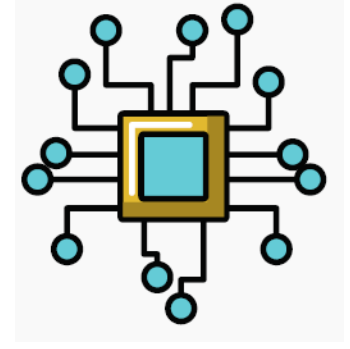


## Günlük yaşamda aile

### **Aile ve dijital medya**



## Korona zamanında medya kullanımı

Günlük yaşam tüm aileler için değişti: evde eğitim, sosyal mesafe kısıtlaması, boş zamanlardaki aktivitelerin kısıtlanması vs.. Çocuklar ve gençler için bu evde çok zaman geçirmek anlamına gelir. Tabi ki, bu durumun dijital medya ile daha fazla ve yoğun zaman geçirmek anlamına geldiği açıktır.

Ebeveynler genellikle her şeyi nasıl yapacağını bilmese de, tam da şimdi çocukların soru sormak için çok zamanları var: "YouTube" veya "bilgisayar oyunu" veya "Netflix" bakabilir miyim?

Özellikle zaman geçirmek için. Corona'dan önce uygulanan düzenlemelere uymak artık zordur, bu nedenle yeni bir düzenleme gerekebilir.

Medya kullanımına yakından bakmak anlamlıdır - en iyisi

çocuklarla birlikte:

- Çocukların hangi medya tercihleri vardır, ne yapmaktan hoşlanıyorlar ve neyle ilgileniyorlar?
- Neyi ne zaman ve neden yapıyorlar?

Medyanın kullanımı, genellikle sanal arkadaşlarla tanışma ve aile dışındaki insanlarla fikir alışverişine girme fırsatı verirken, duygusal ve sosyal ihtiyaçları da karşılar.

Ayrıca bilgi ve yönlendirmeye olan ihtiyaçlarımızı karşılarken, aynı zamanda eğlenmek, meşguliyet ve zaman geçirmeyi de kapsar.

Somut olarak kuralları uygularken, örneğin: arkadaşlarınızla görüntülü sohbet etmek ve dizi izlemek farklı değerlendirilmesi gerekir.

Çocukların ve gençlerin, dijital medyayı bilinçli kullanmayı ve buna dahil olarak çocukların kendi ihtiyaçlarını karşılamayı öğrenmeleri, dakika dakika tutulan zamana uymaktan daha önemlidir.

(Örneğin: sıkıldım - meşguliyete ihtiyacım var).

Bu istisnai durumda hangi düzenlemelerin iyi olacağını çocuklarıyla görüşün.

Aşağıdaki ilkeler yardımcı olabilir:

- dijital cihazsız aile yemekleri
- öncelikle okul ödevleri ve ev işlerinde yardım vs.. sonra televizyon
- sadece dijital içerik tüketimini değil, aynı zamanda yaratıcı ve iletişimsel etkileşimi teşvik etmek
- beraber aile medya zamanlarını planlayın (oyunlar, filmler ...)
- Çocukların medya deneyimlerine ilgi gösterin

Genel olarak, kurallar elbette çocukların yaşına uygun konulmalıdır.

Birlikte müzakere etmek genellikle yasaklardan daha etkilidir.

Çocuklarla bir medya sözleşmesi (bkz. [www.mediennutzungsvertrag.de](http://www.mediennutzungsvertrag.de)) müzakere edilebilir. Bir sözleşmede her zaman hak ve yükümlülükler vardır. Her iki sözleşme katılımcısı ve geçerli bir sözleşme belirlediyse, sözleşme ortakları buna rıza göstermelidir.

### **İnternette eğitim ipuçları**

[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)

## **Mesafeli oyunlar –görüntülü sohbet yoluyla oyunlar**

### **Kelimeler olmadan**

Görüntülü sohbet sırasında mikrofonun sesi kapatılabilir.

Bu özellik pandomim oynamak için de harika.

Burada terimleri duymadan açıklayabilir ve gösterebilirsiniz.

### **Bahse girerim ki,...? (Wetten, dass...)**

"Bahse girerim ki, bunu başaramazsın ..."

"Bu kelimelerle her katılımcıya görüntülü sohbet yoluyla bir görev verilebilir.

Eğer bu görevi yapmaya cesaretiniz varsa, bu görevi üstlenirsiniz. Görevler şunlar olabilir: İçmeden bir dakika içinde iki dilim ekmeği veya bir avuç kraker çubuğunu çiğneyin ve yutun veya belli bir süre içerisinde un dolu kaşığı mutfaktan bir bardağa doğru dökmeden taşıyın vs..

Her katılımcı zor ve komik görevler düşünebilir.

Önemli: görevler görüntülü sohbet yoluyla doğrulanabilir olmalıdır.

### **Mesafe ile saklambaç**

İlk olarak, görüntülü sohbet için kullanılan dijital cihazı sabit bir yere yerleştirilmelidir.

Bu, katılımcıların odanın bir bölümünü görmesini sağlar.

Bu bölümü aklınızda iyi tutmalısınız. Ardından, görünür bölüm içerisinde belirli sayıda nesne gizlenir veya yeri değiştirilir. Katılımcılar daha sonra neyin değiştiğini tahmin eder.

En çok bulan kim olursa, o kazanır.

### **Sesleri tahmin et**

Kamera kapatılabilir veya üstü bantlanabilir.

Böylece sesleri tahmin etmece oynayabilirsiniz,

örneğin: bardakları tokuşturun, cips yiyin, kitap sayfasını çevirin.

## **Yaratıcı medya ipuçları**

alman mektubuna bakınız.

**Acil ve kriz durumlarında ulaşabileceğiniz noktalar**

Evde haftalarca birlikte kalmak, dahil olan herkes için oldukça stresli olabilir ve ebeveyn-çocuk ilişkisini zorlayabilir.

Çatışmalar ve kavgalar istisnai durumlarda daha sık ortaya çıkar.

Bu artık daraltılamazsa profesyonel yardım almanız önerilir.

- **GENÇLİK- VE AİLE TERAPİ  
DANISMANLIK MERKEZİ REGENSBURG**

**Nr: 0941/507-2762**

Erişilebilirlik:

pazartesi - perşembe 8:30 dan 12:00 arası ile 13:30 dan 17:00 arası

Cuma 8.30 -15.00

- **ÇOCUĞA ZARAR VERİLME DURUMUNDA VE  
KRİZ DURUMUNDAKİ GENÇLER:**

mesai saatleri içinde

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

**jugendamt@regensburg.de**

mesai saatleri dışında

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

**jugendschutz@regensburg.de**

- **Finansal sorular:**  
**Nr. (0941) 507-3514**
- **Diğer sorular:**  
**Nr. (0941) 507-1512**  
**jugendamt@regensburg.de**
- veya: [www.bke-beratung.de](http://www.bke-beratung.de)





# Familie im Alltag

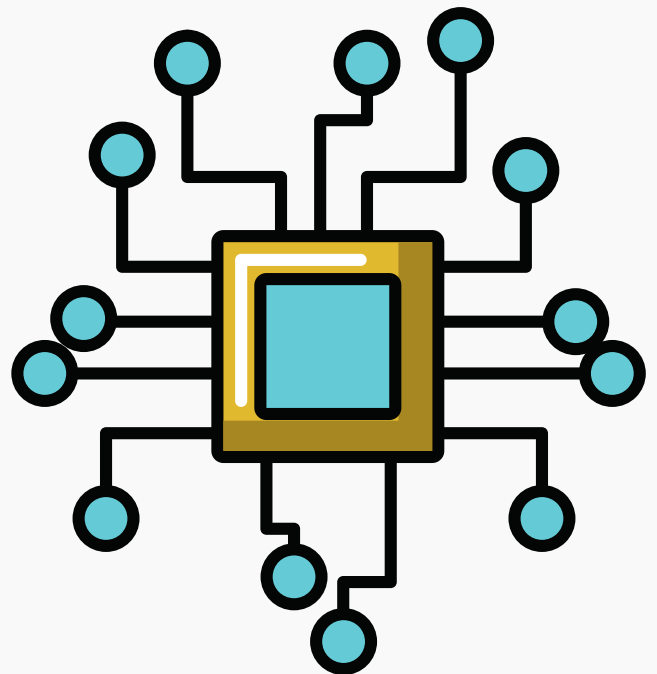
**Familie und digitale Medien**

**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)**

---

