

www.rollenspielsucht.de:

Kurzinformation zum Thema Mediennutzung

In Deutschland sind nach Schätzung von Fachleuten ca. 2. Millionen Menschen onlinesüchtig, davon vermutlich weit über 600.000 Kinder und Jugendliche - Tendenz steigend.

Nach Meinung von Fachleuten beginnt die Gefährdung bei einer wöchentlichen Spielzeit von 25 bis 34 Stunden (das sind „nur“ 3,5 Stunden am Tag). Ab 35 Stunden Spielen pro Woche muss definitiv von Sucht gesprochen werden - das sind 5 Stunden am Tag - vor allem im Zusammenhang mit folgenden Symptomen:

- Verlust der Selbstkontrolle (kann nicht aufhören, gibt andere Interessen dafür auf);
- Nachlassen des Interesses an Offline-Geselligkeiten (kaum noch Verabredungen mit Freunden, Besuch wird lästig; verlässt vorzeitig Veranstaltungen, hat nur noch ein Gesprächsthema: WoW, Metin2, Everquest etc.)
- Schulversagen
- Augenringe (Schlafmangel!)
- Vernachlässigung des äußeren Erscheinungsbildes (Kleidung, Sauberkeit, Körpergewicht)
- Herunterspielen des PC-Konsums („nur ein Hobby“)
- Lügen und zunehmend aggressives Verhalten.

Computerspiele:

Informieren Sie sich über die Spiele, die Ihre Kinder spielen wollen, bei verschiedenen Quellen und entscheiden Sie dann, ob sie es zuhause zulassen oder nicht.

WoW (World of Warcraft): Wir sind zu der Überzeugung gekommen, dass man sich bei WOW vorher überlegen muss, ob man damit überhaupt anfängt, denn ist man erst einmal im Spiel, kann man sich dem hohen Suchtpotenzial nicht unbedingt entziehen. Es gibt Spieler, die das zwar von sich behaupten, aber uns gleichzeitig mitten in der Nacht schreiben, dass sie z.T. 30-40 Stunden oder mehr in der Woche spielen. Viele Spieler verlieren die Kontrolle über ihr Leben.

Stellen Sie den PC in einen allgemein zugänglichen Raum und richten ihn – evtl. mit Hilfe von Freunden - so ein, dass neue Spiele nur durch sie selbst installiert werden können. So können Sie

sicher gehen, dass die Regeln eingehalten werden.

Altersangaben bei PC-Spielen sind oft im Interesse der Hersteller und sollten kritisch beurteilt werden. Es müssen nicht alle Spiele gespielt werden.

Informieren Sie sich ausführlich über Computerspiele und Gewalt bei **www.rollenspielsucht.de**

Wussten Sie, dass

- 50% aller Eltern sich nicht um den Medienkonsum ihrer Kinder kümmern?
- 60 % aller Eltern den TV-Konsum ihrer Kinder nicht regeln?
- 91% aller PC-Spiele nach Meinung von Fachleuten jugendgefährdend sind?
- es in München Kinder gibt, die noch nie einen Wald von innen gesehen haben?

Internet

Sorgen Sie als Eltern dafür, dass Ihr Kind keinen frei zugänglichen PC mit Internetanschluss hat, schon gar nicht im eigenen Zimmer. Im Internet gibt es fast nichts, was es nicht gibt.

Wenn Ihre Kinder Zeit zum unbeaufsichtigten Surfen haben, holen Sie sich alle möglichen Probleme ins Haus: Online-Sex; Online-Rollenspielsucht; Chat-Sucht, „Pro-Ana“-Foren (s. SWR-Report unter Google-Stichwort „Gefährliche Magersucht“; → Elterntelefon 0800/1110550), Suizid-Foren (s. Google-Stichwort „Suizid Foren im Internet“).

Ihre Kinder sollten niemals persönliche Angaben oder Bilder ins Netz stellen. Vorsicht beim Herunterladen von Musik und Videos – das kann sehr teuer werden. Kinder und Jugendschutz gibt es im Internet nicht!

Deshalb: Beteiligen Sie sich an der Unterschriftenaktion zum Kinder und Jugendschutz im Internet bei www.all.agmev.de

Was können Sie tun?

- Machen Sie genügend Alternativangebote, damit die Kinder in der computerfreien Zeit nicht gelangweilt herumhängen, sondern erleben, dass Spaß und Spannung nicht ausschließlich aus dem Computer kommen.
- Legen Sie zusammen mit Ihren Kindern maximale PC-Zeiten pro Tag, Woche oder Monat

fest. Dabei sollten alle Medien - Fernseher, Gameboy, Playstation etc.- mit einbezogen werden. Diese Regeln können Sie in der Wohnung aushängen, damit Sie immer darauf verweisen können. Kontrollieren Sie die Einhaltung und ergreifen Sie klare Maßnahmen bei Verstößen.

- Kontrollieren Sie bei begründetem Verdacht auch nachts, ob Ihr Kind spielt oder chattet. Wir bekommen viele Hinweise darauf, dass Kinder bis in die frühen Morgenstunden am PC sitzen, während die Eltern meinen, dass sie schlafen.
- Bringen Sie ihren Kindern niemals das Essen an den PC.
- Kinder müssen nicht unbedingt den schnellsten und besten PC besitzen. Je bessere Geräte und mehr Spiele sie haben, desto mehr wollen sie diese logischer Weise auch nutzen. Das gilt auch für schnelle Internetleitungen.
- Nutzen Sie, zumindest für den PC, technische Hilfsmittel, wie z.B. den auf der Internetseite www.rollenspielsucht.de beschriebenen Stick, der den PC abschaltet, wenn die vereinbarte Nutzungszeit abgelaufen ist.

Solange die Freizeitgestaltung Ihrer Kinder im Gleichklang ist, und die Mediennutzung nur eine Beschäftigung von vielen ist, solange für ausreichend Bewegung gesorgt ist (z.B. Sportverein), Radtouren und Ausflüge stattfinden, solange Ihre Kinder mehr Zeit beim Treffen von Freunden im realen Leben, als beim Chatten verbringen, solange Sie gemeinsam Spaß an Karten- und Brettspielen haben, brauchen Sie sich keine Sorgen zu machen. Dann darf auch das virtuelle Spielen seinen Platz haben.

www.rollenspielsucht.de ist der Meinung:

- Wir sollten nicht akzeptieren, dass man uns suggeriert, die täglich stundenlange Nutzung von elektronischen Medien sei völlig normal. Ist denn die massenhafte Abwanderung vor allem junger Menschen aus dem realen Leben erwünscht und beabsichtigt, oder wird sie billigend in Kauf genommen? Fragwürdig sind z.B. die Bestrebungen, Eltern ebenfalls in die Welt der Spiele, auch Gewaltspiele, einzuführen (z.B. DER SPIEGEL, 4.11.08)
- Wir sollten nicht akzeptieren, dass in unserer Gesellschaft vielfach das Jugendschutzgesetz übergangen wird. Wieso dürfen Kinder ungehindert Spiele ohne Freigabe unter 16 oder 18

Jahren spielen? Wer schützt Kinder und Jugendliche? Wer verletzt die Aufsichtspflicht?

- Wir sollten nicht akzeptieren, dass Kriegsverherrlichung und die Vermittlung der Botschaft „Krieg macht Spaß“ zur Normalität wird
- Wir sollten nicht akzeptieren, dass die Spiele-Hersteller die Alterseinstufung über die USK indirekt selbst vornehmen dürfen. Ist nämlich erst einmal eine USK-Alterseinstufung erfolgt, darf ein Spiel nicht mehr auf den Index. Kaum ein Erziehungsberechtigter ist über diese Lizenz zum Gelddrucken informiert.

Weitere Informationen zu diesem Thema:

- www.rollenspielsucht.de
- www.aktiv-gegen-mediensucht.de
- www.onlinesucht.de
- www.verhaltenssucht.de (Mainzer Ambulanz Mo – Fr 12-17 Uhr, Tel.: 0180 – 1 529 529)
- www.internet-abc.de
- www.wowdetox.com (international über 40000 Bekenner)
- www.kiwidot-kidtime.de (Zeitstick)

Webseiten zum Ausprobieren:

<http://www.handeln-handinhand.de/index.php?action=websitetest>
Mädcheninformationen: <http://www.lizzynet.de/>

Der Missbrauch von elektronischen Medien muss so unpopulär werden wie Alkohol- und Drogenmissbrauch

Aktiv werden bei „AKTIV GEGEN MEDIENSUCHT e.V.“ !

(www.aktiv-gegen-mediensucht.de)

Vorstandsvorsitzender: Christoph Hirte

Email: team@agmec.de

Mitarbeit ist möglich in Projekten und Gruppen (auch Fördermitglieder sind willkommen). Wenn nicht jetzt, wann dann? Lobby schaffen!

Information zusammengestellt von:

www.rollenspielsucht.de – eine Initiative betroffener Eltern (Christine und Christoph Hirte, Hermann-Hummel-Str. 25 – 82166 Gräfelfing/München)

Spendenkonto:

AKTIV GEGEN MEDIENSUCHT e.V.,
Konto-Nr. 906030 – BLZ 701693 33 (Raiffeisenbank Eurasburg-Beuerberg) BIC: GENODEFIEUR-IBAN: DE92701693330000906030 (Spenden steuerlich abzugsfähig)