





Unser Ziel:

Die Kinder und Jugendlichen sollen einen verantwortungsvollen Umgang mit den digitalen Medien lernen.

# Ablauf



1. Teil: Information 25'
2. Teil: Austausch in Gruppen 40'
3. Teil: Austausch in der Klasse 20'
4. Zeit für Einzelgespräche individuell

# 1. Teil: Informationen (25 Minuten)



<b>Jugendliche</b>	<b>Was erleben wir?</b>
Schule	Unsere Haltung, unsere Regeln, unsere Empfehlungen
Schule	Förderung der Konzentration Einsatz digitaler Medien im Unterricht
Wissenschaft	Wie kann Lernen besser gelingen? B. Studer
Schulsozialarbeit	Was beschäftigt die Jugendlichen? Einblick in die Medienworkshops

# Schule: Unsere Haltung



- Den direkten Kontakt pflegen
- Verständnis für Jugendliche zeigen
- Orientierung geben



# Schule: Unsere Regeln



## **Handy selbstverantwortlich nutzen**

nur dann, wenn es gebraucht wird – keine Störung/Ablenkung

## **Handyverbot während grossen Pausen**

direkter Kontakt – Spiele und Gespräche – ohne digitale Geräte

## **Bei Missachtung der Regel:**

Handy kann eingezogen werden (bis Unterrichtsende)

# Schule: Unsere Empfehlung



- Genügend Schlaf
- Keine digitalen Geräte im Schlafzimmer
- Keine digitalen Geräte nach 22.00 Uhr
- Keine Ablenkung:  
Hausaufgaben ohne Handy
- Laptop gezielt einsetzen



# Schule: Konzentration fördern



- «passende» Lernaufgaben
- Bewegungspausen
- Konzentrationsübungen
- gezielter Einsatz von Buch / Heft



# Wie kann lernen besser gelingen?



# Einsatz digitaler Medien im Unterricht



... sind „Tool“, genau wie das Etui

- Selbstverantwortung - Selbständigkeit
- Individuelles Lernen
- Interaktive Lern-Angebote
- Schnelles Recherche Tool

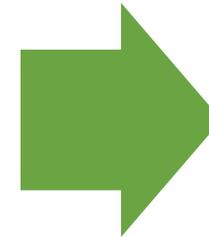
# Arbeitsweise SSA



Früherkennung  
und  
Sensibilisierung

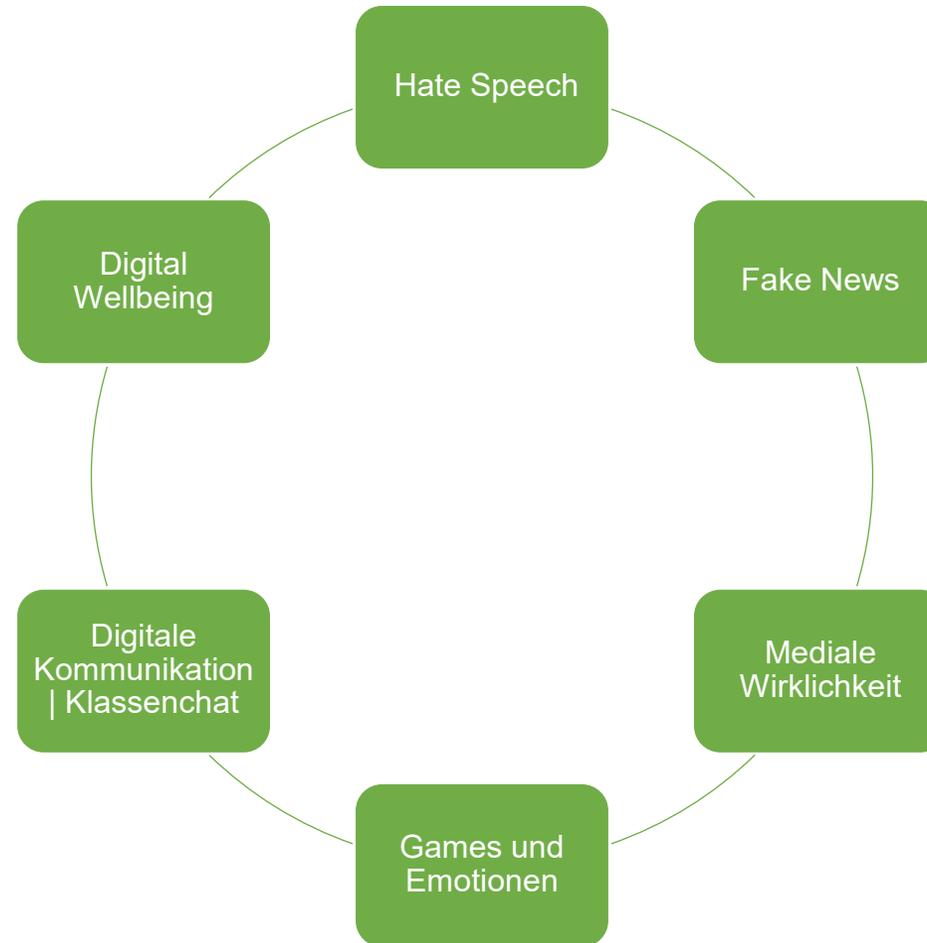


Intervention



» **S**chul  
Rapperswil  
**S**ozial  
Jona  
**A**rbeit  
Eschenbach  
»

# Workshop "Hersch Media im Griff?"



# Was beschäftigt die Jugendlichen?



- Hohe Bildschirmzeiten
- Mentale Gesundheit
- Realität vs. Fiktion
- Smartphone als Lösung für alles

# Mein Kind hat verschiedene Interessen...



Gamen

Dinge reparieren

Freunde treffen

Lesen

Skifahren

am Handy sein

Sport

Badi

Lego

chillen

# Was passiert wenn es weniger wird...?



Gamen

Freunde treffen

am Handy sein

Sport

Badi

Lego

chillen

# Und noch weniger..?



Gamen

Freunde treffen

am Handy sein

chillen

# Dann lohnt es sich hinzuschauen



Gamen

am Handy sein



# Kernaussagen



- Soziale Medien stimulieren das Gehirn -> Aktivierung Belohnungssystem
- Strategie für die Emotionsregulation und Stressabbau
- Bildschirmzeit – Aussagekraft?
- Problematik und Suchtverhalten: wenn das Gerät wichtiger wird als alles andere -> Vernachlässigung

# Drei Möglichkeiten



- Interesse am Handygebrauch zeigen
- Wöchentliches Zeitkontingent festlegen
- Angebot und Hilfe in Anspruch nehmen:  
Webseiten / Fachstellen / SSA / Bibliothek

# Kontaktaufnahme und weitere Links



Elternguide  
online

Jugend und  
Medien

Sicher  
gesund

147: Pro  
Juventute

Schau hin

## 2. Teil: Austausch in Gruppen (40 min)



Wo geht's weiter?

Klasse s1a → A16

Klasse s1b → A11

Klasse r1a → A16

Klasse kk → A11

## 2. Teil: Austausch in Gruppen (40 min)



Eltern kommen ins Gespräch in Gruppen

### Zwei Beispiele aus dem Alltag pro Tisch

- Exzessives Gamen
- Selbstdarstellung im Netz
- Fear of missing out (fomo)
- TikTok Challenges

Notieren Sie eigene Ideen und mögliche Wege

## 2. Teil: Austausch in Gruppen (40 min)



- Sammlung der Erkenntnisse aus den Fallbeispielen
- Digitale Auswertung der Veranstaltung

# Möglichkeit für Einzelgespräche



- Schulleitung
- Lehrpersonen
- Pädagogischer IT Supporter
- Schulsozialarbeit
  
- Bücher, Flyer, Adressen