MEDIENNUTZUNG

Das Präventionsteam informiert

Jugendliche zwischen 12 – 19 Jahren haben während des ersten Lockdowns im Durchschnitt deutlich mehr Medien pro Tag genutzt. Die veröffentlichten Zahlen der Sonderbefragung "JimPlus Corona" geben Anlass zur Sorge.

(https://www.mpfs.de/studien/jim-studie/jimplus-2020/)

Durchschnittliche Nutzungsdauer der 12- bis 19-Jährigen pro Tag während des Lockdowns:



92 Minuten YouTube



100 Minuten Musik hören



114 Minuten Streamingdienste



70 Minuten Fernsehen



121 Minuten Lernen

Tipps für Elfem:

Regeln vereinbaren

Feste Zeiten geben Orientierung.

Benimmregeln: Kein Smartphone bei den Hausaufgaben, beim Essen und vor dem Schlafengehen.

Medienkonsum vor dem Schlafengehen ist nicht empfehlenswert!

Regeln werden am ehesten akzeptiert, wenn sie für alle gelten.

Tipp: Mediennutzungsvertrag auf www.klicksafe.de

Kinder in der medialen Welt begleiten

Geräte sicher einstellen!

Mit Kindern über Herausforderungen und Gefahren des Internets sprechen.

Sich die Internetwelt des Kindes zeigen lassen und gemeinsam surfen.

"Surfleine" kann ab gewissem Alter gelockert werden.

Auf bildschirmfreie Zeiten achten

Selbst Vorbild sein!

Gemeinsamen medienfreien Tag od. Medienfasten durchführen.

Besonders jüngere Kinder brauchen Zeit, um Medienerlebnisse zu verdauen.

Auf ausreichend Bewegung achten! (WHO- Studie ergab, dass sich Jugendliche zw. 11 und 17 Jahren zu wenig bewegen!)

Medien sinnvoll nutzen

Medien auf ihren Inhalt prüfen!

Medien können auch zu einem Lernzuwachs führen.

Medien können Impulse für kreatives Tun sein und sollten dann als positiv gewertet werden!

