

So unterstützen Sie Ihr Kind im Umgang mit Internet und digitalen Medien

Ein Leben ohne Internet, Smartphone und Tablet ist für viele Kinder, Jugendliche aber auch Erwachsene heutzutage kaum vorstellbar. Hier bekommen Sie Tipps, wie Sie als Eltern Ihre Kinder bei der sicheren Nutzung digitaler Medien unterstützen können.

- ▶ Um Ihrem Kind eine sichere und verantwortungsbewusste Internetnutzung zu ermöglichen, sollten Sie zumindest ein Grundwissen darüber haben. Zeigen Sie Ihrem Kind, wie das Internet funktioniert und welche Möglichkeiten es bietet.
- ▶ Entdecken Sie das Internet gemeinsam mit Ihrem Kind. Ihr Kind kennt aktuell beliebte Internetseiten, Apps oder Spiele auf dem Smartphone/Tablet? Dann lassen Sie sich diese von Ihrem Kind zeigen und diskutieren Sie anschließend über die jeweiligen Vor- und Nachteile.
- ▶ Es gibt keine einheitliche Regel, wie viel Zeit ein Kind in einem bestimmten Alter vor dem Fernseher, Computer oder Smartphone verbringen sollte. Sie kennen Ihr Kind am besten und wissen, ab welcher Dauer der Mediennutzung Konzentrationsprobleme auftreten, ob das Kind nebenbei auch noch andere Hobbys ausübt und den restlichen Tag genügend Bewegung hat.
- ▶ Versuchen Sie, keine Verbote sondern gemeinsame Regeln aufzustellen. Wenn das Kind bestimmte Verbote nicht versteht, kann das dazu führen, dass es sich bei Problemen möglicherweise nicht an Sie wenden wird. An vereinbarte Familienregeln sollten sich alle Familienmitglieder halten, auch Sie als Eltern – und somit mit gutem Beispiel vorangehen. Denken Sie daran: Sie haben Vorbildwirkung!
- ▶ Vereinbaren Sie innerhalb der Familie „medienfreie“ Zeiten, welche die Kommunikation innerhalb der Familie fördern. Diese könnten zum Beispiel während des gemeinsamen Abendessens stattfinden, bei dem auf alle Medien (Smartphones, Fernseher, Radio, Zeitungen) verzichtet wird.

Internet

Das Internet ist vielseitig einsetzbar. Es kann zum Lernen, Spielen, Serien schauen, Kontakte herstellen und für vieles mehr verwendet werden.

- ▶ Sprechen Sie über mögliche Konsequenzen der Weitergabe persönlicher Daten im Internet. Die Veröffentlichung der Handynummer, Adresse, des Geburtsdatums, lustiger Fotos oder anderer privater Informationen kann zu Problemen führen – auch im späteren Leben.
- ▶ Im Internet gibt es Regeln. Vermitteln Sie Ihrem Kind die Wichtigkeit von gutem Verhalten im Internet. Was im realen Leben verboten ist, ist auch im Internet verboten.
- ▶ Klären Sie Ihr Kind über die Risiken auf, die bei der Internetnutzung bestehen. Sprechen Sie über Belästigungen im Internet und sagen Sie Ihrem Kind, dass es zu Ihnen kommen kann, wenn es über das Internet belästigt wird.
- ▶ Cyber-Mobbing ist nicht zu unterschätzen. Ein kleiner Streit kann schnell ausarten und zu Cyber-Mobbing werden, ohne das man es vielleicht merkt. Cyber-Mobbing kann jedoch ernst zu nehmende Folgen für das Opfer, aber auch für Täter:in und Beobachter:innen haben. Klären Sie Ihr Kind darüber auf und sagen ihm, dass es sich bei Konflikten früh genug an Sie, eine andere Vertrauensperson oder an Rat auf Draht wenden kann, sollte es selbst von Cyber-Mobbing betroffen sein oder merken, dass ein anderes Kind mobbt oder gemobbt wird.
- ▶ Ihr Kind könnte im Internet auf Seiten und Inhalte stoßen, die ihm Angst bereiten. Bereiten Sie ihr Kind darauf vor und lassen Sie es wissen, dass es natürlich zu Ihnen kommen kann, wenn es Angst hat.

- ▶ Nicht alles was im Internet steht, stimmt. Zeigen Sie Ihrem Kind, wie einfach es ist, erfundene Informationen über das Internet zu verbreiten. So versteht es, dass es nicht alles glauben sollte, was es im Internet liest.
- ▶ Zeigen Sie Ihrem Kind Kindersuchmaschinen als Alternativen zu Google & Co., da diese leicht zu bedienen sind und nur seriöse und kinderfreundliche Seiten mit leichtverständlichem Inhalt in den Suchergebnissen auflisten.

Smartphone, Tablet und Smartwatch

Im Durchschnitt erhalten Kinder in Österreich ihr erstes Smartphone im Alter von 8 bis 9 Jahren. Wann das richtige Alter für das erste Smartphone ist, hängt zum Beispiel davon ab, ob Ihr Kind einen weiten Schulweg hat und ob es verantwortungsvoll damit umgehen kann.

- ▶ Fragen Sie Ihr Kind, wieso es ihm wichtig ist, ein eigenes Gerät zu haben.
- ▶ Überlegen Sie, welches Smartphone für Ihr Kind geeignet wäre. Wenn es nur für „Notfälle“ verwendet werden soll, dann reicht vielleicht Ihr altes Smartphone oder eine Smartwatch aus.
- ▶ Ob ein Vertrag sinnvoll ist oder eine Wertkarte für das erste Smartphone geeigneter wäre, hängt zum Beispiel auch von dessen Nutzung und des Verantwortungsbewusstseins des Kindes ab. Achten Sie auf die Vor- und Nachteile beider Varianten.
- ▶ Lassen Sie den Mobilfunkbetreiber Mehrwertnummern sperren und fragen Sie, welche Möglichkeiten es gibt, dass monatliche (Daten-)Limits nicht überschritten werden können.
- ▶ Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind gemeinsame Regeln für die Smartphone-Nutzung. Sie können zusammen mit Ihrem Kind festlegen, wofür es das Smartphone nutzen und welche Apps es herunterladen darf, wann es sich mit dem Smartphone beschäftigen darf, wann es medienfreie Zeiten gibt.
- ▶ Informieren Sie sich zu Kinderschutz-Apps. Mithilfe dieser Apps können Sie beispielsweise die Nutzungsdauer begrenzen, Apps und Internetseiten sperren und den Zugang nur auf bestimmte Anwendungen und Spiele beschränken.
- ▶ Auf vielen Smartphones ist es mittlerweile möglich, ein eigenes Benutzerkonto für Kinder anzulegen. Beachten Sie aber, dass Kinderschutz-Apps oder eigene Benutzerkonten für Kinder nicht zu 100% vor ungeeigneten Inhalten schützen.
- ▶ Sprechen Sie mit Ihrem Kind über die Sicherheit von Apps, lassen Sie sich erklären, wieso bestimmte Apps für Ihr Kind wichtig sind und informieren Sie Ihr Kind über Risiken von unseriösen Apps.
- ▶ Berücksichtigen Sie das von den Apps vorgegebene Mindestalter. Auch wenn viele Soziale Netzwerke in ihren Nutzungsbedingungen ein offizielles Mindestalter von 13 Jahren angeben, gilt für österreichische Nutzer:innen immer mindestens das gesetzlich festgelegte Mindestalter von 14 Jahren! WhatsApp darf mit Zustimmung der Eltern bereits früher genutzt werden. Ab welchem Alter eine App genutzt werden darf, erfahren Sie auf der Website der App-Hersteller oder in den Nutzungsbedingungen der jeweiligen App.

Hier finden Sie weitere Informationen:

www.saferinternet.at: Die EU-Initiative unterstützt Kinder, Jugendliche, Eltern und Lehrpersonen beim sicheren, kompetenten und verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Medien.

www.fragbarbara.at: „Frag Barbara!“ ist ein Elternratgeber, welcher Eltern von Kindern von 0 bis 18 Jahren in Form von kurzen Videos bei der Erziehung im Zeitalter von Internet und Handy unterstützt.

www.rataufdraht.at: „147 Rat auf Draht“ ist ein psychologisches Beratungsangebot für Kinder, Jugendliche und deren Bezugspersonen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter helfen unter anderem bei Fragen und Problemen rund um das Internet und Smartphone. Das Angebot kann kostenlos und anonym über das Telefon, Nummer 147, eine Online-Beratung oder einen Chat in Anspruch genommen werden.