

Gamen/Chatten/Surfen

Chancen und Gefahren der neuen
Bildschirmmedien (by K. Bucher)

Strafen heute



Rückblick zum Elternabend vom 14. November 2008

Gamen / Chatten / Surfen : Chancen und Risiken von Bildschirmmedien.

Der Elternrat hatte alle Eltern und LehrerInnen zu dieser Veranstaltung, die inhaltlich von der Suchtpräventionsstelle Zürich gestaltet wurde, eingeladen. Immer wieder weisen Schlagzeilen darauf hin, dass Kinder, Jugendliche und Erwachsene 'online-süchtig' werden. Die psychischen, physischen und sozialen Probleme, die für den Einzelnen entstehen, wenn er mehr Zeit in der digitalen, als in der realen Welt verbringt, beschäftigen die Gesellschaft zunehmend.

Leider hatten nicht sehr viele Eltern die Zeit oder die Möglichkeit zu kommen. Diejenigen jedoch, die an diesem Freitagabend Ihren Weg ins GZ Affoltern gefunden haben, kamen sicher voll auf Ihre Kosten.

Die beiden Moderatoren Ronnie Fink und Martin Küng gestalteten einen sehr abwechslungsreichen und interessanten Abend: ausführliche Sachinformation wurde durch entsprechende Filmausschnitte veranschaulicht, praxisnahe Beispiele aus den Familien der Moderatoren, führten häufig zu verständnisvollem Schmunzeln bei den Eltern und LehrerInnen.

Die persönliche Auseinandersetzung mit dem Medienverhalten in der eigenen Familie, war ein weiterer wichtiger Teil des Abends. In kleinen Gruppen tauschten die Eltern sich darüber aus, welche Konflikte Fernseher oder Computer in der Familie verursachen, welche alternativen Arten der Freizeitgestaltung es in den verschiedenen Familien gibt und wie man vielleicht gemeinsam zu einer sinnvollen und lustvollen Nutzung von Bildschirmmedien kommen könnte. Dies und ein kleiner Aperitif trugen natürlich dazu bei, sich ein wenig besser kennenzulernen.

Am Schluss der Veranstaltung konnte sicherlich jeder sagen, ob in der eigenen Familie ein sinnvoller Umgang mit den neuen Medien gepflegt wird oder ob man manches noch verbessern könnte.

Prävention

Vertrauen und Einfühlungsvermögen zeigen (mal mitspielen !)

Grenzen setzen und Regeln vereinbaren (gemeinsam !)

Alternativen, Bewegungsaktivitäten anbieten (alle zusammen !)

Dementsprechend motiviert starteten alle schliesslich ins verdiente Wochenende - toi, toi, toi und vielen Dank für's Kommen !

Faustregel zum Medienkonsum :

- Kleinkinder : 5 - 10 Minuten pro Tag
- Vorschulkinder : 30 Minuten pro Tag
- 6 - 9 Jährige : 1 Stunde pro Tag
- 10 - 13 Jährige : 1.5 Stunden pro Tag

Planen Sie immer wieder Fernseh- und Computer freie Tage ein - weniger ist mehr !!!

Eingreifen sollten Sie, wenn Ihr Kind :

- immer seltener mit Freunden zusammen ist
- zwanghaft immer öfter im Chat festhängt
- übermässig viel Zeit online verbringt
- auf Störungen am Computer aggressiv und verärgert reagiert
- Besuch von Freunden und Kollegen als lästig empfindet
- sich als Aussenseiter und von allen unverstanden fühlt
- in den schulischen Leistungen nachlässt
- sich immer weniger am aktiven Familienleben beteiligt
- auf Wünsche und Bedürfnisse der Familie gereizt reagiert