



Eltern-Zeit: Digitale Info-Abende rund um die Themen Erziehung und Familienleben

Zusammenfassung zum Elternabend

Smartphone, Tablet & Co – Wie gelingt Mediennutzung in der Familie?

mit Daniel Ott, stellv. Leitung Präventionsfachkraft der Villa Schöpflin

- Internetnutzungsstörungen (INS) beschreiben verschiedene Ausprägungen einer riskanten Online-Mediennutzung wie z.B. Gaming Disorder, Soziale-Netzwerke-Störung, Shoppingstörung und Streamingstörung.
- Motive der Jugendlichen für die Mediennutzung sind vor allem das Bekämpfen von Langeweile, das Aufrechterhalten der soziale Kontakte und die Flucht aus der realen Welt.
- Die Verbesserung der Eltern-Kind Beziehung, Kommunikation und die Übernahme einer Vorbildfunktion wirkt sich positiv auf ein besseres Verständnis und die Kontrolle des Medienkonsums bei Kindern und Jugendlichen aus.
- Gemeinsam formulierte, klare und präzise Regeln sind bedeutend.
- Die Gestaltung der Freizeit und des Alltags ohne Medien, wie gemeinsame Mahlzeiten, Hobbys und gemeinsamen Aktivitäten sind maßgeblich.
- Weitere hilfreiche Empfehlungen sind unter anderem ein positiver Umgang mit Fehlern,. Die gemeinsame Auswahl von Spielen und Apps und deren Inhalten sowie die Kontaktaufnahme zu Beratungsstellen im Bedarfsfall, z.B. bei Aggressionen und Respektlosigkeiten bei der Umsetzung und Einhaltung von Regeln.

Linkempfehlungen zum Thema:

Datenschutz ist Kinderschutz

<https://www.bfdi.bund.de/SharedDocs/Downloads/DE/Flyer/Datenschutz-Kinderschutz.html>

Studie zu Mediensucht

https://www.dak.de/dak/unternehmen/reporte-forschung/dak-studie-mediensucht-2026_164552

Nachricht von Ella

<https://www.telekom.com/de/medien/medieninformationen/detail/nachricht-von-ella-without-consent-1048362>

Medienkurse für Eltern

<https://www.schau-hin.info/service/medienkurse-fuer-eltern>