

Wirksame Strategien für Eltern im Umgang mit digitalen Medien

1. **Interesse zeigen und miteinander reden**
2. **Gemeinsam das Internet erkunden**
3. **Nicht drohen oder strafen**
4. **Reagieren, wenn etwas seltsam scheint**
5. **Empathie zeigen**
6. **Gemeinsam Lösungen suchen**
7. **Vertrauenspersonen aktivieren, Hilfe suchen**

1. Interesse zeigen und reden

- “Kannst du mir deine Lieblingsseiten zeigen?”
- “Was gefällt dir an dieser Seite / an diesem Spiel?”
- “Kannst du mir erklären, wie das funktioniert?”
- “Hast du auch schon schlechte Erfahrungen gemacht?”

2. Gemeinsam das Internet erkunden

- “Was machst du, was mache ich?”
- “Kennst du schon ...?”
- “Wollen wir das zusammen ausprobieren?”
- “Wollen wir schauen, was es sonst noch gibt?”
- “Bin ich ein gutes Vorbild?”

3. Nicht drohen oder strafen

- “Ich bin für dich da”
- “Wenn etwas passiert, dann komm einfach zu mir”
- “Gemeinsam werden wir Lösungen finden”
- “Aus Problemen kann man etwas lernen”

4. Reagieren, wenn etwas seltsam ist

- “Wie geht es dir? Was ist denn los?”
- “Ich habe den Eindruck, dass du...”
- “Ich mache mir Sorgen, weil ...”
- “Ist das so? Was ist der Grund?”
- “Kann ich dich unterstützen?”

5. Empathie zeigen

- “Du musst dich wirklich sehr ... fühlen”
- “Ich verstehe, dass es dir so geht.”
- “Es ist völlig normal sich jetzt so zu fühlen”
- “Könnte man das auch anders sehen?”

6. Gemeinsam Lösungen suchen

- “Es gibt immer einen Weg”
- “Du bist nicht alleine. Wer soll dir helfen?”
- “Überlegen wir, wie viele Möglichkeiten wir finden.”
- “Welche Möglichkeit ist für dich die beste?”
- “Willst du das mal ausprobieren?”
- “Wo können wir Hilfe holen?”

7. Unterstützung / Hilfe suchen

- Vertrauenspersonen (z.B. Freunde, Familie)
- Schulsozialarbeit, Lehrpersonen, Schulleitung
- Therapeuten und Ärzte
- Beratungsstellen
- Selbsthilfegruppen
- Polizei

Fazit: Begleiten statt verbieten

Unterstützen und Begleiten

- ➔ höhere Medienkompetenz der Kinder
- ➔ trotz Risiken weniger negative Medienerlebnisse

Verbieten und Kontrollieren

- ➔ geringere Medienkompetenz der Kinder
- ➔ weniger Risiken, aber eher negative Medienerlebnisse

Eine gute Grundhaltung

- ✓ «Neue Medien sind ein normaler und hilfreicher Teil der Welt.»
- ✓ «Wo es Chancen gibt, gibt es auch Gefahren.»
- ✓ «Eltern haben eine wichtige Begleitfunktion.»
- ✓ «Kindern positive Medienerlebnisse ermöglichen.»
- ✓ «Kinder über Gefahren früh informieren und darüber reden.»
- ✓ «Kinder vor Gefahren schützen soweit das möglich ist.»
- ✓ «Bei Problemen Verständnis zeigen und unterstützen.»
- ✓ «Selbstbewusstsein und Medienkompetenz fördern.»

Beziehungspflege als Grundlage

- Zuneigung zeigen, auch wenn Verhalten schwierig ist
- Gesprächs- und Hilfsbereitschaft signalisieren
- Gemeinsame Aktivitäten gestalten