftig berichten die „Spreeblick"-Blogger Tanja und Johnny Haeusler in ihrem Handbuch „Netzgemüse" darüber, wie sie den Umgang mit digitalen Medien in ihrer Familie handhaben, welche Erfahrungen sie damit gemacht haben und was sie anderen Eltern raten. Ausgeprägte Digitalskeptiker werden gelegentlich zusammenzucken, aber die Auseinandersetzung mit dem Plädoyer für Vertrauen und Verantwortung lohnt sich auf jeden Fall. TANJA UND JOHNNY HAEUSLER: **Netzgemüse. Aufzucht und Pflege der Generation Internet.** Wilhelm Goldmann Verlag; 320 Seiten; 9,99 Euro.

Sehr detailliert, verständlich geschrieben und gut strukturiert informieren die Medienpädagogen Tobias Albers-Heinemann und Björn Friedrich in ihrem „Elternbuch zu WhatsApp, Facebook, YouTube & Co." über einzelne digitale Angebote, Sicherheit und Privatsphäre im Netz und generelle Fragen zur Medienerziehung. In diesem umfassenden Wegweiser werden vor allem Eltern fündig, die sich im Umgang mit den neuen Onlinemöglichkeiten unsicher fühlen und konkrete Ratschläge sowie technische Erklärungen suchen. TOBIAS ALBERS-HEINEMANN UND BJÖRN FRIEDRICH: **Elternbuch zu WhatsApp, Facebook, YouTube & Co.** O'Reilly Verlag; 352 Seiten; 19,90 Euro.

Für junge Leser ab etwa acht Jahren hat der Berliner Kindermedienexperte Thomas Feibel einfache, informative und unterhaltsam aufgemachte Ratgeber zu einzelnen Aspekten digitaler Mediennutzung verfasst – auf jeden Fall ein gutes Angebot für Eltern zum Gespräch mit ihren Kindern. THOMAS FEIBEL: **Computer aber richtig!, Facebook aber richtig, Internet aber richtig!, Smartphones aber richtig!** – alle Titel erschienen im Ravensburger Buchverlag; jeweils 48 Seiten; jeweils 6,99 Euro.

Laut der Studie fühlen sich Jugendliche eher durch etwas anderes gestresst: davon, dass sie das Smartphone viel benutzen.

Die Hälfte der Befragten führt an, ihr Mobiltelefon lenke sie ab, etwa von den Hausaufgaben, fast ebenso viele machen sich Sorgen, ob sie persönliche Daten preisgegeben haben. Rund ein Fünftel der Jugendlichen hat eine starke emotionale Bindung zu dem Gerät. Diese Gruppe kann nicht einmal zeitweise aufs Handy verzichten.

Dabei sei die Angst, etwas zu verpassen, „der stärkste Erklärungsfaktor für unkontrollierte, exzessive und risikobetonte Nutzung", heißt es in der Studie. Weitverbreitet sei „die Parallelkommunikation mit Abwesenden im Beisein anderer". Der Großteil der Jugendlichen praktiziere dies, „obwohl sie es gleichzeitig häufig als unhöflich bewertet". Viele Jugendliche können also kaum von ihrem Smartphone lassen, obwohl sie genervt sind von fordernden Pings und übergriffigen Emoticons.

Ob dieses Verhalten als schädliche Internetsucht zu werten ist, darüber streiten die Wissenschaftler. Den Begriff der „internet addiction" soll ein US-Psychiater schon 1995 geprägt haben, damals luden die Websites im Zeitlupentempo, und bis zur Verbreitung von Smartphones sollte noch mehr als ein Jahrzehnt vergehen.

Viele Experten nehmen die Suchtgefahren, die vom Internet für Kinder und Jugendliche ausgehen, durchaus ernst. Die renommierte American Psychiatric Association hat neun Indizien zumindest für Internetspielsucht zusammengestellt. Wer sich im Internet verliert, der droht andere Aspekte seines Alltags zu vernachlässigen: Jugendliche beispielsweise die Schule oder die Hausaufgaben, Sport, Freunde. Viele versuchen, ihre exzessive Internetnutzung zu vertuschen.

Im gerade veröffentlichen Bericht eines Ausschusses des Bundestags zu „neuen elektronischen Medien und Suchtverhalten" heißt es, heute würden Kinder „in eine mediatisierte Welt hineingeboren und somit von Anbeginn mit digitalen Medien konfrontiert". Jedoch gebe es „keine gesellschaftliche Werteklarheit", welche Art und welches Ausmaß des Medienkonsums sinnvoll seien.

Der Bericht warnt vor negativen Folgen bei exzessivem Gebrauch elektronischer Medien durch Kleinkinder für deren Entwicklung, etwa in Form von Gedächtnis- oder Schlafproblemen. Weiter heißt es für ältere Kinder: „Darüber hinaus werden in Bezug auf die Adoleszenz auch die Gefahr vermehrter impulsiver und aggressiver Handlungen sowie risikoreiches Verhaltens diskutiert." Ärzte und Wissenschaftler der Universitätsmedizin Mainz formulieren es in ihrem Buch „Neue elektronische Medien und Suchtverhalten" so: „Es existieren vielfache Hinweise auf negative Auswirkungen eines exzessiven Internet- und Computerspielnutzungsverhaltens auf die psychosoziale Entwicklung im Jugendalter."

EINE DAK-BEFRAGUNG aus dem vergangenen Herbst legt nahe, dass fünf Prozent der Kinder und Jugendlichen das Internet in einem krankhaften Ausmaß nutzen. Elf Prozent haben demnach erfolglos versucht, sich selbst zu beschränken.

In vielen Familien sorgt der Umgang mit dem Handy immer wieder für „Reibungspunkte", wie die Forscherinnen um Karin Knop konstatieren. Die Frage ist: Wie gehen Eltern mit dem Medienkonsum ihrer Kinder um? Und was ist überhaupt der richtige Umgang?

Die Forscherinnen unterscheiden vier Elterntypen. Es gibt die „Laisser-faire"-Eltern, wie die Mutter der vier Jungen, die sie in ihrer Studie vorstellen. Außerdem gibt es die „ängstlich-bewahrenden Reglementierer", die „freundschaftlich Liberalen" und die „kindzentrierten Aktiven".

Die Typen-Bezeichnung macht schon deutlich, welchen Erziehungsstil die Mannheimer Forscher bevorzugen: Mütter und Väter sollen sich demnach bemühen, aktiv auf das Medienverhalten ihrer Kinder Einfluss zu nehmen – ohne dabei sinnlose Verbote zu erlassen.

Die Forscher nehmen also die Eltern selbst in der Pflicht: „Neben expliziten Handyerziehungsmaßnahmen hat insbesondere das Vorbildverhalten der Eltern und ihre Beziehungsqualität zum Kind Einfluss auf den Umgang mit dem Handy."

Will heißen: Hängt die Mutter ständig am iPad, schreibt der Vater beim Essen SMS, wimmeln beide die Kinder ab, weil sie lieber ihr Facebook-Profil pflegen wollen, dann werden sich die Kinder diese Priorisierung abschauen und sich künftig aufmerksam den kleinen Bildschirmen widmen.

„Es gibt Familien, da ruft die Mutter die Kinder per WhatsApp zum Essen, obwohl sich diese im Haus aufhalten", erzählt Knop. „Nur so kann sie sicher sein, dass sie ihre Kinder auch erreicht."

HEATHER PERRY



Knop sieht solche Praktiken mit Skepsis, sie stünden für einen „unreflektierten Umgang“ mit dem Handy. In einer Familie sei es wichtig, dass sich Familienmitglieder gelegentlich eine handyfreie Zeit verordnen. Knop spricht von einem „buddhistischen Moment“: sich im Augenblick mit seiner Umwelt zu beschäftigten ohne Ablenkung, sozusagen ganz im Hier und Jetzt.

Den verhindert das Smartphone noch stärker als andere Kommunikations- oder Unterhaltungselektronik, als der Fernseher etwa oder die Spielekonsole. Denn das Handy ist laut der Forschung ein „individuelles Gerät“: Jeder beugt sich über seines.

Entsprechend restriktiv sind die Regeln in einem anderen Lebensbereich, in dem das Kollektiv funktionieren muss: in der Schule. Die allermeisten Schulen verfolgen die Politik, dass die Geräte zumindest während des Unterrichts ausgeschaltet und weggepackt sein müssen. Für die Pausen oder unterrichtsfreie Zeiten auf dem Schulgelände variieren die Vorgaben.

Im gestrengen Bayern ist eine entsprechende Klausel sogar im Schulgesetz verankert: „Im Schulgebäude und auf dem Schulgelände sind Mobilfunktelefone und sonstige digitale Speichermedien, die nicht zu Unterrichtszwecken verwendet werden, auszuschalten.“

Wie analog Regeln für zu Hause aussehen könnten, hat der Bochumer Kinder- und Jugendpsychiater Andreas Richterich mit der Direktorenkonferenz seiner Stadt formuliert. Darin heißt es: „Nicht nachts, nicht während der Mahlzeiten, nicht während der Hausaufgaben, nicht im Unterricht, nicht bei Krankheit, wenn die Schule nicht besucht werden kann.“ Ein Smartphone sollten Kinder frühestens zum 12. Geburtstag geschenkt bekommen, fordert Richterich.

ANDERERSEITS LÄSST SICH auch kaum eine Brandmauer um die Smartphones und damit ums Internet ziehen. Wenn die Klassenkameraden in der fünften Klasse alle eines haben und per Klassen-WhatsApp-Gruppe kommunizieren, dann gilt: Wem seine Eltern verbieten, in der Klassen-WhatsApp-Gruppe dabei zu sein, der ist dann eben draußen, mit all den negativen Folgen für seinen Status in der Gruppe und das eigene Selbstbewusstsein.

Komplette Abstinenz fordern auch Pädagogen nicht, im Gegenteil. In Baden-Württemberg gehört Mediennutzung zum festen Programm in den weiterführenden Schulen. In einem aktuellen Strategiepapier der Landesregierung heißt es sogar: „Medienbildung und ein kompetenter Umgang mit Medien ist heute als vierte Kulturtechnik neben Lesen, Schreiben und Rechnen zu verstehen.“

Bei Sascha Lutz vom Beratungs- und Behandlungszentrums für Suchterkrankungen in Stuttgart landen jene Eltern, denen die Mediennutzung ihrer Kinder über den Kopf wächst. Lutz gibt den Eltern dann zumeist unbequeme Tipps mit auf den Weg: Wichtig sei, „wieder Zugang zu den Jugendlichen zu finden“. Rezepte dazu: „Sorge ausdrücken, Gespräche anbieten, Vertragsabsprachen treffen, Interesse am Leben des Kindes zeigen, auch Interesse am Leben des Kindes im Netz zeigen.“ Lutz Sammelbegriff: Es gehe um „Teilhabe“.

Digitale Medien sind für menschliche Beziehungen „ein schlechter Ersatz“.

Von diesem Begriff ist es nicht mehr weit bis zur Pädagogik des dänischen Therapeuten Jesper Juul, der als Advokat einer liebevollen Führung durch die Eltern gilt. Im Schweizer Elternmagazin „Fritz und Fränzi“ hat der Erziehungsberater einen bemerkenswerten Aufsatz veröffentlicht. Juul schreibt: „Ich nenne die elektronischen Geräte ‚Familienmitglieder‘, weil sie extrem viel Aufmerksamkeit auf sich ziehen und die Kultur von Familien auf eine Art und Weise verändern, welche für die auf Liebe basierenden Beziehungen zwischen Erwachsenen, Geschwistern, Eltern und Kindern ungesund ist.“

Kinder fühlten sich verletzt, führt Juul aus, wenn sie merken, dass die Eltern für sie nicht ansprechbar sind. Irgendwann „fangen die Kinder an, die Verhaltensweise der Erwachsenen zu kopieren und fokussieren sich auf ihre eigenen Bildschirme“. Mobiltelefone seien „wertvolle Arbeitsinstrumente“, aber für menschliche Beziehungen „ein schlechter Ersatz“.

Damit Vertrauen und Austausch wüchsen, so Juul, brauche es pro Tag zwei bis drei Stunden, die man einander widmet, zum Essen, Sprechen, Spielen. Diese Zeiten nennt Juul „Inseln des Zusammenseins“. Sie funktionierten, „vorausgesetzt, dass wir unsere Smartphones nicht auf die Insel mitbringen“.

Wem das zu pädagogisch und kompliziert ist, der kann, um seine Handynutzung zu begrenzen, ausgerechnet zu Onlinetools greifen: Apps.

Eine hat den Namen „Forest“, sie wurde entwickelt von Tüftlern in Taiwan. Durch die App wächst auf dem Bildschirm innerhalb einer festgelegten Zeit einer schöner, grüner Baum.

Der Baum wächst aber nur, wenn das Smartphone in dieser Zeit unangetastet bleibt. *jan.friedmann@spiegel.de*

Jan Friedmann spielt mit den eigenen Kindern lieber Fußball, Tennis oder Karten als an einer Wii.