



Die digitale Veränderung unserer Gesellschaft

In den letzten Jahren hat eine gravierende digitale Veränderung unserer Gesellschaft stattgefunden. Diese digitale Disruption hat weitreichende Folgen für das Mediennutzungsverhalten sowie die Geschäftsmodelle in Wirtschaft und Verwaltung. Nahezu alle Berufsbilder werden in Zukunft ein hohes Maß an digitaler Bildung voraussetzen. Bereits die Lebensphase der Kindheit ist stark durch (digitale) Medien geprägt. Der sichere und zielgerichtete Umgang mit Medien ist deshalb ein wichtiger Baustein für die gesunde Entwicklung unserer Kinder.

Medienarten im Überblick

Die Medienlandschaft lässt sich grob in analoge und digitale Medien unterteilen. Mit *analogen Medien* interagiert der Nutzer durch an- und ausschalten bzw. lesen. Dazu gehören Printmedien, Hörspiele usw. Die *digitalen Medien*, häufig auch als „Bildschirmmedien“ bezeichnet, verfügen über eine grafische Kommunikationsschnittstelle (z.B. Handy, Tablet, PC, internetfähiges TV-Gerät).

Der Medienkompetent-Begriff

„Medienkompetente Kinder“ verfügen über folgende Fertigkeiten:

- Medienarten verstehen und anwenden können,
- sinnvolle Inhalte sowie Funktionen erkennen und nutzen,
- Vertrauenswürdigkeit von Informationen bewerten,
- Werbung und Desinformation erkennen,
- Gefahren realistisch einschätzen und
- eigenen Medienkonsum realistisch bewerten.



Mediennutzung nach Altersstufen

In den ersten 12 Lebensmonaten ist komplett auf den Einsatz von digitalen Medien zu verzichten. Bilder- und Hörbücher sowie Musik stellen die wichtigsten Medien der Ein- bis Dreijährigen dar. Den Einstieg in die digitale Medienwelt bildet für die meisten Kinder das Fernsehen. Typischerweise werden die ersten Fernseherfahrungen im Alter von zwei bis drei Jahren gemacht. Für Kitakinder zwischen drei und sechs Jahren ist das Fernsehen meist das wichtigste Medium. Ein eigener Fernseher im Kinderzimmer ist dabei nicht zu empfehlen. Viele Kleinkinder nutzen zudem gelegentlich Apps oder schauen Fotos bzw. kurze Videos auf dem Handy oder Tablet der Eltern an.

Mit dem Eintritt in das Grundschulalter gewinnt die Computernutzung an Bedeutung und das Interesse an Videospielen nimmt zu.

Warum das Vorlesen für Kinder so wichtig ist

Regelmäßiges Vorlesen ist für Kinder im Alter von zwei bis acht Jahren besonders wichtig. Mit dem Vorlesen kann man schon im Alter von wenigen Monaten beginnen. Es fördert die Sprachentwicklung, die Kreativität, die Begeisterung für Bücher und es schafft Nähe zum Vorlesenden. Bilderbücher sind eine gute Möglichkeit, um schon Kleinkinder für das Medium Buch zu interessieren. Lesen und Schreiben sind unverzichtbare Schlüsselkompetenzen.



Diese sind zwingend erforderlich, um sich später weitere Fähigkeiten aneignen zu können. Sie stellen damit bereits in frühester Kindheit die Weichen für zukünftigen Bildungschancen Ihres Kindes.

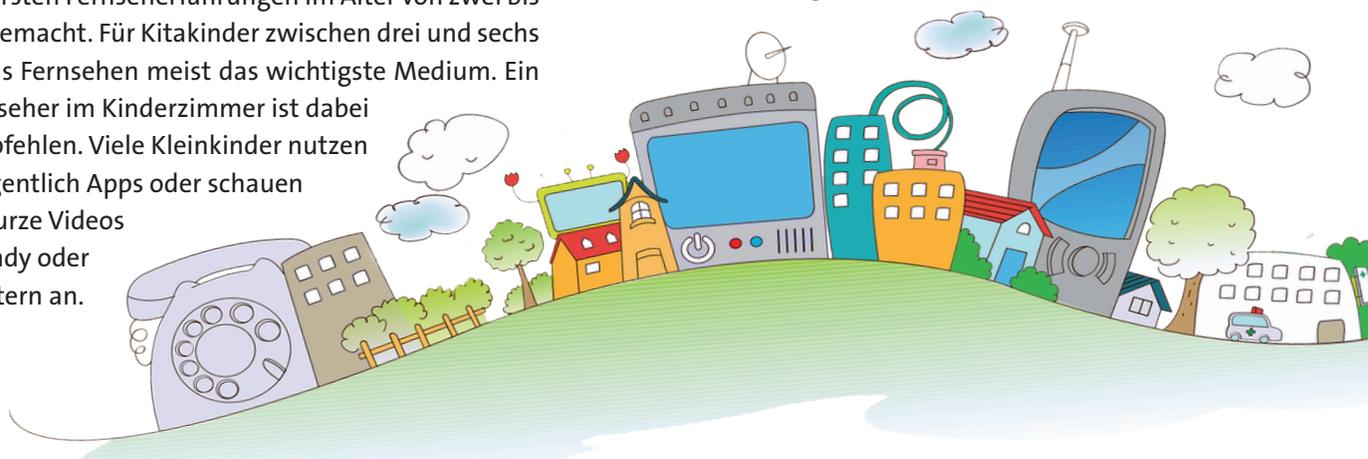
Richtwerte für Bildschirmzeiten bei Kindern

Beim Konsum digitaler Medien bei Kindern und Jugendlichen sind sowohl die Inhalte, als auch die Nutzungsdauern von wesentlicher Bedeutung. Es ist normal, dass es zu gewissen Schwankungen kommt. Geglättet betrachtet, empfehlen wir folgende Bildschirmzeiten:

- Kinder bis fünf Jahre: bis eine halbe Stunde am Tag
- Kinder sechs bis neun Jahre: bis zu einer Stunde am Tag
- wöchentliches Zeitkontingent für Kinder ab zehn Jahre:
 - zehn Minuten Medienzeit pro Lebensjahr am Tag oder
 - eine Stunde pro Lebensjahr in der Woche

Hinweis: Die Nutzung digitaler Medien für die Schule ist nicht anzurechnen!

Wichtig ist, dass Ihre Kinder ein ausgewogenes Verhältnis zwischen digitalem Medienkonsum und einem Leben in der „echten Welt“ haben. Sorgen Sie deshalb für ausreichend Freizeitaktivitäten und fördern Sie die sozialen Kontakte Ihrer Kinder im Alltag.



Das erste eigene Smartphone / Smartwatch

Wann Ihr Kind bereit für ein eigenes Smartphone bzw. eine Smartwatch ist, hängt vom Alter sowie der Zuverlässigkeit des Kindes ab. Wir empfehlen ein eigenes Endgerät nicht vor dem zehnten Lebensjahr. Zu diesem Zeitpunkt wechseln die meisten Kinder von der Grundschule in die weiterführende Schule. Viele Kinder müssen dann einen weiteren Schulweg, zum Teil mit öffentlichen Verkehrsmitteln, zurücklegen. Uns Eltern vermittelt es dann ein Gefühl von Sicherheit, wenn unser Kind unterwegs erreichbar ist.

Bei der Auswahl des Endgeräts gilt die Devise „weniger ist mehr“. Mobiltelefone sollten in diesem Alter noch kein Statussymbol darstellen. Es gibt sehr gute Einstiegsmodelle für kleines Geld. Bedenken Sie, dass Kinder in diesem Alter ihr Telefon gerne mal verlieren bzw. dass die Geräte durch unsanfte Behandlung des Öfteren beschädigt werden.

Bevor Sie Ihrem Kind ein eigenes Mobiltelefon überlassen, beachten Sie folgendes:

- In-App-Käufe auf dem Gerät deaktivieren.
- Drittanbieter-Dienste beim Provider sperren.
- Sicherheitssoftware installieren.
- Kind „Surfschein“ unter www.internet-abc.de machen lassen.
- Gemeinsam verbindliche Regeln zur Nutzung festlegen.

Im Kindergartenalter benötigt Ihr Kind definitiv noch kein eigenes Mobilgerät!

Risiken im Internet

Sobald Ihr Kind Zugang zu eigenen internetbasierten Mediengeräten hat, stehen Gefahren im Raum, die Sie im Blick haben müssen:



- ungeeignete Inhalte: Pornografie, Gewaltdarstellungen und rassistisches Gedankengut
- arglose Angabe von persönlichen Daten, z.B. auf Gewinnspielseiten
- Gefahren in Chats, Foren und Communitys durch Cyber-Grooming
- Lebensgefahr durch TikTok Challenges
- Zugriff auf das Darknet

Es ist Ihre Aufgabe als Eltern durch entsprechende Maßnahmen dafür Sorge zu tragen, die Risiken, denen Ihr Kind im Internet ausgesetzt ist, zu minimieren!

Schutzmechanismen für Netzwerke und Endgeräte

Ihnen stehen als Eltern verschiedene technische Möglichkeiten zur Verfügung, um die Netzwerke bzw. Endgeräte mit denen Ihr Kind aktiv ist, wirkungsvoll zu schützen.

Das Prinzip ist dabei immer gleich: Sie legen Beschränkungen für Zugangszeiten und Nutzungsdauern sowie anzuzeigende Inhalte fest:

- Anlegen eigener Nutzungsprofile über das Betriebssystem der Endgeräte (z.B.: ab Windows 10: Family-Safety).
- Sicherheitseinstellungen am WLAN-Router vornehmen (gerätespezifische Anleitungen finden Sie im Internet).
- Installation von Schutzsoftware auf den betreffenden Geräten (eine umfangreiche, kostenlose Auswahl finden Sie z.B. unter www.jugendschutzprogramm.de).



Bedenken Sie, dass einzelne Schutzmechanismen, wie z.B. Sicherheitseinstellungen am WLAN-Router, nur dann greifen, wenn die Endgeräte im heimischen Netzwerk aktiv sind. Deshalb ist eine Kombination aus mehreren oben genannten Maßnahmen in den meisten Fällen sinnvoll.

Mediensucht bei Kindern erkennen

Digitale Bildschirmmedien üben auf Kinder und Jugendliche eine große Faszination aus. Manchmal nimmt der digitale Medienkonsum aber überhand und es steht die Frage im Raum, ob eine Mediensucht vorliegt?

Ziehen Sie zur Beurteilung folgende Aspekte heran:

- **Kontrollverlust:** Absprachen und Regeln werden nicht eingehalten. Der Medienkonsum findet gegebenenfalls heimlich statt.
- **Interessensverlust:** Ausschließliche, exzessive Beschäftigung mit einem digitalen Medium. Ein Interesse an anderen Freizeitaktivitäten besteht kaum noch.
- **Vernachlässigung von Familie und sozialen Kontakten.**

Wenn Sie den Verdacht haben, dass Ihr Kind süchtig nach digitalen Medien ist, sprechen Sie mit Ihrem Kinderarzt oder konsultieren eine spezialisierte Suchtberatungsstelle. Listen mit Ansprechpartnern finden Sie im Internet.

Abschließende Tipps zur Medienerziehung

- Holen Sie selbst Informationen ein und versuchen Sie „am Ball zu bleiben“.
- Pflegen Sie einen offenen Umgang - Kein generelles Verbot von digitalen Medien!
- Suchen Sie regelmäßig das Gespräch mit Ihrem Kind und zeigen Sie Interesse.
- Legen Sie gemeinsam mit dem Kind verbindliche Regeln fest.
- Achten Sie auf angemessene Privatsphäre-Einstellungen in den genutzten Apps.
- Sensibilisieren Sie Ihr Kind für das Thema Cyber-Mobbing.
- Klären Sie Ihr Kind über strafbares Verhalten im Internet auf.
- Stärken Sie das Selbstbewusstsein Ihres Kindes und schenken Sie Ihm Vertrauen.
- Seien Sie sich Ihrer eigenen Vorbildfunktion bewusst!