

# Inhalt

<b>Einleitung</b> .....	11
<b>1 Das Training im Überblick</b> .....	12
1.1 Besonderheiten des vorliegenden Trainings .....	12
1.2 Zielgruppe .....	12
1.3 Ziele des Trainings .....	12
<b>2 Das Training im Kontext der Kompetenzförderung im Jugendalter</b> .....	14
<b>3 Aufbau des Trainingshandbuchs</b> .....	16
<b>4 Mediengewaltkonsum und Aggression: Ein Überblick über den Stand der Forschung und psychologische Erklärungsansätze</b> .....	17
4.1 Forschungsgegenstand .....	17
4.2 Nutzungs- und Inhaltsanalysen .....	17
4.3 Attraktivität von Gewaltdarstellungen in Bildschirmmedien .....	19
4.4 Aktuelle Forschungsbefunde zum Zusammenhang von Mediengewaltkonsum und Aggression .....	19
4.4.1 Untersuchungsmethoden .....	20
4.4.2 Befunde zur Stärke des Zusammenhangs von Mediengewaltkonsum und Aggression ..	21
4.4.3 Befunde zur Richtung des Zusammenhangs von Mediengewaltkonsum und Aggression .....	22
4.5 Wirkmechanismen gewalthaltiger Medieninhalte auf die Aggression .....	24
<b>5 Präventionsansätze</b> .....	27
5.1 Trainingsprogramme mit systematischer Evaluation .....	27
5.2 Rahmenbedingungen des Jugendmedienschutzes in Deutschland .....	28
5.3 Fazit .....	29
<b>6 Entwicklung und Evaluation des vorliegenden Trainingsprogramms</b> .....	30
6.1 Kritik an bestehenden Trainingsprogrammen .....	30
6.2 Entwicklung und Evaluation des Trainings .....	30
6.2.1 Stichprobe und Durchführung der Evaluationsstudie .....	31
6.2.2 Ergebnisse zur Wirksamkeit des Trainings .....	31
6.2.3 Fazit .....	35
<b>7 Aufbau des Trainingsprogramms</b> .....	36
<b>8 Elternabend</b> .....	38
8.1 Ziele .....	38
8.2 Vorbereitung .....	38
8.3 Zeitlicher Ablauf .....	39
8.4 Hinweise zur Durchführung .....	39

8.4.1	Vortrag zum Thema Auswirkungen des Konsums von Mediengewalt auf das Erleben und Verhalten insbesondere jugendlicher Nutzerinnen und Nutzer .....	39
8.4.2	Vorstellen des Trainingsprogramms .....	40
8.4.3	Demonstration gewalthaltiger Medieninhalte und Gelegenheit zum Ausprobieren verschiedener Computerspiele .....	40
<b>9</b>	<b>Die erste Trainingssitzung .....</b>	<b>42</b>
9.1	Ziele .....	42
9.2	Vorbereitung .....	42
9.3	Nachbereitung .....	42
9.4	Zeitlicher Ablauf .....	42
9.5	Hinweise zur Durchführung .....	42
9.5.1	Überblick über das Trainingsprogramm .....	42
9.5.2	Modul Medienkonsum .....	42
9.5.3	Modul Mediengewalt .....	45
<b>10</b>	<b>Die zweite Trainingssitzung .....</b>	<b>49</b>
10.1	Ziele .....	49
10.2	Vorbereitung .....	49
10.3	Zeitlicher Ablauf .....	50
10.4	Hinweise zur Durchführung .....	50
10.4.1	Modul Medienkonsum .....	50
10.4.2	Modul Mediengewalt .....	52
<b>11</b>	<b>Die dritte Trainingssitzung .....</b>	<b>57</b>
11.1	Ziele .....	57
11.2	Vorbereitung .....	57
11.3	Zeitlicher Ablauf .....	57
11.4	Hinweise zur Durchführung .....	58
11.4.1	Konsumreduktion .....	58
11.4.2	Vorbereitung des medienfreien Wochenendes I: Sammeln medienfreier Freizeitbeschäftigungen .....	58
11.4.3	Vorbereitung des medienfreien Wochenendes II: Arbeit am Stadtplan .....	59
11.4.4	Hausaufgabe .....	60
<b>12</b>	<b>Die vierte Trainingssitzung .....</b>	<b>61</b>
12.1	Ziele .....	61
12.2	Vorbereitung .....	61
12.3	Zeitlicher Ablauf .....	62
12.4	Hinweise zur Durchführung .....	63
12.4.1	Modul Medienkonsum .....	63
12.4.2	Modul Mediengewalt .....	64
<b>13</b>	<b>Die fünfte Trainingssitzung .....</b>	<b>69</b>
13.1	Trainingssitzung 5A .....	69
13.1.1	Ziele .....	69
13.1.2	Vorbereitung .....	69
13.1.3	Nachbereitung .....	70
13.1.4	Zeitlicher Ablauf .....	70
13.1.5	Hinweise zur Durchführung .....	70

---

13.2	Trainingssitzung 5B .....	72
13.2.1	Ziele .....	72
13.2.2	Vorbereitung .....	73
13.2.3	Nachbereitung .....	73
13.2.4	Zeitlicher Ablauf .....	73
13.2.5	Hinweise zur Durchführung .....	73
<b>14</b>	<b>Die sechste Trainingssitzung .....</b>	<b>75</b>
14.1	Ziele .....	75
14.2	Vorbereitung .....	75
14.3	Zeitlicher Ablauf .....	75
14.4	Hinweise zur Durchführung .....	76
14.4.1	Vorführung und Auswertung der Filmszenen .....	76
14.4.2	Wissensquiz und Zusammenfassung der Trainingsinhalte .....	77
14.4.3	Reflexion des Trainings .....	78
14.4.4	Trainingsabschluss .....	78
<b>15</b>	<b>Familienabend .....</b>	<b>79</b>
15.1	Ziele .....	79
15.2	Vorbereitung .....	79
15.3	Nachbereitung .....	79
15.4	Zeitlicher Ablauf .....	79
15.5	Hinweise zur Durchführung .....	80
15.5.1	Kurzer Erfahrungsbericht zum Ablauf des Trainings .....	80
15.5.2	Film- oder Posterpräsentation durch die Jugendlichen .....	80
15.5.3	Diskussion der Trainingsergebnisse und ihrer Auswirkungen auf die Familien .....	80
<b>Literatur .....</b>	<b>81</b>	
<b>Anhang .....</b>	<b>83</b>	
Verzeichnis der zitierten Medientitel .....	83	
Empfehlenswerte Internetseiten .....	84	
Kontaktinformationen der Landesmedienzentren .....	86	
Feedbackbogen zum Training .....	87	
Übersicht über die Materialien auf der CD-ROM .....	89	

## CD-ROM

Die CD-ROM enthält PDF-Dateien aller Arbeitsmaterialien, die zur Durchführung des Trainingsprogramms verwendet werden können.

Die PDF-Dateien können mit dem Programm Acrobat® Reader (eine kostenlose Version ist unter [www.adobe.com/products/acrobat](http://www.adobe.com/products/acrobat) erhältlich) gelesen und ausgedruckt werden. Um die Trainingsbroschüre, die Informationsbroschüre für Eltern sowie das Medientagebuch platzsparend als Broschüre ausdrucken zu können, wird empfohlen, den Acrobat® Reader ab Version 8 zu verwenden, da mit dieser Programmversion ein Broschürendruck möglich ist.