

Gaming | 27.01.2022 | Lesezeit 2 Min.

Wenn Mediennutzung bei Jugendlichen zur Sucht wird

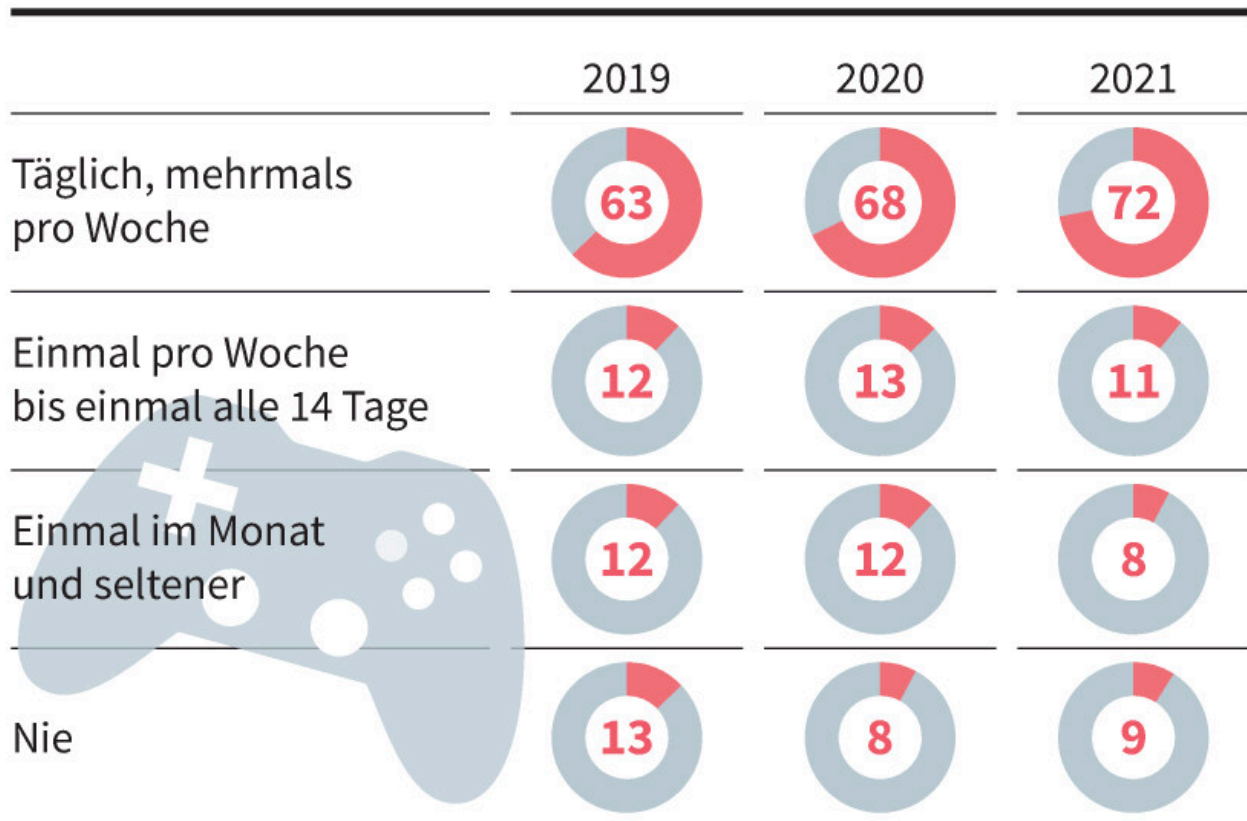
Kommunikation, Lernen, Freizeit – viele Dinge, die normalerweise im echten Leben stattfinden, sind seit Ausbruch der Corona-Pandemie ins Netz gewandert. Längere Zeit war Schulunterricht nur dank digitaler Lösungen möglich. Doch immer mehr Kinder und Jugendliche verbringen zu viel Zeit vor dem Bildschirm – das Problem der Mediensucht wächst.

Dass Kinder und Jugendliche sehr viel Zeit mit digitalen Medien verbringen, ist nicht erst seit der Corona-Pandemie so. Allerdings haben die vergangenen Lockdowns die Mediennutzung – vor allem die Zeit, die Jugendliche mit Videospielen verbringen – deutlich erhöht, wie die JIM-Studie des Medienpädagogischen Forschungsverbunds Südwest zeigt (Grafik):

Während 2019 noch 63 Prozent der Jugendlichen täglich oder mehrmals die Woche Videospiele spielten, waren es 2021 bereits 72 Prozent.

Gaming: Immer mehr Jugendliche zocken täglich

So viel Prozent der befragten Jugendlichen gaben an, so häufig Computer-, Konsolen-, Tablet- oder Smartphone-Spiele zu spielen



Repräsentative Befragung von 1.200 Jugendlichen im Alter von 12 bis 19 Jahren in Deutschland von Mai bis August 2019 und von Juni bis Juli 2020 und 2021

Quelle: Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest
© 2022 IW Medien / iwd

iwd

So verbrachten Jugendliche 2021 an einem Werktag im Durchschnitt 103 Minuten mit

Computerspielen – das waren 31 Prozent mehr als 2019. Die Krankenkasse DAK-Gesundheit (DAK) spricht von einem Anstieg der Zahl der mediensüchtigen 10- bis 17-Jährigen um 52 Prozent im Vergleich zu 2019.

In der Corona-Pandemie hat die Mediensucht bei Kindern und Jugendlichen stark zugenommen – 2021 war die Zahl der 10- bis 17-Jährigen, die Computerspiele so nutzen, dass es nicht mehr gesund für sie ist, um 52 Prozent höher als 2019.

Als mediensüchtig gilt allerdings nicht gleich jeder, der Medien intensiv nutzt. Von einer pathologischen, also krankhaften Nutzung sprechen Experten erst, wenn zu der langen Zeit vor dem Bildschirm ein gewisser Kontrollverlust kommt – wenn die Gamer also das Gefühl dafür verlieren, wie lange sie schon spielen, und im Zuge dessen andere Lebensbereiche wie Freunde, Familie und Schule vernachlässigen. Das war im Jahr 2021 nach Hochrechnungen der DAK bei 220.000 Jungen und Mädchen in Deutschland der Fall.

Auch die Abhängigkeit von Social Media nimmt zu

Lockdowns, Isolation und Langeweile führen dazu, dass sich Jugendliche einsam fühlen. In einer Befragung der DAK gaben 73 Prozent der Jugendlichen an, digitale Medien zur Pflege sozialer Kontakte zu nutzen. Das schlägt sich auch in der Zahl der exzessiven Nutzer von sozialen Medien nieder:

4,6 Prozent der 10- bis 17-Jährigen nutzten im vergangenen Jahr Social Media krankhaft; 2019 waren es nur 3,2 Prozent – ein Anstieg um 44 Prozent.

Digitale Medien müssen allerdings nicht zwangsläufig negative Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche haben. So können Schülerinnen und Schüler mithilfe sogenannter Serious Games auf anschauliche Art Inhalte verstehen und lernen (siehe [Serious Games: Wichtige Hilfsmittel im Bildungswesen](#)).

Für den Erfolg solcher Lernspiele und zur Vorbeugung gegen problematische Mediennutzung ist es wichtig, die Medienkompetenz der Schüler gezielt zu fördern und das Thema Mediensucht im Schulunterricht konkret anzusprechen. Außerdem sind weitere Schulschließungen und Unterrichtsausfälle zu vermeiden, damit die

Abhängigkeit Kinder und Jugendlicher von digitalen Medien nicht noch größer wird.

Kernaussagen in Kürze:

- In der Corona-Pandemie hat das Problem der Mediensucht von Kindern und Jugendlichen stark zugenommen.
- Die Zahl der krankhaften Nutzer von Computerspielen ist um 52 Prozent gewachsen.
- Damit die Abhängigkeit der Kinder und Jugendlichen von digitalen Medien nicht noch größer wird, sollten weitere Schulschließungen vermieden werden.