



Elternabend «Digitale Medien»

Swisscom AG

swisscom

Games

Soziale Netzwerke

Pornoseiten

Serien

Mögliche Folgen einer Onlinesucht

- Soziale Isolation
- Schlafstörungen,
Konzentrationsschwierigkeiten
- Körperliche Symptome (Rückenschmerzen,
Kopfschmerzen, Gewichtszunahme)
- Ungenügende Schulleistungen
- Realitätsverlust (Porno)

Hilfe und Unterstützung

- Erwachsene Vertrauensperson
(Eltern, Gotte/Götti, beste Freunde)
- 147
- Schulsozialarbeit
- Fachstellen in der Gemeinde und Kanton

Eine Abhängigkeit ist nicht plötzlich da



Quelle: Klett Verlag

Die vier Punkte der Medienbegleitung



Begleiten statt verbieten

Begleiten heisst, die Medieninteressen und Gewohnheiten des Kindes zu kennen und mit ihm darüber zu sprechen.



Altersgerechte Apps, Games

Altersgerecht heisst, die Altersempfehlungen der Apps und Games zu prüfen und mit dem Kind über die Inhalte sprechen.



Regeln und Kontrolle

Regeln festlegen heisst, als Familie Regeln, Kontrolle sowie Konsequenzen zu besprechen und schriftlich festzuhalten. Fokus primär auf Inhalte anstelle der Bildschirmzeit.



Eltern als Vorbild

Vorbild sein heisst, Familienregeln einzuhalten und auf eine vertraute und verantwortungsvolle Mediennutzung zu achten.

Medienbegleitung – Das sollten Sie wissen von Ihrer Tochter, Ihrem Sohn



Welche Anwendungen (Games, YouTube, Soziale Netzwerke usw.) und Inhalte interessieren Ihr Kind am meisten?

- Mediennutzung diskutieren
- Anwendungen erklären lassen, beobachten



Welche Games spielt Ihr Kind?

- Altersfreigabe, Inhalt und Spiel Aufbau prüfen
- Gaming-Motivation diskutieren



Welche Regeln gelten für Ihr Kind in Bezug auf Mediennutzung?

- Regeln
Medieninhalte, Bildschirmzeit, Zeit mit Familie vereinbaren



Mit welchen Personen kommuniziert mein Kind im Netz?

- Motivation klären
- Keine öffentlichen Profile
- keine realen Treffen

Tipps & Tricks für Ihren digitalen Alltag



Was bringt Zocken und wo schadet es

Tipps für Eltern



Kinder begleiten in der digitalen Welt

Tipps in Form von Artikeln,
Podcasts und Videos an einem Ort.

www.swisscom.ch/kinder-begleiten

