

# Fachstelle Suchtvorbeugung



Jugend- und Drogenberatung Rheine

**Joachim Jüngst**

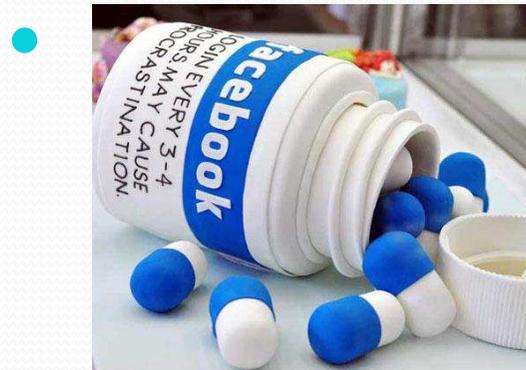
Thiemauer – 42  
48431 Rheine  
Tel. 05971 / 160 28-0

[praevention@drogenberatung-rheine.de](mailto:praevention@drogenberatung-rheine.de)

[www.drogenberatung-rheine.de](http://www.drogenberatung-rheine.de)



# Themen schulischer Suchtprävention



## Abhängigkeit von virtuellen Gemeinschaften /Freundschaften

(kaum noch reale Beziehungen, freie Zeit wird online mit anderen verbracht)

- Computerabhängigkeit**  
(Spielen, Programmieren)



- **Cybersexsucht** (zwanghafte Nutzung pornografischer Web-Inhalte, sexueller Kontakt nur noch anonym per Video oder Bildern)



- **Information Overload bzw. Dataholics, Infojunkies** (zwanghaftes Suchen nach Informationen , diese werden zur Droge)

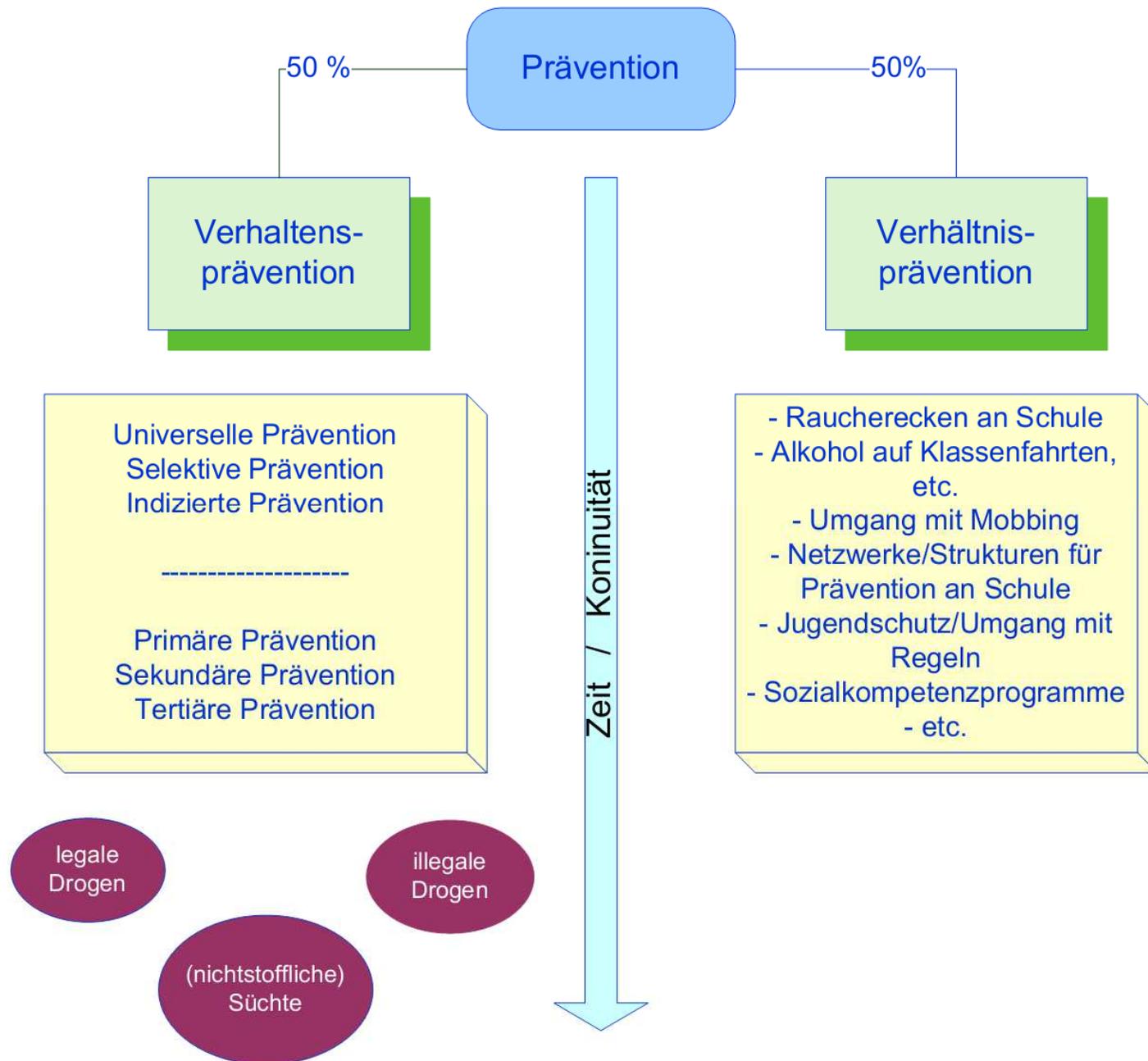
- **Zwanghafte Nutzung von Netzinhalten** (exzessive Nutzung von Online-Shopping, Online-Spielen, Online-Handel)



# Prävention in Kooperation mit Schule

- Wirksamkeit am größten, wenn alle am Erziehungsprozess beteiligten mitwirken (Lehrer, Eltern und Schüler)
- Prävention ist am effektivsten, wenn sie langfristig orientiert und in ein Gesamtsystem an der Schule implementiert ist.
- Prävention sollte Zielgruppenorientiert sein

# Sucht- und Drogenprävention im Kontext Schule



# Prävention bei Medienkonsum

<p><b><u>Universelle Prävention</u></b>  <i>Zielgruppe: Allgemeinbevölkerung ohne ausgewiesenes Risikoverhalten</i></p>	<p><b><u>Selektive Prävention</u></b>  <i>Zielgruppe: Menschen mit einem überdurchschnittlich hohem Risiko = männliche Jugendliche ohne feste Beziehung und Tagesstruktur</i></p>	<p><b><u>Indizierte Prävention</u></b>  <i>Zielgruppe: Personen, die ein manifestes Risikoverhalten etabliert haben und einem erhöhtem Suchtrisiko ausgesetzt sind.</i></p>
<p><b>Jugendliche</b></p> <p>Sensibilisierung und Information über das Abhängigkeitspotential</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Befragung über die eigenen Nutzungszeiten – Lebenszeitbezug herstellen</li> <li>• Infos über Spiele wie WOW</li> <li>• Fragebogen Grüsser – Selbstbeobachtung</li> </ul> <p>Stärkung der allgemeinen Schutzfaktoren</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Projekt online-inline</li> <li>• Harry-Potter und der Kick des Lebens</li> </ul> <p>Lobbying für Jugendschutz Spieletester</p>	<p><b>Jugendliche</b></p> <p>Kompetenzförderung und Sensibilisierung bei Personen mit einem erhöhtem Risiko</p> <p>Zielgruppenspezifische Botschaften und Angebote entwickeln</p> <p>Als Risikofaktoren gelten:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Soziale Ängstlichkeit</li> <li>• Neigung zu Depressionen</li> <li>• Mangelndes Selbstwertgefühl</li> <li>• Erhöhte Stressbelastung</li> <li>• Inadäquate Erwartungen an das Internet</li> <li>• Geringe Problemlösungsfähigkeiten</li> <li>• Geringe soziale und familiäre Unterstützung</li> </ul>	<p><b>Jugendliche</b></p> <p>Maßnahmen im Rahmen der Früherkennung und –intervention</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensibilisierung und Schulung</li> <li>• Reglementierung unterstützen</li> <li>• Informationen über Unterstützungsmöglichkeiten und spezialisierten Stellen</li> <li>• Krisenintervention</li> <li>• Motivierende Gesprächsführung</li> </ul>

# Medienkompetenz

---

Medienkompetenz ist die Fähigkeit selbstbestimmt, kreativ und sozial verantwortlich mit Medien umzugehen und sie zur Gestaltung der eigenen Lebenswelt, zur Teilhabe an, sowie zur Mitgestaltung der (Informations-) Gesellschaft zu nutzen.

# Medienkompetenz

---

- Das Wissen darüber, welche Medien es gibt und welchen Nutzen sie haben
- Die Fähigkeit, Medien im Zusammenhang mit den eigenen Bedürfnissen, der eigenen Lebensgestaltung und Identitätsbildung, zur Information und zur Bildung und zur Unterhaltung sinnvoll auswählen zu können

# Medienkompetenz



- Das Vermögen, über die eigene Mediennutzung und über Medienwirkungen nachdenken zu können.
- Das technische Wissen über Medien, bzw. den Umgang mit Geräten
- Die Fähigkeit, die jeweilige „Mediensprache“ verstehen und analysieren zu können, d.h. Medien „lesen“ zu können

# Medienkompetenz

---

- Die Produktionsbedingungen von Medien und ihren Bezug zur Gesellschaftlichen Wirklichkeit einschätzen zu können.
- Medienbotschaften zu beurteilen (Boulevardpresse, Nachrichtenmagazine) und kritisch über Begriffe wie Realität, Wahrheit, Information, Wissen, Manipulation etc. nachdenken zu können.

# Medienkompetenz

- Medien gestalten und zur Kommunikation einsetzen zu können, als Erweiterung der eigenen Handlungs- und Ausdrucksfähigkeit (aktiver Medienumgang)
  - z.B. Webdesign, Programmierung, Musik/ Kunst/ Filme erstellen, etc.)



"Hallo Papa, ich denke, du bist nun reif genug, dass ich dich über den Internet-Zugang aufklären kann..."

# Suchtprävention im Kontext Schule

Deutsch	Veränderung von Sprache und Kommunikation durch neue Medien, Spielanlässe für Jugendliche (Rollenspiel) Literaturbearbeitung, Liedtextanalyse z.B. „...nur noch 148 Mails checken“)
Geschichte	Geschichte der neuen Medien Kultur & Suchtmittel (gesellschaftliche Einbindung)
Erdkunde	Wo sind Medienproduktionszentren? Wo und wie werden Rohstoffe abgebaut? Wofür werden Medien in den Herkunftsländern benutzt?
Kunst	Thema „Rausch und rauschhaftes Erleben“ Werbung: Stilmittel erarbeiten/ Werbung entwickeln Web-Design, Bilder erstellen
Musik	Erstellung/Bearbeitung eigener Musiktitel Vertonen eigener Texte – Wettbewerbe

Wirtschafts- und  
Soziallehre

Wirtschaftsfaktor Medien  
Krankenkassen/ Gesundheitsverbände/ Medienindustrie,  
Armut und Suchtmittel

Politik

Gesundheitspolitische Einordnung  
Kultur- und Politikvergleich unterschiedlicher Länder  
(Freiheit im Internet?!)

Physik

Strahlenmessungen bei Handys, Funk- und  
Satelitensysteme in der Welt

Sport

Kletterwand – Grenzen erkennen und beachten,  
Risc & Thrill, Vertrauens- und Erlebnisparcours  
Kooperationsübungen im „Real-Life“,  
„Wii-Sport“ im Gegensatz zu Real-Sport

Mathematik

Programmierung von Spielen, Kostenberechnungen bei  
Mediennutzung, etc.

Religion/Ethik

Motive für exzessiven Mediengebrauch, Einsamkeit in  
unserer Gesellschaft

## Tabak

Raucher 18 – 59 Jahre: 16,7 Mio.  
(abhängige Raucher nach IDC 10: 70-80 %)  
davon **6 Mio. mehr als 20** am Tag  
  
( 60 % Männer, 40 % Frauen )

## Alkohol

Riskanter Konsum ( 18-59 Jahre): 7,8 Mio.  
Abhängiger Konsum: **1,5 Mio.**  
  
ca. ( 70 % Männer, 30 % Frauen )

## Computer- /Internetsucht

56000  
Problemkonsum  
ca. 2,5 Mio. (Pinta Studie)

## Cannabis

Konsumenten: ca. 2,5 Mio.  
Davon Dauerkonsumenten  
**ca. 380000**

## Sucht in Deutschland

2010  
- einige Zahlen -

## Ess-Störungen

Bulimie: ca. **1,4 Mio.**  
( 10 % Männer, 90 % Frauen )  
  
Magersucht: ca. **0,5 Mio.**  
( 6 % Männer, 94 % Frauen )

## Andere illegale Drogen

( Heroin, Kokain, Ecstasy, etc. )  
Konsumenten Gesamt:  
ca. 650000  
  
Davon Dauerkonsumenten  
**ca. 275000**

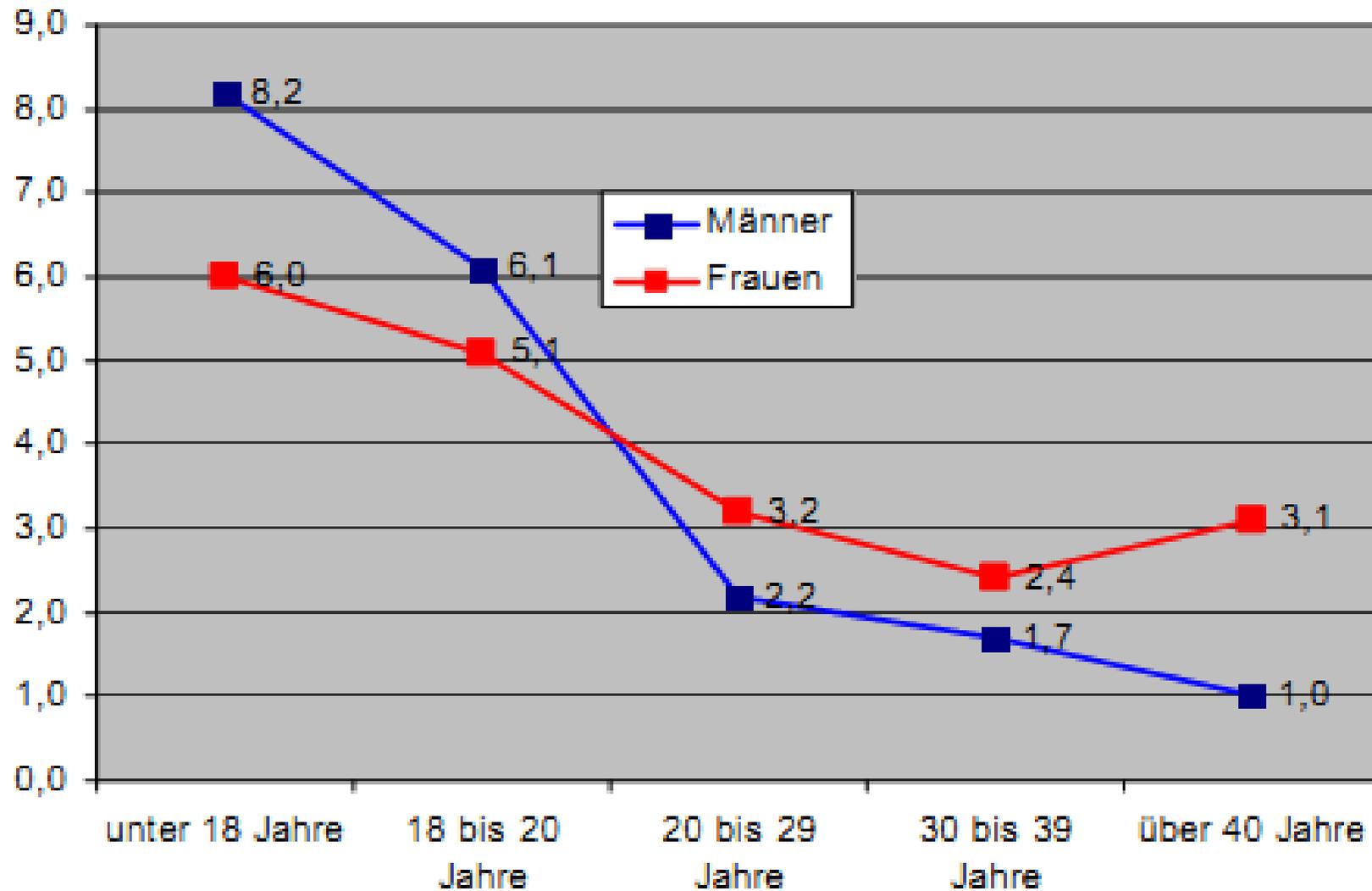
## Glücksspiel

**Pathologisch: 200000**  
Problematisch: 300000

## Medikamente

Abhängige Konsumenten: **1,6 Mio.**  
( 35 % Männer, 65 % Frauen )  
  
1,1 Mio. Benzodiazepindeviate,  
400.000 andere Medikamente

## Internetsucht nach Alter und Geschlecht in Prozent



# Suchtprozess bei Internetsucht

- **Unproblematischer Internet-Gebrauch**

Der User nutzt das Internet, ohne dass sich dies nachteilig auf andere Lebensbereiche auswirkt.

- **Riskanter Internet-Gebrauch**

Der User nutzt das Internet, ohne dadurch aktuelle Nachteile zu spüren. Die Nutzung des Internets führt aber mittelfristig aufgrund der zunehmenden Häufigkeit zu Nachteilen insbesondere im zwischenmenschlichen Bereich.

- **Schädlicher Internet-Gebrauch**

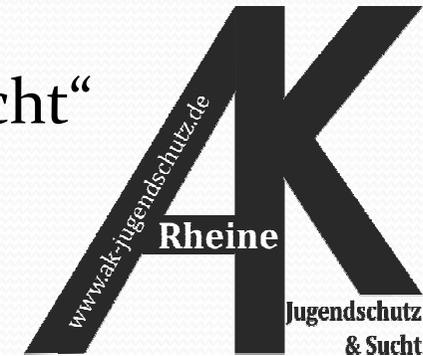
Die Nutzung des Internets beansprucht einen substantziellen Teil des Tages, andere Aktivitäten, insbesondere im zwischenmenschlichen Bereich, werden dadurch vernachlässigt. Es kommt zu Problemen in Partnerschaften, vormals ausgeübte Beschäftigungen werden weitgehend vernachlässigt.

- **Pathologischer Internet-Gebrauch (PIG)**

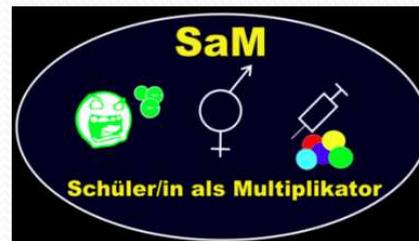
Die Tagesstruktur wird vom online-Konsum bestimmt. Andere Beschäftigungen machen kaum oder kein Vergnügen mehr. Es erfolgt eine Einengung des Verhaltens auf die online-Aktivität. Der User verliert zunehmend die Kontrolle über seine online-Zeit und wird zunehmend unfähig, nach einem vorher definierten Zeitraum die online-Aktivität zu beenden. Es zeigen sich Entzugserscheinungen, Toleranz-erhöhung sowie die Unfähigkeit, auf das Internet zu verzichten.

# Medienprävention in Rheine

- Netzwerkarbeit „AK Jugendschutz und Sucht“



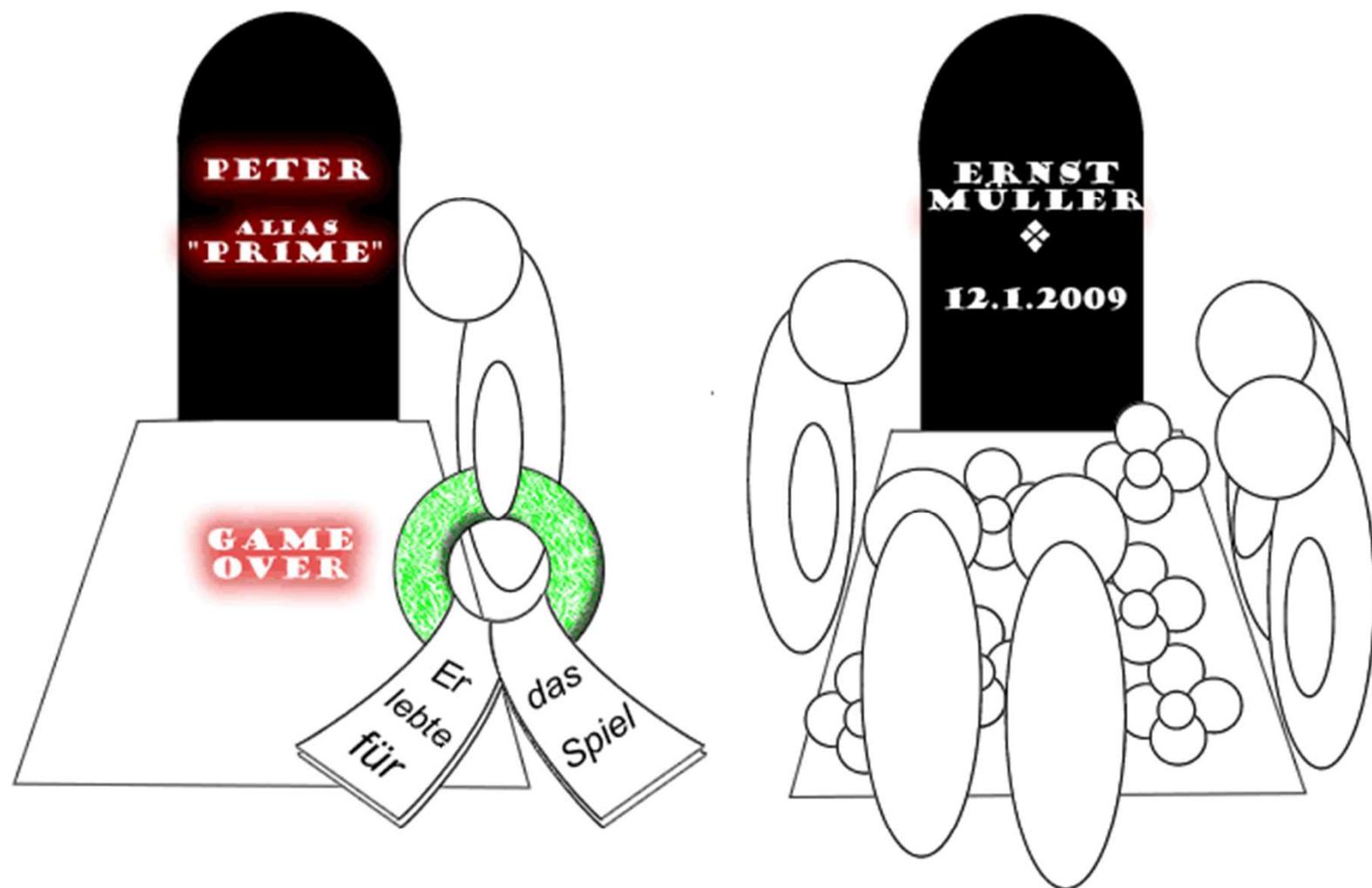
- SaM Ausbildung



- Elternarbeit (Elternabend Schule, Elterncoaching bei SaM-Eltern und an weiterführenden Schulen, Aufbau sog. Homepartys)

# Medienprävention in Rheine

- Kooperation mit Jugendzentren (Lan-Partys, Facebookbegleitung)
- Fortbildung von Lehrern (Fachtagungen zu Computerspielen, Facebook)
- Lehrerarbeitskreise Beratungslehrer (Einführung in Konzepte („Klicksafe“, Onlineratgeber, etc.), Methodenschulung, Vermittlung von Infos, Unterstützung bei Schulimplementierung)
- Kooperation mit Erziehungsberatungsstellen,
- Aufbau „Projekt Cybermobbing“
- Schulprojekte zur Medienkompetenzförderung



**HIER KANNST DU DEIN SPIEL  
NICHT NEU STARTEN!!!**



Hier kannst du das Spiel  
nicht neustarten !



Extrem-Zocken gefährdet die  
Gesundheit!

Fettleibigkeit

Zigaretten

Tabletten

Alkohol

Computer

SUCHT??

Lebst du noch oder  
zockst du schon?



**Mit diesem Spiel tötest Du nicht nur Gegner!**

**Lohnt es sich  
seine Liebe wegzwerfen,  
wegen eines Spieles?**

Yal LG  
Ansicht (1/295)  
02/03/2009 12:06  
Schatz  
Hey Schatz, hast du  
unseren Jahrestag  
vergessen? So kann ich  
nicht weiter machen.  
Entscheide dich ich oder  
dein Pc!

# Fazit

- Erwachsene müssen sich dem Thema intensiver widmen
- Sensibilisierung über Mediensucht muss verbessert werden
- Erfolge in der Prävention lassen sich steigern, je mehr Kooperation zwischen Lehrer, Eltern und externen Einrichtungen aufgebaut werden
- Facebook, WoW und Co. lässt sich nicht/kaum verbieten
- Forschung im Bereich Onlinesucht muss vorangetrieben werden

# Nützliches im Netz

- [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)
- [www.grenzenlos-spielen.de](http://www.grenzenlos-spielen.de)
- [www.usk.de](http://www.usk.de)
- [www.computersuchthilfe.de](http://www.computersuchthilfe.de)
- [www.parents-friend.de](http://www.parents-friend.de)
- [www.spielbar.de](http://www.spielbar.de)
- [www.onlinesucht.de](http://www.onlinesucht.de)
- [www.aktiv-gegen-mediensucht.de](http://www.aktiv-gegen-mediensucht.de)
- [www.chatten-ohne-risiko.de](http://www.chatten-ohne-risiko.de)