

„NUR NOCH DIESES EINE LEVEL!“

Wie begleite ich
mein Kind in der Welt
der Digitalen Medien?

Mag.^a Sandra Brandstetter
sandra.brandstetter@praevention.at
www.praevention.at

Was Sie erwartet

Was treiben die Kinder im Netz?

Was fasziniert sie so daran?

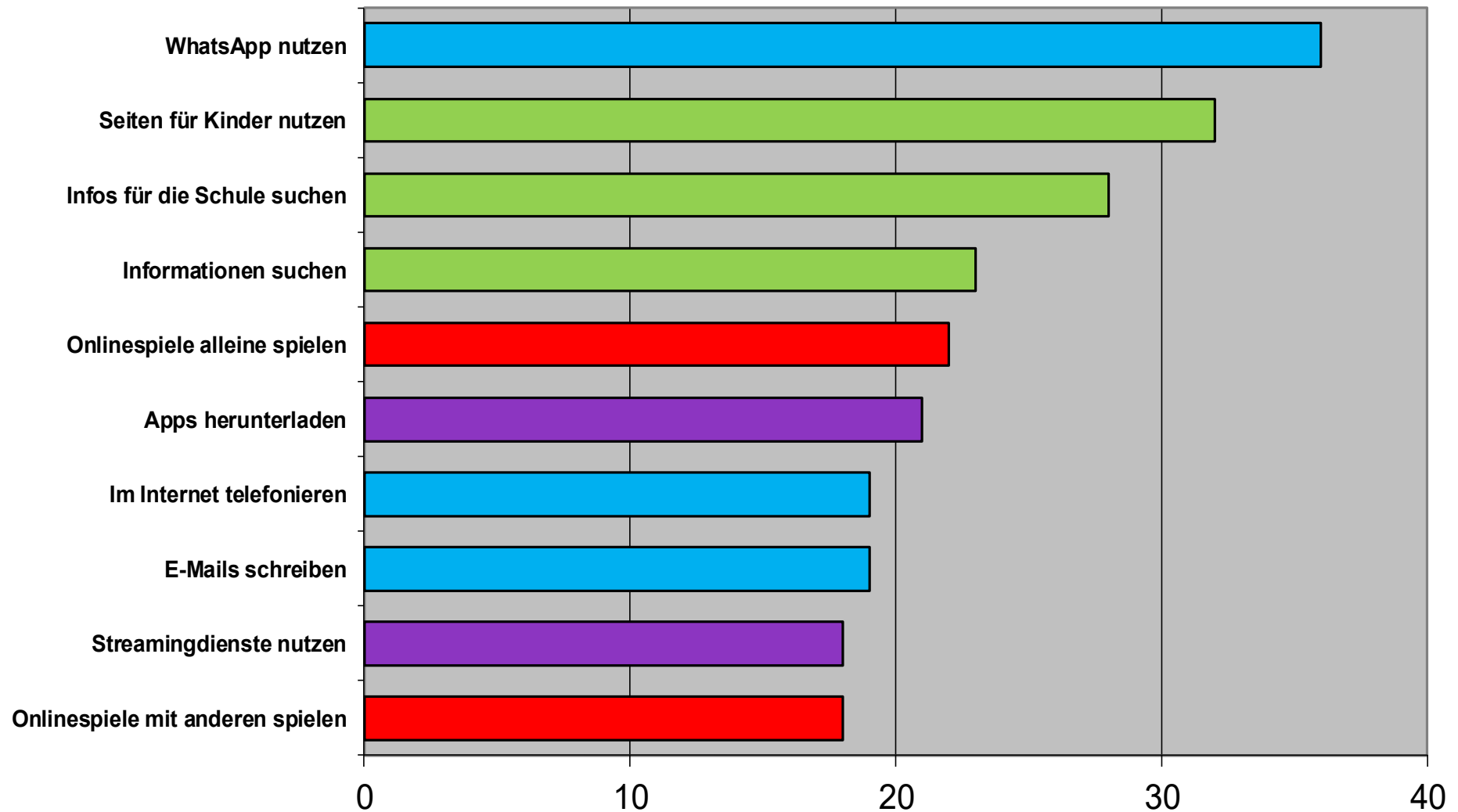
Wieviel ist zu viel? Ist mein Kind süchtig?

Wie kann ich mein Kind unterstützen und begleiten?

Was treiben die Kinder im Netz?

Was machen unsere Kinder im Internet? Kinder aus OÖ; 6-10 Jahre, 2020

Oberösterreichische Kinder Medienstudie 2020



Was fasziniert sie so daran?

Soziale Netzwerke und Kommunikationsanwendungen

- Zeitvertreib, Spaß
- Informationsplattform
- Dazugehören
- Selbstdarstellung, Inszenierung
- Identitäten ausprobieren und Feedback einholen
- Likes als Bestätigung, dass „eh alles passt“

- Zeitvertreib, Spaß
- Erfolgserlebnisse
- Vermeidung von Versagensängsten
- Klare Regeln und ständiges Feedback
- Soziale Verbundenheit
- Anerkennung
- Ablenkung und Rückzugsmöglichkeiten
- „Flow“

Ursachen für hohe Spielerbindung

- Die Welt des Online-Spiels steht nie still
- Starke Identifikation mit dem Avatar
- Die Spielfigur wird immer stärker
- Rankings
- Aktionszeiträume
- Anreizsysteme für tägliche Nutzung (Streaks)

Die Befriedigung der menschlichen Grundbedürfnisse

- nach **sozialer Zugehörigkeit und Eingebundensein**
- nach **Autonomie und Selbstbestimmung**
- nach **Kompetenz und Wirksamkeit**

Wieviel ist zu viel? Ist mein Kind süchtig?

Mein Kind spielt soviel! Ist es süchtig?

Wie geht es meinem Kind insgesamt?

Wo fühlt es sich zugehörig?

Wo kann es eigene Entscheidungen treffen?

Wo hat es Erfolgserlebnisse?

Wo bekommt es Anerkennung?

Wo erlebt es Entspannung?

Wo erlebt es Freude und Spaß?

Ihr Kind könnte gefährdet sein, und Unterstützung brauchen, wenn es...

- ...den Großteil seiner Freizeit mit Medien verbringt.
- ...andere Beschäftigungen völlig außer Acht lässt.
- ...Freunde nicht mehr trifft und sich zurückzieht.
- ...spielt, um aus der unangenehmen Realität zu flüchten.
- ...aggressiv, depressiv oder nervös ist, wenn es offline ist.
- ...regelmäßig müde und unausgeglichen wirkt.
- ...anderen Verpflichtungen immer weniger nachkommt.

Wo gibt es Hilfe und Unterstützung?

- Familienberatungsstellen
- Schulpsychologie
- Ambulanz für Spielsucht der pro mente OÖ, Neuromed Campus (Gruppentherapie und Elterngesprächsgruppe)
- Kinder und Jugendpsychiatrie Neuromed Campus des Kepler Universitätsklinikums
- www.rataufdraht.at oder Tel.: 147

**Wie kann ich mein Kind unterstützen
und begleiten?**

Interesse am Kind haben

Was macht mein Kind im Internet?

Was interessiert/fasziniert es daran?

Was denkt es selbst darüber?

Das erfahren Sie, wenn Sie...

- Die Interessen des Kindes nicht abwerten.
- Sich die Spiele/Anwendungen erklären lassen.
- Über Erfahrungen im Netz reden.
- Offen sprechen statt heimlich kontrollieren.

Klare Vereinbarungen treffen

- Regeln für die Mediennutzung gemeinsam vereinbaren.
 - Was
 - Wann
 - Wie lange
 - Wo
- Handyfreie Zeiten / Zonen vereinbaren
 - beim Essen,
 - bei der Hausübung,
 - bei gemeinsamen Unternehmungen,
 - vor dem Schlafen,...
- Die Kinder beim Abschalten unterstützen – und dabei den Missmut der Kinder aushalten.

Über Sicherheit, Gefahren und Inhalte sprechen

z.B.

- Privatsphäre
- Passwortsicherheit
- Recht am eigenen Bild
- Kostenfallen
- Kettenbriefe
- Cybermobbing
- Pornografie
- Grooming

**Bei problematischen Erfahrungen
braucht Ihr Kind Sie
als sichere Anlaufstelle und
Vertrauensperson!**

Ausreichend andere Erfahrungen ermöglichen

- Gemeinsame Aktivitäten
- Bewegung
- Naturerfahrungen
- Soziale Alltagserfahrungen
- Mithilfe im Haushalt
- Impulse zum selbständigen Nachdenken
- Langeweile aushalten

**„Wir können Kinder
nicht erziehen,
die machen uns eh
alles nach.“**

Karl Valentin