

Alleinstellungsmerkmal des Projekts

Die Chancen digitale Medien zu nutzen und möglichen Gefahren aktiv vorzubeugen, sind wichtige Schlüsselkompetenzen der Generation „Digital Natives“. In den letzten Jahren hat der Umgang mit den digitalen Medien deutlich zugenommen - so nutzt heutzutage nahezu jeder Jugendliche (97 %) täglich sein Smartphone. In den Schulen gibt es teils schon gute Konzepte in der Heranführung an die Digitalisierung. Es ist dabei gleichermaßen relevant, für einen eigenverantwortlichen Umgang mit Medien zu sensibilisieren, sowie ein gesundes Maß der Nutzung zu erlernen.

So nutzt heutzutage nahezu jeder Jugendliche (97 %) täglich sein Smartphone.

Das Projekt Net-Piloten trägt mit seinem Präventionsansatz nicht nur dazu bei, Jugendlichen ein gesundes Aufwachsen zu ermöglichen. Es schafft darüber hinaus mit der Ausbildung von Schülerinnen und Schülern zu Net-Piloten eine wertvolle Nachhaltigkeit. Denn die Fachkräfte können mit Hilfe dieses Projekts engagierte Peers für das Thema finden, die fortan die relevanten Inhalte an gleichaltrige und jüngere Schülerinnen und Schüler vermitteln – ein überaus effektiver Ansatz.



Die Förderung von Medienkompetenz ist eine komplexe Anforderung, die in vielen gesellschaftlichen Feldern umfangreiches Handeln erfordert. Im Kontext Schule hat es sich als sinnvoll erwiesen, einzelne Themenfelder intensiv und längerfristig zu bearbeiten. Das Projekt Net-Piloten setzt daher als Alleinstellungsmerkmal bewusst einen Fokus auf die Prävention von exzessiver Mediennutzung. Andere wichtige Themen wie etwa Cybermobbing und Datenschutz können seitens der Schule darauf aufbauend sinnvoll ergänzt werden.

Das Thema Medien hat grundsätzliche Auswirkungen auf die Schule – ganz wertfrei in jeglicher Hinsicht. Manche Jugendliche etwa spielen die Nacht an der Konsole oder dem Smartphone durch und sind dann im Unterricht übermüdet sowie unkonzentriert. Zudem können etwa Beleidigungen innerhalb der sozialen Netzwerke das Klima in der Klasse negativ belasten. Andererseits können die Jugendlichen mit dem Smartphone schnell Unterrichtsinhalte recherchieren, der Einsatz moderner Medien kann den Unterricht interessant und abwechslungsreich gestalten. Gerade die Zeit der bundesweiten Schulschließungen zur Eindämmung der Coronavirus-Pandemie hat gezeigt, wie die Digitalisierung erfolgreich genutzt werden kann – etwa beim Austausch von Lehrkräften mit Schülerinnen und Schülern via Chat oder in Videokonferenzen.

Eltern sind in der Erziehung ihrer Kinder, gerade auch in Bezug auf Medienkompetenz, häufig unsicher und geben die erforderlichen Erziehungsaufgaben an die Schule als Ort des sozialen Lebens der Jugendlichen weiter. Das Projekt Net-Piloten behandelt das Thema Prävention von exzessiver Mediennutzung, sodass dafür zunächst kein weiterer zeitlicher Aufwand im Unterricht nötig ist. Eine wichtige Bedingung für eine nachhaltige Umsetzung innerhalb der Schule ist allerdings, dass von der Schulleitung zwei bis drei Lehrkräfte freigestellt oder fest mit dem Projekt Net-Piloten betraut werden.

Auf dem Weg zur Medienkompetenz

In den letzten Jahren haben sich digitale Medien schnell und exponentiell verändert. Jugendliche nutzen wie selbstverständlich das Internet mit Hilfe ihres Smartphones – „online sein“ ist der Normalzustand. Einerseits ist es wichtig, Jugendlichen die grundsätzlichen Möglichkeiten digitaler Medien zu vermitteln und die damit verbundenen Chancen aufzuzeigen, die sich zum Beispiel für ihre berufliche Entwicklung bieten. Andererseits ist es zentral, eine „digitale Balance“ zu erlernen. Jugendliche sollen verstehen lernen, dass sie – unter anderem auch aus gesundheitlichen Gründen – nicht immer online sein sollten. Die Menschen müssen ihren eigenen Medienkonsum reflektieren und kritisch hinterfragen, welche Nutzung ihnen überhaupt (noch) gut tut.

**„Online sein“
ist zum Normal-
zustand geworden.**

Aktuelle Diskussionen, dass die Deutschen im EU-Vergleich bei der Digitalisierung als Nachzügler gelten, führen in der Bildungspolitik zu einigem Aktionismus. Für Schulen und Eltern ist die rasante digitale Entwicklung jedoch kaum nachzuvollziehen, zudem fehlen nach wie vor entsprechende Erziehungskonzepte. Oft wird bagatellisiert, wie wichtig es gerade für Jugendliche und deren psychosoziale Gesundheit ist, mit fachkompetenter Hilfe die Technik zu beherrschen, statt sich beherrschen zu lassen. Medien sind heute ein wichtiger Bestandteil des Alltags von Heranwachsenden. Entsprechend relevant ist es, dass sie sich mit ihnen als Werkzeug auseinandersetzen. Andererseits bleibt es wichtig, dass Jugendliche ihre analogen Kompetenzen einüben und erweitern, um beispielsweise auch ohne Handy navigieren, kommunizieren oder sich informieren zu können.

Die Stärkung der Lebenskompetenzen dient der Entwicklung eines gesunden Selbstbewusstseins. Im Verbund mit einer kritischen Reflektion des eigenen Verhaltens schafft es die Basis für eine gesundheitsbewusste Haltung gegenüber Medien. Erst dann können Jugendliche selbst verstehen, was ihnen gut tut. Dies gilt ebenso bei den Themen gesunde Ernährung, Bewegung sowie Gefahren von Suchtmitteln und suchtnahen Verhaltensweisen.

Damit Kinder und Jugendliche frühzeitig lernen, selbstverantwortlich und in einem gesunden Maß mit dem Internet und seinen Angeboten umzugehen, sollte die Thematik *digitale Nutzung* generell in der Lebenswelt Heranwachsender verankert werden: Kindergarten, Grundschule und weiterführende Schule sind wichtige Orte der Suchtprävention. Ziel der Prävention von computerspiel- und internetbezogener Störung ist es, die eigene Mediennutzung kritisch zu hinterfragen und alternative, analoge Tätigkeiten nicht zu vergessen.

Die Themen Medienpädagogik, Medienrecht und Onlinesuchtprävention sind als drei Säulen einer Medienerziehung mit dem Ziel der Medienkompetenz anzusehen. Damit ist die Fähigkeit beschrieben, die verschiede-

nen Medien für das eigene Kommunikations- und Handlungsrepertoire einzusetzen. Es geht nicht nur darum, die technischen Fähigkeiten zu lernen, sondern die eigene Mediennutzung zu reflektieren und zu gestalten, um eine besondere Ausfaltung der kommunikativen Kompetenz zu erlangen. Dazu gehört, den kreativen und produktiven Umgang mit insbesondere digitalen Medien zu erlernen, etwa durch die Beschäftigung mit dem Mikrocontroller, der Erklärung eines 3D-Druckers oder auch der Prävention von Cybermobbing.

Mit den vielfältigen Möglichkeiten, im Internet kostenlos Musik zu hören oder Fotos und Videos hochzuladen, hat das Thema Medienrecht für die Jugendlichen an praktischer Bedeutung gewonnen. Die Frage des Datenschutzes, das Recht am eigenen Bild sowie Hintergrund und Ausgestaltung des Urheberrechts müssen erklärt werden, um Jugendliche zu sensibilisieren – für ihre eigenen Handlungen, aber auch für die anderer. Beim Cybermobbing etwa werden strafrechtliche Belange berührt. Die eigenen Rechte zu (er)kennen, ist etwa für Opfer von Cybermobbing außerordentlich wichtig, um zu verstehen, dass hier womöglich Straftaten vorliegen.

Zur Planung und Steuerung der Prävention ist es wichtig zu wissen, welche und wie viele Menschen von diesen Problemen betroffen sind. Die PINTA-Studie („Prävalenz der Internetabhängigkeit“) aus dem Jahr 2011 der Universität zu Lübeck zeigte, dass bei 2,5 % der 12- bis 25-Jährigen in Deutschland eine exzessive Internet- oder Computerspielnutzung vorlag. Zur Verdeutlichung: Diese Prozentzahl bedeutet, dass rund 300.000 junge Menschen in Deutschland betroffen sind. Laut Drogenaffinitätsstudie der BZgA waren im Jahr 2015 bereits 5,8 % der 12- bis 17-Jährigen als computerspiel- oder internetabhängig zu bezeichnen. Aus den Ergebnissen folgt, dass eine Prävention möglichst früh ansetzen sollte, da sich bereits im späten Kindes- und frühen Jugendalter Auffälligkeiten zeigen können. Ziel sollte es selbstverständlich sein, Mädchen und Jungen sowie alle sozialen Gruppen gleichermaßen zu erreichen, sozial schlechter gestellte Jugendliche ebenso wie jene mit Migrationshintergrund.



Bei der Prävention der computerspiel- und internetbezogenen Störung geht es darum, zu verstehen, dass es ein gesundes und auch ein übermäßiges Nutzungsverhalten gibt. Ein wichtiger suchtpreventiver Ansatz ist es, das eigene Nutzungsverhalten kritisch zu reflektieren und darauf hinzuweisen, dass es zu chronischer Abhängigkeit führen kann. Suchtprevention hat das Ziel, Menschen weniger anfällig zu machen gegen Süchte. Junge Menschen sollen über die Gefahren informiert, aber vor allem auch in ihrer Persönlichkeit gestärkt werden, damit sie fortan als selbstbewusste und kompetente Person weniger gefährdet sind für eine Suchtentwicklung. Zu diesem Ansatz gehört das bundesweite Präventions-Peer Projekt Net-Piloten, das sich vornehmlich auf den suchtpreventiven Medienkompetenzansatz fokussiert.

Medien- pädagogik

- Förderung von kreativer und sinnvoller Nutzung
- Technische Erklärung und Förderung der Digitalisierung

Medienrecht- liche Aspekte

- Datenschutzrechtliche Aspekte (Fotorechte, AGB)
- Aufklärung über gesetzliche Rahmen (Straftaten bei Cybermobbing)

Onlinesucht- prävention

- Was tut mir gut, was ist eine gesunde Nutzung von Medien?
- Aufklärung über exzessive Medien-nutzung

Das Projekt

Die Ausgangssituation

Eine Welt ohne Internet, Computer und Smartphone – das ist heutzutage nicht mehr denkbar. In deutschen Haushalten, in denen Kinder und Jugendliche leben, herrscht überwiegend mediale Vollversorgung. Neben Radio und Fernseher gibt es Notebooks, Tablets, Smartphones und natürlich einen Internetzugang. Mediengeräte und Medieninhalte sind allgegenwärtig und bereichern unsere Informationssuche, unser Kommunikationsverhalten und unser Bedürfnis nach Unterhaltung. Aber wo hört der „gesunde“ Umgang mit Computern auf und wo fängt ein gefährliches, vielleicht sogar süchtiges Verhalten an?

Immer mehr Jugendliche benötigen professionelle Hilfe, um einen gesunden Umgang mit den neuen Medien zu lernen. Deshalb sollten in Zukunft Präventionsangebote intensiviert werden, die Jugendliche zu einem risikoarmen und verantwortungsvollen Umgang mit Videospiele und Internetangeboten motivieren und befähigen.

Die Präventionskampagne „Ins Netz gehen – Online sein mit Maß und Spaß“ setzt genau seit zehn Jahren hier an: Sie zielt nicht auf völlige Enthaltensamkeit ab, sondern will eine kritische Distanz sowie einen risikoarmen Umgang mit Computer und Internet fördern. Neben der Website www.ins-netz-gehen.de haben vor allem die Einsätze der Net-Piloten eine große Bedeutung. Net-Piloten sind Jugendliche zwischen 14 und 18 Jahren, die ihr Wissen an jüngere Schülerinnen und Schüler weitergeben.

Eine Welt ohne Internet, Computer und Smartphone – das ist heutzutage nicht mehr denkbar.



Grundlegende Ziele

Die im Projekt Net-Piloten vermittelten Inhalte fördern die Reflexions- und Kommunikationsprozesse. Die Jugendlichen sollen eine selbstkritische Einstellung gegenüber ihrer Mediennutzung entwickeln und einen verantwortungsbewussten Umgang mit diesen erlernen.

Die Projektziele in der Übersicht:

- ① Jugendliche über die negativen Folgen exzessiver Mediennutzung aufklären
- ② Die Selbstreflexion des eigenen Videospiele- und Internetgebrauchs fördern
- ③ Förderung der digitalen Balance: Selbstverantwortliche Nutzung digitaler Angebote versus Aktivitäten in der realen Welt
- ④ Ermutigung zu einem veränderten Nutzungsverhalten
- ⑤ Bereitschaft zur Beratung wecken, sofern Probleme und Verunsicherung vorliegen



Die Vorteile der Peer Education

Das Net-Piloten-Projekt setzt in seiner praktischen Präventionsarbeit vor Ort auf den Ansatz der „Peer Education“. Das englische Wort „Peer“ bedeutet „Gleichaltriger“. Die Net-Piloten – hier also Peers – sind speziell geschulte Jugendliche zwischen 14 und 18 Jahren, die ihr Wissen methodisch in Form von Gesprächen, Diskussionen und Spielen an Schülerinnen und Schüler ab Klasse 5 weitergeben. Das heißt, als Net-Piloten werden Personen eingesetzt, die altersmäßig nah an der Zielgruppe dran sind und entsprechend auch leichter Gehör finden. Zudem findet die Prävention dort statt, wo sich Kinder und Jugendliche häufig aufhalten – in der Schule. Alters- und milieuübergreifend kann man so möglichst viele erreichen.

Für die Faszination, die für Kinder und Jugendliche von Medien ausgeht, haben Erwachsene manchmal wenig Verständnis. Da Kinder heutzutage ganz selbstverständlich mit Computern und Internet aufwachsen, lassen sie sich von ihren Eltern diesbezüglich nur wenig sagen. Hier übernehmen die Net-Piloten eine wichtige Rolle als Wissensvermittlerinnen und Wissensvermittler. Sie weisen auf die Gefahren exzessiver Mediennutzung hin, thematisieren die Sorgen der Eltern und zeigen Möglichkeiten zur Verhaltensänderung.

Die derzeitige Elterngeneration hat oftmals noch ein stark abweichendes Nutzungsverhalten. Ein Alltagsbeispiel: Wenn auf einem Elternabend nach der eigenen Onlinenutzung gefragt wird, ist die beliebteste Gegenfrage der Erwachsenen, ob die berufliche oder private Zeit gemeint ist. Für Jugendliche dagegen scheint es in ihrer Wahrnehmung diese Unterscheidung nicht zu geben, obwohl sie zur Erledigung von Schulaufgaben auch Zeit im Internet verbringen. Allein schon dieser Dissens kann zu Kommunikationsproblemen führen.

Der Erfolg der Peer Education steht und fällt mit der Auswahl geeigneter Jugendlicher, die in die Schulklassen gehen. Die ausgebildeten Net-Piloten wirken dabei nicht nur als Vorbilder für ihre Mitschülerinnen und Mitschüler. Durch ihre Tätigkeit erlangen sie selbst ein hohes Maß an Medienkompetenz und können verantwortungsvoll mit Computer, Smartphone und Internet umgehen.



Das Projekt vereint medienpädagogische und suchtpreventive Ansätze und ist auf mehreren Ebenen wirksam. Eines der vorrangigen Ziele ist, dass die Net-Piloten Medienkompetenz erlangen, um die Problematik der exzessiven Nutzung jugendaffiner Angebote im Internet (vor allem Videospiele und Soziale Netzwerke) zielgruppennah und nachhaltig zu bearbeiten. Das Net-Piloten-Projekt dient der Prävention von exzessiver Mediennutzung, das heißt, es soll eine Anregung für die Teilnehmenden sein, ihren eigenen Medienkonsum vorbeugend kritisch zu überprüfen.

Die professionelle und sachkundige Ausbildung der Jugendlichen, die über reine Informationsveranstaltungen weit hinausgeht, ist dabei ein zentraler Bestandteil des Projekts. So trainieren sie zum Beispiel ihre Gesprächsführungs- und Präsentationsfähigkeit sowie weitere soziale Kompetenzen.

Die Zielgruppen

Jugendliche

Hauptzielgruppe des Net-Piloten-Projekts sind Schülerinnen und Schüler im Alter zwischen 12 und 18 Jahren. Die Besonderheit ist, dass zwei unterschiedliche Zielgruppen angesprochen werden: einerseits die Jugendlichen, die zu Net-Piloten ausgebildet werden (14 bis 18 Jahre), andererseits die Jüngeren (12 bis 14 Jahre), welche von den Net-Piloten aufgeklärt werden. Da das Projekt alle Jugendlichen gleichermaßen erreichen soll, werden die teilnehmenden Schulen so ausgewählt, dass man eine Mittelschichtorientierung vermeidet.

Ziel des Projekts ist, exzessiver Mediennutzung vorzubeugen. Die Net-Piloten sollen ihre Mitschülerinnen und Mitschüler prophylaktisch ansprechen, bevor diese eine auffällige Mediennutzung entwickeln. Um dies zu erreichen, müssen Formen und Wege der Ansprache gewählt werden, die bei den jeweiligen Zielgruppen einen hohen Identifikationsgrad mit dem Net-Piloten-Projekt und seinen Botschaften gewährleistet. Dies geschieht unter anderem dadurch, dass bei der Auswahl der Peers ebenso wie bei der Auswahl der Net-Piloten auf eine zahlenmäßig ausgeglichene Geschlechterwahl geachtet wird.

Eltern & Lehrkräfte

Die Erziehungsberechtigten bilden eine weitere zentrale Zielgruppe hinsichtlich des Präventions- und Beratungsangebots:

An den Schulen findet ein Informationsabend statt, um die Eltern über die neuen Medien und deren Risiken zu informieren und sie für das Thema exzessive Mediennutzung zu sensibilisieren. Die Net-Piloten berichten von ihrem Einsatz in den Klassen und sind, zusammen mit den Expertinnen und Experten der Suchtfachstellen, für Fragen ansprechbar. Die lösungsorientierten Ansätze des Projekts wirken sich im Elternhaus präventiv aus: Die Eltern können ihre Kinder bei der Mediennutzung kompetent begleiten und in der Familie wird die proaktive Auseinandersetzung mit dem Thema gefördert.

Je sicherer sich Lehr- und Fachkräfte fühlen, umso frühzeitiger können sie geeignete Interventionsstrategien entwickeln und einsetzen. Das Kennenlernen spezifischer Methoden zur Förderung der Medienkompetenz ist daher ein weiteres Ziel des Net-Piloten-Projekts. An jeder Schule, an der das Projekt durchgeführt wird, gibt es auch weitergebildete Lehrkräfte, um die Schülerinnen und Schüler bei dem Thema zu unterstützen und für Eltern ansprechbar zu sein (ausführlichere Informationen dazu gibt es im Kapitel 7).

Die Methoden der Net-Piloten-Ausbildung

Das Projekt umfasst konkrete Angebote zur Auseinandersetzung mit den digitalen Medien für die beiden Zielgruppen Net-Piloten sowie Schülerinnen und Schüler. Die Angebote sind so konzipiert, dass Jugendliche selbst aktiv werden können, um sich eigenverantwortlich den Herausforderungen der virtuellen Welt zu stellen. Parallel dazu werden die Jugendlichen zu alternativen Freizeitbeschäftigungen motiviert. Diese Aktivierungsmaßnahmen können präventiv wirken und vermitteln den Jugendlichen ein größeres Verhaltensrepertoire, etwa zur Beziehungsgestaltung und Stimmungsänderung. Die Gestaltung des Programms und der Einsatz der Peers als „Lehrkräfte oder Wissensvermittlerinnen und Wissensvermittler“ sorgt für eine nachhaltige Verankerung im Wissen der jüngeren Klassen. Die niedrighschwellige und spaßige Methodenauswahl macht es den jüngeren Workshopteilnehmenden leicht, mitzumachen und beschert den Net-Piloten gutes Feedback.

Die Ausbildung der Net-Piloten thematisiert die Faszination der virtuellen Welt und deren Risiken im Hinblick auf mögliche Abhängigkeiten, zum Beispiel bei Online-Rollenspielen oder in sozialen Netzwerken. Die Teilnehmenden lernen, bei ihren Mitschülerinnen und Mitschülern eine kritische Auseinandersetzung und einen eigenverantwortlichen Umgang mit den neuen Medien zu fördern. So scheint es leicht, das Ziel umzusetzen und nachhaltige Wirkung zu erzielen.

Lernziele

1. Wissenszunahme über Folgen exzessiver Mediennutzung:

- ⊕ Erkenntnisgewinn über die gesundheitlichen Folgen von übermäßiger Mediennutzung
- ⊕ Wissenszunahme über risikoarme Mediennutzung (z. B. durch Zeitlimits)
- ⊕ Zunehmende Kenntnis über Hilfsangebote bei riskanter Mediennutzung
- ⊕ Verstärkung der sozialen Norm „Online sein mit Maß und Spaß“

2. Förderung der Reflexionsfähigkeit sowie Einstellungsänderung zur eigenen Computerspiel- und Internetnutzung:

- ⊕ Erkenntnis, dass analoge Beschäftigungen und digitale Aktivitäten in eine Balance gebracht werden sollten
- ⊕ Steigerung der Absicht, Videospiele und Internetangebote verantwortungsvoll zu nutzen
- ⊕ Bestreben, gesundheitsschädigende Videospiele- und Internetnutzung zu reduzieren oder zu beenden

- ⊕ Anstieg der Selbstwirksamkeitserwartung, gesundheitsschädigende Videospiele- und Internetnutzung reduzieren zu können
- ⊕ Beeinflussung der Nutzungsnormen gleichaltriger Gruppen im Sinne der Maßnahmenziele
- ⊕ Förderung alternativer, analoger Erlebnisformen bzw. alternativer Bewältigungsstrategien, um exzessiven Mediennutzung zu vermeiden

3. Förderung der Änderung des Nutzungsverhaltens von Videospiele- und Internetangeboten:

- ⊕ Rückgang der problematischen oder exzessiven Videospiele- und Internetnutzung
- ⊕ Anstieg der Moderations- und Präsentationsfähigkeiten der Net-Piloten
- ⊕ Steigerung des Selbstbewusstseins und Entwicklung sozialer Kompetenzen bei den Net-Piloten
- ⊕ Steigerung der Kenntnis über mögliche Schutzfaktoren, die den Menschen davon abhalten, eine computerspiel- und internetbezogene Störung zu entwickeln

4. Förderung der Beratungsbereitschaft im Bedarfsfall und Hinweis auf mögliche Hilfsangebote:

- ⊕ Zunahme der Kommunikation über riskante Nutzung von Videospiele und Internet in der Gruppe der Net-Piloten
- ⊕ Informationen über Hilfsangebote vor Ort, innerhalb der Schule oder des jeweiligen Heimatorts
- ⊕ Zunahme von Hilfsbereitschaft für betroffene Freundinnen und Freunde, die den Betroffenen motivieren, sich an Erwachsene oder professionelle Beratung zu wenden.
- ⊕ Zunahme an Beratungsbereitschaft bei eigenem Bedarf