

Zeitgleich – Jugendliche zwischen realer und virtueller Welt

Lautet der Titel dieser Tagung, zu der ihr euch habt einladen lassen. Dazu einige Bemerkungen vorab, ehe wir gleich zu unserem ersten Vortrag kommen.

Vor 4 Wochen waren mein Mann und ich in Karlsruhe und warteten auf eine Freundin, mit der wir vor der Kunsthalle verabredet waren. Die kurze Zeit nutzten wir, um jeder für sich noch schnell etwas zu erledigen. Als ich dabei kurz hochguckte, kreuzte sich mein Blick mit dem einer etwa gleichaltrigen Frau, die in unsere Richtung kam. Obwohl wir uns vorher nie begegnet waren, fingen wir an zu lachen, denn es war beiden sofort bewusst, dass wir dasselbe dachten: „Typisch! Immer das Handy vor der Nase! Wir sind auch nicht anders als die Jugendlichen, denen der ständige Medienkonsum nachgesagt wird.“ Es folgte ein kurzes, nettes Gespräch. Diese Dame und ich werden uns vermutlich nie wiedersehen, jedoch diese Situation nicht so schnell vergessen.

Zeitgleich –

-, wie etwa warten und chatten, machen wir Vieles. Unter der Überschrift Multi-Tasking versuchen wir auch offline, möglichst schnell möglichst viele Dinge zu erledigen, zur Not auch gleichzeitig. Dabei geht es nicht nur um fernsehen und stricken oder bügeln, lesen oder schreiben und Musik hören, korrigieren und Genussmittel verzehren. Es sind auch die Nebenbeschäftigungen während eines anstrengenden und aus Erfahrung langwierigen Anrufs eines Verwandten oder Bekannten, wie etwa ein Rezept für das Abendessen aufzuschlagen oder die Überschriften der Zeitung zu überfliegen.

Und obwohl wir es eigentlich ablehnen und unmöglich finden, passiert es auch uns, dass wir während einer Unterhaltung kurz checken, warum das Handy zwischendurch vibriert oder gepiepst hat. Im Durchschnitt wird das Smartphone knapp 300x am Tag in die Hand genommen. Manchmal nur für Sekundenbruchteile, die wir gar nicht registrieren. Hirnstrommessungen und bildgebende Verfahren zeigen aber, dass unser Fokus jedes Mal für einen kurzen Moment unterbrochen wird und die volle Konzentration erst wieder neu hergestellt werden muss. Das gilt nicht nur für Jugendliche.

Jugendliche

sind unser Gegenüber im Arbeitsalltag. Wir wissen, dass sich ihr Hirn gerade zerlegt und neu aufbaut und auch deshalb ist es uns wichtig, sie zu prägen und zu begleiten. Wir wollen ihnen Dinge mitgeben, von denen wir denken, dass sie wichtig sind. Aber zunehmend breitet sich der Eindruck aus, dass sie uns entgleiten, dass es schwieriger wird, sie zu erreichen und zu begeistern. Wir erleben sie mit ihren Smartphones in der Hosentasche, sehen, dass sie „diese Teile“ immer dabei haben, erleben, dass es nahezu die höchste Strafe ist, wenn ein Handy einkassiert wird, und hören, dass sie sich nachmittags stundenlang aufs Bett oder Sofa legen, und sich über das Handy in der Hand mit der Welt verbinden. Oder sie sitzen vor dem PC und spielen. Auf unsere erwachsene Frage, warum sie sich nicht mit Freunden treffen, antworten sie, dass sie doch genau das tun: Sie treffen ihre Freunde im Netz.

Jugendliche sind mit den digitalen Möglichkeiten aufgewachsen. Sie kennen keine Welt ohne Computer oder Handy. 95% der 12-19-jährigen haben ein eigenes Smartphone, viele zusätzlich einen PC, Play-Station und andere tragbare elektronische Medien.

Im September wurde von den Medienanstalten eine Studie¹ veröffentlicht, nach der unter 30-jährige in Deutschland im Durchschnitt täglich 6 Stunden online sind. Damit ist ihre Nutzungszeit fast doppelt so hoch wie beim Durchschnitt der Gesamtbevölkerung. Diese hohen Zahlen legen den Schluss nahe, dass viele der Jugendlichen abhängig sein müssten, doch so pauschal kann das nicht gesagt werden. Denn hinter diesen Zahlen stehen auch die Zeiten, in denen das Internet zum Musikhören und Nachrichten lesen oder für die Informationsbeschaffung genutzt wird, also durchaus sinnvolle Beschäftigungen. Messenger-Dienste wie Instagram und Snapshot oder WhatsApp sowie Spiele nehmen in den meisten Fällen nur einen Teil der Zeit in Anspruch. Also doch alles nicht so schlimm, wie manche Hirnforscher und Psychologen, allen voran Manfred Spitzer und Gerald Hüther, es immer wieder postulieren?

Tatsächlich liegen bisher keine gültigen Diagnose-Kriterien für eine Handy-Abhängigkeit oder Computerspiel-Sucht vor, für das ICD-11 werden sie allerdings vorbereitet. Gesichert ist jedoch ein Zusammenhang zwischen Internetnutzung und depressiven Erkrankungen bei Jugendlichen².

Jugendliche zwischen

Anforderungen in der Schule und im Elternhaus einerseits und ihren Bedürfnissen, Zeit mit Freunden zu verbringen, andererseits. Das ist nichts Neues, sondern gehört zu einer gesunden Entwicklung.

Neu ist der Unterschied zwischen der Innen- und Außenwahrnehmung. Von außen erleben wir Jugendliche, denen es schwerfällt, sich Dinge zu merken, andererseits erleben sie, dass ihnen das gesamte Wissen der Welt zur Verfügung steht. Es ist messbar und sichtbar, dass Jugendliche sich weniger bewegen und dazu neigen, übergewichtig zu werden, aber die Reaktionsschnelligkeit, besonders die Auge-Daumen-Koordination und die Fähigkeit, auf visuelle Reize zu reagieren und kreative Lösungen zu erfinden, nehmen zu³. Die Kinder sitzen alleine vor einem großen oder kleinen Bildschirm, fühlen sich aber mit ihren Freunden verbunden. Sie haben den Eindruck, etwas miteinander zu machen, und sitzen dabei nebeneinander, jeder in sein eigenes Smartphone vertieft. Die Leistungen in der Schule nehmen ab, aber die Zufriedenheit mit dem Erreichten bleibt bestehen.

So stellt sich für den Betrachter zeitgleich die **reale und virtuelle** Welt dar. Für den Jugendlichen bildet sie keinen Widerspruch, sondern das normale Leben. Der Widerspruch entsteht von außen, wenn beispielsweise Eltern die Online-Zeiten beschränken, oder wenn Anforderungen gestellt werden, die sich nicht mithilfe des Internets lösen lassen. Die Anziehungskraft der virtuellen Welt wird dann sichtbar, wenn die Zeiten in ihr beschnitten werden.

¹ Frees & Koch, 2018

² Wartberg, Kriston & Thomasius, 2018

³ Bergmann & Hüther, 2013

Im Internet ist jedes Bedürfnis zu jeder Zeit, an nahezu jedem Ort zu erfüllen. Dadurch ist es ein virtueller Ort, in dem die Grenzen von Raum und Zeit aufgehoben sind. Musik und Filme, Einkaufen und Kontakte pflegen, spielen und sich informieren oder einfach nur „chillen“. Jugendliche sind gewöhnt, dass sie ihre Bedürfnisse via Internet zeitnah verwirklichen können. Ein in der realen Welt notwendiger Aufschub der Bedürfnisse erfordert Anstrengung und führt, wenn nicht eingeübt, zu Frustrationen. Das Leben im Internet erscheint erfolgversprechend und ebenso leicht, wie der Klick auf den neuesten Film des YouTube-Helden. „YouTuber“ ist ein Berufsziel geworden.

Hierin wird deutlich, dass auch das uns Menschen innewohnende Bedürfnis nach Lob und Anerkennung im Internet befriedigt wird. Auf eine, in den sozialen Medien geteilte, Aktivität sollen möglichst viele Likes folgen. In Computerspielen hat jede Entscheidung direkte Konsequenzen: Ein geschickter Zug wird sofort mit mehr Ehre und Macht im Spiel belohnt, ein ungeschickter lässt sich beim nächsten Versuch wieder gutmachen.

Ganz anders in Zeit und Raum: Auf die Anstrengung beim Lernen folgt die Klassenarbeit und das Ergebnis lässt auf sich warten; das extra für die Mutter als Überraschung geputzte Bad wird nicht oder erst auf Nachfrage bemerkt und kommentiert. („Naja, das ist ja auch deine Aufgabe.“)

Jugendliche brauchen Anerkennung, um sich als wirksam wahrzunehmen, sie brauchen die Bestätigung, dass sie etwas können und leisten. Erfahren sie diese Rückmeldung zunehmend oder nahezu ausschließlich in virtuellen Zusammenhängen, laufen sie Gefahr, den Sprung zwischen virtueller und realer Welt nicht mehr leisten zu wollen oder zu können.

Wir freuen uns, dass wir für diese Tagung Herrn Eberhard Freitag und Frau Conni Busche von der Fachstelle Mediensucht „return“, sowie Herrn Daniel Rose von der Fachstelle Medienkompetenz des Vereins „Neues Land“ gewinnen konnten. Alle drei stehen in ständigem Kontakt mit Kindern und Jugendlichen, denen der Sprung zwischen den Welten nur schwer gelingt.

Heute Abend wird uns Herr Freitag einen Überblick darüber geben, welche Folgen ein hoher Medienkonsum für die Persönlichkeit der Betroffenen hat. Was passiert, wenn aus der Faszination Kontrollverlust wird? Morgen früh werden wir von Conni Busche hören, worin die Faszination der Sozialen Medien besteht, und Daniel Rose lenkt den Blick in die Welt der Computerspiele. Beide Referate können am Nachmittag in Seminaren weiter vertieft werden, ebenso wie eine weitere Auswirkung der Internetnutzung, nämlich der zufällige Zugriff auf pornografische Seiten, der die Kinder und Jugendlichen gleichermaßen abstößt und fesselt.

In allen Vorträgen und Seminaren geht es darum, die betroffenen Jugendlichen zu verstehen und Zugänge zu ihnen aufgezeigt zu bekommen. Für unsere Kontakte mit ihnen im beruflichen Alltag wollen wir uns dann am Sonntag im Rahmen des Gottesdienstes segnen lassen. Ich wünsche uns allen eine Tagung, mit neuen Impulsen für die reale Welt.