



Herzlich Willkommen

„Entspannter Umgang mit Medien – Tipps für Eltern“

24. Januar 2024 10-12 Uhr

Wer leitet heute den Workshop?



Stefanie Emmert



- ✓ Teil des AHF-Projektteams „Familienleben & Digitalisierung
- ✓ Leitung Themencafé für Eltern (in Kooperation mit dem Zentrum Familie)
- ✓ Coach für Eltern, Kinder und Jugendliche im Bereich Selbstbehauptung und Resilienz, innere Stärke, Gelassenheit in der Erziehung
- ✓ Kinder- und Jugendtrainerin für Mobbingprävention
- ✓ Trainerin und Elternkursleiterin Starke Eltern – Starke Kinder beim Kinderschutzbund, Zusatzmodul Medienerziehung mit der Methode „Mikas Wunsch“

ONLINE und OFFLINE unterwegs



ABLAUF

1

WARM-UP entspannter Start



2

KONTEXT Was stresst Eltern?
KOMMUNIKATION Was hilft?



3

ÜBUNG ins Tun kommen



4

COOL DOWN Was nehme ich mit?



WARM UP

Post-It Spiel zur Einstimmung– wie starte ich heute in den Workshop?

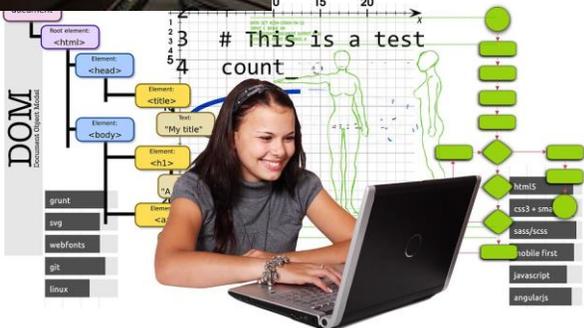
Ich bin ausgeschlafen.
Das Wetter da draußen gefällt mir heute.
Ich habe mein Frühstück genossen.
Ich war vor dem Workshop schon online.
Ich nutze privat gerne digitale Medien.
Ich spiele gern (offline, online, drinnen, draußen).
Spielen ist Lernen.
Mein Arbeitsschwerpunkt liegt im Bereich Beratung, Training, Begleitung von Eltern.
Ich kenne die Fragen und Sorgen der Eltern zum Thema digitale Mediennutzung.
Ich habe dafür hilfreiche Antworten.
Ich bin entspannt im Umgang mit Medien.



→ Die Retroperspektive erzeugt möglicherweise positive Emotionen im Zusammenhang mit Mediennutzung – das können wir uns im Umgang mit Eltern zu Nutze machen und wir schaffen den Perspektivwechsel, der nötig ist, um die Vorbildrolle wieder aktiv zu gestalten



Familienleben und digitale Medien



KONTEXT – Entspannt, ja oder nein?

Fachkräfte

- In welchem Setting arbeite ich mit Eltern?



Ergebnisse: <https://padlet.com/StefanieEmmert/WSEntspannterUmgangmitMedien>

KONTEXT – Entspannt, ja oder nein?

Herausforderungen

- Welche Themen und Fragen haben die Eltern zum Umgang mit Medien in ihrem Alltag?



Ergebnisse: <https://padlet.com/StefanieEmmert/WSEntspannterUmgangmitMedien>

KOMMUNIKATION ermöglicht Entspannung

Fachwissen / Kompetenz
Haltung – Selbstreflexion
Empathische Kommunikation
Beispiel Kinderrechte Trias und Methode
Absprachen und Konsequenz

EINSTIEG INS GESPRÄCH – Beispiel

Methode: Zeichnung zum Thema Medien und Familienbildung

- Fragestellung: Welches Symbol verbindest du für dich und deine Arbeit mit diesem Thema – zeichne dir spontan ein Symbol auf ein Blatt Papier und beantworte dir die Frage: Wie fühlt sich mein Herz?
- Anlass: Einstieg ins jeweilige Thema, Klarheit über eigene Haltung gewinnen, Symbolkraft nutzen
- Mögliches Setting: Eltern-Kind-Treff, Elternabend, Themencafé, Elternkurs, Beratung/Coaching etc.
- Ziel: positiv ins Thema einsteigen, wertfrei bleiben, Gesprächsanlass über die Gefühlsebene erzeugen, Verständnis für die jeweilige Situation anbieten

Weitere Ideen /Fragen für Gesprächsanlässe

- Einstieg mit Impulskarten (Text oder Bild), lockerer Austausch in einer Elternrunde
 - Welche positive Medienerfahrung hast du in der letzten Woche gemacht?
 - Stelle uns dein persönliches Lieblingsmedium vor?
 - Welche App ist für dich unersetzlich geworden?
 - Welches Spiel macht dir gemeinsam mit deinem Kind Freude?
 - Fragen aus dem Moment Check nach Detlef Scholz (Buchtipps)
- Über die eigenen Bedürfnisse, Emotionen und Haltungen der Eltern den Bogen zum Umgang mit dem Kind schlagen und die Rolle der Vorbildfunktion erarbeiten, im Gleichschritt die Bedeutung der Bindung hervorheben

Buchtipps:

#Familie – Entspannter Umgang mit digitalen Medien von Detlef Scholz

Begleiten statt verbieten: Als Familie kompetent und sicher in die digitale Welt von Leonie Lutz und Annika Osthoff

Methode des Kinderschutzbundes

Kinderrechte Trias

- Kind: Welchen Wunsch hast du? TEILHABE
- Eltern: Welche Bedenken hast du? SCHUTZ
- Gemeinsam: FÖRDERUNG
 - Was können wir fördern?
 - Welche Förderaspekte gleichen Schutzaspekte aus?
 - Welche Vereinbarungen wollen wir treffen und testen?

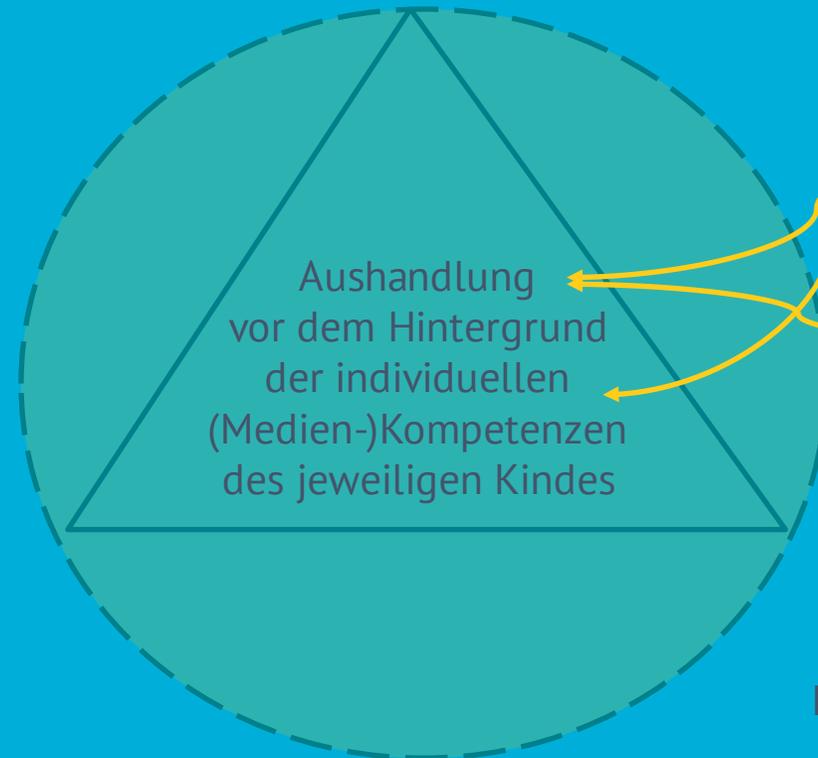
Kinderrechte-Trias als Basis unseres Handelns



Starke **Eltern**
Starke **Kinder**

Teilhaberechte

Art. 17: Zugang zu den Medien
Art. 13: Meinungs- und Informationsfreiheit



evolving capacities

Art. 12: Berücksichtigung des Kinderwillens in allen das Kind betreffenden Angelegenheiten

Beteiligung von Kindern, wenn es um Medien geht

Schutzrechte

Art. 3: Wohl des Kindes
Art. 16: Schutz der Privatsphäre

Förderrechte

Art. 28: Recht auf Bildung
Art. 31: Recht auf Freizeit, Erholung, Spiel, Kunst u. Kultur



Der Kinderschutzbund
Bundesverband



Ziele von Erziehung & Kinderrechten

Schutzaspekte = Recht auf Schutz
Zeit Kosten Sicherheit Werte

Eltern haben das Recht und die Pflicht ihr Kind zu schützen

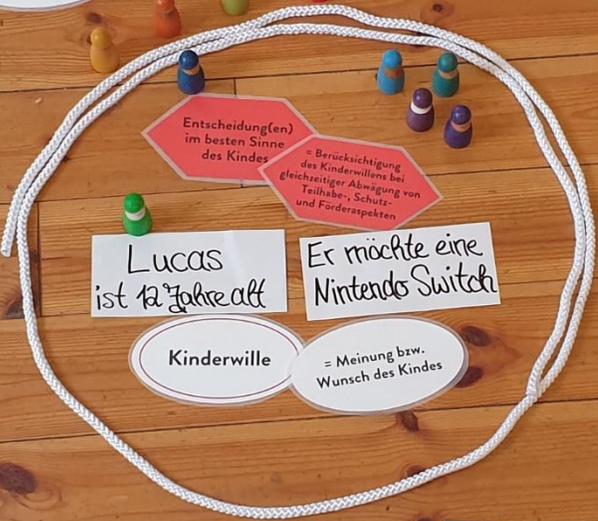
gesundes Aufwachen
gemeinschaftsfähig sein
eigenverantwortlich leben
selbstbestimmt entscheiden

Eltern haben das Recht und die Pflicht ihr Kind zu fördern

Förderaspekte
= Recht auf Förderung der Entwicklung und Selbstständigkeit

Stärkung seiner Kompetenzen
Anleiten beim Taschengeld sparen
Alternativen anbieten
Möglichkeit geben zu zeigen, dass er Verantwortung übernehmen kann
Legotechnik / etwas bauen

Selbstregulation
Mangel an sozialen Umgang
Gewalt gegen andere, sich und Gegenstände
bedürfte Anleitung
sehr geringe Impulskontrolle
schnell kein Interesse mehr
Fehlendes Schlaf, Alpträume
Eskalation
Finanzierung
Umgang mit anderen Geräten
unstillbares Verlangen
gute Nutzung würde WLAN brauchen



Unterstützung
Angebote unterbreiten
Lernen und Probieren
Bildung
Fähigkeiten vermitteln
Vertrauen
Hilfe zur Selbsthilfe
Möglichkeiten bieten
Geduld
Aushandeln/Kompromisse
Grenzen

Mikas Wunsch

cool
der Beste sein
Spielfortschritt
Kontrolle u. Macht
Mitreden können
mehr Möglichkeiten
Selbstwirksamkeit
Spaß
alleinige Nutzung
nicht teilen
Erfolg
Bestätigung + Anerkennung
vernetzt sein
Faszination digitale Medien
Beschäftigung / keine Langeweile
Prahlen / Angeben

Teilhabeaspekte
= Recht auf Partizipation und Mitbestimmung
Mitmachen
Mitgestalten
Mitreden
(sich) Ausprobieren



WIE WIRD ES ENTSPANNTER?

- GEDANKEN IN DEN GRIFF BEKOMMEN
- GLAUBENSSÄTZE ÜBERPRÜFEN UND VERÄNDERN
- RESPEKTVOLLER UMGANG – FOKUS AUF VERBINDUNG
- KLARHEIT UND WERTSCHÄTZUNG IN DER KOMMUNIKATION
- EIGENE BEDÜRFNISSE EINBRINGEN
- BETEILIGUNG AN VEREINBARUNGEN NACH ALTER
- KONSEQUENZEN LEBEN



COOL DOWN

Das nehme ich heute mit...