



Mehr als Bildschirmzeiten: Gesunde Mediennutzung in der Familie

Ein Input von:

Lili Ewert
Freiberufliche Medienpädagogin

www.allesmeko.de / lili@allesmeko.de

Überblick



Grundsätzliches

Kinderperspektive auf Medien

Worauf es eigentlich ankommt

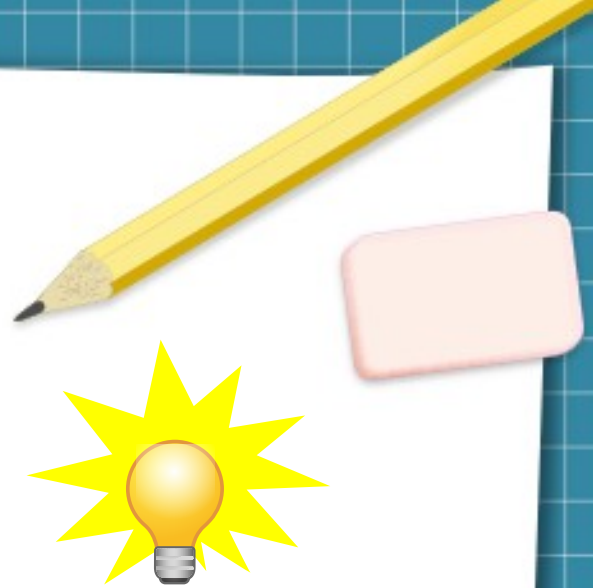
Tipps zur gesunden Mediennutzung

Linksammlung zur Medienkompetenz in
der Familie



Grundsätzliches

- Sinnesentwicklung im Kindesalter
- Gehirnentwicklung im Kindesalter
- Kognitive Entwicklung im Kindesalter
 - Übermäßiger Medienkonsum hemmt die körperliche Entwicklung und kann auch zu Schäden führen.
- Kinder sind auch betroffen vom Medienkonsum ihrer Eltern
- Kinder lernen durch abkucken



Kinderperspektive auf Medien

- Wachsen mit Smartphone /Tablet vor dem Gesicht auf
- Werden fotografiert und veröffentlicht
- Erkennen die Wichtigkeit
- Belohnung / Bestrafung/ Beschäftigung/Babysitter
- gemeinsames Familienerlebnis
- Spielplatz
- Tor zur Welt (Vorbilder)
- Antworten auf Fragen
- Ausdrucksmittel



Worum es eigentlich geht

Es kommt erst darauf an:

- Wie nutzen wir Medien, warum und wofür?
- Welche Inhalte konsumieren wir und welche Medienarten?

Dann erst:

- Wie lange werden Medien genutzt, wann und wie häufig?
- Gibt es Ausgleich zur Mediennutzung?
- Wie werden allgemein in der Familie Medien genutzt?

Ziel: Ausgewogene Mediennutzung → Balance!



Das Wichtigste:

1. Verstehen, worum es bei Kindern im jeweiligen Alter geht (Entwicklungsaufgaben)

2. Verstehen, warum das Kind Medien konsumiert:

- * Cool, machen alle → Vergleich
 - * Infos, die Eltern nicht geben können?
 - * Freunde online, aber nicht offline?
 - * Eskapismus: Die Welt ist furchtbar, ab in die Fantasie.
 - * Mich der Familie entziehen / abgrenzen / Autonomie / Rebellion
 - * Spaß – was kann offline Spaß bringen?
- **Medien helfen bei der Identitätsfindung, sind Tor zur Welt und die größte Bibliothek der Welt.**

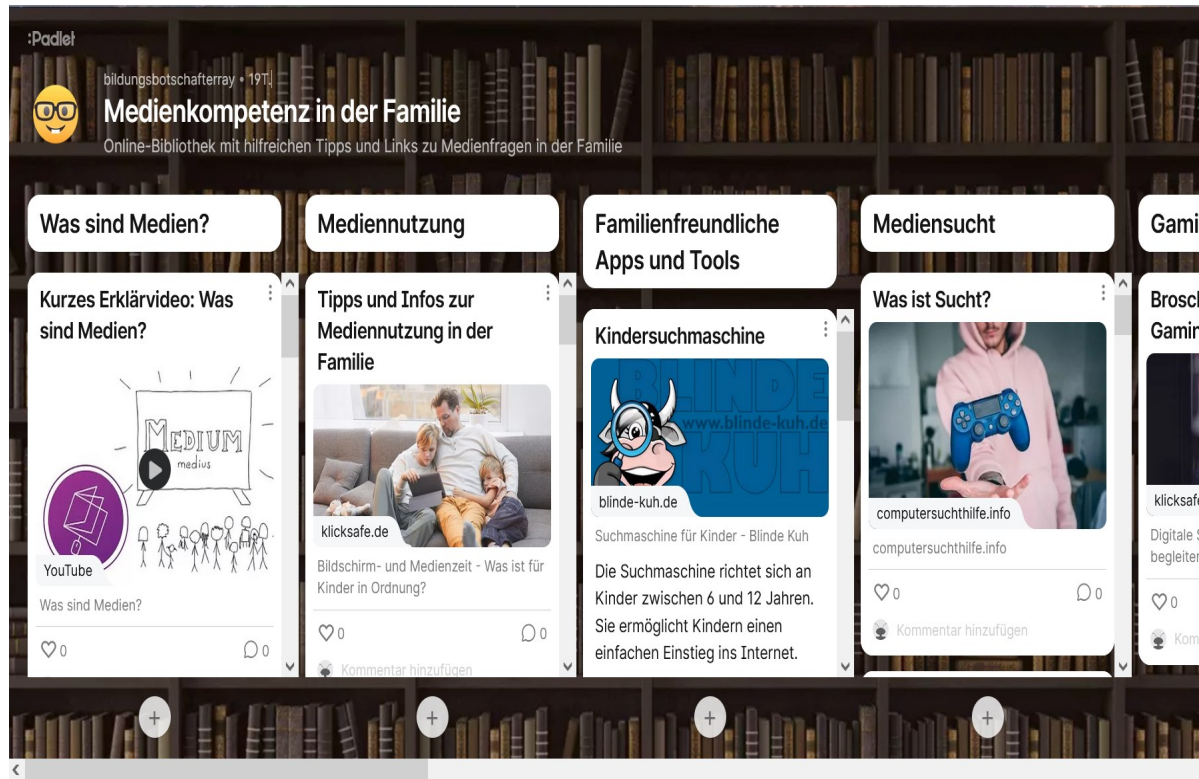


Tipps zur ausgewogenen Mediennutzung



- So wenig Bildschirm wie möglich / nötig. Je jünger das Kind, desto weniger Bildschirmzeit!
- Handyeinstellungen – Nicht Stören, Wellbeing, Push...
- Ganz viele Alternativen zur Medienwelt schaffen
- für ein ausgewogenes Leben sorgen!!!
- Medien zum Familienthema machen: Sich austauschen, gemeinsame Regeln finden und testen
- Sich in der Elternschaft helfen und austauschen
- Sich informieren und Expert*innen einbeziehen
- Kinder / Jugendliche stärken: Grenzen, Wahrnehmung, Selbstbewusstsein, Vertrauen, Soziales, Körper, Geist, Seele.

Folgeempfehlungen



Linksammlung zu Medienkompetenzfragen in der Familie
Erreichbar und nutzbar über diesen QR Code.

<https://padlet.com/bildungsbotschafterray/Mekofamilie>

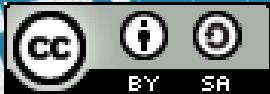


Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!

In Kontakt bleiben

Lili Ewert
freiberufliche Medienpädagogin

lili@allesmeko.de
www.allesmeko.de
[@alles.meko](https://www.instagram.com/alles.meko)



Diese Präsentationsvorlage habe ich der Arbeit von Mateus Machado Luna zu verdanken

