3. Newsletter der Schulsozialarbeit

Bewusst am Bildschirm
- Medienbildung in der Familie -

Liebe Eltern,

digitale Medien gehören heute selbstverständlich zum Alltag von Kindern und Jugendlichen. Sie bieten große Chancen, stellen Eltern aber auch vor vielfältige Herausforderungen.
Ein zu früher, zu häufiger und unkontrollierter Gebrauch digitaler Medien kann sich negativ auf die psychische und physische Gesundheit auswirken. Soziale Netzwerke stehen besonders im Visier der Kritik, da Jugendliche zu viel Zeit auf diesen Plattformen verbringen und unter sozialem Vergleich, Cybermobbing und Ablenkung leiden.
Ein großes Thema, dem wir auch immer wieder in unserer täglichen Arbeit begegnen, ist die Frage wieviel Bildschirmzeit ist eigentlich gut für Kinder und Jugendliche? Dass hohe Bildschirmzeilen einen negativen Einfluss auf die Konzentrationsfähigkeit haben können und auch Stress hervorrufen ist längst durch verschiedene Studien belegt.

Mit diesem Newsletter möchten wir Ihnen eine Orientierungshilfe geben und praktische Tipps an die Hand geben, wie Sie Ihr Kind gut begleiten können.

Medienkompetenz von Kindern und Jugendlichen fördern

Dies ist mitunter der wichtigste Punt in der Medienerziehung, denn Kinder wachsen nun mal in einer digitalen Welt auf. Medienkompetenz bedeutet, dass Kinder und Jugendliche lernen digitale Geräte sinnvoll, verantwortungsvoll und kreativ zu nutzen. Dazu gehören Fähigkeiten wie Recherche, Datenschutz, kritisches Denken, aber auch ein **bewusster Umgang** mit Bildschirmzeiten.

Schulsozialarbeit
Stutensee
Amt für
Familie Bildung Soziales
Ansprechpartner unter
www.stadtstutensee.de

.

Schulsozialarbeit und Medienerziehung

Die Schulsozialarbeit hat per Gesetz den Auftrag „junge Menschen in ihrer individuellen, sozialen, schulischen und beruflichen Entwicklung zu fördern". Deshalb hat sie auch die Aufgabe Kinder und Jugendliche darin zu unterstützen, die Kompetenz zu erlernen sich kritisch mit den Inhalten von digitalen Medien auseinander zu setzen.

Die Schulsozialarbeit in Stutensee setzt auf frühe Aufklärung, Prävention und Unterstützung, um Kinder und Jugendliche auf dem Weg in die digitale Welt zu begleiten

Zu einem verantwortungsbewussten Umgang gehört auch ein Gefühl dafür zu entwickeln, wann es Zeit ist für eine Bildschirmpause. Also wann das eigene Bildschirmverhalten Stress hervorruft und einem nicht guttut.
Unser aktuelles Projekt **„Bewusst am Bildschirm – Die Klassen-Challenge"** am Schulzentrum zielt darauf, dass Kinder und Jugendliche sich bewusstmachen, wieviel Zeit sie mit welchen Aktionen am Smartphone verbringen und wie dies ihren Alltag beeinflussen kann. Die teilnehmenden Klassen sollen ihre Bildschirmzeit in der Projektwoche so gering wie möglich halten. Die Klasse mit der geringsten Bildschirmzeit gewinnt.
Das Projekt soll aufzeigen, dass Bildschirmpausen sinnvoll sein können und guttun, es soll sensibilisieren und die Eigenverantwortung stärken. Der Fokus liegt auf dem Miteinander der Klasse

Die Medienbildung gewinnt auch in der Grundschule immer mehr an Bedeutung. Kinder kommen heute früher mit digitalen Endgeräten in Berührung und nutzen das Internet für Hausaufgaben, Unterricht und Freizeit. Doch wie kann man den Medienkonsum von Kindern und Jugendlichen gesund gestalten?

Schulsozialarbeit
Stutensee
Amt für
Familie Bildung Soziales
Ansprechpartner unter
www.stadtstutensee.de

Praktische Tipps

Wie können Sie Ihre Kinder darin begleiten eine gesunde Nutzung mit entsprechenden Bildschirmpausen zu entwickeln?

Mediennutzung begleiten

Interesse zeigen, gemeinsam Apps oder Spiele ausprobieren und über Inhalte sprechen stärkt das Bewusstsein für Qualität statt Quantität.

Vorbild sein

Gehen Sie selbst bewusst mit Bildschirmzeiten um.

Alternativen anbieten

Aktivitäten wie Spielen, Sport oder Lesen helfen, den Fokus vom Bildschirm weg auf andere Erlebnisse zu lenken.

Gemeinsame Regeln festlegen

Vereinbaren Sie klare Zeiten für Mediennutzung.

Das sind nur einige Punkte, wichtig ist, dass Sie Ihren passenden Weg für Ihre Familie und Ihren Alltag finden.

Weiterführende Infos und Tipps finden Sie unter:

www.schau-hin.info – Tipps für Eltern rund um Medienerziehung
www.klicksafe.de – Informationen zu Sicherheit im Internet
www.jugendschutz.net – Aktuelles zu Online-Gefahren und Jugendschutz

Bei Fragen sprechen Sie gerne den zuständigen Mitarbeitenden an Ihrer Schule an.

Herzliche Grüße

Ihr Team der Schulsozialarbeit in Stutensee

Schulsozialarbeit
Stutensee
Amt für
Familie Bildung Soziales
Ansprechpartner unter
www.stadtstutensee.de