

Für Grundschulen



Projekte zur Prävention vor Mediensucht

Eine Initiative der OFFLINE HELDEN

Über 700.000 Jugendliche leiden unter einem kritischen Internet- und Medienkonsum.

Vor 15 Jahren entwickelte Steve Jobs das erste iPhone. Seitdem ist nichts mehr, wie es war. Wir leben schneller, abwesender und gefährlicher. Durch die Pandemie bedingt schnellte die Zahl an Mediensüchtigen in die Höhe. Nahezu jeder Siebte im Alter von 12 bis 17 Jahren wies ein kritisches Verhalten auf. Man könnte vermuten, dass die Zahlen sich wieder normalisieren, doch entstandene Probleme bestehen weiter. Die Sucht nach Gaming (ca. 220.000 Erkrankte) wird sogar durch die Sucht nach Social Media (ca. 250.000 Erkrankte) übertroffen.

Meist beginnen die Probleme wesentlich eher. Bereits mit neun Jahren erhalten Kinder im Schnitt ihr erstes Smartphone. Je früher Kinder ohne adäquate Aufklärung mit digitalen Bildschirmmedien in Kontakt kommen, desto stärker wird das Gerät positiv assoziiert. Im Falle eines kritischen Lebensereignisses besteht die Möglichkeit, dass sich Heranwachsende in die virtuelle Welt zurückziehen. Zwar schottet diese von Problemen ab, jedoch auch von der restlichen Welt. Durch diesen Rückzug können junge Menschen keine Resilienz entwickeln. Im schlimmsten Fall erleben diese sogar noch sexuelle Belästigung im Internet. Ob Gaming, Social Media oder Pornografie - das Internet ist keine Spielwiese. Es gehört inzwischen zu unserem Leben dazu, und doch gibt es viele Schattenseiten.



Die Initiative OFFLINE HELDEN wurde durch Florian Buschmann gegründet. Seit mehreren Jahren beschäftigt er sich mit dem Thema der Mediensucht. Zum einen litt er selbst vier Jahre unter einer Abhängigkeit. Zum anderen veröffentlichte er das Fachbuch: „ADE AVATAR“. Inzwischen hat er über 100 Veranstaltungen zur Prävention und Intervention geleitet. Vielleicht kommt er oder sein Team bald an Ihre Schule.

1. **Projektstunden: „Ich und das Internet“**
2. **Projektstunden: „Wir sind echt“**
3. **Elternabend: „Prävention & Intervention bei Mediensucht“**
4. **Weiterbildung: „Gefahren, Sucht und Prävention“**

„Florian hat uns aus seinem Leben und von seiner Sucht erzählt. Ich habe gelernt, nicht mehr so viel am Handy zu sein.“

- Schülerin einer 4. Klasse (95. Grundschule – Dresden)

„Herr Buschmann schilderte sehr eindrucksvoll die Gefahren durch die uneingeschränkte Nutzung von Medien im Kindes- und Jugendalter und unterlegte diese mit eigenen Erfahrungen sowie aktuellen Statistiken. In einigen Gesichtern sah man eine gewisse Betroffenheit. Er gab den Eltern praktikable Tipps zum Gestalten von Regeln für den Umgang mit Handy, Internet und PC und ging auf Fragen konkret ein.“

- Leiterin der Grundschule Lommatzsch



Projektstunden: „Ich und das Internet“

Angaben zum Inhalt:

Im letzten Jahrhundert vollzog sich ein tiefgreifender Wandel von Printmedien hin zur digitalen Welt.

Dieser Workshop fokussiert sich auf die schnelle Veränderung unserer Gesellschaft durch Medien. Was sind Medien? Wofür sind sie gut? Können diese auch schlecht sein? Neben diesen Fragen sprechen wir über einen angemessenen Umgang mit dem Internet sowie mögliche Gefahren. Wir legen auf spielerische Art und Weise das Fundament für eine angemessene Einstellung hinsichtlich des Medienkonsums.

Schwerpunkte:

- Entwicklung und Einfluss der Medien
- Positive und negative Seiten des Internets
- Erarbeitung von Schutzfaktoren (bezüglich Gefahren und Sucht)

Zielgruppe: Schüler ab der 2. Klasse (individuelle Anpassung an das Alter)

Termine: Vereinbar

Dauer: 2 Unterrichtseinheiten, kombinierbar mit „Wir sind echt“

Preis: Festlegung nach Absprache
(Förderungen durch GTA, Qualitätsbudget, Aufholen nach Corona usw. möglich)

Ort: Sachsen, auf Anfrage auch andere Bundesländer möglich



Projektstunden: „Wir sind echt“

Angaben zum Inhalt:

Handy und Computer zählen zur Grundausstattung des modernen Menschen.

Immer früher entdecken Kinder das Internet. Positive Gefühle dominieren durch Likes, Spielerfolge und Freundschaften. Grenzenlose Welten in rechteckigen Geräten. Eltern verbieten und regulieren. Kinder grenzen sich ab und blockieren. Die Erfahrungen der Referenten veranschaulichen komplexe Inhalte, sodass ein kommunikativer Austausch entsteht. Der Workshop vermittelt spielerisch und altersgerecht Fähigkeiten zur Selbstregulation, um eine Suchtentwicklung zu vermeiden. Hierbei wird nach individueller Absprache Bezug auf die aktuelle Klassensituation genommen.

Schwerpunkte:

- Suchtvorbeugung
- Selbstregulation
- Medienkompetenz

Zielgruppe: Schüler ab der 3. Klasse (individuelle Anpassung an das Alter)

Termine: Vereinbar

Dauer: 2 Unterrichtseinheiten, kombinierbar mit „Ich und das Internet“

Preis: Festlegung nach Absprache
(Förderungen durch GTA, Qualitätsbudget, Aufholen nach Corona usw. möglich)

Ort: Sachsen, auf Anfrage auch andere Bundesländer möglich



Elternabend: „Prävention & Intervention bei Mediensucht“

Angaben zum Inhalt:

Sie wollen Kinder vor den Gefahren im Internet schützen und die Entwicklung einer Mediensucht vermeiden? Medienkompetenz beginnt immer bei den Eltern. Hierfür haben wir verschiedene Möglichkeiten, um zu unterstützen. Egal für welche Variante Sie sich entscheiden, Praxisnähe sowie Maßnahmen zur Prävention und Intervention stehen im Mittelpunkt. Gerne gehen wir auf Ihre individuellen Wünsche ein.

Schwerpunkte:

1. Gefahren im Internet
2. Dysfunktionale Internetnutzung
3. Gesunde Medienerziehung

Varianten: Kurzkonzept (30 Minuten) – während eines regulären Elternabends möglich
Ausführlicher Elternabend (90 Minuten)

Zielgruppe: Grund- und weiterführende Schulen

Termine: Vereinbar

Preis: Festlegung nach Absprache
(Förderungen durch GTA, Qualitätsbudget, Aufholen nach Corona usw. möglich)

Ort: Sachsen, auf Anfrage auch andere Bundesländer möglich



Weiterbildung: „Gefahren, Sucht und Prävention“

Angaben zum Inhalt:

Immer früher haben Kinder Zugang zu digitalen Geräten, doch wann wird es kritisch? Welche Verantwortung übernehmen die Lehrkräfte und wie können diese einen gesunden Umgang fördern? All diesen Fragen stellen wir uns gemeinsam und erarbeiten, wie Lehrkräfte Schüler am besten begleiten können. Die Themen für eine Weiterbildung werden vorab festgelegt.

Schwerpunkte:

1. Gefahren im Internet & dysfunktionale Internetnutzung
2. Mediensucht aus der Sicht von Betroffenen
3. Gesunde Medienerziehung & Schutzfaktoren
4. Diskussion individueller Fallbeispiele und Fragen

Dauer: 1 ½ bis 3 Stunden, je nach Absprache und gewünschtem Umfang

Zielgruppe: Grund- und weiterführende Schulen

Termine: Vereinbar

Preis: Festlegung nach Absprache
(Förderungen durch GTA, Qualitätsbudget, Aufholen nach Corona usw. möglich)

Ort: Sachsen, auf Anfrage auch andere Bundesländer möglich

„Sehr zu empfehlen! Anschauliche und gleichzeitig fundierte Inhalte und diese zudem sympathisch und kompetent vermittelt!“

- Dr. Kai W. Müller (Vorsitzender des Fachverbandes für Mediensucht)

„Das war ein Volltreffer heute !!!!!!!

Dankeschön!!!!

Die Kinder waren heute ganz begeistert von Dir und allem, was Du gesprochen hast.

Mein Sohn hat mir gleich sehr viel erzählt und Deine Worte haben ihn, so glaube ich, zum Nachdenken gebracht. Sie wollen, dass Du wieder kommst.“

- Mutter eines Kindes aus der 8. Klasse (Neue Walddorfschule Dresden)

So kommen wir an Ihre Schule:

1. Schreiben Sie uns eine Mail an: kontakt@florian-buschmann.de mit folgenden Daten:

- Interesse an Einzelstunden, Tagesworkshops oder Elternabenden
- Anzahl der Veranstaltungen
- Besondere Wünsche
- Bevorzugter Zeitraum
- Kontaktmöglichkeiten.

2. Wir melden uns schnellstmöglich bei Ihnen.

3. Konkrete Absprachen erfolgen in individuellen Gesprächen (Fördermöglichkeiten, etc.).

4. Wir kommen an Ihre Schule und führen die Projekte durch.



Gerne können Sie auch direkt Kontakt mit uns aufnehmen: 017640479797

Bis bald und herzliche Grüße

**Florian
BUSCHMANN**