

Das ConKids-Medientagebuch & wie man es nutzt

Ein Leitfaden für pädagogische Fachkräfte und Eltern

Für wen eignet sich das Medientagebuch? Kinder, Jugendliche, Studierende & alle Interessierten, die sich mit ihrem Medienalltag auseinandersetzen möchten :)

Ab wann? Kinder ab 8 Jahren

Was braucht es? Lese- und Schreibfähigkeiten



Was ist ein Medientagebuch und wofür kann es aus (medien)pädagogischer Perspektive eingesetzt werden?

Viele Menschen führen ein ‚klassisches‘ Tagebuch: Es dient dazu, die Erlebnisse des Tages festzuhalten und zu reflektieren – Ein Medientagebuch funktioniert ganz ähnlich, jedoch wird hier speziell der Fokus auf Medien gelegt und die tägliche Mediennutzung eingetragen.

Beim Warten kurz aufs Smartphone schauen, die Lieblingsserie beim Zimmeraufräumen im Hintergrund laufen lassen oder vor dem Rausgehen das Wetter checken – Wie häufig wir Medien im Alltag nutzen, ist uns oft nicht bewusst.

In unserer ConKids-Studie *„Sozialisation in einer sich wandelnden Medienumgebung“* haben wir Medientagebücher eingesetzt, um die alltäglichen und vielfältigen Medienpraktiken von Heranwachsenden erfassen zu können. Die Methode kann aber auch dazu dienen, Kinder und Jugendliche für ihre routinierten und teilweise beiläufigen Momente der Mediennutzung zu sensibilisieren. Forschungen mit Medientagebüchern zeigen, dass sie sich besonders gut eignen, um Raum für persönliche Perspektiven auf die Mediennutzung sowie emotionale Reflexionen zu bieten (Malewski 2020; Rummler, Grabensteiner, und Stingelin 2020). Eine Herausforderung der Reflexion von Mediennutzung ist, dass sie aus der Erinnerung nur schwer wiedergegeben werden kann. Medientagebüchern ermöglichen hier die Mediennutzung zeitnah und genau festzuhalten (Barthorpe et al. 2020, Fuhs, 2013).

Ergänzt durch tägliche Reflexionsfragen (z.B. Wie vielen Leuten folgst du auf Social Media? Wer hat denn immer die besten Ideen und Tipps was Medien angeht?) können Medientagebücher eine bewusstere Wahrnehmung der eigenen Mediennutzung unterstützen. Medientagebücher können also auch in der Erziehung oder pädagogischen Praxis eingesetzt werden. Es muss nicht zwingend jeder einzelne Moment mit Medien festgehalten werden. Oft ist auch schon ein Überblick über die häufigsten Medienpraktiken interessant. Es ist wichtig, das Medientagebuch anschließend gemeinsam zu besprechen. Vorschläge für Reflexionsfragen und Reflexionsthemen haben wir in dieser Anleitung festgehalten.

Quellen:

Barthorpe, A., Winstone, L. Mars, B. & Moran, P. (2020). Is social media screen time really associated with poor adolescent mental health? A time use diary study. *Journal of Affective Disorders* 274: 864–870

Fuhs, B. 2013. Medientagebuch - Eine chronografische Methode. In: Tillmann, A., Fleischer, S. & Hugger, K.-U (Hrsg.). *Handbuch Kinder und Medien*. 259-272. Springer VS.

Malewski, S. 2020. Medienhandeln von Kindern im Kontext des Schulübertritts: Eine explorative Studie. Nomos Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG.

Rummler, K., Grabensteiner, C. & Schneider Stingelin, C. 2020. "WhatsApp, Snapchat, Instagram: Medienhandeln von Schweizer Sekundarschülerinnen und -Schülern im Rahmen außerschulischer Lernaktivitäten – Ein Projektbericht." *MedienPädagogik: Zeitschrift für Theorie und Praxis der Medienbildung*, 39: 170–195.

Wie funktioniert das Medientagebuch?



1. Vorlage des Medientagebuchs herunterladen!

Die Vorlage des Medientagebuchs kann auf conkids.de heruntergeladen werden. Es enthält eine Begrüßungsseite mit kurzer Erklärung und für sieben Tage Fragen zur täglichen Mediennutzung sowie wechselnde Reflexionsfragen.

Tipp: Am schönsten wird das Medientagebuch, wenn es beidseitig gedruckt wird, sodass es zu einem richtigen Tagebuch gefaltet werden kann.



2. Zeitraum festlegen

Wie lange soll das Medientagebuch geführt werden: einen Tag, mehrere Tage oder eine Woche? Besonders interessant ist es, wenn es sich um einen Zeitraum handelt, in dem der normale Alltag stattfindet, nicht etwa während der Ferien oder eines Urlaubs.

Tipp: Die Vorlage ist für 7 Tage gedacht. Wenn der Zeitraum kürzer oder länger ist, sollte auch die Vorlage angepasst werden!



3. Medientagebuch selbst ausfüllen lassen

Eltern möchten ihre Kinder oftmals beim Ausfüllen unterstützen. Die Einträge sind jedoch authentischer für die tatsächliche Mediennutzung, wenn die Heranwachsenden sie selbstständig vornehmen. Wie bei einem Tagebuch, ist auch hier die Privatsphäre zu respektieren. In der Praxis hat es sich als hilfreich erwiesen, bei Bedarf an das Ausfüllen des Medientagebuchs zu erinnern.

Tipp: Gerade Eltern und pädagogischen Fachkräften können wir empfehlen, das Medientagebuch parallel selbst auszufüllen! So kann es zu einem spannenden Austausch auf Augenhöhe kommen, wenn eigene Erfahrungen und Reflexionen eingebracht werden.



4. Ausfüllen des Medientagebuchs



Die Heranwachsenden sollten selbst entscheiden können, wann sie das Medientagebuch ausfüllen: Direkt während der Nutzung (so wird weniger vergessen!), zu festen Tageszeiten oder gesammelt am Ende des Tages. Wichtig ist zudem nicht nur die Dauer festzughalten, sondern auch wofür ein Medium genutzt wurde.

Tipp: Zusätzlich Sticker, Fotos, Screenshots oder Emojis zu verwenden oder Bilder zu malen, kann tiefere Einblicke ermöglichen und die Motivation für das Ausfüllen erhöhen!



5. Das Medientagebuch ist ausgefüllt – was nun?

Wenn das Medientagebuch ausgefüllt ist, ist es spannend, es einmal durchzuschauen, Auffälligkeiten zu finden und sich mit anderen auszutauschen. Am besten in einem Gespräch mit Personen, die das Tagebuch ebenfalls ausgefüllt haben. Weiter unten findet ihr Ideen für Reflexionsfragen und konkrete Reflexionsanlässe. Z. B. kann ein Austausch über die eigene Bewertung von Nutzungszeit von bestimmten Medien(-angeboten) interessant sein und welche Personen für die eigene Mediennutzung bedeutsam sind. Wichtig ist ein wertfreier Austausch auf Augenhöhe, ohne dass die Methode als "Kontrollinstrument" wahrgenommen wird.

Tip: Ergänzend kann hierfür auch unsere Methode *Meine Medien & Ich* genutzt werden. Sie unterstützt die persönliche Bedeutung einzelner Medien zu visualisieren. Darüberhinaus haben wir in einer weiteren Anleitung konkrete *Reflexionsthemen- und anlässe zur Bearbeitung des Medientagebuches* gesammelt. Alle Materialien finden ihr unter conkids.de!

10 Fragen zum Austausch und gemeinsamen Reflektieren:



1. Welche Medien nutzt Du jeden Tag? Warum benutzt Du sie täglich?
2. Welche Medien, die im Medientagebuch auftauchen, nutzt Du am liebsten und wieso ist das so?
3. Gibt es auch manchmal Situationen, in denen Dich die Nutzung eines Mediums stresst oder belastet?
4. Gibt es etwas, dass Du an deiner Mediennutzung ändern möchtest und wenn ja, hast du eine Idee, wie du dies ändern könntest?
5. Gibt es eine Aktivität mit Medien, die Du regelmäßig (fast) vergessen hast einzutragen?
6. Gibt es ein Medium, das Du immer zusammen mit den liebsten Personen (Familienmitglieder, Freundinnen und Freunde, Bekannte) nutzt? Wieso nutzt Du sie häufiger mit diesen Personen?
7. Welche Bedeutung haben Medien für Dich und Deine Freundinnen und Freunde?
8. Gibt es Momente, in denen Du Medien eigentlich lieber weglassen würdest?
9. Welche Medien nutzt Du eher für die Schule, im Freundeskreis, mit der Familie [weitere Lebensbereiche]?
10. Wie viele Menschen, denen Du in Sozialen Netzwerken folgst, hast Du schon mal persönlich getroffen? Würdest Du eine Person, die Du nur online siehst oder mit der Du nur online in Kontakt bist, gern mal treffen?

