

Originalarbeit (Titelthema)

Thomas Möble

Jugend und Medien – eine kritische Betrachtung¹

Zusammenfassung: Seit vielen Jahren wird eine intensive Debatte über die Auswirkungen einer exzessiven Mediennutzung geführt. Prominente Themen sind die Auswirkungen gewalthaltiger Medien auf gewalttätiges Verhalten, die Auswirkungen exzessiver Mediennutzung auf schulische Leistungen sowie die Frage nach einer „Mediensucht“. Lag der Fokus früher auf Fernsehen und Videos, geht es in den letzten Jahren zunehmend darum, ob und wie stark sich insbesondere die Nutzung gewalthaltiger Computerspiele auswirkt. Oft verharrt diese Debatte auch in der Wissenschaft an den beiden Polen „Medien wirken“ und „Medien wirken nicht“, die beide in ihrer Schwarz-Weiß-Malerei das Bild verfehlen. Betrachtet man die internationale Studienlage der letzten 15 Jahre, ist die Antwort auf die Frage gar nicht so unklar. Nicht nur zum Thema Gewaltmediennutzung und Gewaltverhalten zeigt sich ein eindeutiges Bild: Intensive Nutzer von medialen Gewaltinhalten zeigen häufiger aggressives und seltener prosoziales Verhalten und berichten häufiger von allgemein aggressiven Einstellungen. Dieser negative Zusammenhang gilt auch für exzessive Mediennutzung und schulische Leistungen. Mit Recht wird hier die Frage nach Henne und Ei gestellt: Längsschnittstudien können jedoch vor allem für Kinder und Jugendliche eine kausale Ursachenzuschreibung einer exzessiven Mediennutzung belegen. Medien sind nicht der alleinige Faktor, aber einer.

Schlüsselwörter: Jugendliche, Mediennutzung, Medienmissbrauch, Mediensucht, Gewalt, Schulleistung, Sozialverhalten, Gesundheit

Abstract: Youth and media – a critical view

For many years now, the effects of excessive media use have intensely been debated. The impact of violent media content on violent behavior, the consequences of excessive media use on school achievement as well as the question whether there exists a “media-addiction” have been prominent topics. Earlier the focus had been on television and videos, whereas now it rather is becoming a question of whether - and if so - to which extent especially the use of violent video games has an impact. It is even in academic discussion that this debate perseveres in holding the two contrary positions “media have an effect” and “media don’t have any effect”. This black and white depiction is a failure. Taking international studies of the last 15 years into account, the answer to this question is not as uncertain. There’s not only a clear picture of the interrelation of violent media usage and violent behavior: Intense users of violent media content show higher rates of aggressive behavior, lower rates of prosocial behavior and more frequently report general aggressive attitudes. This negative relation holds true for excessive media use and school achievement, too. Justifiably so, the question of chicken and egg is raised in this context. Longitudinal studies, however, can prove a causal relationship of excessive media use and the above-mentioned effects, particularly in children and adolescents. Media are not the exclusive factor, but a decisive one.

Key words: adolescents, media usage, dysfunctional media usage, media addiction, violence, school achievement, social behavior, health

Die Nutzung moderner elektronischer Medien ist das Kernelement unserer heutigen Informations- und Wissensgesellschaft. Der Einsatz von Medien beschränkt sich allerdings keineswegs auf die Informations- und Wissensvermittlung. Elektronische Medien werden von vielen Menschen tagtäglich zur Unterhaltung, zur soziokulturellen Orientierung und zur Lebensbewältigung genutzt. Kinder und Jugendliche setzen zudem ihre Alltagsmedien zur Bewältigung zahlreicher altersspezifischer Entwicklungsaufgaben ein (vgl. Hoppe-Graff & Kim, 2002). Medienkompetenz kann sogar als neue, eigenständige Entwicklungsaufgabe aufgefasst werden (vgl. Six, 2008). Unübersehbar sind aber auch die Risiken der neuen Medien – gerade für Kinder und Jugendliche, denen die nötige Kompetenz und Reife zum sinnvollen oder zumindest gesundheitsverträglichen Umgang mit den Medien (noch) fehlt – sind unübersehbar.

Die Adoleszenz ist dabei eine Entwicklungsstufe voller Widersprüche: Die Jugendlichen fühlen sich stark, geradezu unverletzbar. Doch eben dieses Gefühl der Invulnerabilität macht diese Lebensphase besonders risikoreich. Man spricht sogar vom *window of vulnerability* (vgl. Seiffge-Krenke, 2008). Ebenso wie die Unterschätzung der eigenen Gefährdung durch eigenes oder fremdes Handeln, spielen auch die Höhergewichtung angenehmer, unmittelbarer Konsequenzen gegenüber möglichen negativen Spätfolgen sowie die Ausblendung oder Marginalisierung bewusster Risiken in konkreten Handlungskontexten eine Rolle. Als ebenso belegt gilt die Tatsache, dass Risikoverhalten als Ausdruck von Autonomiebestrebungen gegenüber dem

¹ Dieser Artikel ist in ähnlicher Form erstmalig erschienen als: Möble, T. (2011). Jugend und Medien. Eine kritische Betrachtung. In de Bruin, A. & Höfling, S. (Hrsg.), *Es lebe die Jugend! Vom Grenzgänger zum Gestalter*, München: Hans-Seidel-Stiftung e.V. (verfügbar unter: http://www.hss.de/uploads/tx_ddceventsbrowser/BS-94.pdf).

Elternhaus von Jugendlichen bewusst inszeniert wird. Insofern ist jugendliches – und somit auch medienbezogenes – Risikoverhalten deutlich ausgeprägter als jenes in der Kindheit oder in späteren Lebensphasen. Dabei ist nicht zu leugnen, dass medienbezogenes Risikoverhalten von Jugendlichen selbst als durchaus funktional wahrgenommen werden kann: Zur Anerkennung im Freundeskreis, zur Erweiterung des Erfahrungshorizonts, zur Kompensation von Selbstwertdefiziten, zur Belastungsregulation, zur Demonstration der Zugehörigkeit zu einer Subkultur, sowie zum Nachweis von Autonomie und Erwachsensein (Jerusalem, 2003).

1. Jugendliches Mediennutzungsverhalten

Da Art und Ausmaß jugendlicher Mediennutzung sogar unter Berufsgruppen, die sich professionell mit Jugendlichen befassen, nur unzureichend geläufig sind, soll vor einer Bestimmung medienbezogenen Risikoverhaltens zunächst die alltägliche Mediennutzung von Jugendlichen umrissen werden. Etwa zwei Drittel der Jugendlichen besitzt einen eigenen Fernseher², etwa 45 Prozent eine stationäre Spielkonsole, etwa 70 Prozent einen eigenen Computer (vgl. Feierabend & Rathgeb, 2008; Rehbein et al., 2009a). Deutsche Jugendliche nutzen den Computer allerdings inzwischen intensiver als das Fernsehen, wobei die Internetnutzung bei weitem die häufigste Computertätigkeit darstellt. Zudem zeigen sich hier deutliche Geschlechterunterschiede. In der Summe nutzen 15-jährige Mädchen elektronische Bildschirmmedien täglich mehr als sechs Stunden (370 Minuten), Jungen kommen auf rund siebeneinhalb Stunden täglicher Bildschirmmedienzeit (457 Minuten), wobei explizit darauf hingewiesen werden muss, dass sich Mediennutzungszeiten häufig überschneiden, und dass gerade das Fernsehen bei vielen Jugendlichen als Begleitmedium anderer medialer und nichtmedialer Tätigkeiten fungiert (Rehbein et al., 2009a). Computernutzung nimmt den größten Raum unter den Bildschirmmedien ein. Mit 141 Minuten durchschnittlicher täglicher Computerspielzeit plus 103 Minuten täglicher Zeit für Chatten im Internet liegt die Computernutzung bei männlichen Jugendlichen deutlich über dem Fernseh- und Videokonsum (213 Minuten) (Rehbein, Kleimann & Mößle, 2009b). Mädchen nutzen mit einer durchschnittlichen täglichen Spielzeit von 56 Minuten Computerspiele anderthalb Stunden weniger als Jungen, chatten aber intensiver (113 Minuten täglich) und weisen mit 201 Minuten täglich eine etwas intensivere Fernseh- und Videonutzung als Computernutzung (zusammengerechnet 169 Minuten) auf (Rehbein et al., 2009b).

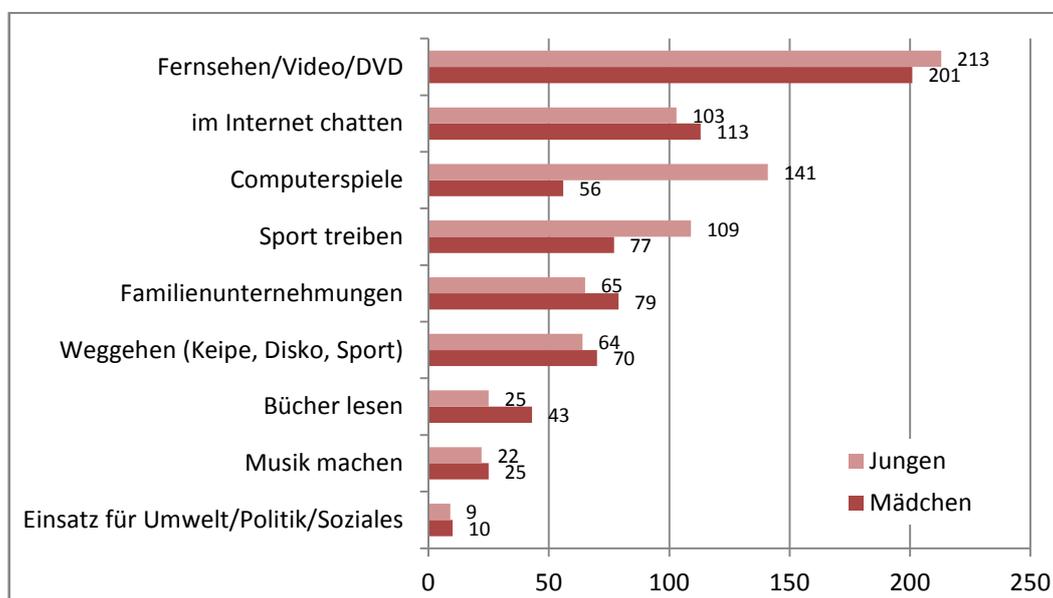


Abb. 1: Zeit, die täglich von Jugendlichen mit unterschiedlichen Tätigkeiten verbracht wird

Angesichts dieser teilweise hohen Mediennutzungszeiten liegt die Frage nach der „Grenze des Normalen“ nahe: Wann kann man von medienbezogenem Risikoverhalten sprechen, was sind Kennzeichen, begünstigende Faktoren und Folgen?

² Es ergeben sich allerdings leichte Unterschiede im Ausstattungsgrad, z. B. 61 % in der JIM-Studie gegenüber 70 % in der eigenen Befragung (vgl. Feierabend & Rathgeb, 2008; Rehbein, Kleimann & Mößle, 2009a).

2. Medienmissbrauch und seine Problemfelder

Medienmissbrauch ist bisher in der Literatur nicht eindeutig definiert. Grundsätzlich zeigen sich drei Hauptfelder des potenziellen Missbrauchs von Medien: Eine **zeitlich exzessive Mediennutzung**, eine **inhaltlich problematische Mediennutzung** (etwa bei Nutzung von Medien mit entwicklungsbeeinträchtigendem Potenzial für Minderjährige), sowie eine **individuell dysfunktionale Mediennutzung** (etwa im Sinne dysfunktionaler Stressregulation, auffälliger Substitution sozialer Interaktionen und Beziehungen durch parasoziale Interaktionen und Beziehungen zu Medienfiguren oder vehement eskapistischer Mediennutzung im Sinn einer Realitätsflucht). Als eine besonders schwerwiegende Form des Medienmissbrauchs muss **der suchartige Mediengebrauch** bezeichnet werden, in dem sich die oben definierten Problemfelder überschneiden: Zeitlich exzessive Nutzungsmuster sind mit dysfunktionalem Medieneinsatz kombiniert (Rehbein, Kleimann & Mößle, 2010). Darüber hinaus ist zu beobachten, dass suchartige Mediennutzung bei Kindern und Jugendlichen signifikant mit der Nutzung potenziell entwicklungsbeeinträchtigender Medieninhalte korreliert ist und zu Verzögerungen in der Entwicklung führen kann (Mößle, Kleimann & Rehbein, 2007). Im Folgenden soll etwas genauer auf den suchartigen Mediengebrauch eingegangen werden.

Das Konzept nicht stoffgebundener Verhaltenssüchte wird bereits seit Ende des 19. Jahrhunderts diskutiert, hat jedoch erst in Form des Pathologischen Glückspiels Eingang in die Klassifikationen psychischer Störungen gefunden (ein Überblick zur Erforschung und Diagnostik von Verhaltenssüchten findet sich bei Grüsser, Poppelreuter, Heinz, Albrecht & Saß, 2007; Wölfling, Müller & Beutel, 2009). Da pathologisches Glücksspiel als Impulskontrollstörung klassifiziert wird, ist das allgemeine Konzept der Verhaltenssüchte derzeit ebenso wenig durch Aufnahme in international gültige Diagnosemanuale (ICD-10, DSM-IV) anerkannt wie das spezifische Konzept der Medienabhängigkeit. Dies, obwohl entsprechende Anstrengungen bereits angelaufen sind. Eine angemessene Diagnostik und Behandlung suchartiger Verhaltensweisen wird dadurch deutlich erschwert (Grüsser et al., 2007; Wölfling et al., 2009).

Im Hinblick auf suchartigen Mediengebrauch wurden Störungen, die unter dem Begriff der „Computer Addiction“ (vgl. Young, Pistner, O'Mara & Buchanan, 1999)³ zusammengefasst werden, inzwischen häufig beschrieben, und die klinische Relevanz dieses Phänomens kann als belegt gelten. Bei Entstehung und Aufrechterhaltung wird psychologischen ebenso wie neurobiologischen Faktoren eine große Bedeutung zugeschrieben. Demnach sei die Erinnerung an die positive Suchtmittelwirkung der zentrale Motivator für das süchtige Verhalten. Die Ausübung von süchtigem Verhalten – auch bei substanzungebundener Verhaltenssucht – sei erlernt. Damit kommt den Lernprozessen, insbesondere der klassischen und operanten Konditionierung, eine entscheidende Rolle zu; sowohl bei der Entstehung als auch bei der Aufrechterhaltung einer Sucht. Zuvor neutrale Reize, z. B. externale Stimuli wie der Anblick eines Spielautomaten oder internale Reize wie bestimmte Gefühlszustände oder Stresssituationen, werden demnach mit dem Suchtverhalten oder der Suchtmittelwirkung assoziiert. Sie lösen dann als erlernte (konditionierte) Reize einen motivationalen Zustand (Suchtmittelverlangen) und eine erlernte (konditionierte) Reaktion, nämlich den Suchtmittelgebrauch, aus. Die Erinnerung an den „erfolgreichen“ Suchtmittelgebrauch trägt dann nach den Prinzipien der operanten Konditionierung zur weiteren Verstärkung und Wiederholung des Suchtverhaltens bei (Grüsser et al., 2007).

Insbesondere zur Computerspielabhängigkeit liegen auch erste Prävalenzschätzungen vor, wobei die übertriebene „Pathologisierung“ des Computerspielens durch teilweise zweistellige Abhängigkeitsprävalenzen verschiedentlich und zu Recht kritisiert worden ist (vgl. Rehbein & Borchers, 2009; Rehbein et al., 2009b; Griffiths, 2009). Beispielsweise wird in einigen Studien die reine mit Computerspielen verbrachte Zeit ab einer bestimmten Dauer als ein Abhängigkeitskriterium definiert, was eine Abgrenzung zwischen leidenschaftlichem, aber ansonsten unproblematischem Spielverhalten und suchartigem Verhalten deutlich erschwert. Andererseits wurden teilweise Abhängigkeitskriterien einer stoffgebundenen Abhängigkeit des amerikanischen Diagnosemanuals DSM-IV⁴ weitestgehend unverändert auf die Computerspielnutzung übertragen, ohne sie dem

³ Die Autoren unterscheiden zwischen Cybersexual Addiction (Abhängigkeit von pornografischen Angeboten im Internet), Cyber-relational Addiction (übermäßige Pflege von Onlinebeziehungen), Net Compulsions (abhängiges Glücksspiel, Kaufen und Handeln im Internet), Information Overload (abhängiges Surfen oder Absuchen von Datenbanken), Computer Addiction (inkl. abhängiges Computerspielen).

⁴ Im DSM-IV-Manual (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders DSM-IV-Text Revision) der American Psychiatric Association werden die Kriterien einer stoffgebundenen Abhängigkeit folgendermaßen definiert: "A maladaptive pattern of substance use, leading to clinically significant impairment or distress, as manifested by three (or more) of the following, occurring at any time in the same 12-month period: (1) tolerance, as defined by either of the following: (a) a need for markedly increased amounts of the substance to achieve Intoxication or desired effect (b) markedly diminished effect with continued use of the same amount of the substance. (2) Withdrawal, as manifested by either of the following: (a) the characteristic withdrawal syndrome for the substance (refer to Criteria (a) A and B of the criteria sets for Withdrawal from the specific substances) (b) the same (or a closely related) substance is taken to relieve or avoid withdrawal symptoms. (3) the substance is often taken in larger amounts or over a longer period than was intended. (4) there is a persistent desire or unsuccessful efforts to cut down or control substance use. (5) a great deal of time is spent in activities necessary to

Forschungsgegenstand entsprechend angemessen zu gewichten. Es erscheint daher geboten, die Diagnostik suchartiger Mediennutzung eng an Kriterien stoffgebundener Abhängigkeiten anzulehnen und gleichzeitig die Besonderheiten von Mediennutzungsprozessen zu berücksichtigen. So kann zeitlich *exzessive Mediennutzung*, wie sie unter Jugendlichen häufig zu beobachten ist, zwar gleichzeitig erstes Anzeichen einer tiefer gehenden Störung und wichtiger Risikofaktor für die Entstehung einer Abhängigkeit sein. Sie ist aber letztlich kein Kernkriterium einer bestehenden Abhängigkeitsproblematik. Ebenso ist *starkes Verlangen* nach Ausübung der Nutzungstätigkeit zwar typisch für suchartige Mediennutzung, aber aufgrund der hohen Attraktivität der Mediennutzung – gerade für Jugendliche! – nur wenig geeignet, pathologische Mediennutzung von normaler Mediennutzung zu unterscheiden.

Als Kriterien einer Mediensucht können somit gelten (Rehbein et al., 2009a):

- Kontrollverlust (Unfähigkeit, Mediennutzungszeit einzuschränken)
- Einengung des Handlungsspielraums (zunehmende Vernachlässigung vormals geschätzter Tätigkeiten zugunsten der Mediennutzung)
- Fortsetzung der Mediennutzung trotz negativer Konsequenzen (sozial, leistungs- oder gesundheitsbezogen)
- Entzugserscheinungen bei längerer Nichtausübung der Mediennutzungstätigkeit (z. B. Unruhe, Nervosität, Gereiztheit)
- Toleranzentwicklung (Steigerung der Nutzungsdosis)

Medienmissbrauch und -abhängigkeit im Jugendalter. Rund zehn Prozent der deutschen Jugendlichen schauen im Tagesdurchschnitt sechs Stunden oder länger fern (Rehbein et al., 2009a). Obgleich eine Gesamtnutzungszeit von mehr als sechs Stunden täglich als Hauptbeschäftigung klar als entwicklungsbeeinträchtigender Missbrauch charakterisiert werden kann, fallen die Exzessiv-Fernseher wegen der häufigen Funktion des Fernsehens als Begleitmedium sicherlich nicht komplett in diese Kategorie. Als eindeutig missbräuchlich ist die häufige Nutzung altersinadäquater Medieninhalte zu beurteilen. 27 Prozent der männlichen Jugendlichen spielen regelmäßig Computerspiele, die nur für Erwachsene freigegeben wären, 23 Prozent der Jungen schauen häufig Gewaltfilme für Erwachsene. Unter den Mädchen spielen lediglich 2 Prozent Gewaltcomputerspiele für Erwachsene, 6 Prozent schauen häufig Gewaltfilme mit FSK⁵-Alter 18 (Möble et al., 2007). 4 Prozent der Mädchen und 16 Prozent der Jungen weisen ein zeitlich exzessives Computerspielverhalten von mehr als viereinhalb Stunden täglich auf (Rehbein et al., 2009b). Eine erste Studie zur Internetabhängigkeit auch unter Jugendlichen haben Hahn und Jerusalem 2001 vorgelegt (Hahn & Jerusalem, 2001). Demnach sind 7 Prozent männlicher jugendlicher Internetnutzer und 6 Prozent weiblicher jugendlicher Internetnutzer bis 19 Jahre als internetsüchtig zu klassifizieren. Unter 15-jährigen Jugendlichen in Deutschland gelten 2 Prozent als computerspielabhängig (Jungen: 3 %; Mädchen: 0.3 %) (Rehbein et al., 2009b). Weitere 3 Prozent werden als gefährdet hinsichtlich einer Computerspielabhängigkeit eingestuft (Jungen: 4.7 %; Mädchen: 0.5 %). Es gilt hierbei zu beachten, dass Internetabhängigkeit und Computerspielabhängigkeit zwei sich stark überlagernde Problemfelder sind, da ein Großteil der Computerspiele mit nennenswertem Abhängigkeitspotenzial (nur) online spielbar ist.

3. Begünstigende Faktoren bei der Entstehung von exzessiver Mediennutzung

Zwischen einer **hohen Ausstattungsquote mit eigenen Mediengeräten** von Kindern und Jugendlichen, zeitlich exzessiver Mediennutzung und der Nutzung altersinadäquater Medieninhalte besteht ein enger statistischer Zusammenhang. Als Prädiktoren zeitlich und inhaltlich problematischer Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen gelten neben dem (männlichen) Geschlecht der sozioökonomische Status der Familie, das Bildungsniveau der Eltern sowie – davon hochgradig abhängig – der besuchte Schultyp der Kinder. Auch das Mediennutzungs- und Medienerziehungsverhalten der Eltern ist in gleicher Richtung systematisch mit sozialem Status verknüpft und bedingt entscheidend das Mediennutzungsverhalten der Nachkommen (Möble et al., 2007).

obtain the substance (e.g., visiting multiple doctors or driving long distances), use the substance (e.g., chain-smoking), or recover from its effects. (6) important social, occupational, or recreational activities are given up or reduced because of substance use. (7) the substance use is continued despite knowledge of having a persistent or recurrent physical or psychological problem that is likely to have been caused or exacerbated by the substance (e.g., current cocaine use despite recognition of cocaine-induced depression, or continued drinking despite recognition that an ulcer was made worse by alcohol consumption)." (American Psychiatric Association, 2001)

⁵ FSK = Freiwillige Selbstkontrolle der Filmwirtschaft. Die FSK führt freiwillige Altersfreigabeproofungen von Filmen und anderen Trägermedien, die in Deutschland für die öffentliche Vorführung und Verbreitung vorgesehen sind, durch.

Ein **eigener Fernseher** steigert die tägliche Fernsehdauer von Kindern deutlich und führt zu einer Unterschätzung des Konsums durch die Eltern (vgl. Mößle et al., 2007; Robinson, Winiewicz, Fuerch, Roemmich & Epstein, 2006). Die elterliche Kontrolle des Konsums korreliert dabei negativ mit dem Konsum der Kinder (Mößle et al., 2007). Weiterhin zeigten diverse Studien eine Korrelation zwischen hohem kindlichem Fernsehkonsum und Adipositas, Depression und schliesslich psychischem Stress der Mutter. Auch sozial ängstliche Jugendliche sehen länger fern (van Egmond-Fröhlich et al., 2007).

Als Risikofaktoren für **exzessive Internetnutzung** wurden dysfunktionales Sozialverhalten, verminderte soziale Intelligenz, soziale Ängstlichkeit, Einsamkeit, depressive Verstimmtheit und vermeidende Problemlösestrategien (Realitätsflucht) ermittelt (van Egmond-Fröhlich et al., 2007).

Die Entwicklung einer exzessiven **Video- und Computerspielnutzung** wurde assoziiert mit sozialer Ängstlichkeit, geringer Qualität sozialer Kontakte, geringer sozialer Unterstützung zur Stressbewältigung, geringem Selbstwert (van Egmond-Fröhlich et al., 2007) und dem Besuch einer Hauptschule (Mößle et al., 2007). Explizit computerspielabhängiges Verhalten wird weiterhin vorhergesagt durch mediennutzungs-basierte dysfunktionale Stressbewältigungsstrategien, Schulangst und Schulversagen, mangelnde Erfolgserlebnisse außerhalb der Spielaktivität, schwere Viktimisierung in der Kindheit, Impulsivität, mangelnde Fähigkeit zur Perspektivenübernahme und Gewaltakzeptanz. Hinzu kommen Risikofaktoren die eng mit dem genutzten Spiel verflochten sind. Das Spielmotiv der Machtausübung im Spiel sowie das Spielen von Onlinerollenspielen (am bekanntesten hier ist derzeit das Spiel *World of Warcraft*) erhöhen deutlich das Risiko für eine Computerspielabhängigkeit. Zudem zeigt sich, dass die Nutzung von Gewalt- und Shooter-Spielen in der frühen Kindheit mit der Entwicklung einer Computerspielabhängigkeit in der Adoleszenz korreliert ist (Rehbein et al., 2010). Bereits für Schülerinnen und Schüler der fünften Klasse können die Nutzung bestimmter Spielgenres sowie bestimmte Nutzungsmotive als Indikatoren problematischen Computerspielens gelten. Ein besonderes Risiko zur Entwicklung einer späteren Computerspielabhängigkeit besteht dann, wenn Computerspielnutzung bereits frühzeitig zur dysfunktionalen Kompensation realweltlicher Misserfolge eingesetzt wird und wenn bereits im Kindesalter Spiele mit klar militärischem Charakter, Spiele mit hoher Gewaltdichte sowie Onlinerollenspiele genutzt werden (Rehbein et al., 2010).

4. Die Bedeutung des elterlichen Mediennutzungsverhaltens

So wie das familiäre Umfeld und insbesondere der elterliche Einfluss die kindliche Entwicklung und Sozialisation in *allen wichtigen* Lebensbereichen entscheidend beeinflussen, kommt der Familie auch in Bezug auf die Entwicklung kindlicher Mediennutzungsmuster, bzw. der gesamten Mediensozialisation, eine entscheidende Bedeutung zu. Etwa stellten sich traumatisierende Erfahrungen in der Kindheit, z. B. schwere Elterngewalt, als ein Risikofaktor für die Entwicklung einer Computerspielabhängigkeit dar. Jugendliche, die in der Kindheit entsprechende Erfahrungen gemacht haben, weisen ein nahezu dreifach erhöhtes Risiko auf (Rehbein et al., 2009b). Eltern gestalten die Mediensozialisation ihrer Kinder aber auch auf „direktem“ Weg, indem sie die familiäre Mediengeräteausstattung steuern und den Zugang zu Medien regulieren, indem sie ihre eigenen Einstellungen gegenüber verschiedenen Medien, Medieninhalten und Mediennutzungsmustern formulieren, indem Sie gemeinsam genutzte Medieninhalte kommentieren und mit ihren Kindern über Medieninhalte diskutieren, indem sie durch ihre eigene Mediennutzung Vorbild für kindliche Mediennutzung sind und nicht zuletzt, indem sie nicht medienbezogene Handlungsoptionen etwa der Freizeitgestaltung anbieten (vgl. Hardy et al., 2006; Saelens et al., 2002; Salmon, Timperio, Telford, Carver & Crawford, 2005). Dabei kommt der Vorbildfunktion der Eltern, wie verschiedene Studien nachweisen konnten (vgl. Gentile, 2002; Granich, Rosenberg, Knuijan & Timperio, 2008), eine besonders entscheidende Rolle zu: Studien, in denen sowohl kindliche als auch elterliche Mediennutzung erfasst wurden, konnten signifikante Zusammenhänge zwischen elterlichem und kindlichem Mediennutzungsverhalten nachweisen (vgl. Gentile, 2002; Hardy et al., 2006; Salmon et al., 2005; Kuchenbuch, 2003). Auch die deutsche KIM-Studie zeigt, dass die Medienbindung der Eltern die Medienbindung der Kinder und damit auch die entsprechenden Mediennutzungszeiten maßgeblich beeinflusst (Feierabend & Rathgeb, 2009).

5. Folgen einer exzessiven Mediennutzung

Obwohl Prävalenzwerte einzelner Studien als ziemlich sicher zu hoch erscheinen, um ein ernsthaft pathologisches Geschehen zu beschreiben, und obwohl kaum repräsentative landesweite Prävalenzdaten vorliegen, lässt sich dennoch bereits feststellen, dass Medienabhängigkeit ein ernstzunehmendes Problem mit ernsthaften Folgen darstellt. Medienmissbrauch und Mediensucht können neben psychischen Folgen wie Veränderungen im Verhalten und in verhaltensnahen Wahrnehmungs- und Einstellungsschemata von Kindern

und Jugendlichen auch Auswirkungen auf die körperliche Gesundheit haben. Beispielsweise konnte für die Computerspielabhängigkeit gezeigt werden, dass männliche, computerspielabhängige Jugendliche Leistungseinbrüche in der Schule aufweisen, dass sie aufgrund ihrer Abhängigkeit deutlich häufiger der Schule fernbleiben und dass sie neben dem Computerspielen kaum einer regelmäßigen realweltlichen Freizeitbeschäftigung nachgehen (Rehbein et al., 2009b). Zudem weisen diese Jugendlichen geringere Schlafzeiten und eine erhöhte psychische Belastung auf.

Aggressives Sozialverhalten und verwandte Konstrukte. Nutzer von medialen Gewaltinhalten zeigen signifikant häufiger aggressive und seltener prosoziale Verhaltensweisen und berichten häufiger von allgemein aggressiven Einstellungen sowie aggressiven Kognitionen. Das gilt in ähnlicher Weise für die Nutzung von Fernsehgewalt wie auch für die Nutzung von Gewaltcomputerspielen und ist bei Kindern, Jugendlichen und auch erwachsenen Mediennutzern zu beobachten. Obwohl die Kausalität komplex ist, ergibt sich auch unter detaillierter Berücksichtigung der psychosozialen Rahmenbedingungen eine schwache bis mittlere und kausale, kurz- wie langfristige Wirkung der Nutzung von Medien mit Gewaltinhalt auf die Gewalttätigkeit und auf aggressionsnahe mentale Konstrukte (Exemplarisch für Computerspiele: Anderson et al., 2010; Exemplarisch für das Fernsehen: Comstock, 2008). So zeigt sich beispielsweise eine erhöhte Akzeptanz aggressiver Konfliktlösungsstrategien bei der Nutzung von Medien mit Gewaltinhalt sowie die Tendenz von Nutzern, objektiv neutrale soziale Situationen als bedrohlich anzusehen (*hostile attribution bias*) (Bushman & Anderson, 2002). Eine wichtige Rolle im Prozess der Entstehung gewalttätiger Verhaltens- und Wahrnehmungsskripte spielt einmal die Desensibilisierung für Gewalt, die durch Gewaltmedienkonsum bewirkt wird – ebenso wie der Verlust von Empathie mit Gewaltopfern, der einerseits durch Gewaltdesensibilisierung, andererseits durch fehlende soziale Kompetenzen in der realen Welt erklärt werden kann. Niedrige soziale Kompetenzen sind wiederum mit langen Mediennutzungszeiten korreliert (Möble & Kleimann, 2009). Insofern ergeben sich hier problematische Folgen exzessiver oder suchtartiger Mediennutzungsmuster auf antisoziales und aggressives Verhalten (Rehbein et al., 2010).

Aufmerksamkeit, sprachliche und schulische Entwicklung. Der schulleistungsmindernde Effekt zeitlich exzessiver und inhaltlich problematischer Mediennutzung kann bei Grundschulkindern als belegt bezeichnet werden (Möble, Kleimann, Rehbein & Pfeiffer, 2010). Dabei scheinen sowohl Verdrängungseffekte anderer entwicklungsförderlicher Freizeitaktivitäten durch Mediennutzung als auch Effekte problematischer Medieninhalte eine Rolle zu spielen (Möble et al., 2007). Wenn eine Medienabhängigkeit entwickelt wurde, offenbaren sich im Jugendalter negative Mediennutzungseffekte auf die Schulleistung, (Rehbein et al., 2009b). Zwar kann die Nutzung pädagogisch wertvoller Fernsehsendungen und Computer(spiel)programme positive Effekte auf schulische Leistungsfähigkeit, Lernmotivation und Kreativität haben (Murphy et al., 2002) jedoch erfüllen sich Hoffnungen auf diese Effekte aufgrund des tatsächlichen Mediennutzungsverhaltens von Kindern und Jugendlichen nicht, da hier leistungsfördernde Medienprodukte kaum eine Rolle spielen (Möble et al., 2007; Für einen Überblick zur Wirkung von Mediengewalt auf kognitive Leistungsfähigkeit siehe auch Rehbein, 2011). Vor diesem Hintergrund wird derzeit auch die als zunehmend defizitär wahrgenommene schulische Leistungsfähigkeit von Jungen diskutiert, deren Mediennutzung alle Risikomerkmale überdurchschnittlich erfüllt (Möble et al., 2010). Darüber hinaus gilt Fernsehkonsum im Kleinkindalter als Prädiktor der kognitiven Entwicklung und (schrift-)sprachlichen Kompetenzen in der Schule, zudem zeigen sich Korrelationen frühkindlichen Fernsehkonsums mit später diagnostizierten Aufmerksamkeitsstörungen, was wiederum schulische Leistung gefährden kann (Zimmerman & Christakis, 2007). Hier ist allerdings die Wirkrichtung nicht eindeutig geklärt (Möble, 2009).

Gesundheitliche Folgen. Der Tag hat nur 24 Stunden. Erhöhte Mediennutzungszeiten bei gleich bleibenden oder ebenfalls erhöhten sonstigen, nichtmedialen Freizeitaktivitäten führen zu der Notwendigkeit, den Freizeitanteil im Tagesverlauf zu vergrößern. Dies geschieht am einfachsten, indem erst später zu Bett gegangen wird, wodurch sich die Zeit für den Nachtschlaf verkürzt (vgl. Gillespie, 2002; Van den Bulk, 2004). Tatsächlich zeigen sich bei Mustern exzessiver Computerspielnutzung Anzeichen für *Schlafentzug* bei den Spielern (vgl. Gillespie, 2002; Tazawa & Okada, 2001). Der Schlafentzug könnte im Zusammenhang stehen mit einem problematischeren Sozialverhalten, verringerter Konzentrationsfähigkeit und verminderter psychischer Gesundheit. Gemeinhin handelt es sich beim Schlafen um einen allgemeinen Erholungszustand, der die Regeneration von Körper und Gehirn fördert. Zusätzlich werden im Schlaf insbesondere Gedächtnisinhalte konsolidiert und für weitere Abrufe stabilisiert (vgl. Fenn, Nusbaum & Margoliash, 2003). Die Beeinträchtigung des Schlafes ist somit u. a. mitverantwortlich für weitere Folgen, wie z. B. verringerte Schulleistung oder *Übergewicht* (van Egmond-Fröhlich et al., 2007). Eine Metaanalyse aus dem Jahr 2004 berichtet so auch über

negative Zusammenhänge von Mediennutzung und körperlicher Betätigung sowohl für das Fernsehen als auch für das Computerspielen (Marshall, Biddle, Gorely, Cameron & Murdey, 2004).

6. Fazit

Digitale Bildschirmmedien sind aus dem Alltag unserer Jugendlichen nicht mehr wegzudenken und werden von diesen tagtäglich von der Unterhaltung bis hin zur Lebensbewältigung eingesetzt. Geschieht dies in einer langfristig funktionalen Art und Weise, ist dagegen nichts einzuwenden. Bewegt sich das Mediennutzungsverhalten von Jugendlichen allerdings ins Dysfunktionale (auch wenn dies den Jugendlichen mitunter als funktional erscheinen mag), ist Vorsicht geboten. Dass Jugendliche die langfristigen Folgen ihres Handelns einbeziehen, kann von ihnen nur sehr eingeschränkt erwartet werden. Wie eingangs geschildert wurde, können sich Handlungen als langfristig dysfunktional erweisen – auch wenn sie von Jugendlichen während ihrer adoleszenten Entwicklungsphase als funktional wahrgenommen werden. So sind (zeitlich wie inhaltlich) exzessive Mediennutzung, Medienmissbrauch oder medienabhängiges Verhalten für die Jugendlichen mit ernsthaften Folgen verbunden: Leistungseinbußen in Schule und Gesellschaft, Veränderungen im Verhalten, Veränderungen verhaltensnaher Wahrnehmungs- und Einstellungsschemata, Veränderungen in der sozialen Teilhabe, Beeinträchtigung der körperlichen Gesundheit. Zusätzlich finden sich diese Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche z. T. auch dann, wenn deren Eltern ein medienmissbräuchliches oder -abhängiges Verhalten an den Tag legen. Das Verhalten der Eltern wirkt sich dabei nicht nur auf sie selbst, sondern auch auf ihre Schutzbefohlenen aus. Eine fehlende elterliche Zuwendung sowie das familiäre Mediennutzungsmilieu scheinen hier bedeutende Vermittler zu sein. Daher muss es zu einer gesellschaftlichen Verantwortung werden, den Gefährdungsfaktoren mit adäquaten präventiven Angeboten zu begegnen. Kinder und Jugendliche müssen z. B. in ihrer Sozialkompetenz und in ihren Fähigkeiten zur Stressbewältigung gestärkt werden und müssen selbstwertförderliche Erfahrungen in der realen Welt erleben können. Dadurch werden allen, ganz besonders aber den medienabhängigkeitsgefährdeten Jugendlichen, die Türen für einen selbstbestimmten Gang durch die reale und die mediale Welt eröffnet.

Autor

PD Dr. (phil.) Thomas Möhle ist stellvertretender Direktor am Kriminologischen Forschungsinstitut Niedersachsen (KFN) in Hannover und leitet dort den Forschungsbereich Medienwirkungsforschung. Er studierte Diplompsychologie an der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt und promovierte dort „zur Entwicklung des Personenwiedererkennens“ am Lehrstuhl für Entwicklungs- und Pädagogische Psychologie. Seit 2005 ist er neben seiner Tätigkeit am KFN Lehrbeauftragter an der Universität Hildesheim und habilitierte zu den Auswirkungen digitaler Bildschirmmedien am Institut für Psychologie. 2012 erhielt er die Venia für Psychologie an der Universität Hildesheim.

Korrespondenz

PD Dr. Thomas Möhle
Kriminologisches Forschungsinstitut Niedersachsen e.V.
Criminological Research Institute of Lower Saxony
Lützerodestraße 9, 30161 Hannover, Germany
Tel.: +49 (0) 511 34836-75 , Fax: +49 (0) 511 34836-10
E-Mail: Thomas.Moessle@kfn.de , Web: www.kfn.de

Literatur

- American Psychiatric Association. (2001). DSM-IV-TR Plus, Version 1.0 (CD-Rom für Windows und Macintosh): American Psychiatric Association.
- Anderson, C. A., Ihori, N., Bushman, B. J., Rothstein, H. R., Shibuya, A., Swing, E. L. et al. (2010). Violent Video Game Effects on Aggression, Empathy, and Prosocial Behavior in Eastern and Western Countries: A Meta-Analytic Review. *Psychological Bulletin*, 136, 151-173.
- Bushman, B. J. & Anderson, C. A. (2002). Violent video games and hostile expectations: A test of the general aggression model. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 28(12), 1679-1686.
- Comstock, G. (2008). A Sociological Perspective on Television Violence and Aggression. *American Behavioral Scientist*, 51(8), 1184-1211.
- Feierabend, S. & Rathgeb, T. (2008). *JIM-Studie 2008. Jugend, Information, (Multi-) Media. Basisuntersuchung zum Medienumgang 12- 19-Jähriger* (Forschungsbericht). Stuttgart: Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest.
- Feierabend, S. & Rathgeb, T. (2009). *KIM-Studie 2008. Kinder + Medien, Computer + Internet. Basisuntersuchung zum Medienumgang 6- bis 13-Jähriger* (Forschungsbericht). Stuttgart: Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest.
- Fenn, K. M., Nusbaum, H. C. & Margoliash, D. (2003). Consolidation during sleep of perceptual learning of spoken language. *Nature*, 425(6958), 614-616.

- Gentile, D. A. (2002). A normative study of family media habits. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 23, 157-178.
- Gillespie, R. M. (2002). The physical impact of computers and electronic game use on children and adolescents, a review of current literature. *Work*, 18, 249-259.
- Granich, J., Rosenberg, M., Knuiman, M. & Timperio, A. (2008). Understanding children's sedentary behaviour: a qualitative study of the family home environment. *Health Education Research*, 25(2), 199-210.
- Griffiths, M. D. (2009). Online computer gaming: Advice for parents and teachers. *Education and Health*, 27(1), 3-6.
- Grüsser, S. M., Poppelreuter, S., Heinz, A., Albrecht, U. & Saß, H. (2007). Verhaltenssucht - Eine eigenständige diagnostische Einheit? *Nervenarzt*, 997-1002.
- Hahn, A. & Jerusalem, M. (2001). Internetsucht: Reliabilität und Validität in der Online-Forschung. In A. Theobald, M. Dreyer & T. Starsetzki (Hrsg.), *Handbuch zur Online-Marktforschung. Beiträge aus Wissenschaft und Praxis* (S. 1-21). Wiesbaden: Gabler.
- Hardy, L. L., Baur, L., Garnett, S., Crawford, D., Campbell, K., Shrewsbury, V. et al. (2006). Family and home correlates of television viewing in 12-13 year old adolescents: The Nepean Study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 3(1), 24.
- Hoppe-Graff, S. & Kim, H.-O. (2002). Die Bedeutung der Medien für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. In R. Oerter & L. Montada (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (Bd. 5, S. 907-922). Weinheim: Beltz.
- Jerusalem, M. (2003). Prävention in Schulen. In M. Jerusalem & H. Weber (Hrsg.), *Psychologische Gesundheitsförderung. Diagnostik und Prävention* (S. 461-477). Göttingen: Hogrefe.
- Kuchenbuch, K. (2003). Die Fernsehnutzung von Kindern aus verschiedenen Herkunftsmilieus. *Media Perspektiven*, 1, 2 - 11.
- Marshall, S. J., Biddle, S. J., Gorely, T., Cameron, N. & Murdey, I. (2004). Relationships between media use, body fatness and physical activity in children and youth: a meta-analysis. *International Journal of Obesity Related Metabolic Disorders*, 28(10), 1238-1246.
- Möble, T. (2009). Gefährden Bildschirmmedien den Schulerfolg? *Kinderärztliche Praxis*, 80(1), 22-27.
- Möble, T. & Kleimann, M. (2009). Machen Computerspiele gewaltbereit? *Kinderärztliche Praxis*, 80(1), 33-41.
- Möble, T., Kleimann, M. & Rehbein, F. (2007). *Bildschirmmedien im Alltag von Kindern und Jugendlichen: Problematische Mediennutzungsmuster und ihr Zusammenhang mit Schulleistungen und Aggressivität* (1. Aufl. Bd. 33). Baden-Baden: Nomos.
- Möble, T., Kleimann, M., Rehbein, F. & Pfeiffer, C. (2010). Media Use and School Achievement - Boys at Risk? *British Journal of Developmental Psychology*, 28, 699-725.
- Murphy, R., Penuel, W. R., Means, B., Korbak, C., Whaley, A. & Allen, J. E. (2002). *E-DESK: A Review of Recent Evidence on the Effectiveness of Discrete Educational Software*. Menlo Park: SRI International.
- Rehbein, F. (2011). *Mediengewalt und Kognition. Eine experimentelle Untersuchung der Wirkung gewalthaltiger Bildschirmmedien auf Gedächtnis- und Konzentrationsleistung am Beispiel der Computerspielnutzung*. Baden Baden: Nomos.
- Rehbein, F. & Borchers, M. (2009). Süchtig nach virtuellen Welten? Exzessives Computerspielen und Computerspielabhängigkeit in der Jugend. *Kinderärztliche Praxis*, 80(1), 42-49.
- Rehbein, F., Kleimann, M. & Möble, T. (2009a). *Computerspielabhängigkeit im Kindes- und Jugendalter. Empirische Befunde zu Ursachen, Diagnostik und Komorbiditäten unter besonderer Berücksichtigung spielimmanenter Abhängigkeitsmerkmale* (Forschungsbericht No. 108). Hannover: KFN.
- Rehbein, F., Kleimann, M. & Möble, T. (2009b). Exzessives Computerspielen und Computerspielabhängigkeit im Jugendalter - Ergebnisse einer deutschlandweiten Repräsentativbefragung. *Die Psychiatrie*, 6(3), 140-146.
- Rehbein, F., Kleimann, M. & Möble, T. (2010). Prevalence and Risk Factors of Video Game Dependency in Adolescence: Results of a German Nationwide Survey. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(3), 269-277.
- Robinson, J. L., Winiewicz, D. D., Fuerch, J. H., Roemmich, J. N. & Epstein, L. H. (2006). Relationship between parental estimate and an objective measure of child television watching. *Int J Behav Nutr Phys Act*, 43(3).
- Saelens, B. E., Sallis, J. F., Nader, P. R., Broyles, S. L., Berry, C. C. & Taras, H. L. (2002). Home Environmental Influences on Children's Television Watching from Early to Middle Childhood. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 23(3), 127-132.
- Salmon, J., Timperio, A., Telford, A., Carver, A. & Crawford, D. (2005). Association of Family Environment with Children's Television Viewing and with Low Level of Physical Activity. *Obesity*, 13(11), 1939-1951.
- Seiffge-Krenke, I. (2008). Gesundheit als aktiver Gestaltungsprozess im menschlichen Lebenslauf. In R. Oerter & L. Montada (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (6 ed., S. 822-836). Weinheim: Beltz.
- Six, U. (2008). Medien und Entwicklung. In R. Oerter & L. Montada (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (Bd. 6, S. 885-909). Weinheim: Beltz.
- Tazawa, Y. & Okada, K. (2001). Physical signs associated with excessive television-game playing and sleep deprivation. *Pediatrics International*, 43, 647-650.
- Van den Bulk, J. (2004). Television viewing, computer game playing, and internet use and self-reported time to bed and time out of bed in secondary-school children. *Sleep*, 27(1), 101-104.
- van Egmond-Fröhlich, A., Möble, T., Ahrens-Eipper, S., Schmid-Ott, G., Hüllinghorst, R. & Warschburger, P. (2007). Übermäßiger Medienkonsum von Kindern und Jugendlichen: Risiken für Psyche und Körper. *Deutsches Ärzteblatt*, 104(38), 2560-2564.

- Wölfling, K., Müller, K. W. & Beutel, M. E. (2009). Verhaltenssuchte: Aspekte von Ätiologie, Nosologie und Diagnostik. *Die Psychiatrie*, 6(3), 120-123.
- Young, K. S., Pistner, M., O'Mara, J. & Buchanan, J. (1999). Cyber Disorders: The Mental Health Concern for the New Millennium. *CyberPsychology & Behavior*, 2(5), 475-479.
- Zimmerman, F. J. & Christakis, D. A. (2007). Associations between content types of early media exposure and subsequent attentional problems. *Pediatrics*, 120(5), 986-992.

Les jeunes et les médias – une perspective critique

1. Comportement des jeunes par rapport à l'utilisation de médias

Le quotidien des jeunes ne peut plus être envisagé sans l'utilisation de médias numériques. Une majorité d'entre eux possèdent leur propre poste de télévision, une console de jeux ou un ordinateur. Au total les jeunes filles utilisent des écrans pendant plus de six heures par jour, alors que les garçons le font pendant près de sept heures et demie. Compte tenu de la durée de cette pratique, il faut se poser la question suivante : quand peut-on considérer qu'il y a des comportements à risque à ce niveau ? Quelles sont leurs caractéristiques ? Quels sont les facteurs les favorisant ? Quelles sont les conséquences ?

2. L'abus des médias et ses aspects problématiques

Un abus potentiel des médias se situe à trois principaux niveaux : des **excès au niveau du temps qui leur est consacré**, une **utilisation problématique du point de vue des contenus**, ainsi qu'une **utilisation dysfonctionnelle chez certains individus**. Une forme particulièrement grave d'abus est ce que l'on a appelé le **cyberaddiction** – dans ce cas les trois niveaux problématique se recouvrent. S'il est possible de poser le diagnostic d'une dépendance aux médias en utilisant les critères caractérisant l'addiction à des substances, il reste qu'il faut tenir compte des particularités des processus accompagnant l'utilisation des médias. Lorsque celle-ci est *excessive* au niveau du temps qui lui est consacré, on peut considérer cet aspect comme le premier signe d'un trouble plus profond ou comme les débuts d'une addiction, mais il ne s'agit pas là d'un critère central. De même, *un fort besoin* de pratiquer cette activité ne peut pas être considéré comme critère de distinction entre une utilisation pathologique et une utilisation normale. Les critères suivants caractérisent la dépendance aux médias : perte de contrôle, limites posées au champ d'action, maintien de l'activité en dépit de ses conséquences négatives, symptômes de privation lorsque l'utilisation est interrompue et développement d'une tolérance.

3. Facteurs favorisant une utilisation excessive

Il existe des rapports étroits entre le nombre d'équipements que possèdent les jeunes, une utilisation excessive du point de vue de sa durée et le fait que les contenus des médias consultés ne correspondent pas à l'âge de l'enfant ou de l'adolescent. Parmi les facteurs laissant prévoir que les jeunes n'utiliseront pas les médias à bon escient, il y a : le sexe, le statut socioéconomique de la famille, le niveau d'éducation des parents, ainsi que la scolarité des enfants. De plus, les facteurs suivants – entre autres – sont considérés comme jouant un rôle par rapport aux excès ou à la dépendance : la dépression, l'anxiété dans le domaine social, une intelligence sociale moindre, une mauvaise qualité des contacts sociaux, un manque de confiance en soi, la peur de l'école, le manque de vécus associés à la réussite, une victimisation grave, l'impulsivité, une moindre capacité à voir les choses plus globalement, l'acceptation de la violence, ainsi que des facteurs de risque qui sont inhérents aux jeux.

4. L'importance du comportement des parents par rapport aux médias numériques

La famille joue un rôle essentiel dans l'acquisition par l'enfant de schémas d'utilisation des médias. Ce sont les parents qui socialisent l'enfant dans ce domaine en lui transmettant leur attitude envers différents médias, leur contenu et leur utilisation ; mais ces mêmes parents jouent également le rôle de modèles. De plus, il faut qu'ils offrent à l'enfant des alternatives n'incluant pas l'utilisation des médias.

5. Conséquences d'une utilisation excessive des médias

Comportement social agressif et ses phénomènes d'accompagnement : les utilisateurs qui consomment de la violence au niveau des médias, sont nettement plus souvent agressifs et moins souvent altruistes ; ils se disent eux-mêmes avoir une attitude agressive. De plus, il existe une corrélation entre des compétences sociales diminuées et un fort investissement en temps dans l'utilisation des médias.

Attention, développement du langage et scolarité : on enregistre des effets négatifs sur la réussite scolaire d'utilisateurs manifestant des comportements excessifs et se connectant à des contenus problématiques. De plus, la consommation exagérée de programmes télévisés par de très jeunes enfants permet de prédire des

compétences moindres au niveau du langage, ainsi qu'un éventuel diagnostic – plus tard – d'un déficit d'attention.

Conséquences pour la santé : les jeunes qui utilisent des ordinateurs de manière excessive souffrent de *privation de sommeil*. Or, ne pas dormir suffisamment a d'autres conséquences : difficultés scolaires ou *surpoids*. De plus, la télévision et les jeux sur ordinateurs tendent à réduire la durée des activités physiques.

6. Conclusion

La consommation de médias n'est pas en soi négative si, à long terme, elle demeure fonctionnelle. Mais il faut être prudent lorsque l'on constate qu'un jeune utilise des médias de manière dysfonctionnelle. Il faudrait par ailleurs que la société assume ses responsabilités en faisant des offres de prévention adéquates, qui permettront de limiter les facteurs de risque.