

»Ist alles in Ordnung?«

Fallbeispiele:

Melanie hört auf dem Weg in die Schule einen Podcast über Yoga und Indien.
In den Schulpausen spielt Harald mit seinen Schulkameraden Coin Master auf dem Smartphone.

Jan und Erik spielen am Abend gemeinsam 2h Fortnite und reden dabei über „Teamspeak“.
Beim Abendbrot liest die Mutter von Aileen die neusten Nachrichten bei Twitter.

Kevin's Vater, Geschäftsführer einer großen IT-Firma, ist auf Arbeit so eingebunden, dass er sogar auf Autofahrten WhatsApp-Nachrichten liest und beantwortet.

Manja versucht schon seit 2 Stunden ein neues Foto für Instagram zu schießen, doch jedes Mal fallen ihre Haare so doof.

Für ein Schul-Projekt entwickeln Kai und Jonas in 5 Tagen Nachtschicht eine App um Hausaufgaben besser zu kommunizieren.

Petra schaut auf Chefkoch.de nach einem neuen Rezept, um das gemeinsam mit ihrem Freund zu kochen.

Sarah hört zum Einschlafen einen Podcast über die Reiserouten von Zugvögeln.
Für eine Hausaufgabe schaut Jürgen eine Doku auf Netflix.

Jenny schaut gerade die 4. Folge Game of Thrones nacheinander und wollte eigentlich schon vor einer halben Stunde schlafen gehen. Naja eine Folge geht noch denkt sie sich.

Robert schläft in der ersten Schulstunde bei Frau Meyer ein, weil er in der letzten Nacht die LOL (League of Legends) WM im Internet angeschaut hat.

Für die Familie erstellt Conny einen Putzplan am PC.

Der erste Blick von Stella am morgen geht auf ihr Smartphone, im speziellen auf Instagram.
Dort hat sie gestern Abend noch ein Bild hochgeladen und sie will nun schauen wie viele Likes über Nacht dazu gekommen sind.

Lukas spielt jeden Abend FIFA. Wenn er das Spiel zum Abendbrot unterbrechen soll, reagiert er sehr aggressiv und beleidigt seine Eltern. Dabei hat er schon das ein oder andere Mal Gegenstände aus dem Haus zerstört.

Tamara flüchtet sich in ihrer Freizeit in Onlineforen und chattet mit Menschen auf der ganzen Welt. Mit ihren besten Freund*innen hat sie schon seit längerem keinen Kontakt mehr. Auf sämtliche Anrufe oder Nachfragen nach Treffen reagiert sie nicht mehr.

»Ist alles in Ordnung?«

Justin hat sich vor kurzem die App TikTok heruntergeladen. Anfangs wollte er "nur mal gucken" und ist zwei seiner Lieblingskünstler*innen gefolgt. Er guckte sich täglich deren Videos an und verweilte circa eine halbe Stunde auf dem Videoportal. Schnell stieg seine Begeisterung für die App und den scheinbar unendlichen zur Verfügung stehenden Inhalten. Mittlerweile verbringt er drei Stunden täglich mit der App und lädt sogar selbst kurze Videos hoch.

Luisa ist von Natur aus introvertiert und hat zu ihrem 15. Geburtstag den Zugang zu einem Netflix-Account geschenkt bekommen. Seitdem sieht sie ihre einzige Freundin nur noch in der Schule. Auch ihr Leichtathletiktraining, was ihr immer sehr viel Spaß bereitet hat, vernachlässigt sie und geht nur noch hin, wenn sie von ihrer Mama gezwungen wird.

Elena lässt die ganze Nacht ihr Telefon an, um immer für ihre Freund*innen erreichbar zu sein.

Wenn Nina aus der Schule kommt, schmeißt sie sofort ihren Laptop an, öffnet Instagram und TikTok und bleibt den ganzen Tag bis spät abends online. Egal was sie macht, ob Hausaufgaben, Musik hören, fernsehen oder Sport, die Programme laufen mit und werden parallel bedient. Ihre Follower sollen schließlich auch nichts von dem verpassen, was sie macht.

Julian stellt sich manchmal auch unter der Woche nachts um 03:00 Uhr einen Wecker, damit er einen wichtigen Gegner in WoW besiegen kann.

Susan hat ihre Medien überall mit dabei. Ihr iPhone liegt nachts neben ihr, damit sie Nachrichten beantworten kann, wenn sie welche erhält und auch ihr Laptop ist ständig an und spielt Filme, Serien oder Podcasts ab. "Weil ich mich sonst so allein fühle", so ihre eigenen Aussagen.

Nils spielt seit Wochen jeden Tag für mehrere Stunden Call of Duty. Dabei wird er nach Stunden auch von Kopfschmerzen und starken Schmerzen in den Augen geplagt. Trotzdem denkt er nicht ans Aufhören.

unproblematische
Mediennutzung

riskante
Mediennutzung

exzessive
Mediennutzung