



Tipps zur Medienerziehung im Elternhaus **Oberstufe**

1. Regeln gemeinsam festlegen Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind klare Regeln über die Nutzung von Fernsehgerät, Handy & Co. Themen können u.a. sein: Nutzungsdauer pro Tag, Nutzung während der Mahlzeiten, handyfreie Zeit während des Schlafens, gemeinsames Gerätedepot für handyfreie Zeiten, etc..

2. Vorbild sein Auch im Bereich Mediennutzung sind Sie das wichtigste Vorbild ihrer Kinder. Wirkungsvoller als viele Worte ist Ihr Verhalten. Überlegen Sie selbst, was Sie an Medien fasziniert und gestalten Sie Ihre täglichen Mediengewohnheiten ganz bewusst. Diese Entscheidungen haben Einfluss auf Ihre Kinder.

3. Sich Zeit nehmen Schauen Sie die Lieblingssendung des Kindes mit, besuchen sie beliebte Internetseiten. Interesse an Computerspielen, sozialen Netzwerken & Co bedeutet auch Interesse an der Lebenswelt Ihrer Tochter oder Ihres Sohnes. Auch wenn Sie den Möglichkeiten unterschiedlicher Medien wenig abgewinnen können, sollten Sie Ihrem Kind trotzdem ehrliches Interesse entgegenbringen. Je älter die Kinder sind, desto weniger müssen Eltern technische Hilfestellung bieten. Dennoch ist es wichtig, über Risiken zu reden und im Gespräch zu bleiben.

4. Respekt vermitteln Jugendliche nutzen das Internet vor allem zur Kommunikation. Oft werden Chaträume genutzt, um Konflikte auszutragen. Andere Wege der Kommunikation sind wesentlich geeigneter, um Auseinandersetzungen zu besprechen. Wichtig sind Chatregeln zu vereinbaren, wie respektvoll zu sein. Hinter jedem Nutzer stehen echte Menschen - ein höflicher Umgang gilt auch in Chats.

5. Altersempfehlungen Das europaweite PEGI-System gibt mit seinen Einstufungen einen verlässlichen Hinweis darauf, ob ein Spiel im Sinne des Jugendschutzes für folgende Altersgruppen (3, 7, 12, 16 und 18) geeignet ist oder nicht. Gleichzeitig ist gekennzeichnet, ob ein Spiel Inhalte wie: Gewalt, Sex, Drogen, Angst, Diskriminierung, Vulgärsprache, Glückspiel, Onlinespiel hat. Diskutieren Sie über Sinn und Zweck der Altersfreigaben, tauschen Sie dabei auch mal die Rollen mit den Kindern.

6. Helfen Sie Ihrem Kind, die Medien kritisch zu betrachten / Fake News Auch wenn man im Internet „alles“ finden kann, ist nicht unbedingt auch alles wahr. Ziel eines kompetenten Medienumganges ist der **kritische** und **selbstbestimmte Umgang** mit Medien und die Fähigkeit, die Richtigkeit der vermittelten Inhalte für sich zu erkennen und zu nutzen.

7. Motiv erkennen Warum nutzt ihr Kind das Medium? Aus Langeweile, Wissensdurst, „mitreden können“, Gruppendruck. Je nachdem, können sie anders reagieren oder Alternativen aufzeigen.

8. Mediennutzung nicht als Belohnung oder Strafe Die Medien werden so noch attraktiver und zum Machtinstrument.

9. Erfahrungsaustausch Tauschen Sie sich mit anderen Eltern über Ihre Beobachtungen und Erfahrungen zu Chatverhalten, Computer- und Videospiele aus.

10. Achten Sie auf Alarmsignale und nehmen Sie Unterstützung in Anspruch! Es ist häufig schwer einzuschätzen, ab wann der Medienkonsum eines Kindes als bedenklich bzw. ungesund einzustufen ist. Führen Sie ein offenes Gespräch mit Ihrem Kind, indem Sie Ihre Sorgen offen mitteilen. Suchen Sie gemeinsam nach einer Lösung, wie zum Beispiel alternativen Freizeitbeschäftigungen, und vereinbaren Sie eine schrittweise Reduzierung des Medienkonsums.

Sollten Sie aber als Elternteil einmal nicht mehr weiter wissen, scheuen Sie sich auch nicht **professionelle Unterstützung** in Anspruch zu **nehmen**.

Quelle: www.schau-hin.info und www.vivid.at/wissen/medien/elterninfo-medien/10-tipps-2/