



Elternbrief Mediennutzung

Sehr geehrte Eltern und Erziehungsberechtigte,

in den letzten Jahren bemerken wir, dass der mediale Konsum der uns anvertrauten Schülerinnen und Schüler sehr zugenommen hat und Altersgrenzen sich mehr und mehr nach unten verschieben. War beispielsweise vor ein paar Jahren für unsere Schülerinnen und Schüler der Schulwechsel an die weiterführende Schule der Startpunkt für den Erhalt des ersten eigenen Handys, verstecken sich inzwischen schon in so manchen Schultüten die ersten Smartphones. Leider werden auch der Altersempfehlungen für Spiele und Apps häufig zu wenig Beachtung geschenkt. Dementsprechend werden einige Kinder mit Medieninhalten konfrontiert, die noch überhaupt nicht für Ihr Alter geeignet sind.

Alle Medienpädagogen warnen einhellig vor einer exzessiven und zu frühen Nutzung der Medien. Es ist für die gute Entwicklung Ihrer Kinder in allen Bereichen (Motorik, Sprache, logisches Denken usw.) wichtig, dass sie Erfahrungen im realen Leben sammeln.

Mediale Nutzungsmöglichkeiten können unter Umständen das innere hormonelle Belohnungssystem Ihrer Kinder vollkommen durcheinanderbringen. Im den Spielabläufen der Handy- und Computerspiele sind regelmäßige und leichte Erfolgserlebnisse „vorprogrammiert“, dementsprechend werden Ihre Kinder bei der Nutzung mit Dopamin geflutet (Dopamin ist ein Hormon, das bei Erfolg im Körper ausgeschüttet wird). Im echten Leben braucht es jedoch in der Regel bedeutend mehr Anstrengung, um Erfolge zu sammeln. Damit kann nicht nur die Anstrengungsbereitschaft ihrer Kinder nachlassen, sondern es wird auch die Tür für die Entwicklung einer Suchterkrankung in diesem Bereich geöffnet.

Welche Auswirkungen der Medienkonsum auf die Konzentration der Schüler hat, ist noch nicht vollkommen geklärt. Allerdings verschlechtert der mediale Konsum direkt nach der Schule tatsächlich das Abspeichern der Lerninhalte vom Vormittag erheblich.

Uns ist bewusst, dass Sie sich in Bezug auf die mediale Nutzung Ihrer Kinder oft unter Druck stehen. Sie wollen unter anderem nicht, dass Ihre Kinder wegen fehlender technischer Ausstattung zu Außenseitern werden. Oder sie wollen nicht von Ihren Kindern als die

strengsten Eltern der Welt oder gar „old school“ angesehen werden. Manchmal kommt man mit den technischen Neuerungen, die für unsere Kinder ein „Kinderspiel“ sind, auch einfach nicht mehr mit.

Wir möchten Ihnen jedoch Mut machen, familiäre Regeln zu finden und durchzusetzen. Wichtig ist, dass Sie Ihre Kinder begleiten, um Ihnen einen positiven Umgang mit jenen Möglichkeiten beizubringen. Ein vollkommenes Fernhalten ist dagegen auch aus unserer Sicht weltfremd und unrealistisch.

Als eine praktische Handlungsempfehlung möchten wir Ihnen raten, bei der Vergabe eines ersten Endgerätes (Smartphone, Tablet, Konsole) einen Mediennutzungsvertrag mit Ihrem Kind auszuhandeln. Hierfür können wir Ihnen die Seite www.mediennutzungsvertrag.de wärmstens ans Herz legen. Hier haben Sie die Möglichkeit ganz bequem die Vertragsbausteine anzuklicken, die zu Ihnen und Ihrem Kind passen.

Ferner gibt es inzwischen diverse Familienmediennutzungsapps, wo Sie die Nutzungsdauer- und -zeiten einschränken und diverse weitere Sicherheitseinstellungen vornehmen können (z.B.: Family Link, Apple Screen Time, AirDroid Parental Control). Leider bekommen wir in diesem Zusammenhang häufiger mit, dass Kinder/Jugendliche wegen der Handynutzung nicht alle Hausaufgaben haben oder zu wenig schlafen. Wir würden uns handyfreie Hausaufgaben – und Nachtzeiten in den Familien wünschen.

Außerdem spielt der Schutz vor medialen Risiken eine wichtiger werdende Rolle. Hier fallen uns direkt diverse Schlagwörter ein: Cybermobbing, Fake News, Hate Speech, Tik-Tok-Challenges, Verschicken von Nacktfotos, Gewaltvideos oder verfassungsfeindlicher Inhalte. Vielen Jugendlichen ist noch immer nicht bewusst, dass manches Handeln im Bereich Medien strafrechtlich relevant ist und Anzeigen nach sich ziehen kann. Auch aus diesem Grund macht es großen Sinn, direkt bei Handyübergabe im Mediennutzungsvertrag für Sie als Eltern eine Kontrollmöglichkeit zu vereinbaren. Es ist wichtig die Handys im regelmäßigen Rhythmus gemeinsam mit dem Kind durchzusehen und ja zu kontrollieren. Denn sie wollen nicht, dass ihre 12-jährige Tochter mit einem 30-jährigen Mann chattet. Sie wollen wissen, wenn ihr 13-jähriger Sohn im Klassenchat gemobbt wird oder wenn ihr 14-jähriger Sohn an der Paracetamol- Challenge teilnimmt.

Ferner macht es großen Sinn, sich als Eltern aber auch gemeinsam mit dem Kind oder Jugendlichen im Bereich Mediennutzung zu informieren. Für Grundschulkinder können wir das Heft „Mach deinen Medienführerschein“ zur Information sehr empfehlen. Aber auch auf der Internetseite www.klicksafe.de befinden sich eine Vielzahl kostenloser Materialien sowohl für Kinder, Jugendliche als auch Eltern.

Darüber hinaus bietet die Familienbildungsstätte Mayen in ihrem Programm Medienpilot in diesem Jahr ein umfangreiches Onlineangebot zur Förderung der Medienkompetenz an, auf das wir Sie gerne hinweisen möchten. Hier nur ein paar der Angebote kurz erwähnt:

Donnerstag 13.03.2025 ab 19.00 Uhr [#TikTok, Algorithmen und Demokratie: Wie beeinflusst uns das, was wir sehen?](#), Kursleitung: Corinna Schaffranek

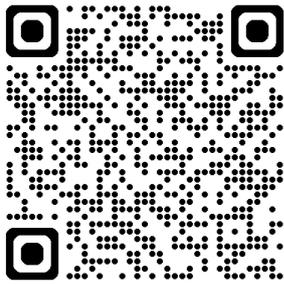
Montag, 31.03.2025 ab 14.00 Uhr [#Digitale Gewalt im Netz: Was tun bei Hate Speech, Deepfakes und Co.?](#) Kursleitung: Corinna Schaffranek

Donnerstag, 15.05.2025 ab 19.00 Uhr [#Medienerziehung im Grundschulalter: Zwischen Vertrauen und Kontrolle](#) Kursleitung: Corinna Schaffranek

Montag, 29.09.2025 ab 19.00 Uhr [Digitale Lebenswelten... wie soziale Medien Schule und Familie verändern](#) Kursleitung: Silke Müller

Das Programm Medienpilot wird gefördert vom Bundesministerium für Wohnen, Stadtentwicklung und Bauwesen, KfW und von MYK Smarte Region.

Hier der QR-Code zum Online-Angebot der FBS Mayen:

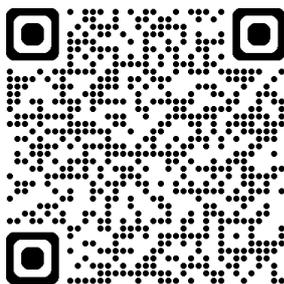


Wenn für Sie eher das Thema Mediennutzung und Sucht von Interesse ist, können Sie sich beispielsweise bei den Onlineelternabenden von Keine Macht den Drogen anmelden:

Mittwoch, 02.04.2025 ab 20.00 Uhr [Elternabend Medien für \(Klein-\) Kinder-Suchtprävention und sinnvolle Nutzung](#) (Zielgruppe 1-8 Jahre)

Montag, 07.04.2025 ab 19.30 Uhr [Elternabend Medien- Nur noch 10 Minuten...!](#) (Zielgruppe 9-16 Jahre)

Hier der QR-Code zum Angebot von Keine Macht den Drogen:



In jedem Fall lohnt es sich Zeit, Geduld und Kraft in das Thema sinnvoller Medienumgang zu investieren.

Mit freundlichen Grüßen