



# JOHANNITER

## Ich sehe was, was du mit mir siehst?



### Kinder bei der Entdeckung digitaler Medien begleiten

#### Verantwortungsvoller Medienkonsum

Hand aufs Herz: Wissen Sie, welche Filme oder YouTube-Videos Ihr Kind ansieht? Oder worum es in den Computerspielen geht? Kennen Sie die Menschen, zu denen Ihr Kind online Kontakt hat? Und wissen Sie, warum Ihr Kind so fasziniert vom Smartphone ist?

Wir möchten Ihnen dabei helfen, Ihr Kind bei der Entdeckung digitaler Medien zu begleiten. Dazu haben wir Ihnen einige Tipps zusammengestellt. Generell gilt: Zu früher Medienkonsum könnte die kindliche Entwicklung beeinträchtigen. Die Empfehlung lautet: Bildschirmfrei unter 3 Jahren.

#### Warum ist das so wichtig?

- / Für die sprachliche Entwicklung Ihres Kleinkindes ist Ihre persönliche, freundliche Rückmeldung wichtig. Das können Medien nicht ersetzen.
- / Nur durch Erlebnisse in der echten Welt werden die Sinne Ihres Kindes angeregt: Riechen, Tasten, Fühlen, Schmecken prägen die Erfahrung.
- / Rumflitzen statt Rumsitzen: Viel (freie) Bewegung fördert die motorische Entwicklung.
- / Motorische Fähigkeiten, wie Greifen, Krabbeln, Sitzen und Laufen, tragen zur Entwicklung neuer Nervenverbindungen im Gehirn bei.
- / Studien zeigen, dass körperliche Aktivität Gedächtnis, Konzentration und geistige Leistungsfähigkeit verbessert.
- / Soziale Kontakte mit anderen Kindern fördern die emotionale Entwicklung Ihres Kindes.

#### Unsere Empfehlung zur Mediennutzung in der Familie

- / Seien Sie selbst ein gutes Vorbild bei der Medien- und Smartphone-Nutzung.
- / Lassen Sie sich nicht durch Fernsehen oder Mobiltelefon ablenken beim gemeinsamen Spiel, Erzählen, Vorlesen oder Kuscheln.
- / Medienfreie Zeit = während der Mahlzeiten und vor dem Schlafengehen
- / Wählen Sie altersgerechte Medien aus und binden Sie Ihr Kind dabei ein.
- / Erklären Sie Ihrem Kind, warum Sie einem bestimmten Spiel oder Video nicht zustimmen.
- / (Bilder-)Buch statt Bildschirm: Wecken Sie frühzeitig die Begeisterung für Bücher als Alternative. In der örtlichen Bibliothek gibt es viel Auswahl für jeden Geschmack und jedes Alter.
- / Setzen Sie Mediennutzung weder zur Belohnung noch Medienentzug zur Bestrafung ein.
- / Machen Sie mit Ihrem Kind einen altersgerechten Nutzungsvertrag für Computer oder Handy.
- / Führen Sie gemeinsame Regeln ein und besprechen Sie diese mit Ihrem Kind.
- / Schaffen Sie einen Ausgleich: Nach langem Sitzen sind Bewegungsspiele dran, am besten an der frischen Luft.



## Achtung bei Online-Spielen: Wer spielt mit?

- / Viele Online-Spiele auf dem Smartphone umfassen eine Chatfunktion für den Austausch mit anderen Spielenden, etwa auf den bei Kindern beliebten Plattformen Roblox oder Fortnite.
- / Vorsicht! Die Chatfunktion kann von Kriminellen ausgenutzt werden, um Kontakte zu Kindern aufzubauen.
- / Beschäftigen Sie sich inhaltlich genau mit den Funktionen des Online-Spiels: Sind In-Game-Käufe möglich? Sind Chats mit Externen möglich? Sind Gewaltdarstellungen enthalten?
- / Wählen Sie gemeinsam mit dem Kind Spiele aus, die altersgerecht sind und die keine Chat-Kontakte zu Fremden zulassen.
- / Stellen Sie das Smartphone so ein, dass es kindersicher ist. Beschränken Sie zum Beispiel die besuchbaren Websites nach bestimmten Suchbegriffen, stellen Sie die Online-Zeit ein und verhindern Sie In-Game-Käufe.
- / Klären Sie Ihr Kind altersgerecht über die Gefahren bei Online-Spielen auf.
- / Digitale Medien sind keine „Babysitter“: Lassen Sie besonders jüngere Kinder nicht allein bei Online-Spielen.
- / Digitale Spiele sind so konzipiert, dass sie die Spielenden mit kleinen „Belohnungen“ möglichst lange am Bildschirm halten wollen. Vereinbaren Sie deshalb feste Medienzeiten.
- / Am besten spielen Sie digitale Spiele mit Ihrem Kind am Anfang zusammen, um sich ein Bild von den Inhalten zu machen.



Fotos: Dreamstime.com (Nd3000, Racorn)

## Überforderung vermeiden

- / Idealerweise kennen Sie den Film, bevor Sie ihn mit Ihrem Kind ansehen.
- / Hilfreich für die altersgerechte Filmauswahl ist die Website [www.flimmo.de](http://www.flimmo.de).
- / Schauen Sie Filme gemeinsam an und sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber. Beobachten Sie die Reaktion Ihres Kindes, während Sie den Film schauen.
- / Nehmen Sie die Ängste Ihres Kindes ernst! Wenn Sie merken, dass Ihr Kind sich fürchtet, schalten Sie den Film oder das Spiel aus oder begleiten Sie Ihr Kind bis zum „Happy End“.
- / Bitte bedenken Sie: Für jüngere Kinder ist der Film Wirklichkeit. Kinder können bis ins frühe Grundschulalter nicht oder nur teilweise zwischen Filmgeschichte und Realität unterscheiden.

## Medien und jüngere Geschwister

- / Orientieren Sie sich grundsätzlich bei der Auswahl der Filme, Computerspiele und anderer Medien an dem Alter des jüngsten Kindes.
- / Besteht für die Geschwister die Möglichkeit, an unterschiedlichen Bildschirmen altersentsprechende Filme auszuwählen?
- / Besprechen Sie mit älteren Geschwisterkindern, warum bestimmte Medieninhalte für das jüngere Kind noch nicht geeignet sind.

## Liebe Eltern,

für den gesunden Umgang mit Medien gibt es kein Patentrezept. Jede Familie ist anders. Mit unseren Empfehlungen möchten wir Ihnen einige hilfreiche Ideen für

Ihren Alltag an die Hand geben. Unser wichtigster Tipp: Vertrauen Sie Ihrem Bauchgefühl. Sie können Ihr Kind am besten einschätzen. Machen Sie sich frei von dem Druck durch andere Familien in der Kita oder in der Schule.

Schaffen Sie Vertrauen und Offenheit: So geben Sie Ihrem Kind die Sicherheit, dass es mit allen Fragen und Sorgen jederzeit zu Ihnen kommen kann – nicht nur, wenn es um Medieninhalte geht.



## Haben Sie Fragen zu diesem Thema?

Wenden Sie sich gern direkt an Ihre Kita-Leitung oder an den Bereich Kinder, Jugend und Freiwilligendienste im Landesverband Nord. Wir beraten und helfen weiter!

### Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Landesverband Nord  
Bereich Kinder, Jugend und Freiwilligendienste  
Friesenstraße 1, 20097 Hamburg  
Tel.: +49 40 570111-520  
E-Mail: [kinderschutz.nord@johanniter.de](mailto:kinderschutz.nord@johanniter.de)  
[www.johanniter.de](http://www.johanniter.de)

### Hier finden Sie diese Informationen zum Download:



Nur noch fünf Minuten...

### Hier finden Sie weitere Informationen zur Vertiefung:

<https://bildschirmfrei-bis-3.de/>  
<https://www.flimmo.de>  
<https://www.fsk.de>  
<https://www.klicksafe.de/>  
<https://www.schau-hin.info/>  
<https://www.medien-kindersicher.de/>

## Was bedeutet FSK?

- / Die Abkürzung FSK steht für freiwillige Selbstkontrolle.
- / 250 ehrenamtlich Prüfende bewerten die freiwillig eingereichten Filme und Computerspiele.
- / Die FSK ist keine gesetzliche Vorgabe, basiert aber auf dem Jugendschutzgesetz (JuschG).
- / Ziel: Schutz der Kinder und Jugendlichen vor negativen Einflüssen auf ihre Entwicklung (JuschG § 10a und b)
- / Die Zahl steht für die Altersempfehlung für Filme oder Computerspiele.  
Beispiel: FSK ab 6 = ab 6 Jahren.
- / „FSK 0“ bedeutet, dass ein Film oder Spiel ohne Altersbeschränkung freigegeben ist. Das bedeutet allerdings nicht automatisch, dass es für Kleinkinder bedenkenlos ist!
- / Wichtig zu wissen: Die Altersfreigaben der FSK folgen keiner pädagogischen Empfehlung oder ästhetischen Bewertung.
- / Sie kennen Ihr Kind am besten: Bitte prüfen Sie unabhängig von der FSK-Empfehlung immer selbst, ob ein Filminhalt oder ein Spiel für Ihr Kind zu spannend, zu gruselig oder aus anderen Gründen ungeeignet ist. Die Altersfreigaben der FSK bieten nur eine Orientierung.

Ist doch nur ein Film!

Aber Papa spielt auch mit dem Handy!

Die anderen Kinder dürfen das auch anschauen!



# JOHANNITER