



# Schöne neue Welt!?

Nie genug  
aber immer zu viel -  
Umgang mit sozialen Medien

Wolhusen, 9. Juni 2022

# Überblick

- Soziale Medien - Chance oder Risiko?
- Welche Apps im Moment angesagt sind.
- Cybermobbing - was tun?
- Tipps für Jugendliche
- Wie begleiten? Tipps für Eltern
- Fragen



# Neue Medien

«Die erzwungene Lage und der Mangel an körperlicher Bewegung in Verbindung mit der äusserst gewaltsamen Abwechslung von Vorstellungen und Empfindungen bewirken Reizungen und Schädigungen des Nervensystems.»

# «Neue» Medien

«Die erzwungene Lage und der Mangel aller körperlichen Bewegung **beym Lesen**, in Verbindung mit der so gewaltsamen Abwechslung von Vorstellungen und Empfindungen, Schlaffheit, Verschleimung, Blähungen und Verstopfung in den Eingeweiden, mit einem Wort Hypochondrie, die bekanntermaassen bey beydem, namentlich bey dem weiblichen Geschlecht, recht eigentlich auf die Geschlechtstheile wirkt, Stockungen und Verderbniss im Blute, reizende Schärpen und Abspannung im Nervensysteme, Siechheit und Weichlichkeit im ganzen Körper.»

Johann Rudolph Gottlieb Bayer in: «Über die Mittel, dem Geschlechtstrieb eine unschädliche Richtung zu geben», preisgekrönte Schrift, 1795

-

# Kulturpessimisten gestern und heute

«Wer die Schrift erlernt haben wird, in dessen Seele wird zugleich viel Vergesslichkeit kommen, denn er wird das Gedächtnis vernachlässigen. Die Menschen werden jetzt viel zu wissen meinen, während sie nichts wissen.»

Platon («Phaidros», 4. Jh. v. Chr.)

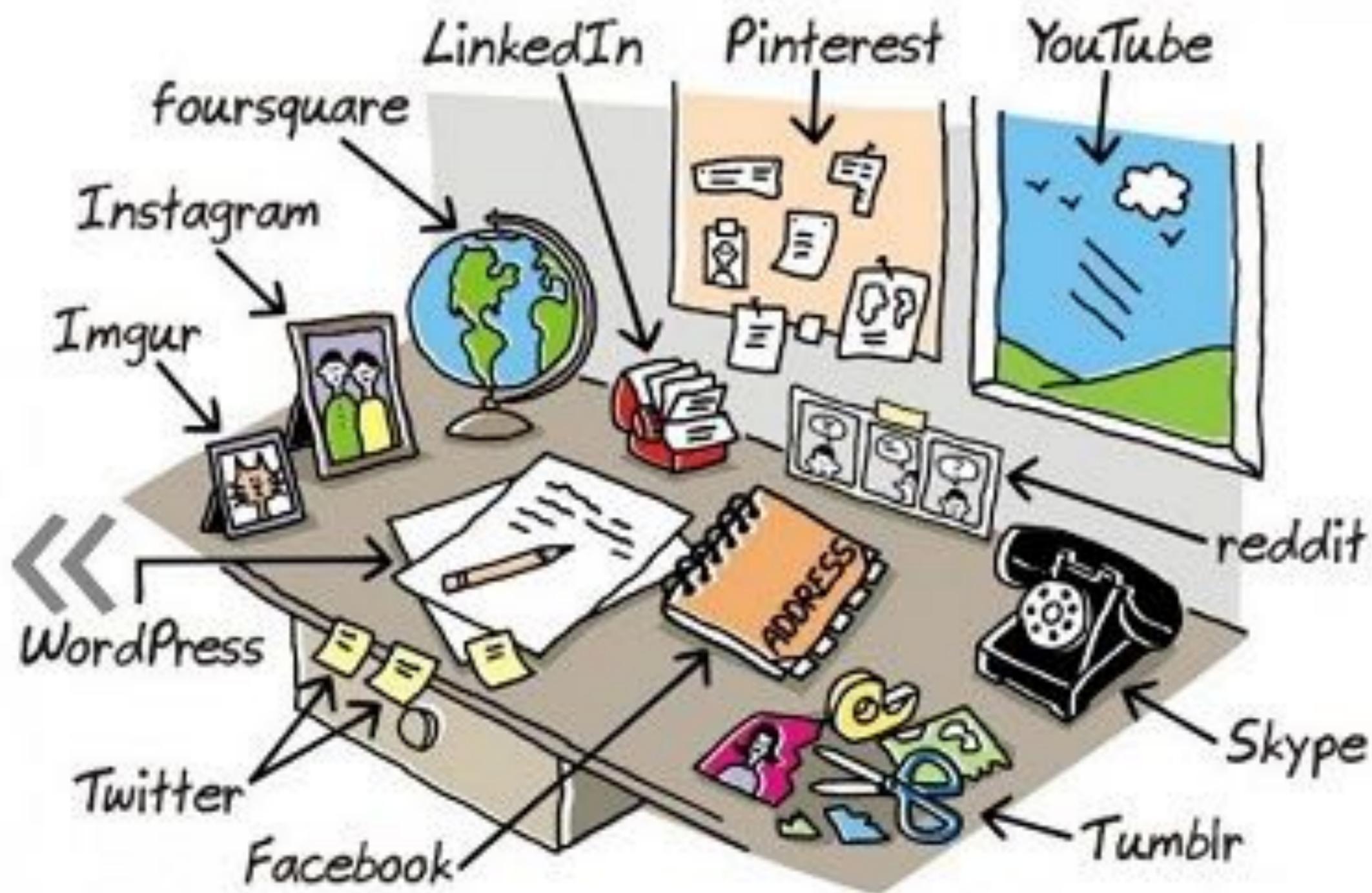
«Von den neun Schülern meiner Klasse, die schon fünf und mehr Stunden im Kino verweilten, sind sämtliche blutarm, zerfahren, arbeitsunlustig, auch alle bis auf einen schlecht genährt und alle – ebenfalls bis auf einen – merkwürdig phantasiearm.»

Schönhuber, 1918; zit. nach Vollbrecht, 2001

«Google ist problematisch, denn wenn sie etwas googlen, wissen sie ja: Ich kann das googlen. Deswegen haben Wissenschaften in einer Reihe von Experimenten herausgefunden, dass die die Chance geringer ist, dass etwas hängen bleibt, wenn sie googlen.»

Manfred Spitzer (in «Digitale Demenz», 2013)

# vintage social networking



# «Neue» Medien

- Das «Neue» an den neuen Medien ist die Möglichkeit, «alles» mit einem Gerät zu machen. Und natürlich die Geschwindigkeit...
- Es gibt nicht nur weiss und schwarz, alles oder nichts.
- Fünf oder mehr Stunden am Tag das Gleiche sitzend machen, ist ungünstig, egal, ob es lesen, fernsehen, im Kino sitzen oder Handynutzung ist.
- Deshalb sind Handys und Social Media nicht gut oder schlecht, sondern das, was wir daraus machen.

# Apps.

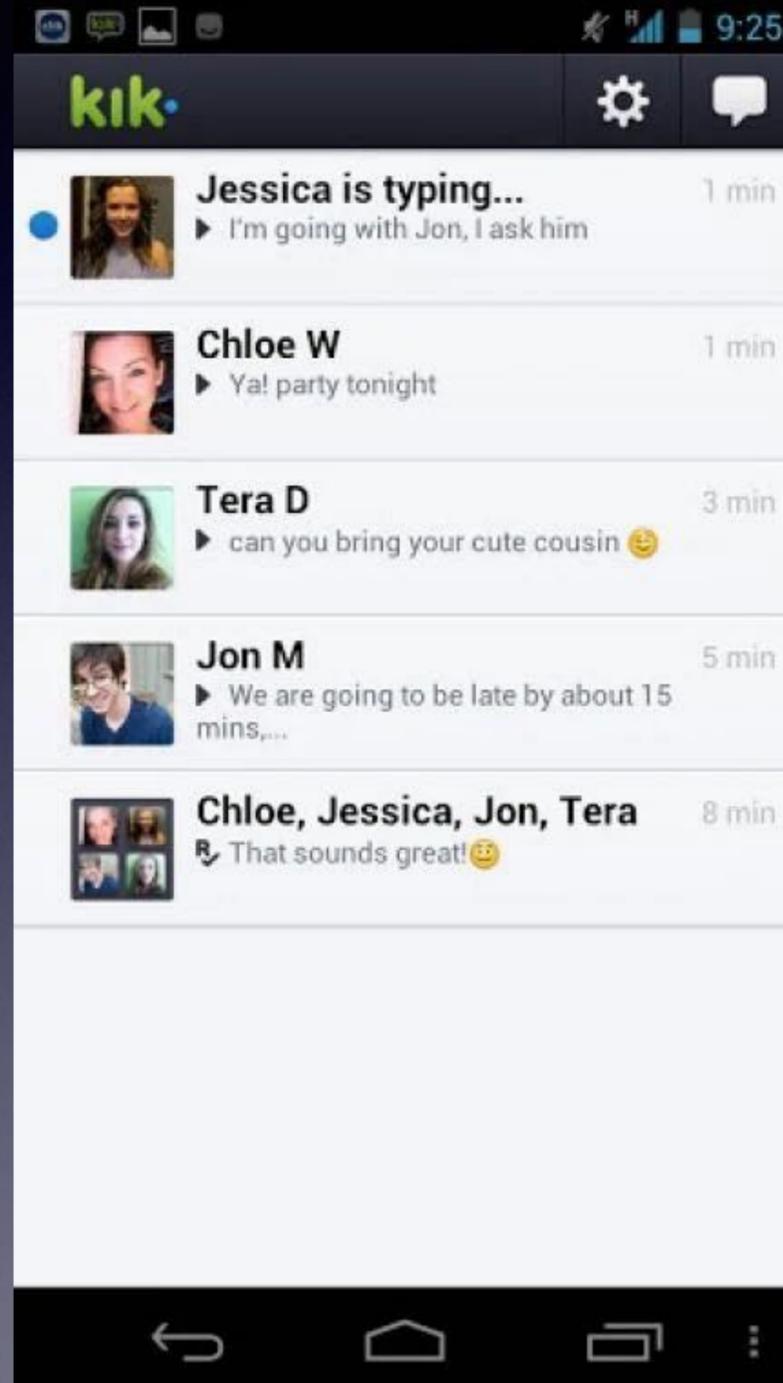
## Was derzeit zählt

- WhatsApp
- kik
- Instagram
- TikTok
- Snapchat

# WhatsApp

- Einfacher und unkomplizierter Austausch  
«Alle» haben WhatsApp
- Kontakte werden automatisch aufgenommen
- Daten werden verkauft (WhatsApp gehört zu Meta)
- Nie Unbekannte annehmen!

# kik



# Instagram

- Schnelles und niederschwelliges Veröffentlichen von «Ereignissen»
- Je mehr Freund:innen ich habe, desto abwechslungsreicher
- Kontakte werden automatisch aufgenommen (sofern nicht ausgeschaltet)
- Daten werden verkauft (Insta ist ebenfalls Teil von Meta)
- 1-2-3-Regel anwenden!

# TikTok

- Meistens selbst erstellte Kurzvideos zur Unterhaltung.
- Ziel ist es, dass Konsumierende länger als geplant bleiben.

# Snapchat

- Bilder und Videos können 1 - 10 Sekunden lang gezeigt werden.
- Bilder können mit «Schmuck» verschönert werden.
- Das kürzlich ergänzte «Sad Face» ging viral...



# Schönheitsideal in verschiedenen Zeiten



# Schönheitsideal in verschiedenen Zeiten



Tagesanzeiger online, 15. Oktober 2021

# FEAR OF MISSING OUT

---



# Mobbing

- Mobbing (von «mob» ≙ Pöbel; «mobben» ≙ pöbeln): Unter Mobbing versteht man das fortgesetzte Schikanieren verbal, non-verbal oder physisch.
- Konrad Lorenz bezeichnete 1963 Gruppenangriffe von unterlegenen Tieren gegenüber einem überlegenen Feind, beispielsweise von Gänsen auf einen Fuchs, als «Mobbing».

# Cybermobbing - Unterschiede zum direkten Mobbing

- Niederschwelliger, da kein «F2F»;
- Täter:innen handeln vermeintlich unerkannt, fühlen sich sicher;
- Braucht weniger Mut;
- Findet rund um die Uhr statt, endet nicht an der Haustüre;
- Virale Verbreitung möglich;
- Vielfältige technische Möglichkeiten in kürzester Zeit (Bildmanipulation);
- Setzt viel früher ein (Primarschule)





# Entwicklungspsychologie – primäre und mediale Wirklichkeit



Bis 3 Jahre:  
mediale  
Wirklichkeit ist  
Teil der Realität



Bis 6 Jahre: in der  
medialen  
Wirklichkeit keine  
Unterscheidung  
zwischen Fakten und  
Fiktion; Computer  
sind auch «nur  
Menschen».



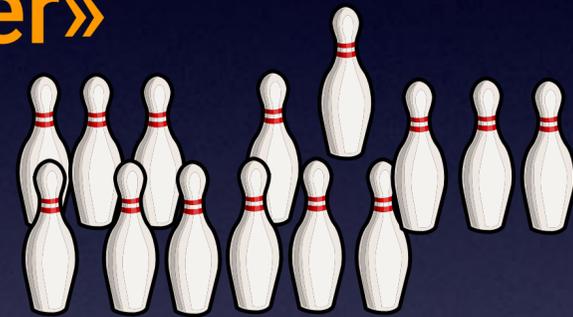
♀: 20-21 Jahre

♂: 21-25 Jahre

Präfrontaler Cortex  
(zuständig für Urteilen,  
Entscheiden, Planen,  
Vernunft) ist entwickelt.

# Mobbing: Jede:r hat eine Rolle!

«Opfer»



Täter:in



Publikum/«Unbeteiligte»/Lehrperson

# Was tun, wenn's passiert?

- Nicht direkt reagieren, sondern Screenshot machen und Handy ausschalten.
- Möglichst bald (erwachsene) Vertrauensperson miteinbeziehen.
- Schulsozialarbeit/Schulleitung miteinbeziehen
- SoBZ Entlebuch konsultieren
- Polizei einschalten?

# Tipps für Jugendliche



IF YOU WOULDN'T WEAR  
DON'T SHARE IT

**BEWARE**  
WHAT YOU SHARE

# Passwort

## Die beliebtesten Passwörter in Deutschland 2020

---

1. 123456	11. dragon	21. 12345
2. 123456789	12. iloveyou	22. adv24
3. 12345678	13. password1	23. qwerty
4. password	14. monkey	24. computer
5. 1234567	15. target123	25. qwertyuiop
6. 123123	16. 1q2w3e4r	26. 1qay2wsx
7. 1234567890	17. gwerty123	27. 222222
8. 11111	18. zag12wsx	28. 121212
9. abc123	19. tinkle	29. 123123123
10. 00000	20. gwerty	30. fuckyou

Tipp:  
I6WwiislaK!

In 6110 Wolhusen warte ich  
immer so lange am Kreisel!

# Handynummer nicht an Unbekannte



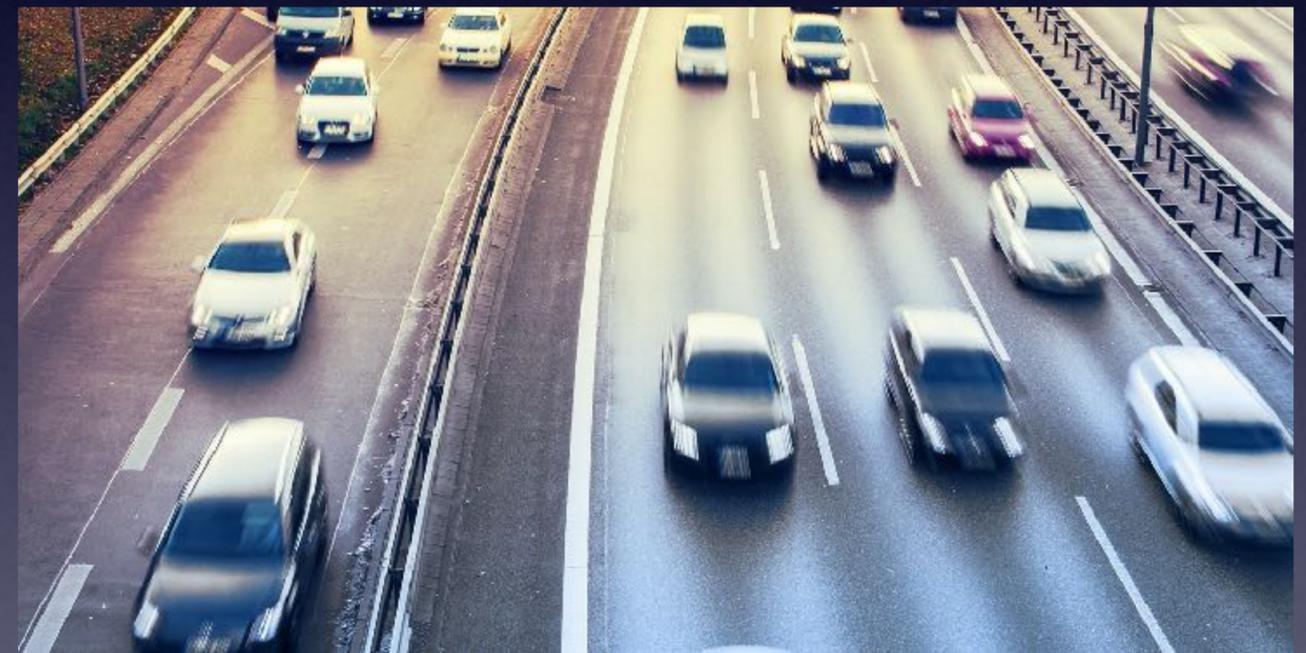
«... und es freut uns, ein Glas Champagner jenem alleinstehenden Herrn zu offerieren, welcher mehr als Fr. 250'000.- jährlich verdient und uns seine Handynummer überlässt.»

# Unbekannte bleiben unbekannt



# Tipps für Eltern - Regeln erarbeiten

Alter	Schulstufe	Zeit/Tag
Bis 6-jährig	Eintritt Primarschule	Nur fallweise
6 - 10-jährig	1. - 4. Klasse	ca. ½ Std.
10-12-jährig	5./6. Klasse	ca. 1 Stunde
13 - 15-jährig	Sekundarstufe	ca. 2 Std.
Nach obl. Schulziet	Gymi/Berufsschule	Frei

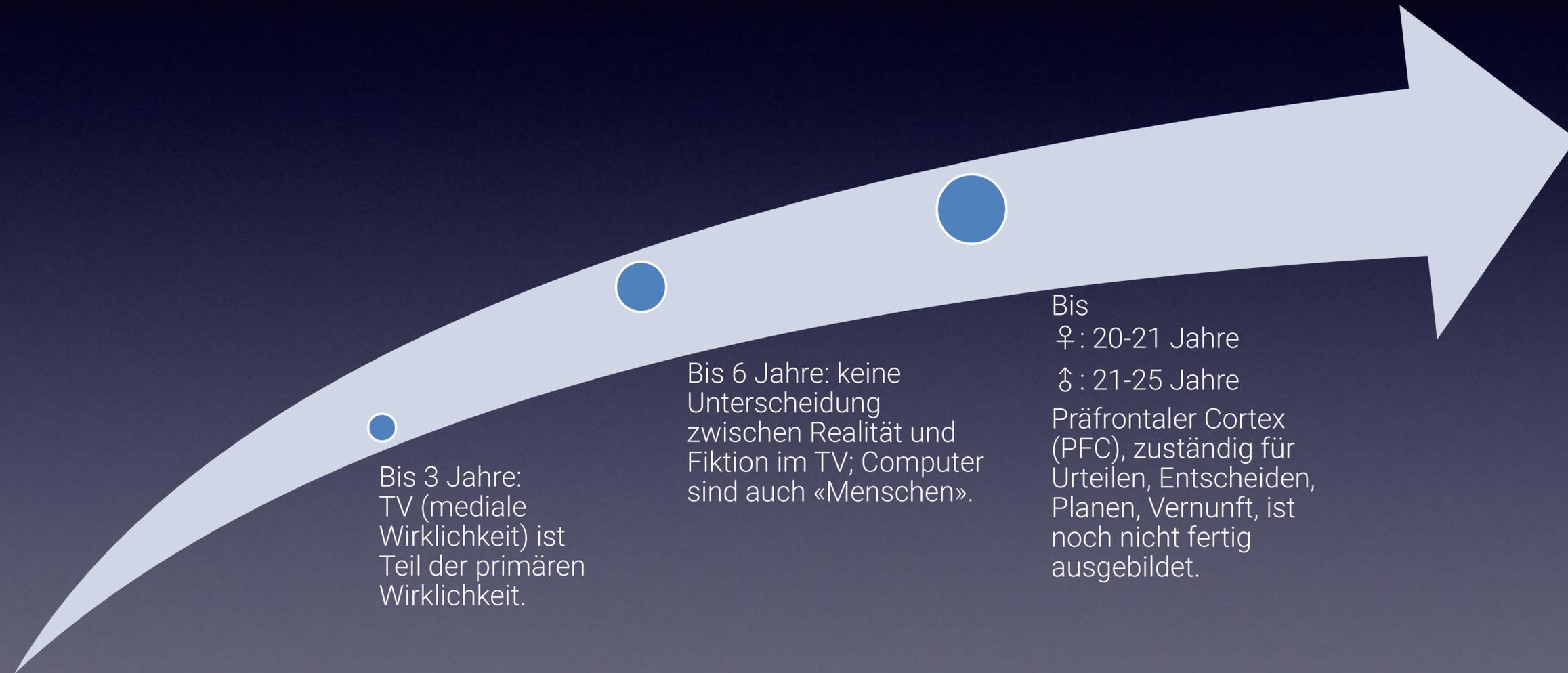


# Tipps für Eltern - Regeln erarbeiten

- Handy-freie Zeiten  
z. B. Essen, Familienaktivitäten,  
fernsehen, Hausaufgaben, nachts.
- Abends nach XX Uhr: Handy auf  
Ladestation
- Evtl. «Flimmerpause», «Handyferien»,  
«Handydiät»



# Erkenntnisse der Entwicklungsforschung

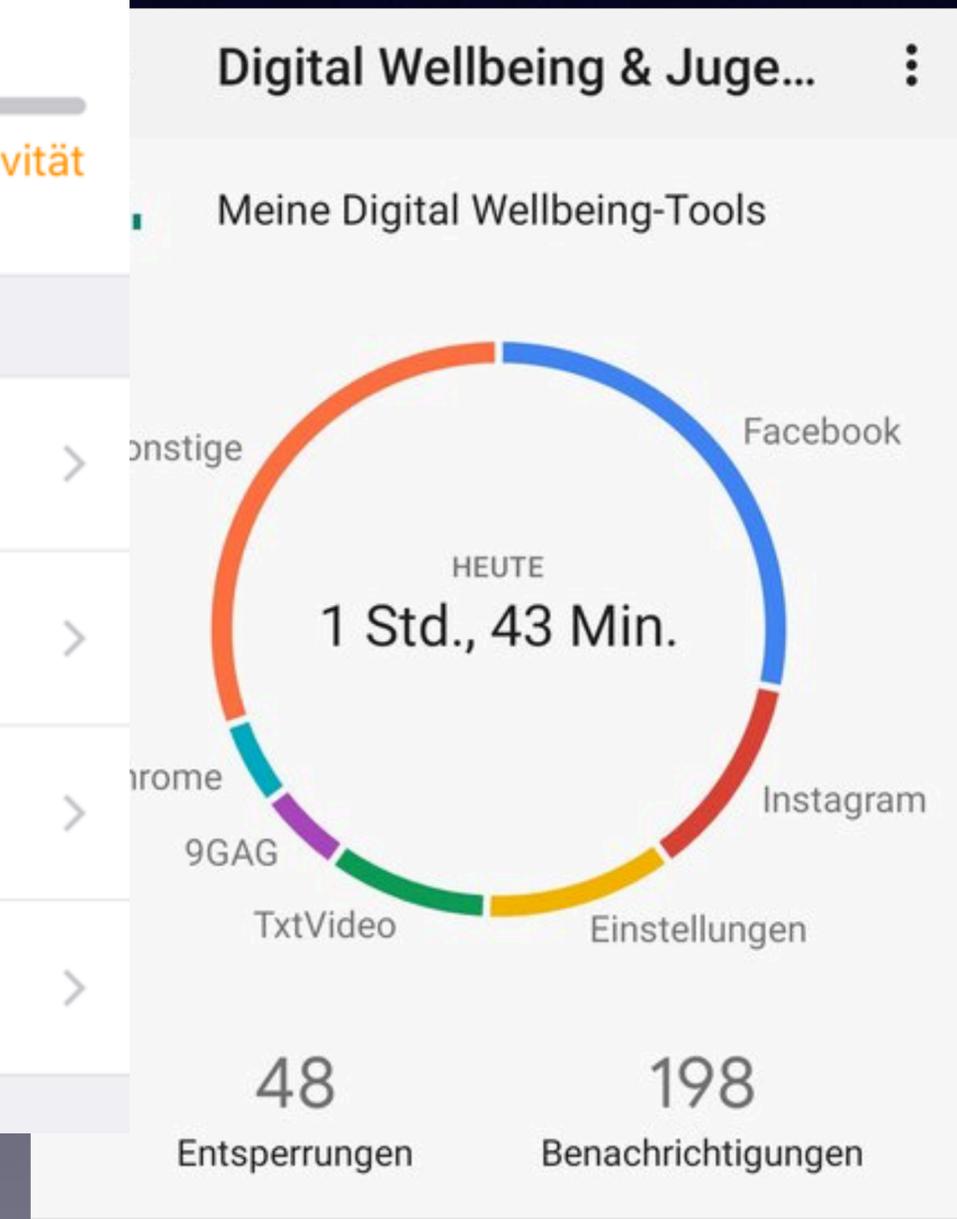
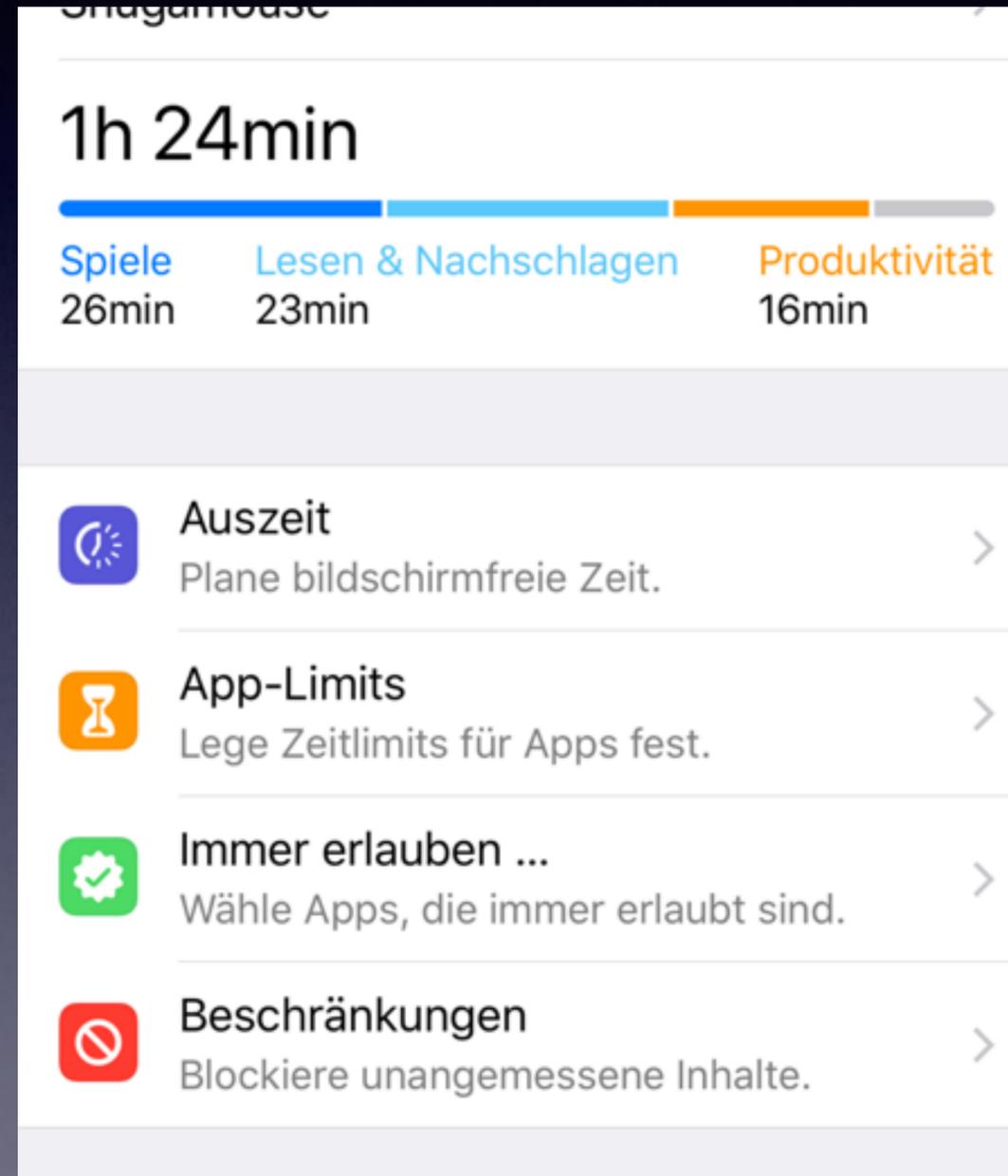


# Tipps für Eltern - Sie sind Vorbild!

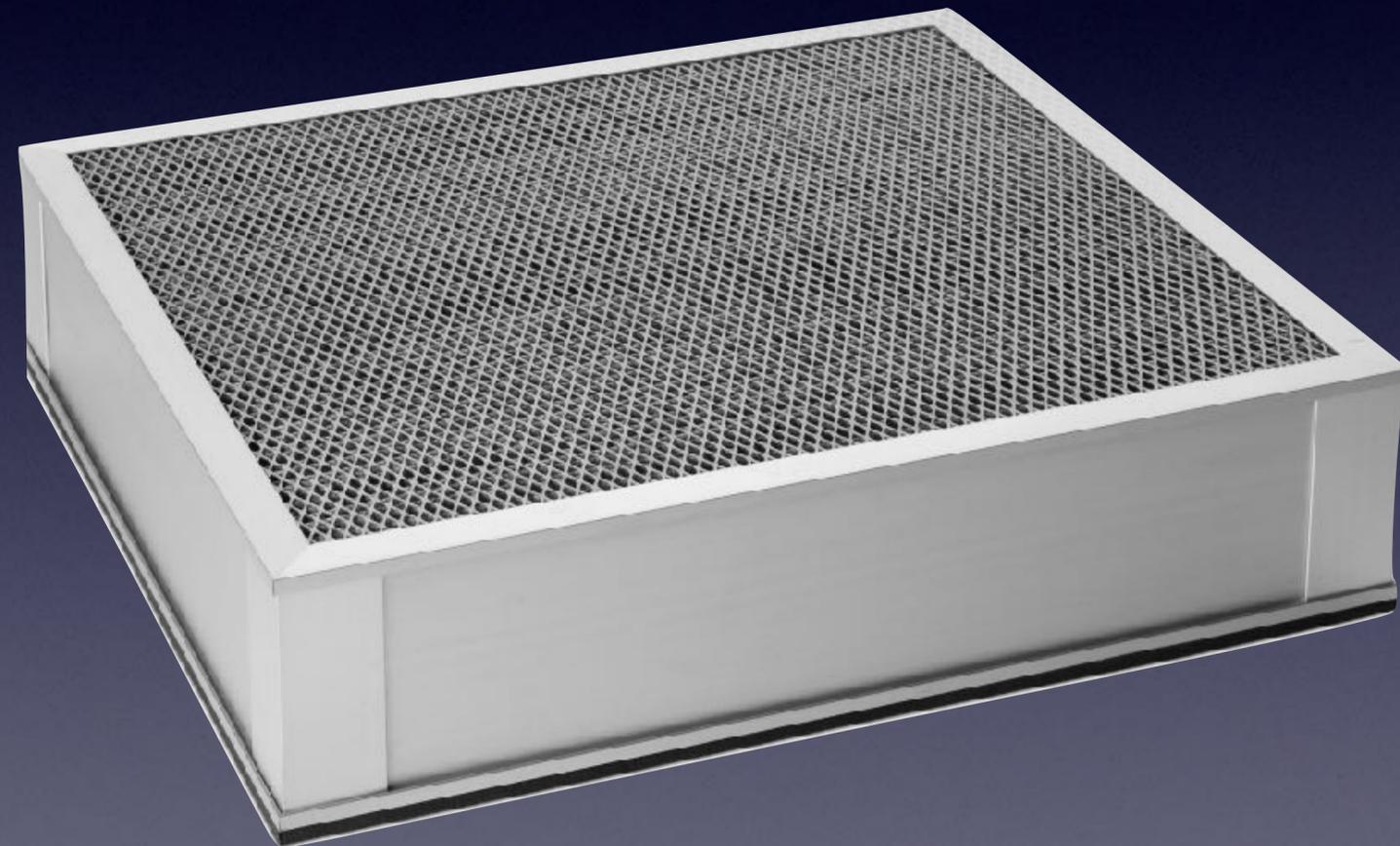


# Tipps für Eltern - Reflexion Bildschirmzeit

- Wie viel Zeit verbringe ich täglich womit?
  - Bildschirmzeit (ab iOS 12)
  - Digital Wellbeing + Kindersicherung (Android ab Version 9)



# Filterprogramm?



# Jugendschutzprogramme

- Windows: Windows Family Safety
  - Mac: Bildschirmzeit (früher: Parental Control)
  - Freie: Net Nanny, Kaspersky Safe Kids
- > Anleitungen via [internetmatters.org](https://internetmatters.org) (Flyer, Seite 4)

# Tipps für Eltern



# Wie man Jugendliche begleiten kann

- Regeln Sie in einer Vereinbarung:
  - Handyfreie Zeiten (z. B. Mahlzeiten, Hausaufgaben, in der Nacht, Handydiät)
  - Medienguthaben (z.B. 8 Stunden/Woche)
  - Evtl. Mediengutscheine (5 Gutscheine à 1 Stunde)
- Nutzen Sie ebenfalls Apps, die Ihre Kinder nutzen (Achtung WhatsApp).
- Spielen Sie mal!  
(oder schauen Sie auf PEGI.info, was Ihre Kinder spielen)
- «Controlling» ist ok, Begleitung ist besser.
- Miteinander!  
Wir sitzen alle im gleichen Boot, müssen alle lernen, mit Smartphones umzugehen, «automatisch» können das die wenigsten.

# Sucht oder nicht Sucht - das ist hier die Frage

- Kriterium einer Onlinesucht: Lebensmittelpunkt ist während mindestens drei Monaten im virtuellen Bereich:
  - **Gedanken kreisen ständig** um digitale Medien (Spiele, Soziale Netzwerke, etc.).
  - Gefühlte Unmöglichkeit, **Handy auf Flugmodus** oder **ganz auszuschalten**.
  - Zunehmender **sozialer Rückzug** (Vernachlässigung von Freund:innen)
  - **Vernachlässigung** von alternativen Tätigkeiten
  - Evtl. **Leistungsrückgang, Übermüdung**

