

Herausforderung Bildschirmerziehung - Leitfaden für Eltern



Einführung

Der Leitfaden richtet sich an Eltern, die nach schneller Orientierung in der Bildschirmerziehung suchen. Er basiert auf Fragen, die von hilfesuchenden Eltern und Lehrern an Klicksalat gestellt wurden.

Sollte mein Kind das Smartphone in die Schule mitnehmen dürfen?

Vorteile, die sich aus der Nichtmitnahme des Smartphones ergeben: Ihr Kind hat die Möglichkeit, sich während der An- und Abfahrt zum Unterricht gedanklich vor- und nachzubereiten. Ablenkende- und stressverursachende Tätigkeiten (fordernde Spiele bzw. Whatsapp-Aktivitäten) fallen weg und ermöglichen einen unbelasteten Start in den schulischen Vormittag bzw. in den Lernnachmittag.

Nachteile, die sich aus der Nichtmitnahme ergeben: Weniger Spiel, Spaß und private Online-Kommunikation auf dem Schulweg (ist das ein wirklicher Nachteil?) bzw. während (!) des Unterrichts, der Stundenwechsel, Pausen und Freistunden. Fehlende Möglichkeit, an „Bring Your Own Device“-Konzepten im Unterricht (vg. Unterricht 2.0) teilzunehmen bzw. Eltern über Änderungen der Tagesorganisation zu unterrichten (zwei wirkliche Nachteile).

Für den Schulbesuch Kinder ohne Gerät oder mit einem Handy ohne Datentarif in die Schule gehen lassen, bei Bedarf und je nach Unterrichtsnotwendigkeit ein Smartphone mitgeben. Spiele und „Zerstreuungsapps“ vom Smartphone löschen und auf einem Tablet zur Verfügung stellen. Diese lassen sich nicht mehr überall hin mitnehmen bzw. unbemerkt nutzen.

Was macht mein Kind auf dem Smartphone/ Tablet?

Die „big five“- Aktivitäten auf dem Smartphone sind: Chatten über Messenger (Whatsapp, Snapchat, Instagram, Twitter), Spielen (Minecraft, GTA, FIFA, League of Legends – Quelle: JimStudie 2016), Youtube-Videos (die beliebtesten Youtube-Channels: Freekickerz, Gronkh, Kontor – Stand 2017) anschauen, Musik hören, fotografieren. Nicht immer werden die Altersklassen laut FSK.de und USK.de eingehalten und die Bildschirmzeiten werden bisweilen hartnäckig ignoriert.

Spiele und Unterhaltungsapps vom Smartphone löschen und auf einem Tablet zur Verfügung stellen. Verschaffen Sie sich einen Eindruck über Spiele auf spieleratgeber-nrw.de und lassen Sie sich von Ihren Kindern die „coolsten“ Youtuber zeigen, die am meisten Spaß machen.

Stimmt es, dass die Gerätestrahlung die Gesundheit meines Kindes gefährden kann?

Ob die Geräte krankmachen, darüber streitet sich die Wissenschaft. Wir erleben auf der einen Seite die Argumentation der Mobilfunkindustrie („alles halb so wild“, „nichts nachweisbar“), die wir in ähnlicher Weise bereits von der Tabakindustrie kennen und auf dem anderen Ende der Skala die Gesundheitsbefürworter, die mit Geräteverweigerung, Chip-Aufklebern und Halbedelsteinen die Mobilfunkstrahlung abwehren möchten. Fakt ist: Wir alle profitieren enorm von mobiler Kommunikation und uneingeschränktem Datenfluss. Deshalb sollten Sie Ihrem Kind den möglichen Zusammenhang zwischen unkontrollierter Smartphone-Nutzung und daraus evtl. resultierender gesundheitlichen Risiken (Tumorbildung, Sehschärfeverschlechterung, „Grauer Star“, Bewegungs- und Schlafmangel, Burning-Out) erläutern.

Besuchen Sie z.B. bfs.de (Bundesamt für Strahlenschutz) und wikipedia.de („Elektrosmog“) und bilden Sie sich dort Ihre eigene Meinung über Elektrosmog und Gesundheitsgefährdung durch den Einsatz mobiler Geräte. Entfernen Sie nachts alle Mobilgeräte aus dem Schlafzimmer. Telefonieren Sie am Mobiltelefon via Lautsprecherkabel oder Lautsprecher. Tragen Sie Ihr Smartphone nicht permanent im eingeschalteten Zustand in Hosen- oder anderen körpernahen Taschen. Schalten Sie die Mobilgeräte bewusst aus oder legen Sie diese in einen anderen Raum.

**Wieviel Zeit darf
mein Kind am
Bildschirm
(Smartphone,
Tablet, Konsole,
Fernseher)
verbringen?**

Die Zeit, die Ihr Kind am Bildschirm verbringt, hängt vom Alter, der Reife und Selbstdisziplin Ihres Sohnes/Tochter ab. Seriöse Medienpädagogen geben keine absolute Minutenzahl pro Tag an. Sie stellen die Bildschirmzeiten in einen größeren Kontext und versuchen, ein Gleichgewicht zwischen Bildschirm- und Nichtbildschirmaktivitäten herzustellen. Die Binsenweisheiten des Bildschirmzeit-Managements lauten: Je später Sie Ihrem Kind Bildschirme zur Nutzung überlassen, desto weniger Lebenszeit wird es mit Bildschirmaktivitäten verbringen und bildschirmfreie Hobbys und Aktivitäten kennenlernen.

Je häufiger Sie Ihr Kind in Jugendgruppen, Sportvereine, Chöre, Musikvereine schicken, desto weniger Zeit wird es vor dem Bildschirm verbringen. Jede Stunde, die Sie zusammen mit Ihrem Kind verbringen, wird es weniger vor dem Bildschirm sitzen. Mit anderen Worten: Bildschirmzeiten werden maßgeblich von Familien- und Freundesstrukturen, Freizeitaktivitäten, vorhandenen Geräten und vor allem unserem Vorbildverhalten bedingt.

Bildschirmzeiten sollten quantitativ in einem ausgewogenen Verhältnis zu den anderen Freizeitaktivitäten stehen und kein Übergewicht haben. Klare Zeitvorgaben helfen, ebenso Bildschirmverbote für bestimmte Situationen im Tagesablauf, z.B. ohne Smartphone und Tablet abends ins Bett gehen, beim Fernsehschauen kein „second screen“ nutzen, keine private Smartphone-Nutzung im Unterricht und in den Pausen zulassen, keine Smartphones beim Lernen und Hausaufgaben im gleichen Raum erlauben, keine Bildschirme bei den Mahlzeiten nutzen. Und: Bewegung, Bewegung, Bewegung ... raus auf die Straße oder ab in den Wald - Bewegung fördert die Intelligenz und das Merk- und Lernverhalten.

Verschaffen Sie sich durch ehrliches Interesse einen Überblick über die Bildschirmaktivitäten Ihrer Kinder: Welche Youtuber und welche Spiele sind „in“, welche Kommunikationsapps nutzen die Kinder und mit wem sind sie vernetzt? Stellen Sie bildschirmfreie Familienaktivitäten in den Vordergrund. Spielen Sie mit den Kindern das eine oder andere Bildschirmspiel zusammen. Setzen Sie klare Zeitkontingente und greifen Sie konsequent durch, wenn Absprachen und Regeln verletzt werden.

**Sollten Schule und
heimischer
Hausaufgaben-
raum eine
smartphonefreie
Zone sein?**

Es hilft, wenn man in private und lernrelevante Smartphone-Aktivitäten differenziert. Es ist eine lernpsychologische Katastrophe, wenn Ihr Kind während des Unterrichts unerlaubte Privataktivitäten vollzieht, angefangen von Whatsapp bis hin zu online- oder Strategiespielen. Das kommt häufiger vor, als es Eltern und Lehrern bewusst ist – leider, denn die mobilen Geräte lassen sich gut verbergen und „heimlich“ nutzen. Katastrophal kann es ebenfalls sein, wenn sich Ihr Kind am Nachmittag bei den Hausaufgaben und Lerneinheiten von Musik, Kommunikation (Whatsapp) oder Bildschirmspielen (Minecraft, Clash of Clans etc.) oder Youtube-Videos ablenken lässt.

Oder wenn es die Zeiten des Unterrichtswechsels und der Pausen lieber mit dem Bildschirm verbringt als sich mit den Klassenkameraden zu unterhalten. Andererseits wäre es Verschwendung von Zeit, Motivations-, Kreativitäts- und Effizienzpotentialen, wenn Schule aufgrund obiger Erfahrungen bewusst auf den Einsatz von Smartphones, Tablets und Internet im Unterricht und Lerngeschehen verzichtet. Hier sind die visionäre Innovationskraft von Schule, Lehrer- und Elternschaft gefordert, um die zielgerichtete Digitalisierung von Schule voranzutreiben. Mittlerweile gibt es in vielen Bundesländern gezielte Programme und Förderprojekte, die Schule den leichteren Einstieg ins digitale Zeitalter ermöglichen möchten.

Bieten Sie der Schule an, sich bei der Erstellung eines schulischen Medienkonzeptes einzubringen. Informieren Sie sich über Lernapps bei den Schulbuchverlagen und holen Sie die Meinung des jeweiligen Fachlehrers zu Lernprogrammen und Lernapps ein, da diese einschätzen können, wie zielführend der Einsatz dieser neuen Lernformen ist.

Mit welchen technischen Hilfsmitteln kann ich die Bildschirmzeiten meines Kindes steuern?

Es gibt drei Möglichkeiten der Zeitsteuerung: 1. Ihr Kind ist selbstdiszipliniert und hält sich eigenständig an die mit Ihnen getroffenen Vereinbarungen. 2. Sie stellen die Bildschirme zu gewissen Zeiten zur Verfügung und verwahren diese nach Gebrauch wieder an einem sicheren Ort. 3. Sie verwenden technische Hilfssysteme, mit denen Sie Zeitbudgets zuweisen und verwalten können. Es gibt dazu zwei technische Möglichkeiten, einmal die Zeitprogrammierung Ihres WLAN-Routers oder die Zeitsteuerung über eine Kontroll-App, die Sie auf dem Endgerät Ihres Kindes installieren, z.B. die App „Chicobrowser“ vom Hersteller salfeld.de oder Screen Time Parents Control. Seit kurzem hat Apple die „Bildschirmzeit-App“ in sein iOS integriert, d.h. Eltern können über die family-ID in Apples iTunes die Bildschirmzeiten ihrer Kinder kontrollieren.

Beginnen Sie im ersten Schritt mit der Selbststeuerung Ihre Kindes. Wenn das nicht klappt, stellen Sie die Zeiten im WLAN-Router ein oder laden Sie eine Kontrollapp auf das Gerät Ihres Kindes herunter, worüber dieses ganz und gar nicht erfreut sein wird. Als „härteste“ Kontrolle schließlich können Sie Ihrem Kind vorübergehend das Gerät entziehen. Achtung: „Bestrafen“ Sie Ihr Kind nicht mit der Wegnahme von Bildschirmzeit für unerwünschtes Verhalten, das mit dem Bildschirm gar nichts zu tun hat, z.B. Smartphone-Entzug, weil das Kinderzimmer nicht aufgeräumt wurde etc. Dadurch würde der Bildschirm zu sehr in den Mittelpunkt des erzieherischen Wirkens gelangen.

Was müssen meine Kinder beim Hochladen von Fotografien und Filmen beachten?

Keine Personenfotos, Filme oder Sprachaufnahmen ohne Zustimmung der darauf abgelichteten Personen erstellen. Keine Veröffentlichung derartiger Fotos oder Filme ohne erneute Zustimmung dieser Personen vornehmen. Keine kompromittierenden Personenfotos oder –Filme dritten Personen zeigen, zusenden oder allgemein veröffentlichen. Keine peinlichen oder vermeintlich coolen Selfies fertigen, versenden oder veröffentlichen.

Verdeutlichen Sie Ihrem Kind das Prinzip von Cloud-Computing. Es soll verstehen, dass hochgeladene oder über Apps bzw. online kommunizierte Daten nicht mehr löscherbar sind und dauerhaftes Zeugnis über die Kommunikation Ihres Kindes in der Öffentlichkeit bzw. Teilöffentlichkeit ablegen. Gute Videotutorials zu diesem doch eher abstrakten Thema finden Sie auf handysektor.de.

Welche Regeln gelten bei Textveröffentlichungen (Whatsapp & Co.)?

Ihr Kind beruft sich evtl. bisweilen auf das Recht zur freien Meinungsäußerung und stellt peinliche Aussagen über sich und andere Personen ins Netz, die geltendes Recht verletzen, z.B. in Form von Beleidigungen, übler Nachrede und Verleumdungen („hate speech“). Dabei vergisst es, dass im Cloud-Computing bzw. im Internet alles öffentlich werden und nicht mehr gelöscht werden kann. Ein weiterer Fakt ist, dass Kinder bereits ab dem 12. Lebensjahr zivilrechtlich belangt und vor Gericht gestellt werden können, wenn sie die Persönlichkeitsrechte anderer verletzen, vgl. z.B. das Urteil Az. 21 O 1761/13 vom Landgericht Memmingen.

Treffen Sie detaillierte Absprachen mit Ihrem Kind, welche eigenproduzierten Fotos, Sprachnachrichten, Videos es veröffentlichen bzw. welche Dateien mit persönlichen Inhalten von Dritten es weiterleiten oder publizieren darf. Arbeiten Sie systematisch an einer Netikette und untersagen Sie Ihrem Kind Beschimpfungen, hässliche Kommentare und Meinungen zu anderen Personen bzw. deren Werken/ Äußerungen via Whatsapp, SMS, Foren, E-Mail und Co. Begutachten Sie mit Ihren jüngeren Kindern (Jgs. 5 und 6) die Klassenchats, aber bitte intervenieren Sie dort nicht persönlich und kommunizieren Sie keinesfalls als Eltern im Klassenchat mit anderen Mitschülern Ihres Kindes! Bitten Sie stattdessen die Lehrkräfte um Unterstützung, z.B. indem diese mit den Schülern einen Klassenvertrag ausformulieren, der den respektvollen Umgang der Kinder miteinander in Social Media regelt.

Hat sich der Hype um die Verletzung der Urheberrechte inzwischen gelegt?

Die Rechtslage zu Urheberrechtsverletzungen ist immer noch nicht eindeutig, ebenso wenig die Rechtsauslegung. Mit anderen Worten: Ihr Kind kann in Sekundenschnelle durch das Herunterladen bzw. Streamen von illegalen Filmen und Musik finanzielle Schäden verursachen, für die Sie als Erziehungsberechtigte gerade stehen müssen.

Ermöglichen Sie Ihrem Kind Zugriff auf einen legalen Musik-Streaming Dienst, eine Aufstellung gibt es z.B. bei musikstreamingsdienst.net. Apple und Amazon bieten kostenpflichtige Dienste an. Egal für welchen Dienst Sie sich letztlich entscheiden, jeder Euro dafür ist gut angelegt, denn er schützt Sie vor unangenehmen Downloads von illegalen Songs und Filmen durch die Kinder. Auf Youtube darf Ihr Kind alles anschauen, jedoch nichts herunterladen. Das gilt auch, wenn „nur“ Songs von Musikvideoclips als Sounddatei heruntergeladen werden sollen. Finger weg von so-genannten „Kinoseiten“, z.B. kinox.to, kinokiste.com, movie4k.to oder „Streaming-Apps“, wie z.B. [popcornrtm](http://popcornrtm.com) – diese versprechen Legalität und verführen zum Streamen bzw. Herunterladen illegaler Filme. Falls ein Brief mit einer authentischen strafbewehrten Unterlassungserklärung bei Ihnen ins Haus flattert, kontaktieren Sie bitte umgehend einen Anwalt, denn jeglicher Fristverzug wird für Sie teuer.

Ist es in Ordnung, wenn Schule Internetaufgaben aufgibt bzw. mein Kind in eine Tablet-Klasse geht?

Vernünftigerweise lässt sich gegen den Einsatz von Internet, Tablets und Smartphones im heutigen Unterricht nichts einwenden. Warum sollte sich Schule gegen digitales Lernen wehren und auf diese Weise fundamentale Lebenswirklichkeiten der Schülerschaft kategorisch aussperren? Wichtig ist die Zielgerichtetheit aller digitalen Aktivitäten des Lernens und Unterrichtens. Das setzt ein schulisches Medienkonzept, fachkompetente Schüler, Eltern und Lehrer und vor allem transparente Regelabsprachen voraus.

Schülereltern aus Tablet-Klassen fehlt bisweilen die Transparenz des Tablet-Einsatzes: Wie lange darf/soll mein Kind das Tablet nutzen, welche Lern- und Unterrichtsaktivitäten finden am Tablet statt und welcher Zeitaufwand ist damit verbunden? Wenn sich Eltern hier allein auf die Aussagen und Eindrücke ihrer Kinder verlassen, verlieren sie die Kontrolle über die tatsächliche Realität.

Vereinbaren Sie mit Ihrem „Tablet-Klassen-Kind“ Bildschirmzeiten. Falls diese nach Meinung Ihres Kindes für die Lernaktivitäten nicht ausreichen, suchen Sie bitte den projektverantwortlichen Lehrer persönlich in der Schule auf und lassen Sie sich von diesem den erforderlichen Zeitaufwand darstellen. Generell hilft eine unmittelbare Kontaktaufnahme zum Lehrer oftmals weiter, wenn Fragen bestehen. Lassen Sie sich von Ihrem Kind alle Lernapps und digitalen Lernformen zeigen und vorführen: Das verschafft Ihnen Überblick und Sie lernen selbst etwas hinzu.

Welche Apps nutzen meine Kinder am häufigsten?

Die „Top-Apps“ sind: WhatsApp, Snapchat, Instagram, TicToc (früher: Musically), Youtube, Fortnite, Minecraft, Clash of Clans und Clash Royal.

Wenn Sie Ihre Kinder medial begleiten und vor Fehlnutzung schützen möchten, benötigen Sie dazu die entsprechende Medienkompetenz. Beschaffen Sie sich ein aktuelles Smartphone, laden Sie sich die Apps herunter und orientieren Sie sich mit Hilfe der Leitfäden zu den jeweiligen Apps auf den Websites klicksafe.de, saferinternet.at und handysektor.de. Gute Dienste leisten auch diverse Tutorials zu den „Top-Apps“ auf youtube.de. Dazu einfach eine Suchabfrage, z.B. „snapchat Tutorial deutsch“ eingeben und sich von den Videos coachen lassen. Vergessen Sie bitte nicht das persönliche Gespräch mit Ihren Kindern. Es ist auch nicht schlimm, sich in der einen oder anderen Frage an das Kind zu wenden, das schafft Vertrauen und gibt Ihnen darüber Aufschluss, wie sehr sich Ihr Kind bereits schon selber Gedanken zur sinnvollen und sicheren Nutzung von Apps gemacht hat.

Ist mein Kind durch Cybermobbing gefährdet?

Ob Ihr Kind aktiv oder passiv von Hass, Streit und Ausgrenzung im Netz betroffen sein wird, kann man nicht vorhersagen, aber mit ein paar Absprachen und Regeln lässt sich Cybermobbing im Vorfeld verhindern oder im Akutfall effektiver beilegen.

Fokussieren Sie Ihre Werteerziehung auch auf das digitale Leben Ihrer Kinder: Diese dürfen keine Beschimpfungen, Beleidigungen, Kritik oder Ausgrenzungen im Netz oder Social Media posten oder weiterleiten. Streitigkeiten müssen immer im realen Leben ausgetragen werden, egal, ob Ihr Kind „Täter“, „Betroffener“, „Außenstehender“ oder „Verteidiger“ ist. Sprechen Sie als Eltern des Betroffenen nicht direkt mit dem Täter, sondern mit den Eltern des Täters, und, falls der Täter aus dem Schulumfeld stammt, mit dem Klassenleiter oder dem Schulpsychologen/Sozialarbeiter, um den Konflikt zu lösen. Führen Sie eine für alle Beteiligten annehmbare Konfliktlösung herbei, die Fokussierung auf die Frage „wer hat denn mit dem Konflikt angefangen bzw. wie kann man den Täter bestrafen“ führt nicht zwangsläufig zur Beendigung des Konflikts. Bewahren Sie als Erwachsene einen kühlen Kopf, schnelle Entscheidungen und Aktivitäten müssen nicht immer die besten sein. Erklären Sie Ihrem Kind, dass die Gefahr von Cybermobbing ansteigt, je länger es sich in Social Media aufhält. Verdeutlichen Sie Ihrem Kind, dass das Sprechen via Whatsapp aufgrund der fehlenden Körpersprache zu Missverständnissen führen kann und das Gelesene ganz anders verstanden werden kann, als es der Sender gemeint hatte.

Wie schütze ich mein Kind vor Datenspionage und Überwachung?

Viele junge Smartphone-Nutzer sind sich darüber nicht im Klaren, dass sämtliche Kommunikation inkl. das Teilen von Fotos, Videos, Sprachnachrichten und das Surfverhalten systematisch abgespeichert, ausgewertet und gewinnbringend an den Mann gebracht wird. Die Privatsphäre im Internet muss täglich neu hart erarbeitet und verteidigt werden. Hier hilft die Nutzung von alternativen App- und Onlinediensten weiter, da diese mit den Datenschutzerklärungen transparenter als die bekannten Dienste (Google, Facebook, Whatsapp, Snapchat, Instagram) umgehen. Verfolgen Sie im Eltern-Kindgespräch den Leitsatz: Nicht technische Systeme sorgen für Privatsphäre, sondern das Nutzerverhalten; Weniger private Inhalte posten ist mindestens ebenso viel wert wie ein guter Virenschutz oder eine Top-Verschlüsselung bei Social-Media-Systemen.

Überprüfen Sie, welche App auf dem Smartphone Ihres Kindes Zugriff auf Mikrofon, Adressbuch, Kamera, Ortungsdienste hat und treffen Sie zusammen mit Ihrem Kind eine bewusste Entscheidung zum Schutz der Privatsphäre des Kindes. Als gute Alternative zur Suchmaschine „Google“ steht startpage.com, die ebenfalls Google nutzt, nicht aber dessen Datenhunger nach Privatinformationen der Nutzer teilt. Eine gute Alternative zu WhatsApp ist die kostenfreie App „Simsme“ von der deutschen Post, die die Privatsphäre der Nutzer schützt. Und Cloudcomputing, d.h. das Hochladen von Fotos, Filmen, Texten und anderen Dateien in Onlinespeicher wird von deutschen Anbietern wie z.B. Strato oder Telekom nach transparenten und verständlichen Bedingungen vollzogen im Gegensatz zu manch intransparenten und unverständlichen Erklärungen anderer App- oder Cloudanbieter. Einen sehr guten Einstieg zu Privatsphäre und Datenschutz bieten die Websites <https://www.ccc.de/> (Chaos Computer Club), https://www.bsi.bund.de/DE/Home/home_node.html (Bundesamt für Sicherheit in der Informationstechnik), <https://digitalcourage.de/projekte>, <https://netzpolitik.org/tag/digitale-selbstverteidigung/> und <https://www.klicksafe.de/themen/datenschutz/privatsphaere/tipps-zur-digitalen-selbstverteidigung/>.

Seit 15 Jahren bundesweit unterwegs, besuchte ich mehr als 1000 Schulen und erreichte in meinen Vorträgen und Workshops eine halbe Million Schüler, dazu Tausende von Lehrern und Eltern. Mein Motto zur Medienerziehung lautet: „Vormachen mit Herz und Verstand“, denn nichts wirkt in der Erziehung so stark wie das Vorbild der Eltern und Lehrer.

Jörg Kabierske - Rennweg 2 - 93049 Regensburg
E-Mail: kabierske@klicksalat.de



www.klicksalat.de