



**Angewandte
Psychologie**

Psychologisches Institut

Projekt «Generation Smartphone» und Folgerungen für die Prävention

Prof. Dr. Daniel Süss

Bern, 16.9.2021 BAG / NPG

Stakeholderkonferenz Kinder und Jugendliche stärken!

Ausgangspunkte

www.generationsmartphone.ch

Projekt «Generation Smartphone» (2018)

Eine Kooperation von FHNW Institut für Kinder- und Jugendhilfe, ZHAW Psychologisches Institut, Medienfaller Basel, gefördert von Stiftung Mercator Schweiz.

<https://www.zhaw.ch/psychologie/james>

JAMES-Studien, gefördert von Swisscom (seit 2010)

Jugendliche mit Gesundheitsförderungsbotschaften erreichen. Projekt für Gesundheitsförderung Schweiz (2021)

Generation Smartphone

- 30 Jugendliche führen 30 Tage lang ein Smartphone-Tagebuch
- 8 Jugendliche und 8 Forschende analysieren die Daten
- Workshops zu Interpretationen und Folgerungen
- Entwicklung von Materialien durch die Jugendlichen: Postkartenset für Jugendliche, Exemplarische Chats von Jugendlichen (für Eltern), Offener Brief an Eltern.

Erfahrungen:

- Partizipative Forschung auf Augenhöhe setzt vielfältige Kompetenzen voraus: Themenwahl, Forschungsfragen, Methodenkenntnisse, theoretische Bezüge, Alltagswissen.
- Die Kompetenzen der Jugendlichen waren sehr heterogen.
- Medienrepertoires und Alltagspraxen sind sehr heterogen.
- Ambivalenz und der Umgang damit ist zentral.

Chancen, Risiken, Ambivalenzen

«Handy & Ich = best friends!»

«Bester Freund und grösster Feind»

- In jedem Dossier werden erlebte Chancen und Risiken sichtbar.
- Jugendliche entwickeln persönliche Strategien des Umgangs.
- In den Befürchtungen spiegeln sich die Positionen der erwachsenen Bezugspersonen.
- Jugendliche wehren sich gegen Pauschalisierungen.
- Sie erproben Offline-Phasen. Erreichbarkeit und Stress.
- Third Person Effekte werden deutlich.
- Biographische Übergänge verändern die Nutzungsstile.
- Umgang mit Langeweile – Zeitverschwendung.

Chancen	Risiken
<ol style="list-style-type: none"> 1. Kommunikation: Kontakte aufbauen und pflegen, Erreichbarkeit im Notfall 2. Persönliche Dokumentation und Erinnerungen festhalten / Fotoarchiv 3. Unterhaltung und Spass / Inspiration und Zeitvertreib, Neues entdecken / Langeweile vermeiden 4. Information / Recherche / Organisation 5. Multifunktionsgerät 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ablenkung / hält vom Lernen ab / weniger Konzentration in der Schule 2. Zeitverschwendung und zweckfreie Nutzung, zu viel am Smartphone 3. Druck zu antworten 4. Geldverschwendung 5. Cybermobbing und Brutalität / Enttäuschungen, Bedrohungen, Mobbing

Beispiel aus Postkartenset



«Wie viele Likes brauchst
du, um dich gut zu fühlen?»

www.generationsmartphone.ch

Weitere Beispiele:

- Likest Du auch schlechte Bilder deiner besten Kollegen?
- Erlebe die Welt wieder, ohne sie auf Instaqualitäten zu überprüfen!
- Und wieviel Zeit geht bei dir für den besten Schnappschuss drauf?
- Wann hast Du der Person, die bei WhatsApp zuoberst steht, zuletzt in die Augen geschaut?
- Handysüchtig sind immer nur die Anderen?

Ausschnitt aus dem Brief an die Eltern

Betreff: Gebt uns einfach etwas Zeit!



von: Nadja Gmür
an: Eltern von Teenagern mit Smartphones

Dienstag, 12. Januar 2016 um 14:43

[Details anzeigen](#)

Liebe Eltern

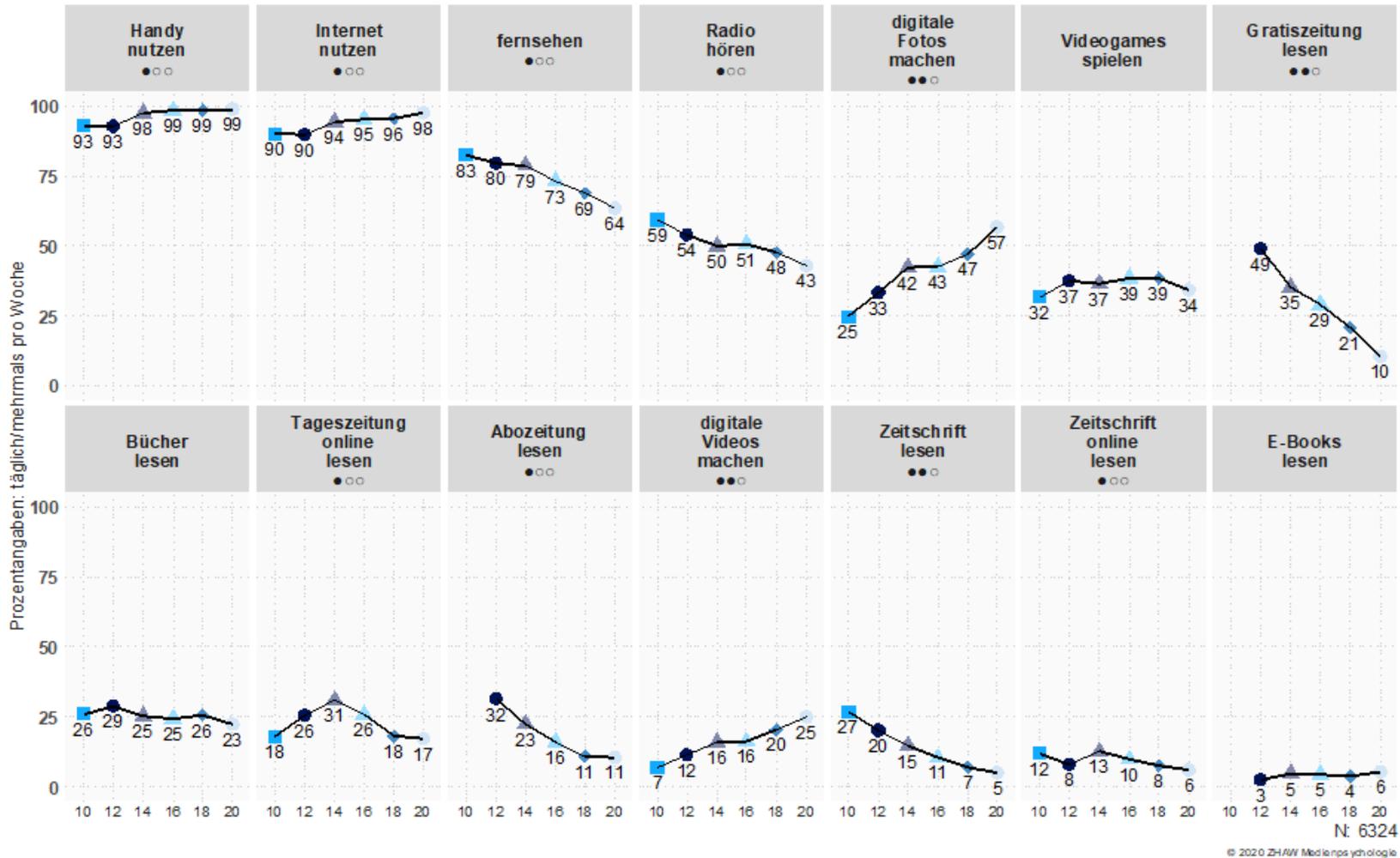
Wir Jugendliche haben es satt, immer in einen Topf geworfen zu werden. «Die heutige Jugend ist nur noch am Handy.» «Die verdummen ja total, wenn die nur vor dem Bildschirm sitzen.» Das ist total verallgemeinernd. Wir sind nicht alle «Smombies», also Smartphone-Zombies. (Übrigens benutzt kein Jugendlicher dieses Wort.)

Natürlich gibt es immer Ausnahmen, Leute, die ihren Umgang mit dem Smartphone nicht im Griff haben. Aber viele Teenager haben eine unproblematische Beziehung zu ihrem Smartphone und vor allem auch eine, die sich wandelt. Vielleicht haben Sie, liebe Eltern, Ihrem Kind kürzlich ein Smartphone gekauft. Und würden sich jetzt am liebsten dafür ohrfeigen, denn Ihr Nachwuchs hängt nur noch vor dem Bildschirm rum. «Mein Kind ist bestimmt schon abhängig», denken Sie vielleicht.

Wir können Ihnen Ihre Sorge etwas nehmen: Denken Sie einmal zurück an die Zeit, als Ihr Kind noch etwas jünger war. Bestimmt hat sich Ihr Kind ein bestimmtes Spielzeug gewünscht. Und was ist passiert, als es dieses endlich bekommen hat? Genau. Das Kind beschäftigte sich für einige Zeit fast ausschliesslich mit dem neuen, interessanten Gegenstand.

Mit dem Handy ist das genauso. Wenn man ein neues Handy bekommt, ist das erst mal sehr aufregend. Was kann das Gerät alles? Was passiert, wenn ich bestimmte Funktionen aktiviere? Wie funktionieren WhatsApp, Instagram, Snapchat? Es ist ganz normal, dass man sich mit einem neuen Gerät vertraut machen will. Wenn Sie sich nun denken, dass diese Phase bei Ihrem Kind schon sehr lange andauert, halten Sie sich vor Augen, wie viele Möglichkeiten ein Handy zu bieten hat. Da ist es fast logisch, dass die Zeit des Kennenlernens etwas länger dauert.

JAMES-Studie (2020): Trends der Mediennutzung von Jugendlichen



Folgerungen für die Prävention:

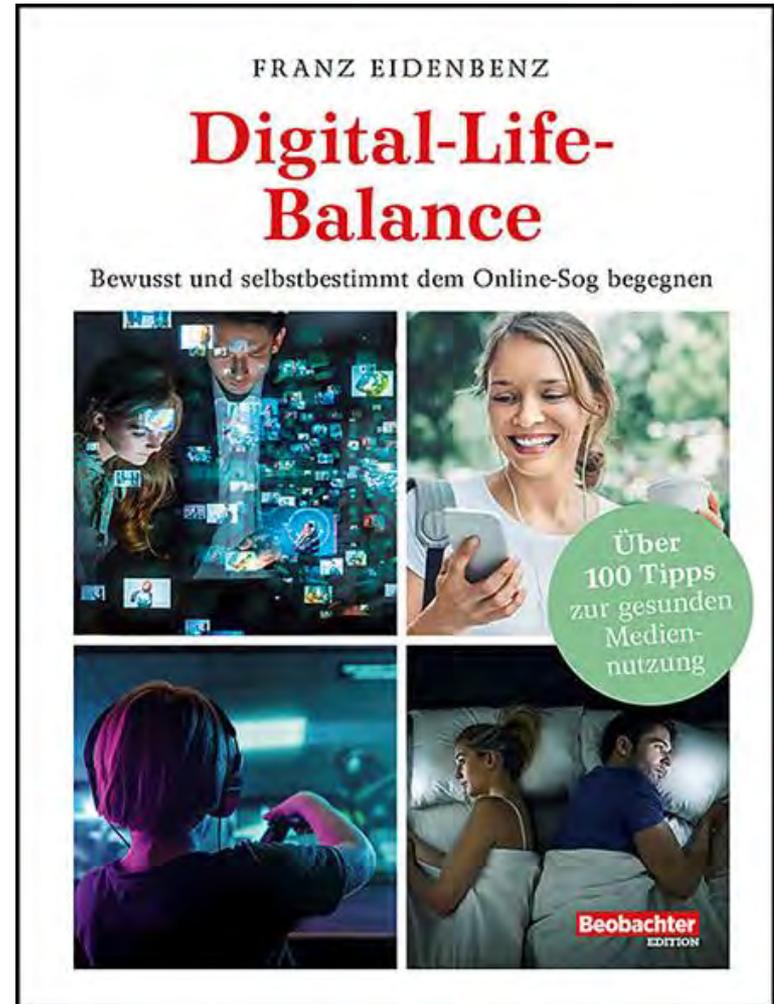
- Das Smartphone als Metamedium und Alltagsbegleiter
- Webseiten, soziale Netzwerke und Videoportale als Info-Quellen
- Influencer:innen als Botschafter
- Gesundheits-Apps
- Serious Games und Gamification
- Neue publizistische Online-Formate wie Izzy-Projects oder Youngbulanz

Aber auch:

- Quality Time durch bewusstes Connectivity Management
- Fördern der Selbst-, Sozial- und Medienkompetenz

Was trägt zu Lebensqualität bei?

- Was brauchen Menschen, um aufzublühen?
- Wann können sie ganz aufgehen in einem Tun und Erleben (Flow)?
- Alles wirkliche Leben ist Begegnung. (Martin Buber)
- Verbundenheit und Abgrenzung
- Inspirieren und inspiriert werden
- Sich und Nahestehenden die eigene Geschichte erzählen
- Geschichten mit Passung (Remo Largo) finden.



Literatur

Bernath, J., Suter, L., Waller, G., Külling, C., Willemse, I. & Süss, D. (2020). JAMES – Jugend, Aktivitäten, Medien – Erhebung Schweiz. ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.

Eidenbenz, F. (2020). Digital-Life-Balance. Beobachter-Ratgeber. Zürich.

Heeg, R., Genner, S., Steiner, O., Schmid, M., Suter, L., & Süss, D. (2018). Generation Smartphone. Ein partizipatives Forschungsprojekt mit Jugendlichen. Basel/Zürich, FHNW Fachhochschule Nordwestschweiz und ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.

Süss, D., Domdey, P., Steiner, L., Löpfe, S. & Bernath, J. (2021). Jugendliche mit Gesundheitsförderungsbotschaften erreichen. Empfehlungen auf der Basis von Literaturrecherchen und Interviews mit Jugendlichen. Im Auftrag von Gesundheitsförderung Schweiz. ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.

Kontakt

Prof. Dr. Daniel Süss

ZHAW Zürcher Hochschule
für Angewandte Wissenschaften
Departement Angewandte Psychologie
Psychologisches Institut

Pfingstweidstrasse 96
Postfach
CH-8037 Zürich
Tel. +41 58 934 83 36
Fax +41 58 935 83 36
daniel.suess@zhaw.ch
www.zhaw.ch/psychologie/pi

Universität Zürich,
Kommunikationswissenschaft:
www.ikmz.uzh.ch