

Wegweiser in der digitalen Welt

Kinder und Jugendliche bewegen sich ganz selbstverständlich in den sozialen Medien. Eltern fällt es oft schwer nachzuvollziehen, was sie dort eigentlich tun – und wie sie sie vor potenziellen Gefahren schützen können. Sozialarbeiterin Lea Gietz listet einige Anlaufstellen zum Umgang mit sozialen Medien auf. Und schlägt noch etwas anderes vor, das eigentlich viel näher liegt, vielen Eltern aber nicht von alleine einfallen würde.

PCs und Smartphones erleichtern uns Erwachsenen inzwischen massiv das Leben. Trotzdem sehnen sich viele zumindest manchmal nach einer Zeit ohne ständige Vernetzung zurück. Damals schien doch alles irgendwie leichter und weniger stressig zu sein, oder?

Kinder und Jugendliche wachsen inzwischen ganz anders auf. Für sie verschwimmen die Grenzen zwischen „Realität“ und „Virtualität“ zunehmend. Bereits 86 Prozent der 10- bis 12-Jährigen in Deutschland besaßen laut Statista im Jahr 2021 ein Smartphone, bei den 6- bis 9-Jährigen waren es 21 Prozent.

Die Lebenswirklichkeit ist online

Die digitale Welt stellen heutzutage die Lebenswirklichkeit der Kinder und Jugendlichen dar. Sie nutzen Apps, um in Kontakt mit ihren Freund:innen zu stehen, bei Themen, die sie interessieren, auf dem Laufenden zu bleiben, sich zu informieren, Schulaufgaben auszutauschen, die Busverbindung zu checken oder zur Belustigung Videos anzuschauen.

Doch die virtuelle Welt birgt auch Gefahren: Cyberstalking und -mobbing, Internetbetrug, gefährliche Schönheitstrends. Ärzt:innen warnen, dass zu viel Zeit vor dem Bildschirm den

Augen schaden könnte. Außerdem würden sich junge Menschen zu wenig bewegen.

Was können Eltern tun, um ihr Kind zu schützen, ohne dabei dessen Bedürfnisse aus den Augen zu verlieren?

Was die digitale Welt für Kinder bedeutet

Zu den Bedürfnissen Heranwachsender gehören seit jeher ganz elementar die Identifikation mit Gleichaltrigen und die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit und Individualität. Dementsprechend tragen soziale Medien auch zur Identitätsfindung der Kinder und Jugendlichen bei. Wurden früher Magazine und Zeitschriften durchblättert, so wird heute durch Instagram oder Tik Tok gescrollt.

Das Mitmachen von Trends und das Posten persönlicher Inhalte können zu einer guten Stellung bei Gleichaltrigen beitragen. Positives Feedback fördert das Selbstwertgefühl der Kinder und Jugendlichen. Auf der anderen Seite können sie aber auch Scham oder Mobbing erleben.

Sicherer Umgang mit sozialen Medien

Um Kinder und Jugendliche vor negativen Auswirkungen zu bewahren, ist es wichtig, ihnen einen Weg zum sicheren Umgang mit sozialen Medien zu weisen. Das Problem ist, dass Eltern sich oft selbst gar nicht gut genug mit den Apps auskennen, in denen ihre Kinder unterwegs sind, um einen vernünftigen Umgang damit zu begleiten.

An dieser Stelle sind ein Zugang zur und das Verständnis für die digitale Lebenswelt wichtig. Dafür gibt es einige Anlaufstellen, bei denen Eltern sich Tipps holen können (siehe unten).

Ein weiterer Ort, an dem Kinder und Jugendliche einen sicheren Umgang mit (sozialen) Medien lernen können, sind Jugendzentren. Auch hier hat in den letzten Jahren die digitale Jugendarbeit Einzug gefunden. In Bergisch Gladbach wurden im Rahmen des Projekts JuDi BGL (Jugendarbeit Digital) die Mitarbeitenden in verschiedenen Jugendzentren geschult. Hier können auch Eltern um Tipps bitten.

Anlaufstellen zum Umgang mit sozialen Medien:

- www.klicksafe.de
- www.handysektor.de
- www.internet-abc.de
- in-gl.de/2022/05/09/jugendarbeit-digital-sicher-in-den-sozialen-medien/

Was oft vergessen wird ist, dass Eltern eigentlich schon direkt an der Quelle sitzen: Ihre Kinder wachsen mit sozialen Medien auf und finden sich super in ihnen zurecht. Fragen Sie ihr Kind, lassen Sie sich diese Welt erklären und zeigen Sie Interesse, sodass Sie gemeinsam etwas lernen können.

Machen Sie Ihr Kind zum Experten!

Hierbei kann das Kind mit seinem Wissen und seinen Fähigkeiten glänzen. Sie können daraus einen lustigen Nachmittag gestalten, an dem sie Tanzvideos oder andere Trends nachstellen. Diese müssen ja nicht veröffentlicht werden, aber Ihr Kind wird Spaß daran haben, Ihnen Dinge zu zeigen.

So schlagen Sie gleich mehrere Fliegen mit einer Klappe: Sie bestärken die Selbstwirksamkeit Ihres Kindes und verbringen Zeit miteinander. Sie lernen den Handlungsspielraum ihres

Kindes kennen und erhalten die Möglichkeit, sofort auf gefährliche Themen, Inhalte, Seiten oder Apps hinzuweisen und darüber zu sprechen.

Also: Seien Sie nicht scheu, probieren Sie es aus und zeigen Sie Interesse. Sowohl Sie als auch Ihr Kind können davon nur profitieren.

Weitere Beiträge zum Thema