

Prävention von Onlinesucht: Rückblick - Ausblick



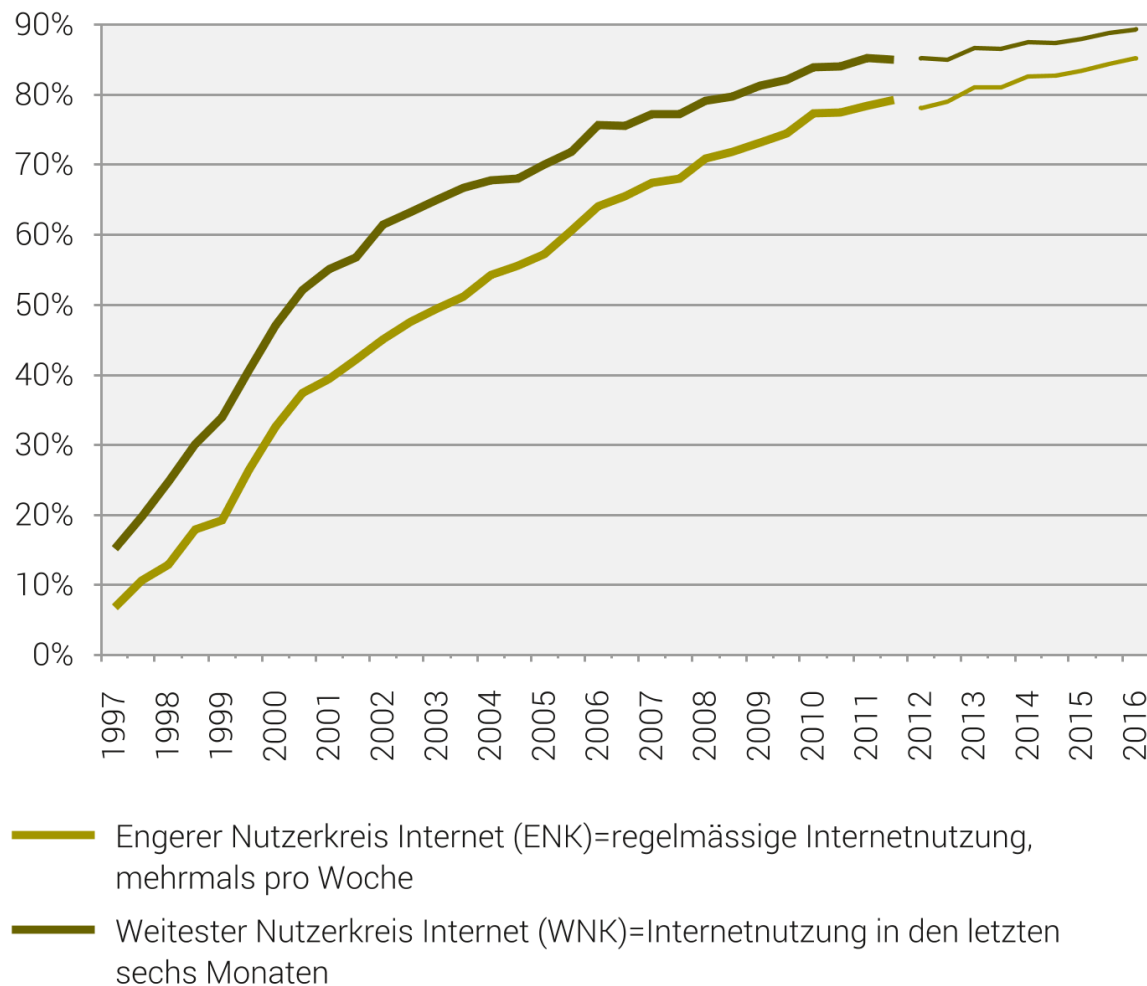
Christa Berger

Präventionstag Fachverband Sucht, 5. September 2017



Internetnutzung in der Schweiz, 1997-2016¹

In % der Bevölkerung ab 14 Jahren



¹ Aus methodischen Gründen können die Ergebnisse ab Herbst 2012 nicht mit älteren Studien verglichen werden. Ein Vergleich mit den kommenden Jahren ist dagegen möglich





Exzessive Nutzung von Bildschirm- medien: Rolle und Aufgabe der Sucht- prävention

Positionspapier

Herausgeberin
Stadt Zürich
Suchtpräventionsstelle
Röntgenstrasse 44
8005 Zürich
www.stadt-zuerich.ch/suchtpraevention

Verfasserin:
Christa Berger
Projektleiterin, Grundlagen

Zürich, 2. Oktober 2007



Suchtpotenzial von Games, Internet und Co. Ein Update für die Suchtprävention

Stadt Zürich
Suchtpräventionsstelle
Röntgenstrasse 44
8005 Zürich
www.stadt-zuerich.ch/suchtpraevention

Christa Berger
Projektleiterin Grundlagen

Zürich, Februar 2019

Ausgangslage damals

- Wenige wissenschaftliche Studien
- Kontroverse Debatte
- Verunsicherte Eltern

Ausgangslage heute

- Mehr wissenschaftliche Studien – Aber immer noch viele Wissenslücken
- Fehlender Konsens: Was ist noch «normal»?
- Verschiedene präventive Akteure
- Digitale Offensive an den Schulen
- Verunsicherte Eltern und Eltern verstärkt im Fokus

Generation Blödphone?

Weniger Sex, mehr Einsamkeit: Eine US-Studie über die Folgen von jugendlichem Konsum ist alarmierend. Wie die Situation in der Schweiz aussieht, sagt Medizinerin Waller.

«Facebook gefährdet Ihre Gesundheit»

Schlimmer als Zigaretten und Alkohol: Forscher verlangen Warnhinweise für soziale Medien.

Digitale Medien

Smartphones machen Kinder krank

von Jochen Siegle / 30.5.2017, 17:02 Uhr

Mädchen verdummen durch Dauertexten

publiziert: Donnerstag, 8. Okt 2015 / 06:57 Uhr / aktualisiert: Donnerstag, 8. Okt 2015 / 10:37 Uhr



Stadt Zürich
Suchtpräventionsstelle



Ausgangslage heute

- Anspruchsvolle Rahmenbedingungen.
- Noch keine evidenzbasierten Präventionskonzepte.
- Online-Ansätze der Suchtprävention (z.B. Mobile Coach Alkohol)

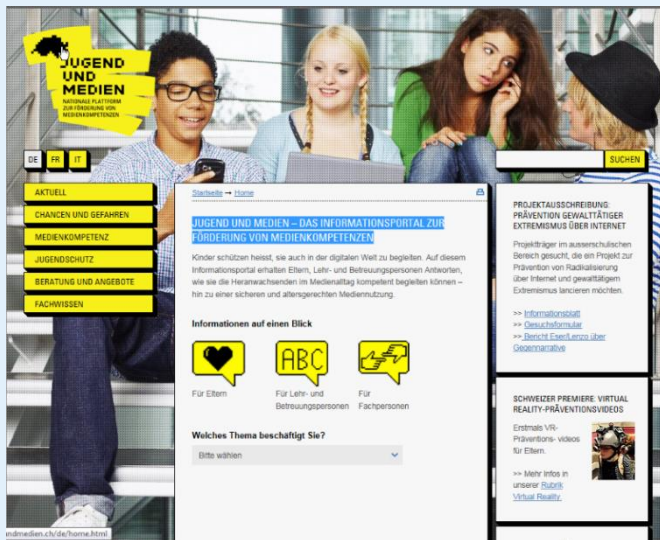
Meilensteine

- 2008 Stellungnahme Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen
(DHS)
Fachverband Medienabhängigkeit e.V.
- 2009 Fachgruppe Onlinesucht (Fachverband Sucht)
- 2010 Broschüre «Im Fokus: Onlinesucht» (Sucht Schweiz)

Erste JAMES-Studie (ZHAW)

Meilensteine

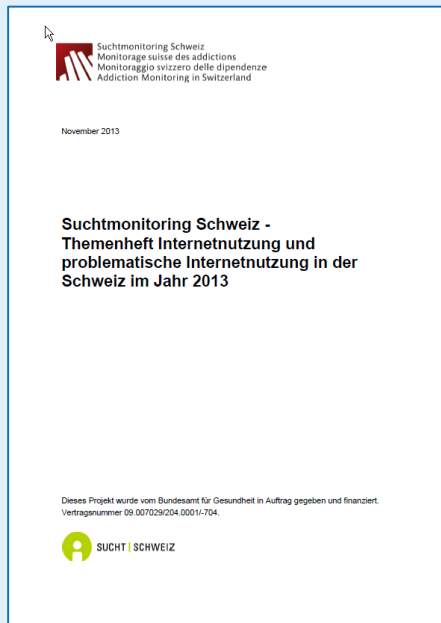
2011 <http://www.jugendundmedien.ch/home.html>

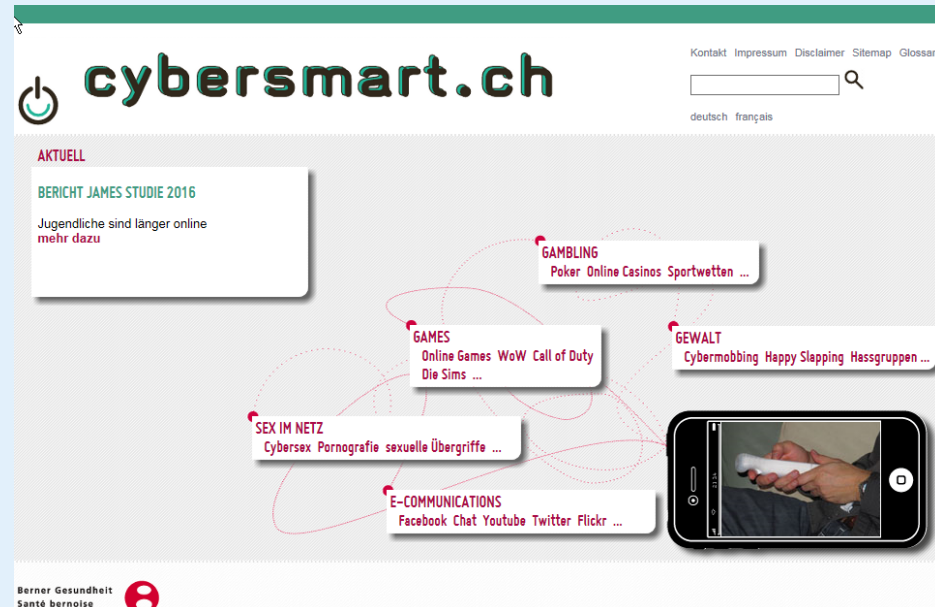


2012 Stellungnahme Bundesrat

Meilensteine

2013 Suchtmonitoring Schweiz: Themenheft Internetnutzung und problematische Internetnutzung





2016/2017: Konsolidierung



	
«Onlinesucht» in der Schweiz Zwischenbericht der ExpertInnengruppe	
INHALTSVERZEICHNIS	
PRÄAMBEL	2
1. EINLEITUNG	3
2. BEGRIFFLICHKEITEN	5
2.1 Internetnutzung	5
2.2 Konstruktive Internetnutzung	5
2.3 Exzessive und problematische Internetnutzung	6
2.4 «Onlinesucht»	7
3. AKTUELLER KENNNTNISSTAND	8
3.1 Epidemiologie	8
3.2 Begleitforschung	10
4. ANALYSE DER AUSGANGSLAGE UND HANDLUNGSBEDARF	11
4.1 Prävention	11
4.2 Früherkennung, Beratung und Behandlung	12
4.3 Aus- und Weiterbildung von Fachkräften	14
4.4 Forschung	14
4.5 Koordination und Zusammenarbeit	15
5. TRENDS UND FAZIT	16
6. BIBLIOGRAPHIE	18

Frédéric Richter (GREAA)
Helen Walker und Petra Baumberger (Fachverband Sucht)
Lausanne, Zürich, April 2016

SUCHT (2017), 63, pp. 217-225. <https://doi.org/10.1024/0939-5911/a000492>. © 2017 Hogrefe AG.

Empfehlungen der Expertengruppe zur Prävention von Internetbezogenen Störungen

Ausblick: 7 Empfehlungen für die Prävention

1. Achtsame Kommunikation

Nicht vorschnell von Sucht sprechen!

2. Fokus auf 2 Kernsymptome: Kontrollverlust und negative Auswirkungen

Übergeordnetes Ziel: Die kontrollierte, verantwortungsbewusste Internetnutzung.

Ausblick: 7 Empfehlungen für die Prävention

3. Verhaltensprävention:

- Relevante Schutzfaktoren stärken: Selbstwirksamkeit, Frustrationstoleranz, Problemlösefähigkeit
- Reflexion moderieren, Möglichkeiten der Selbstkontrolle aufzeigen.
- Altersgemässe und geschlechtsspezifische Ausrichtung.
- Erwachsene Bezugspersonen für die medienkompetente Begleitung befähigen.
- Differenzierte Elternangebote

Ausblick: 7 Empfehlungen für die Prävention

4. Früherkennung und Frühintervention

- Multiplikator_innen schulen und befähigen.
- Niederschwellige Kurzintervention für Gefährdete.
- Austausch und Kooperation mit Beratung und Therapie.

Ausblick: 7 Empfehlungen für die Prävention

5. Lobbying für mehr Verhältnisprävention

- Jugendschutz: Altersangaben, Werbeeinschränkung u.a.
- Selbstbeschränkungshilfen: Filter, Sperren, Apps etc.

6. Verstärkte Öffentlichkeitsarbeit

- Aufklärungskampagnen etc.

Ausblick: 7 Empfehlungen für die Prävention

7. Präventionsangebote besser abstimmen.

- Klären: Wer macht was für welche Zielgruppen?
- Medienkompetenz: Suchtpräventives Profil
→ Reflexion und Strategien für eine kontrollierte Nutzung

Überblick: 7 Empfehlungen für die Prävention

1. Achtsame Kommunikation
2. Fokus auf 2 Kernsymptome:
Kontrollverlust und negative Auswirkungen
3. Differenzierte Verhaltensprävention
4. Früherkennung und Frühintervention
5. Lobbying für mehr Verhältnisprävention
6. Verstärkte Öffentlichkeitsarbeit
7. Bessere Abstimmung der Präventionsangebote

Quellen

Bundesamt für Statistik BfS (2017): Internetnutzung in der Schweiz 1997-2016,

<https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/kultur-medien-informationsgesellschaft-sport/informationsgesellschaft/gesamtindikatoren/haushalte-bevoelkerung/internetnutzung.html>

Büro für Technikfolgen-Abschätzung beim Deutschen Bundestag TAB (2016): Neue elektronische Medien und

Suchtverhalten. Endbericht zum TA-Projekt: Berlin. <https://www.tab-beim-bundestag.de/de/pdf/publikationen/berichte/TAB-Arbeitsbericht-ab166.pdf>

Der Bundesrat (2012): Gefährdungspotenzial von Internet und Online-Games. Bundesratsbericht: Bern.

<https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/themen/mensch-gesundheit/kinder-jugendgesundheit/medienkonsum-von-kindern-jugendlichen.html>

Deutsche Gesellschaft für Suchtforschung und Suchttherapie e.V. (DG Sucht) (2016). Memorandum Internetabhängigkeit.

http://www.dg-sucht.de/fileadmin/user_upload/pdf/aktuelles/Memorandum_Internetabh%C3%A4ngigkeit_der_DG_Sucht.pdf

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (2008): Stellungnahme zum Thema «Online-Sucht».

http://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/dhs_stellungnahmen/stellungnahme_online-sucht.pdf

Fachgruppe Medienpsychologie (2017): JAMESfocus: Onlineverhalten: unproblematisch – risikohaft – problematisch.

Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften ZHAW: Zürich.

<https://www.swisscom.ch/content/dam/swisscom/de/about/unternehmen/nachhaltigkeit/medienkompetenz/documents/jamesfocus-onlineverhalten.pdf>

Fachverband Sucht FVS, GREa (2016): «Onlinesucht» in der Schweiz. Zwischenbericht der ExpertInnengruppe: Lausanne,

Zürich. http://fachverbandsucht.ch/download/150/Bericht_ExpertInnengruppe_Onlinesucht_in_der_Schweiz



Quellen

Rumpf, H.J. et al. (2017): Empfehlungen der Expertengruppe zur Prävention von Internetbezogenen Störungen. In: SUCHT, 63, pp 217-225. <http://econtent.hogrefe.com/doi/abs/10.1024/0939-5911/a000492?journalCode=suc>

Suchtmonitoring Schweiz (2013); Themenheft Internetnutzung und problematische Internetnutzung in der Schweiz im Jahr 2013. http://www.suchtmonitoring.ch/docs/library/marmet_t6flj7fkif.pdf

Suchtmonitoring Schweiz (2015); Themenheft Internetnutzung und problematische Internetnutzung in der Schweiz im Jahr 2015. http://www.suchtmonitoring.ch/docs/library/marmet_mz1vxtjaun6v.pdf

Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich (2007): Exzessive Nutzung von Bildschirmmedien: Rolle und Aufgabe der Suchtprävention. Positionspapier. https://www.stadt-zuerich.ch/ssd/de/index/gesundheit_und_praevention/suchtpraevention/info/publikationen_u_broschueren/position_bildschirmmedien.html

Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich (2013): Suchtpotenzial von Games, Internet und Co. Ein Update für die Suchtprävention. https://www.stadt-zuerich.ch/ssd/de/index/gesundheit_und_praevention/suchtpraevention/info/publikationen_u_broschueren/suchtpotenzial-von-games--internet---co-.html

Waller, G. et al. (2016): JAMES Jugend Aktivitäten Medien-Erhebung Schweiz. Ergebnisbericht. Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften ZHAW: Zürich. https://www.zhaw.ch/storage/psychologie/upload/forschung/medienpsychologie/james/2016/Ergebnisbericht_JAMES_2016.pdf



DANKE für's Zuhören!

