Mediennutzung im Familienalltag

Dauer: ca. 30-60 Minuten
Aufwand: mittel

Sie brauchen:

Papier und Stifte

Sie unterstützen:

- den respektvollen Umgang miteinander
- das aufmerksame Zuhören

Mediennutzung im Familienalltag

Dauer: ca. 30-60 Minuten
Aufwand: mittel

So geht's:

1. Welche Medien nutzen die einzelnen Familienmitglieder täglich (aktiv oder auch nebenher) und wie lange? Wenige Minuten oder mehrere Stunden? Gibt es Absprachen, wie lange oder auch an welchem Platz bestimmte Medien konsumiert werden?
2. Gibt es medienfreie Zeiten und Räume?
3. Sind Sie zufrieden damit, wie in Ihrer Familie Medien genutzt werden? Was wünschen sich die einzelnen Familienmitglieder?
4. Notieren Sie die Wünsche und überlegen Sie, ob Sie sich auf ein paar Neuregelungen einigen möchten.

Empfehlung zur Mediennutzung

10 Minuten pro Lebensalter

Das bedeutet, dass ein 4-jähriges Kind täglich maximal 40 Minuten damit beschäftigt sein soll, Fernsehen zu sehen, sonstige Bildschirmzeit (Tablet, Computerspiele o. Ä.) zu verbringen oder ein Hörbuch zu hören.

CC BY NC

Bildquelle: Jennifer Madelmond