

Digital aufwachsen

Kinder an Medien heranzuführen

Kindergärten Littau Dorf

Luzern-Littau, 24. April 2024



Vorstellung Akzent Prävention und Suchttherapie

Fabienne Marbach

Thomas Büchi

Akzent Prävention



Programm

- Begrüssung, Vorstellung Akzent
- Faszination, Chancen und Risiken
- Medienerziehung
- **Austausch**
- Hilfsmittel für den Alltag
- Information und Beratung



Faszination / Chancen und Risiken der Bildschirmmedien

Medienkompetenz

...bezeichnet die Fähigkeit, Medien und ihre Inhalte den eigenen Zielen und Bedürfnissen entsprechend sachkundig zu nutzen.

Faszination der Bildschirmmedien

Psychologische Grundbedürfnisse:

- Zugehörigkeit
- Kompetenzerleben
- Autonomieerleben

Digitale Medien als Unterstützung in der
Entwicklung einer eigenen Identität





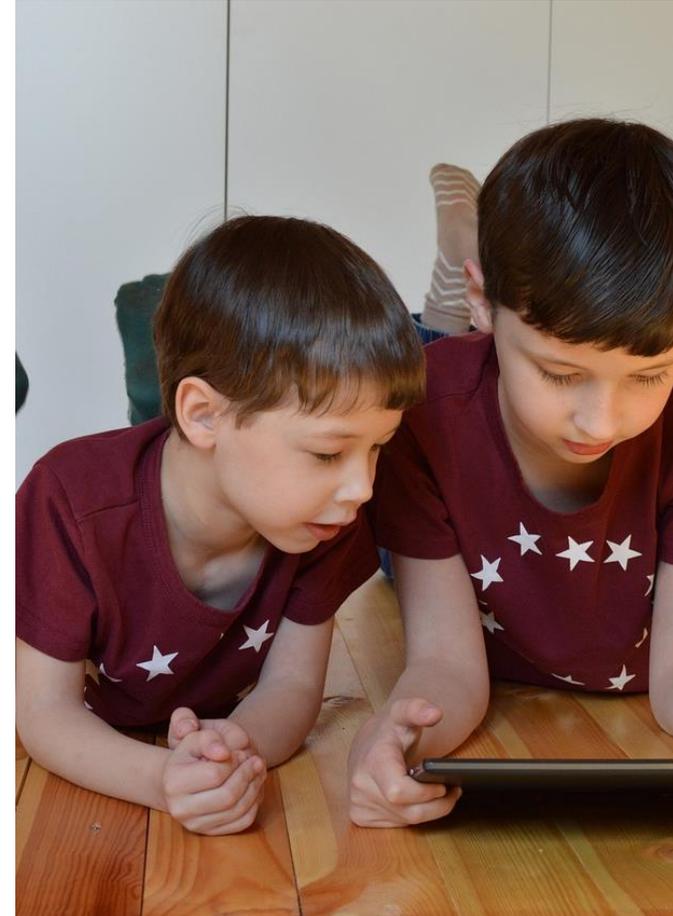
... Kinder spielen selbständig, was sie bei Mama und Papa beobachten.



... beobachtet wird auch die Nutzung
digitaler Medien und kopiert.

Faszination der Bildschirmmedien

- Erwachsene und grössere Kinder nutzen ständig Handys und Co.
 - > Aufmerksamkeit
- Fingerwisch und weg. Ich kann das!
 - > Selbstwirksamkeit



Chancen	Risiken
Selbstständigkeit	raubt Zeit
Spass / Unterhaltung	Sofortbelohnung / Autoplay
Herausforderung / Wettkampf	In-App-Käufe
Idole erleben	Bewegungsmangel
Ausleben der Kreativität	Missbrauch persönlicher Daten
Wissen aneignen / Lernen	Kontakt mit ungeeigneten Inhalten
Kontakte pflegen	Isolation

Smart Watch

Chancen

- Schrittweise in die Autonomie

Risiken

- Kontrolle / Überwachung
- Erreichbarkeit
- Datenschutz



Medienerziehung

Ein neues Feld in der Erziehung
Keine eigenen Erfahrungen
stets präsent

Aufgaben der Medienerziehung

Vorleben



Umfeld
Beobachten

0 - 4 Jahre

Heranführen



Erfahrung
Sammeln

4 – 8 Jahre

Begleiten



Unterscheiden
Lernen

8 – 12 Jahre

Dasein



Kritisch
hinterfragen

12 -16 Jahre

Aufgaben der Medienerziehung Kindergarten – 2. Kl.

Die Kinder

- Individuelle Interessen entdecken
- Kontakt mit digitalen Medien
- Unterschiedlicher Einsatz

heranführen



Erfahrungen
sammeln

Aufgaben der Medienerziehung Kindergarten – 2. Kl.

Die Eltern

- Vorbild sein
- In Beziehung sein
- Verantwortung übernehmen
- Schutz bieten

Gemeinsames Gespräch ist zentral

heranführen



Erfahrungen
sammeln

Wo liegt ihre Aufmerksamkeit?

Kennen Sie Phubbing?

Phone und Snubbing
(brüskieren)



3-6-9-12 Empfehlung für Bildschirmzeit

Alter des Kindes	Empfehlung
0 bis 3 Jahre	Wenn digitale Tools, dann nur in Begleitung
3 bis 6 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> • Medien gemeinsam nutzen und darüber sprechen • Bildschirmzeit einschränken
6 bis 9 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> • Bildschirme zusammen mit dem Kind kreativ verwenden • Internet erklären und Zugriff auf Bildschirmmedien beschränken
9 bis 12 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> • Abmachungen /Regeln aushandeln, über digitales Erleben sprechen • Diskussion mit Kind über eigenes Smartphone
Ab 12 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> • Kind surft alleine im abgemachten Zeitfenster • Über Downloads, Pornografie, Mobbing und Belästigung sprechen • Nachts sind WLAN und Handys ausgeschaltet • Bleiben Sie verfügbar

Bildschirmzeiten und Medieninhalt

- bis 5 Jahre: 30min am Tag
 - bis 9 Jahre: eine Stunde am Tag
 - ab 10 Jahre: Wochenkontingent (10h)
- > Individuell anpassen und Ausnahmen zulassen

Wichtig: Positives Ende, keine mystischen, verstörenden, gewalthaltigen Themen



Wohlbefinden und Gesundheit

- Gleichgewicht: digital / analog
- Vertrauensvolle Eltern-Kind-Beziehung
- Genügend Schlaf
- Klare Regeln / Grenzen, Begleitung
- Bildschirmfreie Zeiten und Orte sind in jedem Alter sinnvoll
- Langeweile führt zu Kreativität



Langeweile

"analoge" Tätigkeiten



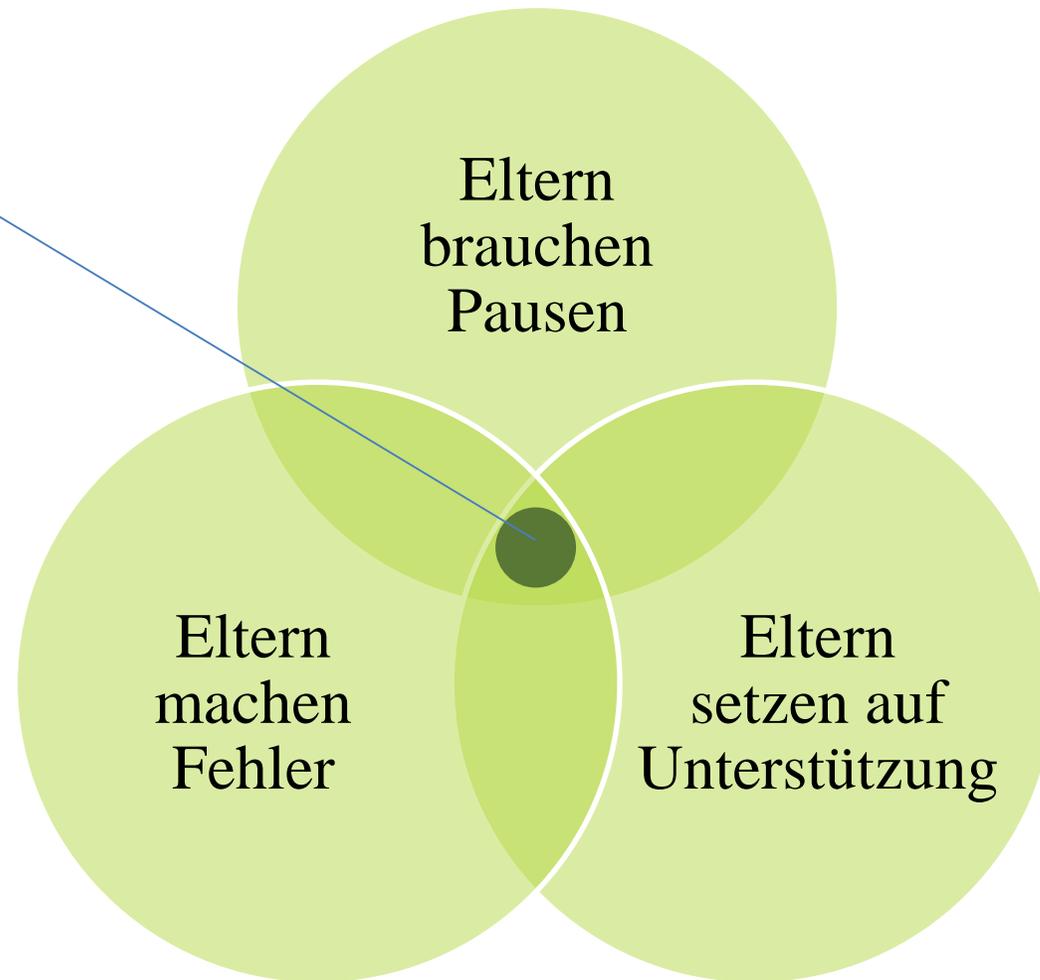
"digitale" Tätigkeiten

Beliebteste Freizeitaktivitäten der Kinder



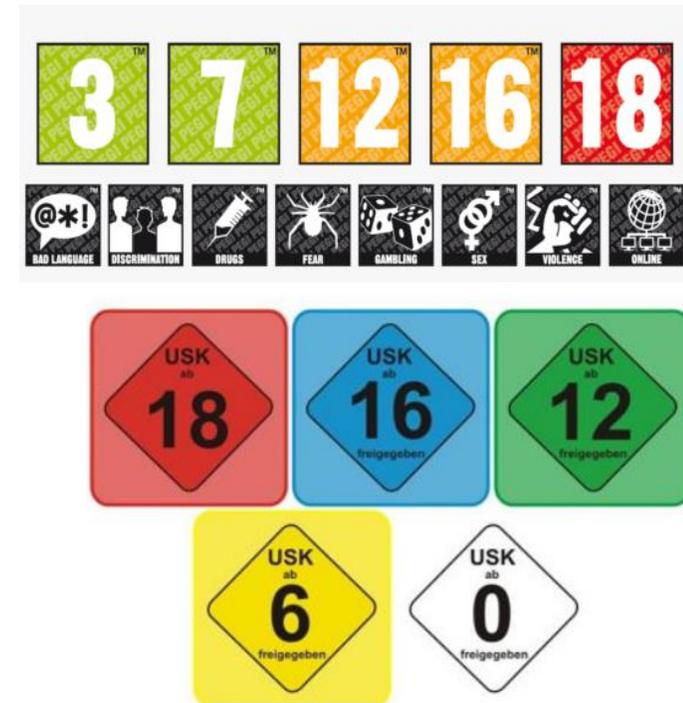
Austausch

Elterngesundheit



Aufgaben der Eltern in der Medienerziehung

- Über Erlebtes sprechen
- Bildschirmfreie Zeiten
- Inhalte gemeinsam wählen
- Regeln festlegen und einhalten
- Altersempfehlungen einhalten



Unterstützungsmöglichkeiten für den Alltag

Empfohlene Regeln

- Verbindliche Bildschirmzeit
 - Medienzeit sichtbar machen (z.B. mittels Eieruhr)
 - Ankündigung des Spielendes – mit
Anschlussoption
 - Medienfrei: Esstisch, Morgenritual, Schlaf
 - Eltern laden Apps
 - Keine Bilder von Kindern ins Netz stellen
-

Einführung von Regeln/Kontrolle und Konsequenzen

- Gemeinsame, wiederkehrende Aufgabe
- Verhandlungsbereitschaft der Eltern
- Analoge Hilfsmittel (Sichtbarkeit schaffen)
- Eieruhr / Timer, Medienguthaben, Vertrag
- Medienfreie Räume und Zeiten
- Sicherstellung von Kontrollmöglichkeiten
- Konsequenzen bei Regeleinführung bedenken



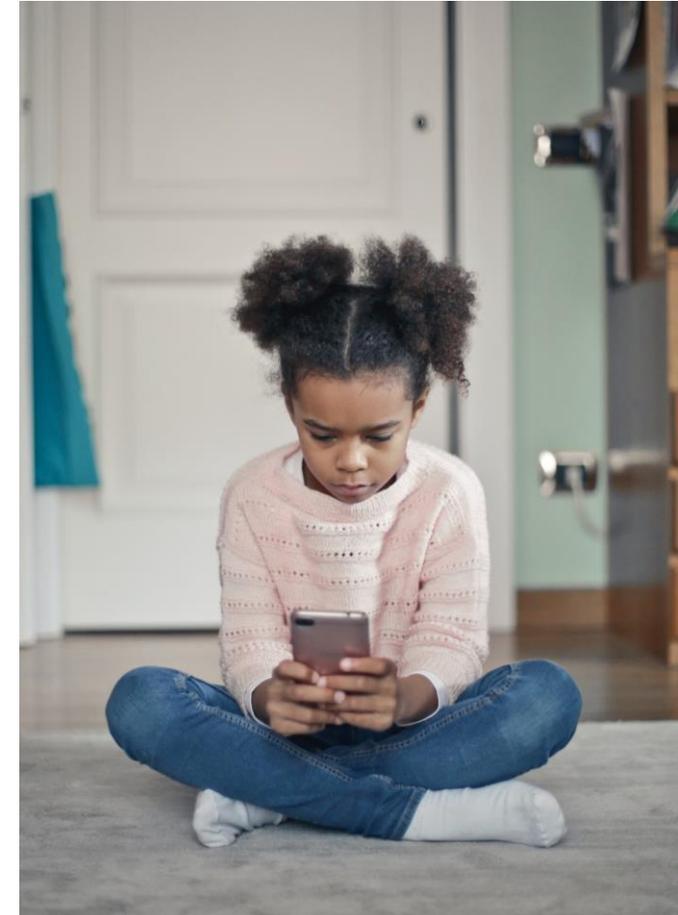
Das erste Smartphone

Hat das Kind...

- ... die nötigen Kompetenzen?
- ... die nötige Erfahrungen?
- ... ein Bedürfnis?

Begleitung durch die Eltern

- Aufbau von Medienkompetenz
- Definieren von Spielregeln



Wo finde ich Informationen über Spiele und Apps

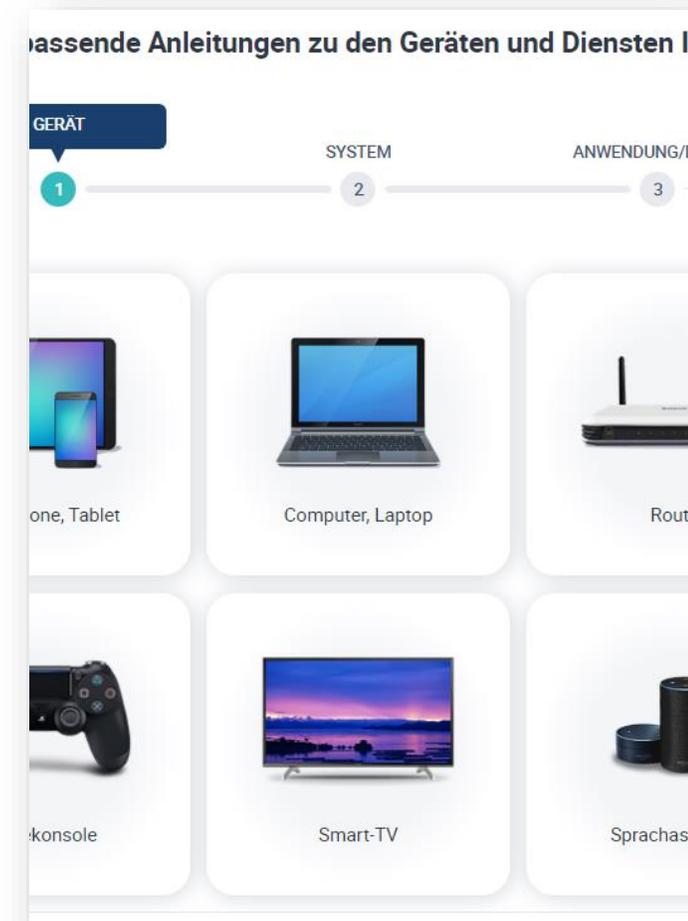
- **PEGI** >[Link](#) & **Spieleratgeber NRW** >[Link](#)
kategorisieren Spiele nach Alterskategorien
 - **Twitch** >[Link](#) & **Youtube** >[Link](#)
Livestreams von Games (How to play "Spiel xy")
 - **Bei Kindern**
Kinder wissen was fasziniert
-

Geräte kindersicher einrichten

Technische Hilfsmittel ...

- ... können unterstützen.
- ... ersetzen keine Medienerziehung
- ... in Zusammenarbeit mit den Kinder einsetzen.

Absoluter Schutz ist nicht realistisch.



Information und Beratung

Material von Akzent für Eltern

- **Checkliste erkennen**

Hilfsmittel bei einem unguten Gefühl

- **Checkliste Gespräche**

Hilfsmittel für schwierige Gespräche



- **Elternbroschüre digitale Medien [>Link](#)**



Flimmerpause 20. bis 26. Mai 2024

Ein Projekt für Schulen und die ganze
Familie!

www.akzent-luzern.ch/flimmerpause

Offline-
Abenteuer zu
gewinnen!



Sonderausstellung

- Was macht Gamen so reizvoll?
- Warum werden manche davon abhängig?
- Und was hat das mit Dopamin zu tun?

Bis 31.12.2024 im Gameorama Luzern



Mediothek in Luzern

- Bilder- und Sachbücher
- Filme und Spiele
- Werkstattordner
- Themenboxen



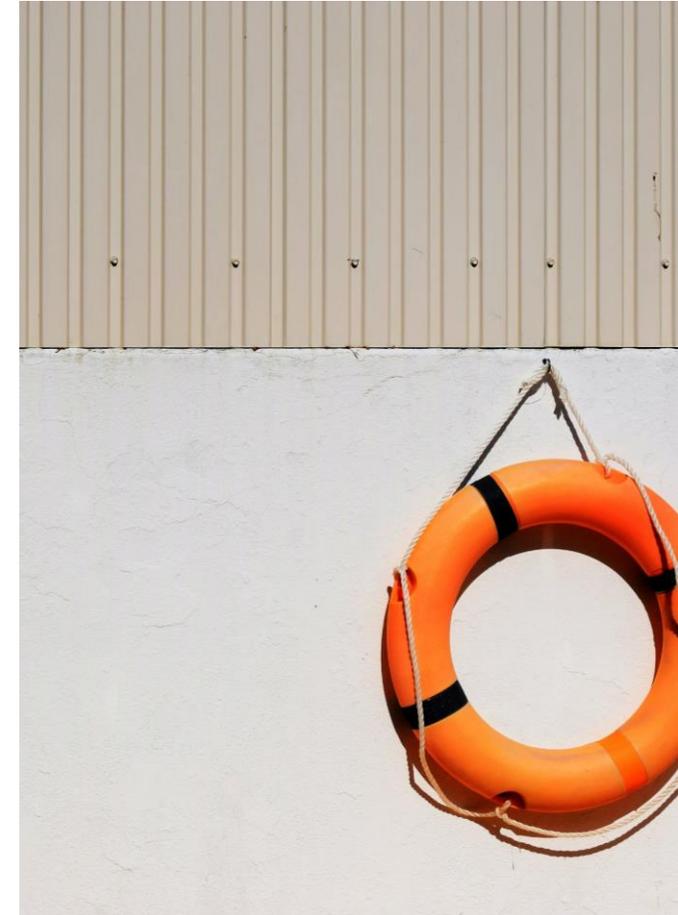
Kostenlose Ausleihe und Versand



Unterstützung

Beratung und Unterstützung:

- Lehrperson, Schulsozialarbeit,
Schulpsychologischer Dienst
- Familienberatung CONTACT am
Kasernenplatz > 041 208 72 90
- Elternberatung Pro Juventute > [Link](#)



Infoportale zur Medienerziehung

- Jugend und Medien >[Link](#)
- Klicksafe >[Link](#)
- Pro Juventute >[Link](#)
- Schau hin >[Link](#)



Ich wünsche Ihrer Familie spannende Offline-Abenteuer und gemeinsame Online-Freuden

*Danke für Ihre Aufmerksamkeit und ihr
Feedback*

