

Familienalltag in Corona-Zeiten

Wir begleiten Sie!

Ausgabe 3 | September 2022

Themen

Vorwort

Beratungsstelle
Frühe Hilfen

Umgang mit neuen
Medien – Medienkonsum
von Kindern begleiten und
steuern

Bastelidee

Bilderbuchempfehlungen

Eltern-Kind-Gruppen
starten wieder

Ansprechpartner/-innen
Beratungsangebote

Rückblick Newsletter

Vorwort

Liebe Eltern,

heute erhalten Sie den dritten Newsletter Frühe Hilfen im Jahr 2022.

Wir freuen uns sehr, Sie nach der Sommerpause wieder in unseren Eltern-Kind-Gruppen vor Ort begrüßen zu dürfen. Sie sind herzlich eingeladen, auch weitere Eltern mit zu bringen.

In diesem Newsletter steht das Thema „Medien“ und „Medienkonsum“ im Mittelpunkt, da wir erleben, dass diese Thematik Sie vielfältig beschäftigt, und diesbezüglich Informationen und Ideen sehr gefragt sind. Wir hoffen mit unseren Beiträgen Ihren Wünschen Rechnung zu tragen.

Bei allen Fragen rund um die Entwicklung Ihres Kindes beraten wir Sie weiterhin sehr gerne persönlich, beim Hausbesuch, in Sprechstunden o.ä. Wir freuen uns, wenn Sie mit Ihren Anliegen auf uns zukommen.

Der nächste reguläre Newsletter wird im 4. Quartal 2022 erscheinen – bis dahin wünschen wir Ihnen eine schöne Herbstzeit.

Viele Grüße
Ihr Fachteam Frühe Hilfen

Beratungsstelle Frühe Hilfen

Wir bieten kostenfreie Beratung für alle werdenden Eltern und Familien mit Kindern von 0 bis 3 Jahren an. Aktuell erfolgt diese **auch persönlich** und per E-Mail, Telefon oder Videokonferenz zu vielfältigen Themen, wie z.B.:

- Frühkindliche Entwicklung, z.B. Trotz
- Schlafen & Schreien
- Ernährung
- Unterstützungs- und Entlastungsmöglichkeiten
- Pflege und Handling

Abo des Newsletters über:

www.landkreis-karlsruhe.de/fruehe_hilfen

Umgang mit „neuen“ Medien - Medienkonsum von Kindern begleiten und steuern

Digitale Medien nehmen im heutigen Familienalltag eine immer größer werdende Rolle ein. Aber ab welchem Alter und in welchem Ausmaß ist der Medienkonsum für Kinder nicht schädlich und welche Medien sind für Kinder am besten geeignet?

Allgemeines zur kindlichen Entwicklung

- Kinder sind neugierig und wollen die Welt erkunden
- Besonders in den ersten zehn Lebensjahren lernen sie hauptsächlich über das Spiel
- Kinder erkunden die Umwelt **mit allen Sinnen** und lernen dadurch die Welt und die Abläufe kennen, diese Lernerfahrungen können auch auf andere Bereiche übertragen werden
- Durch das Spiel werden viele verschiedene Fähigkeiten geschult (z.B. Wahrnehmung, Konzentration, körperliche Fertigkeiten, Sozialverhalten, Konflikt- und Empathiefähigkeit)
- Die einzelnen Entwicklungsbereiche sind eng miteinander verknüpft und beeinflussen sich gegenseitig
- Die Eltern werden als Vorbilder genauestens beobachtet und spielerisch nachgeahmt

Der Einfluss von Medien auf die Gehirnentwicklung

Auf die kindliche Gehirnentwicklung haben sowohl die genetischen Anlagen als auch die Umwelterfahrungen einen Einfluss. Die bereits bei der Geburt vorhandenen Strukturen können durch Erfahrungen in der Kindheit, speziell in den ersten vier Lebensjahren, ausgebaut und optimiert werden, sodass spätere Lernprozesse auf dieser Grundlage aufbauen können. Zu einem späteren Zeitpunkt ist diese Entwicklung nur unter bestimmten Umständen und nur mit einem größeren Aufwand nachzuholen. Teilweise können sich einzelne Bereiche des Gehirns sogar zurückbilden, wenn sie nicht ausreichend genutzt werden (z.B. durch passive „Berieselung“ statt durch aktives Erforschen). Dabei spielen nicht nur kognitive, sondern auch emotionale Prozesse bei der Gehirnentwicklung eine Rolle, wie beispielsweise eine stabile emotionale Bindung zu einer festen Bezugsperson,

Wissenschaftliche Studien weisen darauf hin, dass ein **anhaltender** und **übermäßiger** Medienkonsum, besonders in der frühen Kindheit, die Leistungsfähigkeit des Gehirns dauerhaft verändern kann.

Daher gibt es gibt es Empfehlungen zur Dauer der Mediennutzung:

Alter	Bilderbücher/ Bücher	Hörmedien (Musik und Hörgeschichten)	Bildschirmmedien (Fernsehen, Video, Computer, Spielekonsolen, Tablets, Smartphones)
0-3 Jahre	Regelmäßig Bilderbücher anschauen und vorlesen (ab ca. 6 Monate)	Höchstens 30 Minuten am Tag	Am besten gar nicht
3-6 Jahre		Höchstens 45 Minuten am Tag	Zusammen höchstens 30 Minuten am Tag
6-10 Jahre	Regelmäßig vorlesen/ lesen	Höchstens 60 Minuten am Tag	Zusammen höchstens 45- 60 Minuten am Tag

(vgl.: www.kindergesundheit-info.de)

Worauf können Eltern achten?



Zeitliche Begrenzung: Bei der zeitlichen Einschränkung sollte sowohl darauf geachtet werden, wie lange die Nutzung insgesamt stattfindet, als auch wie häufig in der Woche. Eine Begrenzung kann durch Absprachen (z.B. nur eine Sendung) oder die Nutzung einer Eier- oder Sanduhr für die Kinder veranschaulicht werden. Natürlich darf es auch einmal Ausnahmen geben, wenn bspw. ein wichtiges Sportereignis ansteht, bei Krankheit oder schlechtem Wetter.



Bewusster Medienkonsum und eigene Vorbildfunktion: Oft bemerken Erwachsene nicht, wie häufig sie im Alltag bspw. kurz auf das Handy schauen oder den Fernseher im Hintergrund laufen lassen. Dies bekommen die Kinder mit, lernen am elterlichen Vorbild und es wird zur Normalität. Beschäftigen sich Mama und Papa viel mit dem Handy, muss es spannend sein und das kindliche Interesse ist geweckt. Ist das Ziel, dass die Kinder sich weniger mit Medien beschäftigen, sollten auch die Erwachsenen medienfreie Zeiten einhalten. Besonders kleine Kinder haben ein hohes Ruhebedürfnis und benötigen regelmäßige Pausen von den vielen durch die Umwelt auf sie einströmenden Reizen. Dazu zählt auch eine „Berieselung“ durch im Hintergrund spielende Musik oder Fernsehsendungen.



Begleiten und im Gespräch bleiben: Gerade bei kleinen Kindern ist eine Begleitung notwendig, um ihre Reaktionen direkt wahrzunehmen und darauf eingehen zu können. Häufig reagieren Kinder an anderen Stellen erschrocken oder verängstigt, als es die Erwachsenen erwarten würden. Es ist wichtig, die Fragen der Kinder gleich besprechen zu können und notfalls auch die Sendung auszuschalten. Denn Kinder sind erst im Grundschulalter in der Lage, bei fesselnden Themen und Bildern eigenständig um- oder auszuschalten. Direkt vor dem Schlafengehen sollte der Medienkonsum vermieden werden, da dieser häufig aufwühlt und die Kinder noch ausreichend Zeit haben sollten, das Erlebte zu verarbeiten (besprechen, nachspielen, malen etc.). Bei älteren Kindern kann es hilfreich sein, mit ihnen zu besprechen, was sie interessiert, was realistische Darstellungen sind, welche Gefahren auftreten können und wie diese vermieden bzw. damit umgegangen werden kann.



Medien nicht als Erziehungsmittel nutzen: Wenn Medien als Strafe oder Belohnung eingesetzt werden, erfahren sie eine zusätzliche Aufwertung. Bei einer solchen Bestrafung haben die Kinder wenig Möglichkeit aus dem Fehlverhalten zu lernen, da die Bestrafung meist zeitversetzt stattfindet und auch nichts mit dem ursprünglichen Vergehen zu tun hat.



Kreatives Gestalten mit Medien: Medien können auch zum aktiven und kreativen Gestalten eingesetzt werden. So kann gemeinsam mit dem Kind auf speziellen Suchportalen für Kinder zu einem bestimmten Thema recherchiert werden, beim Geocaching kann mit Hilfe der Technik eine Schatzsuche stattfinden oder es kann gemeinsam eine eigene Hörgeschichte gestaltet werden.



Keine Geräte im Kinderzimmer: Sind keine Geräte direkt im Kinderzimmer verfügbar, wird das Kind nicht ständig daran erinnert, dass das Gerät wieder eingeschaltet werden könnte. Zudem bekommen die Eltern, wenn der Fernseher oder Computer im Wohnzimmer steht, einen besseren Einblick, wie häufig und mit welchen Inhalten das Kind sich beschäftigt.



Inhalte prüfen und Geräte sichern: Es kann hilfreich sein, sich bereits bevor die Kinder mit neuen Medien in Kontakt kommen, mit diesen auseinanderzusetzen und sich darüber zu informieren. So bieten die Altersfreigaben nur eine Orientierungshilfe, attestieren jedoch nicht eine pädagogische Eignung. Auf speziellen Internetportalen lässt sich eine pädagogische Einschätzung verschiedener Internetseiten, Apps, Filme oder Spiele finden. Vor der Nutzung können auch, spezielle Einstellungen vorgenommen werden, sodass bspw. nur kindgerechte Seiten geöffnet werden können (Jugendschutzeinstellungen). So kann auch darauf geachtet werden, dass keine Weiterleitung zu kostenpflichtigen Angeboten möglich ist, oder In-App-Käufe durch ein Passwort gesichert werden. Gerade mit etwas älteren Kindern sollte über den Datenschutz und den Schutz der Privatsphäre gesprochen werden. Es gibt zahlreiche Internetseiten oder auch Informationsveranstaltungen und Elternabende, um sich als Eltern zu informieren und fortzubilden (siehe Literaturempfehlungen).

Tipps speziell für 0-3 Jährige:

- Gemeinsam Bilderbücher anschauen
- Ausgewählte und kurze Hörgeschichten
- Gemeinsam Lieder singen und Musik hören
- Auch Hörmedien zeitlich begrenzen
- Kinder lieben Wiederholungen
- Fernsehen möglichst vermeiden, wenn überhaupt, dann ausgesuchte Kindersendungen mit begrenzten Zeiten

Wichtig:

Auf Alternativen achten und genügend Ausgleich durch reale Lernerfahrungen ermöglichen!

Literaturempfehlungen zum Thema Medien:

Links:

Informationen rund um das Thema Kinder und Medien

- <https://www.kindergesundheit-info.de/themen/medien/>
- <https://www.schau-hin.info/medien-kleinkinder>
- <https://shop.bzga.de/gut-hinsehen-gut-zuhoeren-aktiv-gestalten-ratgeber-fuer-eltern-20281000/>
- <https://www.klicksafe.de/>
- <https://www.internet-abc.de/>
- <https://www.mediennutzungsvertrag.de/>

Sicherheitseinstellungen, Onlinedatenschutz und Beschwerdestellen

- <https://www.medien-kindersicher.de/startseite>
- <https://www.klick-tipps.net/startseite>
- <https://www.fsm.de/de>

Programmberatung für Eltern, Datenbank für Kindermedien

- <https://www.flimmo.de/>
- <https://www.gutes-aufwachsen-mit-medien.de/informieren/datenbank-fuer-kindermedien>

Suchmaschinen für Kinder

- <https://www.fragfinn.de/>
- <https://www.blinde-kuh.de/index.html>

Elternarbeit

- <https://stja.de/computerspielschule/#Elternarbeit>
- <https://www.lmz-bw.de/beratung/hotlines/beratungstelefon/>
- w.landkreis-karlsruhe.de/psychologische%20Beratungsstellen

Bücher:

- Bleckmann, Paula u. Leipner, Ingo (2018): Heute mal bildschirmfrei: Das Alternativprogramm für ein entspanntes Familienleben. Knaur Verlag
- Neuß, Norbert (2012): Kinder & Medien: Was Erwachsene wissen sollten. Klett-Kallmeyer Verlag

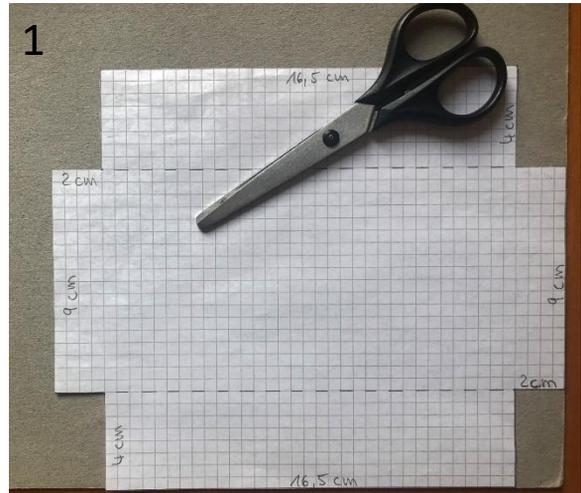
Kinderbücher

- Pirrone, Francesca (2018): Bruno hat 1000 Freunde. Alibri Verlag
- Spathel, Bärbel. U. Szesny, Susanne (2005): Der TV-Gucki: oder Über den richtigen Umgang mit Fernsehen und Computerspielen. Albarello Verlag

Bastelanleitung Handybett

Das wird benötigt:

- Karton
- 1 kariertes Blatt Papier
- Schüssel (ca. \varnothing 11cm)
- Schere
- (Teppich-) Messer
- Stift
- Lineal
- Evtl. Farben zum Anmalen
- Evtl. Stoff zum Nähen von Decke und Kissen

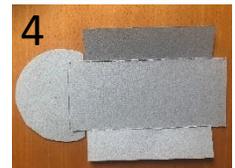
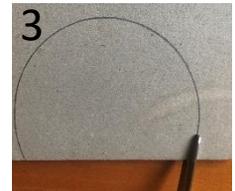
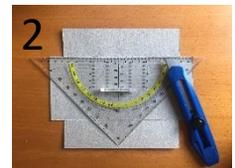


So wird's gemacht:

Eine Schablone mit den auf Bild 1 angegebenen Maßen erstellen. Diese aus dem Karton ausschneiden und die gestrichelten Linien mit einem Messer perforieren. Dann die beiden Seitenflügel in die gleiche Richtung falten. (s. Bild 2)

Mithilfe einer Schüssel am Rand des Kartons zwei Kreise aufzeichnen, sodass jeweils der untere Teil des Kreises abgeschnitten ist (s. Bild 3). Je nach Wunsch den Karton bspw. mit Wasserfarben anmalen oder bekleben.

Parallel zur geraden Seite der Halbkreise mit einem Abstand von ca. 2-3cm eine Linie in der Länge der kurzen Seite der Grundform (ca. 9cm) mit dem Messer einschneiden (s. Bild 4). Nun vorsichtig die Grundform in den Schlitz von Fuß- und Kopfende stecken. Auf Wunsch kann am Fußteil eine Öffnung für das Ladekabel ausgeschnitten werden und eine kleine Decke und ein Kissen für das Handy genäht werden.



Bitte beachten Sie, dass die Kinder bei der Nutzung der Materialien nicht unbeaufsichtigt sind!

Buchempfehlungen

„Der TV-Gucki“

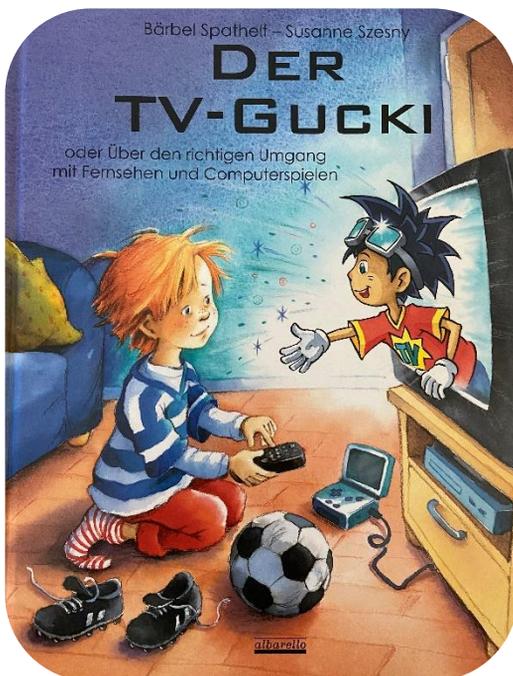
Bärbel Spathelf, Susanne Szesny

Die Geschichte erzählt von Philip, der vor lauter Fernsehen und Computerspielen kaum noch Zeit draußen mit seinen Freunden verbringt. Beim Fußballspielen in der realen Welt muss er feststellen, dass ihm die Übung fehlt, doch die digitale Welt ist so verlockend und der TV-Gucki ermuntert ihn, noch mehr Zeit damit zu verbringen. Im weiteren Verlauf des Buches wird geschildert, wie Philips Mutter schließlich feste Regeln und Zeiten für den Medienkonsum einführt, auch wenn dies zunächst auf Protest stößt.

Alter: ab 4 Jahren

Entwicklungsschwerpunkte:

- Ideen für Regeln zu Mediennutzungszeiten
- Anregungen zur aktiven Gestaltung mit Medien



„Bruno hat 100 Freunde“

Francesca Pirrone

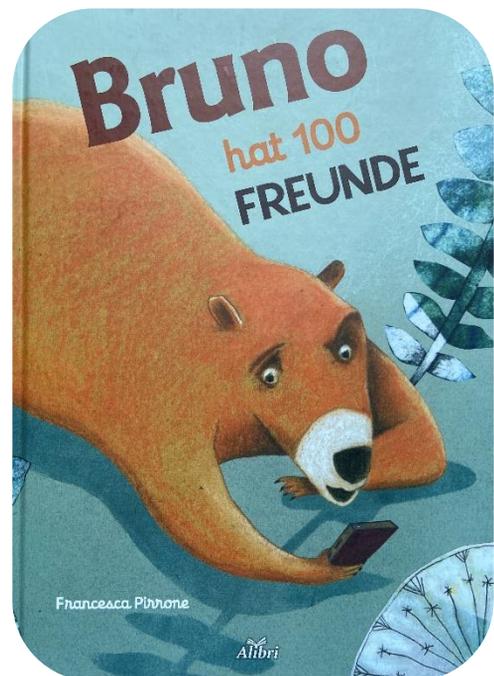
Als Bruno ein Handy im Wald findet, ist er begeistert und freut sich über die vielen neuen Freunde, die er nun überall auf der Welt hat. Er beschäftigt sich nur noch mit dem Telefon und verliert dabei seine Freunde und gemeinsame Aktivitäten aus dem Auge.

Doch was passiert mit all den virtuellen Freunden, wenn der Akku plötzlich leer ist?

Alter: ab 5 Jahren

Entwicklungsschwerpunkte:

- Vermittlung von Sachwissen zum Thema Mediennutzung
- Wiedererkennen von Situationen der eigenen Erlebniswelt



Eltern-Kind-Gruppen der Frühen Hilfen vor Ort

Liebe Eltern,

Wir sind aus der Sommerpause zurück!

Im September beginnen nun nach den Sommerferien wieder in den verschiedenen Städten und Gemeinden im Landkreis Karlsruhe die Gruppen vor Ort. Anbei erhalten Sie eine Übersicht mit allen Eltern-Kind-Gruppen. Bei Interesse und für weiterführende Informationen, wenden Sie sich bitte an die jeweilig genannte Ansprechperson.

Wir freuen uns, Sie in den Eltern-Kind-Gruppen wiederzusehen.

Ihr Team der Frühen Hilfen



Übersicht Eltern-Kind-Gruppen im Landkreis Karlsruhe ab September 2022:

Frau Beck: ann-kathrin.beck@landratsamt-karlsruhe.de oder 0721 936 - 69 360

- Pfinztal: 14-täglich am Donnerstag von 10.00 – 11.30 Uhr und von 15.00 – 16.30 Uhr
- Rheinstetten I und II: jeweils 14-täglich am Dienstag von 10.00 – 11.30 Uhr
- Walzbachtal: 14-täglich am Mittwoch von 14.30 – 16.00 Uhr
- Weingarten: 14-täglich am Mittwoch von 10.00 – 11.30 Uhr

Frau Bock: leandra.bock@landratsamt-karlsruhe.de oder 0721 936 - 69 970

- Bretten: 14-täglich am Dienstag von 14.30 – 16.00 Uhr
- Oberderdingen: 14-täglich am Mittwoch von 10.00 – 11.30 Uhr
- Ubstadt-Weiher: monatlich am Dienstag von 10.00 – 11.30 Uhr und am Donnerstag von 15.00 – 16.15 Uhr
- Zaisenhausen: 14-täglich am Dienstag von 10.00 – 11.30 Uhr

Frau Engert: juliane.engert@landratsamt-karlsruhe.de oder 0721 936 - 67 340

- Dettenheim: 14-täglich am Donnerstag von 15.00 – 16.30 Uhr
- Graben-Neudorf: 14-täglich am Mittwoch 10.00 – 11.30 Uhr
- Linkenheim-Hochstetten: 14-täglich am Mittwoch von 10.30 – 12.00 Uhr
- Stutensee: 14-täglich am Donnerstag von 10.00 – 11.30 Uhr

Frau Huster: jana.huster@landratsamt-karlsruhe.de oder 0721 936 - 67 360

- Karlsbad MINI: 14-täglich am Dienstag von 14.30 – 16.00 Uhr
- Karlsbad MIDI: 14-täglich am Mittwoch von 14.30 – 16.00 Uhr
- Marxzell: 14-täglich am Mittwoch von 10.00 – 11.30 Uhr

Frau Rösch: ulrike.roesch@landratsamt-karlsruhe.de oder 0721 936 - 68 210

- Eggenstein-Leopoldshafen: 14-täglich montags, dienstags, mittwochs, donnerstags
14.30 – 16.00 Uhr

Frau Martin: karoline.martin@landratsamt-karlsruhe.de oder 0721 936 - 68 140

- Oberhausen-Rheinhausen: 14-täglich am Dienstag von 10.00 – 11.30 Uhr
- Östringen: monatlich am Montag von 14.30 – 16.00 Uhr
- Bad-Schönborn/ Mingolsheim: monatlich am Mittwoch von 09.30 – 11.00 Uhr
- Kronau: monatlich am Dienstag von 14.30 – 16.00 Uhr

Frau Unland: imke.unland@landratsamt-karlsruhe.de oder 0721 936 - 67 270

- Kraichtal: monatlich am Mittwoch 9.30 – 11.00 Uhr
- Philippsburg: monatlich am Montag 14.45 – 16.15 Uhr
- Waghäusel: 14-täglich am Dienstag 10.00 – 11.30 Uhr

Ansprechpartner Beratungsangebote

Fachteam Frühe Hilfen

E-Mail: fruehe.hilfen@landratsamt-karlsruhe.de

Internet: www.landkreis-karlsruhe.de/fruehe_hilfen

Die für Ihre Gemeinde zuständige Mitarbeiterin und deren Kontaktdaten können Sie der Homepage entnehmen.

STARKwerden

Internet: <https://starkwerden.landkreis-karlsruhe.de/>

Psychologische Beratungsstellen

Internet: www.landkreis-karlsruhe.de/Psychologische-Beratungsstellen

Allgemeiner Sozialer Dienst

E-Mail: jugendamt@landratsamt-karlsruhe.de

Internet: <https://www.landkreis-karlsruhe.de/Allgemeiner-Sozialer-Dienst>

Landesprogramm STÄRKE

E-Mail: staerke@landratsamt-karlsruhe.de

Internet: www.staerke-landkreis-karlsruhe.de

Themen der bisherigen Newsletter

1. Newsletter (März 2022)

- Entwicklungsaufgabe: Mein Körper und Ich – frühkindliche Sexualität
- Bilderbuchempfehlungen
- Massagespiele mit Babys und Kleinkindern

2. Newsletter (Juni 2022)

- Entwicklungsaufgabe: Selbstständigkeit im Kleinkindalter
- Eltern-Kind-Gruppen vor Ort
- Sonnenschutz
- Beschäftigungsidee: Kräuter ziehen mit Kindern (Kresse-Ei & Schnittlauchigel)
- Bilderbuchempfehlungen

Die bisherigen Newsletter finden Sie unter:

www.landkreis-karlsruhe.de/Mediathek-Frühe-Hilfen/