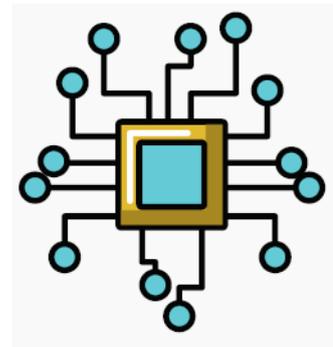


Семейството в ежедневието

Семейството и дигиталните медии



Използване на медиите по време на изолация

Ежедневието на всички семейства се промени: училище от къщи, ограничение на контактите и свободното практикуване на обичайните занимания. Това означава за децата и младежите, че трябва да прекарват по голямата част от времето си у дома. Ясно е, че като последствие, това носи със себе си и повече и по-интензивно използване на дигиталните медии.

Докато родителите често не знаят, как да се справят с всичко, което им е на главата сега, децата имат цялото време на света и постоянно досаждат: Може ли да гледам „ю'туб“, „нетфликс“ или „да цъкам на игри“?

Най-вече, за да си запълнят по някакъв начин времето. Правилата, които важат по време на изолация са трудни за спазване, затова са нужни алтернативи.

Препоръчително е да следите изкъсо използването на медиите – най-добре заедно с децата:

- Какво обичат да гледат децата, какво правят с удоволствие, от какво се интересуват?
- Кога и какво правят и защо го правят?

Използването на медии често задоволява емоционални и социални нужди, като възможността да се видиш с приятел онлайн и да общуваш с други хора извън семейството. Освен това може да служи за получаване на полезна информация и вид ориентация или съвсем просто за развлечение, забавление и запълване на времето. В конкретния случай с прилагането на правилата това означава, че например един видео-чат с приятел или гледане на любима серия би следвало да се преценят по различен начин.

По-важно от това да се спазва определеното време точно на минутата, е децата и младежите да си изградят съзнателно един разумен контакт с дигиталните медии, а към него принадлежи също така и това, децата да се научат да вземат предвид своите собствени нужди.

(Например: скучно ми е – имам нужда от забавление).

Договорете с децата си, кои правила в тази извънредна ситуация на изолация могат да работят добре.

Следните основни принципи могат да бъдат от помощ:

- никакви дигитални средства по време на общото хранене на семейната маса
- първо училищните задачи и помощта в домакинството, а после пред екрана
- не само консумацията на готово дигитално съдържание, а също така и извършване на творческа и комуникативна дейност
- да се планират общи семейни часове за медии (игри, филми...)
- интерес от страна на възрастните към медийните заниманията на децата

Като цяло, разбира се, правилата би трябвало да съобразят и с възрастта на децата.

Взаимните действия в повечето случаи са по-ефективни от забраните.

Можете да подпишете и медиен договор с децата (за повече информация

виж www.mediennutzungsvertrag.de). В един договор винаги се вземат предвид правата и задълженията на двете страни и за успешното му сключване е нужно съгласието на всички участниците в него.

Възпитателни съвети в мрежата

www.mediennutzungsvertrag.de

www.schau-hin.info

www.webhelm.de/informationflyer-fuer-eltern

Игри от разстояние – игри по видео-чата

Без думи

По време на чат може да изключи микрофона. Така се получава страхотна игра на пантомима с цел отгатване. Могат да се обясняват различни неща само с показване на жестове и мимики, без нищо да се чува.

Хайде на бас, че...?

"Хайде на бас, че няма да успееш да..."

С тези думи може да се постави задача на всеки участник във видео-чата. Който се осмели да се пробва, приема предизвикателството. Задачите могат да бъдат от рода на: да се излапат на веднъж, без да се пие вода, две филии хляб или пълна шепя солети само за една минута, или в кухнята за определено време да се пренесе с лъжица в уста брашно от пакета в друг съд без да се разпилее нищо от него.

Всеки участник може да си измисли различни мъчителни и забавни задачи.

Важно!: Задачите трябва да могат да се проследят добре по видео-чата.

Криеница на разстояние

Първо е нужно компютърът, таблетът или мобилният телефон, който използвате за видео-чат да се постави на точно определено място. Така другите участници ще могат да виждат един отрязък от стаята. Те трябва да запомнят добре това място. За момент камерата се изключва, през което време трябва да се разместят или отстранят различни предмети от видимата част на стаята. Камерата отново се включва, а другите участници трябва да познаят, какво точно се е променило в стаята. Който познае, става победител.

Познай звуците

Камерата се изключва или закрива. Така може да се играе на отгатване на различни звуци. Например чупене на стъкло, хрупане на чипс, прелистване на страници от книга и други.

Креативни медийни предложения

виж немската версия

Институции в спешни и кризисни ситуации

Прекарването на много седмици заедно въщи може да бъде натоварващо за всички членове на семейството и да навреди на взаимоотношенията родители-деца. Конфликти и караници се проявяват по-често в извънредни ситуации. Ако напрежението ескалира до момент, в които не бихте могли да се справите, е нужно да потърсите компетентна помощ.

- **КОНСУЛТАТИВЕН ЦЕНТЪР ПО МЛАДЕЖКИ И СЕМЕЙНИ ВЪПРОСИ КЪМ ГРАД РЕГЕНСБУРГ**

Jugend- und Familientherapeutische Beratungsstelle Regensburg

Тел: 0941/507-2762

Работно време:

Понеделник-Четвъртък 8.30 -12 часа и 13.30 -17.00 часа

Петък 8.30 -15 часа

- **ПРИ ОПАСНОСТ ЗА СИГУРНОСТТА НА ДЕЦА И ЮНОШИ В КРИЗИСНИ СИТУАЦИИ:**

в работното време

ТЕЛ. (0941) 507-2512

jugendamt@regensburg.de

извън работно време

ТЕЛ. (0941) 507-4760

jugendschutz@regensburg.de

- **Финансови въпроси:**
ТЕЛ. (0941) 507-3514
- **Други въпроси:**
ТЕЛ. (0941) 507-1512
jugendamt@regensburg.de
- или: www.bke-beratung.de

Familie im Alltag

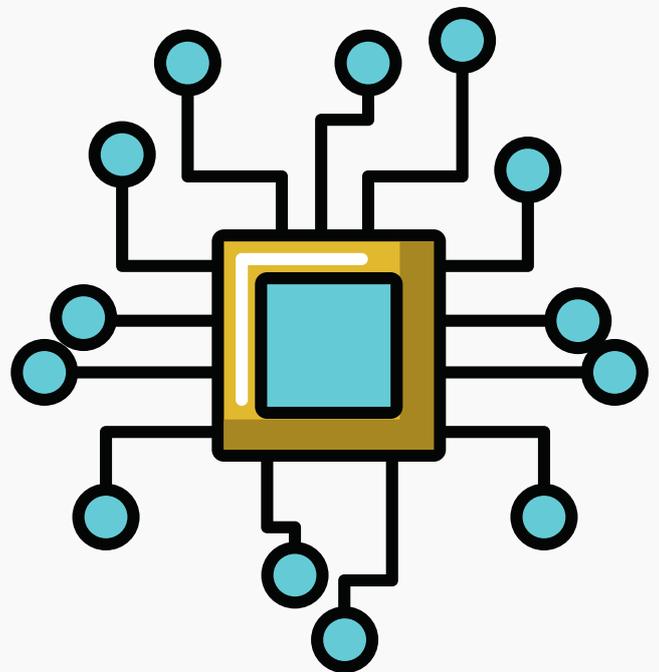
Familie und digitale Medien

Erziehungstipps im Netz

Spiele mit Abstand

Kreative Medientipps

**Ansprechstellen in Not- und
Krisensituationen**



FAMILIENLEBEN

in Zeiten von Corona - Covid 19

FAMILIE UND DIGITALE MEDIEN

Medienumgang in Corona-Zeiten

Der Alltag hat sich für alle Familien verändert: Homeschooling, Kontaktbeschränkungen, eingeschränkte Ausübung von üblichen Freizeitaktivitäten etc.. Dies bedeutet für Kinder und Jugendliche, sehr viel Zeit daheim zu verbringen. Unweigerlich bringt dies mehr und intensivere Zeit mit digitalen Medien mit sich.

Während Eltern oft nicht wissen, wo Ihnen der Kopf steht, haben Kinder jetzt vor allem viel Zeit zu fragen: Darf ich "YouToube" oder "zocken" oder "Netflix"? Hauptsächlich, um sich damit die Zeit zu vertreiben. Die Regelungen, die vor Corona galten, sind schwer einzuhalten, deshalb bedarf es einer Neuregelung.

Es ist sinnvoll, die Mediennutzung unter die Lupe zu nehmen - am besten gemeinsam mit den Kindern:

- Welche medialen Vorlieben haben die Kinder, was machen sie gerne, was interessiert sie?
- Wann machen sie was und warum?

Mediennutzung stillt oft auch emotionale und soziale Bedürfnisse, wie die Möglichkeit sich online mit Freunden zu treffen und sich mit Menschen außerhalb der Familie auszutauschen, es deckt auch das Bedürfnis nach Informationen und Orientierung oder aber ganz einfach nur Spaß zu haben, sich unterhalten zu lassen und sich die Zeit zu vertreiben. Konkret bedeutet dies für die Umsetzung von Regelungen, dass z.B. ein Video-Chat mit Freunden und eine Serie streamen unterschiedlich bewertet werden muss.



Wichtiger, als auf die minutengenaue Einhaltung der gesetzten Zeit zu achten, ist es, Kindern und Jugendlichen einen bewussten Umgang mit digitalen Medien zu lernen, und dazu gehört auch, dass Kinder lernen ihre Bedürfnisse wahrzunehmen (Beispielsweise: mir ist langweilig - ich brauche Unterhaltung)
Handeln Sie mit ihren Kindern aus, welche Regelungen in dieser Ausnahmesituation gut funktionieren können.

Folgende Grundsätze können helfen:

- gemeinsames Essen im Familienkontext grundsätzlich ohne digitale Geräte
- zuerst Schularbeiten und Mithilfe im Haushalt usw., dann Bildschirmzeit
- nicht nur das Konsumieren von digitalen Inhalten, sondern auch kreativen und kommunikativen Umgang fördern
- gemeinsame Familien-Medienzeiten einplanen (Spiele, Filme...)
- Interesse zeigen an den Medienerlebnissen der Kinder

Generell sollten die Regelungen natürlich dem Alter der Kinder angepasst werden.

Gemeinsames Aushandeln ist meistens effektiver als Verbote. Es gibt die Möglichkeit einen Medienvertrag (siehe www.mediennutzungsvertrag.de) mit den Kindern auszuhandeln. In einem Vertrag werden immer Rechte und Pflichten für beide Vertragsteilnehmer festgelegt und einem gültigen Vertrag müssen die Vertragspartner willentlich zustimmen.



ERZIEHUNGSTIPPS IM NETZ

www.mediennutzungsvertrag.de



 **SCHAU HIN**

www.schau-hin.info

Die Initiative „SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht.“ hilft Familien bei der Medienerziehung.

www.webhelm.de/informationflyer-fuer-eltern



Infos und Tipps für Eltern zur Begleitung ihrer Kinder im Netz

Spiele per Videochat

Ohne Worte

Bei einem Videochat kann das Mikrofon auf stumm geschaltet werden. Diese Funktion eignet sich auch hervorragend, um Scharade zu spielen. Hierbei kann man Begriffe erklären und zeigen, ohne gehört zu werden.

Wetten, dass...?

"Wetten, dass Du es nicht schaffst..." Mit diesen Worten kann jedem Teilnehmer eine Aufgabe per Videochat gestellt werden.

Wenn man sich die Aufgabe zutraut, nimmt man die Herausforderung an. Aufgaben könnten sein: zwei Scheiben Zwieback oder eine Hand voll Salzstangen innerhalb einer Minute ohne Trinken kauen und schlucken oder auf Zeit Mehl mit Löffel von Küche zu einem Becher, der sichtbar ist, zu transportieren ohne etwas zu verlieren etc..

Jeder Teilnehmer kann sich knifflige und lustige Aufgaben ausdenken - wichtig, die Aufgaben müssen per Videochat überprüfbar sein.

Spiele mit Abstand



Verstecken mit Abstand

Zuerst sollte das digitale Gerät, das für den Videochat genutzt wird, an einen festen Platz gestellt werden. Die Teilnehmer können so einen Ausschnitt des Zimmers sehen. Sie sollen sich den Ausschnitt gut einprägen. Dann werden eine bestimmte Anzahl von Gegenständen innerhalb des sichtbaren Ausschnitts versteckt oder verstellt. Die Teilnehmer erraten dann, was verändert wurde. Wer das meiste findet, gewinnt.

Geräusche raten

Die Kamera kann ausgeschaltet oder abgeklebt werden. So kann man Geräusche raten spielen. (z.B. Gläser klirren, Chips essen, Buchseite blättern etc.)

MEDIENTIPPS

Fotospaß

https://media.gmk-m-team.de/methodenfaecher/m-team_methodenfaecher_foto9-topshot-kreide.pdf



Spielspaß



Vorstellung digitaler Spiele, die aus pädagogischer Sicht besonders auffallen oder sehr innovative, künstlerische oder interessante Spielkonzepte aufweisen

www.spieleratgeber-nrw.de/Tipp-der-Redaktion.1252.de.html



Bastelspaß

www.youtube.com/watch?v=IQUiLxmSG1w

ANSPRECHSTELLEN FÜR NOT- UND KRISENSITUATIONEN

Viele Wochen zusammen zu Hause zu verbringen, kann für alle Beteiligten ziemlich anstrengend werden und die Eltern-Kind-Beziehung belasten. Konflikte und Streitereien entstehen in Ausnahmesituationen häufiger. Falls diese nicht mehr eingrenzbar werden, empfiehlt es sich, fachlichen Rat einzuholen.

JUGEND UND FAMILIENTHERAPEUTISCHE BERATUNGSSTELLE REGENSBURG

Tel: 0941/507-2762

Erreichbarkeit:

Mo-Do 8.30 -12Uhr 13.30 -17.00 Uhr,

Fr 8.30 -15 Uhr

BEI KINDESWOHLGEFÄHRDUNGEN UND FÜR JUGENDLICHE IN KRISENSITUATIONEN:

während der Bürozeiten

TEL. (0941) 507-2512

jugendamt@regensburg.de

außerhalb der Bürozeiten

TEL. (0941) 507-4760

jugendschutz@regensburg.de

Finanzielle Fragen: Tel. (0941) 507-3514

sonstige Fragen Tel. (0941) 507-1512

jugendamt@regensburg.de

oder: www.bke-beratung.de

