

Kooperationspartnerin



Zürcher Hochschule  
für Angewandte Wissenschaften



# JAMES focus

---

Mediennutzung im Kontext familiärer und sozialer Ressourcen

Jael Bernath, MSc  
Gregor Waller, MSc  
Isabel Willemse, MSc  
Lilian Suter, MSc  
Céline Külling-Knecht, MA  
Marc Zulliger  
Prof. Dr. Daniel Süss

Fachgruppe Medienpsychologie, 2023

**Web**

[www.zhaw.ch/psychologie/jamesfocus](http://www.zhaw.ch/psychologie/jamesfocus)  
[www.swisscom.ch/JAMES/](http://www.swisscom.ch/JAMES/)

# Impressum

## Herausgeber

ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften  
Departement Angewandte Psychologie  
Pfungstweidstrasse 96  
Postfach, CH-8037 Zürich  
Telefon +41 58 934 83 10  
info.psychologie@zhaw.ch  
www.zhaw.ch/psychologie

## Projektleitung

Prof. Dr. Daniel Süss  
Gregor Waller MSc

## Autorinnen und Autoren

Jael Bernath, MSc  
Gregor Waller, MSc  
Isabel Willemse, MSc  
Lilian Suter, MSc  
Céline Külling-Knecht, MA  
Marc Zulliger  
Prof. Dr. Daniel Süss

## Kooperationspartner

Swisscom AG  
Michael In Albon und Noëlle Schläfli

## Partner in der französischen Schweiz

Dr. Patrick Amey, Merita Elezi et Laura Ferreira De Silva  
Université de Genève  
Département de sociologie

## Partner in der italienischen Schweiz

Dr. Eleonora Benecchi, Petra Mazzoni und Deborah Barcella  
Università della Svizzera italiana  
Facoltà di comunicazione, cultura e società

## Partner in Deutschland

Thomas Rathgeb  
Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (mpfs)

## Zitationshinweis

Bernath, J., Waller, G., Willemse, I., Suter, L., Külling-Knecht, C., Zulliger, M. & Süss, D. (2023). *JAMESfocus – Mediennutzung im Kontext familiärer und sozialer Ressourcen*. Zürich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.

# Inhalt

<b>Vorwort / Dank</b> .....	<b>1</b>
<b>1 Einleitung</b> .....	<b>2</b>
<b>2 Ausgangslage und theoretischer Hintergrund</b> .....	<b>2</b>
2.1    Entwicklungsaufgaben des Jugendalters .....	2
2.2    Familiäre und soziale Ressourcen .....	3
2.3    Einfluss familiärer und sozialer Ressourcen auf Mediennutzung.....	4
<b>3 Methoden</b> .....	<b>6</b>
3.1    Datenaufbereitung und Stichprobe.....	6
3.2    Fragebogen und Skalenbildung.....	6
3.3    Analysen .....	8
<b>4 Ergebnisse</b> .....	<b>9</b>
4.1    Familiäre und soziale Ressourcen von Jugendlichen in der Schweiz.....	9
4.2    Zusammenhänge zwischen familiären und sozialen Ressourcen und der Mediennutzung ...	9
<b>5 Zusammenfassung und Diskussion</b> .....	<b>12</b>
<b>6 Tipps für Eltern und Schulen</b> .....	<b>16</b>
<b>7 Literatur</b> .....	<b>17</b>

## Abkürzungsverzeichnis

FRKJ 8-16	Fragebogen zu Ressourcen im Kindes- und Jugendalter
JAMES	Jugend, Aktivitäten, Medien – Erhebung Schweiz (Studie über den Medienumgang von 12 bis 19 Jahre alten Jugendlichen in der Schweiz)
mpfs	Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest
SoS	Sozioökonomischer Status
ZHAW	Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften

## Vorwort / Dank

2022 hatten wir die Möglichkeit, die siebte Ausgabe der JAMES-Studie durchzuführen, die tiefgreifende Einblicke in das Freizeit- und Medienverhalten von Jugendlichen in der Schweiz erlaubt. Repräsentativ für das ganze Land wurden über 1000 Jugendliche zwischen 12 und 19 Jahren befragt. Um einzelne Themen intensiver zu analysieren, veröffentlichen wir zwischen den JAMES-Studien die sogenannten JAMESfocus-Berichte. Sie basieren auf den gesammelten Daten des vergangenen Jahres, die sekundär ausgewertet werden.

Im vorliegenden Bericht steht das Thema **«Ressourcen und Entwicklungsaufgaben»** im Vordergrund. Dazu untersuchen wir sogenannte **Umgebungsressourcen** der Jugendlichen, wie elterliche Unterstützung, autoritative Erziehung, Integration in den Freundeskreis und in die Schulklasse. All diese Aspekte sind wichtig für die Bewältigung von Entwicklungsaufgaben im Jugendalter. Dabei gehen wir Fragen nach wie: Welche Umgebungsressourcen stehen den Jugendlichen zur Verfügung? Gibt es Unterschiede hinsichtlich Geschlecht, Alter, Herkunft oder sozioökonomischem Status? Wie sind die vorhandenen Umgebungsressourcen im Kontext des Medienumgangs zu verstehen? Gibt es Indizien dafür, dass bestimmte Ressourcen den erfolgreichen Umgang mit Medien unterstützen?

Ein Bericht rund um **Influencerinnen und Influencer und positive Inhalte auf sozialen Netzwerken** wurde **im Frühling 2023 veröffentlicht**. Dabei wurde unter anderem folgenden Fragen nachgegangen: Wer sind die populärsten Influencerinnen und Influencer in der Schweiz? Bestehen Unterschiede zwischen den drei grossen Sprachregionen? Unterscheiden sich die Präferenzen für bestimmte Influencerinnen und Influencer je nach Geschlecht der Jugendlichen? Wie lassen sich die Influencerinnen und Influencer kategorisieren? Welche positiven Inhalte, wie zum Beispiel spassige Aktivitäten, Freundschaften oder Mode, treffen Jugendliche online regelmässig an? Können dabei Unterschiede im Hinblick auf Geschlecht, Alter, Herkunft, Sprachregion oder den sozioökonomischen Status festgestellt werden?

**Im Herbst 2023** veröffentlichen wir zudem einen Bericht rund um den **Smartphone-Umgang und Nachhaltigkeit**: Dieser Fokusbericht dreht sich um die nachhaltige Nutzung von Smartphones. Wie hoch ist der Anteil der Jugendlichen, die gebrauchte Geräte verwenden? Welche Aspekte eines Smartphones – wie Marke, Design, Qualität, Reparierbarkeit oder Langlebigkeit – sind für die jungen Nutzenden besonders wichtig? Was für Erfahrungen haben Jugendliche bereits mit der Reparatur ihrer Geräte gemacht? Und wie lange verwenden Jugendliche ihr Smartphone im Durchschnitt? Zusätzlich werden Vergleiche angestellt, um zu ermitteln, ob sich die Haltung der Jugendlichen gegenüber Fragen der Nachhaltigkeit seit der letzten Umfrage dazu im Jahr 2017 verändert hat.

Wir möchten an dieser Stelle unseren besonderen Dank an Noëlle Schläfli und Michael In Albon von Swisscom aussprechen. Wir schätzen die langjährige, unkomplizierte und erfolgreiche Zusammenarbeit sehr!

Ein grosses Merci geht auch an Eleonora Benecchi und Patrick Amey für das Korrekturlesen der italienischen und französischen Versionen dieses Berichts.

August 2023

Fachgruppe Medienpsychologie der ZHAW

# 1 Einleitung

Im Jugendalter werden Heranwachsende zunehmend selbstständiger in ihrer Lebensgestaltung und treffen immer öfters eigene Entscheidungen. Auch im Bereich der Mediennutzung erlangen sie mehr Autonomie. Spätestens ab dem Übertritt in die Sekundarstufe besitzen die meisten Jugendlichen ein eigenes Handy (Külling et al., 2022) und somit auch mehr Freiheiten in der Gestaltung ihrer Mediennutzung. Besonders im Internet eröffnen sich für sie neue Handlungsspielräume, die es zu entdecken gilt. Der Umgang mit diesen neuen Möglichkeiten und das Erlernen eines selbstbestimmten und bedürfnisgerechten Gebrauchs von digitalen Medien gilt heute als eine wichtige Entwicklungsaufgabe des Jugendalters.

Bei der Bewältigung von Entwicklungsaufgaben spielt das soziale Umfeld eine zentrale Rolle. Die Familie, die Freundinnen und Freunde, aber auch die Schule können Ressourcen darstellen und Jugendliche in ihrer Entwicklung unterstützen. Mit dem vorliegenden JAMESfocus-Bericht soll untersucht werden, welche familiären und sozialen Ressourcen den Jugendlichen in der Schweiz zur Verfügung stehen und in welchem Zusammenhang diese mit verschiedenen Aspekten der Mediennutzung stehen.

## 2 Ausgangslage und theoretischer Hintergrund

Jedes Lebensalter ist mit spezifischen Anforderungen verbunden, die sich durch das Zusammenspiel von biologischen Veränderungen, gesellschaftlichen Erwartungen an das Individuum sowie persönlichen Zielen und Vorstellungen ergeben. In der Entwicklungspsychologie werden diese Anforderungen, die sich typischerweise jedem Individuum stellen, als Entwicklungsaufgaben bezeichnet. Das Konzept der Entwicklungsaufgaben wurde ursprünglich von Havighurst (1953) definiert. Gemäss Havighurst bauen die Aufgaben aufeinander auf. Die erfolgreiche Bewältigung von altersspezifischen Entwicklungsaufgaben führt zu persönlichem Wohlbefinden und hilft dabei, erfolgreich mit späteren Aufgaben umzugehen, so die Theorie. Für jedes Lebensalter formulierte er spezifische Aufgaben, mit denen Individuen typischerweise konfrontiert sind. Das von Havighurst definierte Konzept erhält heute noch Beachtung, wurde aber verschiedentlich weiterentwickelt und den aktuellen Lebenswelten angepasst. So haben sich beispielsweise die Möglichkeiten der Freizeitgestaltung und der Mediennutzung, die sich Jugendlichen bieten, seit den 1950er-Jahren stark verändert. Heute spielen digitale Medien eine zentrale Rolle im Alltag von Jugendlichen und die Entwicklung eines selbstbestimmten, kompetenten und bereichernden Umgangs mit Medien stellt eine Herausforderung dar, die sich den Heranwachsenden stellt. Diesen Veränderungen tragen neuere Modelle Rechnung, die im folgenden Kapitel dargestellt werden.

### 2.1 Entwicklungsaufgaben des Jugendalters

Das Jugendalter gilt als Zeitspanne, die durch eine besonders hohe Dichte an Entwicklungsaufgaben geprägt ist, und stellt deshalb eine vulnerable und anspruchsvolle Lebensphase dar (Quenzel, 2015). Heranwachsende sind während dieser Zeit mit vielseitigen gesellschaftlichen Erwartungen und Anforderungen konfrontiert. Gleichzeitig finden auf psychologischer und körperlicher Ebene tiefgreifende Veränderungen statt. Daraus ergeben sich für die Jugendlichen verschiedene Herausforderungen. Ausgehend von der Theorie von Havighurst beschreiben Hurrelmann und Quenzel (2022) ein Modell, das die Entwicklungsaufgaben der Jugendlichen in der heutigen Zeit zusammenfasst. Das Modell teilt die Entwicklungsaufgaben des Jugendalters vier zentralen Bereichen zu (Hurrelmann & Quenzel, 2022; Quenzel, 2015):

**1. Aufbau sozialer Bindungen:** Entwicklung von Freundschafts- und Partnerschaftsbeziehungen zu Gleichaltrigen und eine zunehmende Ablösung von den Eltern

**2. Qualifizieren:** Erwerb von kognitiven, intellektuellen, sozialen und beruflichen Fähigkeiten für den erfolgreichen Abschluss der schulischen und beruflichen Bildung

**3. Regenerieren/Konsumieren:** Einübung eines selbstständigen und bedürfnisgerechten Umgangs mit Freizeit- und Konsumangeboten sowie Entwicklung einer selbstbestimmten und bereichernden Mediennutzung

**4. Partizipieren:** Entwicklung von Werteorientierungen, die mit dem eigenen Verhalten und Handeln übereinstimmen, und von Fähigkeiten, die zur aktiven Teilhabe an der sozialen Gemeinschaft befähigen

Im Modell von Hurrelmann und Quenzel werden mit der Entwicklungsaufgabe «Regenerieren/Konsumieren» die Herausforderungen, die sich den Jugendlichen im Bereich der Freizeit- und Mediennutzung stellen, abgebildet. Die Entwicklungsaufgabe sieht vor, dass Jugendliche einen selbstständigen und kontrollierten Umgang mit Medien erlernen, der sich an ihren eigenen Bedürfnissen und Interessen ausrichtet. Der Medienumgang soll als individuell bereichernd erlebt werden und zur Regeneration der psychischen und körperlichen Kräfte beitragen.

Die Bewältigung altersspezifischer Entwicklungsaufgaben gilt als eine wichtige Voraussetzung für die individuelle Persönlichkeitsentwicklung, aber auch für die soziale Integration. Gelingt die Bewältigung, so tragen die erworbenen Kompetenzen zum persönlichen Wachstum bei und ermöglichen die Zugehörigkeit zu und die Teilhabe an gesellschaftlichen Netzwerken und Gruppen. Verschiedene Studien konnten zudem bereits aufzeigen, dass die erfolgreiche Bewältigung von Entwicklungsaufgaben einen positiven Einfluss auf das Wohlbefinden der Jugendlichen hat (Seiffge-Krenke & Gelhaar, 2008).

Das Konzept der Entwicklungsaufgaben geht zudem davon aus, dass die einzelnen Aufgaben eng zusammenhängen und aufeinander aufbauen. Das bedeutet, dass die erfolgreiche Bewältigung einer Aufgabe dabei unterstützt, andere Aufgaben, die sich in der jeweiligen Lebensphase stellen, zu lösen (Quenzel, 2015). Dies führt zu der Annahme, dass ein gelingender Medienumgang die Bewältigung von anderen Entwicklungsaufgaben unterstützen kann. Diese Annahme wird durch verschiedene Studien bestätigt, die aufzeigen, dass die Nutzung digitaler Medien auch mit anderen Entwicklungsaufgaben des Jugendalters in Zusammenhang steht (Smahel et al., 2022). So spielt das Internet bei der Identitätsentwicklung eine Rolle, in dem es den Jugendlichen einen Kontext bietet, um eigene Interessen zu entwickeln und sich zu informieren, sich mit anderen zu identifizieren, sich aber auch von anderen abzugrenzen. Digitale Medien spielen beim Aufbau von Freundschaftsbeziehungen und bei der Entwicklung von Autonomie ebenfalls eine Rolle (Borca et al., 2015). Unter Annahme eines Zusammenhangs der verschiedenen Entwicklungsaufgaben hilft das Erlernen eines kompetenten, selbstständigen und bedürfnisgerechten Medienumgangs auch bei der Bewältigung anderer Entwicklungsaufgaben. Gleichzeitig können Schwierigkeiten in diesem Bereich zu Problemen in anderen Bereichen führen. Aufgrund der vielfältigen und attraktiven Möglichkeiten und der ständigen Verfügbarkeit digitaler Medien kann diese Entwicklungsaufgabe für Jugendliche herausfordernd sein (Quenzel, 2015). Exzessive Mediennutzung oder problematische Medienerfahrungen können Bewältigungsprobleme darstellen und die weitere Entwicklung und das Wohlbefinden negativ beeinflussen (Quenzel, 2015).

## 2.2 Familiäre und soziale Ressourcen

Ob eine Entwicklungsaufgabe erfolgreich bewältigt werden kann, hängt unter anderem davon ab, welche Ressourcen und Bewältigungsmöglichkeiten einem Individuum zur Verfügung stehen. In diesem Bericht werden Ressourcen sowohl im Sinne von Schutzfaktoren verstanden, die den negativen Effekten von Risikofaktoren entgegenwirken, aber auch als allgemein förderliche Faktoren, die sich ohne das Vorliegen einer Risikokonstellation positiv auf die Bewältigung von Entwicklungsaufgaben auswirken. Ressourcen, die den Kindern und Jugendlichen zur Verfügung stehen, fördern also insgesamt die Bewältigung von Entwicklungsaufgaben (Lohaus & Nussbeck, 2016). In der Forschungsliteratur findet sich oftmals eine Einteilung in personale, familiäre und soziale Ressourcen. Zu den personalen Ressourcen zählen individuelle Eigenschaften wie zum Beispiel die körperliche Gesundheit, aber auch kognitive und affektive Eigenschaften wie Intelligenz oder Selbstwert (Lohaus, 2018). Familiäre Ressourcen ergeben sich aus der Beziehungs- und Bindungsqualität innerhalb der Familie und aus dem Erziehungsstil der

Eltern. Zu den sozialen Ressourcen zählen die Beziehungen zu Gleichaltrigen, die Einbindung in eine Peergruppe sowie die Qualität der besuchten Bildungsinstitution (Bengel et al., 2009). Familiäre und soziale Ressourcen lassen sich zusammengefasst auch als Umgebungsressourcen bezeichnen (Lohaus & Nussbeck, 2016). Im Folgenden wird auf die Umgebungsressourcen, die in diesem Bericht im Fokus stehen, etwas genauer eingegangen.

Familiäre Ressourcen umfassen die Beziehungs-, Bindungs- und Erziehungserfahrungen, die Jugendliche innerhalb der Familie machen. Ein zentraler Faktor ist dabei die **Eltern-Kind-Beziehung**. Eine sichere und positive Beziehung zu mindestens einer erwachsenen Person gilt als wichtige Ressource für eine positive Entwicklung und als Schutzfaktor für Jugendliche unter Risikobedingungen (Luthar, 2015). Dabei ist die soziale und emotionale Unterstützung, die Jugendliche durch ihre Eltern erfahren, ein wichtiger Bestandteil dieser Beziehung. Obwohl Heranwachsende in der Adoleszenz zunehmend mehr Selbstständigkeit erlangen, stellt die Unterstützung durch die Eltern nach wie vor eine zentrale Ressource dar (Lohaus & Nussbeck, 2016). Elterliche Unterstützung wird mit höherem Selbstwert und psychischem Wohlbefinden in Zusammenhang gebracht (Cripps & Zyromski, 2009; Flouri & Buchanan, 2003). Neben einer positiven Beziehung zu den Eltern spielen auch Aspekte des Erziehungsstils eine wichtige Rolle. Ein **autoritativer Erziehungsstil** gilt als förderlich für die allgemeine Entwicklung und als Schutzfaktor für Kinder und Jugendliche, die unter Risikobedingungen aufwachsen (Baldry & Farrington, 2005; Piko et al., 2005). Dieser Erziehungsstil zeichnet sich durch ein warmes und unterstützendes Elternverhalten und das Setzen von klaren Grenzen aus. Autoritative Erziehung wird mit positiven Effekten für die psychosoziale Anpassung, das Selbstkonzept und die schulischen Leistungen in Zusammenhang gebracht und geht mit niedrigerem Problemverhalten einher (Heinrichs & Heinrichs, 2011).

Zu den sozialen Ressourcen zählen ausserfamiliäre Kontakte, insbesondere **Kontakte zu Gleichaltrigen**. Diese intensivieren sich im Jugendalter und spielen eine wichtige Rolle in der Entwicklung. Beziehungen zu anderen Jugendlichen und Gruppen können Heranwachsende in ihrer Entwicklung stärken, indem sie emotionalen Beistand, Unterhaltung, Erholung und Ablenkung bieten und Fähigkeiten zur Perspektivenübernahme, Empathie und Kommunikation fördern (Wustmann, 2004). Je nach Art der Peergruppe können die dort stattfindenden Kontakte das Verhalten und die Einstellung von Jugendlichen aber auch negativ beeinflussen und vorhandene Probleme verstärken (Lohaus & Nussbeck, 2016). Somit können Kontakte zu Gleichaltrigen sowohl eine Ressource als auch ein Risiko für eine positive Entwicklung darstellen. Da Jugendliche einen Grossteil ihres Alltags in der Schule verbringen, spielt auch das **schulische Umfeld** eine wichtige Rolle in der Entwicklung. Wichtig ist in diesem Zusammenhang das subjektive Erleben des Klassenklimas, für das die Beziehungen zu den Lehrpersonen und den Gleichaltrigen zentral sind. Auch tragen angemessene Leistungserwartungen und konsistente Regeln zu positiven schulischen Erfahrungen bei (Lohaus & Nussbeck, 2016; Wustmann, 2004).

### 2.3 Einfluss familiärer und sozialer Ressourcen auf Mediennutzung

Inwiefern die vorhandenen Umgebungsressourcen Jugendliche dabei unterstützen, einen selbstbestimmten und bedürfnisgerechten Umgang mit digitalen Medien zu entwickeln, wurde bis heute wenig untersucht. Häufiger gehen Studien der Frage nach, ob Aspekte des sozialen Umfelds den unterschiedlichen Risiken im Bereich der Mediennutzung vorbeugen. So zeigen sich in verschiedenen Studien Zusammenhänge zwischen geringen familiären Ressourcen und exzessivem Mediennutzungsverhalten. Beispielsweise fanden Wartberg et al. (2020) in einer Stichprobe von deutschen Jugendlichen Zusammenhänge zwischen tieferer Funktionalität des Familiensystems und einer exzessiven Nutzung von Videospielen und sozialen Medien. In einer chinesischen Längsschnittstudie wurde eine geringe Familienfunktionalität als relevanter Prädiktor in der Entwicklung einer Onlinesucht identifiziert (Yu & Shek, 2013). Auch werden Aspekte der Eltern-Kind-Beziehung mit problematischer Mediennutzung in Verbindung gebracht; in einer Studie zeigten sich Zusammenhänge zwischen geringer elterlicher Unterstützung und Onlinesucht (Karaer & Akdemir, 2019). Unterstützung durch die Eltern stellt auch hinsichtlich

Cybermobbing (Arató et al., 2022) und Sexting-Erfahrungen (Hunter et al., 2021) einen Schutzfaktor dar.

In welchem Zusammenhang autoritative Erziehung mit der Mediennutzung Jugendlicher steht, wurde bis anhin wenig untersucht. Studien deuten aber darauf hin, dass strenge Verbote und Überbehütung bezüglich der Nutzung digitaler Medien wenig effektiv sind, um Jugendliche vor Risiken zu schützen (Faltýnková et al., 2020; Lee & Chae, 2007; Mesch, 2009). Gemeinsame Gespräche über Inhalte und potenzielle Risiken im Internet scheinen Jugendliche besser in der Entwicklung eines kompetenten und selbstbestimmten Medienumgangs zu unterstützen (Faltýnková et al., 2020; Holtz & Appel, 2011). Zudem scheinen Jugendliche mit autoritativ erziehenden Eltern weniger Cybermobbing zu praktizieren (Makri-Botsari & Karagianni, 2014).

Neben den familiären Beziehungen stehen auch Beziehungen zur Peergruppe mit der individuellen Mediennutzung in Zusammenhang. Medieninhalte sind ein wichtiges Gesprächsthema in der Peergruppe, was dazu führt, dass Jugendliche oftmals dieselben Medien wie ihre Peers nutzen (Friedrichs & Sander, 2010). Die Kenntnis bestimmter Medieninhalte und die Präsenz auf bestimmten Plattformen ist für Jugendliche wichtig, um innerhalb der Peergruppe Anschluss zu finden. So kann die Nutzung von Medien (z. B. Social Media) auch als Türöffner dienen, um Beziehungen zu Peers aufzubauen. Gute Beziehungen zu Gleichaltrigen scheinen auch ein Schutzfaktor bezüglich Cybermobbing darzustellen (Arató et al., 2022). Gleichzeitig werden allerdings auch verschiedene potenziell problematische Medienerfahrungen mit Peerdynamiken in Verbindung gebracht, so beispielsweise Sexting und Pornografiekonsum. Gemäss Vanden Abeele et al. (2014) geht der Wunsch von Jugendlichen nach mehr Beliebtheit mit mehr Sexting und häufigerem Konsum von pornografischen Inhalten einher. Sozialer Druck scheint im Umgang mit potenziell riskantem Onlineverhalten eine wichtige Rolle zu spielen. Auch Aspekte des schulischen Umfelds stehen mit problematischen Medienerfahrungen in Zusammenhang. Festl et al. (2013) haben festgestellt, dass ein ungünstiges Klassenklima mit einer erhöhten Anzahl von Cybermobbing-Fällen korreliert und der schulische Kontext eine zentrale Rolle spielt. Die in der Klasse etablierten Normen hinsichtlich Mobbing sind entscheidend dafür, wie hoch das Risiko für einzelne Schüler ist, entweder Täter oder Opfer von Mobbing zu werden.

Vor dem Hintergrund der Entwicklungsaufgaben im Jugendalter nach Hurrelmann und Quenzel (2022) und dem aktuellen Forschungsstand sollen mit dem vorliegenden Bericht folgende Forschungsfragen untersucht werden:

**Fragestellung A:** Über welche familiären und sozialen Ressourcen verfügen Jugendliche in der Schweiz? Gibt es Unterschiede hinsichtlich verschiedener soziodemografischer Merkmale?

**Fragestellung B:** In welchem Zusammenhang stehen familiäre und soziale Ressourcen mit verschiedenen Aspekten der Mediennutzung im Jugendalter?

### 3 Methoden

Die Daten für den vorliegenden Bericht basieren auf der JAMES-Studie 2022, deren Datenerhebung zwischen April und Mai 2022 stattfand (Külling et al., 2022). Befragt wurden 1049 Jugendliche im Alter von 12 bis 19 Jahren aus den drei grossen Sprachregionen der Schweiz. An dieser Stelle wird lediglich auf die Befragungsteile eingegangen, die für den vorliegenden Bericht relevant sind. Für detailliertere Informationen zur Stichprobe, Datenaufbereitung und zu den verschiedenen Gruppierungsvariablen (Altersgruppen, Herkunft, sozioökonomischer Status etc.) verweisen wir auf den Ergebnisbericht der Hauptstudie (Külling et al., 2022).

#### 3.1 Datenaufbereitung und Stichprobe

In einem ersten Schritt wurde eine Überprüfung der Daten vorgenommen. Um Ausreisser innerhalb des Datensatzes zu erkennen, wurden alle numerischen Variablen mit offenem Antwortformat (z. B. tägliche Nutzungszeit von Handy, Internet und Videogames) mittels multivariater Ausreisseranalyse überprüft. Auf Basis der Mahalanobis-Distanz wurden alle Fälle, die über einem bestimmten Cut-off-Wert und somit zu weit ausserhalb des multivariaten Zentrums liegen, als Ausreisser diagnostiziert. Der Cut-off-Wert lag bei 32.90. So wurden 63 Fälle als Ausreisser identifiziert und ausgeschlossen. Zudem wurden weitere 79 Personen aus dem Datensatz entfernt, weil sie die Fragen zu den familiären und sozialen Ressourcen nicht beantwortet hatten. Eine Analyse über die gesamten Dropouts (142 Fälle) zeigte, dass im Verhältnis zur verbliebenen Stichprobe Tessiner Jugendliche überproportional häufig aus den Auswertungen ausgeschlossen werden mussten. Aus diesem Grund wird darauf verzichtet, Gruppenunterschiede bezüglich des Landesteils zu berichten. Auch wird das Merkmal Landesteil nicht als Prädiktor in die weiteren Analysen mitaufgenommen. Die für diesen Bericht relevante Stichprobe umfasst somit 909 Jugendliche und besteht aus 455 Mädchen (50 %) und 451 Jungen (50 %).

#### 3.2 Fragebogen und Skalenbildung

Für den vorliegenden Bericht sind die Angaben zu den familiären und sozialen Ressourcen, den Mediennutzungszeiten und den potenziell problematischen Medienerfahrungen relevant. Wichtig sind zudem die soziodemografischen Variablen, deren Operationalisierung im Ergebnisbericht zur JAMES-Studie 2022 (Külling et al., 2022) nachgelesen werden kann.

##### Familiäre und soziale Ressourcen

Um die familiären und sozialen Ressourcen der Jugendlichen zu erfassen, wurde der Fragebogen zu Ressourcen im Kindes- und Jugendalter (FRKJ 8-16; Lohaus & Nussbeck, 2016) verwendet. Mit dem FRKJ 8-16 lassen sich verschiedene personale, familiäre und soziale Ressourcen von Jugendlichen erheben. In der JAMES-Studie wurden lediglich die vier Skalen zur Erfassung von familiären und sozialen Ressourcen verwendet, die auch als Umgebungsressourcen bezeichnet werden. Mit der Subskala *elterliche soziale und emotionale Unterstützung* wird die von Jugendlichen wahrgenommene elterliche Unterstützung abgefragt, die sowohl instrumentell (Hilfe bei konkreten Problemen) als auch emotional sein kann (Trost und Zuwendung). Die Subskala *autoritativer Erziehungsstil* erfasst, in welchem Ausmass die Eltern einen autoritativen Erziehungsstil anwenden, also gleichzeitig ein hohes Mass an Lenkung und Responsivität zeigen. Mit der Subskala *Integration in die Peergruppe* wird das Ausmass der Kontakte zu Gleichaltrigen im Freizeitbereich und die Qualität dieser Kontakte erhoben. Die Subskala *schulische Integration* erfasst das Schul- und Klassenklima, in dem insbesondere die Kontakte zu Mitschülerinnen und -schülern erfragt werden. Auf einer vierstufigen Skala (stimmt nie, stimmt manchmal, stimmt oft, stimmt immer) mussten die Jugendlichen angeben, wie gut verschiedene Aussagen auf sie zutreffen. Aus Zeit- und Platzgründen wurden die vier Subskalen von sechs auf vier Items gekürzt. Mit einer Faktoranalyse wurde geprüft, ob der gekürzte Fragebogen die zugrundeliegenden Dimensionen nach wie vor abbildet. Die Struktur mit den vier Subskalen konnte bestätigt werden. Für die Verwendung

in der Westschweiz und im Tessin wurde der Fragebogen durch ein Übersetzungsbüro in die französische und die italienische Sprache übersetzt und durch die Forschungspartner in der Westschweiz und im Tessin überprüft.

### Mediennutzungsdauer pro Woche

Um einen Wert für die wöchentlichen Mediennutzungszeiten der Jugendlichen zu erhalten, wurden die vorhandenen Angaben zur durchschnittlichen täglichen Nutzung unter der Woche und am Wochenende aufsummiert. So liess sich je ein Durchschnittswert für die wöchentliche Internet-, Handy- und Gamezeit berechnen. Bei den Nutzungszeiten handelt es sich um die freizeithliche Mediennutzung. Es handelt sich zudem um Selbsteinschätzungen der Jugendlichen, welche die tatsächlichen Nutzungszeiten nur ungefähr abbilden.

### Problematische Medienerfahrungen

Mit zwei Frageblöcken werden in der JAMES-Befragung potenziell problematische Medienerfahrungen der Jugendlichen erfasst. Die Jugendlichen gaben mittels der Antwortoptionen «ja» oder «nein» an, ob sie verschiedene Verhaltensweisen bereits aktiv praktiziert haben oder von entsprechenden Erfahrungen bereits betroffen waren. Durch eine explorative Faktoranalyse (tetrachorische Korrelation für binäre Items) wurde untersucht, welche Dimensionen den problematischen Medienerfahrungen zugrunde liegen. Es wurden vier Dimensionen identifiziert, denen die zugrunde liegenden Items eindeutig zugeordnet werden konnten (Faktorladungen zwischen .55 und .90). Für die Fragestellung dieses Berichts wurden nur drei Dimensionen berücksichtigt. Die erste Dimension umfasst Erfahrungen rund um sexuelle Onlinekommunikation, die zweite Dimension Erfahrungen mit Pornografie und Gewalt und die dritte Dimension bildet Cybermobbing-ähnliche Erfahrungen ab. Welche Items den drei Dimensionen zugeordnet wurden, ist in Tabelle 1 ersichtlich. Die vierte, nicht weiter berücksichtigte Dimension umfasst lediglich zwei Items. Das eine Item erfragt, ob bereits Probleme wegen Besitz unerlaubter Inhalte (Pornografie und Gewalt) aufgetreten sind, und das zweite Item, ob es schon vorkam, dass Fotos oder Videos der eigenen Person ohne Zustimmung veröffentlicht worden sind. Da es sich um zwei sehr unterschiedliche Erfahrungen handelt, die sich nicht einem übergeordneten Verhalten oder Erfahrungsbereich zuordnen lassen, wurde diese vierte Dimension nicht weiter berücksichtigt.

**Tabelle 1: Berücksichtigte Dimensionen (potenziell) problematischer Medienerfahrungen und zugehörige Items**

<b>Faktor 1: Sexuelle Onlinekommunikation und Internetbekanntschaften</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Durch fremde Person aufgefordert, erotische Fotos zu verschicken</li> <li>• Von fremder Person mit unerwünschten sexuellen Absichten angesprochen worden</li> <li>• Erotische Aufnahmen von anderen zugesendet bekommen</li> <li>• Erotische Aufnahmen von sich selbst an andere versendet</li> <li>• Eine Internetbekanntschaft im realen Leben getroffen</li> </ul>
<b>Faktor 2: Pornografie und Gewalt</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pornovideos oder -bilder verschickt</li> <li>• Brutale Videos verschickt</li> <li>• Pornofilme oder -bilder angeschaut</li> <li>• Brutale Videos angeschaut</li> </ul>
<b>Faktor 3: Cybermobbing</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbreitung von Falschem oder Beleidigendem über die eigene Person in Chats</li> <li>• Online durch jemand anderen fertiggemacht worden</li> <li>• Verbreitung von Falschem oder Beleidigendem über die eigene Person öffentlich im Internet</li> </ul>

### 3.3 Analysen

Alle Berechnungen erfolgten unter Berücksichtigung des komplexen Stichprobendesigns mit den Statistikprogrammen R und SPSS. Informationen zum Stichprobenplan und zur Gewichtung finden sich im Ergebnisbericht der JAMES-Studie 2022 (Külling et al., 2022).

#### Deskriptive Analyse der familiären und sozialen Ressourcen

Zur Beantwortung der Forschungsfrage A wurden die Daten deskriptiv ausgewertet. Für die verschiedenen Variablen wurde eine Reihe von A-posteriori-Vergleichen durchgeführt, um mögliche Unterschiede zwischen den verschiedenen Subgruppen aufzuzeigen (z. B. Geschlecht, Altersgruppen oder Herkunft). Bei Mehrgruppenvergleichen bedeutet ein signifikantes Resultat, dass mindestens zwischen zwei Gruppen ein signifikanter Unterschied besteht. Da es sich dabei um ein nicht hypothesengeleitetes und somit exploratives Vorgehen handelt, sind die Befunde mit Bedacht zu interpretieren.

#### Zusammenhänge zwischen familiären und sozialen Ressourcen und der Mediennutzung

Um die Forschungsfrage B zu beantworten, wurden verschiedene lineare Regressionsmodelle berechnet. Dabei wurde untersucht, inwiefern sich das Mediennutzungsverhalten der Jugendlichen durch familiäre und soziale Ressourcen und soziodemografische Faktoren vorhersagen lässt. Für die abhängigen Variablen Internet-, Handy- und Gamezeit und für die drei Dimensionen potenziell problematischer Medienerfahrungen (siehe Kap. 3.2.3) wurde je ein Regressionsmodell gerechnet. Als unabhängige Variablen wurden jeweils die vier Umgebungsressourcen und die soziodemografischen Faktoren Geschlecht, Alter, sozioökonomischer Status und Herkunft in die Modelle aufgenommen. Zur Vergleichbarkeit der verschiedenen Prädiktoren wurden alle metrischen Variablen z-transformiert. Zusätzlich wurde die Variable wöchentliche Gamezeit logarithmiert, da die ursprünglichen Werte die Voraussetzungen für ein lineares Regressionsmodell nicht erfüllten. In einem schrittweisen Vorgehen wurden jene Variablen aus dem Gesamtmodell ausgeschlossen, die sich als nicht signifikante Prädiktoren erwiesen (Rückwärts-Elimination). Berichtet wird jeweils nur das finale Modell mit allen signifikanten Prädiktoren.

## 4 Ergebnisse

Die Darstellung der Ergebnisse gliedert sich in zwei Teile: Im Kapitel 4.1 wird dargestellt, über welche familiären und sozialen Ressourcen die Jugendlichen verfügen und inwiefern sich Unterschiede zwischen den verschiedenen Gruppen zeigen. In Kapitel 4.2 werden Zusammenhänge zwischen den familiären und sozialen Ressourcen der Jugendlichen und deren Mediennutzungsverhalten aufgezeigt.

### 4.1 Familiäre und soziale Ressourcen von Jugendlichen in der Schweiz

Es zeigt sich, dass in der Schweiz lebende Jugendliche die Verfügbarkeit der verschiedenen familiären und sozialen Ressourcen grundsätzlich als hoch einschätzen (siehe Tabelle 2). So liegen die Mittelwerte aller Subskalen auf einer Skala von 1 bis 4 zwischen 3.28 (autoritative Erziehung) und 3.46 Punkten (Integration in die Peergruppe), wobei eine 3 bedeutet, dass die Ressource oft vorhanden ist. Beim Vergleich von verschiedenen Subgruppen zeigen sich lediglich in Abhängigkeit der Herkunft signifikante Gruppenunterschiede. Jugendliche ohne Schweizer Pass berichten in den drei Subskalen Integration in die Peergruppe, elterliche Unterstützung und schulische Integration signifikant tiefere Werte als Schweizer Jugendliche (siehe Tabelle 2). Es handelt sich um kleine Effekte. Bezüglich Altersgruppe, Geschlecht, Schultyp, sozioökonomischem Status (SoS) und Wohnort der Jugendlichen zeigen sich keine signifikanten Unterschiede zwischen den verschiedenen Gruppen.

**Tabelle 2: Durchschnittliche Verfügbarkeit familiärer und sozialer Ressourcen**

	Integration in die Peergruppe	elterliche Unterstützung	autoritativer Erziehungsstil	schulische Integration
<b>Gesamtstichprobe</b>	3.46	3.35	3.28	3.31
<b>Herkunft Ausland</b>	<b>3.31</b>	<b>3.17</b>	3.17	<b>3.17</b>
<b>Herkunft Schweiz</b>	<b>3.51</b>	<b>3.40</b>	<b>3.31</b>	<b>3.34</b>

*Anmerkung:* Die Mittelwerte beziehen sich auf eine Skala zwischen 1 (stimmt nie) bis 4 (stimmt immer). Bei fett markierten Werten handelt es sich um signifikante Gruppenunterschiede mit kleinem Effekt.

### 4.2 Zusammenhänge zwischen familiären und sozialen Ressourcen und der Mediennutzung

Mit linearen Regressionsanalysen wurde geprüft, in welchem Zusammenhang familiäre und soziale Ressourcen mit verschiedenen Aspekten der Mediennutzung stehen. Untersucht wurden die Zusammenhänge mit der Nutzungszeit von Handy, Internet und Games und verschiedenen potenziell problematischen Medienerfahrungen. In den Modellen wurden neben den vier Umgebungsressourcen auch die soziodemografischen Variablen Geschlecht, Alter, SoS und Herkunft berücksichtigt.

#### Internetzeit pro Woche

Die beiden sozialen Ressourcen «Integration in die Peergruppe» und «schulische Integration» sowie die elterliche Unterstützung erweisen sich als signifikante Prädiktoren der wöchentlichen Internetzeit. Je besser sich die Jugendlichen in ihre Peergroup integriert fühlen, umso höher ( $\beta = .11$ ,  $Wald-F(1,56) = 5.79$ ,  $p = .02$ ) ist ihre wöchentliche Internetzeit. Je besser sich die Jugendlichen in der Schule integriert fühlen, umso tiefer ( $\beta = -.13$ ,  $Wald-F(1,56) = 7.89$ ,  $p < .01$ ) ist ihre wöchentliche Internetzeit. Ein höheres Level an wahrgenommener elterlicher Unterstützung geht ebenfalls mit tieferen Nutzungszeiten einher ( $\beta = -.09$ ,  $Wald-F(1,56) = 4.26$ ,  $p = .04$ ). Auch die soziodemografischen Merkmale Alter und Herkunft werden im Modell signifikant. Je älter die Jugendlichen sind, umso mehr Zeit verbringen sie im Internet ( $\beta = .17$ ,  $Wald-F(1,56) = 6.31$ ,  $p = .02$ ). Bei Schweizer Jugendlichen zeigt sich im Vergleich mit Jugendlichen ohne Schweizer Pass eine tiefere Internetzeit pro Woche ( $\beta = -.27$ ,  $Wald-$

$F(1,56) = 5.56, p = .02$ ). Das gebildete Regressionsmodell erklärt 5 % der Varianz der abhängigen Variable ( $korr. R^2 = .05$ ), was nach Cohen (1992) einem kleinen Effekt entspricht ( $f^2 = .06$ ).

#### Handyzeit pro Woche

Die Integration in die Peergruppe und die schulische Integration erweisen sich auch für die wöchentliche Handyzeit als signifikante Prädiktoren. Eine bessere Integration in die Peergruppe geht mit einer höheren Handyzeit einher ( $\beta = .10, Wald-F(1,56) = 7.87, p < .01$ ), eine bessere schulische Integration mit einer tieferen Handyzeit ( $\beta = -.11, Wald-F(1,56) = 5.40, p = .02$ ). Alle geprüften soziodemografischen Faktoren erreichten das Signifikanzniveau. Jugendliche mit Schweizer Herkunft verbringen durchschnittlich weniger Zeit am Handy als Jugendliche ohne Schweizer Pass ( $\beta = -.25, Wald-F(1,56) = 5.99, p = .02$ ), mit steigendem Alter nimmt auch die Handyzeit zu ( $\beta = .15, Wald-F(1,56) = 6.25, p = .02$ ), ein tiefer SoS hängt gegenüber einem hohen SoS mit einer höheren Handyzeit zusammen ( $\beta = .47, Wald-F(2,55) = 5.28, p < .01$ ), und Mädchen zeigen gegenüber Jungen eine höhere Handynutzungsdauer ( $\beta = .26, Wald-F(1,56) = 9.74, p < .01$ ). Das gebildete Regressionsmodell erklärt 9 % der Varianz der abhängigen Variable ( $korr. R^2 = .09$ ), was nach Cohen (1992) einem kleinen Effekt entspricht ( $f^2 = .10$ ).

#### Gamezeit pro Woche

Zwischen der wöchentlichen Gamezeit und den verschiedenen familiären und sozialen Ressourcen ergaben sich keine signifikanten Zusammenhänge. Der Faktor schulische Integration verfehlt das Signifikanzniveau nur knapp ( $\beta = -.11, Wald-F(1,56) = 3.78, p = .057$ ), wobei bessere schulische Integration tendenziell mit niedrigeren Gamezeiten einhergeht. Signifikante Prädiktoren sind das Geschlecht und die Herkunft. Bei Mädchen zeigt sich gegenüber Knaben eine tiefere Gamezeit ( $\beta = -.78, Wald-F(1,56) = 46.04, p < .001$ ), und eine Schweizer Herkunft geht mit tieferer Gamezeit einher ( $\beta = -.23, Wald-F(1,56) = 4.63, p = .04$ ). Das gebildete Regressionsmodell erklärt 13 % der Varianz der abhängigen Variable ( $korr. R^2 = .13$ ), was nach Cohen (1992) einem mittleren Effekt entspricht ( $f^2 = .16$ ).

#### Sexuelle Onlinekommunikation und Internetbekanntschaften

Die elterliche Unterstützung stellte sich als signifikanter Prädiktor von Erfahrungen mit sexueller Onlinekommunikation und Internetbekanntschaften heraus. Eine höhere elterliche Unterstützung geht mit weniger potenziell riskanten Medienerfahrungen in diesem Bereich einher ( $\beta = -.17, Wald-F(1,57) = 39.80, p < .001$ ). Ein weiterer signifikanter Prädiktor ist das Geschlecht, wobei Mädchen gegenüber Knaben mehr Erfahrungen mit sexueller Onlinekommunikation und Internetbekanntschaften berichten ( $\beta = .54, Wald-F(1,57) = 93.58, p < .001$ ). Auch das Alter ist ein signifikanter Prädiktor ( $\beta = .28, Wald-F(1,57) = 52.30, p < .001$ ). Mit steigendem Alter nehmen die potenziell problematischen Medienerfahrungen im Bereich sexueller Onlinekommunikation und Internetbekanntschaften zu. Das gebildete Regressionsmodell erklärt 23 % der Varianz der abhängigen Variable ( $korr. R^2 = .23$ ). Nach der Einteilung von Cohen (1992) entspricht dies einem mittleren Effekt ( $f^2 = .23$ ).

#### Pornografie und Gewalt

Die Integration in die Peergruppe steht in einem signifikanten Zusammenhang mit der Häufigkeit, in der Jugendliche in Kontakt mit pornografischen und gewalthaltigen Inhalten kommen, wobei eine bessere Integration in die Peergruppe mit mehr solchen Erfahrungen einhergeht ( $\beta = .05, Wald-F(1,56) = 6.64, p = .013$ ). Ein weiterer signifikanter Prädiktor ist das Geschlecht. Mädchen kommen im Vergleich mit Jungen seltener in Kontakt mit pornografischen und gewalthaltigen Inhalten ( $\beta = -.55, Wald-F(1,56) = 113.12, p < .001$ ). Auch das Alter steht in einem signifikanten Zusammenhang mit der Erfahrung mit entsprechenden Inhalten. Je älter die Jugendlichen sind, umso häufiger sind sie bereits mit Videos oder Bildern von pornografischem oder gewalthaltigem Inhalt in Kontakt gekommen ( $\beta = .23, Wald-F(1,56) = 65.72, p < .001$ ). Das gebildete Regressionsmodell erklärt 24 % der Varianz der abhängigen Variable ( $korr. R^2 = .24$ ). Das entspricht laut der Einteilung von Cohen (1992) einem mittleren Effekt ( $f^2 = .32$ ).

Cybermobbing

Als signifikante Prädiktoren für Cybermobbing erweisen sich die beiden sozialen Ressourcen «Integration in die Peergruppe» ( $\beta = -.10$ ,  $Wald-F(1,56) = 5.23$ ,  $p = .03$ ) und «schulische Integration» ( $\beta = -.17$ ,  $Wald-F(1,56) = 25.02$ ,  $p < .001$ ), wobei beide mit weniger Cybermobbing-ähnlichen Erfahrungen in Verbindung stehen. Ein weiterer signifikanter Prädiktor ist der SoS. Jugendliche mit tiefem SoS erfahren mehr Cybermobbing ( $\beta = .23$ ,  $Wald-F(2,55) = 4.26$ ,  $p = .019$ ) im Vergleich zu Jugendlichen mit einem hohen SoS. Das gebildete Regressionsmodell erklärt 7 % der Varianz der abhängigen Variable (korr.  $R^2 = .07$ ), was nach Cohen (1992) einem kleinen Effekt entspricht ( $f^2 = .08$ ).

## 5 Zusammenfassung und Diskussion

Einen selbstbestimmten, kontrollierten und kompetenten Medienumgang zu erlangen, gilt heute als eine wichtige Entwicklungsaufgabe des Jugendalters (Hurrelmann & Quenzel, 2022). Bei der Auseinandersetzung mit Entwicklungsaufgaben spielen familiäre und soziale Ressourcen eine wichtige Rolle. Sie fördern im Allgemeinen eine positive Entwicklung und wirken als Schutzfaktoren den negativen Effekten von Risikokonstellationen entgegen. Der vorliegende JAMESfocus-Bericht hat untersucht, welche familiären und sozialen Ressourcen den Jugendlichen in der Schweiz zur Verfügung stehen und wie diese mit ihrem Mediennutzungsverhalten zusammenhängen. Die wichtigsten Ergebnisse werden im Folgenden zusammengefasst und diskutiert.

**Fragestellung A:** Über welche familiären und sozialen Ressourcen verfügen Jugendliche in der Schweiz? Gibt es Unterschiede hinsichtlich verschiedener soziodemografischer Merkmale?

Die Ergebnisse zeigen, dass in der Schweiz lebende Jugendliche durchschnittlich über ein hohes Mass an sozialen und familiären Ressourcen verfügen. Ein Grossteil der Jugendlichen schätzen die Unterstützung, die sie durch ihre Eltern erfahren, als hoch ein und erleben in der Erziehung ein relativ hohes Mass an Responsivität und Lenkung (autoritative Erziehung). Auch fühlen sich die meisten gut integriert, sowohl in der Schule als auch innerhalb einer Peergruppe. Dies ist erfreulich, da davon ausgegangen wird, dass Umgebungsressourcen die Jugendlichen dabei unterstützen, die vielfältigen Entwicklungsaufgaben des Jugendalters zu bewältigen (Lohaus & Nussbeck, 2016). Soziale Unterstützung und Integration werden zudem mit positiven Effekten für die Gesundheit und das psychische Wohlbefinden in Zusammenhang gebracht (Bachmann, 2014).

Über die verschiedenen soziodemografischen Aspekte hinweg sind familiäre und soziale Ressourcen relativ gleichmässig verteilt. Einzig in Abhängigkeit der Herkunft der Jugendlichen zeigen sich signifikante Unterschiede. Jugendliche ohne Schweizer Pass schätzen die elterliche Unterstützung tiefer ein und fühlen sich in der Schule und der Peergruppe weniger gut integriert. Für Eltern mit Migrationshintergrund ist es vermutlich schwieriger, ihr Kind bei gewissen Themen zu unterstützen, da sie weniger Kenntnisse über die Lebenswelt der Jugendlichen in der Schweiz haben, z. B. das Schul- und Berufsbildungssystem weniger gut kennen. Aufgrund sprachlicher und kultureller Unterschiede fällt es möglicherweise auch den Jugendlichen schwerer, sich innerhalb der Schule und der Peergruppe zu integrieren, oder sie sind mit Vorurteilen und Ausgrenzung konfrontiert.

**Fragestellung B:** In welchem Zusammenhang stehen familiäre und soziale Ressourcen mit verschiedenen Aspekten der Mediennutzung im Jugendalter?

Untersucht wurden die Zusammenhänge zwischen familiären (elterliche Unterstützung und autoritative Erziehung) und sozialen Ressourcen (Integration in die Peergruppe und schulische Integration) und den Nutzungszeiten von Internet, Handy und Videogames sowie verschiedenen potenziell problematischen Medienerfahrungen. Im Folgenden wird dargestellt, welche Zusammenhänge sich zwischen den vier Umgebungsressourcen und Aspekten der Mediennutzung ergeben haben.

### Elterliche Unterstützung

Als elterliche Unterstützung wurde in dieser Studie, die von den Jugendlichen wahrgenommene instrumentelle und emotionale Unterstützung durch die Eltern erhoben. Ein Zusammenhang ergab sich zwischen der wahrgenommenen Unterstützung und der **Internetnutzungszeit**. Ein höheres Level an wahrgenommener elterlicher Unterstützung geht mit einer tieferen wöchentlichen Internetnutzungszeit einher. Bezüglich der Handy- und Gamezeit zeigt sich dieser Zusammenhang jedoch nicht. Auch andere Studien finden negative Zusammenhänge zwischen der Qualität der Eltern-Kind-Beziehung und den Nutzungszeiten digitaler Medien (Richards et al., 2010), und eine ungünstige Eltern-Kind-Beziehung wird als Risikofaktor für die Entwicklung einer problematischen Internetnutzung diskutiert (Lei & Wu,

2007; Zhu et al., 2022). In der vorliegenden Befragung wurden lediglich die Nutzungszeiten der Jugendlichen erfragt, wobei eine hohe Nutzungszeit nicht mit einer problematischen Nutzung gleichzusetzen ist. Zudem handelt es sich in der JAMES-Studie um querschnittliche Daten, die keine Aussagen bezüglich der Wirkrichtung zulassen. Anzunehmen ist, dass eine wechselseitige Beziehung zwischen der Nutzungszeit und elterlicher Unterstützung besteht: Eine schlechte Eltern-Kind-Beziehung verstärkt eine exzessive Internetnutzung, gleichzeitig kann sich eine intensive Internetnutzung negativ auf zwischenmenschliche Beziehungen auswirken (Zhu et al., 2022). Jugendliche, die eine sehr intensive Internetnutzung aufweisen, haben möglicherweise vermehrt Konflikte mit ihren Eltern, was die Beziehung belasten kann.

Ein höheres Level an wahrgenommener elterlicher Unterstützung geht zudem mit weniger Erfahrungen mit **Sexting, Internetbekanntschaften und sexueller Belästigung** einher. Jugendliche zeigen also weniger potenziell riskantes Verhalten im Bereich der intimen und sexuellen Kommunikation und Interaktion, wenn sie die Beziehung zu ihren Eltern als unterstützend wahrnehmen. Grundsätzlich haben digitale Medien im Prozess der sexuellen Entwicklung von Jugendlichen an Bedeutung gewonnen (Vogelsang, 2017). Sie bieten Möglichkeiten, erste intime und romantische Kontakte auszuleben, die eigene sexuelle Identität zu erkunden und eine selbstbestimmte Sexualität zu entwickeln. Gleichzeitig ergeben sich im digitalen Raum aber auch Risiken für Grenzverletzungen und Fehlverhalten (Budde et al., 2022). Jugendliche müssen abwägen, was sie als angemessen empfinden und wo sie ihre Grenzen setzen. Möglicherweise bewegen sich Jugendliche, die zuhause Unterstützung erfahren, sicherer auf diesem Grat zwischen Chancen und Risiken, weil sie auch bei Unsicherheiten oder negativen Erfahrungen im digitalen Raum auf ihre Eltern zugehen können. Eine gute Eltern-Kind-Beziehung wird zudem mit einem höheren Selbstbewusstsein in Verbindung gebracht (Gibson & Jefferson, 2006; Roberts & Bengtson, 1993), was Jugendlichen zu mehr Sicherheit im Umgang mit den eigenen Grenzen verhelfen kann. Auch ist davon auszugehen, dass sich Muster zwischenmenschlicher Beziehungen, die innerhalb der Familie erlernt werden, auf spätere Beziehungen übertragen (Singh et al., 2014). Jugendliche, die zuhause sichere, vertrauensvolle und von gegenseitigem Verständnis geprägte Beziehungs- und Bindungserfahrungen machen, gestalten auch ihre Peerbeziehungen nach diesen Prinzipien und sind möglicherweise weniger anfällig für sozialen Druck, der zu risikoreicherem Verhalten im digitalen Raum führen kann.

### Autoritative Erziehung

Als zweite familiäre Ressource wurde erhoben, inwieweit das elterliche Erziehungsverhalten aus Sicht der Jugendlichen als autoritativ wahrgenommen wird, also gleichzeitig geprägt ist durch hohe Responsivität und hohe Lenkung. Autoritative Erziehung gilt aus entwicklungspsychologischer Sicht als förderlich für die positive Entwicklung von Kindern und Jugendlichen und wird unter anderem mit positiven Effekten auf die psychosoziale Anpassungsfähigkeit und das Selbstkonzept sowie mit geringerem Problemverhalten in Verbindung gebracht (Heinrichs & Heinrichs, 2011). In der vorliegenden Untersuchung konnten keine Zusammenhänge zwischen autoritativer Erziehung und der wöchentlichen Nutzungszeit von Internet, Handy und Videogames gefunden werden. Auch ergaben sich keine signifikanten Zusammenhänge mit verschiedenen potenziell problematischen Medienerfahrungen. Dies erstaunt auf den ersten Blick, da die Nutzung digitaler Medien in vielen Familien durch Abmachungen und Regeln mitbestimmt wird, Medienerziehung also ganz direkt einen Einfluss auf die Mediennutzung von Kindern hat (Suter et al., 2023). Eine Korrelationsanalyse zeigte, dass die beiden Ressourcen «autoritative Erziehung» und «elterliche Unterstützung» eng miteinander zusammenhängen: Jugendliche, die das Level der elterlichen Unterstützung als hoch einschätzen, nehmen auch das Erziehungsverhalten als responsiv und lenkend wahr. Den beiden Faktoren scheint eine gemeinsame Komponente zugrunde zu liegen, die vermutlich die Qualität der Eltern-Kind-Beziehung umfasst. Es gilt unterdessen als unumstritten, dass die Qualität der Beziehung zwischen Eltern und Kind eine zentrale Rolle in der Erziehung spielt (Bengel et al., 2009). Diese zentrale Komponente der autoritativen Erziehung wird in den durchgeführten Auswertungen durch den Faktor «Unterstützung» bereits abgedeckt, was vermutlich der Grund ist, dass der Faktor «autoritative Erziehung» nicht signifikant wurde.

### Integration in die Peergruppe

Als wichtige soziale Ressource wurde die Integration in die Peergruppe erhoben, die das Ausmass und die Qualität von Kontakten zu Gleichaltrigen in der Freizeit abbildet. Eine gute Integration in die Peergruppe geht mit höheren **Handy-** und **Internetnutzungszeiten** einher. Dies verdeutlicht, dass Handy und Internet für Jugendliche wichtig sind, um soziale Kontakte zu pflegen und über Themen innerhalb des Freundeskreises informiert zu bleiben. Der Zusammenhang widerspricht auch der gesellschaftlich zum Teil verbreiteten Vorstellung, dass Jugendliche durch die Nutzung digitaler Medien soziale Kontakte vernachlässigen und einsam werden.

Für die Integration in die Peergruppe zeigt sich zudem ein Zusammenhang mit dem Konsum und dem Teilen von **pornografischen oder gewalthaltigen Inhalten**. Jugendliche, die gute Kontakte zu Freundinnen und Freunden haben, kommen häufiger mit entsprechenden Inhalten in Kontakt. Vor allem unter älteren Jungen ist das Anschauen von pornografischen oder gewalthaltigen Videos verbreitet (Külling et al., 2022), und der gefundene Zusammenhang lässt vermuten, dass solche Inhalte oftmals innerhalb von Peergruppen kursieren. Jugendliche, die innerhalb der Peergruppe gut integriert und vernetzt sind, kommen deshalb häufiger damit in Kontakt. Ein Interesse für entsprechende Inhalte geht mit der sexuellen Entwicklung und der Auseinandersetzung mit der eigenen (Geschlechts-)Identität einher. Pornografische und gewalthaltige Inhalte haben aber auch das Potenzial, ein falsches Bild von Sexualität und einen unangemessenen Umgang mit Aggressionen zu vermitteln. Vanden Abeele et al. (2014) konnten aufzeigen, dass der Pornografiekonsum bei Jungen auch mit dem Wunsch nach Beliebtheit und mit sozialem Druck zusammenhängt, der durch die Peergruppe ausgeübt wird.

Eine gute Integration in die Peergruppe geht zudem mit weniger **Cybermobbing-ähnlichen Erfahrungen** einher. Auch in anderen Studien zeigte sich, dass die Integration in eine Peergruppe nicht nur davor schützt, von Cybermobbing betroffen zu sein (Kowalski et al., 2014), sondern auch die Wahrscheinlichkeit reduziert, selbst Cybermobbing zu verüben (Arató et al., 2022). Arató et al. (2022) vermuten, dass gut integrierte Jugendliche weniger zu Täterinnen und Tätern von Cybermobbing werden, da sie innerhalb von Peerbeziehungen ihre Fähigkeiten zur Emotionsregulation stärken und dadurch lernen, ihre Emotionen besser zu verstehen und Impulse zu steuern.

### Integration in der Schule

Neben der Peergruppe ist die Schule ein wichtiger sozialer Kontext von Jugendlichen. Schulische Integration wurde in der vorliegenden Studie anhand des Schul- und Klassenklimas operationalisiert, wobei vor allem die Qualität der Kontakte zu Mitschülerinnen und -schülern und das Wohlbefinden innerhalb des Klassenkontexts erfragt wurden. Die schulische Integration steht in einem negativen Zusammenhang mit den **Nutzungszeiten von Internet und Handy**. Jugendliche, die sich in der Schule gut integriert fühlen, verbringen im Durchschnitt etwas weniger Zeit am Handy und im Internet. Möglicherweise ist diese Tatsache darauf zurückzuführen, dass sich ein positives Klassenklima und gute Kontakte zu Mitschülerinnen und -schülern förderlich auf die schulische Motivation von Jugendlichen auswirken, wodurch sie möglicherweise auch in der Freizeit mehr Zeit für schulische Aktivitäten und Verpflichtungen wie Hausaufgaben oder Lernen aufwenden. Während ausserschulische Peerdynamiken mit tendenziell höheren Nutzungszeiten einhergehen, scheint die schulische Integration bei Jugendlichen einen regulierenden Einfluss auf ihre Handy- und Internetnutzungszeit zu haben. Auf Seiten der Eltern kann eine unterstützende und interessierte Haltung gegenüber der Schule einen positiven Einfluss auf die schulische Motivation der Kinder haben (Simons-Morton & Chen, 2009).

Eine gute Integration in die Schule geht, wie auch die Integration in die Peergruppe, mit weniger **Cybermobbing-ähnlichen Erfahrungen** einher. Das Klassenklima scheint diesbezüglich einen zusätzlichen Schutzfaktor darzustellen. Die Schulklasse ist für Jugendliche ein wichtiger Kontext, in dem soziale Kompetenzen trainiert und Verhaltensnormen erlernt werden. Deshalb sind Dynamiken innerhalb der Schulklasse und vorherrschende mobbingbezogene Normen für die Entstehung von Cybermobbing besonders relevant (Gámez-Guadix & Gini, 2016). Ein aggressives Klassenklima erhöht das Risiko, Täterin bzw. Täter oder Opfer von Cybermobbing zu werden (Festl et al., 2013).

Zusammenfassend zeigen die Ergebnisse, dass die Mediennutzung von Jugendlichen in den Kontext von Familie, Schule und Peergruppe eingebunden ist. Diese drei wichtigen Sozialisationsinstanzen unterstützen die Jugendlichen an verschiedenen Stellen und bieten Orientierung bei der Entwicklung eines selbstbestimmten und kompetenten Medienumgangs. Bei allen beobachteten Zusammenhängen handelt es sich jedoch um kleine Effekte, was verdeutlicht, dass weitere Faktoren eine entscheidendere Rolle spielen. So ist beispielsweise das Geschlecht ein wichtiger Faktor, wenn es um Erfahrungen mit Pornografie, Gewaltinhalten und sexueller Kommunikation geht. Während Jungen viel häufiger mit pornografischen Inhalten in Kontakt kommen, ist bei Mädchen Sexting und sexuelle Belästigung ein grösseres Thema. Je nach Geschlecht scheinen Jugendliche ihre Grenzen in unterschiedlichen Bereichen auszuloten und sind in ihrer Entwicklung auch unterschiedlichen Risiken ausgesetzt. Soziodemografische Merkmale wie der sozioökonomische Status und die Herkunft der Eltern sind ebenfalls wichtige Faktoren, insbesondere wenn es um die Nutzungszeiten digitaler Medien geht. Ein höherer sozioökonomischer Status geht mit tieferen wöchentlichen Handynutzungszeiten einher, und Schweizer Jugendliche berichten im Vergleich zu Jugendlichen ohne Schweizer Pass tiefere wöchentliche Internet-, Handy- und Gamezeiten. Der sozioökonomische Status und die Herkunft scheinen im Zusammenhang mit der Mediennutzung wichtige familiäre Faktoren darzustellen. Es bedarf deshalb besonderer Anstrengungen, um auch Familien aus tieferen sozioökonomischen Schichten und mit Migrationshintergrund mit Informationen und Unterstützung zum Umgang mit der Mediennutzung ihrer Kinder zu erreichen. Auch wenn familiäre und soziale Ressourcen die Jugendlichen vor potenziell problematischen Medienereignissen nicht schützen, ist davon auszugehen, dass sie Heranwachsende dabei unterstützen, negative Erfahrungen zu bewältigen und zu verarbeiten.

## 6 Tipps für Eltern und Schulen ...

... wie sie Jugendliche bei der Entwicklung eines selbstbestimmten, kompetenten und bedürfnisgerechten Medienumgangs unterstützen können.

- Einen **massvollen Umgang** mit Handy, Videospiele oder dem Internet zu entwickeln, ist wichtig, bedeutet aber nicht für alle Menschen dasselbe. Helfen Sie Ihren Kindern, die **individuelle Balance** zu finden.
- Sinnvoll genutzt können Medien dabei helfen, die Herausforderungen der Jugendjahre zu meistern. Aufbau und Pflege von Freundschaften, Informationen rund um Schule und Beruf, Antworten zu eigenen Unsicherheiten im Internet – **Medien erfüllen vielfältige Zwecke**, die das Erwachsenwerden unterstützen.
- Obwohl im Jugendalter die Peergruppe immer wichtiger wird, bleibt eine **gute Eltern-Kind-Beziehung** zentral. Zeigen Sie weiterhin Interesse an den (Medien-)Aktivitäten Ihrer Kinder und haben Sie ein **offenes Ohr**, wenn Jugendliche mit einem Anliegen zu Ihnen kommen – auch wenn der Moment für Sie vielleicht gerade nicht passend ist.
- Jugendliche machen Erfahrungen mit pornografischen Inhalten und sexueller Onlinekommunikation. Die Auseinandersetzung und Neugierde für die Themen Sexualität und Intimität ist normal und gesund. Die beste Prävention vor negativen Effekten ist, wenn **Sexualität und Intimität** in der Familie und Schule **kein Tabuthema** sind und die Jugendlichen dabei unterstützt werden, ein positives und respektvolles Verhältnis zu Sexualität und einen selbstbestimmten Umgang mit den eigenen Grenzen zu entwickeln. Hilfreiche Tipps finden Sie bei [Pro Juventute](#) oder [Jugend und Medien](#).
- Bei Pornografie, Sexting und sexueller Belästigung geht es immer auch um **Geschlechterrollenbilder**. Wenn Jugendliche lernen, respektvoll mit sich und anderen umzugehen und die Vielfalt möglicher Rollenübernahmen zu schätzen, dann lassen sie sich auch weniger von stereotypen Posen und Inszenierungen beeindrucken. Die nahen erwachsenen Bezugspersonen haben hier eine wichtige **Vorbildfunktion**.
- Die **schulische Integration ist ein Schutzfaktor** und unterstützt die Entwicklung eines massvollen und kompetenten Medienumgangs. Dies kommt insbesondere auch sozial benachteiligten Jugendlichen zugute, die von den Eltern weniger intensiv unterstützt werden können. Die Zusammenarbeit von Eltern und Schule und die gegenseitige Unterstützung stärkt die schulische Integration.
- Unterstützen Sie ein **positives Klassenklima** und eine gute Integration einzelner Schülerinnen und Schüler in den Klassenverband. Damit lassen sich auch Fälle von Cybermobbing verhindern.

## 7 Literatur

- Arató, N., Zsidó, A. N., Rivnyák, A., Péley, B., & Lábadi, B. (2022). Risk and protective factors in cyberbullying: The role of family, social support and emotion regulation. *International Journal of Bullying Prevention, 4*(2), 160–173. <https://doi.org/10.1007/s42380-021-00097-4>
- Bachmann, N. (2014). *Soziale Ressourcen als Gesundheitsschutz: Wirkungsweise und Verbreitung in der Schweizer Bevölkerung und in Europa*.
- Baldry, A. C., & Farrington, D. P. (2005). Protective factors as moderators of risk factors in adolescence bullying. *Social Psychology of Education, 8*(3), 263–284. <https://doi.org/10.1007/s11218-005-5866-5>
- Bengel, J., Meinders-Lücking, F., & Rottmann, N. (2009). *Schutzfaktoren bei Kindern und Jugendlichen: Stand der Forschung zu psychosozialen Schutzfaktoren für Gesundheit*. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung.
- Borca, G., Bina, M., Keller, P. S., Gilbert, L. R., & Begotti, T. (2015). Internet use and developmental tasks: Adolescents' point of view. *Computers in Human Behavior, 52*, 49–58. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.05.029>
- Budde, J., Witz, C., & Böhm, M. (2022). Sexual boundary violations via digital media among students. *Frontiers in Psychology, 12*. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.755752>
- Cohen, J. (1992). Statistical Power Analysis. *Current Directions in Psychological Science, 1*(3), 98–101. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10768783>
- Cripps, K., & Zyromski, B. (2009). Adolescents' psychological well-being and perceived parental involvement: Implications for parental involvement in middle schools. *RMLE Online, 33*(4), 1–13. <https://doi.org/10.1080/19404476.2009.11462067>
- Faltýnková, A., Blinka, L., Ševčíková, A., & Husarova, D. (2020). The associations between family-related factors and excessive internet use in adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(5), Article 5. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051754>
- Festl, R., Scharnow, M., & Quandt, T. (2013). Peer influence, internet use and cyberbullying: A comparison of different context effects among german adolescents. *Journal of Children and Media, 7*(4), 446–462. <https://doi.org/10.1080/17482798.2013.781514>
- Flouri, E., & Buchanan, A. (2003). The role of father involvement and mother involvement in adolescents' psychological well-being. *The British Journal of Social Work, 33*(3), 399–406. <https://doi.org/10.1093/bjsw/33.3.399>
- Friedrichs, H., & Sander, U. (2010). Peers und Medien – die Bedeutung von Medien für den Kommunikations- und Sozialisationsprozess im Kontext von Peerbeziehungen. In M. Harring, O. Böhm-Kasper, C. Rohlf, & C. Palentien (Hrsg.), *Freundschaften, Cliques und Jugendkulturen* (S. 283–307). VS Verlag für Sozialwissenschaften. [https://doi.org/10.1007/978-3-531-92315-4\\_14](https://doi.org/10.1007/978-3-531-92315-4_14)
- Gámez-Guadix, M., & Gini, G. (2016). Individual and class justification of cyberbullying and cyberbullying perpetration: A longitudinal analysis among adolescents. *Journal of Applied Developmental Psychology, 44*, 81–89. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2016.04.001>
- Gibson, D. M., & Jefferson, R. N. (2006). The effect of perceived parental involvement and the use of growth-fostering relationships on self-concept in adolescents participating in gear up. *Adolescence, 41*(161), 111–125.

- Havighurst, R. J. (1953). *Human development and education* (S. ix, 338). Longmans, Green.
- Heinrichs, N., & Heinrichs, N. (2011). *Klinische Entwicklungspsychologie kompakt: Psychische Störungen im Kindes- und Jugendalter*. Beltz.
- Holtz, P., & Appel, M. (2011). Internet use and video gaming predict problem behavior in early adolescence. *Journal of Adolescence*, *34*(1), 49–58. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2010.02.004>
- Hunter, S. C., Russell, K., Pagani, S., Munro, L., Pimenta, S. M., Marín-López, I., Hong, J. S., & Knifton, L. (2021). A social-ecological approach to understanding adolescent sexting behavior. *Archives of Sexual Behavior*, *50*(6), 2347–2357. <https://doi.org/10.1007/s10508-021-01988-9>
- Hurrelmann, K., & Quenzel, G. (2022). *Lebensphase Jugend*. <https://content-select.com/de/portal/media/view/60473694-5aac-4765-b7e3-389bb0dd2d03?forceauth=1>
- Karaer, Y., & Akdemir, D. (2019). Parenting styles, perceived social support and emotion regulation in adolescents with internet addiction. *Comprehensive Psychiatry*, *92*, 22–27. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2019.03.003>
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin*, *140*(4), 1073–1137. <https://doi.org/10.1037/a0035618>
- Külling, C., Waller, G., Suter, L., Willemse, I., Bernath, J., Sirgailia, P., Streule, P., & Süß, D. (2022). *Ergebnisbericht zur JAMES-Studie 2022*.
- Lee, S.-J., & Chae, Y.-G. (2007). Children's internet use in a family context: Influence on family relationships and parental mediation. *CyberPsychology & Behavior*, *10*(5), 640–644. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.9975>
- Lei, L., & Wu, Y. (2007). Adolescents' paternal attachment and internet use. *CyberPsychology & Behavior*, *10*(5), 633–639. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.9976>
- Lohaus, A. (2018). *Entwicklungspsychologie des Jugendalters*. Springer-Verlag.
- Lohaus, A., & Nussbeck, F. W. (2016). *Fragebogen zu Ressourcen im Kindes- und Jugendalter (FRKJ 8-16)* (1. Aufl.). Hogrefe.
- Luthar, S. S. (2015). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. In *Developmental Psychopathology* (S. 739–795). John Wiley & Sons, Ltd. <https://doi.org/10.1002/9780470939406.ch20>
- Makri-Botsari, E., & Karagianni, G. (2014). Cyberbullying in greek adolescents: The role of parents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, *116*, 3241–3253. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.742>
- Mesch, G. S. (2009). Parental mediation, online activities, and cyberbullying. *CyberPsychology & Behavior*, *12*(4), 387–393. <https://doi.org/10.1089/cpb.2009.0068>
- Piko, B. F., Fitzpatrick, K. M., & Wright, D. R. (2005). A risk and protective factors framework for understanding youth's externalizing problem behavior in two different cultural settings. *European Child & Adolescent Psychiatry*, *14*(2), 95–103. <https://doi.org/10.1007/s00787-005-0437-z>
- Quenzel, G. (2015). *Entwicklungsaufgaben und Gesundheit im Jugendalter*. <https://content-select.com/de/portal/media/view/552557c9-f218-4a51-a5d6-4cc3b0dd2d03?forceauth=1>

- Richards, R., McGee, R., Williams, S. M., Welch, D., & Hancox, R. J. (2010). Adolescent screen time and attachment to parents and peers. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, *164*(3), 258–262. <https://doi.org/10.1001/archpediatrics.2009.280>
- Roberts, R. E. L., & Bengtson, V. L. (1993). Relationships with parents, self-esteem, and psychological well-being in young adulthood. *Social Psychology Quarterly*, *56*(4), 263–277. <https://doi.org/10.2307/2786663>
- Seiffge-Krenke, I., & Gelhaar, T. (2008). Does successful attainment of developmental tasks lead to happiness and success in later developmental tasks? A test of Havighurst's (1948) theses. *Journal of Adolescence*, *31*(1), 33–52. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2007.04.002>
- Simons-Morton, B., & Chen, R. (2009). Peer and parent influences on school engagement among early adolescents. *Youth & Society*, *41*(1), 3–25. <https://doi.org/10.1177/0044118X09334861>
- Singh, A., Wilkinson, S., & Braganza, S. (2014). Smartphones and pediatric apps to mobilize the medical home. *The Journal of Pediatrics*, *165*(3), 606–610. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2014.05.037>
- Smahel, D., Gulec, H., Lokajova, A., Dedkova, L., & Machackova, H. (2022). The integrative model of ICT effects on Adolescents' well-being (iMEW): The synthesis of theories from developmental psychology, media and communications, and health. *European Journal of Developmental Psychology*, *0*(0), 1–18. <https://doi.org/10.1080/17405629.2022.2135501>
- Suter, L., Bernath, J., Willemse, I., Külling, C., Waller, G., Skirgaila, P., & Süss, D. (2023). *MIKE – Medien, Interaktion, Kinder, Eltern: Ergebnisbericht zur MIKE-Studie 2021*. Zürich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften. <https://doi.org/10.21256/zhaw-27617>
- Vanden Abeele, M., Campbell, S. W., Eggermont, S., & Roe, K. (2014). Sexting, mobile porn use, and peer group dynamics: Boys' and girls' self-perceived popularity, need for popularity, and perceived peer pressure. *Media Psychology*, *17*(1), 6–33. <https://doi.org/10.1080/15213269.2013.801725>
- Vogelsang, V. (2017). *Sexuelle Viktimisierung, Pornografie und Sexting Im Jugendalter: Ausdifferenzierung Einer Sexualbezogenen Medienkompetenz* (Bd. 37). Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH.
- Wartberg, L., Kriston, L., & Thomasius, R. (2020). Internet gaming disorder and problematic social media use in a representative sample of German adolescents: Prevalence estimates, comorbid depressive symptoms and related psychosocial aspects. *Computers in Human Behavior*, *103*, 31–36. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.09.014>
- Wustmann, C. (2004). *Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern*. Beltz. <https://orlis.difu.de/handle/difu/263597>
- Yu, L., & Shek, D. T. L. (2013). Internet addiction in hong kong adolescents: A three-year longitudinal study. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, *26*(3, Supplement), S10–S17. <https://doi.org/10.1016/j.jpag.2013.03.010>
- Zhu, Y., Deng, L., & Wan, K. (2022). The association between parent-child relationship and problematic internet use among English- and Chinese-language studies: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, *13*. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2022.885819>

Zürcher Hochschule  
für Angewandte Wissenschaften

# **Angewandte Psychologie**

Pfingstweidstrasse 96  
Postfach  
CH-8037 Zürich

Telefon +41 58 934 83 10

[info.psychologie@zhaw.ch](mailto:info.psychologie@zhaw.ch)  
[www.zhaw.ch/psychologie](http://www.zhaw.ch/psychologie)