

Internetsucht: Eltern geben Kindern oft keine Regeln
Neue Studie von DAK-Gesundheit und Deutschem Zentrum für Suchtfragen zeigt Folgen intensiver Computernutzung

Berlin, 30. November 2015. Intensive Computernutzung führt in vielen deutschen Familien zu Problemen. Jedes fünfte Kind reagiert ruhelos und gereizt auf Online-Einschränkungen. Elf Prozent der 12- bis 17-Jährigen haben mehrfach erfolglos versucht, ihre Internetnutzung in den Griff zu bekommen. Oft geben Eltern ihren Kindern keine Regeln zum Umgang mit Laptop oder Smartphone. Das zeigt die neue Studie der DAK-Gesundheit und des Deutschen Zentrums für Suchtfragen zur Internetsucht im Kinderzimmer. Krankenkasse und Institut starten jetzt eine Aufklärungskampagne.

Für die repräsentative Untersuchung hat das Forsa-Institut 1.000 Mütter und Väter umfassend zum Internet- und Computergebrauch ihrer 12- bis 17-jährigen Kinder befragt. Es ist die erste Eltern-Studie, die neben der Dauer und der Art der Internetnutzung auch mögliche krankhafte Folgen für die Jungen und Mädchen untersucht. Hauptergebnisse der DAK-Studie: Laut der Hälfte der befragten Eltern bleibt das Kind länger online als vorgenommen. 22 Prozent der 12- bis 17-Jährigen fühlen sich ruhelos, launisch oder gereizt, wenn sie ihre Internetnutzung reduzieren sollen. Etwa jedes zehnte Kind nutzt das Internet, um vor Problemen zu fliehen. Bei elf Prozent der Befragten hat das Kind mehrfach erfolglose Versuche unternommen, seine Internetnutzung in den Griff zu bekommen. Bei sieben Prozent der Kinder gefährdet die Onlinewelt eine wichtige Beziehung oder eine Bildungschance, wobei die Jungen doppelt so häufig betroffen sind.

Marlene Mortler, Drogenbeauftragte der Bundesregierung: „Das Internet bietet Kindern und Jugendlichen große Möglichkeiten und Chancen. Gleichwohl dürfen die Risiken nicht unterschätzt werden. Experten gehen davon aus, dass in Deutschland bereits bis zu einer Million Menschen onlinesüchtig sind. Die Vermittlung einer frühen Medienkompetenz ist der entscheidende Schlüssel zur Prävention gesundheitsschädlicher Auswirkungen des Internetgebrauchs und der Computernutzung. Die aktuellen Zahlen geben uns brauchbare Anregungen und wichtige Hinweise für die Präventionsarbeit. Das Thema Onlinesucht habe ich zu meinem Schwerpunktthema in 2016 gemacht.“

Krankhafte Folgen der Internetnutzung

„Die aktuelle Befragung macht deutlich, dass Suchtgefährdung auch im Kinderzimmer besteht“, erklärt Professor Dr. Rainer Thomasius, Leiter des Deutschen Zentrums für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE). „Die Daten deuten darauf hin, dass etwa fünf Prozent der Kinder und Jugendlichen in Deutschland unter krankhaften Folgen ihrer Internetnutzung leiden.“

12-Jährige nutzen Computer eigenständig

Laut Studie der DAK-Gesundheit haben die Kinder im Durchschnitt im Alter ab zwölf Jahren begonnen, das Internet selbstständig zu nutzen. Bei etwa einem Zehntel der befragten Eltern waren die Jungen und Mädchen aber jünger als zehn Jahre. Häufig vereinbaren Eltern mit ihren Kindern keine Regeln für den Umgang mit dem Computer:

- 71 Prozent der Eltern haben keine Regeln, an welchen Orten ihr Kind das Internet nutzen darf;
- 51 Prozent der Eltern haben keine Regeln, wie lange ihr Kind das Internet nutzen darf;
- 32 Prozent der Eltern haben keine Regeln, welche Inhalte ihr Kind im Internet nutzen darf.

Auch wenn es Regeln zur Internetnutzung gab, so wurden diese nur von 42 Prozent der befragten Eltern auch „voll und ganz“ umgesetzt.

Online-Streit in jeder dritten Familie

Nach der Befragung schätzen die Eltern die private Internetnutzung der Kinder an einem normalen Werktag auf rund zweieinhalb Stunden. Am Wochenende steigt die verbrachte Zeit im Durchschnitt auf vier Stunden an. 20 Prozent der Jungen und Mädchen sind am Samstag oder Sonntag sechs Stunden und mehr am Computer. Während Jungen die meiste Zeit mit Online-Spielen verbringen, nutzen die Mädchen das Internet für das sogenannte Chatten. In jeder dritten Familie sorgt die Internetnutzung manchmal bis sehr häufig für Streit. Dies ist vor allem bei Kindern im Alter zwischen zwölf und 13 Jahren der Fall.

Prävention durch neue Aufklärungsbroschüren

„Unsere Studie zeigt, dass bei vielen Eltern offenbar eine große Verunsicherung bei der Internetnutzung ihrer Kinder herrscht“, sagt

Herbert Rebscher, Vorstandschef der DAK-Gesundheit. „Wir nehmen die Ergebnisse zum Anlass, um die Prävention beim Thema Internetsucht zu verstärken und den Betroffenen neue Hilfsangebote aufzuzeigen.“ Die Krankenkasse finanziert neue Aufklärungsbroschüren, die Jugendliche, Eltern und Lehrkräfte gezielt über das Thema Internet- und Computersucht informieren. Herausgegeben werden die Hefte mit ausführlichen Hintergrundinformationen, Beispielen und einem Selbsttest vom Deutschen Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters (DZSKJ) am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf. Weitere Informationen gibt es auch im Internet unter www.computersuchthilfe.info oder unter www.dak.de/internetsucht.