

# DIGITALE MEDIEN: BEGLEITEN STATT VERBIETEN



Smartphones und Tablets sind aus dem Alltag von Kindern und Jugendlichen nicht mehr wegzudenken. Nebst Chancen bergen digitale Medien aber auch Risiken. Damit sich die Heranwachsenden sicher in der digitalen Welt bewegen können, müssen sie einen kritischen und verantwortungsvollen Umgang lernen. Eltern haben dabei eine wichtige Begleitfunktion. Worauf sollten Eltern dabei besonders achten?

## BEGLEITEN – IM GESPRÄCH SEIN – VORBILD SEIN



### Begleitung ist besser als Verbote.

Kinder benötigen in digitalen Welten die Begleitung durch die Eltern. Reden Sie mit dem Kind über seine Erfahrungen mit digitalen Medien.

### Balance zwischen medialer und non-medialer Freizeitgestaltung.

Sorgen Sie für Freizeitaktivitäten ohne digitale Medien.

### Offene Gespräche sind besser als Filtersoftware.

Sprechen Sie mit Ihrem Kind altersgerecht über Sexualität und Gewalt. Eine Filtersoftware ist sinnvoll, garantiert aber keinen vollständigen Schutz.

### Kinder brauchen medienkompetente Vorbilder.

Bezugspersonen sind für Kinder und Jugendliche Vorbilder im Umgang mit Medien. Überprüfen Sie deshalb Ihre eigenen Mediengewohnheiten.

## GEMEINSAM REGELN AUFSTELLEN, EINHALTUNG KONTROLLIEREN



### Bildschirmzeiten gemeinsam festlegen.

Bestimmen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind, wie viel Zeit es pro Tag oder pro Woche vor Bildschirmen verbringen darf. Setzen Sie klare Grenzen und achten Sie darauf, dass die Abmachungen eingehalten werden.

### Schauen Sie genau, mit wem Ihr Kind chattet.

Onlinebekanntschaften sollten Kinder zudem nur begleitet von Erwachsenen und an öffentlichen Orten treffen.

### TV, PC und Spielkonsole gehören nicht ins Kinderzimmer.

Platzieren Sie die Geräte in einem Gemeinschaftsraum. Behalten Sie Smartphones und Tablets im Auge.

### Vorsicht mit privaten Daten im Netz.

Sagen Sie Ihrem Kind, dass es keine persönlichen Daten wie Name, Adresse, Alter und Telefonnummer weitergeben darf, ausser wenn es vorher mit Ihnen darüber gesprochen hat.

## UNGEEIGNETE INHALTE, GESETZE UND ALTERS- FREIGABEN BEACHTEN



### Beachten Sie Altersfreigaben.

Für Filme (svv-video.ch) und Computerspiele (pegi.ch).

### Informieren Sie über verbotene Gewalt und Pornografie.

Schwere Gewalt und Kinderpornografie sind illegale Inhalte. Es ist deshalb auch Vorsicht geboten, wenn unter

18-Jährige erotische Bilder von sich herstellen und teilen. Pornografie Kindern unter 16 Jahren zugänglich zu machen, ist ebenfalls verboten.



Broschüre «Medienkompetenz – Tipps zum sicheren Umgang mit digitalen Medien» kostenlos erhältlich: [www.jugendundmedien.ch](http://www.jugendundmedien.ch)