

Vom smarten Umgang mit dem Smartphone und wie Eltern ihre Kinder begleiten können

Für Daniel Wolff, Medienpädagoge und Digitaltrainer, ist das Smartphone die erfolgreichste Erfindung der Welt und der Name ein cooler Marketingtrick, denn ein „Phone“ sei das Gerät schon lange nicht mehr. Wer heute ein Handy in Händen hält, hat es in der Regel mit einem kleinen Taschencomputer zu tun, mit dem wir in Windeseile Informationen abrufen, miteinander in Kontakt treten und uns unterhalten und berieseln lassen können. Und fast alles scheinbar zum Nulltarif. Den wenigsten ist aber bewusst, dass wir mit unserer Aufmerksamkeit bezahlen, und genau hier liegt das Problem. Aufmerksamkeit ist zu einer Währung geworden und die namhaften Tech-Giganten haben ein großes Interesse daran, uns bei der Stange zu halten und an die „Aufmerksamkeitsmaschine“ zu fesseln.

In schüleraktivierenden Workshops, die in der zweiten Schulwoche stattfanden, erklärte Daniel Wolff unseren Siebt- und Achtklässlern, wie sie vernünftig mit dem Smartphone umgehen und welche Fallstricke sie meiden sollten.

Mit humoristischen Schauspieleinlagen – er selbst ist Vater dreier Kinder und kennt sämtliche „Tricks“ und Ausreden – und fachlichem Wissen zu angesagten Gaming-, Social-Media und KI-Tools führte er den Schülerinnen und Schülern ihren eigenen Medienkonsum und die damit verbundenen Chancen und Gefahren vor Augen, ohne den moralischen Zeigefinger zu erheben. Vielmehr gab er den Schülerinnen und Schülern zu verstehen, dass er ihre Interessen, Wünsche und Ängste ernst nehme. Er bestärkte die Jugendlichen, mit ihren Eltern über das, was sie im Netz erlebten, zu sprechen, auch über negative Erfahrungen, im Vertrauen darauf, dass ihnen ihre Eltern zuhören und ihnen nicht das Smartphone wegnehmen.

Und genau das war eine der wichtigsten Botschaften beim Elternabend, der flankierend zu den Schülerworkshops stattfand: Eltern sollen ihren Kindern nicht mit Smartphone-Entzug drohen, wenn einmal etwas schief laufe, sondern ihnen das Gefühl geben, dass sie mit ihren Sorgen und Ängsten kommen dürfen, ohne fürchten zu müssen, dass ihnen das Gerät entzogen werde. Andernfalls passiere genau das, was keiner wolle: Die Kinder schweigen, sind allein mit ihren Sorgen und Nöten und die Eltern erfahren erst viel zu spät davon.

Neben dem offenen Austausch mit den Kindern sei es aber auch ganz wichtig, dass klare Regeln in der Familie aufgestellt würden, bevor ein Kind ein Smartphone erhalte. Man könne diese auch in einem schriftlichen „Vertrag“ fixieren, den die Kinder unterzeichnen, wenn sie das Smartphone ausgehändigt bekommen. Das schaffe Verbindlichkeit.

Das allein genügt aber nicht, denn Smartphones ziehen Groß und Klein in ihren Bann. Daniel Wolff appellierte an die Eltern, nachts alle internetfähigen Geräte aus dem Schlafzimmer fernzuhalten und zum Beispiel Familienladegeräte anzuschaffen, in der alle Smartphones, auch die der Eltern, geparkt werden. Bei jüngeren Kindern empfiehlt der Digitaltrainer, Kinderschutz-Software einzusetzen, aber diese könne nie alleine die Lösung sein, denn man dürfe nie die „Pausenhofschwarmintelligenz“ unterschätzen: Viele Kinder und Jugendliche fänden Wege, die Sicherheitseinstellungen zu umgehen. Eltern sollten ihren Kindern ein Vorbild in puncto Mediennutzung sein, zum Beispiel dergestalt, dass es in der Familie internetfreie Auszeiten gebe. Und zu guter Letzt empfiehlt der Digitaltrainer, dass Eltern zusammen mit ihren Kindern gesunde Alternativen wie Aktivitäten in der Natur, im sportlichen Bereich oder mit Freunden schaffen.

Dass Smartphones nachts im Schlafzimmer nichts verloren haben, sprach Daniel Wolff auch deutlich in den Schülerworkshops an. Die Weckfunktion sei kein Grund, ein Handy am Nachtkästchen liegen zu haben. Tausende von „Neuigkeiten“ im WhatsApp-Klassenchat oder emotional aufwühlende Videos raubten nämlich den Schlaf. Nicht nur handyfreie Nächte machen „glücklich“, sondern auch datensparsame Grundeinstellungen in Apps, wie Daniel Wolff den Schülerinnen und Schülern verriet und an Beispielen veranschaulichte.

Maßnahmen, die sofort gegen übermäßigen Smartphonegebrauch helfen, sind oft nicht aufwendig, aber durchaus wirksam.

Manche werden sicher nach dem Vortrag in sich gegangen sein und wer weiß, vielleicht steht bei dem ein oder anderen ein analoger Wecker oder gar eine Familienladestation auf dem Weihnachtswunschzettel. Zu wünschen wäre es.

Anita Riedelsheimer