
Medien im Familienalltag. Zehn Empfehlungen

Kinder brauchen im Umgang mit Fernsehen, Computer, Smartphone, Tablet und anderen Medien altersgemäße Regeln und die Begleitung erwachsener Bezugspersonen. Die wichtigsten Empfehlungen.

1. Den eigenen Umgang mit Medien kritisch überprüfen

Ihr Vorbild ist die beste Medienerziehung. Überprüfen Sie deshalb kritisch, wie Sie selbst mit Medien umgehen: Vergeht kein Tag, ohne dass Sie den Fernseher anstellen oder das Smartphone benutzen? Sind Medien Ihre wichtigste Freizeitbeschäftigung? Läuft vielleicht den ganzen Tag das Radio, ohne dass noch jemand richtig hinhört? Unterbrechen Sie das Spielen mit Ihrem Kind, wenn das Telefon klingelt? Bekommen Sie manchmal nur Teile eines Gesprächs mit, weil Sie ständig Ihr Smartphone im Auge haben? Machen Sie selbst bewusst Medienpausen.

2. Vereinbarungen treffen

Vereinbaren Sie in der Familie gemeinsam mit Ihrem Kind Regeln zum Mediengebrauch (Gerät, Zeit, Ort, Umfang). Berücksichtigen Sie dabei nicht nur die Mediennutzung zu Hause, sondern auch unterwegs oder bei Freunden. Planen Sie auch Ausnahmen ein (zum Beispiel für verregnete Wochenenden, bei besonderen Sportereignissen oder für das Entdecken eines neuen Videospiele).

3. Über Medien reden

Sprechen Sie mit Ihrem Kind über Medien. Und zwar nicht nur über Gefahren und Probleme, sondern auch über die Lieblingssendungen und -figuren oder die Lieblingsspiele Ihres Kindes. Versuchen Sie zu verstehen, was sie für Ihr Kind bedeuten und weshalb sie ihm so gut gefallen. Schauen und spielen sie mit.

4. Kinder beim Medienkonsum begleiten

Begleiten Sie Ihr Kind so oft wie möglich beim Mediengebrauch. Sehen Sie sich möglichst gemeinsam mit ihm eine Sendung an, oder bleiben Sie zumindest in der Nähe und ansprechbar. Medientipps finden Sie im [Wegweiser Medien](#). Hören und schauen Sie in neue Mediendateien (Video, Musik oder Hörgeschichten) rein, bevor Ihr Kind sie anhört oder anschaut. Wenn Ihr Kind sich etwas allein ansieht oder anhört, wählen Sie etwas aus, das Sie beide schon kennen. Beobachten Sie Ihr Kind beim Fernsehen, am Computer, Smartphone, Tablet oder wenn es ein Hörspiele und Musik hört, und achten Sie darauf, wie es reagiert (fröhlich, aufgedreht, verängstigt, angeregt, aggressiv?). Nutzen Sie die technischen Möglichkeiten zum Kinderschutz auf den Mediengeräten.

5. Persönliche Regeln finden

Stimmen Sie Ihre Familienregeln auf Ihr Kind ab. Auch bei gleichem Alter ist jedes Kind anders – in seiner Entwicklung, seiner Erfahrung mit Medien, seinem „Typ“, seiner aktuellen Lebenssituation und seinen Interessen und Vorlieben. Dies alles sollte berücksichtigt werden, wenn Sie gemeinsam Regeln für die Mediennutzung Ihres Kindes aufstellen. (Alters-) Empfehlungen zu bestimmten Sendungen oder zu Nutzungszeiten können dabei eine Hilfe sein, sollten aber nur als grobe Richtwerte gesehen werden.

6. Kreativ mit Medien sein

Regen Sie Ihr Kind dazu an, selbst etwas mit Medien zu schaffen oder zu gestalten: Mit Ihrem drei- oder vierjährigen Kind können Sie zum Beispiel Mal- und Bastelvorlagen online suchen, ausdrucken und dann mit Stiften und Schere bearbeiten. Oder lassen Sie Ihr Vorschulkind zum Beispiel einmal selbst

Familienfragen 3-26: Digital entspannt.



www.eaf-sachsen.de

fotografieren und bearbeiten Sie gemeinsam mit ihm seine Fotos. Und: Lernen Sie umgekehrt auch von Ihrem Kind.

7. Für Ausgleich zum Medienkonsum sorgen

Bieten Sie Ihrem Kind ausreichend Gelegenheit für andere Freizeitbeschäftigungen – zum Beispiel Sport, Musik, Spiele, Malen, Basteln. Sorgen Sie vor allem dafür, dass es sich ausgiebig bewegen kann, auch in der Wohnung. Manche Kinder möchten die Geschichten ihrer Lieblingssendung auch nachspielen oder beim Malen verarbeiten. **TIPP:** Kinder verzichten meist sehr viel leichter auf Fernsehen und Computer, wenn es interessante Gegenangebote gibt, wie zum Beispiel ein Spiel mit Mama oder Papa, ein Spielabend, ein Treffen mit Gleichaltrigen, Vorlesen, ein kleiner Fahrradausflug, ein Besuch im Zoo und vieles mehr.

8. Fernseher und Computer „draußen lassen“

Fernseher, Computer, Smartphone, Tablet und Spielkonsole im Kinderzimmer erhöhen die Zeit, die Kinder am Bildschirm verbringen, erheblich. Wir raten deshalb unbedingt davon ab. Sollte es diese Geräte doch im Kinderzimmer geben, helfen klare Regeln, die Nutzung einzuschränken. Vor allem in der letzten Stunde vor dem Zubettgehen sollten Bildschirmmedien jeglicher Art ausgeschaltet bleiben. Auch während der Mahlzeiten bleiben Bildschirmmedien aus.

Eine Bitte: Während der Mahlzeiten sollten alle Medien Pause machen.

9. Dauerberieselung vermeiden

Hörspiele und Hörbücher sind bei Kindern sehr beliebt. Es sollte aber keine Dauerberieselung stattfinden. Beobachten Sie Ihr Kind: Hört es wirklich zu? Kann es Inhalte wiedergeben, Lieder nachsingen usw., oder ist das Hörspiel nur „Hintergrundgeräusch“?

10. Kinder ins Internet begleiten

Wenn Ihr Kind anfängt, sich für das Internet zu interessieren, entdecken Sie gemeinsam mit ihm altersgerechte Internetangebote (Lesezeichen setzen!). Erklären Sie ihm die wichtigsten Regeln zum sicheren Surfen im Internet und nutzen Sie auch technische Möglichkeiten, um Ihr Kind vor nicht kindgerechten Inhalten zu schützen (siehe im [Wegweiser Medien](#)). Bleiben Sie mit Ihrem Kind im Gespräch über Erlebnisse und Kontakte im Internet – das ist eine wichtige Voraussetzung dafür, dass es mit Ihnen auch über beunruhigende und gefährdende Situationen oder Erlebnisse spricht.

Quelle: Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit, kindergesundheit-info.de <https://www.kindergesundheit-info.de/themen/medien/alltagstipps/mediennutzung/familienalltag/> [CC BY-NC-ND](#)

Aktuell / Bezug: Die unabhängige Expertenkommission "Kinder- und Jugendschutz in der digitalen Welt" schafft Überblick über wissenschaftliche, praktische und rechtliche Lage für folgende Handlungsempfehlungen. Am 20. April 2026 legte sie ihre erste Bestandsaufnahme vor.

Die Bestandsaufnahme bildet die evidenzbasierte Grundlage für konkrete Handlungsempfehlungen, die derzeit erarbeitet und Ende Juni 2026 vorgelegt werden sollen.

In der Bestandsaufnahme werden zentrale Aspekte des Kinder- und Jugendschutzes in der digitalen Welt untersucht. Im Fokus stehen die digitalen Lebenswelten und Gefährdungslagen von Kindern und Jugendlichen, Teilhabemöglichkeiten neuer Technologien, bestehende Strukturen der Medienbildung und Prävention sowie der rechtliche Rahmen mit seiner praktischen Durchsetzung.

- Geschützte digitale Teilhabe von Kindern und Jugendlichen ermöglichen

Digitale Medien sind fester Bestandteil des Alltags junger Menschen. Smartphones bilden den zentralen Zugang zu Kommunikation, Information, Unterhaltung und zunehmend auch zu Anwendungen Künstlicher Intelligenz (KI).

Die Bestandsaufnahme zeigt, dass Risiken vielfältig und häufig miteinander verschränkt sind. Dazu zählen insbesondere:

- Interaktionsrisiken wie Cybermobbing, Hate Speech oder Kostenfallen
- sexualisierte Gewalt im digitalen Raum, etwa durch Cybergrooming oder KI-generierte Inhalte
- manipulative Plattformmechaniken ("Dark Patterns"), die gezielt zu ausufernder Nutzung und Datenpreisgabe verleiten
- neue Risiken durch KI-Systeme, etwa durch Deepfakes (KI-generierte Fälschungen), Desinformation oder vorgetäuschte soziale Interaktion

Gleichzeitig bieten digitale Räume und neue Technologien erhebliche Chancen - etwa für gesellschaftliche Teilhabe, Identitätsentwicklung und individualisiertes Lernen. Ziel ist eine geschützte Teilhabe von Kindern und Jugendlichen in der digitalen Welt.

- Medienkompetenz flächendeckend systematisch stärken

Medienbildung findet in Deutschland in unterschiedlichen Kontexten statt: in Familien, Kitas, Schulen und außerschulischen Angeboten. Diese Vielfalt ist grundsätzlich eine Stärke.

Gleichzeitig zeigt die Bestandsaufnahme deutliche strukturelle Mängel:

- Angebote sind nicht flächendeckend und häufig nicht verbindlich
- die Qualität unterscheidet sich stark je nach Bundesland, Einrichtung und einzelnen Fachkräften
- Unterstützungssysteme für Eltern und Fachkräfte sind unvollständig
- insbesondere die frühe Kindheit wird bislang zu wenig systematisch berücksichtigt

Die Kommission unterstreicht, dass Medienkompetenz eine Schlüsselrolle spielt und systematisch gestärkt werden muss.

- Umsetzungsmängel im rechtlichen Rahmen ergänzen

Familienfragen 3-26: Digital entspannt.



www.eaf-sachsen.de

Der Kinder- und Jugendschutz im digitalen Raum ist durch zahlreiche Regelwerke auf europäischer und nationaler Ebene geprägt, insbesondere durch den [Digital Services Act \(DSA\)](#) sowie ergänzende nationale Gesetze wie das Jugendschutzgesetz und den Jugendmedienschutz-Staatsvertrag.

Als zentrale Herausforderung benennt die Bestandsaufnahme auch Mängel in der Umsetzung. Besonders kritisch bewertet werden:

- unzureichende Altersabsicherung
- begrenzte Effektivität bestehender Kontroll- und Durchsetzungsmechanismen
- **Ungleichheiten und neue Dynamiken im Blick behalten**

Die Bestandsaufnahme zeigt zudem, dass Risiken nicht alle Kinder gleichermaßen betreffen. Faktoren wie Alter, soziale Lage oder psychische Belastungen beeinflussen die Verwundbarkeit erheblich.

Hinzu kommen dynamische Entwicklungen durch neue Technologien, insbesondere im Bereich von KI, deren Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche bislang noch unzureichend erforscht sind.

Quelle: <https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/expertenkommission-legt-bestandsaufnahme-vor-284734>

Förderung von Medienkompetenz in der Familie

Eltern spielen ganz generell für die schulische und außerschulische Bildung ihrer Kinder eine maßgebliche Rolle, indem sie zum Lernen motivieren, Bildungsangebote machen und auch direkt bei Hausaufgaben unterstützen. Beim Umgang mit digitalen Medien nehmen Eltern aber auch viele negative Wirkungen, die die Mediennutzung auf ihre Kinder haben kann, wahr. Das kann zur Folge haben, dass sie die Medienkompetenz ihrer Kinder nicht ausreichend kompetent fördern, sondern den Aufbau von Medienkompetenz eher behindern.

Wegen der besonderen mit digitalen Medien verbundenen Risiken unterscheidet sich die Förderung der Medienkompetenz in der Familie daher von anderen Lernbereichen, etwa der Lesekompetenz. Die Förderung von Medienkompetenz ist dabei eng verbunden mit dem Medienerziehungsverhalten der Eltern.

Eltern beeinflussen den Umgang ihrer Kinder mit Medien bereits als Vorbild durch ihr eigenes Medienhandeln (*modeling*). Wenn Eltern selbst systematisch im Internet recherchieren, ist dies Kindern für schulische Belange bereits vertraut. Ebenso übernehmen Kinder die Nutzungsgewohnheiten ihrer Eltern: Wenn diese ihre eigene Mediennutzung wenig beschränken, indem sie zum Beispiel beim Essen ins Smartphone schauen, ahmen Kinder auch dies nach. Insofern ist es problematisch, dass die Häufigkeit und die Formen elterlicher Mediennutzung stark vom Bildungsniveau bestimmt werden.

Eltern beeinflussen in dieser indirekten Form aber nicht nur durch ihr Vorbildverhalten, sondern auch durch ihre Einstellungen. Viele Eltern finden eine kompetente Mediennutzung zwar durchaus relevant für die Schule und den späteren Beruf, haben aber andererseits Bedenken hinsichtlich der Gefahren durch hohe Mediennutzungszeiten und jugendgefährdende Inhalte.

Dabei bewerten vor allem diejenigen Eltern die Gefahren als besonders hoch, die selbst über wenig Erfahrungen und Kompetenz im Umgang mit digitalen Medien verfügen. Dies kann Effekte des Bildungsniveaus verfestigen, da Kinder im Umgang mit digitalen Medien sicherer sind, wenn Eltern ihnen positiv gegenüberstehen.

Familienfragen 3-26: Digital entspannt.



www.eaf-sachsen.de

Haben Eltern Vorbehalte gegenüber digitalen Medien, so neigen sie in besonderem Maße zu starren Einschränkungen (*restrictive mediation*). So regulieren die meisten Eltern die Mediennutzung ihrer Kinder – vor allem, wenn diese noch jünger sind. Das heißt, sie steuern die Geräteverfügbarkeit, die Zeit an den Geräten, die Nutzung spezieller Programme und Anwendungen sowie die Inhalte bei der Nutzung digitaler Medien. Orientierung bieten ihnen dabei zum Beispiel die offiziellen Altersfreigaben. Wenn Eltern die Mediennutzung ihrer Kinder allerdings besonders stark und dauerhaft einschränken, haben die Kinder und Jugendlichen ihrerseits wenig Gelegenheit, Medienkompetenz aufzubauen.

Neben diesen Rahmenbedingungen wirken Eltern auch direkt beim Aufbau der Medienkompetenz mit, indem sie gemeinsam mit den Kindern Medien nutzen (*co-use*). So gibt es im familialen Alltag viele Anlässe der gemeinsamen Mediennutzung: wenn zum Beispiel Kochrezepte, Urlaubsziele oder Hintergründe politischer Nachrichten im Internet recherchiert werden, wenn gemeinsam am Computer oder an der Konsole gespielt wird oder Serien und Filme gestreamt werden. Diese gemeinsame Mediennutzung, insbesondere wenn sie von Gesprächen über das Medium und die Inhalte begleitet wird, ist für den Aufbau von Medienkompetenz und die Art der Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen bedeutsam. Allerdings findet dies nicht in allen Familien gleichermaßen statt.

Schließlich fördern Eltern die Medienkompetenz auch direkt und zielgerichtet, indem sie Kinder oder Jugendliche anleiten, also Instruktionen geben (*active mediation*). Dies kann ebenso in der Freizeit geschehen wie bei der Erledigung von Hausarbeiten, indem beispielsweise im Internet recherchiert oder ein Tabellenkalkulationsprogramm genutzt wird. Wenn Eltern ihre Kinder hierbei unterstützen, ihnen also auch etwas beibringen wollen, gewähren sie in unterschiedlichem Ausmaß Freiräume: Bildlich gesprochen übernehmen Eltern bei der „gemeinsamen“ Recherche selbst die Tastatur, geben Tipps für Suchbegriffe oder stellen Fragen zu möglichen Strategien.

Wie in anderen Lernbereichen auch, ist es für Kinder und Jugendliche motivierender, wenn sie Freiräume haben, um eigene Strategien auszuprobieren und ihre Aktivitäten auch wertgeschätzt werden. Gleichzeitig ist es aber durchaus hilfreich, wenn Eltern vor allem anfangs auch das Lernen mit den digitalen Medien nicht nur zulassen, sondern auch strukturierend begleiten. Um in dieser Hinsicht eine gute Lernbegleitung zu gewährleisten, braucht es auf Seiten der Eltern allerdings ein hohes Maß an eigenen Kompetenzen und zugleich an Sensibilität im Umgang mit den Bedürfnissen ihrer Kinder. Es ist hilfreich, wenn Eltern hierbei unterstützt werden, zum Beispiel durch Angebote der Schule, von Bibliotheken, anderen Bildungsträgern oder von nicht kommerziellen Medien. Auch können Eltern dazu ermutigt werden, sich niederschwellig gegenseitig zu unterstützen.

Quelle (Juli 2023) <https://www.bpb.de/shop/zeitschriften/izpb/medienkompetenz-355/523578/medienkompetenz-und-familie/>

Benachteiligung von Kindern in Zeiten digitaler Medien

Nach wie vor wachsen Kinder in Deutschland in unterschiedlichsten Lebenslagen auf. Die Ausstattung mit kulturellem, sozialem und ökonomischem Kapital in ihren Familien entscheidet maßgeblich darüber, ob sie von der [Digitalisierung](#) profitieren können. Zwei Beispiele für Bildungsbenachteiligung:

1. Technische Ausstattung: Benachteiligung im Home Schooling

Insbesondere zu Beginn der Corona-Pandemie zeigte sich, dass ungleiche Zugänge zu Informationstechnologien, im Sinne des „[Digital Divide](#)“, nach wie vor zur Tagesordnung gehören: So gaben in einer Studie des Hans-Bredow-Instituts nur rund drei Viertel der 10- bis 18-Jährigen an, während des ersten Lockdowns über schnelles Internet verfügt zu haben – so verwundert es nicht, dass ein Teil aufgrund schlechter Internetverbindung oder fehlender Geräte nicht am Online-Unterricht teilnehmen konnte (vgl. [Lampert/Thiel 2021](#), S. 10; 18), ihr Recht auf Bildung also nicht gewährleistet wurde.

2. Übertragung von Bildungsbenachteiligung: Medien(erziehungs)kompetenz

Neben der technischen Ausstattung, die eine Art Türsteher zur digitalen Welt darstellt, kommt der Medien(erziehungs)kompetenz der Eltern, insbesondere bei kleinen Kindern, eine grundlegende Rolle zu. Die intergenerationelle Transmission von Bildungsbenachteiligung ist ein lang bekanntes Phänomen (vgl. Steinbach/Hank 2020, S. 454). Dass sie auch in einer durch die Kultur der Digitalität geprägten Gesellschaft Gültigkeit hat und damit Teilhabe an Bildung verwehrt, zeigt die DIVSI U9-Studie eindrücklich: Bei Eltern von Kindern zwischen drei und acht Jahren findet sich eine große Bandbreite an medienbezogenen Haltungen, Praktiken, empfundenen Kompetenzen und Erziehungsstrategien. Dabei wird ein großes Gefälle zwischen den einzelnen Milieus deutlich, das den Zusammenhang zwischen sozioökonomischer Ausstattung des Elternhauses (Bildung und Einkommen) und der Haltung gegenüber dem Internet (von Verunsicherung bis Multioptionalität) zeigt:

- Eltern der Gruppe der „Digital Souveränen“ (höhere soziale Lage und progressive Grundorientierung) sind medienaffin, fördern die Mediennutzung ihrer Kinder eher und fühlen sich in ihrer Medienkompetenz und Erziehungspraxis sicher.
- Die „Internetfernen Verunsicherten“ (niedrige soziale Lage und traditionelle Grundorientierung) fühlen sich durch die Digitalisierung abgehängt, reproduzieren dies durch einen restriktiven Medienerziehungsstil und schätzen sowohl ihre eigene Internetkompetenz als auch ihre Fähigkeit, den Kindern den Umgang mit diesem beizubringen, sehr gering ein (vgl. DIVSI 2015, S. 22 ff.).

Quelle: <https://dossier.kinderrechte.de/familie-digitalisierung-und-digitale-medien>

Umgang mit exzessiven Medienkonsum bei Kindern und Jugendlichen

Handlungsempfehlungen für Eltern im Umgang mit dem Medienkonsum ihrer Kinder

Um Kinder und Jugendlichen, Eltern, pädagogischen Fachkräften und Ärzt*innen einheitlich und nach wissenschaftlichen Standards zu informieren und ein entsprechendes Regelwerk zu entwickeln, wurde 2023 die „Leitlinie zur Prävention dysregulierten Bildschirmmediengebrauchs in Kindheit und Jugend“ veröffentlicht. Diese beinhaltet folgende Hinweise zur Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen:

bis 3 Jahre	3 bis 6 Jahre	6 bis 9 Jahre	ab 9 Jahre
keine passive und aktive Nutzung von Bildschirmmedien	Nutzung von Bildschirmmedien an einzelnen Tagen für höchstens 30 Minuten und nur in Anwesenheit der Eltern	freizeitliche Nutzung von Bildschirmmedien an einzelnen Tagen für höchstens 30 bis 45 Minuten	frühestens ab 9 Jahren eigene Spielkonsole zugänglich machen

- Bildschirmmedien nicht zur Belohnung, Bestrafung oder Beruhigung einsetzen
- während des Essens, insbesondere der gemeinsamen Mahlzeiten, keine Bildschirmmedien nutzen und bei der Nutzung von Bildschirmmedien nicht essen
- sich für die digitalen Aktivitäten ihrer Kinder interessieren und diese kritisch begleiten
- die Gefahr einer problematischen Nutzung von Onlinemedien beachten (einschließlich evtl. Suchtentwicklung), die Bildschirmnutzung Heranwachsender regelmäßig, gegebenenfalls gemeinsam, reflektieren sowie im Zweifel anerkannte Tests nutzen und im Bedarfsfall professionelle Hilfe suchen

Kampagnen und Informationsmaterial für Eltern

- [Medienleitlinie für Eltern \(AWMF\)](#)
- [Empfehlungen zur Mediennutzung \(BMG\)](#)
- [Medienzeiten festlegen – Worauf müssen Eltern achten? \(ins-netz-gehen.de\)](#)
- Ratgeber für Eltern der BZgA zu [digitale Medien](#)
- [Digitale Abhängigkeit - Tipps für Eltern](#)
- [Was spielt mein Kind da eigentlich? - Spielertipps für Eltern](#)
- ["Mama, darf ich dein Handy?" - 10 Tipps für Eltern von Kindern zwischen 3 und 6 Jahren](#)
- [Elternratgeber Computerspiele der USK](#)
- [USK - Für Familien](#)
- [Digitale Elternabende der USK](#)
- [Checklisten für den Familienalltag](#)
- [Elternratgeber "Frag Barbara!" - Saferinternet Österreich](#)
- [Spieleratgeber NRW](#)
- [Bundeszentrale für politische Bildung - Games in der Familie](#)

Quelle: <https://www.suchtprevention-sachsen.de/themen/suchtmittelspezifische-suchtprevention/elternarbeit/umgang-mit-medienkonsum>

Mehr Infos

- **"Sharing is not Caring – Wie man die Privatsphäre von Kindern im Internet schützt"** Die praxisorientierte Broschüre „Sharing is not Caring“ bietet Erziehenden wertvolle Informationen zum Schutz der Privatsphäre von Kindern im Internet. Entwickelt in Zusammenarbeit mit der Köln International School of Design, erklärt sie anhand von sechs Graphic Novels, wie Kinderrechte beim Sharenting, also dem Teilen von Kinderfotos und -videos online, berührt werden. Ergänzt durch praktische Tipps und eine Checkliste, unterstützt der Ratgeber dabei, verantwortungsvoll mit Kinderaufnahmen im Internet umzugehen. [http://www.dkhw.de/filestorage/1 Informieren/1.1 Unsere Themen/Kinder und Medien/Kinderfotos im Netz/Dateien/DKHW Sharing is not caring digital.pdf](http://www.dkhw.de/filestorage/1%20Informieren/1.1%20Unsere%20Themen/Kinder%20und%20Medien/Kinderfotos%20im%20Netz/Dateien/DKHW%20Sharing%20is%20not%20caring%20digital.pdf)
- **Mehr Achtsamkeit im Umgang mit Medien** <https://www.bundesregierung.de/breg-de/aktuelles/medienkompetenz-1772578.pdf> August 2021
- **Medienbildung in Sachsen - LFD - Fachstelle für Medien und Bildung e.V.** Kinder und Jugendliche bewegen sich in komplexen medialen Lebenswelten. Vor allem digitale Medien sind für sie bedeutsam und fest in ihren Alltag integriert. Die sich herausgebildete "Kultur der Digitalität" (vgl. Stalder, 2016) stellt dabei nicht nur heranwachsende Menschen, sondern auch Erziehungsberechtigte und (pädagogische) Fachkräfte vor zahlreiche Herausforderungen. Der LFD - Fachstelle für Medien und Bildung will den Zielgruppen die Chancen (digitaler) Medien aufzeigen sowie eine präventive Auseinandersetzung mit den Risiken ermöglichen.

Die vielfältigen Veranstaltungsformate orientieren sich dabei an den Bedürfnissen der Interessierten: (Kurze) Beratungen, praxisorientierte, mehrtägige Fortbildungen in Präsenz (für Fachkräfte) oder Online und einmalige oder wiederkehrende Workshops (für Kinder und Jugendliche) unterstützen die individuelle Aneignung von Medienkompetenz.

In unseren Elternberatungen erfahren Erziehungsberechtigte, was ihre Kinder an der Nutzung digitaler Medien so fasziniert und welche Potentiale damit verbunden sind. Weiterhin vermitteln wir, wie Kinder und Jugendliche für Gefahren sensibilisiert und vor Risiken geschützt werden können. Gestützt auf die Erkenntnisse der medienpädagogischen Forschung und jahrelangem Erfahrungswissen aus unseren

Familienfragen 3-26: Digital entspannt.



www.eaf-sachsen.de

Workshops unterstützen wir Eltern, ihre Kinder altersgerecht so zu begleiten, dass sie digitale Medien selbstbestimmt, sicher, kompetent und in gesunden Maßen nutzen können. Dazu erhalten die Teilnehmenden eine ausführliche digitale Sammlung von hilfreichen Materialien, Beratungsstellen und Webseiten.

<https://lfd-sachsen.de/medienbildung>

weitere Beratungsangebote Mediennutzung für Familien

Koordinierungsstelle Medienbildung Sachsen: <https://www.medienbildung.sachsen.de>

Kinderschutzbund Sachsen: <https://kinderschutzbund-sachsen.de/schau-hin-kostenlose-medienkurse-fuer-eltern>

„SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht.“ (Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend, ZDF & AOK – Die Gesundheitskasse): <https://www.medienkurse-fuer-eltern.info> /

Die Sächsische Landesmedienanstalt (SLM) : <https://www.slm-online.de/medienkompetenz-medienuorientierung/medienkompetenzfoerderung/wirkungskreisfoerderung-2025-2027>
