



## Gemeinsame Medienzeiten

Dauer: ca. 30 Minuten

Aufwand: mittel

Sie brauchen:

Papier, Stift und einen Familienkalender

Sie unterstützen:

- die Kommunikation innerhalb der Familie
- die gegenseitige Wertschätzung
- einen verantwortungsvollen Medienkonsum

So geht's:

Wann werden Medien in Ihrer Tagesstruktur gemeinsam genutzt? Welche Aufgaben haben diese Medien in Ihrem Familienleben? Überlegen Sie, ob Sie feste gemeinsame Medienzeiten / Aktivitäten in Ihren Wochenplan bzw. den Familienkalender integrieren wollen und nach welchen Gesichtspunkten Sie die Aktivitäten festlegen möchten.



## Checkliste für die Vereinbarung von Medienzeiten

### Umgang mit Medien in der Familie

- Wie gehen wir mit Medien in der Familie um?
- Was wollen wir beibehalten, was ändern?
- Wie möchten die Kinder von ihren Eltern hinsichtlich ihrer Mediennutzung unterstützt werden?
- Welche Wünsche haben die Eltern an die Kinder?

### Medienzeiten vereinbaren

- Welche festen Medienzeiten gibt es bereits in unserer Familie?
- Welchen Medien möchten wir gerne mehr Platz im Alltag geben? Aus welchem Grund?
- Möchten wir feste Medienzeiten vereinbaren? Möchten wir unsere Medienzeiten evtl. verringern? Falls ja, welcher Ersatz würde uns Spaß machen?

### Regeln rund um die Mediennutzung

- Welche grundlegenden Regeln möchten wir hinsichtlich der Mediennutzung beachten?
- Was ist "Netiquette"? Welche Haltung haben wir dazu?
- Wie handeln wir bei Problemen, Unsicherheiten oder möglichen Gefahren?
- Welche Regeln in unserer Familie stellen wir rund um das Smartphone auf?
- Welche Rolle nehmen die Eltern während der Medienzeiten ein, welche die Kinder?
- Haben die einzelnen Geräte eine spezielle, altersbedingte Kindersicherung?
- Wie könnten wir gemeinsam in der Familie das Erlebte während der Medienzeiten reflektieren?



Bildquelle: Jennifer Madelmond

