

## Management Summary

Das Internet hat in unserer Gesellschaft eine unverzichtbare Rolle und beeinflusst nahezu alle Lebensbereiche. Besonders bei Jugendlichen in der Schweiz ist eine intensive Nutzung festzustellen, wodurch Fragen zu den Auswirkungen auf ihre psychische Gesundheit, soziales Verhalten und Bildung aufkommen. Diese Arbeit untersucht das Onlineverhalten von Sekundarschüler:innen und die potenzielle Rolle von Wirtschaftsinformatik-Studierenden, bei der Förderung eines gesunden Umgangs mit digitalen Medien.

Die Forschungsfrage zielt darauf ab, herauszufinden, ob Wirtschaftsinformatik-Studierende konkrete Empfehlungen und Massnahmen zum Schutz vor Onlinesucht für Sekundarschüler:innen bereitstellen können. Hierzu wurden 80 Sekundarschüler:innen mittels einer quantitativen Umfrage zu ihrem Onlineverhalten befragt. Im Anschluss wurden zehn Experteninterviews mit Wirtschaftsinformatik-Studierenden durchgeführt, um Empfehlungen und Massnahmen zu ermitteln.

Die Ergebnisse der Umfrage zeigten, dass die tägliche Online-Zeit der Sekundarschüler:innen variiert und unterschiedliche Nutzungsverhalten aufweist. Die Mehrheit der Befragten gab an, zwischen vier und sechs Stunden täglich online zu sein, wobei eine signifikante Anzahl von Sekundarschüler:innen angab häufig länger online zu bleiben als beabsichtigt. Die Hauptnutzung der Online-Zeit liegt dabei vor allem im Bereich der Unterhaltung und Kommunikation, während Lernaktivitäten eine vergleichsweise geringere Rolle spielen. Ein Grossteil der Sekundarschüler:innen gab zudem an aus Langeweile zum Smartphone zu greifen. Die meisten Befragten erklärten über die Thematik der Onlinesucht informiert zu sein.

Die Experteninterviews ergaben Erkenntnisse über das Verhalten der Studierenden im digitalen Bereich. Obwohl die befragten Studierenden über grundlegendes Wissen im Umgang mit digitalen Medien verfügen, betrachten sie sich nicht als Expert:innen. Sie nutzen eine Vielzahl digitaler Werkzeuge und haben im Rahmen ihres Wirtschaftsinformatik-Studiums verschiedene Aspekte bezüglich digitaler Medien gelernt.

Die Interviews verdeutlichen die Chancen und Risiken der digitalen Medien sowie mögliche Empfehlungen und Massnahmen zur Förderung einer gesunden Internetnutzung. Es wird betont, dass Aufklärung und Informationsvermittlung eine wichtige Rolle spielen, sowohl in Schulen als auch im privaten Umfeld. Letztendlich ist es entscheidend, ein bewusstes und

verantwortungsvolles Verhältnis zur Nutzung digitaler Medien zu fördern, um potenzielle negative Auswirkungen zu minimieren.

Basierend auf den gesammelten Ergebnissen wurde ein fundierter Leitfaden entwickelt, der praktische Tipps, Übungen und Ratschläge enthält. Dieser Leitfaden zielt darauf ab, Sekundarschüler:innen zu helfen, ihre Internetnutzung zu reflektieren und gesunde Gewohnheiten im Umgang mit digitalen Medien zu entwickeln.

Die vorliegende Studie ist durch die begrenzte Stichprobengrösse und die fehlende Validierung des Leitfadens beeinträchtigt, was die Interpretation der Ergebnisse einschränkt. Für eine umfassendere Einschätzung der Wirksamkeit der vorgeschlagenen Massnahmen sind weitere Untersuchungen erforderlich. Zukünftige Forschungsarbeiten könnten darauf abzielen, den Leitfaden zu validieren und zu verfeinern, indem sie untersuchen, wie Jugendliche ihn anwenden und ob er dazu beiträgt, problematische Nutzungsmuster zu reduzieren.

Insgesamt bietet die vorliegende Arbeit einen wichtigen Beitrag zur Erforschung und Förderung eines gesunden Umgangs von Jugendlichen mit digitalen Medien.