

03.09.2009 - 10:30 Uhr

SFA : Vernetzte Kinder - verunsicherte Eltern

Lausanne (ots) -

Immer mehr Eltern wenden sich an Fachstellen, weil ihr Kind das Internet exzessiv nutzt. Zahlreiche Jugendliche verbringen einen bedeutenden Teil ihrer Tage und Nächte vor dem Bildschirm oder am Handy. Mütter und Väter sind oft verunsichert. Für sie hält die Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA) im neuesten Elternbrief Informationen und Tipps bereit.

Immer mehr Eltern suchen Hilfe, weil ihr Kind Computerspiele oder soziale Netzwerke im Internet häufig nutzt. Online-Rollenspiele (z.B. World of Warcraft) sowie Chat- und andere Kommunikationsangebote (z.B. Facebook, Twitter) üben auf Jugendliche eine besondere Faszination aus. Als virtuelle Spielfigur zu agieren, ist besonders bei Jungen beliebt. Gute Spielresultate sichern Anerkennung. Mädchen wollen sich eher mit Gleichaltrigen austauschen. Wenn eine exzessive Internetnutzung zu Problemen führt, stehen Online-Spiele und soziale Netzwerke im Zentrum. Sie können Nutzende stark an sich binden. Eltern sind oft verunsichert, auch weil sie sich in Fragen zu neuen Medien häufig weniger kompetent fühlen als ihre Kinder.

Nachfragen und Regeln vereinbaren

"Eltern müssen keine Computerfreaks sein. Sie spielen aber in der Medienerziehung ihrer Kinder eine zentrale Rolle", betont Cornelia Waser, Präventionsfachfrau der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA). Die Elternbriefe der SFA zeigen: Eltern können den gesunden Menschenverstand auch für die virtuelle Welt vermitteln. Wichtig ist zudem, dass Eltern nachfragen und sich interessieren. Gleichzeitig sollten sie Nutzungsregeln vereinbaren und die Kinder beim Gestalten der internetfreien Zeit unterstützen.

Wenn Chatten und Gamen im Alltag der Jugendlichen einen zu grossen Stellenwert einnehmen, fehlt die Zeit für andere Freizeitaktivitäten, oder die Leistung in Schule und Ausbildung leidet. "Für Jugendliche ist es wichtig, auch in der Realität soziale Kontakte zu knüpfen und ein gutes Gleichgewicht zwischen realen und virtuellen Erlebnissen zu finden", erklärt Cornelia Waser. Auch körperliche Beeinträchtigungen wie Übermüdung oder Haltungsprobleme können sich entwickeln.

Übergang zu Abhängigkeit fließend

Der Übergang von einer unbedenklichen zu einer problematischen oder gar abhängigen Internetnutzung ist fließend. Die Nutzungszeit ist nur ein Anhaltspunkt. Warnzeichen sind zum Beispiel ein Kontrollverlust sowie der Drang, immer länger online zu sein.

"Jugendliche sind speziell gefährdet, abhängig zu werden. Sie können ihr Verhalten noch nicht so gut kontrollieren, sie brauchen die Unterstützung von Erziehenden", sagt Cornelia Waser.

Das Internet und andere neue Medien sind in sehr vielen Bereichen nützlich und sie fördern viele Fähigkeiten. Sie sind aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken. Verbote sind daher weder sinnvoll noch realistisch. Die SFA rät Eltern festzulegen, wo, wann und wie lange die Kinder online sein dürfen und welche Aktivitäten in welchem Umfang erlaubt sind (spielen, chatten, surfen).

Elternbriefe in Kürze

Der aktuellste Elternbrief der SFA widmet sich der Nutzung neuer Medien. Nach acht Elternbriefen zieht die SFA aufgrund der

zahlreichen Rückmeldungen eine positive Bilanz. Sie füllen eine Lücke für die Altersgruppe der 12- bis 16-Jährigen. In den Elternbriefen geht das Beratungsteam der SFA auf Erziehungsthemen ein, die im Zusammenhang mit exzessiver Internetnutzung sowie dem Konsum von Alkohol, Tabak und illegalen Drogen stehen. Die Briefe enthalten ein Hauptthema wie zum Beispiel "Grenzen setzen", "Ausgang und Partys: Spass und Risiken" oder "Mit Jugendlichen über Alkohol, Tabak oder illegale Drogen sprechen".

Neu können alle acht Elternbriefe der SFA einzeln oder als komplettes Set auf der Website der SFA kostenlos abgerufen (www.sfa-ispa.ch/elternbriefe) oder als Papiaerausgabe bestellt werden (buchhandlung@sfa-ispa.ch; Versandkosten bei Bestellung). Kontakt für weitere Fragen: eltern@sfa-ispa.ch.

Die SFA in Kürze

Für die Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA) steht der Schutz der Gesundheit im Zentrum. Die SFA will Probleme verhüten oder vermindern, die aus dem Konsum von Alkohol und anderen psychoaktiven Substanzen hervorgehen. Die SFA konzipiert und realisiert Präventionsprojekte, engagiert sich in der Gesundheitspolitik und der psychosozialen Forschung. Die SFA ist eine private, parteipolitisch unabhängige Organisation mit gemeinnützigem Zweck.

Diese Medienmitteilung finden Sie auch auf der Internetseite der SFA:

<http://www.sfa-ispa.ch/index.php?IDtheme=64&IDcat24visible=1&langue=D>

Kontakt:

Monique Helfer
Medienverantwortliche SFA
mhelfer@sfa-ispa.ch
Tel.: 021 321 29 74

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000980/100589250> abgerufen werden.