

Medienkompetenz an Grundschulen

Projekte zur Prävention von Mediensucht und
Förderung der persönlichen Entwicklung



Initiative OFFLINE HELDEN

Unter anderem
bekannt aus:



Prävention für Ihre Grundschule



Prävention von Mediensucht und die Aufklärung über Gefahren im Internet ist in den letzten Jahren ein immer wichtigeres und umfassenderes Thema geworden. Wir freuen uns darauf, mit Ihnen gemeinsam aktiv zu werden, um SchülerInnen und Schüler zu schützen

Unsere jährlichen Statistiken:

In 10	+100	+400	+13.000
Bundesländern	Schulen	Veranstaltungen	Teilnehmer

Als Gründer von OFFLINE HELDEN und ehemals Betroffener von Mediensucht liegt mir das Wohl von Kindern besonders am Herzen. Neben fachlicher Kompetenz setzen wir auf Authentizität und Nahbarkeit.

Unser Ziel: Ihre Schüler stark und resilient für die digitale Zukunft machen.



Gerne stehen wir für Ihre Fragen zur Verfügung.



+49 176 40479797



kontakt@florian-buschmann.de

Als Einzelprojekt und als Konzept möglich

Für die 1. und 2. Klasse: **“Ich und das Internet”**

Niederschwellige Grundlagenvermittlung bezüglich der Themen:

- **Besprechung der Gefahren im Internet**
- **Erarbeitung von Regeln für eine gesunde Mediennutzung**
+ Einbezug der aktuellen Klassensituation

Seite 4



Ab der 3. Klasse: **“Wir sind echt”**

Ausführliche Erarbeitung und Besprechung der Nutzungsgewohnheiten:

- **Reflexion der gegenwärtig genutzten Apps und Programme**
+ Aufklärung über die jeweiligen Gefahren
- **Prävention von Mediensucht und Cyber-Grooming**
+ Einbezug der aktuellen Klassensituation

Seite 5



Ab der 3. Klasse:

- **„Was ist echt? KI verstehen und klug nutzen“**
- **„Gemeinsam stark gegen (Cyber-)Mobbing“**
- **„Emotionen entdecken, Träume gestalten“**

Seite 6 bis 8



Elternabend und/oder Lehrerfortbildung

Ab Seite 9



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:**
- Niederschwellige Reflexion
 - Suchtgeschichten, -entwicklung und Schutz
 - Erarbeitung von Regeln für eine gesunde Nutzung
 - Bei Bedarf Cybergrooming, -mobbing usw.
 - Einbezug der aktuellen Klassensituation

Zielgruppe: 1. und 2. Klasse (individuelle Anpassung an das Alter)

Dauer: 2 Unterrichtseinheiten

Preis: 290 €
(inklusive Arbeitsmaterial, Plakate zur Nachbereitung)

Finanzierbar durch landesspezifische Schul-Budgets, Schulsozialarbeit, Krankenkassen, Gemeinden, Gesundheits- und Jugendämter, Stiftungen, Fördervereine, etc.



Workshop: „Wir sind echt“ - Prävention von Mediensucht

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:

- Reflexion der aktuellen Apps, Spiele usw.
- Bewusstseinserschaffung für die Nutzungszeiten
- Grundlagen über Sucht
- Erarbeitung von Schutzfaktoren
- Einbezug der aktuellen Klassensituation

Zielgruppe: SchülerInnen ab der 3. Klasse

Dauer: 3 Unterrichtseinheiten Kurzvariante mit 2 UE

Preis: 420 € 290 €
(inklusive Arbeitsmaterial, A3 Plakate zur Nachbereitung)

Finanzierbar durch landesspezifische Schul-Budgets, Schulsozialarbeit, Krankenkassen, Gemeinden, Gesundheits- und Jugendämter, Stiftungen, Fördervereine, etc.



Workshop: „Was ist echt? KI verstehen und klug nutzen“

Angaben zum Inhalt:

Künstliche Intelligenz begegnet Kindern immer früher – in Apps, Videos, Suchmaschinen oder beim Bearbeiten von Bildern. Der Workshop vermittelt spielerisch und altersgerecht, was KI ist, wo sie im Alltag vorkommt und warum es wichtig ist, Inhalte nicht blind zu glauben. Gemeinsam sprechen wir darüber, was Menschen von Maschinen unterscheidet, was echt oder gefälscht sein kann und wie KI sinnvoll unterstützen kann. Gleichzeitig sensibilisieren wir für einen fairen und verantwortungsvollen Umgang. Hierbei wird nach individueller Absprache Bezug auf die aktuelle Klassensituation genommen.

- Schwerpunkte:**
- Was ist KI überhaupt?
 - Was ist echt – und was ist gefälscht?
 - Unterschied zwischen Mensch und Maschine
 - Fairer und sicherer Umgang mit KI
 - Einbezug der aktuellen Klassensituation

Zielgruppe: SchülerInnen ab der 3. Klasse

Dauer: 3 Unterrichtseinheiten Kurzvariante mit 2 UE

Preis: 420 € 290 €
(inklusive Arbeitsmaterial, A3 Plakate zur Nachbereitung)

Finanzierbar durch landesspezifische Schul-Budgets, Schulsozialarbeit, Krankenkassen, Gemeinden, Gesundheits- und Jugendämter, Stiftungen, Fördervereine, etc.



Workshop: „Gemeinsam stark gegen (Cyber-)Mobbing“

Angaben zum Inhalt:

Mobbing, insbesondere Cybermobbing, ist ein zunehmendes Problem in Schulen, das das soziale Klima erheblich belastet. In diesem Workshop legen wir mit den Kindern die Grundlagen, um Mobbing vorzubeugen und ein starkes Gemeinschaftsgefühl in der Klasse zu fördern. Die Schüler lernen, respektvoll miteinander umzugehen und entwickeln Empathie, um eine positive Klassengemeinschaft zu stärken. Auch hier wird die aktuelle Klassensituation berücksichtigt, um die Inhalte passgenau auf die Bedürfnisse der Schüler abzustimmen.

- Schwerpunkte:**
- (Cyber-)Mobbing
 - Umgang untereinander
 - Klassenzusammenhalt
 - Förderung des empathischen Umgangs
 - Einbezug der aktuellen Klassensituation

Zielgruppe: SchülerInnen ab der 3. Klasse

Dauer: 3 Unterrichtseinheiten Kurzvariante mit 2 UE

Preis: 420 € 290 €
(inklusive Arbeitsmaterial, A3 Plakate zur Nachbereitung)

Finanzierbar durch landesspezifische Schul-Budgets, Schulsozialarbeit, Krankenkassen, Gemeinden, Gesundheits- und Jugendämter, Stiftungen, Fördervereine, etc.



Workshop: „Emotionen entdecken, Träume gestalten“

Angaben zum Inhalt:

Kinder wachsen in einer komplexen Welt auf, in der das Erkennen und Verstehen von Emotionen essenziell ist. In diesem Workshop lernen die Schüler, ihre eigenen Gefühle sowie die Emotionen anderer besser zu verstehen und zu benennen. Durch die kreative Entwicklung von Träumen und Zielen ermutigen wir die Kinder, ihre Visionen zu verwirklichen und dabei ein starkes soziales Miteinander zu entwickeln. Der Workshop bezieht die aktuelle Klassensituation mit ein, um die Inhalte gezielt und praxisnah zu vermitteln. Nach jeder Veranstaltung erfolgt eine Nachbesprechung zur Reflexion und Evaluation der aktuellen Schulsituation sowie der weiteren Handlungsschritte.

- Schwerpunkte:**
- Emotionen erkennen und benennen
 - Umgang mit Emotionen
 - Empathie und soziales Miteinander
 - Kreative Entwicklung von Träumen und Visionen
 - Einbezug der aktuellen Klassensituation

Zielgruppe: SchülerInnen ab der 3. Klasse

Dauer: 3 Unterrichtseinheiten Kurzvariante mit 2 UE

Preis: 420 € 290 €
(inklusive Arbeitsmaterial, A3 Plakate zur Nachbereitung)

Finanzierbar durch landesspezifische Schul-Budgets, Schulsozialarbeit, Krankenkassen, Gemeinden, Gesundheits- und Jugendämter, Stiftungen, Fördervereine, etc.



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: Nach Absprache

Preis: 290 €
Auf Nachfrage stellen wir Informationsbroschüren bereit (2 € pro Stück)

Finanzierbar durch landesspezifische Schul-Budgets, Schulsozialarbeit, Krankenkassen, Gemeinden, Gesundheits- und Jugendämter, Stiftungen, Fördervereine, etc.



Elternabend: „KI – Chancen, Risiken und Verantwortung“

Angaben zum Inhalt:

Künstliche Intelligenz ist längst im Alltag von Kindern und Jugendlichen angekommen – bei der Informationssuche, für Hausaufgaben, in sozialen Medien oder bei der Erstellung von Bildern und Texten. Dieser Elternabend vermittelt praxisnah Grundlagen zur Einordnung von KI und sensibilisiert für Chancen, Risiken und Grenzen. Gemeinsam sprechen wir über Fake News, Deepfakes, Cybermobbing, manipulierte Inhalte sowie über einen verantwortungsvollen und altersgerechten Umgang. Praxisnahe Impulse zur Prävention und Begleitung im Familienalltag stehen im Mittelpunkt. Wünsche können berücksichtigt werden.

Schwerpunkte:

1. KI im Alltag von Kindern und Jugendlichen
2. Chancen, Risiken und Orientierung im Umgang mit KI
3. Fake News, Deepfakes, Cybermobbing und verantwortungsvolle Begleitung

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

Zielgruppe: Grund- und weiterführende Schulen

Termine: Nach Absprache

Preis: 290 €

Auf Nachfrage stellen wir Informationsbroschüren bereit (2 € pro Stück)

Finanzierbar durch landesspezifische Schul-Budgets, Schulsozialarbeit, Krankenkassen, Gemeinden, Gesundheits- und Jugendämter, Stiftungen, Fördervereine, etc.



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. Themenwünsche werden berücksichtigt. **Ziel ist die Vermittlung eines Konzeptes zur Durchführung eines Kurzelterabends.**

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: Nach Absprache

Preis: 475 bis 950 €

Finanzierbar durch landesspezifische Schul-Budgets, Schulsozialarbeit, Krankenkassen, Gemeinden, Gesundheits- und Jugendämter, Stiftungen, Fördervereine, etc.



Weiterbildung: „Künstliche Intelligenz in Schule und Prävention“

Angaben zum Inhalt:

Künstliche Intelligenz stellt Schulen vor neue Herausforderungen. Viele Lehrkräfte erleben, dass Schülerinnen und Schüler KI bereits intensiv nutzen, während zugleich Unsicherheiten im Umgang mit Chancen, Risiken und Grenzüberschreitungen bestehen. Die Weiterbildung vermittelt Grundlagen zur Einordnung von KI und thematisiert Fake News, Deepfakes, Cybermobbing, manipulierte Inhalte sowie Täuschungsversuche bei schulischen Leistungen. Ziel ist es, Lehrkräften Orientierung und konkrete Ansätze für Prävention und Gesprächsführung im schulischen Alltag zu geben.

Schwerpunkte:

1. KI verstehen und einordnen (Fake News, Deepfakes und Cybermobbing)
2. Chancen, Grenzen und Herausforderungen im Schulalltag
3. Riskante Abkürzungen und pädagogische Reaktionen
4. Prävention, Handlungssicherheit und Fallbeispiele

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

Zielgruppe: Grund- und weiterführende Schulen

Termine: Nach Absprache

Preis: 475 bis 950 €

Finanzierbar durch landesspezifische Schul-Budgets, Schulsozialarbeit, Krankenkassen, Gemeinden, Gesundheits- und Jugendämter, Stiftungen, Fördervereine, etc.

Unsere Beratungsangebote

Wir gehen über die klassischen Workshops hinaus und bieten **umfassende Unterstützung für Eltern und Schulen**. Neben unseren Präventionsveranstaltungen und Workshops stehen wir Ihnen langfristig als Ansprechpartner zur Verfügung. Unser Ziel ist es, nachhaltige Veränderung zu schaffen – nicht nur für einen Tag, sondern über den gesamten Prozess hinweg.

Kostenfreie Wissensplattform für Eltern:

Unsere kostenfreie Wissensplattform bietet Eltern praxisnahe Unterstützung zu Mediensucht, digitaler Erziehung und Internetsicherheit.

- ◆ **Wöchentliche Impulse:** Kurze, praxisnahe Inhalte, die Eltern helfen, digitale Herausforderungen besser zu verstehen und aktiv zu begleiten.
- ◆ **Monatliche Sprechstunden:** Offene, kostenfreie Fragerunden mit unseren Fachleuten, in denen Eltern ihre individuellen Anliegen besprechen.

Unsere Plattform bietet Ihnen die Möglichkeit, sich kontinuierlich weiterzubilden und Unterstützung genau dann zu erhalten, wenn Sie sie brauchen.

Beratungsangebot für Familien

Zusätzlich besteht die Möglichkeit zur **Familienberatung und kontinuierlichen Begleitung von betroffenen Kindern** – sowohl als Ergänzung zu unseren Schulveranstaltungen als auch völlig unabhängig davon.

Sobald Mediennutzung problematische Züge annimmt, **unterstützen wir Familien**, die Situation umfassend zu verstehen, individuelle Lösungswege zu entwickeln und diese gemeinsam in den Alltag zu integrieren. In persönlichen Gesprächen stehen wir zur Seite, um **Schritt für Schritt zu stabilisieren** und langfristig ein ausgewogenes, **gesundes Verhältnis zu digitalen Medien** zu erreichen.

Die oben genannten Möglichkeiten können Sie Eltern Ihrer Schule zur weiteren Unterstützung zukommen lassen.

Einige ausgewählte Rückmeldungen

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

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

„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)**

"Ich fand den Workshop der Schüler informativ und für die Schülerinnen motivierend gestaltet. Sie konnten sich gut und haben sich sehr gern eingebracht und die Atmosphäre war so, dass Schülerinnen sich sowohl zu eigenen Erfahrungen ehrlich äußern als auch bei Erzählungen anderer emotionalen Betroffenheit entwickeln könnten. Die Gefahren der Mediennutzung wurden sehr gut deutlich. Gern mehr davon." Vielen Dank für die wertvolle Arbeit! Wir würden uns sehr freuen, Sie für das nächste Schuljahr zu buchen .

- **Konstantina Adamou (Schulsozialarbeit) LUGMS-Schwaikheim**

„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)**

Wir freuen uns, mit Ihnen etwas zu bewirken

1

Kontaktieren Sie uns mit Ihren Wünschen (z. B. Themen, Klassenstufe, bevorzugter Zeitraum, Anzahl der Klassen und Herausforderungen)



+49 176 40479797



kontakt@florian-buschmann.de

2

Wir beraten Sie gerne unverbindlich und ausführlich zu Themen wie Planung und Finanzierung.