

PRÄVENTIONSTAG «BILDSCHIRMNUTZUNG UND PSYCHISCHE GESUNDHEIT»

VERTIEFUNGSGEFÄSS 1: «VORSCHULALTER / FRÜHE KINDHEIT»

Welche Herausforderungen erleben Sie in der Praxis bzgl. Bildschirmnutzung und psychische Gesundheit im Setting «Vorschulalter/ frühe Kindheit»?

- Erreichbarkeit von vulnerablen Gruppen
- Teils unklare Botschaften für Eltern → Verunsicherung
- Es gibt keine einfache Lösung/Leitfaden
- Bewusstwerden der eigenen Vorbildfunktion
- Moralisiertes, schambesetztes Thema, gegenseitige Anschuldigungen
- Je mehr Bildschirmzeit, desto weniger Zeit für andere Entwicklungsaufgaben
- Selbstreflexion ist ein Luxus, der mit den eigenen Ressourcen verknüpft ist

Welche möglichen Lösungsansätze gibt es, um mit diesen Herausforderungen umzugehen? Setzen Sie in der Praxis bereits solche Lösungsansätze um?

- Verstärkte Zusammenarbeit von Kitas und Kinderärzt:innen
- Medienmeter (Kanton Basel-Stadt)
- Ins Gespräch kommen mit den Eltern, Verständnis entwickeln/zeigen
- Vermehrte Aufklärung
- Austausch unter Eltern fördern
- Relativieren und den Eltern so Druck wegnehmen
- Thema mit Bilderbüchern thematisieren
- Langeweile aushalten
- Rolle als Vorbild realisieren und wahrnehmen
- Benennen, was man auf dem Gerät gerade macht
- Eltern statt Kinder ins Zentrum rücken – vermindert schlechtes Gewissen und stösst auf weniger Abwehr
- Haltungsdiskussionen führen anstatt zu moralisieren