

Christoph Möller

Vanessa Glaschke

COMPUTERSUCHT

Was Eltern tun können

Ferdinand Schöningh

Inhalt

Einleitung	8
<i>Kinder und Jugendliche in der Welt der Medien</i>	11
Wie das Internet und die neuen Medien unser Freizeit- und Konsumverhalten verändern	12
Mediennutzung von Kindern (bis 12 Jahre)	16
Mediennutzung von Jugendlichen (13 – 19 Jahre)	20
<i>Auswirkungen von Bildschirmmedienkonsum</i>	25
Gehirnentwicklung – Die richtige Förderung von Anfang an	26
Machen Bildschirmmedien dumm? – Bildschirmmedien und Schulleistung	30
Machen Bildschirmmedien dick? – Bildschirmmedien und körperliche Gesundheit	38
Machen Bildschirmmedien aggressiv? – Bildschirmmedien und soziales Verhalten	41
<i>Wenn Computerspiele und Internet süchtig machen</i>	45
Die Faszination von PC-Spielen und Internet	46
Computerspiel- und Chatsucht	50
Schaff ich es oder schaff ich es nicht? – Glücksspielelemente in Computerspielen	56
Flucht aus dem Alltag – Probleme mit Computerspielen und Chats verdrängen	60





<i>Gefahren des World Wide Web</i>	69
Gewalthaltige und pornografische Inhalte	70
„Da passiert schon nichts!“ – Der Umgang mit persönlichen Daten	73
Cyber-Mobbing – Demütigung und Angriffe aus dem Internet	75
<i>Hilfe für medien süchtige Kinder und Jugendliche</i>	83
Wenn es nicht mehr zum Aushalten ist – Verhärtete Fronten	84
Ausgangssituation: Mediensucht – Vorstellung der Therapiestation ,Teen Spirit Island‘	89
<i>Erziehung zur Medienmündigkeit</i>	95
Kinder brauchen Beziehung	95
Die Wichtigkeit von Selbstkontrolle und Verantwortungsübernahme	96
Hilfe, die Pubertät! – Wie Eltern ihre ‚Großen‘ verstehen können und mit ihnen im Kontakt bleiben	107
<i>Literaturverzeichnis</i>	113