

# Abhängig vom Handy

Verbandschüler lernen die Gefahren von zu viel Zeit vor dem Computer und dem Smartphone kennen



Ein Leben ohne Handy können sich die Verbandschüler nicht vorstellen: Lara (12, v. li.), Emmor (14), Kati (12), Sinan (12), Drobrina (12) und Jannick (12).

Foto: cfe

BBV  
som  
30.10.15

Von Claudia Feld

**ISSELBURG.** Ohne Handy ist das Leben langweilig. Diese Erfahrung habe er gemacht, als er vier Wochen Smartphoneverbot hatte, sagte der 14-jährige Emmor. Wie viel Zeit am Handy gut ist und ab wann es gefährlich wird – damit beschäftigten sich der 14-jährige Isselburger und seine Klassenkameraden gestern im Rahmen der Aktionstage „Sucht hat immer eine Geschichte“.

Michael Knothe, Vorstandsmitglied im Fachverband für Medienabhängigkeit an der Medizinischen Hochschule in Hannover, arbeitete mit den Schülern der siebten Klasse an dem The-

ma. „Es geht vor allem um die Selbst- und Fremdwahrnehmung“, sagte Knothe. So schätzten viele Menschen die Zeit, die sie vor dem Computer oder dem Handy verbringen, viel niedriger ein, als sie tatsächlich ist. Und: „So ein Aha-Erlebnis hatte jeder der Schüler schon.“

Doch zunächst sollten sich die Jugendlichen einen Überblick verschaffen, welche Angebote es überhaupt im Internet gibt – vom Lexikon bis zum gewalttätigen Spiel. Und die Schüler sollten einschätzen, wie gefährlich diese Angebote sind. „Die Kompetenz ist da sehr hoch. Die Schüler wissen, was im Netz gefährlich ist“,

hat Knothe beobachtet. Online-Casinos, Rollenspiele, aber auch soziale Netzwerke wie Facebook seien gefährlich, sagte der Referent, der Heilpraktiker für Psychotherapie ist. Denn durch solche Angebote könnten die Jugendlichen in einen Teufelskreis geraten. „Das hat mit

## Erfahrungen im Internet

dem Belohnungssystem zu tun. Wenn die Schüler schlechte Laune oder schlechte Noten haben, machen sie gute Erfahrungen im Internet und wollen das wieder erleben.“

Bei der Veranstaltung in der Verbundschule gehe es darum, die Selbstwahrnehmung zu schärfen, damit die

Schüler erkennen, wann sie gefährdet sind, sagte Knothe.

Dass sie viel Zeit mit dem Smartphone verbringen, wissen die Jugendlichen. Für sie ist es normal. „Man überlegt sich das zu Hause nicht, wenn man im Bett liegt“, sagte Kati (12) aus Isselburg über ihre Handynutzung. Bei ihnen kommen schnell zwei bis drei, manchmal auch vier Stunden mit dem Telefon zusammen, erzählten die Klassenkameraden. Doch der Kontakt zu Freunden und Bekannten über soziale Netzwerke oder Kurznachrichtendienste sei ihnen auch wichtig, versicherten die Jugendlichen. Sie waren sich aber auch einig: andere Hobbys wie Zumba,

Reiten, Twirling und mit Freunden zusammen sein, ist immer noch wichtiger.

Doch ab wann ist man eigentlich suchtgefährdet? Das sei sehr unterschiedlich, sagten Michael Knothe und Suchttherapeutin Christiane Wiesner vom Katholischen Verein für soziale Dienste (SKM) in Bocholt. „Wir gucken uns das an, was jemand nicht mehr tut“, sagte Knothe. Sozialer Rückzug sei typisch, etwa wenn die Freunde, die Arbeit oder die Schule vernachlässigt werden, ergänzte Wiesner. | Bocholt

Mehr im BBV-net

Ein Video gibt es online unter  
[www.bbv-net.de/tv](http://www.bbv-net.de/tv)