

Kinder und Medienkompetenz

- Kinder wachsen heute in einer digitalen Welt auf
- Neue Medien bieten viele Möglichkeiten zu lernen, kreativ zu sein, zu spielen und zu entdecken
- Aber: alle Medien bergen auch Gefahren!
- Vor allem, wenn sie zu früh, zu häufig und nicht altersgerecht genutzt werden.

Übersicht zum Vortrag

- Was ist Medienkompetenz?
- Wie wirken Medien in verschiedenen Altersgruppen auf die Kinder?
- Ideen zur Umsetzung in der Familie
- Welche Medienzeiten sind angemessen?
- Suchtgefahr durch Medien
- Fragen??

Vorteile

- ☺ Schneller Zugang zu Informationen
- ☺ Schnelle und einfache Kommunikation mit Freunden
- ☺ Intensivere Pflege von Freundschaften durch häufigen Informationsaustausch
- ☺ Vereinfachte Terminplanung und Organisation
- ☺ Diverse Angebote an Unterhaltungsmöglichkeiten

Nachteile

- ☹ Überfluss an ungefilterten oder falschen Informationen
- ☺ Ununterbrochene Erreichbarkeit (beruflich und privat)
- ☹ Gefahr von Cybermobbing
- ☹ Stetige Nachvollziehbarkeit und Kontrollierbarkeit
- ☹ Vernachlässigung von realen Interessen und Hobbys

Was heißt Medienkompetenz?

- für sich selbst Sinnvolles und Interessantes aus dem großen Medienangebot auszuwählen, statt wahllos zu konsumieren,
- die Inhalte einzuordnen und zu verarbeiten,
- Medienangebote und Werbung kritisch zu beurteilen,
- Medienbotschaften zu hinterfragen und sich nicht von der Anziehungskraft von Medienklischees einfangen zu lassen,
- Medien auch dazu zu nutzen, kreativ zu sein und sich mit anderen auszutauschen

- All dies lernen Kinder nicht von allein: Sie brauchen Ihre Hilfe!!
- Gemeinsamkeit Straßenverkehr und Medienerziehung
- Eltern bringen Kindern Verkehrsregeln bei, auch Aufgabe der Eltern ihre Kinder aufzuklären was z.B. im Internet richtig und falsch ist



Wie wirken Medien auf Kinder?

Babys und Kleinkinder:

- Geräusche und Bilder faszinieren
- neugierig, erfahren ihre Umwelt vor allem durch Ausprobieren und Nachahmen
- brauchen direkte Zuwendung und Anregungen; Personen, die mit ihnen sprechen und spielen
- genießen einfache Spielsachen
- Sinne stehen im Vordergrund, aber auch die Möglichkeit, sich nach Lust und Laune zu bewegen
- Wechsel zwischen Anregung und Ruhe ist wichtig

- Babys und Kleinkinder bekommen schon viel mit → sie spüren bereits, dass Medien manchmal mehr Aufmerksamkeit gewidmet werden als ihnen selbst
- können auch schon nervös, wütend und erschöpft auf die Medienumgebung reagieren
- ab etwa sechs Monaten werden Bilderbücher zum wichtigsten Medium
- Vorlesen, Geschichten erzählen, gemeinsam singen oder Musik machen
→ Lesen Sie Ihrem Kind regelmäßig vor. Reden Sie mit ihm über das, was es sieht und was Sie vorlesen. So lernt es, das Gesehene mit Sprache zu verbinden.

- Babys und Kleinkinder brauchen kein Fernsehen → keine förderlichen Aspekte
- Bei älteren Geschwistern in der Familie lässt es sich manchmal kaum vermeiden, dass das Kleinkind mit den Großen „mitschaut“ → dann wichtig: was schaut das Kind? und bleiben Sie dabei
→ attraktives Gegenangebot für das Jüngere („Das ist jetzt nur was für große Kinder, aber ich lese dir inzwischen eine ganz lange Geschichte vor, die ist nur für dich.“)

Wie wirken Medien auf Kinder?

Kindergartenkinder:

- ab etwa drei, vier Jahren können Kinder schon mehr mit Medien anfangen
- sind Medien reell?
- mögen einfache, unterhaltsame und auch spannende Geschichten
- Bilderbücher sind im Alter von etwa drei Jahren die wichtigsten Medien (auch Geschichten und Musik auf Hörmedien)
- ab dem Alter von drei Jahren ist gegen gelegentliches, wohldosiertes Fernsehen nichts einzuwenden
- Drei- bis Fünfjährige können sich aber noch nicht sehr lange auf eine Sache konzentrieren → kurze einfache Geschichten/Sendungen sinnvoll

- Interesse an Computer, Laptop oder Tablet, besonders dann der Fall, wenn Eltern oder ältere Geschwister diese Medien häufig nutzen → „Nötig“ oder wichtig für seine Förderung ist das aber nicht
 - alterstypische und normale Reaktionen: lachen oder kreischen. Kinder verarbeiten auf diese Weise auch das Erlebte → trägt zur emotionalen Entwicklung bei, indem es zum Beispiel Mitgefühl, Humor, Leidenschaft oder Abneigungen mitprägt → über das Gesehene und Gehörte sprechen, begleiten und beobachten
 - auch bei Computerspielen Überforderung
zum Beispiel wenn die Anforderungen zu hoch sind oder sich der im Spiel gefangene Käfer nicht „befreien“ lässt, weil die Spinne immer näher kommt ...
 - kann bei Kindern zu Angst oder Aggressionen führen, sie erleben und fühlen stark mit
- ➔ Bleiben Sie deshalb möglichst immer dabei, wenn Ihr Kind am Computer /Apps spielt!
- ➔ umso wichtiger ist es, dass Sie unbedingt auf eine alters- und entwicklungsgemäße Auswahl der Sendungen achten!

Beruhigung mit Smartphone als Teufelskreis

Aktuelle Studie:

- Smartphone nicht als Beruhigung bei Kindern einsetzen → Kinder bekommen nicht genügend die Gelegenheit Fähigkeiten zur Steuerung der eigenen Gefühle zu entwickeln, z.B. ruhig und konzentriert oder flexibel auf Herausforderungen zu reagieren, auch Eltern haben weniger Übung beim Anwenden von Beruhigungsstrategien
- in früher Kindheit Entwicklung von emotionalen und kognitiven Prozessen
- besonders ausgeprägt bei Kindern, die bereits unruhig sind und Probleme mit emotionalen Bewältigungsstrategien haben
- oft im Alltag schnelle Stressreduzierung durch Smartphone, langfristige Folgen wenn regelmäßige Beruhigungsmethode
- Besser: Vorlieben der Beruhigung der Kinder kennenlernen, Gefühle benennen, Begleitung bei der Entwicklung von Emotionsregulationen

Wie können wir Kinder medienkompetent erziehen?



- Familie ist nicht gleich Familie
- Jede Familie muss ihre eigenen Regeln für den Umgang mit Medien finden
- **Es gibt kein Patentrezept!**
- Regeln müssen immer wieder überprüft und an den Entwicklungsstand der Kinder angepasst werden
- Regeln sind nutzlos, wenn sie nicht darauf geachtet wird, dass sie eingehalten werden
- Umgang mit Medien erlernen Kinder von Ihnen als Eltern und den älteren Geschwistern
- **Ein gutes Vorbild ist die beste Medienerziehung!**
- Zeigen Sie Ihrem Kind, dass Medien nur einen Teil des Lebens ausmachen, es gibt noch andere schöne und wichtige Dinge!

„3-6-9-12“ Regel

- Keine Bildschirmmedien unter **3** Jahren
- Keine eigene Spielekonsole vor **6** Jahren
- Kein Handy/Smartphone vor **9** Jahren
- Keine unbeaufsichtigte Computer-/Internetnutzung vor **12** Jahren

Quelle: <https://www.kindergesundheit-info.de/themen/medien/mediennutzung/medienerziehung/>

Wieviel Medienzeit ist angemessen?

Alter	TV	Internet	Handy	Smart-phone	PC/Laptop	Tablet	Instant-Messenger	Soziale Netzwerke	Zeit pro Tag in Min.
0-3	(✓)	x	x	x	x	x	x	x	5-10
3-6	(✓)	(✓)	x	x	(✓)	(✓)	x	x	30
6-9	✓	(✓)	(✓)	x	(✓)	(✓)	x	x	60
9-12	✓	(✓)	(✓)	(✓)	(✓)	(✓)	x	x	60-90
12-15	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	(✓)	90-120
15-18	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	120-180

z.B. 6 bis 9 Jahre: bis zu einer Stunde Bildschirmzeit am Tag (inkl.

Tablet, PC, TV)

✓ = geeignet

(✓) = gemeinsame Nutzung mit Erwachsenen

x = nicht geeignet

Quelle: Therapie-Tools Eltern- und Familienarbeit, Beltz, 2020, auch BZgA

Ideen der Umsetzung für Kita-Kinder

- Begleiten Sie Ihr Kind in seinem Medienerleben! Das bedeutet nicht, dass Sie ständig danebensitzen müssen. Allerdings sollten Sie Ihr Kind nur solche Sendungen, Videos und Hörmedien allein hören bzw. sehen lassen, die Ihnen bekannt sind. Und Sie sollten immer in der Nähe und ansprechbar sein.
- Erleben Sie Medien mit Ihrem Kind gemeinsam!
- Lernen Sie die Sendeformate und aktuellen Lieblingsfiguren Ihres Kindes kennen und sprechen Sie mit ihm über das Gesehene oder Gehörte („Was hat Wickie heute erlebt?“).
- Beachten Sie Altersempfehlungen und Altersfreigaben

Ideen der Umsetzung für Kita-Kinder

- Längere Filme können Sie aufnehmen, um diese in mehreren Abschnitten und auch mehrmals anzuschauen
- Legen Sie sich ruhig einen kleinen Vorrat an guten und geeigneten Kinderfilmen zu – das ist sicher besser als wahlloses Fernsehen
- Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind feste Regeln für die Mediennutzung
- Berücksichtigen Sie bei der Vereinbarung von Regeln unterschiedliche Reaktionen des Kindes

Ideen der Umsetzung für Kita-Kinder

- Austoben nach Medienkonsum
- Entdecken Sie mit Ihrem Kind in kleinen Schritten die Vielfalt der Medien und ihre kreativen, aktiven Möglichkeiten (Ausmalbild ausdrucken, gemeinsam Foto bearbeiten)
- 4- bis 6-Jährige spielen auch gern mit alten Computern Büro
- einen eigenen Lerncomputer benötigen Kinder nicht
- Verzichten Sie auf Fernseher, Smartphone, Tablet oder Spielkonsole im Kinderzimmer!

Ideen der Umsetzung für die größeren Kinder

- ein wöchentliches Zeitkontingent empfohlen, sie lernen vorausschauend einzuteilen und ein gesundes Maß zu finden
- Zeitguthaben mit Hilfe von Chips symbolisieren und einlösen
- Nutzungszeiten müssen dann auch eingehalten werden (z.B. Eieruhr, Mediennutzungsvertrag, Zeitbegrenzungen im System)
- Besser ist dies nur zu Beginn zu verwenden; nachhaltiger ist es, wenn Kinder lernen sich an Absprachen zu halten
- Routinen helfen im Alltag: z.B. Handy liegt an einem unsichtbarem Ort, abends nicht im Zimmer
- Legen Sie Benimmregeln für die Nutzung von mobilen Geräten fest z.B. beim Essen und den Hausaufgaben kein Smartphone oder ein bis zwei Stunden vor dem Schlafen keine Medienzeit
- oder: Erst nach den Hausaufgaben darf bis zum Abendbrot gespielt werden, danach ist Zeit für andere Interessen. Sie als Eltern können am besten an die Gewohnheiten der Kinder anpassen.

- handyfreie Tage für die ganze Familie
- frühzeitig über Risiken und Nutzungsmöglichkeiten aufklären. Wenn neue Apps, Spiele und Serien gemeinsam angeschaut werden – können sie von der ganzen Familie kritisch hinterfragt werden. So lernen Kinder/Jugendliche Medienangebote zu bewerten und kritisch damit umzugehen. Nicht nur wie lange Medien genutzt werden, sondern auch warum (Langeweile, Kontakt mit Freunden, im Bilde sein..)
- Medien nicht aus Langeweile verwenden, Lerneffekt: bei Langeweile helfen digitale Medien
- Auf Altersbeschränkung achten!! Viele Filme und Spiele erzeugen bei jüngeren und älteren Kindern Ängste und Schlafstörungen.
- Medien sollten nicht als Belohnung oder Strafe eingesetzt werden → Bedeutung wird dadurch gesteigert

- Mit Freunden/Verwandten sollten wir über Dauer und Inhalte der Mediennutzung sprechen, eventuell gemeinsame Vereinbarungen treffen
- Vorbild der Eltern zählt auch bei der Auswahl der Medien: Kinder übernehmen in einem hohen Maß die Bewertung von Sendungen und Beiträgen durch ihre Eltern. Eltern haben auch mit dem, was sie selbst anschauen einen starken Einfluss darauf, welche Sendungen ihr Kind sieht und was es davon hält.
- Umgang mit Daten (Weitergabe Name, Fotos...)
- 97 % der 12- bis 19-Jährigen besitzen ein Smartphone – doch nur bei 35 % setzen die Eltern Regeln zur Smartphone-Nutzung.

Quelle: FIM-Studie 2016 (Familie, Interaktion und Medien)

Das Wichtigste in Kürze!

- Sprechen Sie mit Ihrem Kind über mögliche Gefahren, bei einer vertrauensvollen Beziehung spricht ihr Kind eher von negativen Erlebnissen
- Treffen Sie zeitliche (flexible) Regelungen für den Medienkonsum, Hobbys und Freundschaften nicht vernachlässigen
- Kindgerechte Einstellungen und Sicherheitseinstellungen kontrollieren (gemeinsam mit dem Kind)
- Eigenes Interesse für die Online-Aktivitäten Ihres Kindes, lassen Sie sich die Lieblingsspiele, -apps und –internetseiten zeigen. Sie behalten dadurch im Blick, ob Ihr Kind mit ungeeigneten Inhalten konfrontiert wird.

Zu hoher Medienkonsum

- Vernachlässigung der Schulpflichten
 - Desinteresse an anderen Aktivitäten und Vernachlässigung von Hobbys
 - Launenhaftigkeit und Gereiztheit
 - Konzentrationsschwierigkeiten
 - Überdrehtheit
 - Mediennutzung des Kindes ist ein häufiger Streitpunkt in der Familie
- Dann sollte man als Eltern handeln und Regeln für die Mediennutzung aufstellen, um dem Kind zu helfen, einen gesunden Medienumgang zu erlernen!
- Beratungsstelle vor Ort aufsuchen

Suchtgefahr durch digitale Medien

Suchtentstehung ist ein komplexes Thema, Sucht entsteht im Zusammenspiel:

- vom Charakter der Person

Kann man nein sagen, dem Gruppendruck widerstehen? Wie impulsiv ist die Person? Wie viel Mangel fühlt man in sich? Welchen Selbstwert hat die Person?..

- vom Umfeld der Person

Vorbildfunktion der Eltern, Verhalten der Freunde, Werbung, Schule, Nachbarschaft, Kultur...

- vom Suchtmittel

Digitale Medien werden immer raffinierter. Onlinespiele werden ständig optimiert, damit die Benutzer noch länger verweilen.

- Sucht hat seine Wurzeln oft in Kindheitserfahrungen. Eine zentrale Frage dabei ist: Hat ein Kind gelernt sich mit sich selbst zu beschäftigen?

→ Kinder, die gelernt haben, mit sich selbst oder anderen zu beschäftigen, sind im späteren Leben weniger anfällig für Sucht!!!

Eltern als Vorbild

- Eltern sind die Hauptbezugsperson und sind ein wichtiges Vorbild, von Ihnen lernen die Kinder am meisten
- Vorleben verantwortungsbewusster Umgang mit den digitalen Medien

Zeit auf Reha kann man für folgende Fragen nutzen?

- Wie oft konsumieren Sie digitale Medien und in welchen Situationen?
- Stellen Sie Bilder von sich und Ihren Kindern ins Internet?
- Welche Informationen stellen Sie ins Internet und wer kann die Posts sehen?

Quellenangaben:

- www.kindergesundheit-info.de
- <https://www.schau-hin.info/>
- <https://science.orf.at/stories/3216531/>
- Therapie-Tools Eltern- und Familienarbeit, Beltz, 2020
- Bilder: www.pixabay.com
- Kostenlose Broschüre der BZgA „Gut hinsehen, gut zuhören, aktiv gestalten!“
- Checkliste Erstes Smartphone https://www.schau-hin.info/fileadmin/content/Downloads/Infografiken/ChecklisteErstesSmartphone_220216-01_01.pdf
- www.mediennutzungsvertrag.de
- https://www.ins-netz-gehen.info/fileadmin/user_upload/PDF_Medientagebuch_BZgA.pdf



Gibt es noch Fragen?

