

# **Elternabend**

## ***„Onlinesucht“***

# **Herzlich willkommen!**







Im Team sind (von links nach rechts):


Udo Asholz  
Helga Feinauer  
Katrin Kimmel  
Yvonne Munro  
Sabrina Emmert  
Jutta Zellner

## Einrichtung

Hauptstelle ist in Bad Windsheim. Wir betreuen Klienten auch in folgenden Außenstellen:

|   |                       |
|---|-----------------------|
|  Neustadt/Aisch  | 2,5 Tage              |
|  Uffenheim       | 1 Tag                 |
|  Scheinfeld      | 0,5 Tage / bei Bedarf |
|  sowie vor Ort | täglich               |

## Wir sind Ansprechpartner für:

 Menschen, die Probleme im Umgang mit Alkohol, Medikamenten und illegalen Drogen haben








 Menschen mit Essstörungen

 Menschen mit problematischem Glücksspiel- oder Medienkonsumverhalten

 Angehörige, Partner, Freunde und Kollegen

 Arbeitgeber und Schulen

## Unsere Angebote

-  Einzel-, Paar und Familienberatung
-  Gesprächsgruppen
-  Vorbereitung auf und Vermittlung in eine stationäre Therapie
-  Nachsorge im Anschluss an die stationäre Behandlung
-  Streetwork / aufsuchende Suchtberatung
-  Substitutionsbegleitung
-  Informationsveranstaltungen

## Leistungen

Prozentual verteilen sich die Beratungen auf ca.:

- Alkohol 62%
- Drogen 25%
- Medikamente 2%
- Essstörungen 6%
- Glücksspiele / Medien 5%

***Onlinesucht***

***Cybermobbing***

## Inhalte:

- Mediennutzung
- Suchtkriterien
- Folgen des Internetgebrauchs
- Cybermobbing
- Tipps





## Allgemeine Internet-Nutzungsdaten

ARD/ZDF-Studie (2014,  $n=1814$ )

- 100% zw. 14-19 Jahren
- 14-29-Jährige > 1mal wöchentlich online TV
- An 6,6 Tagen pro Woche
- 248 min/Tag (vgl. 2008: 159 min, 2013: 237 min)
- 92 % suchen Informationen
- 74% Onlinecommunity

## Allgemeine Internet-Nutzungsdaten

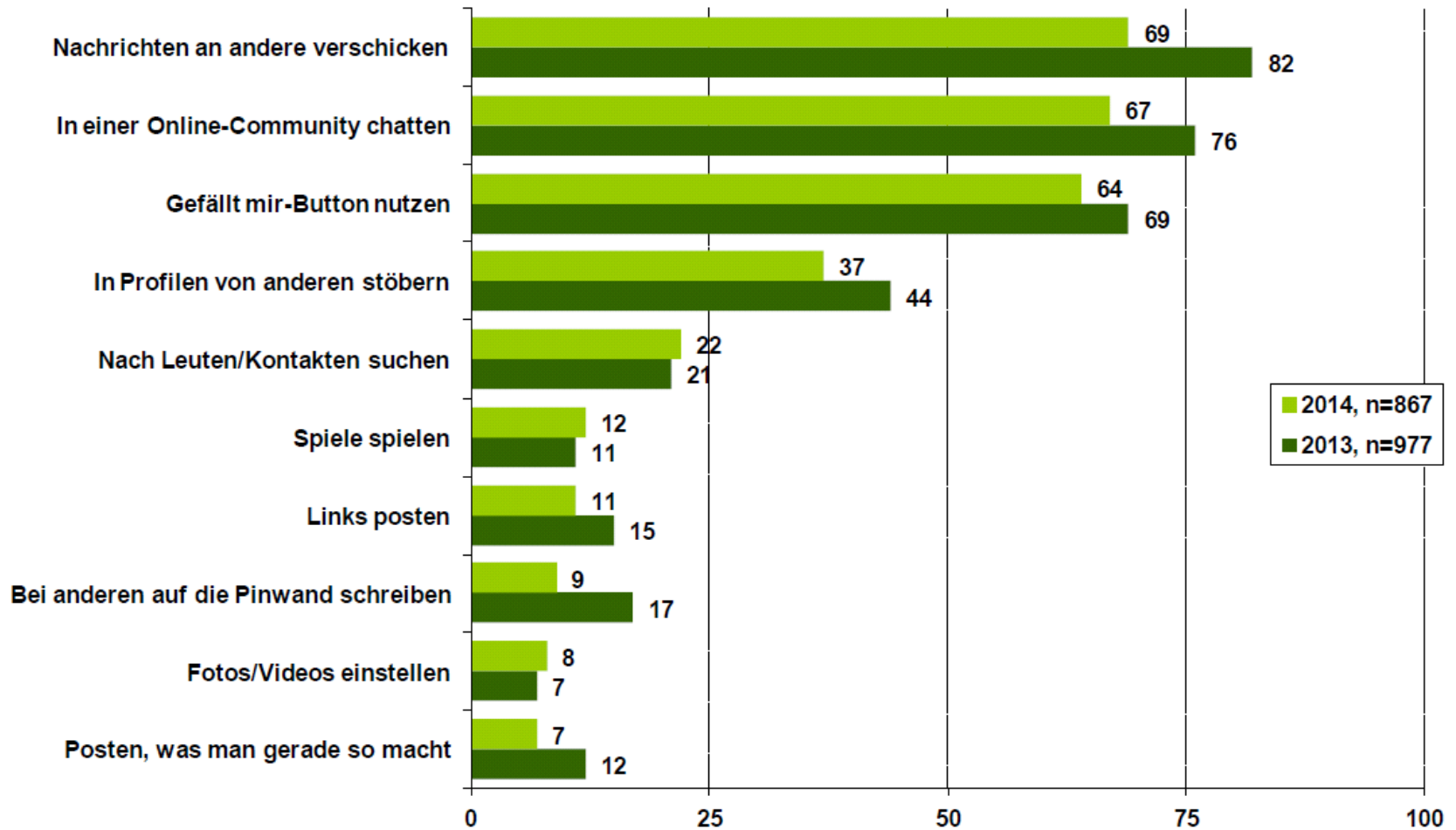
ARD/ZDF-Studie (2014,  $n=1814$ )

- 95% über PC/Laptop ins Netz
- 81% über Smartphone (2013: 69%)
- 90% Kommunikation per Smartphone
-  56% WhatsApp
-  62% Facebook

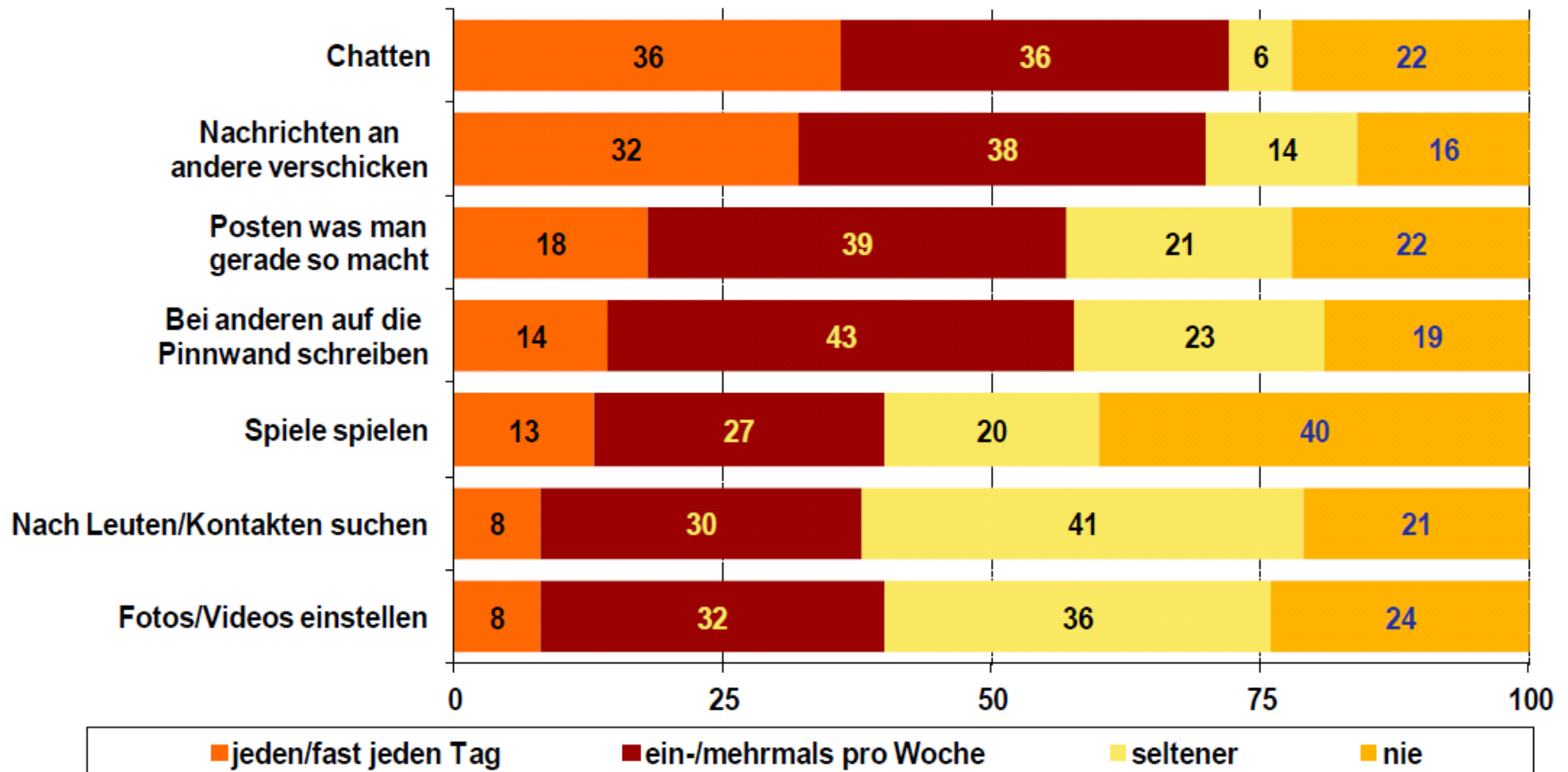
([www.ard-zdf-onlinestudie.de](http://www.ard-zdf-onlinestudie.de))

## Online-Communities: Nutzung verschiedener Funktionen 2014

- täglich/mehrmals pro Woche -

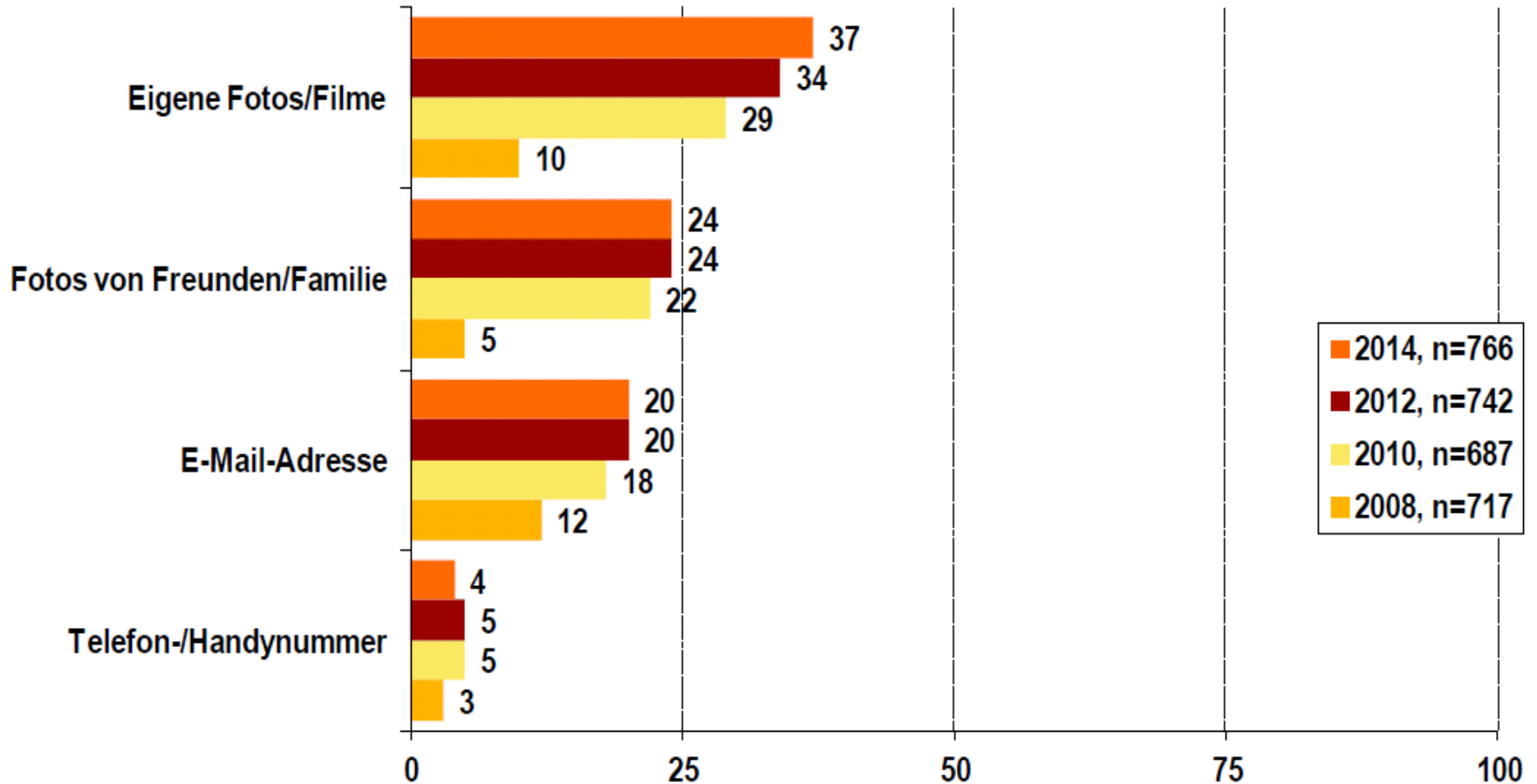


## Online-Communities: Funktionen Nutzungsfrequenz 2014



Quelle: KIM-Studie 2014, Angaben in Prozent  
Basis: Community-Nutzer, n=327

## Im Internet hinterlegte Informationen 2008 - 2014



## Was ist Onlinesucht?



„...**exzessive** und **unzureichend kontrollierbare** Eingenommenheit, Drang oder Verhalten bezüglich des Computergebrauchs und der Internetnutzung, welche zu einer **Funktionsbeeinträchtigung** und **Stressbelastung** führt.“

(Shaw & Black, 2008)

**Diagnostische Merkmale des pathologischen PC/Internet-Gebrauchs nach ICD-10: F 68.8**

**(Quelle: AHG Klinik Münchwies)**

- Exzessive PC/Internet-Aktivität (mehr als 30 Stunden wöchentlich, schul- oder berufsfremd) vom Gaming-Chatting-Surfing-Typ
- Überwertiges Immersionserleben mit Wunsch nach Anerkennung durch virtuelle Partner
- Identitätsdiffusion

## Diagnostische Merkmale des pathologischen PC/Internet-Gebrauchs nach ICD-10: F 68.8

- Defizite in der sozialen Interaktionsfähigkeit und Selbstwertregulierung
- Sozialer Rückzug mit sozialphobischen Vermeidungstendenzen
- Negative körperliche, psychische und soziale Folgen
- Hohe psychische Komorbidität (depressive Störungen, Angststörungen, Suchterkrankungen)



## Folgen von pathologischem Internetgebrauch

Schlafstörungen

- Rückenbeschwerden
- Essstörungen
- Konzentrationsstörungen und Leistungsdefizite
- Depressive Verstimmungen
- Soziale Angstzustände
- Familienkonflikte
- Schulvermeidung
- Arbeitsplatzverlust
- Isolation

## Behandlungsmöglichkeiten

- Ambulante Beratung in Einzel-, Paar- oder Familiengesprächen
- Psychotherapie
- Stationäre Behandlung in einer Fachklinik

→ Ziel ist **NICHT** die Abstinenz

# Cybermobbing

Unter Cybermobbing versteht man das absichtliche **Beleidigen, Bedrohen, Bloßstellen** oder **Belästigen** Anderer mithilfe von Internet- und Mobiltelefondiensten über einen längeren Zeitraum hinweg.

([www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de))

- ↪ **17% der befragten Jugendlichen in der JIM-Studie waren bereits von Cybermobbing betroffen**
- ↪ **Cybermobbing und Mobbing geht ineinander über (Schulalltag)**
- ↪ **Opfer kennt Bully (Täter) meist aus dem „realen“ persönlichen Umfeld**
- ↪ **1/3 gab in JIM-Studie an, dass jemand aus ihrem Bekanntenkreis schon mittels Internet oder Handy fertiggemacht wurde**
- ↪ **Meistens Schüler gegen Schüler!** ([www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de))

## Symptome und Folgen

- Wut und Aggression
- Angst
- Traurigkeit
- Rückzug bis hin zur Isolation
- Vermeidung von Schule (krank sein)
- Auffallend weniger PC- oder Handygebrauch
- Sofortiges Ausschalten des Gerätes bei Näherung eines Erwachsenen

## Was können Eltern tun?

- ↪ Vertrauensbasis schaffen
- ↪ Unterstützung anbieten
- ↪ Auf Anzeichen achten
- ↪ Gemeinsam nach Lösungen suchen
- ↪ Nicht bestrafen
- ↪ Schule kontaktieren

## Kind ist betroffen

- Screenshots sammeln, Namen/Nicknames notieren
- Täter auffordern die Inhalte zu entfernen
- Eltern können Betreiber der Community auffordern Inhalte zu löschen (z.B. über Hilfebereich, Impressum oder Nutzungsbedingungen)
- Bei schweren Verstößen können Eltern auch rechtliche Schritte einleiten und Verantwortliche bei der Polizei anzeigen
- An Schule und andere Eltern wenden

Kind ist beteiligt (Täter)

- Eltern sollten Gespräch mit Kind suchen und Ursachen herausfiltern (Suche nach Anerkennung, Unzufriedenheit,...)
- Lage des Opfers verdeutlichen
- Alternativen aufzeigen wie man mit Streitsituationen umgeht
- Kontakt zu Eltern der ggf. anderen Täter aufnehmen und gemeinsam das Mobbing beenden
- Evtl. Sanktionen wie PC/Internetverbot



## *Was spricht das Gesetz?*

In BRD wird Cybermobbing leider nicht direkt bestraft!

→ Zivil- und Strafrecht greift

(z.B. §185 StGB Beleidigung,

§ 186 StGB Üble Nachrede,...)

Strafverfolgung oft schwierig da Communities, auf denen Cybermobbing passiert, im Ausland angemeldet sind.

Was also als Eltern tun?

## Kommunikation!!!

→ nur 17% der Eltern wissen, was ihre Kinder online tun

## Zeitvorgaben – Richtwerte pro Tag

~ 4 – 6J: ca. 20 – 30 Min. in Begleitung

~ 7 – 10J: ca. 45 Min.

~ 11 – 13J: ca. 60 Min.

~ ab 14: Wochenkontingent von 8–10  
Stunden

„freie“ Tage einbauen

## Info-Seiten im Web

- [www.onlinesucht.de](http://www.onlinesucht.de)
- [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)
- [www.stiftung-medienundonlinesucht.de](http://www.stiftung-medienundonlinesucht.de)
- [www.internet-abc.de](http://www.internet-abc.de)
- [www.juuuport.de](http://www.juuuport.de)
- [www.buendnis-gegen-cybermobbing.de](http://www.buendnis-gegen-cybermobbing.de)
- [www.watchyourweb.de](http://www.watchyourweb.de)
- [www.salfeld.de](http://www.salfeld.de) (Software/Kinderschutz)

- [www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info)
- [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)
- [www.polizei-beratung.de](http://www.polizei-beratung.de)

Anwaltssuche über Homepage des Bündnis gegen Cybermobbing möglich!

**Vielen Dank für  
Ihre Aufmerksamkeit!**