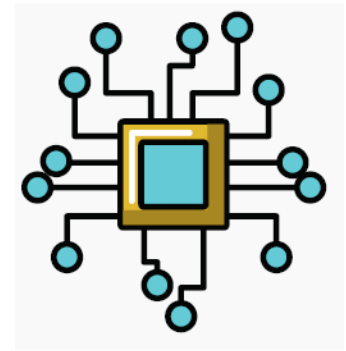


## Familia in viata de zi cu zi

### Familia si mediile digitale

#### Modul de folosire media in perioada Corona



Cotidianul s-a schimbat pentru toate familiile: scoala acasa, restrictii de contact, exercitarea restrictionata a activitatilor de agrement obisnuite, etc. Aceasta inseamna pentru copii si adolescenti petrecerea majoritatii timpului acasa. Este cert, ca acest lucru aduce cu el si consumul mai intensiv de media.

In timp ce parintii nu stiu de multe ori cum sa reueasca tot, copiii au acum mult timp de intrebari: „ Am voie sa joc (digital), sa ma uit la YouTube sau Netflix?“, in principal pentru a trece timpul. Regulile valabile inainte de Corona sunt greu de respectat, de aceea e nevoie de reguli noi.

Are sens sa aruncati o privire atenta asupra utilizarii media- cel mai bine impreuna cu copiii:

- Ce preferinte media au copiii, ce fac de preferinta, ce ii intereseaza?
- Cand fac ce anume si de ce?

Utilizarea mass-media satisface deseori nevoile emotionale si sociale, ca si posibilitatea de a se intalni online cu prietenii si pentru a face schimb de idei cu persoane din afara familiei. Acopera, de asemenea, nevoia de informatii sau pur si simplu de a te distra, de a fi distrat si de a trece timpul.

Concret, pentru punerea in aplicare a reglementarilor, acest lucru inseamna ca un videochat cu prietenii sau o serie de streaming trebuie evaluate diferit.

Mai important este, decat sa fim atenti la respectarea exacta a timpului stabilit de consum, sa invatam copiii cum sa foloseasca media digitala in mod constient. Pentru aceasta trebuie sa invete copiii sa-si perceapa nevoile (De exemplu: ma plictisesc- am nevoie sa fiu distrat).

Negociati cu copiii dumneavoastra ce reglementari pot functiona bine in aceasta situatie exceptionala.

Urmatoarele principii pot ajuta:

- Masa luata impreuna in familie, principial fara dispozitive digitale
- Intai rezolvatul treburilor scolare si ajutorul in gospodarie, apoi timpul petrecut in fata ecranului.
- Promovarea nu numai a consumului de continut digital, dar si a interactiunii creative si comunicative
- Programati perioade de consum media in familie ( filme, jocuri)
- Aratati-va interesul pentru experientele media ale copiilor

In general regulile trebuie sa fie adaptate desigur la varsta copiilor. Negocierea impreuna este de obicei mai eficienta decat interdictiile.

Exista posibilitatea sa negociati un contract/ pact cu copiii ( vezi [www.mediennutzungsvertrag.de](http://www.mediennutzungsvertrag.de) ). Intr-un contract, drepturile si obligatiile sunt intotdeauna stabilite pentru ambele parti participante la contract. La un contract valabil trebuie ambele parti sa le consimta, sa fie de acord cu ele.

### **Sfaturi educative pe net**

[www.mediennutzungsvertrag.de](http://www.mediennutzungsvertrag.de)

[www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info)

[www.webhelm.de/informationflyer-fuer-eltern](http://www.webhelm.de/informationflyer-fuer-eltern)

## **Jocuri la distanta- Jocuri prin videochat**

### **Fara cuvinte**

La videochat se poate pune microfonul pe mut. Aceasta functie este ideala si pentru a juca pantomima. Asa se pot explica si arata/ mima termenii, fara a fi auzit.

### **Pariez, ca...?**

"Pariez, ca nu reusesti..."

Cu aceste cuvinte, fiecarui participant i se poate oferi o sarcina prin videochat. Cine indrazneste sa indeplineasca sarcina, accepta provocarea. Sarcinile ar putea fi: s mananci doua felii de paine sau o mana plina de sticsuri intr-un minut fara sa bei, sa mesteci si apoi sa inghiti, sau sa transporti pe timp cu o lingura, faina din bucatarie in camera, intr-un pahar, fara sa pierzi ceva, etc.

Fiecare participant poate sa se gandeasca la sarcini distractive si complicate. Important: Sarcinile trebuie sa fie posibil de verificat si demonstrat pe videochat.

### **Jocul de-a v-ati ascunselea la distanta**

In primul rand trebuie postat aparatul digital, care se foloseste la videochat, la un loc stabil. Participantii pot in asa fel sa vada o parte din camera. Ei trebuie sa memoreze bine imaginea, sectiunea din camera. Apoi se vor ascunde sau repositiona un anumit numar de obiecte in sectiunea din imagine. Ceilalti participanti trebuie sa ghiceasca, ce s-a schimbat. Cine gaseste majoritatea, castiga.

### **Ghiceste zgomotele**

Camera video poate fi oprita sau acoperita. Asa se poate juca sa ghicesti zgomotele. De exemplu: ciocnirea usoara a paharelor, mancatul de chipsuri, rasfoitul paginilor de carte etc.

## **Sfaturi media de idei creative**

Vezi scrisoarea in limba germana

### **Puncte de contact in situatii de suferinta si criza**

Multe saptamani petrecute impreuna acasa, poate deveni pentru toti cei implicati foarte epuizant si relatia parinte-copil poate fi afectata. Certuri si conflicte apar des in situatii de exceptie. In cazul in care acestea nu mai sunt limitate, se recomanda cererea unui sfat de specialitate.

- **JUGEND UND FAMILIENTHERAPEUTISCHE BERATUNGSSTELLE REGENSBURG ( PUNCT DE CONSULTANTA TERAPEUTICA PENTRU TINERET SI FAMILIE)**

**Tel: 0941/507-2762**

Accesibilitate:

Luni-Joi orele 8.30 -12.00 si 13.30 -17.00

Vineri orele 8.30 -15.00

- **LA RISCUL DE PERICLITARE A BUNASTARII COPILULUI SI PENTRU TINERET IN SITUATII DE CRIZA:**

**In timpul orarului**

**TEL. (0941) 507-2512**

**jugendamt@regensburg.de**

**In afara orarului**

**TEL. (0941) 507-4760**

**jugendschutz@regensburg.de**

- **Intrebari financiare:**  
**Tel. (0941) 507-3514**
- **Diverse intrebari:**  
**Tel. (0941) 507-1512**  
**jugendamt@regensburg.de**
- **Sau: [www.bke-beratung.de](http://www.bke-beratung.de)**

# Familie im Alltag

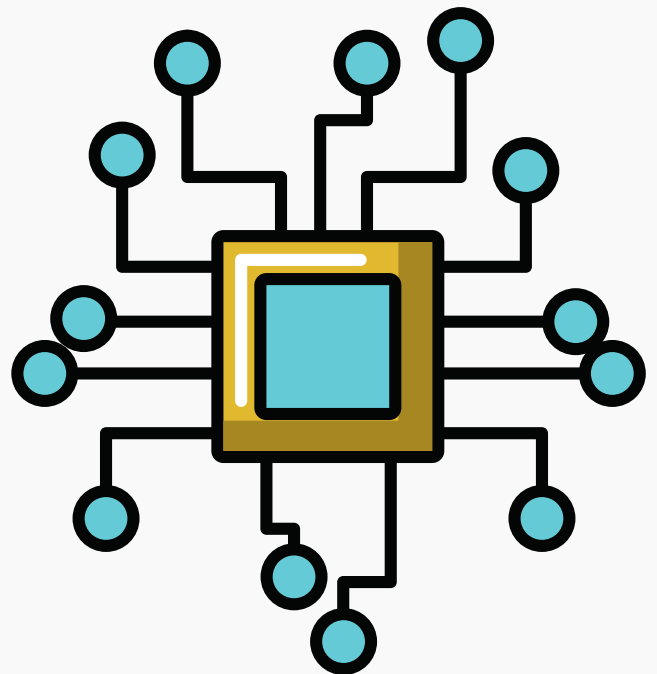
**Familie und digitale Medien**

**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](http://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](http://www.mediennutzungsvertrag.de)

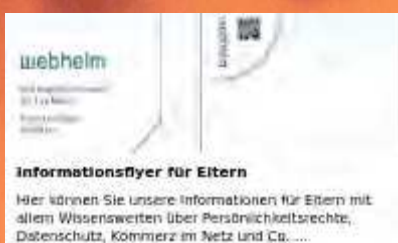


**[!] SCHAU HIN**

[www.schau-hin.info](http://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](http://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](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](http://www.spieleratgeber-nrw.de/Tipp-der-Redaktion.1252.de.html)



## Bastelspaß

[www.youtube.com/watch?v=IQUiLxmSG1w](http://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](http://www.bke-beratung.de)**

---

