

Grundlegende Bereiche der kindlichen Entwicklung, wie Sprache, Denken, Motorik und soziale Fähigkeiten, können durch zu viel Bildschirmmedienzeit negativ beeinflusst werden! Verantwortung und Ausmaß im Umgang mit digitalen Medien, ist eine Aufgabe, die bereits im Kleinkindalter beginnt.



Umgang mit Medien im Alltag



Geben Sie klare Regeln vor, wann geschaut wird und halten Sie diese ein. Proteste beim Abschalten halten meistens nur kurz an.



Begleiten Sie Ihr Kind in seinem Medienerleben. Kinder sollten nur solche Sendungen und Videos alleine anschauen, die Ihnen bekannt sind.

Setzen Sie Bildschirmmedien nicht als Belohnung oder Bestrafung ein.
Medien sind außerdem keine geeigneten Babysitter!



Die Inhalte sollen einfach, langsam und kindgerecht sein. Für Erwachsene harmlos wirkende Figuren oder Situationen können bei Kindern Angst auslösen.



Vermeiden Sie Handys und Fernseher im Kinderzimmer, so behalten Sie den Überblick darüber, was und wie viel Ihr Kind schaut.



Planen Sie **gemeinsame mediennutzungsfreie Tage und Zeiten** ein. Bieten Sie Alternativen an, in Ihr Kind „direkte“ **Erfahrungen** machen können, wie z.B. Natur erleben.

Machen Sie sich Ihrer **Vorbildwirkung** bewusst, denn Ihr Kind wird Ihre Handlungen nachahmen.



Tipp:

Eine gute Orientierung, wie Sie die Bildschirmnutzung an die Reife und Bedürfnisse Ihres Kindes anpassen können, bietet die sogenannte **3-6-9-12 Regel von Serge Tisseron**. Hier finden Sie weiterführende Informationen:

