



Suchprävention bei exzessiver Mediennutzung

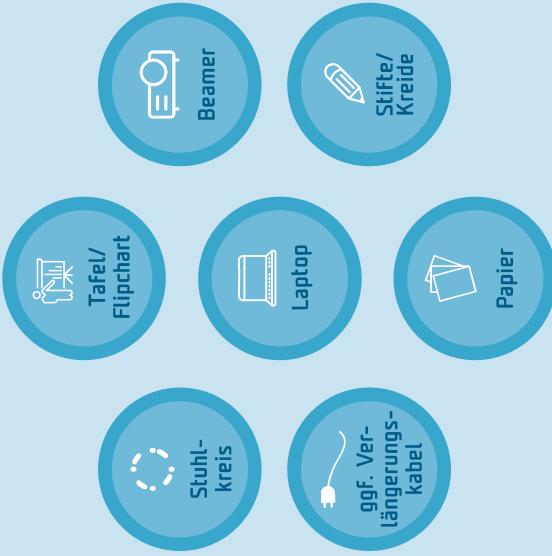
Methodenhandbuch



www.whatson.nrw.de

Regeln für einen guten Start und Ablauf

Raum und Material vorbereiten:



- Welche Einstellung habe ich aktuell zu digitalen Medien allgemein, Social Media und Computerspielen? Wie war das früher? Bitte klären Sie für sich vor der Durchführung diese Fragen, denn hier geht es auch um Ihre Haltung.

Seien Sie auf diese Fragen der Jugendlichen/jungen Erwachsenen vorbereitet: »Zocken Sie auch? Sind Sie auch bei Instagram oder Fortnite aktiv?«

- Das Arbeiten mit den Inhalten des »What's on«-Methodenkoffers soll auch Spaß machen. So ist die Chance größer, dass die Teilnehmenden bereit sind, sich mit der Thematik offen auseinanderzusetzen, anstatt mit Widerstand zu reagieren.



Was ist erlaubt?

- Ziele sind die Vermittlung von Informationen sowie Aufklärung. Es geht nicht darum, Mediennutzung zu verteufeln und die Lebensrealität vieler jüngerer und auch älterer Menschen zu ignorieren.
- Im Sitzkreis können sich alle Teilnehmenden ansehen, d.h. sie sind alle gleichberechtigt und jede/r hat die Möglichkeit, Stellung zu beziehen.
- Respektvoller Umgang miteinander: Niemand wird verletzt, fertiggemacht oder ausgelacht.
- Jede/r darf aussprechen, was er/sie zu sagen hat und wird dabei nicht unterbrochen.
- Wir beginnen pünktlich. Die Pausenzeiten werden von allen eingehalten.
- Sämtliche Aussagen einzelner Teilnehmender werden vertraulich behandelt und von niemandem in der Gruppe nach außen getragen.

Ablauf

Grundsätzlich stehen die einzelnen Methoden für sich und Sie können sie unabhängig voneinander einsetzen.

Einige Methoden eignen sich eher für den Einstieg ins Thema, andere sollten erst im späteren Verlauf an die Reihe kommen. Die Methoden in der hier dargestellten Reihenfolge bauen inhaltlich aufeinander auf.

Bitte beachten Sie, dass nicht alle Methoden für alle Zielgruppen gleichermaßen geeignet sind. Daraüber hinaus

hängt es auch von den Räumlichkeiten und der zur Verfügung stehenden Zeit ab, ob Sie manche Methoden durchführen können.

Für die Arbeit mit dem »What's on«-Methodenkoffer sind mindestens zwei Stunden, eher aber mehr einzuplanen.



#3 Upleveln

Ziele	 <ul style="list-style-type: none">• Abhängigkeitspotenzial von Computerspielen erkennen• Anzeichen erkennen, die auf eine problematische Mediennutzung hindeuten
Zielgruppe/ Setting	 <ul style="list-style-type: none">• Jugendliche
Materialien	 Dose »Upleveln« mit zwei Kartensätzen mit je 8 Karten (gelbe und lila Rückseiten)
Vorbereitung	 <ul style="list-style-type: none">• Die Gruppe wird in zwei Kleingruppen aufgeteilt.• Jede Gruppe erhält eines der zwei Kartensets.• Die acht Bildkarten werden bunt gemischt auf dem Boden verteilt.



28

Upleveln #3

Durchführung 

Die Comic-Bilder liegen in einer zufälligen Reihenfolge vor den Teilnehmenden.

Die Aufgabe beider Gruppen ist es, die Bilder in eine sinnhafte zeitliche Abfolge zu bringen. Eine freiwillige Person beginnt, die anderen Gruppenmitglieder ergänzen bzw. setzen die Reihenfolgefahrt.

Sie begründen, warum sie welche Karte wohin eingesortiert haben. Das geht so lange, bis alle Karten verteilt sind und die Gruppenmitglieder mit der Reihenfolge einverstanden sind.

Die Lösung befindet sich auf S. 32–35!



29

#3 Upleveln

Auswertung



- Beide Geschichten verdeutlichen, dass übermäßiges Spielen am Computer oder permanentes Hantieren und Kommunizieren mit dem Smartphone zu ernsthaften Suchterkrankungen führen können.
- Die Jugendlichen sollen überlegen, woran sie am Verhalten der Hauptpersonen festmachen würden, dass sich ihr Verhalten in Richtung eines exzessiven Medienkonsums bewegt.

- An welchen Stellen in den Geschichten sehen die Jugendlichen Möglichkeiten, einzutreten, um die Person vor einem weiteren abdriften aus der Realität zu bewahren. Wer eine Idee hat, nennt das entsprechende Bild und schildert das mögliche Vorgehen. Die anderen Teilnehmenden sind eingeladen, Stellung zu beziehen, zu ergänzen bzw. weitere Ideen einzubringen.
- Welche weiteren Maßnahmen/Strategien könnten geeignet sein, wenn die Jugendlichen feststellen, dass jemand aus ihrem Umfeld zu viel Zeit mit dem Computerspielen oder dem Smartphone verbringt?

#1 #2 #3 #4 #5 #6 #7 #8 #9 #10 #11 #12 #13 #14 #15 #16 #17 #18 #19 #20 #21 #22 #23 #24 #25 #26 #27 #28 #29 #30

Upleveln #3

- Allgemeine Anzeichen für eine übermäßige Computerspielnutzung können an einer Flipchart gesammelt werden
(Übersicht über Anzeichen auf S. 120).

Mit freundlicher Genehmigung des IFT-Nord gGmbH, Kiel
Projekt »Vernetzte www.Welten« für die Idee zur Methode.

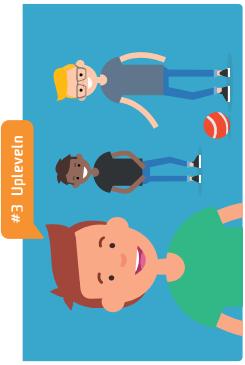
Zeitdauer

20 – 30 Minuten

KARTENSET 1

#3 Upleveln

KARTE 1



KARTE 2



KARTE 3



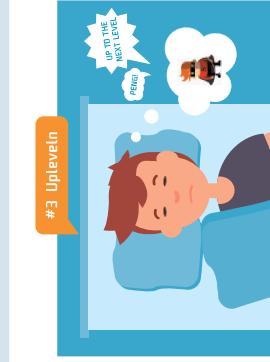
KARTE 4



#1 #2 #3 #4 #5 #6 #7 #8 #9 #10 #11 #12 #32

#3 Upleveln

KARTE 5



KARTE 6



KARTE 7



KARTE 8

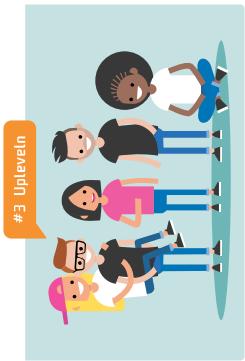


#1 #2 #3 #4 #5 #6 #7 #8 #9 #10 #11 #12

KARTENSET 2

#3 Upleveln

KARTE 1



KARTE 2



KARTE 3



KARTE 4



- #1 #2 #3 #4 #5 #6 #7 #8 #9 #10 #11 #12 #13 #14

#3 Upleveln

KARTE 5



KARTE 6



KARTE 7



KARTE 8



- #1 #2 #3 #4 #5 #6 #7 #8 #9 #10 #11 #12 #13



Impressum



Sucht hat immer
eine Geschichte



Eine gemeinsame Initiative von:

AOK Rheinland/Hamburg, AOK NORDWEST, BARMER,
BKK Landesverband NORDWEST, DAK Gesundheit, IKK
classic, KNAPPSCHAFT, Sozialversicherung für Landwirtschaft,
Forsten und Gartenbau als Landwirtschaftliche Krankenkasse,
Techniker Krankenkasse, Verband der Ersatzkassen e.V.,
NRW sowie den Ärztekammern Nordrhein und Westfalen-
Lippe und der Landesregierung Nordrhein-Westfalen
www.ginko-stiftung.de

Weitere Partner:

Landesprogramm Bildung und Gesundheit NRW,
Landeszentrum Gesundheit NRW, Landkreistag NRW

»What's on« Methodenkoffer 122

Impressum

Texte und Beratung

Jonas Egelkraut, Drogenberatung im Diakonischen
Werk Dinslaken
Anne Höllering, Drogenhilfe Köln gGmbH
Armin Koeppe, ginko Stiftung für Prävention
Ruth Ndouop-Kalajian, ginko Stiftung für Prävention
Andreas Pauly, update Caritas/Diaconie, Fachstelle
für Suchtprävention – Caritas und Diaconie Bonn
Annette Riedsel, Arbeitskreis für Jugendhilfe e.V.,
Hamm (Westf.)
Christof Sievers, Drogenberatung Westwest e.V.
David Szymura, Arbeitskreis für Jugendhilfe e.V.,
Hamm (Westf.)
Ralf Wischnewski, Drogenhilfe Köln gGmbH

Redaktion

Armin Koeppe, ginko Stiftung für Prävention
Ruth Ndouop-Kalajian, ginko Stiftung für Prävention

Design/Layout/Satz

www.kuempellorenz.de, Dortmund

Druck

oeding print GmbH, Braunschweig
Der Koffer wurde gepackt durch die Fliedner Werkstätten,
Mülheim an der Ruhr, www.werkstaetten.fliedner.de

Fotohinweise/Quellen

Istockphoto © smartboy10, © exdez, © nadia_bormotova,
© yelet, © IconicBestiary, © Solarseven, © ClarkandCompany,
© adamkaz, © Bet_Noire, © scyther5, © EvgeniyShkolnik,
© FilippoBacci, © pagadesign, © mikkelwilliam, © yktv,
© Sudowoodo
stock.adobe.com © thanawong, © Sashkin, © blankstock,
© virinaflora, © Biletskiy_Evgeniy, © Rido

© ginko Stiftung für Prävention, März 2021



www.whatson.nrw.de

Sucht hat immer
eine Geschichte
GESELLSCHAFTSINITIATIVE NRW

