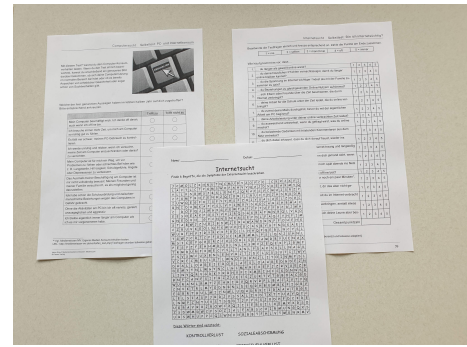


Handy- und Internetsucht

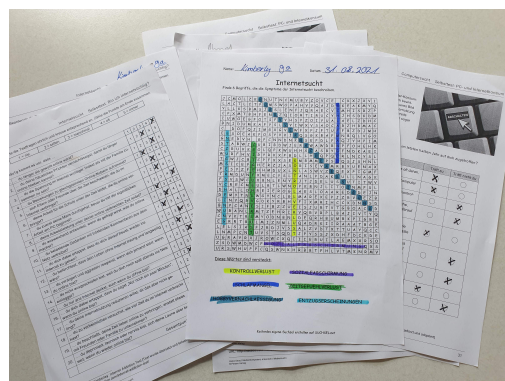


In unserem Projekt sollten die Schüler die Abhängigkeit von digitalen Medien durch Analyse des eigenen Nutzerverhaltens erkennen.

Auch wenn man mit dem Begriff „Handy-/Internetsucht“ vorsichtig umgehen sollte, so gibt es doch starke Hinweise darauf, dass der exzessive Umgang mit dem Handy erhebliche Gefahren mit sich bringt. Durch einfache Tests kann sich jeder Nutzer ein Bild davon machen, ob die individuelle Nutzung sich noch auf dem normalen Niveau befindet oder ob es schon in Richtung Abhängigkeit geht - hierzu wurden verschiedene Fragebögen bearbeitet.



Die Auswertung ergab das ca. 75 Prozent der befragten Mädchen und 65 Prozent der befragten Jungen die Nutzung des Handys sehr wichtig sei. Wenn man das Smartphone auf den Tisch legt, zeigt man den anderen, dass man „Wer“ ist. Das Handy ist zum Statussymbol geworden. Wenn man so stark auf sein Handy fixiert ist, besteht jedoch die Gefahr der sozialen Isolation. Das Telefon, das Smartphone ist wichtiger als der reale Kontakt zu den Freunden. Wenn der Jugendliche kein Handy hat, wird er unruhig und nervös.



Fachleute sprechen dann von einer Handy-/Internetsucht, wenn sich jemand sein gesamtes Leben nur noch auf Handy und Computer ausrichtet. Alles dreht sich nur noch darum! Wie von einer Droge kommt der Süchtige nicht mehr vom Handy/Computer los; er ist erst dann froh und glücklich, wenn er dort gute Erlebnisse beim Chatten oder Spielen hat.

Folgende „Suchtmerkmale“ wurden von den Schülern erarbeitet und in einem Tafelbild festgehalten: Zeitgefühlverlust, Schlafmangel, soziale Abschirmung, Kontrollverlust, Hobbyvernachlässigung und Entzugserscheinungen.

