

Ständig online! – Perspektiven zur exzessiven Mediennutzung bei Kindern und Jugendlichen

Schwerpunkt!

Digitale Welten im Übermaß?! Exzessive Nutzung von Games & Co.

Petra Müller

Würden Sie Ihrer 12-jährigen Tochter die Nutzung von WhatsApp und Ihrem 13-jährigen Sohn den Zugang zu YouTube verwehren? Durch entsprechende Verbote sollten Kinder und Jugendliche vor übermäßigem Konsum digitaler Medien geschützt werden – so eine in der Öffentlichkeit viel diskutierte These. Jüngstes Beispiel ist die Ankündigung der australischen Regierung, Jugendlichen erst ab 16 Jahren den Zugang zu Social Media zu erlauben.¹ Doch welche Konsequenzen hätte ein solches Verbot bei uns? Nach der jüngsten JIM-Studie sind in der Altersgruppe ab 12 Jahren WhatsApp, Instagram, YouTube, TikTok und Snapchat die Top 5 der wichtigsten Social-Media-Apps.²

Positiv an diesen Diskussionen ist, dass problematische Entwicklungen und potenziell schädigende Medien wahrgenommen werden. Doch die australische Lösung sieht vor, jungen Menschen die Kommunikationsmedien zu verbieten, die ihnen besonders wichtig sind und einen wesentlichen Teil ihres Alltags und sozialen Miteinanders ausmachen. Doch sie haben ein Recht auf Teilhabe an der Breite des Kommunikationsangebots. Ebenso haben sie das Recht, vor schädigenden Inhalten und Nutzungsrisiken geschützt zu werden.

Ziel des Kinder- und Jugendmedienschutzes und seiner nationalen Institutionen ist es deshalb, Schutz und Teilhabe gleichermaßen anzustreben. Im Folgenden werden die potenziellen Wirkungen einer exzessiven Nutzung von Games & Co. genauer betrachtet.

Mediennutzung junger Menschen

Alle Mediennutzungsstudien zeigen, dass Kinder und Jugendliche digitale Medien früh, auf verschiedenen Endgeräten und intensiv nutzen. Bereits von den 6- bis 7-Jährigen werden Tablets (86 %), Smartphones (66 %) und Spielkonsolen (38 %) zumindest gelegentlich genutzt³, oft noch gemeinsam mit den Eltern. Ab bereits zehn Jahren steigen der persönliche Besitz und die selbständige Gerätenutzung rasant und die elterliche Kontrolle nimmt stark ab.⁴ Damit steigt die Gefahr, ohne Korrektiv problematischen Inhalten oder Nutzungsrisiken ausgesetzt zu sein.

Gut die Hälfte aller Deutschen ab 16 Jahren spielt regelmäßig digitale Spiele (2024: 53 %). Dieses Niveau ist seit 2020 stabil, war aber vor der Corona-

Pandemie fast 10 % niedriger.⁵ Betrachtet man die Verteilung nach Alter, sind Games in allen Altersgruppen ab sechs Jahren gleichermaßen beliebt⁶, jedoch liegt die Nutzungsfrequenz in der Altersgruppe von 12 bis 13 Jahre am höchsten (82 % täglich/mehrmals pro Woche) und nimmt mit zunehmendem Alter leicht ab.⁷ Die durchschnittliche Nutzungsdauer ist bei Älteren höher. Zudem liegt die Nutzungszeit bei Jungen mit 114 Minuten pro Tag deutlich höher als die der Mädchen mit 66 Minuten pro Tag.⁸

Eine hohe Nutzungsintensität und -dauer sind jedoch nur Indikatoren für eine problematische Nutzung: Ob diese auch zu Kontrollverlust und Sucht führen, hängt von vielen Faktoren ab.

Zwischen 2020 und 2024 wurden drei Studien zur Mediensucht im Auftrag der DAK-Krankenkasse veröffentlicht. Diese zeigen viel diskutierte Zahlen zu der Frage, wie viele Kinder und Jugendliche als computerspielsüchtig einzuschätzen sind.⁹ Unterschiedliche Kriterien und Erhebungsmethoden führen zu jeweils abweichenden Ergebnissen und auch veränderte Rahmenbedingungen – etwa während der Corona-Pandemie – werden als Einflussfaktoren benannt. Zusammenfassend könnten bis zu 4 % der Kinder und Jugendlichen eine psychische Störung aufweisen, die als Krankheit zu qualifizieren ist. Dabei ist das Risiko, computerspielsüchtig zu werden, in der Pubertät und bei Jungen besonders hoch.

Mit der Aufnahme in den Katalog der World Health Organization (WHO) wurde „Gaming Disorder“ (ICD-11) 2019 offiziell im Bereich der Verhaltenssuchte als Krankheit anerkannt, der klare Diagnosekriterien zugewiesen sind:

- **Kontrollverlust:** Unfähigkeit, die Spieldauer und -häufigkeit zu kontrollieren.
- **Priorisierung:** Das Spielen wird anderen Aktivitäten und Interessen vorgezogen.
- **Negative Konsequenzen:** Fortsetzung des Spielens trotz negativer Auswirkungen auf persönliche, familiäre, soziale, schulische oder berufliche Bereiche.
- **Dauer:** Das Verhaltensmuster muss über einen Zeitraum von mindestens 12 Monaten bestehen, um diagnostiziert zu werden.¹⁰

Kontrollverlust und Abhängigkeit korrelieren keineswegs nur mit der Nutzungsdauer, sondern werden durch verschiedene Faktoren beeinflusst: durch die Persönlichkeit der Betroffenen, dem sozialen Umfeld und suchterzeugenden Spielmechanismen.

KJM-Studie: „Förderung von exzessivem Nutzungsverhalten bei Games“

Die von der Kommission für Jugendmedienschutz (KJM) beauftragte und 2023 veröffentlichte Studie zu exzessiver Games-Nutzung¹¹ hat zehn besonders reichweitenstarke Spiele unter anderem auf suchterzeugende Spielmechanismen untersucht, darunter Minecraft, FIFA 23, Fortnite und World of Warcraft.¹² In allen Spielen wurden verschiedene Dark Patterns¹³, also manipulative Gestaltungsmittel zur Beeinflussung des Konsumentenverhaltens und problematische Monetarisierungsmodelle, gefunden. Die häufigsten sind Lootboxen, versteckte Kosten, irreführende Buttons, Zwangsregistrierungen, schwierige Stornierungen und Aktionsaufforderungen.

Diese Gestaltungsmittel können zu exzessivem Spielen beitragen, die Unerfahrenheit insbesondere jüngerer Spielenden ausnutzen und/oder zu ungewollten Käufen und Abonnements führen. Allerdings ist das Risikopotenzial sehr unterschiedlich und muss jeweils im Einzelfall und im Zusammenhang mit dem konkreten Gamedesign beurteilt werden.

Im Rahmen der KJM-Studie wurden zur Minderung der Risikopotenziale verschiedene Maßnahmen vorgeschlagen, die von Spieleherstellenden, Selbstregulierung und staatlicher Regulierung umgesetzt werden sollten:

- Transparenz, Limits und Kinderschutz bei In-Game-Käufen und Lootboxen,
- Spielzeitkontrolle und -beschränkungen,
- Alterseinstufungen und Inhaltswarnungen.

Doch mit Regulierung allein ist ein gesundes und gutes Aufwachsen mit Medien nicht erreichbar. Games, die einem ethischen Spieldesign folgen, verdienen breitere Unterstützung und Aufmerksamkeit, beispielsweise durch Gütesiegel oder entsprechende pädagogische Empfehlungen. Zudem ist es eine redundante, aber nicht überholte Forderung, Medienkompetenzschulung in allen Bereichen weiter auszubauen.

Zur aktuellen Praxis von Schutzmaßnahmen und Prävention

Durch die Aufnahme von Nutzungsrisiken in das Jugendschutzgesetz (JuSchG) im Rahmen der Novelisierung 2021 sowie zukünftig in den Jugendmedien-

schutzstaatsvertrag (JMStV, Beschluss im Dezember 2024) gibt es für einige Forderungen aus der KJM-Studie inzwischen eine gesetzliche Grundlage und eine etablierte Praxis. Hier sind insbesondere die für Games relevanten Nutzungsrisiken durch „Kauf-funktionen, durch glücksspielähnliche Mechanismen, durch Mechanismen zur Förderung eines exzessiven Mediennutzungsverhaltens ... sowie durch nicht alters-gerechte Kaufappelle“¹⁴ zu nennen.

Bei der gesetzlichen Alterskennzeichnung durch die Unterhaltungssoftware Selbstkontrolle (USK) werden diese Nutzungsrisiken nun berücksichtigt. Sie haben bei 30 % der betroffenen Games zu einer höheren Alterseinstufung geführt. Ein Beispiel ist die FIFA-Serie: Nach Vorgaben des alten JuSchG haben die Spiele bis FIFA 23 eine Alterseinstufung ab 0, nach neuen Vorgaben wurde das Nachfolgespiel ab 12 Jahren freigegeben und erhielt Deskriptoren, die erhöhte Kaufanreize und den Druck zum Vielspielen unmittelbar kenntlich machen. Die neu eingeführten Deskriptoren benennen das Risikopotenzial und schaffen Transparenz. Zudem werden vorhandene Vorsorgemaßnahmen (wie Zeitbegrenzungen, eingeschränkte Konten, Meldemöglichkeiten) bei der Alterseinstufung berücksichtigt. In der Umsetzung der veränderten gesetzlichen Vorgaben hat die USK eine Spruchpraxis entwickelt, die Games mit Monetarisierungsmodellen zwischen 12 und 18 Jahren einstuft.

Ausblick

Angesichts sich ständig rasant entwickelnder Medien muss immer wieder neu über die gesellschaftlichen Grundlagen, Werte und den Schutzanspruch des Kinder- und Jugendmedienschutzes diskutiert werden.

Gesetzliche Regelungen können die Entwicklungen der Medienlandschaft nur unzureichend abbilden. Daher benötigen wir Gesetze, die den Institutionen des Jugendmedienschutzes effiziente Maßnahmen und Anpassungen an neue Gegebenheiten ermöglichen. Die JMStV-Novelle sieht dies mit den Vorgaben für Mirror-Pages, „Follow the Money“ und den aktualisierten Vorgaben für technischen Jugendschutz vor und gibt dem Jugendmedienschutz damit neuen Schub. Doch bereits jetzt zeichnen sich auch neue Herausforderungen ab, beispielsweise durch Künstliche Intelligenz (KI), mit der auch Laien Games produzieren können. Zudem wird User-generated content, wie etwa auf der Spieleplattform Roblox, zunehmen.

Dort loggen sich täglich 80 Millionen Nutzende ein und veröffentlichen 5 Millionen aktive Erlebnisse. All diese Entwicklungen bringen viele Chancen und neue Perspektiven der medialen Kommunikation mit sich. Teilhabe an Medien bedeutet Teilhabe am gesellschaftlichen und kulturellen Diskurs. Darauf haben Kinder und Jugendliche ein Recht, ebenso wie auf Schutz und Begleitung.

Anmerkungen

- ¹ Vgl.: <https://www.tagesschau.de/ausland/ozeanien/australien-social-media-102.html>
- ² JIM-Studie 2024, S. 27
- ³ https://www.bitkom.org/sites/main/files/2022-06/Bitkom-Charts_Kinder_Jugendliche_09.06.2022_0.pdf, S. 2
- ⁴ Ebd.: S. 4, 6 und 13.
- ⁵ https://www.bitkom.org/sites/main/files/2022-06/Bitkom-Charts_Kinder_Jugendliche_09.06.2022_0.pdf, S. 61
- ⁶ <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/290890/umfrage/altersverteilung-von-computerspielern-in-deutschland/>
- ⁷ JIM-Studie 2024, S. 49
- ⁸ Ebd.: S. 51
- ⁹ Zahlen der Studien: 2,7 % (DAK 2020), 4,1 % (Thomasius 2021) und 6,3 % (DAK 2024). Quellen: <https://caas.content.dak.de/caas/v1/media/12654/data/e364341b499ec01105a44cdd5eed6f97/dak-studie-gaming-social-media-und-corona.pdf> und https://www.dak.de/dak/unternehmen/reporte-forschung/dak-studie-mediensucht-2023-24_56536#rtf-anchor-download-studie
- ¹⁰ Quelle: <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/addictive-behaviours-gaming-disorder>
- ¹¹ Prof. Dr. Rudolf Kammerl, Jun.-Prof. Dr. Michaela Kramer, Katrin Pözel & Prof. Dr. Lutz Wartberg: Förderung von exzessivem Nutzungsverhalten bei Games; Gutachten für die Kommission für Jugendmedienschutz (KJM), 11.12.2023
- ¹² Prof. Dr. Rudolf Kammerl et al., s. o., hier: S. 33-37
- ¹³ Ebd. S. 6
- ¹⁴ § 10b (3) S 2 JuSchG

Zur Person

Petra Maria Müller ist stellvertretende KJM-Vorsitzende und Redaktionsleiterin im FWU Medieninstitut der Länder.



Foto: © Jens Jeske