Einführung in das Thema

Ja, gleich ...

„Ohhhh Ben, lass uns doch endlich mal was zusammen machen! Es ist so tolles Wetter! Lass uns mit Julia auf die Wiese gehen. Ihr könnt spielen und ich mich ein bisschen durch die Blumen kullern", bettelt Fritzipold total gelangweilt.
„Ja, ja … gleich … quengele doch nicht so, ich bin ja gleich fertig … Ich will nur noch eben schnell …", antwortet Ben ziemlich genervt.
„Ben! Jetzt ist aber Feierabend! Räumst du bitte endlich deine Sachen weg? Wie sieht es mit deinen Hausaufgaben aus? Ich hoffe doch sehr, du hast sie alle fertig? Ist deine Schultasche für morgen gepackt? Jetzt hab ich es aber langsam satt mit deinem Handy! Das wird jetzt ausgemacht! SOFORT!", schimpft nun Bens Mama mit ihm herum.
„Ich weiß gar nicht, was ihr alle von mir wollt", mault Ben zurück. „Ich hab doch nur mal kurz nach meinen Nachrichten geguckt", verteidigt er sich genervt, mit dem Gefühl, dass niemand ihn zu verstehen scheint. Es nervt ihn, dass alle etwas von ihm wollen. Er war doch wirklich nur ganz kurz an seinem Handy. Doch beim Blick auf die Uhr stellt er entsetzt fest, dass aus dem „eben mal kurz" über eine Stunde geworden ist.
„WAS? War ich wirklich so lange am Handy?", fragt er entsetzt nach. „Das kam mir gar nicht so lange vor! Jetzt aber flott die Hausaufgaben erledigen und die Tasche packen. Hoffentlich schaffen wir es dann noch zur Blumenwiese, Fritzipold", überschlägt er sich mit seinen Planungen.
„Fritzipold?", suchend schaut er sich nach seinem besten Freund um. Dieser ist schon längst nicht mehr in seinem Zimmer. Er hat sich einfach auf den Weg zu Julia gemacht und ist schon längst mit ihr zur Blumenwiese getappst, natürlich nicht, ohne Bens Mama vorher darüber informiert zu haben.
Enttäuscht schaut Ben den beiden aus seinem Fenster beim Spielen zu, während ihm Tränen vor Trauer und Wut über die Wangen laufen. Wie gerne wäre er jetzt auch mit dabei … Aber er darf nicht - nicht ehe er seine Hausaufgaben endlich fertig hat. Warum musste die Lehrerin heute auch so furchtbar viel aufgeben? Überhaupt ist sie an allem schuld! Hätte sie nicht so viele Hausaufgaben aufgegeben, dann könnte er auch schon längst auf der Wiese mit seinen Freunden spielen. Miesepetrig setzt er sich an die Hausaufgaben und macht sich halbherzig daran sie zu erledigen.
Ein leises Geräusch zieht ihn aus seinen Gedanken, was ihn dazu veranlasst, seinen Stift wegzuschleudern und zu seinem Handy zu springen. Freudig liest er seine neue Nachricht, um sie umgehend zu beantworten. Er wartet noch einen Augenblick auf eine Gegenantwort, die auch prompt kommt.

VORSCHAU

netzwerk lernen
zur Vollversion

© by Doreen Fant Verlag 2016

Vorbeugende Maßnahmen - Gruppenarbeit

Bildet kleine Gruppen und überlegt gemeinsam, wie viel Zeit ihr am Handy oder draußen verbringt!

Wie viele Stunden am Tag und in der Woche verbringst du am Handy / Tablet / Computer / an der Spielkonsole und warum?

Wie viele Stunden am Tag und in der Woche verbringst du ohne Medien im Freien und warum?

VORSCHAU

Tipp:

- Spiele
- Freunde
- Chat
- Langeweile
- Sport
- Familie
- Schule

netzwerk lernen

zur Vollversion

© by Doreen Fant Verlag 2016

Der falsche Klick: Suchtgefahr Name: _____ Datum:_____

Das richtige Verhalten

Fülle die folgende Tabelle eine Woche lang aus! Für jede angefangene halbe Stunde, die du mit dem Handy / Tablet / Computer oder an der Spielekonsole verbringst, mache einen Strich. Ebenso mache einen Strich für jede halbe Stunde, in der du dich draußen bewegt hast, egal ob beim Sport oder mit Freunden, oder in der du dich ohne Medien beschäftigt hast.

	Handy	Tablet	Computer	Spiele-konsole	draußen	Sonstiges (lesen, bas-teln, ...)
Montag						
Dienstag						
Mittwoch						
Donnerstag						
Freitag						
Samstag						
Sonntag						
Gesamt						

VORSCHAU

Womit verbringst du die meiste Freizeit? _____

Bist du vom Ergebnis überrascht? ○ ja ○ nein

Möchtest du an deinem Verhalten etwas ändern? ○ ja ○ nein

Kannst du auch Freizeit ohne Medien verbringen? ○ ja ○ nein

netzwerk lernen

zur Vollversion

© by Doreen Fant Verlag 2016