

Laut dem Sucht- und Drogenbericht der Bundesregierung 2009 ist bereits von bis zu 2,8 Millionen online-süchtigen Menschen und ebenso viel Gefährdeten die Rede, davon vermutlich weit über 600.000 Kinder und Jugendliche. Tendenz steigend!

=====
Laut Fachleuten ist gefährdet, wer wöchentlich 25 bis 34 Stunden spielt (das sind „nur“ 3,5 Stunden am Tag). Ab ca. 35 Stunden pro Woche kann definitiv von Sucht gesprochen werden (5 Stunden am Tag). Dies gilt **im Zusammenhang mit nachfolgenden Symptomen:**

Schulversagen; Augenringe; Verabredungen mit Freunden werden immer weniger; Klamotten werden unwichtig; Vernachlässigung des Äußeren (Gewichtszu- oder -abnahme); PC Konsum wird heruntergespielt (nur ein Hobby); Lügen; Zunahme der Aggressionen; Interesse an Offline-Geselligkeiten lässt merklich nach (Vorsützen von schulischen Aufgaben bei Treffen mit anderen – vorzeitiges Verlassen der Veranstaltungen); Besuch wird lästig; nur noch ein Gesprächsthema: WoW, Metin2, Everquest etc.

=====
WOW: Bei WOW sollte man sich vorher überlegen, ob man damit überhaupt anfängt. Wer erst einmal im Spiel ist, kann sich dem hohen Suchtpotenzial nicht unbedingt entziehen. Viele Spieler verlieren die Kontrolle über ihr Leben.

=====
Computerspiele allgemein:

Eltern sollten sich über alle Spiele, die Kinder spielen wollen, bei den verschiedensten Quellen informieren und ganz klar entscheiden, ob sie sie zuhause zulassen oder nicht!! Stellen Sie den PC in einen allgemein zugänglichen Raum und richten Sie den PC so ein, dass neue Spiele nur durch die Eltern selbst installiert werden können. Bitten Sie ggf. Freunde um Hilfe.

Misstrauen Sie den empfohlenen Altersangaben. Es müssen nicht alle Spiele gespielt werden.

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

=====
Wussten Sie, dass ... ?

- 50 % der Eltern sich nicht um den Medienkonsum ihrer Kinder kümmern?
- 60 % der Eltern den TV-Konsum der Kinder überhaupt nicht regeln?
- 4 Millionen Kinder in Deutschland den Medien ohne Erziehung schutzlos ausgeliefert sind?
- 91% der Computerspiele nach Ansicht von Fachleuten jugendgefährdend sind?
- es in München Kinder gibt, die noch nie einen Wald von innen gesehen haben?

Internet:

Sorgen Sie als Eltern unbedingt 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 die Kinder viel Zeit zum unbeaufsichtigten Surfen haben, wachsen damit auch mögliche Probleme:

Onlinerollenspielsucht; Onlinesexsucht; Pornografie; Chatsucht; Pro-Ana-Foren (Elterntelefon 0800/1110550; Beispiel google: Stichworte: gefährliche Magersucht swr – ausführlicher Beitrag bei SWR); Suizid-Foren (Infos: google-Stichworte: „suizid Foren“ von Raimund Pousset im www.familienhandbuch.de); Nazipropaganda - Niemals persönliche Angaben oder Bilder ins Netz stellen. Vorsicht beim Herunterladen von Musik und Videos – das kann sehr teuer werden.

Im Internet gibt es keinen Kinder- und Jugendschutz!

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

=====
Was können wir tun?

- Machen Sie genügend Alternativangebote, damit die Kinder in der computerfreien Zeit nicht gelangweilt in der Ecke herumhängen, sondern merken, dass Spaß und Spannung nicht ausschließlich aus dem Computer kommen.

- Legen Sie zusammen mit Ihren Kindern feste Maximalzeiten für den Tag, die Woche oder den Monat fest. Dabei müssen alle Medien - Fernseher, Gameboy, Playstation, etc.- in die Zeit mit einbezogen werden. Diese Regeln sollten bei Ihnen öffentlich aushängen, damit Sie auch immer wieder darauf verweisen können. Kontrollieren Sie die Einhaltung unbedingt und ergreifen Sie klare Maßnahmen bei Verstößen. Seien Sie in diesem Punkt 100% konsequent. Dass der PC stundenlang für schulische Aufgaben benötigt wird, ist ein Alibiargument!

- Lassen Sie Ihrem Kind keinen Verhandlungsspielraum. Kinder brauchen klare Grenzen, das gibt ihnen Halt und Sicherheit.

- Wichtig ist, dass Sie -bei begründetem Verdacht- ab und zu auch nachts nachschauen, ob Ihr Kind spielt oder chattet. Wir bekommen ganz viele Hinweise, dass viele Eltern der Meinung sind, ihre Kinder würden schlafen. Stattdessen wird manchmal bis in die frühen Morgenstunden gezockt oder gechattet.

- Bringen Sie Ihren Kindern niemals das Essen an den PC.

- Kinder müssen nicht unbedingt den schnellsten und tollsten PC besitzen. Je mehr verschiedene Geräte und je mehr Spiele sie haben, desto mehr wollen sie diese logischerweise auch nutzen. Gleiches gilt für schnelle Internetleitungen.

- Solange die Freizeitgestaltung Ihrer Kinder im Gleichklang ist und die Mediennutzung nur eine Beschäftigung von vielen, wenn für ausreichend Bewegung gesorgt ist (Sportverein), Radtouren und Ausflüge stattfinden, wenn Ihre Kinder mehr Zeit beim Freunde treffen im realen Leben, als beim chatten verbringen, wenn 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 fragt:

- **Dürfen wir es hinnehmen**, dass uns gebetsmühlenartig suggeriert wird, dass eine tägliche, stundenlange Nutzung von elektronischen Medien völlig normal ist? Ist die massenhafte Abwanderung besonders von jungen Menschen aus dem realen Leben gewünscht, beabsichtigt oder wird sie billigend in Kauf genommen? Fragwürdig sind auch die Bemühungen von verschiedenen Seiten, Eltern nun ebenfalls in die Welt der Spiele (auch Gewaltspiele) zu entführen bzw. sie dazu zu verführen. (z.B. Der Spiegel vom 04.11.08).

- **Dürfen wir es hinnehmen**, dass in unserer Gesellschaft vielfach das Jugendschutzgesetz übergangen wird? Wer schützt die Kinder und Jugendlichen? Wer verletzt die Aufsichtspflicht? Wieso dürfen immer mehr jüngere Kinder ungehindert Spiele ab 16 oder 18 spielen?

Dürfen wir es hinnehmen, dass die Duldung der Kriegsverherrlichung und die Vermittlung der Botschaft: "Krieg macht Spaß" gerade in Deutschland zur Normalität gehören soll?

Dürfen wir es hinnehmen, dass gut verdienende Spielehersteller indirekt die Alterseinstufung (USK) selbst vornehmen dürfen und kaum ein Erziehungsberechtigter über diese Tatsache informiert ist? Ist das die Lizenz um Geld zu drucken auf Kosten der Kinder und Jugendlichen? Wussten Sie das?: Eine Indizierung darf nicht mehr vorgenommen werden, sobald eine USK Alterseinstufung erfolgt ist.

STICHWORT: MEDIENKOMPETENZ

Meist wird vergessen, dass nicht derjenige medienkompetent ist, der die unterschiedlichsten elektronischen Medien auf vielfältigste Weise und zeitintensiv zu nutzen weiß, sondern der, der frühzeitig und selbstbestimmt den Aus-Knopf findet. Dies gilt nicht nur für Heranwachsende.

ARD-Dokumentation: „*Spielen, spielen, spielen... wenn der Computer süchtig macht*“ von Sonia Mayr, Anja Reschke und Henning Rütten - Erstausstrahlung: 12.08.08 (mit www.rollenspielsucht.de)

Ansehen bei www.rollenspielsucht.de

Weitere Informationen zu diesem Thema:

www.rollenspielsucht.de

www.aktiv-gegen-mediensucht.de

mit Netzwerk für Ratsuchende (Suchtberatungsstellen, Ambulanzen, Therapeuten, Ärzte, Kliniken, Offline-Alternativen, u.v.m.)

www.onlinesucht.de

www.verhaltenssucht.de (Mo – Fr 12-17 Uhr Tel.: **0180 – 1 529 529 – Mainzer Ambulanz**)

www.internet-abc.de

www.wowdetox.com (< 40.000 Bekenner International)

www.kiwidot-kidtime.de (Zeitstick)

Webseiten testen:

[www.handeln-](http://www.handeln-handinhand.de/index.php?action=websitetest)

[handinhand.de/index.php?action=websitetest](http://www.handeln-handinhand.de/index.php?action=websitetest)

[www – Mädcheninformationen: www.lizzynet.de/](http://www.madcheninformationen.de)

„Der Missbrauch von elektronischen Medien soll so unpopulär wie Alkohol- und Drogenmissbrauch werden.“

**Aktiv werden bei:
AKTIV GEGEN MEDIENSUCHT e.V.**

(www.aktiv-gegen-mediensucht.de)

Vorstandsvorsitzender: Christoph Hirte

Email: team@agmev.de

(Mitarbeit erwünscht: als Fördermitglied, als aktives Mitglied in Projekten oder Gruppen - wenn nicht jetzt, wann dann? Lobby schaffen!)

Adresse jeweils: Hermann-Hummel-Str. 25 - 82166 Gräfelfing/ München

Spendenkonto: AKTIV GEGEN MEDIENSUCHT e.V. - Konto-Nr. 90 60 30 - BLZ 701 693 33 (Raiffeisenbank Eurasburg-Beuerberg) BIC: GENODEF1EUR-IBAN: DE92701693330000906030 - (Spenden steuerlich abzugsfähig) WIR BRAUCHEN IHRE HILFE.

Informationen zusammengestellt von

www.rollenspielsucht.de -

eine Initiative betroffener Eltern

(Christine und Christoph Hirte)

Email: info@rollenspielsucht.de ([auch Vortragsanfrage](mailto:info@rollenspielsucht.de))
