

Die „Kicks“ im realen Leben

Sucht-Aktionstage zum Thema „Exzessive Mediennutzung“

Von Frank Osiewacz

HAMM ■ Es ist ein Thema mit wachsendem Beratungsbedarf und es ist eines, das sich nicht von selbst regelt: Exzessive Mediennutzung. Medienkompetenz und Mediensucht stehen in Hamm im Mittelpunkt der Aktionstage 2018 im Rahmen der Landeskampagne „Sucht hat immer eine Geschichte“ vom 21. bis 28. September. Gemeinsam mit rund 40 Kooperationspartnern haben die Fachstelle für Suchtvorbeugung und die Jugend(Sucht)Beratung ein Programm mit gut 50 Veranstaltungen entwickelt.



Sie haben das Programm zur Aktionswoche erarbeitet: Dorothee Behler-Brodd (links) und Annette Riedesel. ■ Foto: Szkudlarek

Mediennutzung sei in der Beratung der Fachstelle inzwischen Thema Nummer 2 hinter Cannabis, sagt Annette Riedesel, die gemeinsam mit Dorothee Behler-Brodd das Programm zusammengestellt hat. „Die Anfragen von Eltern zur Mediennutzung ihrer Kinder nehmen zu“, sagt Riedesel. Das Alter der Kinder senke sich, es gehe mitunter schon um Zwölfjährige. Eltern seien verunsichert, ob der Medienkonsum ihrer Kinder problematisch ist und wie damit umzugehen sei.

Spielen am PC sowie die Nutzung des Handys und der sozialen Netzwerke entwickelten sich als Stränge zügig weiter, ergänzt Behler-Brodd. Dem müssten Präventionsstrategien und Beratungsangebote Rechnung tragen. Es gehe darum, eine Balance zwischen verteufeln und nutzen zu finden. „Entscheidend ist nicht die Anzahl der Stun-

den, die ein Kind oder Jugendlicher am Rechner verbringt, sondern was die Person stattdessen nicht mehr macht“, sagt Behler-Brodd. Exzessiver Medienkonsum führe auf Dauer zu Defiziten im realen Leben.

Die Aktionstage haben mehrere Ziele:

- die Öffentlichkeit auf das Thema „exzessive Mediennutzung“ aufmerksam zu machen
- Jugendliche zu sensibilisieren und für Offline-Aktivitäten neu zu begeistern
- Eltern zu informieren und zu unterstützen
- Multiplikatoren fortzubilden

Die offizielle Eröffnung findet am Freitag, 21. September, von 11 bis 13 Uhr in der Zentralbibliothek statt. Dort steht auch die Erlebnisinstallation „Bildersucht & Cyber-

flucht“. Die bundesweite Wanderausstellung ist ein Präventionsprojekt. Der begehbare Würfel ist mit Bild-, Film-, Ton- und Textmaterialien zum Phänomen Medienabhängigkeit ausgestattet. Er ist bereits ab dem 17. September und bis zum 6. Oktober zu Bibliothekszeiten öffentlich zugänglich.

Segelfliegen statt daddeln

Das Programm der Woche setzt sich aus Workshops, Vorträgen und Aktionen zusammen. Für viele Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich. Angesprochen sind Kinder und Jugendliche in verschiedenen Altersstufen, Eltern, Lehrer, Pädagogische Fachkräfte und Fachkräfte der Jugendhilfe.

Appetit auf die besonderen

„Kicks“ im realen Leben sollen außergewöhnliche Angebote machen. Dazu gehören unter anderem:

- „Fly sein – Segelfliegen über Hamm“ (mit dem Luftsportclub), 22. September
- „Selbstverteidigung durch Kampfkunst“ (Europäischer Taekwondo, Survival und Self-Defence Verband e.V.), 24./26. September
- Adventure-Tour in der Natur mit Tieren (Eseltherapie Terhürne), 28. September

Als tägliche Herausforderung im eigenen Umgang mit Medien ist eine „Real Life Challenge“ angelegt. Teilnehmer stellen sich Aufgaben, die es 24 Stunden lang durchzuhalten gilt: zum Beispiel ein reduzierter Versand von WhatsApp-Nachrichten, der Verzicht auf Emojis, keine Spiele auf dem Handy oder der Komplett-Verzicht auf alle Messenger. „Das ist eine Einladung zum Selbstexperiment“, sagt Annette Riedesel. „So soll Sensibilität für Alltagshandeln erzeugt werden.“ Ob sie die Aufgaben gemeistert und dafür Punkte eingestrichen haben, melden die Teilnehmer im Anschluss der Fachstelle.

Die Aktionstage sind gefördert vom Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes NRW.

Im Internet ist das Programm mit allen Anmeldeinformationen auf folgenden Seiten hinterlegt: www.jugendsuchtberatung.de, www.akj-hamm.de, www.facebook.com/interfaceextended, www.suchtgeschichte.nrw.de