

## Liebe Eltern,

unsere Kinder wachsen in einer Welt auf, in der digitale Medien allgegenwärtig sind. Das Smartphone klingelt, ein Foto wird verschickt, ein kurzer Blick in die Nachrichten – all das gehört für Erwachsene zum Alltag. Doch gerade die kleinen Momente mit unseren Kindern sind unbezahlbar: das erste „Mama, schau mal“, fröhliches Kichern beim Spielen oder die Kuschelzeit vor dem Einschlafen. In solchen Augenblicken lohnt es sich, das Handy wegzulegen und ganz im Hier und Jetzt zu sein. Nähe entsteht durch Blickkontakt, gemeinsame Erlebnisse und ungestörte Begegnungen.

Bewusste Mediennutzung schafft Raum für ungeteilte Aufmerksamkeit und stärkt die Beziehung zu Ihrem Kind. Dieser Flyer zeigt Alltagssituationen, in denen es wertvoll ist, das Smartphone ruhen zu lassen und stattdessen Nähe, Sicherheit und Freude zu schenken.

Das „**Netzwerk Frühe Kindheit**“ – **KoKi** unterstützt Familien mit Informationen, Angeboten und Beratung, damit Kinder von Anfang an die besten Entwicklungsbedingungen vorfinden. Die Tipps in diesem Flyer laden dazu ein, den Familienalltag bewusst zu gestalten.

**Genießen Sie diese besonderen Momente mit Ihrem Kind – sie sind einzigartig.**



## Kontakt



Landratsamt Bad Kissingen  
**Netzwerk Frühe Kindheit**  
**Kontaktstelle Frühe Hilfen**  
Obere Marktstraße 6  
97688 Bad Kissingen

 0971 801 - 9230

 fruehe-hilfen-koki@kg.de

[www.beratungswegweiser-kg.de](http://www.beratungswegweiser-kg.de)



## Weiterführende Informationen:

### Baby oder Smartphone im Blick? (PDF-Broschüre)

[www.ifp.bayern/files/media/ifp/public/  
projects/baby-oder-smartphone-im-blick/  
ifp-baby-oder-smartphone-im-blick.pdf](http://www.ifp.bayern/files/media/ifp/public/projects/baby-oder-smartphone-im-blick/ifp-baby-oder-smartphone-im-blick.pdf)



### Die Initiative „SCHAU HIN!“ hilft Familien bei der Medienerziehung

[www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info)



### Medienbriefe – Bayerischer Erziehungsratgeber

[www.baer.bayern.de/elternbriefe-medien-  
briefe/elternbriefe](http://www.baer.bayern.de/elternbriefe-medien-briefe/elternbriefe)



Unser Dank geht an den Landkreis Würzburg und die Stadt Würzburg  
für das zur Verfügungstellen der Inhalte dieser Broschüre.  
© Landkreis Würzburg / Stadt Würzburg

Fotos und Illustrationen: shutterstock.com

# Medientipps für Eltern mit Kleinkindern

Situationen, in denen das  
Smartphone Pause hat



## Unsere Empfehlungen:

### 1 Beim Hinbringen und Abholen aus der Kita

Widmen Sie die Zeit der Begrüßung und des Abschieds voll und ganz Ihrem Kind, das Smartphone ruht in der Tasche. So erfahren Sie, in welcher Stimmung Ihr Kind gerade ist. Sie sehen, mit welchen Kindern es sich besonders gut versteht.



»Gib mir Zeit, mich von dir zu verabschieden!«

### 2 Beim Spaziergang mit dem Kinderwagen

Schenken Sie Ihrem Kind Ihre volle Aufmerksamkeit. Wenn Sie telefonieren, entgeht Ihnen leicht, was Ihr Kind gerade braucht. Kleinkinder können noch nicht verstehen, mit wem Mama oder Papa telefonieren, und beziehen die Stimmung der Erwachsenen oft auf sich.

»Gib mir Blickkontakt, das beruhigt mich!«

### 3 Unterwegs in Bahn und Bus

Fahrzeiten eignen sich hervorragend, um mit Ihren Kindern Bücher zu lesen oder zu malen. Zudem bietet das Geschehen vor dem Fenster meistens viele Anregungen für Unterhaltungen, Erklärungen oder z. B. Ratespiele. Lassen Sie das Smartphone in der Tasche und nutzen Sie diese wertvolle Zeit.

»Genieße die Zeit mit mir, sie ist so wertvoll!«



### 4 Im Wartezimmer beim Arzt

Nicht nur Ihnen wird die Zeit im Wartezimmer lang – auch Ihrem Kind. Wenn Sie die Wartezeit mit Lesen oder Spielen verbringen, vergeht sie meistens wie im Flug. Spiele am Smartphone sind für Augen und Gehirn eher anstrengend und tragen wenig zur Erholung bei. Tipp: Stecken Sie sich ein paar kleine Bücher und das Lieblingsauto oder die Lieblingspuppe Ihres Kindes in die Tasche.

»Lenke mich ab und tröste mich bei Bedarf!«

### 5 Vor dem Einschlafen

Die Zeit vor dem Einschlafen ist kostbar – voller Ruhe, Geborgenheit und Nähe. Legen Sie das Smartphone beiseite und verzichten Sie darauf, es als Einschlafhilfe zu nutzen. Das blaue Licht stört den Schlafrhythmus Ihres Kindes. Wiederkehrende Rituale wie Zähneputzen, Vorlesen, Kuscheln und Schlafen geben Sicherheit. Ihre Stimme und Nähe beim Vorlesen beruhigen Ihr Kind und sind die beste Einschlafhilfe.

»Ich brauche deine Nähe und Geborgenheit, um den Tag ruhig ausklingen zu lassen.«

### 6 Im Café und Restaurant

Schnell mal beim Einkaufen eine Pause bei einer Tasse Kaffee einlegen? Das geht auch ohne Smartphone. Nehmen Sie Ihr Kind einfach auf den Schoß, lesen oder malen Sie etwas, reden Sie miteinander oder hören Sie zu. Einige Restaurants und Cafés haben Spielecken für Kinder, in denen Spielzeug und Bücher zur Verfügung stehen.

»Regeln geben mir Sicherheit, unterstütze mich dabei, sie einzuhalten!«



### 7 Im Auto

Für den Fahrer ist das Hantieren am Smartphone tabu. Doch in Gegenwart des Kindes sollte auch die Freisprechanlage nach Möglichkeit ausbleiben. Ob Fahrer oder Beifahrer, es macht Spaß mit dem Nachwuchs Kinderlieder zu singen, Ratespiele („Ich sehe was, was du nicht siehst ...“) zu spielen, die vorbeiziehende Landschaft zu beschreiben oder Kinderlieder zu hören.

»Ich bin neugierig, beschreibe mir die Welt!«

### 8 Auf dem Spielplatz

Einfach mal mitspielen! Schließlich macht es viel mehr Spaß, gemeinsam eine Sandburg zu bauen, als alleine vor sich hin zu buddeln. Auch wenn der Nachwuchs gerade mit einem anderen Kind spielt, darf das Smartphone ruhig in der Tasche bleiben. Kinder suchen zwischendurch oft den Blickkontakt zu Erwachsenen, um sich Rückmeldung zu holen, ob sie etwas richtig oder gut gemacht haben.



»Ich brauche deine Aufmerksamkeit, sei für mich da!«

### 9 Bei den Mahlzeiten

Gemeinsame Mahlzeiten verbinden. Legen Sie Smartphone, Zeitschrift oder Buch zur Seite und verbringen Sie mindestens eine Mahlzeit am Tag gemeinsam mit Ihrem Kind am Familientisch. Es lohnt sich. Bei einem gemeinsamen Essen hat jeder die Gelegenheit, über das Erlebte des Tages zu berichten.

»Schenke mir Zeit beim gemeinsamen Essen!«

