

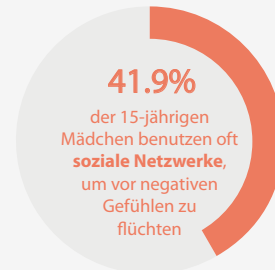
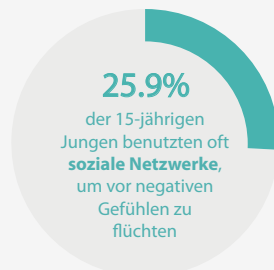


hbcs



# Bildschirme, Internet und soziale Netzwerke bei den 11- bis 15-Jährigen im Kanton Freiburg im Jahr 2018

## Schlüsselzahlen



## Allgemeine Informationen

Bildschirme und das Internet sind heute im Alltag Jugendlicher allgegenwärtig, sei es zur Unterhaltung, Kommunikation, Information oder zum Lernen. Abgesehen von ihren vielen Vorteilen bergen sie unter bestimmten Anwendungsbedingungen auch Risiken für die physische und psychische Gesundheit und Entwicklung der jungen Menschen.

Die nationale Plattform [Jugend und Medien](#) empfiehlt u.a., dass Eltern dafür sorgen, dass die Freizeit ihrer Kinder zwischen Online- und Offline-Aktivitäten ausgewogen bleibt, dass sie mit ihren Kindern Regeln für die Dauer bzw. Zeiträume für die Bildschirmnutzung und für die Inhalte aufstellen und diese an ihren Entwicklungsstand anpassen. Schliesslich sollen Eltern mit gutem Beispiel vorangehen und ihre Kinder in der digitalen Welt begleiten und ihnen allmählich mehr Selbstständigkeit zugestehen.

## Bildschirmnutzung in der Freizeit

Im Jahr 2018 verbringen 11- bis 15-Jährige im Kanton Freiburg die meiste Zeit ihrer Bildschirmnutzung mit Fernsehen oder Video schauen oder anderen Unterhaltungsformen, dies sowohl an Schultagen wie auch an Wochenenden. Unabhängig der Art ist die Bildschirmnutzung an Wochenenden viel häufiger als an Schultagen.

Während Jungen deutlich mehr Zeit mit Videospielen verbringen als Mädchen, widmen sich Mädchen häufiger den anderen digitalen Tätigkeiten (z.B. soziale Netzwerke, im Internet surfen und um Hausaufgaben zu erledigen). Hingegen scheint es keinen wesentlichen Geschlechtsunterschied in Bezug auf das Ansehen von Fernsehprogrammen, Videos usw. zu geben.

## Über Geheimnisse, Gefühle und Sorgen sprechen

Im Jahr 2018 zieht die überwiegende Mehrheit der 11- bis 15-Jährigen die persönliche Kommunikation vor, um über ihre Geheimnisse, Gefühle oder Sorgen zu sprechen.

Dennoch bevorzugen einige Jugendliche den sozialen Austausch übers Internet. Bei den 15-Jährigen beispielsweise stimmen 24.8 % der Jungen und 34.2 % der Mädchen zu oder völlig zu, dass es für sie einfacher ist, Online über ihre Gefühle zu sprechen als in einem persönlichen Gespräch. Bei den Sorgen (J: 16.6%; M: 23.7%) und Geheimnissen (J: 11.7%; M: 15.1%) trifft dies weniger zu. Es ist anzumerken, dass die Präferenz für Online-Interaktionen im Alter von 11 bis 15 Jahren tendenziell zunimmt und bei Mädchen stärker ausgeprägt ist.

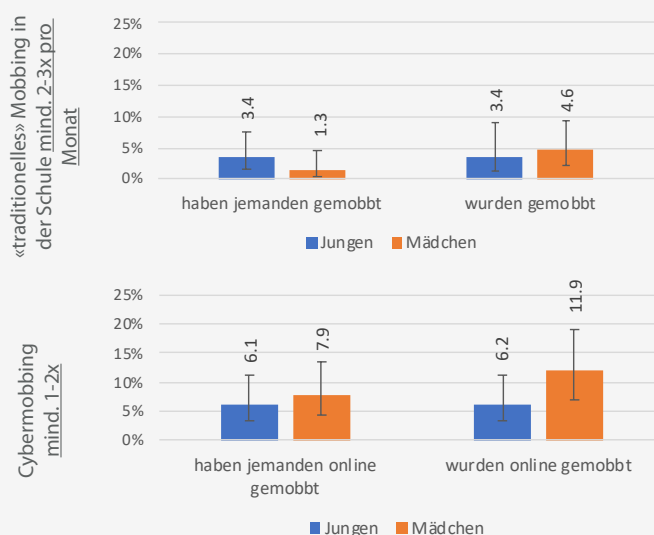
## «Herkömmliches» Mobbing und Cybermobbing

Zum «traditionellen» Mobbing gehören Handlungen wie Schikanieren, gemeine Dinge sagen oder antun oder das wiederholte und anhaltende Ausschliessen anderer Jugendlichen. In der HBSC-Studie wird **«traditionelles» Mobbing** als Handlungen definiert, die in den letzten Monaten mindestens 2-3 Mal pro Monat begangen oder erlebt wurden.

Im Jahr 2018 geben etwa 5% der 11- bis 15-Jährigen an, in den letzten Monaten Opfer von «traditionellen» Mobbing an der Schule geworden zu sein. Dies betrifft 5.9% der Jungen und 5.3% der Mädchen im Alter von 11 Jahren sowie 6.2% der Jungen und 7.5% der Mädchen im Alter von 13 Jahren (siehe Abbildung bezüglich 15-Jährigen). Jungen sind vom Mobbing etwa gleich häufig betroffen wie Mädchen. Es kann kein linearer Zusammenhang mit dem Alter verzeichnet werden.

Darüber hinaus geben etwa 2% der 11- bis 15-Jährigen an, in den letzten Monaten «traditionelles» Mobbing an der Schule begangen zu haben. Dazu gehören 5.9% der Jungen und ca. 1% der Mädchen im Alter von 11 Jahren und weniger als 1% der Jungen und Mädchen im Alter von 13 Jahren (siehe Abbildung bezüglich 15-Jährigen). Jungen scheinen häufiger Täter von „traditionellen“ Mobbing zu sein. Bezüglich Alter kann kein linearer Zusammenhang beobachtet werden.

## Anteile der Täter und Opfer von (Cyber-)Mobbing in den letzten Monaten bei 15-Jährigen, nach Geschlecht (HBSC FR 2018)



Wenn die Belästigung über digitale Kanäle erfolgt, kann sie in Form von böartigen oder bedrohlichen Nachrichten oder Beiträgen, verspottenden Webseiten und wenig schmeichelhaften Fotos erfolgen, die ohne die Zustimmung der betroffenen Person veröffentlicht oder geteilt werden. Jede dieser Handlungen kann sich rasend schnell verbreiten, eine Spur im Internet hinterlassen und das Opfer langjährig verfolgen. Aus diesem Grund kann eine einmalig begangene Handlung langfristige negative Folgen für das Opfer haben. Deshalb reicht in der HBSC-Studie eine einmalige Handlung in den letzten Monaten zur Definition von **Cybermobbing** aus.

Im Jahr 2018 geben etwa 10% der 11- bis 15-Jährigen an, in den letzten Monaten Opfer von Cybermobbing geworden zu sein. Genauer gesagt betrifft Cybermobbing 5.3% der 11-jährigen Jungen und Mädchen sowie 4.5% der 13-jährigen Jungen und 12.7% der 13-jährigen Mädchen (siehe Abbildung bezüglich 15-Jährigen). Somit scheinen 13- und 15-jährige Mädchen eher von Cybermobbing betroffen zu sein als Jungen. Weiter scheint Cybermobbing bei Mädchen mit zunehmendem Alter zuzunehmen. Im Vergleich dazu ist der Anteil der 11- bis 15-Jährigen, die berichten, in den letzten Monaten jemanden Online belästigt zu haben, halb so hoch (ca. 5%). Genauer gesagt geben 2.4% der Jungen und etwa 1% der Mädchen im Alter von 11 Jahren

und 3.4% der Jungen und 3.1% der Mädchen im Alter von 13 Jahren an (15 Jahre: siehe Abbildung), Cybermobbing verübt zu haben. In den jüngeren Altersgruppen scheint der Anteil der Täter bei Mädchen niedriger zu sein als bei Jungen. Diese Beobachtung wird jedoch nicht bei den älteren Jugendlichen geteilt. Insbesondere bei Mädchen scheint die Wahrscheinlichkeit, Cybermobbing zu verüben, mit dem Alter zuzunehmen. Es ist anzumerken, dass Opfer von «traditionellem» Mobbing häufiger Opfer von Cybermobbing sind als andere Jugendliche.

### Problematische Nutzung sozialer Netzwerke

Die folgende Tabelle zeigt (nur für 15-Jährige) neun Anzeichen, die auf Schwierigkeiten<sup>1</sup> bei der Nutzung sozialer Netzwerke in den letzten 12 Monaten hindeuten könnten.

Im Jahr 2018 weist etwa ein Drittel der 11- bis 15-Jährigen keines der neun Anzeichen auf; etwa ein Fünftel der 11- bis 15-Jährigen nennt eines, etwa jeder Zehnte nennt zwei und etwa ein Viertel drei bis fünf Anzeichen. Schliesslich geben etwa 5% der 11- bis 15-Jährigen mindestens sechs Anzeichen<sup>2</sup> (von neun) an. Dies deutet auf eine problematische Nutzung sozialer Netzwerke hin. Mädchen scheinen hierbei stärker betroffen zu sein als Jungen.

<sup>1</sup> Bis heute gibt es keine international anerkannte Diagnose für Störungen im Zusammenhang mit der Nutzung sozialer Netzwerke.

<sup>2</sup> Vom internationalen HBSC-Forschungsprotokoll empfohlener Schwellenwert (Inchley et al., 2018).

### Anteile der 15-Jährigen, die die Fragen zu sozialen Netzwerken<sup>a</sup> und Instant-Messaging-Diensten mit «Ja» beantwortet haben, nach Geschlecht (HBSC FR 2018)

#### In den letzten 12 Monaten, ...

hast du soziale Medien häufig genutzt, um vor negativen Gefühlen zu fliehen ?	Jungen	25.9%
	Mädchen	41.9%
hast du versucht, weniger Zeit auf sozialen Medien zu verbringen, aber hast es nicht geschafft ?	Jungen	17.5%
	Mädchen	35.3%
hast du regelmässig mit andern Personen gestritten wegen deiner Nutzung der sozialen Medien ?	Jungen	20.7%
	Mädchen	27.8%
hat du regelmässig bemerkt, dass du an nichts Anderes denken konntest als an den Moment, wenn du wieder soziale Medien nutzen kannst ?	Jungen	12.6%
	Mädchen	27.3%
hast du dich regelmässig unzufrieden gefühlt, weil du mehr Zeit auf sozialen Medien verbringen wolltest ?	Jungen	11.7%
	Mädchen	21.3%

#### In den letzten 12 Monaten, ...

hast du dich oft schlecht gefühlt, als du die sozialen Medien nicht nutzen durftest ?	Jungen	12.5%
	Mädchen	24.5%
hast du einen ernsthaften Konflikt gehabt mit deinen Eltern oder Geschwistern aufgrund deiner Nutzung der sozialen Medien ?	Jungen	12.4%
	Mädchen	24.0%
hast du regelmässig andere Aktivitäten (z.B.: Hobbies, Sport) vernachlässigt, weil du soziale Medien nutzen wolltest ?	Jungen	9.7%
	Mädchen	19.9%
hast du regelmässig deine Eltern oder Kolleginnen und Kollegen angelogen, wie viel Zeit du mit sozialen Medien verbringst ?	Jungen	15.6%
	Mädchen	16.2%

Bemerkungen : Quelle: 'The Social Media Disorder Scale' von van den Eijnden und Kollegen (2016)

<sup>a</sup> Soziale Netzwerke: beispielsweise Facebook, Instagram, Twitter; Instant-Messaging-Dienste: beispielsweise WhatsApp, Snapchat.

### Wo findet man weiterführende Informationen zu diesem Thema?

Schneider, E., Masseroni, S., & Delgrande Jordan, M. (2020). La santé des élèves de 11 à 15 ans dans le canton de Fribourg. Analyse des données de l'enquête HBSC 2018 et comparaison au fil du temps (Rapport de recherche No 117). Lausanne: Addiction Suisse.

Delgrande Jordan, M., (2020). Ecrans, Internet et réseaux sociaux - Résultats de l'enquête « Health Behaviour in School-aged Children » (HBSC) 2018 et évolution au fil du temps (Rapport de recherche No 114). Lausanne: Addiction Suisse.

Staat Freiburg: [Kantonale Strategie zur Gesundheitsförderung und Prävention](#) / [Sucht : für Betroffene und deren Umfeld](#)

[REPER : Bildschirme und Prävention](#)

### Die Studie «Health Behaviour in School-aged Children» (HBSC)

Die HBSC-Studie, die unter der Schirmherrschaft der Weltgesundheitsorganisation (WHO) steht, ist dem Gesundheitsverhalten junger Menschen im Alter von 11 bis 15 Jahren gewidmet. Im Jahr 2018 wurde sie in der Schweiz zum neunten Mal in zufällig ausgewählten Klassen der 7. bis 11. Klasse HarmoS durchgeführt. Die Jugendlichen füllen während einer Unterrichtsstunde einen anonymen und standardisierten Fragebogen aus. Die Schweizerische HBSC-Erhebung wird vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) und den meisten Kantonen finanziert. Sie wird von Sucht Schweiz durchgeführt. Für die kantonale Freiburger Studie des Jahres 2018 wurden 105 Klassen der 7. bis 11. Klasse HarmoS nach dem Zufallsprinzip ausgewählt (Teilnahmequote 95.2%). Dieses Faktenblatt basiert auf den Antworten von 1673 Schülerinnen und Schülern im Alter von 11 bis 15 Jahren aus dem Kanton Freiburg, die an der Umfrage von 2018 (und 1678 im Jahr 2014) teilgenommen haben. Die Ergebnisse werden meist nach Untergruppen bezüglich Alter und Geschlecht diskutiert, beispielsweise für 15-jährige Mädchen oder 15-jährige Jungen. Aufgrund der geringen Fallzahlen in jeder dieser Untergruppen ist die Interpretation der Ergebnisse mit relativ grossen Fehlermargen behaftet. Auf jedem Balken der Diagramme ist das 95%-Kontrollintervall (95% CI) dargestellt. Aus Gründen der Lesbarkeit werden nur die Ergebnisse der 15-Jährigen dargestellt.

### Inhalt und Gestaltung

Marina Delgrande Jordan, Sophie Masseroni

Sucht Schweiz, November 2020