

SEELISCHE GESUNDHEIT



Kannst du hier Punkte oder Streaks sammeln? Wie?

Was passiert, wenn du mal nicht zockst oder die App nicht nutzt? Setzt dich das unter Druck?

Stressen dich Andere manchmal?

Hast du schlechte Laune, wenn du mal nicht so gut gespielt hast oder ein Beitrag nicht so gut ankam?



Tipp: In diesem Material findest du Informationen rund um digitale Medien und Gesundheit sowie Tipps für ein gesünderes Mediennutzungsverhalten.

ZUGEHÖRIGKEIT UND SELBST-BILD



Hast du Vorbilder im Spiel oder auf Social Media? Was gefällt dir an ihnen?

Nutzen viele aus deiner Klasse das Spiel/die App?

Vergleichst du dich mit anderen oder hast Leistungsdruck? Möchtest du etwas daran ändern?

Wie sieht dein Avatar aus? Hast du ein Lieblingsbild? Warum magst du das?

AUSGABEN UND SICHERHEIT



Chattest du mit anderen? Wie viele Follower hast du? Kennst du die?

Welche Infos über dich teilst du? Nutzt du deinen echten Namen?

Fühlst du dich sicher? Weißt du, wie du dich schützt? Brauchst du Hilfe?



Tipp: In diesem Material findest du hilfreiche Tipps rund um Risiken und Gefahren von Gaming, z.B. Taschengeld-Planer für eine gute Übersicht über Ausgaben in Games.

Muss man für Dinge zahlen? Wie viel hast du letzten Monat ausgegeben?



Tipp: Dieses Material zeigt dir, wie du Geräte kindersicher machen kannst und lernst, Inhalte digitaler Medien richtig einzuschätzen.

KIDS, GAMING & SOCIAL MEDIA

Was machst du da eigentlich...?

Tipps & Beispielfragen, um Mediennutzung besser zu verstehen und zu begleiten



Tipp: Unsere kleinen Nutzungstagebücher können dir und deinem Kind helfen, die Mediennutzung zu reflektieren.



Vergisst du manchmal die Zeit wenn du zockst oder Social Media nutzt? Oder das Essen? Kennst du das Gefühl, immer weiter zu machen, auch wenn du eigentlich keine Lust mehr hast? Sollen wir mal notieren, wie viel Zeit du am Bildschirm verbringst?

Was machst du eigentlich, wenn du an Smartphone/PC/Konsole bist? Welche App oder welches Spiel nutzt du momentan am meisten? Warum? Was gefällt dir da so dran? Kannst du mir das mal zeigen? Erklär mir mal, was man da so alles machen kann...

FRAGEN ZUM WARMWERDEN: KÖRPERLICHE GESUNDHEIT



Also gilt bei euch zu Hause ab jetzt: Fragen erlaubt!

Das Wichtigste bei der Begleitung deines Kindes in neue Medienbereiche und digitale Welten sind Dialog und Verständnis. Bleib dran! Nur so entwickelst du ein Gespür dafür, warum dein Kind zockt, wie wichtig Social Media und Games für sein Leben sind und wo möglicherweise dein Eingreifen gefragt ist!

OFT HILFT EIN GESPRÄCH!



Bei der Menge an Apps, Plattformen und Games, zwischen Smartphone und Konsole das Nutzungsverhalten des Kindes zu verstehen und in einem sicheren Rahmen zu begleiten, geht im Alltag meist unter. Oft gibt es Streit wegen zu langem Zocken oder zu viel Smartphone-Nutzung und Unsicherheit wegen möglicher Gefahren. Vernachlässigung von Schule und anderen Hobbies, Spielsucht, Treffen mit Fremden im Netz, ... Die Liste der Sorgen ist lang...

MEDIEN SIND SILBER - REDEN IST GOLD!



Kids, Gaming und Social Media von der Pöckelmark Initiative für GAMESHIFT NRW unter CC BY 4.0-Lizenz via gameshift.nrw