

### **Nutzung von digitalen Medien**

In der heutigen Zeit wachsen Kinder ganz selbstverständlich mit digitalen Medien auf. Aber für den Umgang mit Fernseher, Smartphone und Co. braucht man Fähigkeiten, die erst erlernt werden müssen. An diesem Punkt sind alle Erwachsenen gefragt, die Kinder verantwortungsvoll in die digitalen Medien einzuführen. Denn Medien von Kindern fernzuhalten, ist im jetzigen Zeitalter kaum möglich. Digitale Medien sind aus unserer Gesellschaft nicht mehr wegzudenken und die letzten Jahre haben gezeigt, dass sich vieles digitalisiert, auch in Bildungseinrichtungen. Umso wichtiger ist es, dass Kinder zu verantwortungsvollen und kritischen Mediennutzern heranwachsen. Um Sie und Ihre Kinder zu bestärken und zu unterstützen, haben wir vier wichtige Punkte zum Thema „digitale Medien“ für Sie zusammengefasst:

#### **Vorbild sein**

Sie merken bestimmt selbst, dass Sie manchmal aus Langeweile zum Smartphone greifen oder den Fernseher einschalten. Mit ein paar gemeinsamen Regeln helfen Sie Ihrem Kind einen verantwortungsvollen Medienkonsum zu erlernen.

- Vereinbaren Sie medienfreie Zeiten für die *ganze Familie*, wie zum Beispiel beim Spazieren gehen, beim Essen oder an einen Tag am Wochenende
- Verantwortungsvoller Umgang und das Recht am eigenen Bild: stellen sie nicht ohne zu fragen Bilder oder Videos von Ihrem Kind ins Netz. Auch Kinder und Jugendliche sollten nicht ungefragt Bilder von Familie und Freunden hochladen
- Nutzen Sie legalen Anbieter, um Inhalte zu downloaden und zu streamen

## **Mit den Kindern im Kontakt bleiben**

Zeigen Sie Interesse an dem, was Ihr Kind sich anschaut oder spielt. Schauen Sie sich den Film oder die Serie gemeinsam an oder spielen sie das digitale Spiel zusammen. Lassen Sie sich ruhig alles von Ihrem Kind erklären, denn so haben Sie auch einen guten Überblick über das, was Ihr Kind schaut oder wo es online „unterwegs“ ist. Sprechen Sie vor allem mit älteren Kindern über Problematiken wie beispielsweise Cybermobbing, Gewaltszenen oder Fake News. Fördern sie „reale“ Freundschaften und Aktivitäten und halten Sie sich an vereinbarte Zeiten, auch wenn es schwer fällt. Es braucht Zeit, um sich an die neuen Regeln zu gewöhnen. Finden Sie Alternativen, wie zum Beispiel gemeinsame Spielabende, die durchaus auch digital sein können.

Wichtig ist es die Kinder zu begleiten und eine geregelte Mediennutzung zu vereinbaren und umzusetzen.

## **Behalten Sie den Überblick**

Bis zu einem gewissen Alter ist es notwendig, dass Sie als Eltern den Medienkonsum steuern und kontrollieren:

- Achten Sie auf die Altersfreigabe (FSK oder USK) bei Spielen, Apps und Filmen
- Digitale Geräte nur in gemeinsam genutzten Wohnräumen aufstellen, so können Sie beaufsichtigen was Ihr Kind macht
- Sie können an Geräten Kindersicherungen und Altersbeschränkungen einstellen

## **Besprechen Sie Regeln**

Besprechen Sie zusammen mit Ihren Kindern Regeln, schreiben Sie diese auf Papier oder arbeiten Sie mit Symbolen ( je nach Alter) und hängen Sie es an einen zentralen Ort auf, sodass die Regeln immer präsent sind. Notieren Sie Nutzungszeiten und was passiert, wenn Regeln nicht eingehalten werden.