



## Gemeinsame Pressemitteilung

### Wie Eltern Kinder und Jugendliche beim Umgang mit dem Internet unterstützen können

### BZgA gibt Empfehlungen anlässlich des Safer Internet Day 2017

*Köln, 03. Februar 2017.* Anlässlich des Safer Internet Day am 07. Februar 2017 weisen die Drogenbeauftragte der Bundesregierung und die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) auf die Probleme übermäßiger Internetnutzung bei Jugendlichen hin.

Neueste Ergebnisse der BZgA-Studie „Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2015“ zeigen, dass Jugendliche und junge Erwachsene im Alter zwischen 12 und 25 Jahren durchschnittlich 22 Stunden pro Woche online sind, zum Kommunizieren, Spielen oder zur Unterhaltung, nicht im Zusammenhang mit Schule, Studium oder der Arbeit. Dabei spielt das Smartphone mit 77,1 Prozent als Zugangsweg ins Internet die größte Rolle. Die neuen Studiendaten belegen eine größere Zahl von computerspiel- oder internetbezogenen Störungen bei Jugendlichen als noch 2011. Demnach sind aktuell 7,1 Prozent der 12- bis 17-jährigen Mädchen und 4,5 Prozent der gleichaltrigen Jungen betroffen.

Die Drogenbeauftragte der Bundesregierung **Marlene Mortler** erklärt: „Wir haben heute von fast überall Zugriff auf das Internet. Das eröffnet unzählige spannende Möglichkeiten, schafft aber auch neue Herausforderungen. Gerade Jugendliche müssen lernen, das Netz selbstbestimmt und im richtigen Maß zu nutzen. Sonst besteht die Gefahr, dass für das reale Leben neben dem virtuellen kein Platz mehr bleibt. Mittlerweile sind etwa 270.000 Jugendliche von Internetanwendungen abhängig, etwa doppelt so viele wie 2011. Eine unserer zentralen Aufgaben besteht deshalb darin, Medienkompetenz vorzuleben und aktiv zu vermitteln.“

**Dr. Heidrun Thaiss**, Leiterin der BZgA, betont: „Online sein ist für Jugendliche wesentlicher Bestandteil ihrer Freizeitgestaltung. Dabei gibt es bei der Nutzung von Computerspielen und Internet besonders bei der jüngeren Altersgruppe zwischen 12 und 17 Jahren deutliche Geschlechtsunterschiede: so nutzen 84,3 Prozent der Mädchen täglich Soziale Netzwerke, gleichaltrige Jungen zu 77,2 Prozent. Dagegen spielen 36,2 Prozent der männlichen Jugendlichen täglich Computerspiele, bei den gleichaltrigen Mädchen sind dies nur 11,3 Prozent. Die Zahlen bestätigen, wie wichtig es ist, Jugendlichen die Risiken der exzessiven Nutzung von Internet, Smartphones und Computerspielen aufzuzeigen. Darüber hinaus gilt es, Eltern und andere erwachsene Bezugspersonen für ihre Vorbildrolle für Kinder und Jugendliche zu sensibilisieren.“

>> Seite 2

Gemeinsam Zeit zu verbringen ist für Familien wichtig. Damit - rund um Smartphone, Computerspiele und Soziale Netzwerke - diese Familienzeit für Eltern und Kinder gelingt, empfiehlt die BZgA Eltern, folgende Punkte zu beachten:

1. WANN? Mit dem Kind Zeitvereinbarungen treffen. Zeitkonten, wie zum Beispiel acht Stunden Spielzeit pro Woche, können gemeinsam geplant werden.
2. WAS? Gemeinsam festlegen, welche Angebote Kinder nutzen können. Dabei ist der Jugendschutz zu beachten. Einige Soziale Netzwerke sind beispielsweise zwar ab 13 Jahren erlaubt, werden aber von Pädagogen erst wesentlich später zur Nutzung empfohlen.
3. WO? Der Standort des PCs oder die Nutzungsorte des Smartphones haben großen Einfluss darauf, wann und wie Kinder und Jugendliche sie nutzen.
4. WAS SONST? Je abwechslungsreicher die Familienzeit gestaltet ist, umso zugänglicher sind Kinder und Jugendliche für andere Erlebnisse als online zu sein.

### **Präventionsangebote der BZgA im Überblick**

Internetportal für Jugendliche: [www.ins-netz-gehen.de](http://www.ins-netz-gehen.de) mit Verhaltensänderungsprogramm „Das andere Leben“ ([www.ins-netz-gehen.de/das\\_andere\\_leben/home](http://www.ins-netz-gehen.de/das_andere_leben/home))

Internetportal für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren (Eltern, Lehrkräfte, Fachkräfte der Suchtprävention etc.): [www.multiplikatoren.ins-netz-gehen.de](http://www.multiplikatoren.ins-netz-gehen.de) mit persönlichem Beratungsangebot für Eltern ([www.multiplikatoren.ins-netz-gehen.de/multiplikatorenberatung](http://www.multiplikatoren.ins-netz-gehen.de/multiplikatorenberatung))

Schulische Prävention mit dem Peer-Projekt „Net-Piloten“ ([www.multiplikatoren.ins-netz-gehen.de/net-piloten/ziele-und-inhalte/der-peer-ansatz](http://www.multiplikatoren.ins-netz-gehen.de/net-piloten/ziele-und-inhalte/der-peer-ansatz))

Broschüre: „Online sein mit Maß und Spaß“ – Ein Elternratgeber zum richtigen Umgang mit digitalen Medien

Informationsflyer für Jugendliche: „Computerspiele find ich toll! Wo ist das Problem?“

Informationsflyer für Jugendliche: „Im Netz bin ich am liebsten! Wo ist das Problem?“

Die Materialien können kostenlos bestellt werden bei Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, 50819 Köln, Fax: 0221-8992257, E-Mail: [order@bzga.de](mailto:order@bzga.de)

Ein Faktenblatt zur BZgA-Studie „Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2015“ ist unter <http://www.bzga.de/presse/daten-und-fakten/suchtpraevention/> zu finden.

Die neuen Studiendaten stehen als ‘Teilband Computerspiele und Internet‘ der BZgA-Studie „Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2015“ unter [www.bzga.de/forschung/studien-untersuchungen/studien/suchtpraevention/](http://www.bzga.de/forschung/studien-untersuchungen/studien/suchtpraevention/) zum Download zur Verfügung.