

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Auswirkungen von digitalen Medien</b>	<b>1</b>
1.1	Gehirnentwicklung	1
1.2	Konzentration	8
1.3	Mediensucht	12
1.4	Schlaf	22
1.5	Wohlbefinden	28
1.6	Weitere Auswirkungen	31
1.7	Zusammenfassung	35
	Literatur	35
<b>2</b>	<b>Verwendung digitaler Medien in der Schule</b>	<b>41</b>
2.1	Einführung	41
2.2	Vor- und Nachteile digitaler Medien in der Schule	45
2.3	Blended Learning	53
2.4	Beispiele	58
	Literatur	61
<b>3</b>	<b>Social Media</b>	<b>65</b>
3.1	Plattformen und wie sie funktionieren	65
3.2	Influencer	73
3.3	Werbung	77
3.4	Hass im Netz und Cybermobbing	80
3.5	FOMO	87

## **XII Inhaltsverzeichnis**

3.6	„The Social Dilemma“	89
3.7	Digital Natives und Medienkompetenz	92
	Literatur	94
<b>4</b>	<b>Gaming</b>	99
4.1	Definition, Zahlen und Daten	99
4.2	Arten von Games	102
4.3	Auswirkungen von Gaming	109
4.4	Welche Spiele sind für wen geeignet?	120
4.5	E-Sport	128
4.6	Tipps für Eltern	129
	Literatur	131
<b>5</b>	<b>Gesellschaftliche Folgen von digitalen Medien</b>	137
5.1	Auswirkungen digitaler Medien auf die Gesellschaft	137
5.2	Fake News und Verschwörungserzählungen	144
5.3	Auswirkungen auf die Politik	156
5.4	Was kann man tun gegen Fake News, Hoaxe und Verschwörungstheorien?	159
	Literatur	161
<b>6</b>	<b>Onlinehandel</b>	165
6.1	Vor- und Nachteile des Onlinehandels	165
6.2	Rechtliche Grundlagen	172
6.3	Verantwortungsvoller Umgang	174
	Literatur	182
<b>7</b>	<b>Datenschutz</b>	185
7.1	Was versteht man unter Daten und Big Data?	186
7.2	Was passiert mit den Daten meines Kindes im Netz	189
7.3	Datenschutzrechte	192
7.4	Datenmissbrauch und Cyberkriminalität	195
7.5	Datenschutzmaßnahmen	198
	Literatur	202
<b>8</b>	<b>Screentime</b>	205
8.1	Empfehlungen	207
8.2	Evaluierung der Screentime	212
8.3	Reduktion von Screentime	216
	Literatur	224

<b>9</b>	<b>Informationen für Eltern</b>	227
9.1	Warum sind digitale Medien heute wichtig, um sozial „mithalten“ zu können?	227
9.2	Gesprächsführung mit Jugendlichen	229
9.3	Allgemeine Tipps für Eltern	238
	Literatur	242
<b>10</b>	<b>Kopiervorlagen</b>	243
10.1	Die Strichliste	244
10.2	Checkliste „Namen nennen“	245
10.3	Fragen zum Thema „Wird mein Kind bereits von den Geräten beeinträchtigt?“	246
10.4	Die Konzentrations-Checkliste	247
	Literatur	252