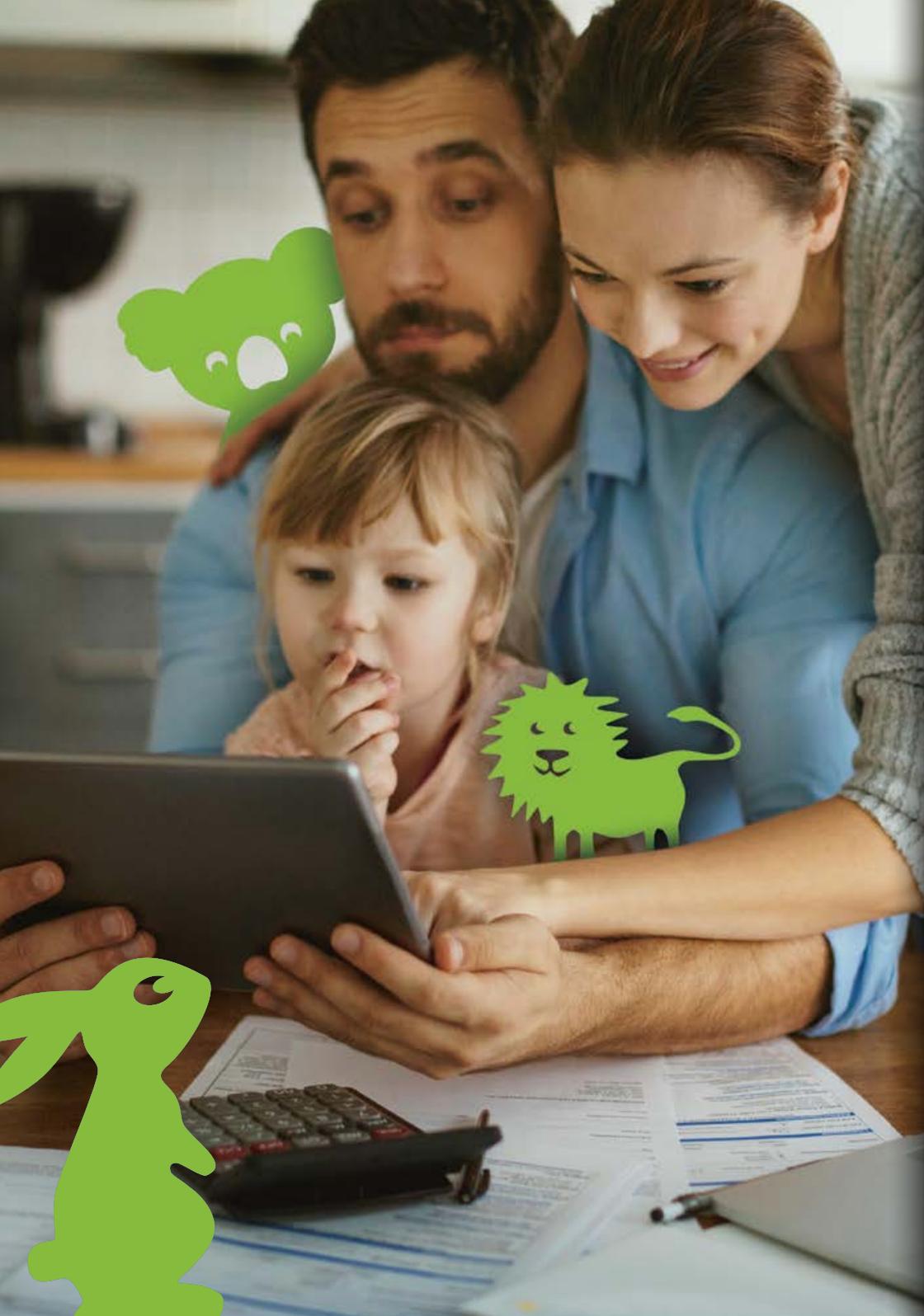




Mediennutzung im Familienalltag

Tipps für Eltern



Liebe Eltern,

in Ihrem Familienalltag müssen Sie häufig eine Vielzahl von Herausforderungen gleichzeitig bewältigen. Dies führt manchmal zu Situationen, die anstrengend sein können. Auch überlegen Sie vielleicht hin und wieder, welche Medien für Ihre Kinder lehrreich oder bereichernd sein können? In beiden Fällen gibt es daher möglicherweise einen Zwiespalt oder eine Unsicherheit, wenn Sie Ihren Kindern digitale Medien wie Handys, Tablets, Fernseher oder Computer anbieten.

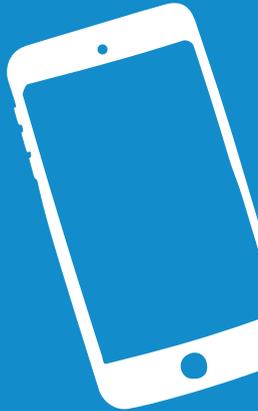
Genau diese Themen haben die Elbkinder im Rahmen des Bundesprogramms „Kita-Einstieg: Brücken bauen in frühe Bildung“ während der Corona-Pandemie bewegt. Das Projekt unterstützt Familien beim Ankommen in der Kita und bietet niedrigschwellige Angebote an. In den letzten Monaten mussten wir neue Wege finden, um mit Ihnen, den Familien in Kontakt zu bleiben. Das gewohnte Miteinander war in der Corona-Pandemie oft nicht möglich. Der digitale Weg hat uns hier neue Möglichkeiten eröffnet. Dabei haben wir auch festgestellt, dass die Bedeutung digitaler Medien in den Familien zugenommen hat und wahrscheinlich noch zunehmen wird.

Der Einsatz von digitalen Medien ist für Kinder nicht grundsätzlich schädlich, es kommt auf das „Was?“ und „Wie oft?“ an. Es kann sicherlich auch vorkommen, dass der Medieneinsatz in Ausnahmesituationen (z. B. während des Corona-Lockdowns) über das Maß hinausgeht, das Sie in Ihrer Familie eigentlich für richtig halten. Das ist vorübergehend in Ordnung. Sie sollten ein paar Dinge im Umgang mit digitalen Medien für Kinder berücksichtigen. Wir möchten Ihnen hierfür einige nützliche Tipps an die Hand geben und anschließend eine geeignete Auswahl an Inhalten vorstellen.





Welche Medien sind für Kinder in Ordnung?



Entscheidend ist nicht die Art des Mediums, sondern der Inhalt und wie Sie damit umgehen:

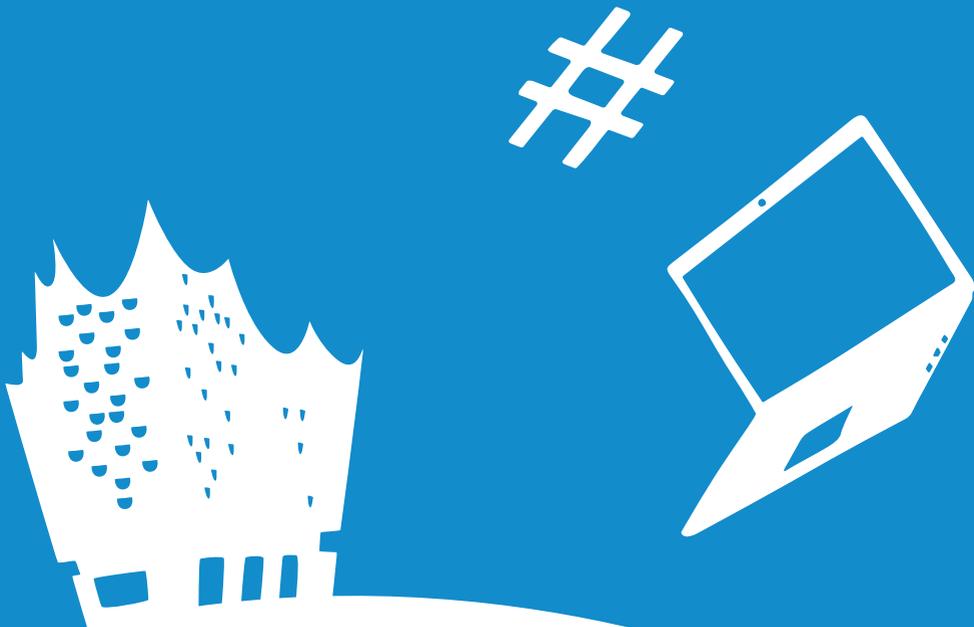
Digitale Medien sind heute allgegenwärtig und gehören zum familiären Alltag. Oft betrachten wir Computer, Tablets oder Smartphones als Spiel- oder Arbeitsgerät. Dabei können sie auch sehr gut kreativ genutzt werden, und sie bieten wertvolle Gesprächsanlässe, wenn Sie sich beispielsweise gemeinsam mit Ihren Kindern Urlaubsfotos auf dem Smartphone anschauen und sich gegenseitig begeistert von den Erlebnissen erzählen.

Es ist ganz normal und auch nicht schädlich, dass Ihre Kinder heute andere Medien nutzen als Sie in deren Alter:

Manchmal finden technische Veränderungen so schnell statt, dass wir uns unsicher

fühlen. Auch das ist ganz normal. Für Ihre Kinder ist das aber kein Problem, da sie ganz selbstverständlich mit diesen Dingen groß werden. Neu ist allerdings, dass Ihre Kinder mit Medieninhalten aufwachsen, die jederzeit und unbegrenzt verfügbar sind. Während Sie früher vielleicht voller Vorfreude auf das Sandmännchen warteten, können Sie heute mit Ihren Kindern auf Knopfdruck Streamingdienste, Mediatheken oder Apps wie YouTube nutzen. Dadurch wächst Ihre Verantwortung als Erziehungsperson, Ihre Kinder durch eine riesengroße Menge von Angeboten zu begleiten und ihnen Orientierung zu geben, was gut für sie ist und was nicht. Es ist deshalb wichtig zu wissen, was Ihre Kinder sich ansehen oder spielen. Dies gilt insbesondere für den Umgang mit dem Internet.

Wie viel Medienkonsum ist für Kinder in Ordnung? Wann wird es ungesund?



Es geht nicht nur darum, einen konkreten Zeitrahmen zu setzen, sondern die Tätigkeiten der Kinder ernst zu nehmen:

Wie bei allen Tätigkeiten, hängt die Frage nach der angemessenen Dauer damit zusammen, was Ihre Kinder mit digitalen Medien konkret tun und was sie damit bezwecken. Wenn Ihre Kinder beispielsweise ihren Großeltern in einem Video-Anruf auf dem Tablet angeregt von ihrem Tag berichten, dann ist die angemessene Dauer der Mediennutzung so lange, bis das Gespräch beendet ist. Wenn Sie mit Ihren Kindern einen Film gucken, dann ist die angemessene Dauer der Mediennutzung die Länge des Films. Treffen Sie am besten von Anfang an klare und transparente Absprachen darüber, was Ihre Kinder mit den digitalen Medien tun und wann die Tätigkeit beendet ist. Grundsätzlich können Kinder selbst gut einschätzen, wann sie eine Abwechslung brauchen und sich bewegen wollen. Eine Ausnahme bilden Spiele, bei denen es kein logisches Ende gibt, die also darauf angelegt sind, immer weiter gespielt zu werden. Bei diesen Spielen sollten Sie selbst für eine Zeitbegrenzung sorgen. Allgemein wird weniger Bildschirmzeit empfohlen, je jünger die Kinder sind. Auf den Seiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung können Sie sich über Empfehlungen zu Nutzungsdauern von Bildschirmmedien informieren.

Ungesund wird es immer dann, wenn Sie Ihre Kinder mit ihren (negativen) Erlebnissen allein lassen:

Manchmal beunruhigen Kinder Eindrücke, die wir als Erwachsene gar nicht bewusst wahrnehmen oder die für uns auf den ersten Blick unproblematisch erscheinen. Einige Kinder können vielleicht die spannende Musik in Filmen nicht gut aushalten. Andere Kinder identifizieren sich womöglich so intensiv mit den Helden ihrer Serien, Filme oder Spiele, dass sie über alle Maßen bestürzt sind, wenn ihnen Ungerechtigkeiten widerfahren. Achten Sie also sensibel auf die Signale Ihrer Kinder und nehmen Sie ihre Sorgen und Ängste ernst.

Sprechen Sie mit Ihren Kindern über das Erlebte:

Auch wenn Ihre Kinder keine Sorgen äußern, ist es wichtig, mit ihnen über das Erlebte zu sprechen. Fragen Sie Ihre Kinder zum Beispiel beim gemeinsamen Abendessen, was sie zuvor in ihrem Computerspiel erlebt haben oder wie es ihren Serienhelden heute ergangen ist. Sie werden aus den Erzählungen Ihrer Kinder eine Menge über ihre Gefühlswelten, Wahrnehmungen und Vorlieben lernen. Obendrein werden sich Ihre Kinder mit den für sie bedeutsamen Helden und Geschichten von Ihnen akzeptiert und ernst genommen fühlen.



Welche Medieninhalte sind für Kinder in Ordnung?

Setzen Sie auf die Kreativität und den Forscherdrang Ihrer Kinder:

Bieten Sie Ihren Kindern Gelegenheit, mit dem Smartphone, PC oder Tablet kreativ zu sein. Die wahrscheinlich einfachste Form des kreativen Gestaltens ist es, Fotos zu machen oder Videos aufzunehmen. Lassen Sie sich doch einmal bei einer Fotosafari die Welt aus der Sicht Ihrer Kinder zeigen. Sie werden staunen, was Ihre Kinder fotografieren. Ihre Kinder können mit *Paint* malen oder Familienfotos verändern. Wie klingen Ihre Kinder als Erwachsene? Wie klingt Papa als Frau? Dies können Ihre Kinder herausfinden, indem sie Stimmen aufnehmen und mit einem Stimmenwandler verändern. Träumen Sie mit Ihren Kindern den Traum, ein großer Popstar zu sein. Mit Apps wie *Garageband* oder *Auxy* steht Ihnen und Ihren Kindern ein ganzes Tonstudio zum Musikmachen zur Verfügung. Wenn Sie Lust haben und Ihr Kind schon etwas älter ist, können Sie mit

der *Stop Motion App* zusammen ganz einfach einen Trickfilm drehen oder mit *Scratch*, der Programmiersprache für Kinder, kleine Spiele erstellen.

Wenn Ihre Kinder mehrsprachig aufwachsen, können sie das Internet auch nutzen, um mit der Herkunftssprache der Familie in Kontakt zu bleiben. Wenn deutsch nicht ihre Erstsprache ist, gibt es ebenso Möglichkeiten, die neue Sprache kennenzulernen. Zum Beispiel bietet die Seite *AMIRA* zahlreiche kurze Geschichten für Kinder in acht Sprachen, zum Hören oder selber lesen. Nutzen Sie die Gelegenheit, dieses oder ähnliche Angebote zusammen mit Ihren Kindern zu erkunden. Denn eine Sprache erwerben Kinder am besten durch den Austausch mit anderen Personen. Ausschließlich in einer nicht vertrauten Sprache Videos anzuschauen oder Geschichten anzuhören, wäre deswegen für Ihre Kinder nicht hilfreich.

Nutzen Sie digitale Medien als Möglichkeit für Ihre Kinder, Kontakt zu Freunden und Verwandten zu halten:

Vielleicht vermissen Ihre Kinder Verwandte, die weiter weg wohnen oder Freunde, die umgezogen sind. Mit dem Einsatz digitaler Medien können Sie Ihren Kindern ermöglichen, beispielsweise selbstgemalte Bilder an Opa zu verschicken, Oma das blitzschnelle Fahrzeug vorzuführen, an dem sie den halben Tag gebaut haben oder einem Freund die geheimnisvollen Schätze zu zeigen, die sie draußen im Park gefunden haben.

Lassen Sie Kinder im Kita- und Grundschulalter nicht alleine im Internet surfen:

Ihre Kinder mögen mit der Technik der digitalen Medien schnell zurechtkommen. Mit den Tücken des Internets sind sie alleine aber genauso schnell überfordert. Mit Kindern im Grundschulalter können Sie zwar darüber sprechen, dass es im Internet Filme oder Fotos gibt, die nicht für Sie geeignet sind, dass nicht alles, was im Internet steht, stimmt, dass es Geld kosten kann, wenn sie auf einer unbekanntenen Seite irgendwo

hinklicken und dass sie immer gut überlegen müssen, bevor sie Fotos veröffentlichen oder Informationen über sich preisgeben. Um einen kompetenten Umgang mit all diesen Risiken zu erlernen, müssen Kinder jedoch noch älter sein und über eine längere Zeit begleitete Erfahrungen sammeln. Deshalb ist unsere dringende Empfehlung, Kinder im Kita- und Grundschulalter nicht alleine im Internet surfen zu lassen.

Nutzen Sie vorhandene Sicherheitseinstellungen und prüfen Sie im Vorfeld genau, was Ihr Kind alleine nutzen darf:

Nutzen Sie bei Ihrem Tablet oder Smartphone die Funktion „Geführter Zugriff“ (für iOS) bzw. „Bildschirm fixieren“ (für Android), die es Ihnen erlaubt, Ihr Gerät für Ihre Kinder auf eine einzige App zu beschränken oder schalten Sie den Flugzeugmodus an.

Sie können sich außerdem auf der Homepage des Deutschen Jugendinstitut e. V. [DJI] oder auf den Seiten der Initiative „Gutes Aufwachsen mit Medien“ darüber informieren, welche Apps für das Alter Ihrer Kinder empfohlen werden.





Was sollten Sie sonst noch beachten?

Schaffen Sie Ausgleichszeiten für Bewegung:

Ihre Kinder zeigen Ihnen, was sie brauchen: Kinder selbst wollen am liebsten rausgehen und mit Freunden spielen, erst an dritter Stelle kommen Spielzeug und Materielle Dinge, auch Fernsehen und digitale Medien. Greifen Sie das auf und überlegen deshalb, wo sich Ihr Kind in der Wohnung und draußen gut bewegen kann. Vielleicht brauchen Sie selbst auch mal Bewegung? Dann machen Sie mit Ihrem Kind zusammen Gymnastik, spielen (Fuß-)Ball oder machen Sie einen Spaziergang zur nächsten Baustelle.

Schenken Sie Ihren Kindern zwischendurch Aufmerksamkeit, wenn sie spielen:

Schauen Sie Ihren Kindern 10–15 Minuten beim Spielen zu und sagen Sie ihnen, was Sie sehen. Sie dürfen sich dabei entspannt

zurücklehnen. Ihre Kinder werden die Aufmerksamkeit genießen und sich danach leichter und zufriedener alleine beschäftigen. Und vielleicht ist es auch für Sie eine schöne Zeit, gemütlich bei Ihren Kindern zu sitzen und zu entdecken, was sie für kreative Spielideen haben.

Setzen Sie Medien nicht als Belohnung ein. Und verbieten Sie auch nicht Medien als Strafe:

Wenn es Konflikte mit ihren Kindern gibt, kann das an unterschiedlichen Sachen liegen, die erstmal nichts mit der Nutzung von Medien zu tun haben. Hier kann es eher helfen, wenn Sie dem Kind signalisieren, dass es ganz normal ist, wenn man mal ärgerlich, traurig oder schlecht gelaunt ist. Vielleicht findet sich etwas, das die Laune wieder hebt.

Online-Tipps

Weiterführende Links

www.klicksafe.de
www.schau-hin.info
www.internet-abc.de/eltern/die-juengsten-im-netz/kleinkinder-und-medien/
www.gutes-aufwachsen-mit-medien.de
www.kindergesundheit-info.de/themen/medien/mediennutzung/

Kinderwebseiten und –Suchmaschinen

www.fragfinn.de
www.blinde-kuh.de
www.klicksafe.de/fuer-kinder/
www.seitenstark.de

Apps und Inhalte

www.gutes-aufwachsen-mit-medien.de/informieren/datenbank-fuer-kindermedien
scratch.mit.edu/parents
www.amira-lesen.de



KITA-EINSTIEG HAMBURG



Gemeinsam

groß werden!

www.kita-einstieg-hamburg.de

Arbeitsgemeinschaft
der Freien Wohlfahrtspflege
Hamburg e. V.

AGFW

Koordinierungsstelle Kita-Einstieg Hamburg

Tel. 040/228 64543-0

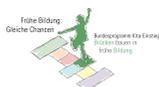
kita-einstieg@agfw-hamburg.de

www.kita-einstieg-hamburg.de

Ein Gemeinschaftsprojekt der Hamburger Kita-Anbieter:



Gefördert von:



Impressum

Herausgeber: Elbkinder Vereinigung Hamburger Kitas gGmbH, Oberstraße 14b, 20144 Hamburg,

Zusammengestellt von André Becker und Gesa Löbner-Bonk, Fotos: Wolfgang Huppertz (S. 8, 12),

istock.com (S. 1, 2, 4, 11, 15), Gestaltung: Carsten Kudlik, Lothar Ruttner, www.kudlik-ruttner.de,

Druck: RESET ST. PAULI Druckerei GmbH, Hamburg. Hamburg, Oktober 2021, www.elbkinder-kitas.de