

Virtuell – real – phänomenal: Reale Welten und virtuelle Welten

mit Kindern und Jugendlichen

Susy Signer-Fischer, lic.phil. Psychologin und Psychotherapeutin FSP, Basel
www.susysigner.ch

8. Kindertagung Heidelberg 3.-6.11.16

Inhalt

- Virtuelle – reale Welt: Abstraktion
- Studien, Trends, Fakten
- Persönlichkeit: Kognition, Kreativität, Charaktereigenschaften, Identität
- Wahrheit: Fakt und Fiktion; Wahrheitsgehalt von Geschichten, Lüge, Manipulation
 - Auswirkungen auf die Politik
 - Versprechen – Empathie
 - Empathiefähigkeit in Zusammenhang mit einem Überblick gewinnen
- Kommunikation, Soziale Netzwerke, Freundschaften
- Risiken: Spiele - Sucht, Schlaf, Grooming, sexuelle Inhalte, Cybermobbing, Amok, Radikalisierung
- Prävention: Privatheit, reale – digitale Kontakte
- Überlegungen, Zusammenfassung
- ★ Prävention, Schutz, Ideen für Psychotherapie, Erziehung

Fallbeispiele

- 5 jähriger Junge, der sich bis anhin weigerte zu zählen, zu schreiben, zu lesen, der auf Handy der Mutter ein Rechnungsspiel findet und dabei herausfindet, dass er sehr gut rechnen kann
- 12 jähriges transsexuelles Mädchen, das dank Facebook gute Freundinnen und Freunde findet und mit ihnen auch real Kontakt hat
- 14 jähriger Junge, der von gleichaltrigem Mädchen ein Nacktfoto erbittet und es auch bekommt, ohne dass er es vorher gewagt hätte, sie auch nur zu grüssen
- 15 jähriger Jugendlicher, der nicht mehr aus dem Haus geht, nicht zur Schule geht und zu Hause ca. 18 von 24 Stunden am Computer sitzt, game-t, chattet...

Begriffe

Virtuell:

- Philosophisch: der Möglichkeit nach vorhanden
- Physikalisch: nicht beobachtbar, aber erschließbar

Real

- wirklich vorhanden
- an den wirklichen Gegebenheiten orientiert

Phänomenal

- den Erscheinungen zugehörend
- bewunderungswürdig; erstaunlich

Inhalt

- **Virtuelle – reale Welt: Abstraktion**
- Studien, Trends, Fakten
- Persönlichkeit: Kognition, Kreativität, Charaktereigenschaften, Identität
- Wahrheit: Fakt und Fiktion; Wahrheitsgehalt von Geschichten, Lüge, Manipulation
 - Auswirkungen auf die Politik
 - Versprechen – Empathie
 - Empathiefähigkeit in Zusammenhang mit einem Überblick gewinnen
- Kommunikation, Soziale Netzwerke, Freundschaften
- Risiken: Spile - Sucht, Schlaf, Grooming, sexuelle Inhalte, Cybermobbing, Amok, Radikalisierung
- Prävention: Privatheit, reale – digitale Kontakte
- Überlegungen, Zusammenfassung
- ★ Prävention, Schutz, Ideen für Psychotherapie, Erziehung

Was, wenn wir in einem Computerspiel leben?

Fragen sich führende Köpfe des Silicon Valleys, nach Constantin Seibt im Tagesanzeiger vom 13.10.16.

Was ist wirklich?

Buddhisten: Buddha hat geträumt, ein Schmetterling zu sein, der träume

Kant: Würden Menschen mit grünen Brillen geboren, würden sie die Welt für grün halten

Arnold Schwarzenegger in im Science-Fiction-Film «Total Recall»: «Ich denke ...». Worauf ihm der Mars-Präsident über den Mund fährt: «Sie haben gar nicht genug Informationen, dass es sich für Sie lohnt zu denken!»

Pokémon GO als Beispiel für die Kombination von Virtualität und Realität



- Eine virtuelle Identität, ein Avatar wird vom Spieler konstruiert
- Avatar auf der virtuellen Landkarte des Spiels ist abhängig vom realen Standort des Spielers
- Um den Avatar in der Spielwelt zu bewegen, muss der Spieler die entsprechende Bewegung in der realen Welt ausführen.

Minecraft als Beispiel Virtualität in die Realität



- Als **LEGO Minecraft** werden verschiedene auf Minecraft basierende Lego Sets bezeichnet
- Also ein virtuelles Spiel wurde in die konkrete, haptisch erfahrbare Realität übertragen → bleibt aber Spiel
- Auch ein Legohaus ist kein bewohnbares Haus. → Wir kennen schon lange die gespielte, nicht reale Welt
- Schon kleine Kinder können „tun als ob“ und Realität auseinander halten.

Abstraktionsstufen an Hand des Beispiels „Haus“

1. Haus, in dem man wohnen kann
2. Lego- Holz- Spielhaus, Puppenhaus
3. Bild von einem Haus, gezeichnetes Haus
4. Haus in Buchstaben geschrieben

Wie ist das virtuelle Haus auf dem Track-Pad einzuordnen?

Es scheint räumlich zu sein, ist aber nur auf einer Fläche.
Sobald iPad keinen Strom mehr hat, ist es verschwunden.

Basiert nur auf „0-1“-Informationen

Inhalt

- Virtuelle – reale Welt: Abstraktion
- **Studien, Trends, Fakten**
- Persönlichkeit: Kognition, Kreativität, Charaktereigenschaften, Identität
- Wahrheit: Fakt und Fiktion; Wahrheitsgehalt von Geschichten, Lüge, Manipulation
 - Auswirkungen auf die Politik
 - Versprechen – Empathie
 - Empathiefähigkeit in Zusammenhang mit einen Überblick gewinnen
- Kommunikation, Soziale Netzwerke, Freundschaften
- Risiken: Spiele - Sucht, Schlaf, Grooming, sexuelle Inhalte, Cybermobbing, Amok, Radikalisierung
- Prävention: Privatheit, reale – digitale Kontakte
- Überlegungen, Zusammenfassung
- ★ Prävention, Schutz, Ideen für Psychotherapie, Erziehung

Wichtigste Quellen

- Studie über das Internetverhalten europäischer Jugendlichen. Eu.net.adb
- Credit Suisse Jugendbarometer 2016
- Howard Gardner, Katie Davis (2013): The App Generation: How today's youth navigate identity, intimacy, and imagination in a digital world
- James-Studie (2014) *JAMES - Jugend, Aktivitäten, Medien - Erhebung Schweiz.*

CS-Jugendbarometer 2016

- Credit Suisse
- EinwohnerInnen der Schweiz zwischen 16 und 25 Jahren
- geschichtete Zufallsauswahl anhand verschiedener Verfahren,
- ein Teil als Panel
- **Stichprobengrösse** minimal 1'000, effektiv 1'048
- Publikation Oktober 2016

Stichprobe= 1'086 Schweizer Jugendliche im Alter zwischen 12 und 19 Jahren

Ergebnisse:

- Nutzung digitaler Medien gehört zu den häufigsten Freizeitaktivität → Kommunikation mit Freunden
- Mediale Freizeitaktivität, wenn Jugendliche allein sind
- Nonmediale Freizeitaktivitäten stehen im Vordergrund, wenn Jugendliche mit Freunden zusammen sind
- 97% der jugendlichen Handybesitzer besitzen ein Smartphone, 2010 waren es nur 49%.

Allgemeine Trends

16-25-jährige

2016

- Was in und was out ist, ändert sich schnell (CS Befragung 2010-2016)
- Offline sein ist out
- Flächendeckend Smartphones 95%
- WhatsApp 95%
- Facebook ist out, Snapchat und Instagram in
- Informationen, News: Gratiszeitungen, News Apps

Inhalt

- Virtuelle – reale Welt: Abstraktion
- Studien, Trends, Fakten
- **Persönlichkeit: Kognition, Kreativität, Charaktereigenschaften, Identität**
- Wahrheit: Fakt und Fiktion; Wahrheitsgehalt von Geschichten, Lüge, Manipulation
 - Auswirkungen auf die Politik
 - Versprechen – Empathie
 - Empathiefähigkeit in Zusammenhang mit einen Überblick gewinnen
- Kommunikation, Soziale Netzwerke, Freundschaften
- Risiken: Spiele - Sucht, Schlaf, Grooming, sexuelle Inhalte, Cybermobbing, Amok, Radikalisierung
- Prävention: Privatheit, reale – digitale Kontakte
- Überlegungen, Zusammenfassung
- ★ Prävention, Schutz, Ideen für Psychotherapie, Erziehung

Persönlichkeit: Aufbau der Studie

(Reinhardt, Susie 2014)

Howard Gardner und Katie Davis (2013) haben in einer jahrelangen Untersuchung die Persönlichkeit der „Generation App“ untersucht.

- Sie bezogen 58 Experten von verschiedenen Fachrichtungen, wie Psychotherapeuten, Pastoren, Lehrer, Sozialarbeiter für die Einschätzung der Jugendlichen ein
- Führten Interviews mit 150 amerikanischen Jugendlichen
- Es flossen künstlerische Arbeiten, 350 Werke der bildenden Kunst und 50 Literaturarbeiten, die Jugendliche zwischen den späten 1990er Jahren bis 2010 geschaffen hatten in das Psychogramm der Harvardforscher ein

Einfluss digitaler Medien auf die Persönlichkeit



Kognitive Fähigkeiten

Dank digitalen Medien können kognitive Fähigkeiten unterstützt werden

- Mit dem digitalen Rollenspiel “*Das Geheimnis der Himmelscheibe*” werden erfolgreich Deutschkenntnisse trainiert (Gardner & Davis (2013))
- Es gibt für viele Gebiete Games, um Fähigkeiten zu erwerben, zu trainieren (Gardner & Davis (2013))
- Kleinkinder können Wörter, Farben und Mengen erlernen (Uhlmann 2016) → mit Unterstützung der Eltern
- Wissen schnell abrufbar (Luerweg, Frank 2016)
- Spiele, die Wissen, Fähigkeiten trainieren (Luerweg, Frank 2016) und Gesundheit fördern

Kreative Fähigkeiten und Haltung

(Gardner & Davis, 2013)

	1990	2010
Fantasievoll	64%	33%
Ungewöhnlich, einfallsreich	64%	14%
Linear, derselbe Ort, Raum, Zeit	40%	64%
Für Homoehe	24% (1997)	75%

Die Jugendlichen von 2010 sind weniger fantasievoll, einfallsreich, erzählen linearer, einfacher.

Dafür haben die Jugendlichen von 2010 eine grosszügigere Meinung als diejenigen von 1997

Persönlichkeit

(Reinhardt, Susie 2014)

Gardner und Davis (2013) berichten aus ihrer Studie über gegenwärtige Jugendliche folgende Ergebnisse:

- Zunahme Ichbezogenheit
- Nur noch 46% bezeichnen 2012 „einen Sinn im Leben finden“ als wichtige aktuelle Lebensaufgabe. 1967 fanden das noch 86% relevant.
- Soziale Medien funktionieren als Selbstbestätigung
- Keine richtige Ruhe, Musse. Wenig Zeit für eigene Gedanken
- Heutige Jugendliche sind weniger autonom, nicht nur wegen Medien -> Zunahme Behütung und Kontrolle der Eltern
- Trend zur Vereinzelung beobachtbar
- Stellen Mangel an Einfühlungsvermögen fest

Persönlichkeit

(Gardner & Davis, 2013)

- Identität der Generation App mehr nach aussen gerichtet
- Betrachten sich als Objekt, welches einen quantifizierbaren Wert für andere hat -> "Wer bin ich?" = „Was werde ich produzieren?“
- Karrierefokussiert, pragmatisch, sachorientiert und weniger ideologisch
- Trend zum Individualismus
- Die durchschnittlich 60SMS/Tag von Teenies aus USA dienen vor allem Verabredungen, was machst Du? Mit Freunden verbunden sein
- Vereinzelung, Isolation, Einsamkeit trotz Fülle von Kontakten
- Mehr Facebook: unglücklicher, da man sich mit anderen vergleicht

Identität

★ Psychotherapie

Folgende Methoden können auch in Zusammenhang mit Sozialen Medien angewendet werden:

- Profil erstellen
- Fotos: Welche Fotos wähle ich aus, stellen mich am besten dar? Wie möchte ich wahrgenommen werden?
- Wie möchte ich von wem wahrgenommen werden?
- Welche Bedeutung kommt der Anzahl „Likes“, „Followern“ zu?
- Wem, wozu gebe ich Kommentare?

Inhalt

- Virtuelle – reale Welt: Abstraktion
- Studien, Trends, Fakten
- Persönlichkeit: Kognition, Kreativität, Charaktereigenschaften, Identität
- **Wahrheit: Fakt und Fiktion; Wahrheitsgehalt von Geschichten, Lüge, Manipulation**
 - **Auswirkungen auf die Politik**
 - **Versprechen – Empathie**
 - **Empathiefähigkeit in Zusammenhang mit einen Überblick gewinnen**
- Kommunikation, Soziale Netzwerke, Freundschaften
- Risiken:Spile - Sucht, Schlaf, Grooming, sexuelle Inhalte, Cybermobbing, Amok, Radikalisierung
- Prävention: Privatheit, reale – digitale Kontakte
- Überlegungen, Zusammenfassung
- ★ Prävention, Schutz, Ideen für Psychotherapie, Erziehung

Virtuell – real: Realität und Vorstellung unterscheiden

★ Psychotherapie

- Realitätsprüfung: woran merke ich, dass meine Wahrnehmung real ist? Z.B. Gestalten sehen: sie berühren, ansprechen...
- Wahrnehmung in Realität verbessern, schärfen, zuerst visuelle, dann akustische, erst dann kinästhetische, olfaktorische..
- Magisches – realistisches Denken unterscheiden, z.B. Wie wahrscheinlich ist es, dass ich mit meinen Gedanken einen Unfall meines Vaters bewirke?
- Denken: Vorstellung, dass mein Nachbar mich umbringen will: Wahrscheinlichkeit? Ansprechen.

★ Wahrheit und Lüge

- Was ist Wahrheit? Was Realität? Fakt?
- Was ist meine Wahrheit? Die Wahrheit von anderen?
Verschiedene Sichtweisen
- Ist es gelogen,
 - wenn ich etwas nicht sage?
 - Wenn ich mich oder ein Ereignis besser darstelle, als es eigentlich ist?
- Was macht ein guter Freund aus? Was ist wichtig in der realen, in der virtuellen Welt?
- Welche Kontakte, Freunde tun mir gut? Was macht es aus, dass sie mir gut tun?
- Unterschiede zwischen realer und virtueller, z.B. Game-Welt, Facebook heraus arbeiten

Wahrheit – Lüge – Manipulation

Auswirkungen auf Politik

(Biswanger, Michèle 2016)

In der Politik entstand ein Trend, der es auch Erwachsenen schwer macht, zwischen Fakt und Fiktion, Wahrheit und Lüge zu unterscheiden

- Politiker können Lügen als Wahrheit verkaufen legitimiert in den Medien, spielt keine Rolle mehr, wenn Politiker beim Lügen erwischt werden → Phänomen: **Post-Truth-Politics**
- News (z.B. Facebook): wir erhalten nur noch die News, die uns interessieren, die gleiche Meinung, die wir vertreten. → Eindruck, dass alle meiner Meinung sind.

Wahrheit – Lüge – Manipulation

- Wir wollen zu Gruppe gehören, „likes“ bekommen, suchen nur Bestätigung für das, was wir glauben
- Bei Widerspruch → Es entsteht unangenehmes Gefühl, wenn nicht die gleiche Haltung, wie wir haben, vertreten wird → Es entstehen unangenehme Emotionen, die schwer ausgehalten werden

Binswanger, Michèle (2016): Die ganze Wahrheit. *Tagesanzeiger*

★ In Schulklassen in zwei Gruppen über bestimmte Inhalte Diskussionen führen, z.B. Atomausstieg. Beide Gruppen bekommen eine Meinung verschrieben. Anschliessend diskutieren.

★ Wenn am Thema Identität gearbeitet wird, herausfinden, welche Meinung ich vertrete.

★ Wie kann ich es machen, dass ich es aushalte, dass andere eine andere Meinung vertreten? Mich ev. sogar anfeinden. Daran arbeiten, dass ich stärker werde.

- Das dann auch auf die virtuelle Welt übertragen.

Realität – Wahrheit

★ Psychotherapie, Erziehung

- Schon junge Kinder und auch Jugendliche dazu bringen, differenziert wahrzunehmen, zu argumentieren, verschiedene Seiten zu beleuchten
- Herausfinden, Vermutungen anstellen, warum ein anderes Kind wohl so gehandelt hat, etwas gesagt hat
- Kontakt zu ganz unterschiedlichen Menschen, Familien, Kindern haben
- Fake – Fakt: Interesse wecken, heraus zu finden, welche Facebook Profile echt sind, welche Fake

★ Geschichten: ist das wahr?

- Märchen: darüber reden, dass das Geschichte ist. Was kann die Geschichte mir sagen?
 - Der Banknachbar erzählt: Mein Vater besitzt ein grösseres Auto als deiner. Darüber nachdenken: Warum sagt er das? Ist das wichtig für dich, wie gross das Auto deines Vaters ist?
 - Auf Facebook berichtet Kollegin, dass eine andere Kollegin sich an deinen Freund heran gemacht hat: Warum schreibt die das wohl? Deinen Freund direkt fragen, ansprechen. Ev. auch die Kollegin ansprechen.
- ➔ möglichst alle Möglichkeiten ausschöpfen, um reales Vorkommnisse herauszufinden, möglichst viele Seiten hören, sonst überlegen

★ Versprechen

- Ist es klug, meinem Freund zu glauben, dass er meine Nacktfotos nur für sich behält?
 - Vorausdenken, was alles kann passieren, verschiedene Szenarien gedanklich durchspielen, erst dann Entscheid fällen
 - WhatsApp: Versprechen, Dialoge nicht weiter zu geben: möglichst viele Szenarien überlegen
- ➔ Eindenken, einfühlen unterstützen

Sich in andere Leute eindenken, einfühlen

★ Psychotherapie, Hypnotherapie

Sich in andere hineinfühlen

- Material 4 Stühle, 2 normale, 2 Klappstühle

Hier und Jetzt

- Situation erzählen, in der mehrere Personen involviert sind.
- Die wichtigste Stelle der Situation auswählen.
- Andere Hauptperson in der Situation bestimmen.
- Situation mit zwei Stühlen, wobei die eine Person „das Ich von damals“ und die andere die „andere Hauptperson“ ist, darstellen.

Trance

- Sich auf den Stuhl „ich von damals“ setzen und sich dabei in diese Rolle versetzen.

Hier und Jetzt

- Aufstehen.

Trance

- Sich in die Rolle der „anderen Hauptperson“ versetzen. Die Situation von dieser Position aus erleben.
- Zum „ich von damals schauen“: wie sieht es aus? Was denke ich über diese Person?

Hier und Jetzt

- Aufstehen und von aussen auf die Szene schauen..
- Stühle ev. nochmals in die neue Position stellen.
- Auf die ersten Stühle sitzen. Gibt es noch etwas dazu zu sagen?

Überblick verschaffen, Empathie unterstützen – alternative Handlungsweisen erarbeiten

★ Psychotherapie, Hypnotherapie

- Konkrete vergangene und zukünftige Situationen, Szenarien durchspielen mit Figuren oder in Hypnose mit Bildschirm
- Durchspielen, überlegen: was mache ich, wenn...
- ➔ Kontrollierte Dissoziation:
 - Mit Hilfe von Figuren Situationen darstellen,
 - In Vorstellung, Trance auf Bildschirm Situation analysieren
 - Bei virtuellen Situationen: mit Hilfe von Skulpturen Hypothesen bilden, wie die Situation eingeschätzt werden kann

Inhalt

- Virtuelle – reale Welt: Abstraktion
- Studien, Trends, Fakten
- Persönlichkeit: Kognition, Kreativität, Charaktereigenschaften, Identität
- Wahrheit: Fakt und Fiktion; Wahrheitsgehalt von Geschichten, Lüge, Manipulation
 - Auswirkungen auf die Politik
 - Versprechen – Empathie
 - Empathiefähigkeit in Zusammenhang mit einem Überblick gewinnen
- **Kommunikation, Soziale Netzwerke, Freundschaften**
- Risiken: Spile - Sucht, Schlaf, Grooming, sexuelle Inhalte, Cybermobbing, Amok, Radikalisierung
- Prävention: Privatheit, reale – digitale Kontakte
- Überlegungen, Zusammenfassung
- ★ Prävention, Schutz, Ideen für Psychotherapie, Erziehung

Kommunikation

Direkte, reale – digital

- Ab einer Distanz von 8 Metern wird telefoniert statt gerufen
- Mehrstöckiges Haus: Vater ruft Kinder per WhatsApp zum Essen
- Jugendlicher, beendet nach 3 jährige Beziehung zu gleichaltriger Jugendlichen per WhatsApp, obwohl er sie täglich in der Schule sieht

Kommunikation bei 16-25 Jährigen (CH)

gfs. Bern, Jugendbarometer, April-Juni 2016 (N = ca. 1000)

Von den befragten Jugendlichen nutzen 2016:

- WhatsApp 95%
- Smartphone 90%
- E-Mail: 61%
- Facebook auf 58%, gesunken, von 2010 80%

Soziale Netzwerke

(Eu.net.adb)

- 92% aller Befragten sind Mitglied mindestens eines sozialen Netzwerks (SNS, Social Networking Site)
- 39,4% der Jugendlichen verwenden mindestens 2 Stunden eines Schultags für SNS
- eine tägliche Nutzung von SNS von mehr als 2 Stunden ist mit DIB (dysfunctional internet behavior) assoziiert
- mehr Mädchen als Jungen nutzen SNS
- Jugendliche, die angeben, mehr als 500 Onlinefreunde zu haben, weisen ein erhöhtes Risiko für dysfunktionales Internetverhalten auf

Jugend online

(Medienpädagogischer Forschungsverbund
Südwest)

Nach den aktuellen Statistiken des Medienpädagogischen Forschungsverbunds Südwest (2015) zur Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen:

- 63 Prozent der Sechs- bis 13-Jährigen nutzen zumindest selten das Internet.
- Ab zehn Jahren verfügen fast alle Kinder über ein Handy
- ab 14 gehört die Internetnutzung bereits zum Alltag.

Chance: sich zu vernetzen

Risiko: auf pornografische Inhalte zu stoßen

die Gefahr, Ziel von unerwünschten Annäherungsversuchen seitens Erwachsener zu werden.

Chance: Freundschaften

(Gardner & Davis, 2013)

- Auch Freundschaften zu anderen ethnischen Gruppen.
- Identitätsentwicklung: Für fast jedes abseitige Spezialgebiet finden Interessengruppen im Netz → mehr Facetten der eigenen Identität ausleben, Selbstaussdruck

Medien als Risiken und Ressourcen

(Süss, Daniel 2010)

Risiken

- Konsum- und Konformitätsdruck: Medien bieten ein permanentes Angebot für alle Erlebnisorientierungen
- Fremdbestimmte Zeit, wenn Medien nicht aus eigener Initiative genutzt werden (Musik, Sport)
- Verzerrung im Selbst-und Weltbild
- Auflösung der Identitäts-Grenzen: z.T. auch ungeeignete Modelle

Inhalt

- Virtuelle – reale Welt: Abstraktion
- Studien, Trends, Fakten
- Persönlichkeit: Kognition, Kreativität, Charaktereigenschaften, Identität
- Wahrheit: Fakt und Fiktion; Wahrheitsgehalt von Geschichten, Lüge, Manipulation
 - Auswirkungen auf die Politik
 - Versprechen – Empathie
 - Empathiefähigkeit in Zusammenhang mit einem Überblick gewinnen
- Kommunikation, Soziale Netzwerke, Freundschaften
- **Risiken:Spile - Sucht, Schlaf, Grooming, sexuelle Inhalte, Cybermobbing, Amok, Radikalisierung**
- Prävention: Privatheit, reale – digitale Kontakte
- Überlegungen, Zusammenfassung
- ★ Prävention, Schutz, Ideen für Psychotherapie, Erziehung

Spiele: Risiken

(eu.net.adb)

- **61,8%** aller Befragten spielen Computerspiele, **1,6%** spielen suchtartig
- Jugendliche, welche Computerspiele spielen, weisen ein doppelt so hohes Risiko für das Auftreten auf, einen ungesunden Umgang damit zu haben (DIB).
- Eine Computerspielnutzung **von mehr als 2,6 Stunden pro Tag** steht mit dysfunktionaler Internetnutzung in Zusammenhang
- **männliche** Jugendliche haben ein erhöhtes Risiko für eine Computerspielsucht

Psychosoziale Charakteristiken bei Jugendlichen mit dysfunktionalem Internetverhalten (eu.net.adb)

Folgende Ergebnisse werden berichtet:

Jugendliche mit dysfunktionalem zeigen im Vergleich zu denjenigen mit funktionalem Internetverhalten grösseres Risiko für:

- Schlechte soziale Kompetenzen
- Kognitive Probleme
- Aufmerksamkeitsprobleme
- Aggressives Verhalten

Auf folgende Themen besonders achten:

★ Psychotherapie, Erziehung

- Soziale Kompetenz
- Kognitive Kompetenz
- Konzentrationsfähigkeit, Aufmerksamkeit
- Aggressives Verhalten

★ Real – Virtuell versus Sucht

★ Balance finden:

- Genug reale Kontakte, Freundschaften, sich genug persönlich sehen
- Gut unterscheiden können zwischen Realität und was einfach dargestellt
- Genug andere Interessen, Tätigkeiten
- Interesse, auch auf andere Art Erlebnisse zu haben, sich mit sich selbst zu beschäftigen

Einfluss auf den Schlaf

Schlaf: Studie

- Ergebnisse von zwei Studien mit Jugendlichen in Basel:
- 11-jährige Schüler(-innen) in Basel Stadt und Landschaft (Lemola, Schwarz & Siffert, 2012 *J Adolescence*)
- Schlafdauer Wochentage: 9:45h (21:00–06:45 Uhr)
- Schlafdauer Wochenenden: 10:45h (22:15–09:00 Uhr)
- 15-jährige Schüler(-innen) der Weiterbildungsschule (WBS) Basel (Perkinson-Gloor, Lemola & Grob, 2013 *J Adolescence*)
- Schlafdauer Wochentage: 8:00h (22:30–06:30 Uhr)
- Schlafdauer Wochenenden: 10:00h (00:45–10:45 Uhr)

Risiken: Ergebnisse in Zusammenhang mit Medien

- Viele Jugendliche schlafen zu wenig und sind tagsüber müde
- **Erhöhter Medienkonsum am Abend hängt mit kurzer Schlafdauer zusammen**
- Schlafhygiene-Training kann abendlichen Medienkonsum vermindern
- Schlafqualität ist mit Schlafdauer assoziiert → Verbesserung durch kleine Interventionen

Fernsehkonsument und Schlafstörungen bei Kindern:

- >3h Fernseh-Konsum pro Tag → erhöhtes Risiko für Schlafstörungen
- längeres Fernsehen → verkürzte Schlafzeit
- Konsum von Gruselfilmen → insomnische Beschwerden

★ → **Information kombiniert mit hypnotischen Interventionen**

Verschiedene Risiken

(Eu.net.adb)

- **Grooming:** 63% aller Jugendlichen kommunizieren online mit Fremden
- 46 % derer, die online mit Fremden kommunizieren, haben jemanden persönlich getroffen, den sie vorher im Internet kennengelernt haben (28,4% aller Befragten)
- **Sexuelle Inhalte:** fast 60% aller Befragten waren bereits mit sexuellen Bildern konfrontiert
- **Cybermobbing:** 22% aller Befragten haben Cybermobbing-Erfahrungen

Risiko: Amok: Profil junge Täter

Einige Faktoren, die auch in Zusammenhang mit neuen Medien stehen können:

- Aussenseiterposition
- Kontakte in der virtuellen Welt
- Viel Zeit vor Computer
- Konsum von Gewaltmedien
- Recherche von anderen Amoktaten, Mördervideos und Selbstzeugnissen von Amoktätern

Risiko: Radikalisierung

In Zusammenhang mit digitalen Medien

die US-Psychiaterin Anne Speckhard mit ihrem «ISIS-Defectors-Project» interviewte ca. 500 abtrünnige ISIS-Kämpfer berichtet (15.9.16)

Beispiel: 13 jähriges Mädchen, aus Neugierde IS-Account angeklickt → überflutet mit Heiratsanträgen, Bilder von Traumvillen mit Swimmingpools, die in Syrien auf sie warten

- Haben feines Sensorium für Schwachstellen
- Einsaugen der Anhänger
- Isolation vom Umfeld → Tunnelvision → ganzes Denken nur um die Gruppe
- **Dauer bis radikalisiert: kaum 2 Wochen**
- **IS-Krieger aus Westen, die in Jihad zogen, meist im Netz radikalisiert** (Jan Rothenberger über Jonathon Morgan 10.16)
- Echokammereffekt

★ Prävention Amok

Erziehung, Psychotherapie

- Reagieren bei sozialem Rückzug
- Sich darum kümmern, sich interessieren was am Computer getan wird: Gewaltvideos, Recherche Waffen, Amok
- Schwarz – weiss Denken: diskutieren, differenzieren, nachfragen versus total verurteilen,

★ Prävention Amok, Radikalisierung

- Projekte wie die von Speckhard und Team in ihrem «ISIS-Defectors-Project», die Filme postet von Interviews, bekämpft sie in der digitalen Welt

Eltern, Erziehende, Psychotherapie:

- Information, nachfragen, Diskussionen in vielen Gebieten
- Posts, Chats anschauen
- Abenteuerlust auf andere Art befriedigen

Alarmzeichen für Radikalisierung und Amok:

- radikale Sprache
- schwarz-weiss Denken, Tunnelblick
- Kontaktabbruch, Rückzug Familie, Freunde
- Vereinsamung
- Sich ungerecht behandelt fühlen, Kränkung

Gibt auch Radicalisation-Profilung/psychiatrisches Angebot

Inhalt

- Virtuelle – reale Welt: Abstraktion
- Studien, Trends, Fakten
- Persönlichkeit: Kognition, Kreativität, Charaktereigenschaften, Identität
- Wahrheit: Fakt und Fiktion; Wahrheitsgehalt von Geschichten, Lüge, Manipulation
 - Auswirkungen auf die Politik
 - Versprechen – Empathie
 - Empathiefähigkeit in Zusammenhang mit einem Überblick gewinnen
- Kommunikation, Soziale Netzwerke, Freundschaften
- Risiken: Spile - Sucht, Schlaf, Grooming, sexuelle Inhalte, Cybermobbing, Amok, Radikalisierung
- **Prävention: Privatheit, reale – digitale Kontakte**
- Überlegungen, Zusammenfassung
- ★ Prävention, Schutz, Ideen für Psychotherapie, Erziehung

★ Reale-digitale Kontakte

- Junge, 14 jährig erfragt bei 13 jährigem Mädchen Nacktbilder, die sie auch gibt. Er wagt sie aber real kaum anzusprechen
- Warum? Abenteuerlust, Geltungsdrang
- ➔ Aufbauen von realen Kontakten: wie ansprechen, was miteinander unternehmen, Schritte zur körperlicher Berührung
- ➔ Adäquates reales und digitales Annähern einüben
- ➔ Regeln von digitaler Kommunikation
- ➔ Wenn Info da ist, aber impulsiv Bilder geschickt, gepostet werden → Zeit einbauen zum Überlegen, kann in Trance geübt werden

Privatheit: Welche Information ist wie privat?

In Zusammenhang mit digitalen Medien stellt sich die Frage noch auf einer weiteren Ebene:

- Welche Medien sind wie sicher? Z.B. Facebook, WhatsApp....
- Auch privat gemeinte Infos, können
 - zu einem späteren Zeitpunkt weiter gegeben werden
 - Eingesehen werden von Dritten

★ Privatheit

Erziehung, Erziehungsberatung, Psychotherapie

- Innerhalb der Ursprungsfamilie
 - In der Wohnung
 - Was sage ich wem?
 - Was poste ich? Was gebe ich per WhatsApp weiter?
- ➔ angemessen Grenzen setzen auch zwischen Eltern – Kind, unter Geschwistern

★ Kommunikation digital und real: Erziehung, Psychotherapie

- Ausdrucksweise mündlich, schriftlich immer kontrollieren
- Unterscheiden: privat – öffentlich, Grad der Privatheit
- Könnte Inhalt gegen mich verwendet werden?
- Profil: gut überlegen. Gerade in Zusammenhang mit Thema Identität bearbeiten
- Besprechen, welche Fotos postet werden

Inhalt

- Virtuelle – reale Welt: Abstraktion
- Studien, Trends, Fakten
- Persönlichkeit: Kognition, Kreativität, Charaktereigenschaften, Identität
- Wahrheit: Fakt und Fiktion; Wahrheitsgehalt von Geschichten, Lüge, Manipulation
 - Auswirkungen auf die Politik
 - Versprechen – Empathie
 - Empathiefähigkeit in Zusammenhang mit einem Überblick gewinnen
- Kommunikation, Soziale Netzwerke, Freundschaften
- Risiken: Spile - Sucht, Schlaf, Grooming, sexuelle Inhalte, Cybermobbing, Amok, Radikalisierung
- Prävention: Privatheit, reale – digitale Kontakte
- **Überlegungen, Zusammenfassung**
- ★ Prävention, Schutz, Ideen für Psychotherapie, Erziehung

★ Überlegungen

zu Politik, Familien- und Jugendpolitik, Erziehung, Psychotherapie

Durch Internet, Soziale Foren, Apps wie z.B. WhatsApp

- Nimmt Lebensgeschwindigkeit extrem zu → Gefahren und Risiken können auch schnell entstehen
- Bei Individuen, Gruppen, ganzen Generationen muss schnell gehandelt, ev. reagiert werden

Entwicklung in allen Lebensbereichen geht sehr rasch vorwärts

- z.B. Resultate der CS-Studie von 2012 sind im Vergleich zu denjenigen 2016 schon überholt
- Erziehungstipps sehr schnell veraltet und „Eltern-, Grosselterngeneration kann nicht auf eigne Erfahrung zurück greifen.

→ wir sollten wirksame, schnelle Mittel finden, z.B. Apps für Erziehung und Psychotherapie

Schutz und Stärkung

★ Erziehung, Psychotherapie

- Sich in andere eindenken, empfinden können
- Überblick verschaffen über gegenwärtige Situation
- Verschiedene Szenarien überblicken
- Kritisches, differenziertes Denken, Argumentieren entwickeln
- Reale Freunde, Kollegen haben und sich mit denen auch real treffen
- Soziale Fertigkeiten, wie Konflikte angehen, lösen, Mädchen kennen lernen ... Unterstützen
- Zu unterschiedlichen Menschen mit unterschiedlichem Hintergrund Kontakt haben

Zusammenfassung

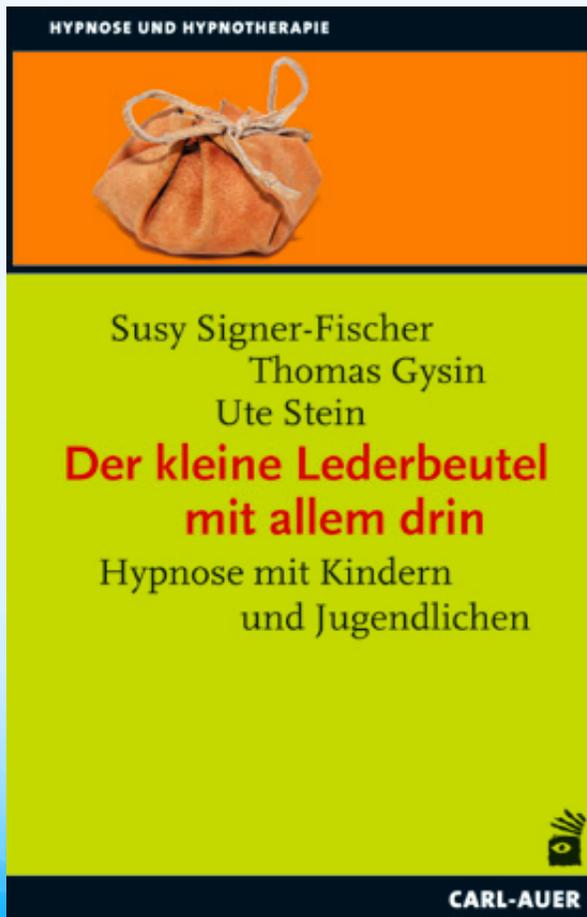
★ Erziehung, Psychotherapie

- Genug reale Interessen und Tätigkeiten haben (Sport, Musik, Pfadfinder..)
- Genug Fertigkeiten, Wissen, Information über verschiedene Medien haben, z.B. Facebook, Snapchat, WhatsApp, Games..
- Impulse kontrollieren, Gelassenheit bewahren → darüber nachdenken, entscheiden
- Frustrationstoleranz erhöhen, warten können, robuster werden
- Grenzen aufzeigen
- Bei Verboten → immer auch klar machen, was getan werden darf

★ Zum Schluss

- Wir als PsychotherapeutInnen haben das Fachwissen, Erziehende und Kinder, Jugendliche darin zu unterstützen im Umgang mit den neuen Möglichkeiten
 - Viele Möglichkeiten werden durch die neuen Medien, Internet, Apps, Foren möglich
 - Manchmal ist es schwierig, Realität und Virtualität zu unterscheiden
 - Realität und Virtuelles wird kombiniert
- ➔ Ist doch einfach phänomenal!!

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit !



Der kleine
Lederbeutel
mit allem drin

Lic. Phil. Susy Signer-Fischer,
Fachpsychologin Psychotherapie und Kinder- und
Jugendpsychologie FSP
Zentrum für Entwicklungs- und Persönlichkeitsdiagnostik
– ZEPD, Universität Basel
Missionsstrasse 62, 4055 Basel
Zentrum für systemische Therapie und Beratung, ZSB
Villettenmattstrasse 15, 3007 Bern
Tel. +41 (0) 61 267 24 02
E-Mail: susy.signer@unibas.ch; mail@susysigner.ch
www.susysigner.ch

Quellen

- Aufenanger, Stefan (2008): Theoretische Bezüge der Medienpädagogik. *Handbuch Medienpädagogik*, VS Verlag für Sozialwissenschaften S.87-91.
- Binswanger, Michèle (2016): Die ganze Wahrheit. *Tagesanzeiger*. Online abrufbar unter: <http://www.tagesanzeiger.ch/leben/gesellschaft/die-ganze-wahrheit/story/31822577>, abgerufen am 21.10.16.
- Credit Suisse Jugendbarometer (2016): Die Generation Stress unter der Lupe. Online abrufbar unter <https://www.credit-suisse.com/ch/de/about-us/responsibility/dialogue/youth-barometer/article-archive/articles/news-and-expertise/2016/10/de/credit-suisse-youth-barometer-2016-facts-and-figures.html>, abgerufen am 07.10.2016.
- Dreier, M., Duven, E., Müller, K.W., Beutel, M.E., Behrens, P., Holtz, S., Wölfling, K. & das EU NET ADB Konsortium (2013): Studie über das Internetsuchtverhalten von europäischen Jugendlichen. Online abrufbar unter http://www.unimedizinmainz.de/fileadmin/kliniken/verhalten/Dokumente/EU_NET_ADB_Broschuere_final.pdf, abgerufen am 12.10.2016.
- Drimalla, Hannah (2013): Da irrt Professor Spitzer! *Bild der Wissenschaft*. Online abrufbar unter: [http://www.wissenschaft.de/archiv/-/journal_content/56/12054/786720/Da-irrt-Professor-Spitzer!/,](http://www.wissenschaft.de/archiv/-/journal_content/56/12054/786720/Da-irrt-Professor-Spitzer!/) abgerufen am 27.10.16.
- Gardner, H. und Davis, K. (2013): The app generation: How today's youth navigate identity, intimacy, and imagination in a digital world. *Yale University Press*.
- Jugend und Medien (2013): Nationales Programm zur Förderung von Medienkompetenzen, Bundesamt für Sozialversicherungen/Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW). Online abrufbar unter www.jugendundmedien.ch und www.psychologie.zhaw.ch/medienkompetenz, abgerufen am 27.10.16.
- LMK (2013) : „Sei Mutig. Stopp Mobbing“ – Klicksafe unterstützt Facebook-Aktion gegen Mobbing; Pepper: Erfolgreiche Kampagne – Verantwortung des Anbieters muss wahrgenommen werden (Nr. 2). Online abrufbar unter: <http://www.lmk-online.de/de/aktuelles/presse/details/article/sei-mutig-stopp-mobbing-klicksafe-unterstuetzt-facebook-aktion-gegen-mobbing-pepper-erfolgreiche-kampagne-verantwortung-des-anbieters-muss-wahrgenommen-werden-nr-2.html>, abgerufen am 27.10.16

Quellen

- LMK (2013): LMK und Ambulanz für Spielsucht der Uniklinik Mainz stellen Projektergebnisse „EU NET ADB“ vor: Internetnutzung und problematisches Verhalten bei Kindern und Jugendlichen in Europa (Nr. 1). Online abrufbar unter: <http://www.lmk-online.de/de/aktuelles/presse/details/article/lmk-und-ambulanz-fuer-spielsucht-der-uniklinik-mainz-stellen-projektergebnisse-eu-net-adb-vor-internetnutzung-und-problematisches-verhalten-bei-kindern-und-jugendlichen-in-europa-nr-1.html>, abgerufen am 27.10.16.
- LMK(2013): „Medienerziehung bereits in der Kita: Ja bitte!“ (Nr. 10). Online abrufbar unter: <http://www.lmk-online.de/de/aktuelles/presse/details/article/medienerziehung-bereits-in-der-kita-ja-bitte-nr-10.html>, abgerufen am 27.10.16.
- LMK(2013): Für mehr Sicherheit im Internet: Thementag zum 10. Safer Internet Day (SID) im Bürgerfernsehen (Nr. 4).
- Luerweg, Frank (2016): So viele Nachrichten, OMG! *Psychologie Heute*.
- Luerweg, Frank (2016): Digitale Potenz. *Psychologie Heute*.
- Meise, Sylvia (2016): Doktorspiele 2.0. *Psychologie Heute*.
- Palfrey, J. und Gasser, U. (2016) : Born Digital. How children grow up in a digital age. Basic books, New York.
- Reinhardt, Susie (2014): Generation App: Ständig verbunden und doch einsam? *Psychologie Heute*.
- Sebastian; Wölfling, Klaus (2013): Studie über das Internetsuchtverhalten von europäischen Jugendlichen. Online abrufbar unter http://www.unimedizinmainz.de/fileadmin/kliniken/verhalten/Dokumente/EU_NET_ADB_Broschuere_final.pdf, abgerufen am 12.10.2016.

Quellen

- Seibt, Constantin (2016): Das grosse Spiel. Die führenden Köpfe im Silicon Valley beschäftigen sich nun seriös mit der Frage: Was, wenn wir in einem Computerspiel leben? *Tagesanzeiger*. Online abrufbar unter <http://www.tagesanzeiger.ch/wirtschaft/standard/Das-grosse-Spiel/story/13262938>, abgerufen am 13.10.2016.
- Süss, Daniel (2010): Mediensozialisation zwischen gesellschaftlicher Entwicklung und Identitätskonstruktion. *Mediensozialisationstheorien*, S. 109-130.
- Te Wildt, Bert (2015): „Das Internet ist klasse, aber alles andere als harmlos“. *Psychologie Heute*.
- Uhlmann, Berit: Wie das Smartphone die Kindheit verändert. *Süddeutsche Zeitung*. Online abrufbar unter: <http://desktop.12app.ch/articles/27905685>, abgerufen am 27.10.16.
- Willemse, I., Waller, G., Genner, S., Suter, L., Oppliger, S., Huber, A.-L. & Süss, D. (2014). JAMES- Jugend, Aktivität, Medien –Erhebung Schweiz. Zürich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften. Online abrufbar unter: https://www.zhaw.ch/storage/psychologie/upload/forschung/medienpsychologie/james/2014/Ergebnisbericht_JAMES_2014.pdf, abgerufen am 27.10.16