

Elternabend Digitale Medien Schule Steinhausen



SAPIA

Juni 2024

1

SAPIA



Stefan Caduff
Psychologe FSP/SBAP
MSc in Angewandter Psychologie ZFH

Katja Erni
Dr. phil. Psychologin
CAS Entwicklungspsychologische
Beratung (EPB)

Katrin Andres
MAS Prävention und Gesundheitsförderung
Sozialpädagogin BA

SAPIA

2



SAPIA

3



4

Digitale Medien als Chance

- Eigene Themen entdecken
- Kontakte knüpfen: soziale Fähigkeiten lernen
- Selbstwirksamkeit
- Medienkompetenz als Lebenskompetenz

Take your
Chance

SAPIA

5

Chancen von Social Media

- Soziale Fähigkeiten lernen
 - Beziehungen aufbauen
- Raum unter Peers (Gleichaltrigen)
 - mit Freund:innen sein
- Eigene Identität entwickeln
 - sich mit anderen identifizieren/abgrenzen
- Entwicklung von Autonomie

SAPIA

6

Chancen von digitalen Spielen

- **Kognitive Fähigkeiten**
 - Koordination, räumliche Vorstellungskraft und vernetztes Denken
 - Erkennen von Regeln
- **Persönliche Entwicklung**
 - Geduld, Flexibilität und Arbeiten unter Zeitdruck
 - Identitätsentwicklung
- **Sozialkompetenz**

SAPIA

7



Games

SAPIA

8

Risiken von digitalen Spielen

- Missmanagement des Zeitbudgets / Sucht
- Starke Anspannung / Frustration
- Werbung
- Recht
- Explizite Gewalt
- Big Data
- Kontakt mit Fremden (Cybergrooming)



Erklärfilm „Mach dein Kind stark gegen sexuelle Belästigung im Netz“: nach unten scrollen

<https://www.klicksafe.de/cybergrooming>

SAPIA

9

PEGI



USK



<http://www.schau-hin.info/>
<http://www.spieleratgeber-nrw.de/>

SAPIA

10

Zeitmanagement und Geld



SAPIA

11

SAPIA

Social
Media



SAPIA

12



SAPIA

13

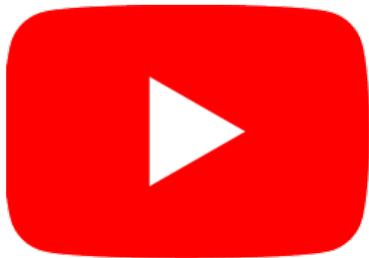
Risiken von Social Media

- Missmanagement des Zeitbudgets / Sucht
- Recht
- Big Data
- Verzerertes Selbst- und Weltbild
- Werbung
- Kontakt mit Fremden (Cybergrooming)



SAPIA

14



YouTube

SAPIA



Supreme: Der absurde Hype um Mode im Internet | WALULIS
WALULIS · 282.871 Aufrufe · vor 2 Wochen



Diese fünf Fehler macht jeder im Bad | Galileo | ProSieben
Galileo · 2 Mio. Aufrufe · vor 1 Jahr

15



Bildschirmzeit

SAPIA

16



Medienzeit und -inhalte

SAPIA

-  Reaktion
-  Freunde & Hobbys
-  Leistung
-  Alter

17



Regeln:

- Digitale Medien im Kinderzimmer?
- Essenzeiten/ während der Nacht
- Übermässiger Medienkonsum
- Medienzeitbudget festlegen

18

4 bis 6 Jahre

Max. 30 Minuten pro Tag
nicht täglich, begleitete Bildschirmzeit
altersgerechte Inhalte je nach Interesse des Kindes

7 bis 10 Jahre

Max. 60 Minuten pro Tag freie Bildschirmzeit
nicht täglich, aktiv nachfragen und im Gespräch bleiben

11 bis 13 Jahre

Max. 90 Minuten pro Tag oder ca. 10 Stunden pro Woche
frei verfügbare Bildschirmzeit
immer im Austausch zu den Inhalten bleiben

SAPIA

19

Jugendliche von 14 bis 17 Jahren

Nutzungszeiten absprechen, auch, um einer exzessiven
Onlinenutzung vorzubeugen

Nennen von Richtwerten ist in dieser Altersgruppe
überaus schwierig, da die familiären und persönlichen
Situationen zu verschieden sind

Regelmäßig prüfen, ob neben der Mediennutzung noch
ausreichend Zeit für Schule, Ausbildung und andere Hobbies
bleibt

SAPIA

20



Begleitung

Tipps und Tricks



**BEGLEITUNG
UND INTERESSE
SIND DER BESTE SCHUTZ!**

**OFFENE GESPRÄCHE
SCHAFFEN VERTRAUEN
UND HELFEN BEI DER VERARBEITUNG
BELASTENDER ERLEBNISSE.**

Medienkompetenz...

(...viel mehr als nur die technische Handhabung
Hipeli 2014)



23



24

#DeviceFreeDiner



https://www.youtube.com/watch?v=ayp_Bq25sQ4

SAPIA

25

Und wenn es zu Frust und Streit kommt?

SAPIA

26

BESCHRÄNKUNG DER MEDIENZEITEN

WIE GEHEN SIE MIT DEM FRUST IHRER KINDER UM?

SAPIA

27

Was ist wichtig?

- Guter Moment für Gespräch wählen
- Wünsche formulieren (Eltern und Kind)
- Besprechen und Vereinbarungen treffen
z. B. Umgang Gefühle, Zeitmessung,
Beenden (Runde/Folge), Konsequenzen
- Überprüfen: was klappt?
Was (noch) nicht?

-> **Bleiben Sie dran!**

SAPIA

28





**BEGLEITUNG
UND INTERESSE
SIND DER BESTE SCHUTZ!**

**OFFENE GESPRÄCHE
SCHAFFEN VERTRAUEN
UND HELFEN BEI DER VERARBEITUNG
BELASTENDER ERLEBNISSE.**

Vertrauen

Kontrolle

Aufsichtspflicht Verantwortung

Recht auf Privatsphäre

18



**VERANTWORTUNG
DER ELTERN**

Eltern tragen die Hauptverantwortung für die Erziehung. **18**
Wenn ein Kind keine Eltern hat oder nicht bei ihnen leben kann, sollen andere Erwachsene diese Aufgabe übernehmen. Diese werden „Obsorgeberechtigte“ genannt. Alle Erwachsenen müssen dafür sorgen, dass es Kindern gut geht. Staaten sollen bei dieser Aufgabe unterstützen. Hat ein Kind beide Elternteile, sollen beide für das Kind verantwortlich sein.

16



**SCHUTZ DER
PRIVATSPHÄRE**

Jedes Kind hat das Recht auf Privatsphäre. Das Gesetz muss die Kinder vor jeglichen Angriffen auf ihre Privatsphäre, ihre Familie, ihr Zuhause, ihre Kommunikation und ihren Ruf schützen. **16**

SAPIA

31

SAPIA

Vorsicht!

- ! Kontakt mit Fremden
- ! Eigenes Hochladen
- ! Geräte im Kinderzimmer

- ! Manipulation:
 - Algorithmen
 - Push-Nachrichten
 - Automatische Wiedergabe
 - Werbung
 - Gamification

Offline-Inhalte sind oft unbedenklicher als online-Inhalte.
Sprechen Sie mit ihrem Kind über alles, was in seinem Umfeld vorkommt.
Gratis-Inhalte sind oft bedenklicher als bezahlte Inhalte.



32

Für weitere Informationen

<https://www.jugendundmedien.ch/>

<https://www.klicksafe.de/>

<https://www.saferinternet.at/>

<https://www.schau-hin.info/>

SAPIA

33

Kontakt:

Sapia GmbH

Hirschmattstrasse 28a, 6003 Luzern

041 511 00 15

info@sapia.ch <http://www.sapia.ch/>

SAPIA

34