

MEDIEN MIT KINDERN

MEIN GUTSCHEINSYSTEM FÜR DICH



Lange Gutscheine für
mehr Medienzeit

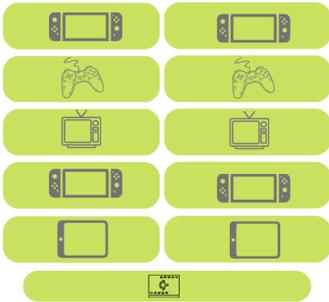
Jedes Kind bekommt seine
eigene Gutscheinfarbe

Mein Gutscheinsystem für einen leichteren Umgang mit Medienzeiten in Familien.

Meine Tipps für einen stressfreien Umgang mit den Mediengutscheinen

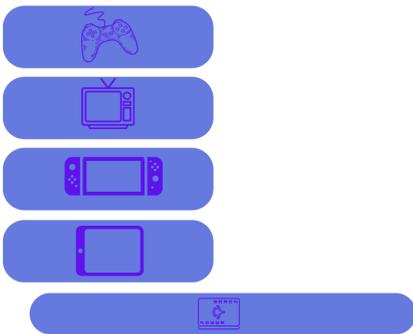
- 1) Zeit für deine **Planung als Elternteil!** Du bist die Person, die eine klare Vorstellung davon haben sollte, was gut, besprechbar oder ein no-go wäre. Kinder wissen ja eh meist ganz genau was sie wollen- du auch? Stelle dein persönliches Familienregelwerk auf.
- 2) Zeit für die **Einführung und Besprechung** mit den (größeren) Kindern. Für ein 2-jähriges braucht es natürlich andere Vereinbarungen, als für ein 15-jähriges Kind. Ab 5/6 Jahren würde ich meine Regel einführen und aber auch rückfragen- wie hört sich das für dich an? Wollen wir das so ausprobieren? Findest du es fair?
- 3) Macht einen Zeitraum für die **Testphase** aus- nach zwei Wochen macht es Sinn nochmal extra zu dem Thema zusammenzukommen und die Zeit Revue passieren zu lassen. War die Menge der Gutscheine gut? Wurde daran gedacht, die Gutscheine vor dem Gucken abzugeben? Muss etwas geändert werden?
- 4) **Einrichtung:** richte die Medienwelt so ein, dass die Nutzungszeiten mit denen der Gutscheine übereinstimmen. Das Tablet schaltet sich demnach bei uns nach 30 Minuten aus- will das Kind direkt den 2. Gutschein nutzen, wird je nach Tageterminen natürlich, der zweite "bezahlt" und das Tablet vom Erwachsenen um 30 Min verlängert.
Uns hat es Spaß gemacht auch die Gutscheine "einzurichten"- also gemeinsam auszuschneiden zu laminieren und zu überlegen, wo sie zentral gelagert sind, um die Entnahme für die Kinder zu erleichtern. Auch wir als Erwachsenen haben uns einen - geheimen- Ort ausgesucht, an dem die genutzten Gutscheine für die Woche lagern, bis sie wieder zum Wochenanfang ausgegeben werden.
- 5) **Bedingungs-Gutscheine:** Je nach Familie kann es auch Sinn machen, die blauen Gutscheine einzuführen- diese werden nicht am Wochenanfang ausgegeben, sondern nur ausgeündigt, wenn etwas dafür getan wurde. Das ist bei uns z.B. Mithilfe im Haushalt- über das normale "räume dein Zimmer auf" hinaus. Das kann bei uns sowas sein wie das Wohnzimmer zu saugen, alle Spielsachen aus den Fluren räumen, mal die Schuhe putzen...Heißt, wenn das Kind extra Zeit für die Medien haben möchte, die Wochengutscheine weg sind, oder es einfach für mehrere Filmabende mehr Zeit benötigt, kann es sich diese erarbeiten. Damit diese Zeitaufstockung nicht ins unendliche verläuft, gibt es die extra Scheine. Sind diese leer, muss halt was anderes gemacht werden. Die Welt hält da ja einiges bereit :-)
- 6) Die **Blanko-Scheine** könnten z.B. Für die Eltern gefüllt werden: Blume fürs Blumengießen...5x Blumengießen gemacht vom Kind = 1 Bedingungs-gutschein? Denkt euch was aus. Schön finde ich auch die Idee, dass Kinder ihre Blankogutscheine füllen mit Sachen wie: Ins Schwimmbad gehen- Gesellschaftsspiel spielen- Sushi bestellen...Heißt die Kids haben Gutscheine die sie ausspielen können und die dann gemacht werden. Ich bin gespannt auf eure Ideen hierzu.

Die Kategorien der Gutscheine



Farbig- Blätter mit 16 Gutscheinen + ein langer Joker

Die Eltern überlegen, welche Zeitspannen den normalen Gutscheinen zugrunde liegen- bei uns je 30 Minuten. Der Joker ist gedacht für besondere Anlässe und zeigt bei uns +1 Stunde an. Verschiedene Farben für verschiedene Kinder im Haushalt, der Übersicht wegen.



Blaue Gutscheine 5 Stück. Dies sind die Bedingungsgutscheine- sie können durch Mitarbeit/ gute Noten erworben werden.



Blau behalte ich, bis sie verdient wurden

Grün für Kind 1

Gelb für Kind 2

Es kann hier natürlich auch besprochen werden, dass jüngere weniger Gutscheine bekommen, als ältere.

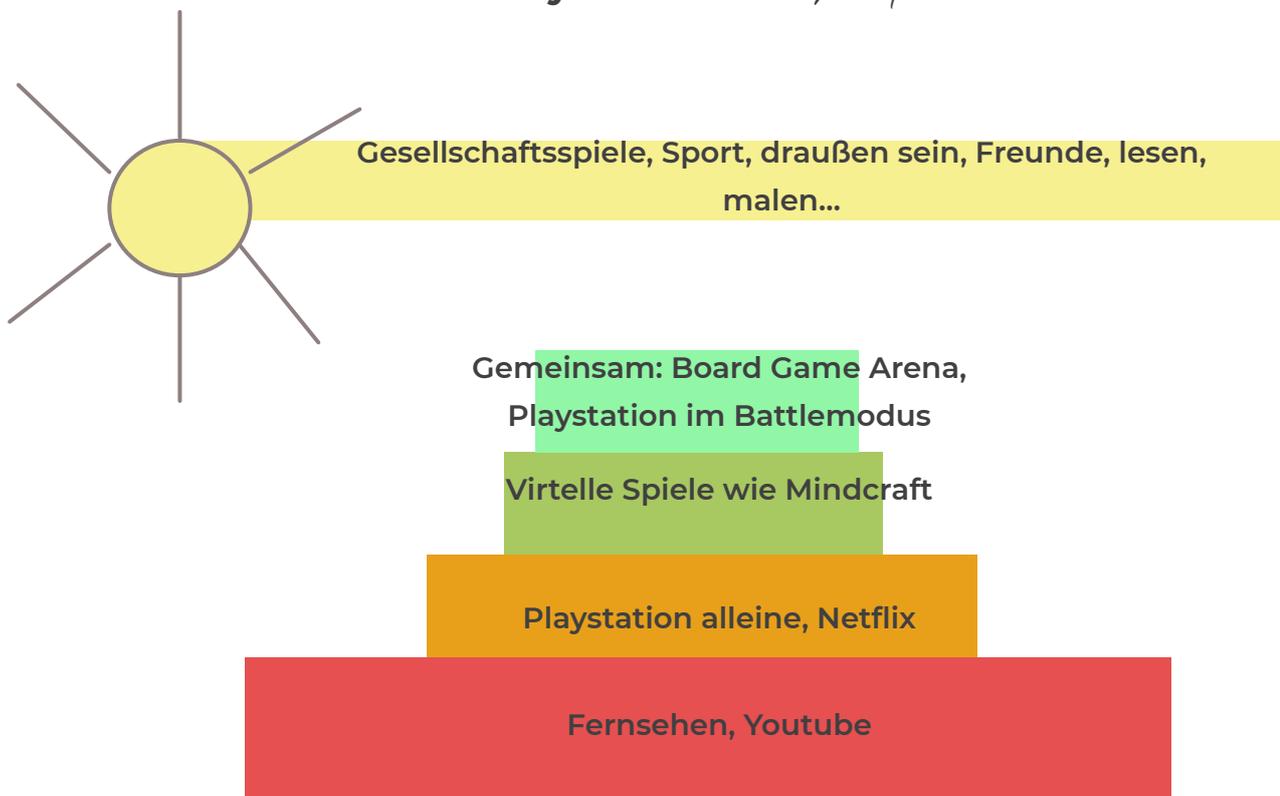
Wir haben unsere Gutscheine gemeinsam einlaminiert, du kannst sie natürlich auch auf Pappe kleben, damit sie haltbarer sind.

Weitere Hinweise zum Familienalltag

Es gibt- zumindest bei uns- auch immer die Notwendigkeit der Flexibilität. Nur weil die Gutscheine genutzt werden, muss ja nicht alles in Stein gemeißelt sein. Bei uns bleiben die Gutscheine im Urlaub z.B. definitiv zu Hause. Wenn die Gutscheine aus sind, der beste Kumpel da ist, es genug Bewegung in den letzten Tagen gab, wäre es für mich z.B. Auch okay eine Playstation-Session Autorennen freizugeben. Mit dem Hinweis: eigentlich, sind deine Gutscheine schon leer, aber gut ihr bekommt 20-30 Minuten, dann wird aber bitte noch etwas anderes gespielt.

Ich persönlich merke, dass ich ein unterschiedliches Verhältnis zu unterschiedlichen Medien habe. Fernsehen steht bei mir ganz unten, allein der Werbelöcher wegen und auch, weil so passiv konsumiert wird. Anders gestellt bin ich gegenüber virtuellen Spielen wie Minecraft, bei dem wie mit Lego toll geplant und kreativ gebaut wird. Zusammenspielen mit Freunden würde ich dem aber auch nochmal vorziehen- auch wenn ein Bildschirm leuchtet, bewirken Freunde immer viel Kommunikation und Absprachen, was toll ist.

Hier meine Pyramide der *Medienhierarchie*



Mehr zu meinen persönlichen Hintergründen zu dieser Hierarchie auf meinem Blogpost

Nähen statt Fernsehen?

Eine tolle gemeinsame Zeit mit deinem Kind kannst du natürlich auf ganz verschiedene Art und Weise erleben. Wir spielen z.B. Gerne Gesellschaftsspiele oder backen. Seit mein Sohn 6 war, haben wir uns auch gemeinsam an das Hobby Nähen herangewagt. Wie du kleine Anfängerprojekte mit deinem Kind anfangen kannst, siehst du auf meinem [Youtube-Kanal](#). Dort kannst du mir und meinem Sohn zuschauen und unsere Projekte mitnähen.

P.S. Weiterführende Informationen zu Medienzeiten gibt es z.B. Auch hier: <https://www.klicksafe.de/bildschirm-und-medienzeit-was-ist-fuer-kinder-in-ordnung/kinder-bis-10-jahre>



Willkommen in meiner Welt!

[Newsletter](#) bei naehen-lernen.com mit Silhouetten-Guide

Freebook Kleid Amelie zum Nähen [HIER](#)

Passform Onlinekurse hier: www.naehen-lernen.com

Digitale Nähanleitungen hier: www.berlinerishop.com

Herzlichst. Lena

Kontakt:

Lena Bunjes

mail@naehen-lernen.com

www.naehen-lernen.com

Schnittmuster: berlinerishop.com

