



## TIPPS für den Umgang mit Handy, Computer und Internet

### → Geräte nach dem Alter des Kindes auswählen.

Zur Orientierung kann folgende Empfehlung dienen: Ein eigenes Handy nicht vor dem 9. Lebensjahr, eigenes Smartphone und eigener Computer nicht vor dem 12. Lebensjahr.

### → Begleitung besonders am Anfang.

**Auch der Umgang mit Computer und Internet muss gelernt werden:**

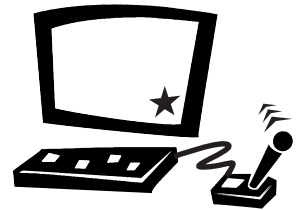
Wie finde ich, was ich suche? Welchen Seiten kann ich vertrauen? Wo muss ich aufpassen?

Helfen Sie Ihrem Kind, einen sicheren Umgang mit Medien zu erlernen.

Für jüngere Kinder können zudem Kindersicherungen hilfreich sein.

### → Datenschutz ist wichtig.

Vermitteln Sie Ihrem Kind, dass es vorsichtig beim Weitergeben von persönlichen Daten sein soll, keine peinlichen Fotos veröffentlichen und keine Fotos von anderen ungefragt verschicken oder ins Netz stellen soll.



### → Sichere Handy-Einstellungen.

Über Ihren Handy-Anbieter können Sie nicht-jugendfreie Seiten und kostenpflichtige Mehrwertnummern sperren lassen. Um nicht unbeabsichtigt in Kostenfallen zu tappen, ist es außerdem günstig, regelmäßig die Telefonrechnung zu überprüfen.

### → Umgangsregeln vermitteln.

**Auch für das Internet und die Kommunikation über Handy gilt:** respektvoll miteinander umgehen, niemanden verleumden, beleidigen oder beschämen.

### → Interessieren Sie sich dafür, was Ihr Kind am Computer und im Internet macht.

Lassen Sie sich zeigen, was Ihrem Kind gefällt. Versuchen Sie zu verstehen, was Ihr Kind daran begeistert. Werten Sie die Interessen Ihres Kindes nicht ab. Bleiben Sie im Gespräch.

### → Geeignete Computerspiele.

**Altersfreigaben sind ein erster Anhaltspunkt.** Ob ein Spiel für Ihr Kind geeignet ist, wissen Sie am besten, wenn Sie das Spiel kennen lernen und dadurch selbst beurteilen können.

### → Hilfe bei negativen Erfahrungen.

Wenn Kinder oder Jugendliche mit verstörenden Bildern oder Erlebnissen (Mobbing, Pornographie, Gewalt) konfrontiert werden, brauchen Sie jemanden, der für sie da ist und gegebenenfalls Hilfe holt.

### → Medienzeiten.

Damit die Beschäftigung mit Medien nicht ausufert, ist es sinnvoll, zeitliche **Regelungen** zu vereinbaren. Für jüngere Kinder kann ein Wecker eine gute Idee sein.

Mit älteren Kindern und Jugendlichen kann eine wöchentliche Gesamtzeit vereinbart werden, die sich die Kinder und Jugendlichen dann frei einteilen können.

### → Abschalten.

**Handyfreie Zeiten**, z.B. beim Essen, beim Hausübung machen und beim Schlafengehen sind langfristig gut fürs Familienklima und für Entspannung und Konzentration.

