

HILFSWERK

## Der Hilfswerk Medienkompass

Eine kleine Orientierungshilfe  
rund um Kinder, Eltern und Medien.



**WIENER**   
**STÄDTISCHE**  
VIENNA INSURANCE GROUP

**JAKO-O**  
Kindersachen mit Köpfcheit  
[www.jako-o.at](http://www.jako-o.at)

**Impressum:** Medieninhaber und Herausgeber: Hilfswerk Österreich, 1070 Wien, Apollogasse 4/5, Tel. 01/40 442 Fax -20, office@hilfswerk.at, www.hilfswerk.at • Redaktionelles Konzept: Elisabeth Anselm • Redaktion: Petra Satzinger, Regina Gschwandtner • Grafik-Grundlagen (Corporate Design): © Hilfswerk Österreich • Grafik: Egger & Lerch, 1070 Wien • Fotos: © Hilfswerk Österreich/Suzy Stöckl, shutterstock images (Cover, Seite 3/2x, 6, 7, 8/3x, 9, 10, 11/2x, 12/3x, 13, 14/4x, 15, 16, 19, 20, 21/4x, 22, 23/2x, 24/4x, 25, 26, 27/2x, 28/2x, 29, 30, 31, 34/2x, 35, 37/3x, 38/2x, 39, 40/2x, 41), F1 online (Seite 33/4x) • Illustrationen: © Hilfswerk Österreich/Willi Schmid • Druck: Wograndl, Mattersburg • Stand: April 2014

## Vorwort



Medien sind zu mächtigen Miterziehern geworden, vor allem elektronische Medien. Sie sind heute fast immer und überall verfügbar, bieten spannend aufbereitete Inhalte und tolle Möglichkeiten der Kommunikation und Information. Kurzum: Sie sind für Kinder und Jugendliche geradezu unwiderstehlich.

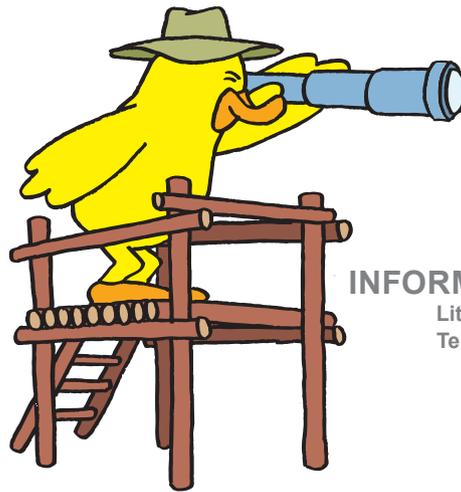
Aber der moderne Medienschungel birgt auch Risiken und Gefahren. Der richtige Umgang mit Medien ist mittlerweile für viele Eltern und Erziehende zur Herausforderung Nummer eins in der Erziehung geworden.

Weil wir seit über 35 Jahren für Familien da sind und weil wir Sie mit dieser großen Verantwortung nicht alleine lassen wollen, haben wir den „Hilfswerk Medienkompass“ entwickelt. Wir möchten Ihnen aus unserer Erfahrung in der Arbeit mit Kindern und Eltern ein wenig Orientierung bieten.

Unsere Expertinnen und Experten beantworten die häufigsten Fragen für Sie, helfen, diese ein wenig zu ordnen, und zeigen mögliche nächste Schritte auf. Außerdem haben wir für Sie bewährte Literatur und verlässliche Webtipps sowie nützliche Adressen zusammengestellt.

Wir wünschen Ihnen und Ihrem Kind viel Freude auf der Entdeckungsreise durch den modernen Medienschungel – gut gerüstet mit dem „Hilfswerk Medienkompass“!

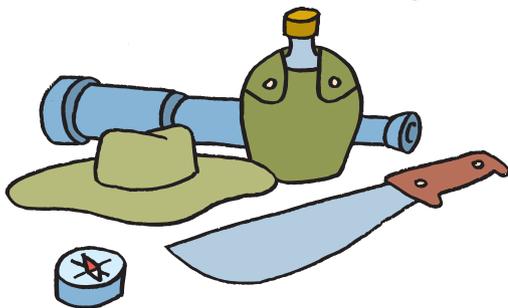




Hilfreich und nützlich –  
Lodges und Ranger  
**INFORMATION UND UNTERSTÜTZUNG**

Literaturtipps, Beratungsstellen, Webtipps,  
Telefonnummern, Adressen des Hilfswerks  
Seite 40

8

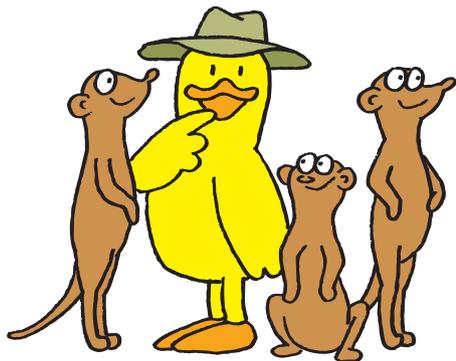


Kurz und gut – Überlebensregeln  
im Medienschungel

**CHECKLISTE FÜR ELTERN**

Wichtige Tipps im Überblick.  
Seite 38

7



Gesellig und lustig –  
aber doch sehr indiskret  
**FACEBOOK UND CO.**

Privatsphäre, Nickname & Co: Tipps zum Umgang  
mit sozialen Netzwerken. Cybermobbing.

Seite 34

6



Faszinierend und schillernd –  
aber oft auch gefährlich

**WEITE WELT INTERNET**

Kindgerechte Begleitung ins World Wide Web.  
Risiken und Gefahren. Lernen mit dem Internet.

Kaufen und Bezahlen im Internet.  
Suchtpotenzial und Hilfestellungen.

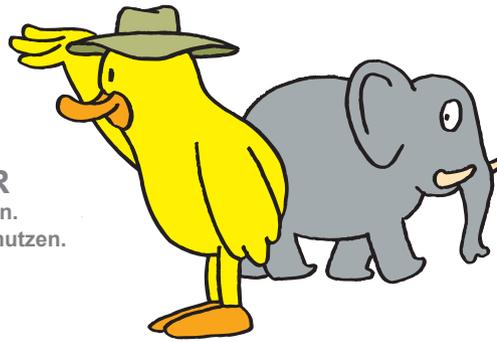
Seite 26

5

Ruhig und echt stark –  
aber oft unterschätzt

## LESEN UND BÜCHER

Babys Entwicklung. Lesen fördern.  
Mit Büchern aufwachsen. Hörbücher nutzen.  
Seite 6



1

2

Spannend und wild – und  
manchmal beängstigend

## FASZINOSUM FERNSEHEN

Kinder und Fernsehen: Regeln,  
Tipps, altersgerechte Sendungen,  
Fernsehen bei Oma, Opa & Co.  
Gesundheitsrisiko digitale Medien?  
Seite 10

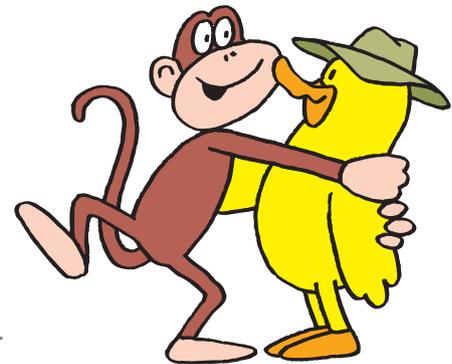


3

Verspielt und anregend –  
aber ganz schön klammernd

## COMPUTER UND SPIELE

Lerncomputer, Tablet & Co. Die besten Apps  
für Kinder. Computerspiele: Regeln,  
Alterskennzeichnung, Gewalt am Bildschirm.  
Seite 16

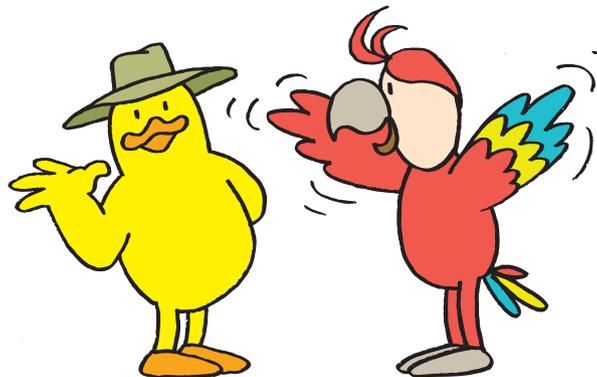


4

Intelligent und bunt – und  
ziemlich geschwätzig

## ALLESKÖNNER HANDY

Regeln, Handyrechnung,  
Handy-Verbot als Strafe?  
Medien in der Pubertät.  
Seite 22

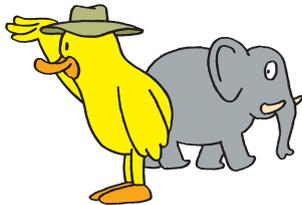


Ruhig und echt stark –  
aber oft unterschätzt

## LESEN UND BÜCHER



Babys Entwicklung.  
Lesen fördern. Mit Büchern  
aufwachsen. Hörbücher nutzen.



### Ich möchte, dass sich mein Kind einmal für Bücher begeistert. Kann ich das im Babyalter schon fördern?

Auf jeden Fall! Ihr Baby entwickelt schon mit 4 Monaten Interesse an Gegenständen – weiche, farbkraftige Fühlbücher können schon Freude machen. Schon sehr früh kann man Kindern eine anregende Umgebung schaffen: Kinderreime, Lieder, Sing- und Klatschspiele vermitteln Rhythmusgefühl und ein erstes Gefühl für Sprache. Vorlesen und gemeinsam Bilderbücher anschauen lassen Freude und Neugier an der

Sprache entstehen und bilden schon im Baby- und Kleinkindalter das Fundament fürs Lesen. Schaffen Sie eine gemütliche Leseatmosphäre, richten Sie einen besonderen Platz für die Bücher des Kindes ein (den das Kind später auch selbst erreichen kann) und machen Sie ein Ritual aus dem Geschichten lesen (Kinder lieben z.B. die tägliche Gutenachtgeschichte!). Eltern haben eine ganz wichtige Vorbildfunktion: Wenn Sie vorleben, dass Bücher

etwas Besonderes, Magisches, Wunderbares sein können, dann ist auch bei Ihrem Kind das Interesse am Lesen geweckt. Nutzen Sie Bücher auch als Gebrauchsgegenstände: Probieren Sie ein Rezept aus Kochbüchern oder machen Sie sich gemeinsam in einem Lexikon über eine Frage Ihres Kindes schlau. Durch Sie entwickelt es eine selbstverständliche Beziehung zum Buch – und es wird sich darauf freuen, einmal selbst lesen zu lernen.

## Ich habe gerade keine Zeit zum Vorlesen, will mein Kind aber auch nicht vor den Fernseher setzen. Eine Idee?

Lassen Sie andere mal für sich lesen! Hörbücher sind eine gute Alternative, um den Kindern den Umgang mit verschiedenen Medien näher zu bringen. Vor allem, wenn Ihr Kind noch nicht selbst lesen kann, können Hörbücher eine Möglichkeit sein, sich selbstständig Geschichten zu erschließen. Mit einem kindgerechten CD-Player können sogar schon Kleine alleine umgehen. Durch die Konzentration auf Geräusche, Töne, Musik und Stimme wird das Hörvermögen geschult – eine gute Voraussetzung für die Sprachentwicklung. Das Hören wird zum Erlebnis, und die Bilder im Kopf beflügeln die Phantasie.

Die Fülle an Angeboten am Markt ist riesig. Wenn Sie ein neues Hörbuch kaufen, horchen Sie vorher kurz hinein, ob es für Ihr Kind das Richtige ist. Spricht das Thema Ihr Kind aktuell an? Ist die Geschichte verständlich, hat sie ein Happy End, wird deutlich gesprochen? Ideal sind auch kindgerechte Identifikationsfiguren, passende

Musikuntermalung, Anregungen zum Mitmachen und Begleitmaterialien mit Liedertexten oder Bildern. Wenn Ihr Kind gerne in die Erlebniswelt von Hörbüchern eintaucht, so sind das die besten Voraussetzungen, dass Interesse am Selberlesen entwickelt wird!





## Die digitale Generation – Jugendliche lesen anders

Tipps vom Lese-Experten Gerhard Falschlehner (Österreichischer Buchklub der Jugend)

### Zerstören digitale Medien die Lesekompetenz unserer Kinder?

Nein, im Gegenteil! Junge Leute lesen und schreiben heute mehr denn je. Sie tun dies eben nicht nur in „klassischen“ gedruckten Medien, sondern lesen Artikel im Internet, chatten in sozialen Netzwerken, schreiben Textnachrichten, lernen mit dem Computer. Dadurch verändert sich die Art des Lesens – vieles wird nicht langsam und genau gelesen, sondern überflogen – sozusagen gescannt. Aber auf diesem Gebiet des schnellen Erfassens erwerben Kinder wichtige Kompetenzen und sind meiner Generation hier einiges voraus.

### Ein Kind, das gut lesen kann, findet sich demnach im Internet auch besser zurecht?

Sehr richtig. Denn: Digitale Medien setzen Lesekompetenz voraus, um genutzt werden zu können! Und inzwischen spielen sie in wirklich alle Lebenswelten hinein. Es existiert kaum ein Beruf, in dem nicht der Computer oder das Internet irgendeine Rolle spielen würden.

Ebenso im Freizeitbereich: Ob Urlaub buchen, Rechnungen bezahlen oder Einkäufe tätigen: Vieles, das früher telefonisch oder persönlich erledigt wurde, läuft heute über digitale Medien. Lesekompetenz ist daher wichtiger denn je!

### Aber kommen auf diese Weise Bücher aus der Mode? Werden sie von Bildschirm, iPhone & Co abgelöst?

Das Buch bleibt nach wie vor wichtig. Schon immer hat etwa ein Drittel der Gesellschaft Bücher gelesen, ein weiteres Drittel nur sporadisch, ein Drittel gar nicht. So ist es auch heute noch! Natürlich bleibt es wichtig, Kinder an das gedruckte Buch heranzuführen: Indem man mit den Inhalten die Interessen und Lebenswelten der Kinder trifft. Und indem man sich als Elternteil seiner Vorbildwirkung bewusst ist: Wenn ich selbst das ganze Jahr kein einziges Buch lese, werde ich meine Kinder wohl schwer dazu motivieren können. Aber: Wenn ein Kind gut lesen kann, ist es an sich völlig irrelevant, was es liest – ob nun Buch, Online-Artikel, Blogs etc.

### Und doch sagen Studien, dass Jugendliche und sogar Erwachsene immer schlechter lesen können.

#### Woran liegt das?

Ja, rund ein Viertel der Österreicher/innen haben keine ausreichende Lesekompetenz – und damit enorme Schwierigkeiten, sich im Alltag zurecht zu finden. Klar hat die Schule hier eine große Verantwortung, aber der Grundstein wird schon sehr viel früher gelegt: Die ersten sechs Jahre sind in Sachen Sprach- und Lesekompetenz entscheidend! Familien, in denen viel miteinander gesprochen wird, wo Dinge erklärt werden und regelmäßig vorgelesen wird, geben ihren Kindern einen enormen Startvorteil!

### ÖSTERREICHISCHER BUCHKLUB DER JUGEND

Mayerhofgasse 6, 1040 Wien  
Tel. 01 505 17 54  
Fax 01 505 17 54-50  
www.buchklub.at

## Mein Kind kann zwar schon lesen, tut es aber nicht gern. Wie kann ich es motivieren, ein Buch zu lesen?

Auf jeden Fall ohne Druck! Der Zugang zum Lesen muss Freude, Spaß und Neugier auf Abenteuer sein. Machen Sie das Lesen gemeinsam zum festen Bestandteil des Alltags: Suchen Sie gemeinsam Büchereien und Buchgeschäfte auf und lassen Sie Ihr Kind stöbern. Kinder lesen am liebsten Bücher, die mit ihrer Lebenswelt und ihren Interessen zu tun haben. Vielleicht machen Sie Ihren Nachwuchs mit Pferden, Piraten oder Zauberern zum Bücherwurm? Gerade für Leseneulinge sind Bücher mit großem Zeilenabstand, ansprechenden Bildern und kurzen

Kapiteln gut geeignet. Wenn ein Buch mehrere Geschichten enthält, hat das Kind öfter das Erfolgserlebnis, eine „geschafft“ zu haben. Für Volksschüler/innen gibt es eine Fülle an gut geeigneten „Erstlesebüchern“. Oder abonnieren Sie eine Zeitschrift, die Ihrem Kind gefällt. Lesen Sie regelmäßig gemeinsam, lassen Sie Ihr Kind auch mal laut vorlesen, oder lesen Sie eine Geschichte mit abwechselnden Rollen und verstellten Stimmen. Eine gemütliche Lesecke und zentrale Bücherregale gehören ebenfalls dazu. Begeisterung für Bücher entsteht auch,

wenn Kinder selbst aktiv werden: Fragen Sie in einer Druckerei in Ihrer Nähe, ob eine Führung möglich ist – so sehen Kinder, wie ein Buch entsteht. Gestalten Sie gemeinsam ein Buch – mit Zeichnungen, eingeklebten Bildern, selbst geschriebenen Texten. Regen Sie ein (Ferien-)Tagebuch an.

### WEBTIPPS:

- [www.buchklub.at](http://www.buchklub.at): Leseanregungen des Österreichischen Buchklubs für Kinder und Jugendliche
- [www.kirango.at](http://www.kirango.at): Tipps der Wiener Büchereien für Kinder
- [www.literacy.at](http://www.literacy.at): Infoportal zum Thema Lesen mit vielen Buchbesprechungen für Jugendliche
- [www.facebook.com/belletristik](https://www.facebook.com/belletristik): Facebook-Community rund um das Lesen für Jugendliche und Erwachsene
- <http://lesekompetenz.tsn.at/>: Projekt des Tiroler Landesschulrats mit Übungen zum Download
- [www.schule.at/portale/volksschule/faecher/deutsch](http://www.schule.at/portale/volksschule/faecher/deutsch): Sammlung von Tipps und Übungsmaterialien zur Leseförderung, speziell für Lehrer
- <http://www.schule.at/portale/volksschule/kids-medien/kinderseiten.html>: Auflistung von Webseiten für Kinder
- [www.kindernetz.de](http://www.kindernetz.de): Buchtipps
- [www.kinderbuch-couch.de](http://www.kinderbuch-couch.de): Buchtipps mit Beschreibung und Bewertung!
- [www.buchlieblich.com](http://www.buchlieblich.com)
- [www.buchkinder.de](http://www.buchkinder.de): Inspirationen zum Büchermachen
- [www.stiftunglesen.de](http://www.stiftunglesen.de): Empfehlungen für alle Kindermedien



Spannend und wild – und  
manchmal beängstigend

## FASZINOSUM FERNSEHEN



Kinder und Fernsehen: Regeln,  
Tipps, altersgerechte Sendungen,  
Fernsehen bei Oma, Opa & Co.  
Gesundheitsrisiko digitale Medien?



### Wie oft und wie lange darf mein Kind vor dem Fernseher sitzen?

Unter 3 Jahren ist das Kind noch stark damit beschäftigt, die reale Welt zu begreifen und zu verarbeiten – Fernsehen ist daher noch nicht empfehlenswert. Danach können Sie mal mit kurzen Sendungen zwischen 5 und 10 Minuten anfangen. Für Vorschulkinder gilt die Empfehlung, nicht länger als 30 Minuten pro Tag fernzusehen, Volksschulkinder etwa ein Stunde, allerdings nicht täglich. Wichtig ist:

■ Vereinbaren Sie auf jeden Fall klare

Regeln und halten Sie diese ein.

- Wählen Sie die Sendung gemeinsam bewusst aus – und schalten Sie danach auch wieder aus. Geben Sie Ihrem Kind immer Zeit, das Gesehene zu verarbeiten, bieten Sie an, mit dem Kind darüber zu sprechen.
- Lassen Sie auf keinen Fall Ihren Tagesplan vom Fernsehprogramm diktieren!
- Achten Sie darauf, dass die letzte Stunde vor dem Schlafengehen nicht mehr ferngesehen wird – sonst kann Ihr Kind

das Gesehene nicht mehr verarbeiten und nimmt es mit in den Schlaf.

#### WEBTIPPS:

- [www.flimmo.de](http://www.flimmo.de): Website mit Programmberatung für Eltern und einem eigenen Bereich für professionell Erziehende
- Beiträge zum Fernsehkonsum auf [www.eltern-bildung.at](http://www.eltern-bildung.at)

#### LITERATURTIPPS:

- **Jan-Uwe Rogge**: Kinder können fernsehen. Vom Umgang mit der Flimmerkiste.
- **Ben Bachmair**: Abenteuer Fernsehen. Ein Begleitbuch für Eltern.





Experten-  
Rat



# Schmecken, spüren, erleben: So lernen Kleinkinder

Tipps von Hilfswerk-Referentin und Sozialpädagogin Brigitte Sommer

## **Babys müssen erst ihre Welt kennenlernen und erkunden. Wie nehmen sie diese wahr bzw. wie lernen sie daraus?**

Ein Kind muss erst einmal lernen, wie ein Objekt aussieht und wie es sich anfühlt, um es in Erinnerung zu behalten. Der Tastsinn spielt hier eine bedeutende Rolle. Nur anschauen alleine bringt noch keine Lernerfahrung – das Kind muss sich aktiv mit dem Gegenstand beschäftigen. Es muss z.B. einen Baustein mit allen Sinnen betasten, begreifen, schmecken, um eine Vorstellung zu erlangen, dass ein Baustein hart ist. Durch den Sehsinn lernt ein Kind, wie sich ein Gegenstand im Raum bewegt. Es greift danach, dreht und wendet ihn. Indem das Kind Mimik, Sprachmelodie und Gefühle bei seinen Bezugspersonen beobachtet, lernt es etwas über sein soziales Umfeld.

## **Ein Kind braucht demnach möglichst vielfältige Erfahrungen in der „realen“ Welt. Welchen Einfluss hat dann die digitale, „virtuelle“ Welt auf die Entwicklung?**

Der unkontrollierte Einfluss von Medien kann sehr negative Auswirkungen

haben. Denn die „Regeln“ digitaler Medien entsprechen nicht den Bedürfnissen von Kindern, vor allem sehr kleiner Kinder. Indem es passiv auf den Bildschirm starrt, entsteht keine Interaktion des Kindes mit den Dingen, es fehlt das so wichtige Raumerlebnis. Laute Geräusche, schnelle Bildwechsel oder aus dem Zusammenhang gerissene Handlungsabläufe können den Kindern Angst machen. Auch das Zeitempfinden wird gestört: Im Spiel hat das Kind immer wieder erfahren, wie Zeit vergeht, dass sie sich nicht ausdehnen oder „zusammenschieben“ lässt. Das Fernsehen bietet aber überwiegend zusammengeschnittene Realitäten, Handlungen werden verkürzt oder übersprungen. So kann kein Zeitgefühl erlernt werden, weil der Sinn für zeitliche Proportionen fehlt („wie lange dauert etwas, bis...“ „wie lange ist es her seit...“). Gefühle wie Angst, Freude werden im Fernsehen so plakativ und überspitzt gezeigt, dass das Kind „echte“ Gefühle und natürliche Körpersprache nicht mehr deuten kann.

**Was können die Folgen sein?**  
Ängste, Reizüberflutung, Unruhe,

Wahrnehmungsstörungen. Der Psychiater Michael Millner hat eine Reihe von „Fernseh-Krankheitsbildern“ aufgelistet, die von ADHS und Teilleistungsschwächen bis hin zu Angstzuständen, Depression oder Aggressionen reichen können.

## **Das klingt fast beängstigend – muss ich ein schlechtes Gewissen haben, wenn ich mein Kind nun hin und wieder fernsehen lasse?**

Das Wie, Was und Wie oft machen es aus. Wenn das Kind genügend Gelegenheiten hat, sich in der realen Welt zu bewegen und seine Erfahrungen zu sammeln, besteht ein kräftiges Gegengewicht. Dazu gehören anregende Bewegungs-, Spiel- und Erfahrungsräume und Achtsamkeit der Eltern. Zeitliche Beschränkungen, Regeln zum Fernsehkonsum und verantwortungsvolle Medienerziehung in der Familie sind hier unumgänglich.

### **LITERATUR:**

- **Michael Millner:** *Das Beta-Kind. Fernsehen und kindliche Entwicklung aus kinderpsychiatrischer Sicht.* Hans Huber. 1. Auflage 1996
- **Manfred Spitzer:** *Digitale Demenz. Wie wir uns und unsere Kinder um den Verstand bringen.* Droemer 2012.



Aus dem Leben



## „Teufelswerk Fernseher“

„Man hört doch ständig, dass das Fernsehen so schädlich für Kinder ist, dass sie durch das ständige Sitzen dick werden, schlecht lernen und richtiggehend

verblöden“, ist Frau M. verunsichert. Sie lässt ihre beiden Söhne, 8 und 4 Jahre alt, daher überhaupt nicht fernsehen. „Sie kriegen natürlich mit, wenn mein Mann und ich abends vor dem Fernseher sitzen und möchten das auch. Aber das spielt’s bei mir nicht!“ Nun, das Fernsehen ist heutzutage ein viel zu zentrales, alles begleitendes Medium, als dass man Kinder komplett davon abschotten könnte – ein generelles Fernsehverbot ist daher nicht angebracht. Vielmehr sollte man den Kindern beibringen, bewusst damit umzugehen und sie auf ihrem Weg in die digitale Welt begleiten. Der Fernseher ist kein Teufelswerk! Schließlich bietet er für Kinder auch – vernünftig eingesetzt – Möglichkeiten, die Welt kennen zu lernen, soziales Handeln zu trainieren und Zusammenhänge zu erkennen. Ein gutes Programm kann helfen, Situationen aus dem eigenen Alltag zu bearbeiten. Dazu gehören aber auch klare Regeln und ein bewusstes Auswählen von Sendungen (nicht wahllos herumzappen lassen, nicht aus Langeweile fernsehen, den

Fernseher nicht als Geräuschkulisse und Nebenbeimedium verwenden).

Der Fernseher ist aber auch kein geeigneter Babysitter! Je jünger die Kinder sind, desto wichtiger ist es, sie mit ihren Fernseherlebnissen nicht alleine zu lassen! Neue Sendungen sollten, zumindest beim ersten Mal, gemeinsam angesehen werden. Bekannte Formate und Videos, von denen Sie wissen, dass sie gut zu verkraften sind, können sich die Kinder gelegentlich auch allein ansehen. Manchmal möchten Eltern nach einem anstrengenden Arbeitstag einfach entspannen und lassen ihre Kinder deswegen fernsehen – das ist nachvollziehbar und durchaus (hin und wieder) legitim.

Der Fernseher darf aber immer nur ein Teil einer abwechslungsreichen Tagesgestaltung sein! Bieten Sie Alternativen an, lesen oder spielen Sie gemeinsam, machen Sie einen schönen Ausflug oder lassen Sie Ihr Kind Freunde treffen! Und wie bei allem anderen gilt auch hier: Seien Sie Vorbild! Ihr Kind lernt in erster Linie aus Ihrem Verhalten!



## Wie finde ich **altersgemäße Sendungen** für mein Kind?

Altersgemäße Sendungen greifen den Alltag von Kindern auf und verpacken ihn in Geschichten, z.B. all die kleinen Probleme des Großwerdens, Freunde finden und mit ihnen auskommen, wie funktioniert die Welt etc. Die Handlung ist klar und einfach aufgebaut, wird langsam und ruhig erzählt und hat ein Happy End. Die Geschichten sollten mit einer überschaubaren Anzahl von

Figuren auskommen sowie anschaulich und in kindgerechter Sprache erzählt sein. Jüngeren Kindern fällt es noch schwer, komplizierte Handlungen mit Zeitsprüngen zu verstehen. Gewalt und alles, was Ihrem Kind Angst machen könnte, haben in einer kindgerechten Fernsehsendung nichts zu suchen. Prinzipiell sind Sie ganz gut bedient, wenn Sie sich auf Ihr Gefühl verlassen.

Schauen Sie sich die Sendung am besten mit Ihrem Kind gemeinsam an – dann sehen Sie, wie es reagiert und welche Szenen oder Figuren ihm Spaß machen. Kinder lieben außerdem Wiederholungen: Zeichnen Sie die Lieblingssendung Ihres Kindes zum Immerwieder-Ansehen auf! Empfehlungen für kindgerechte Sendungen finden Sie z.B. auf [www.flimmo.de!](http://www.flimmo.de!)

## Was sind die wichtigsten **Tipps zum kindgerechten Fernsehen?**

- Ihre Kinder sollten sich mit Ihnen über das Gesehene austauschen können. Nur so können sie die Bilder geistig und seelisch verarbeiten. Setzen Sie sich öfter mit Ihrem Kind gemeinsam vor den Fernseher. Geben Sie Nähe, seien Sie für Fragen da und lassen Sie sich erzählen, was Ihr Kind gesehen, erlebt und gefühlt hat.
- Das Kind sollte die Möglichkeit haben, das Gesehene auch mit anderen Mitteln nachzugestalten, z.B. im Rollenspiel oder durch Malen.
- Kinder brauchen Bewegung zum Verarbeiten: Zwingen Sie sie daher nicht zum Stillsitzen vor dem Fernseher, lassen Sie sie herumlaufen.
- Drehen Sie nicht mitten in der Sendung ab: Das Kind erlebt sonst den auflösenden Schluss nicht und konsolidiert sich selbst ein (schlimmstenfalls

- beängstigendes) Ende. Nur wenn es selbst abschaltet, ist das in Ordnung.
- Zu den Regeln gehört, dass einige Dinge Vorrang vor dem Fernsehen haben: zum Beispiel, dass die Hausaufgabe fertig sein muss, oder dass beim gemeinsamen Essen der Fernseher abgeschaltet bleibt.
- Ob Caillou, Baumeister Bob oder Lillifee: Lernen Sie die Helden Ihrer Kinder kennen! Und ermutigen Sie

- sie, ihre geliebten Figuren auch ins eigene Kinderzimmer zu holen. Als Bild, Spielfigur, Buchheld etc.
- Kinder im Vor- und Volksschulalter sollten noch keinen eigenen Fernseher im Zimmer haben!
- Fernsehentzug oder Fernsehen als Strafe oder Belohnung sollten tabu sein – auch wenn's schwer fällt. Denn es gibt dem Medium Fernsehen zuviel Gewicht.





Experten-  
Rat



## „Bei Oma und Opa darf ich länger fernsehen!“

Tipps von Hilfswerk-Expertin und Pädagogin Monika Stadlmair

### **Ich habe zuhause meine Regeln bezüglich Fernsehkonsum & Co – dann müssen doch bei Oma und Opa dieselben gelten?**

Nein, grundsätzlich muss das nicht sein. Kinder können sehr gut damit umgehen, dass bei anderen Betreuungspersonen manchmal auch andere Regeln gelten als zuhause. Aber es ist gut, wenn ich als Elternteil jenen Menschen, die mein Kind betreuen, bekannt



gebe, welche Regeln zuhause vereinbart sind. Das gilt für den Medienkonsum genau so wie bei allen anderen Regeln, wie etwa Süßigkeiten, Ordnung halten, Schlafgewohnheiten und vieles mehr.

### **Welche Regeln kann oder soll ich mit Großeltern, Tagesmüttern, Babysittern etc. vereinbaren?**

Prinzipiell geht es darum, meine eigene Grundhaltung zu digitalen Medien zu vermitteln: Fernsehen, Computer & Co sind prinzipiell nichts Schlechtes, haben auch ihre positiven Seiten – und gehören zum heutigen Leben einfach dazu. Deshalb ist es wichtig, Kinder beim Erwerb von Medienkompetenz zu begleiten und sie auf Gefahren hinzuweisen. Aber dazu gehören auch Regeln, wie etwa: Wie lange darf ein Kind fernsehen, welche Sendungen darf es sehen, welche Videospiele spielen etc. Machen Sie Ihre Meinung deutlich und versuchen Sie, hier einen Konsens mit Ihren Kinderbetreuern zu finden. Ganz spannend ist es auch, die Rollen umzukehren und die Kinder aktiv werden zu lassen: sie können den Großeltern auch einmal etwas in der digitalen

Welt zeigen und erklären, zum Beispiel ihr Lieblingsspiel oder eine besondere Funktion am Handy. So wird ein Dialog und ein Miteinander daraus.

Bei Tagesmüttern können Sie schon im Vorfeld ihre Haltung zum Thema erfragen: Liegen Sie auf einer Wellenlänge? Passt das für Sie und Ihr Kind? Unsere Hilfswerk-Tagesmütter werden in der Aus- und Weiterbildung auch im Thema Medienerziehung geschult und haben da einen sehr professionellen Zugang.

### **Bei Oma und Opa darf mein Kind viel mehr fernsehen als zuhause.**

#### **Wie gehe ich damit um, wenn mir das nicht gefällt?**

Sie könnten Vorschläge für alternative Freizeitbeschäftigungen machen, z.B. Spiele, Lieblingsbücher oder Hörbücher mitgeben. Wenn schon fernsehen, dann machen Sie klar, was Ihr Kind sehen darf und was nicht, geben Sie vielleicht eine DVD mit. Machen Sie klar, dass Sie Ihre Regeln zum Wohle des Kindes aufgestellt haben und bitten, diese auch zu respektieren. Suchen Sie das gemeinsame Gespräch – nur so kann es funktionieren.

## Eckige Augen und völlig verstrahlt: Machen digitale Medien mein Kind krank?

Fernsehen macht vielleicht keine „eckigen Augen“, wie unsere Eltern schon warnten. Aber: Bis zum fünften Lebensjahr ist das kindliche Auge noch im Aufbau und daher störanfälliger. Es benötigt tägliches Training, abwechslungsreiche Tätigkeit (nah – fern) und Herausforderungen durch Bewegung. Diese erhält es nicht beim „starren Schauen“, sondern durch Spielen im Freien, Basteln, Malen etc. Also: Fernseh- und Computerzeiten auf ein sinnvolles Maß beschränken, Pausen einlegen, auf ausreichende Ausleuchtung der Umgebung achten, Mindestabstand zum Bildschirm einhalten (mind. 5-fache Bildschirmdiagonale). Ein Computermonitor sollte eine augenschonende Frequenz haben (mind. 70 Hertz) und in Augenhöhe des Kindes stehen. Wenn Sie den Eindruck haben, dass Ihr Kind beim Fernsehen oder am Computer Probleme mit dem Sehen hat oder Kopfschmerzen bekommt, suchen Sie vorsichtshalber einen Augenarzt auf. Die Frage nach der Gefahr von Handystrahlung ist kontrovers und viel diskutiert. Fakt ist: Es gibt keine gesicherten Daten über die Langzeitwirkung. Übertriebene Panik ist sicher nicht angebracht, wohl raten Experten aber zu einem bewussten Umgang mit drahtlosen Techniken. Tragen Sie Ihr Handy

nicht direkt am Körper, vor allen wenn Sie Ihr Kind nahe bei sich haben. Legen Sie es nachts nicht neben Ihr Bett oder in die Nähe Ihres Babys. Benutzen Sie Ihr Handy möglichst wenig bei schlechtem Empfang, denn da ist die Strahlung noch intensiver. Für kurze Nachrichten

sind SMS „schonender“ als ein Anruf. Kinder unter 12 Jahren sollten Handys nur im Notfall benutzen, am besten mit einer Freisprecheinrichtung. Lassen Sie sich bei diesem Thema also nicht panisch machen, aber: Besser vorsichtig als leichtsinnig!

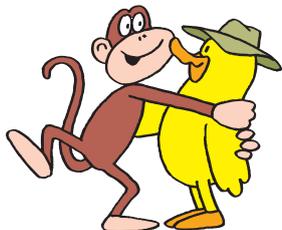


Verspielt und anregend – aber  
ganz schön klammernd

## COMPUTER UND SPIELE



Lerncomputer, Tablet & Co.  
Die besten Apps für Kinder. Computer-  
spiele: Regeln, Alterskennzeichnung,  
Gewalt am Bildschirm.



### Soll ich meinem Kind einen **Lerncomputer** kaufen?

Lerncomputer gibt es bereits für ganz Kleine (ab 3 Jahre). Sie sind in Design, Bedienung und Inhalt völlig auf die Interessen und Bedürfnisse von Kindern ausgelegt. Sie können – in Maßen und altersgerecht eingesetzt – durchaus eine pädagogisch wertvolle Bereicherung und sinnvolle Alternative zum Familien-PC sein. Spielerisch können Kinder z.B. die Welt der Farben, Klänge oder Zahlen

kennen lernen. Auch die älteren Kinder können, neben auf die Schule ausgerichteten Lernprogrammen (z.B. Sprach-, Grammatik- oder Rechenprogramme), in verschiedenen Wissensspielen viel über die Natur, die Umwelt und Technik lernen. Achten Sie beim Kauf darauf, einen altersgerechten Lerncomputer auszuwählen: Zu viele Funktionen und zu schwierige Aufgaben könnten Ihr

Kind überfordern, überreizen und frustrieren. Er sollte außerdem robust und leicht zu tragen sein. Auch hier gilt: Geben Sie einen altersgemäßen zeitlichen Rahmen vor und achten Sie auf einen ausgewogenen Anteil an anderen Freizeitaktivitäten! Memory spielen ist zum Beispiel mit Mama und Papa viel lustiger als alleine am Computer – und gerade kleine Kinder lernen am besten im natürlichen Spiel!

## Ich bin wirklich verunsichert – schade ich meinem Vierjährigen, wenn ich ihn an mein Smartphone oder Tablet lasse?

Für Kinder unter 3 Jahren empfehlen Medienpädagogen generell, sie erst mal die reale Welt kennenlernen zu lassen und sie nicht mit digitalen Medien zu überfordern. Aber ab dann können Kinder durchaus ihre ersten Ausflüge in die digitale Welt machen – auch auf Mamas oder Papas Tablet. Aber bitte immer in Begleitung! Bleiben Sie in der Nähe, um Ihrem Kind helfen zu können und zu beobachten, was Ihr Kind macht und wie es reagiert. Beschränken Sie die Nutzungszeit. Deaktivieren Sie den selbständigen Internetzugang und aktivieren Sie die Sicherheitseinstellungen bzw. Kinderschutz-Apps. So wird vermieden, dass Kinder Apps und Internetseiten öffnen, die nicht für sie geeignet sind.

Ratsam ist auch die Verwendung kratz- und stoßfester Schutzfolien bzw. von Silikonrahmen („Bumper“). Für Kindergarten- und Schulkinder gibt es eine große Auswahl an Lern- und Spiel-Apps, die altersgerecht aufbereitet sind und spielerisch beim Lesen, Schreiben oder Rechnen unterstützen. Bei der Auswahl helfen Empfehlungsdienste und Kinderportale (siehe Tipps). Machen Sie sich zu allererst selbst ein Bild davon! Bei etwas größeren Kindern können Sie den Kauf eines eigenen Kinder-Tablets in Betracht ziehen – diese sind in Form und Funktion speziell für Kinder ausgelegt und können alleine genutzt werden.

### KINDERSCHUTZ-APPS:

- [www.fragfinn.de/kinderliste/eltern/kinderschutz/app.html](http://www.fragfinn.de/kinderliste/eltern/kinderschutz/app.html)
- [www.vodafone.de/privat/apps-und-fun/childprotect.html](http://www.vodafone.de/privat/apps-und-fun/childprotect.html)
- <http://desktop.meine-startseite.de/>

### DIE BESTEN APPS FÜR KINDER:

(App ist übrigens die Abkürzung für „application“, deutsch „Anwendung“. Jeder Smartphone- oder Tabletbesitzer kann verschiedenste Apps gratis oder gegen eine Gebühr herunterladen)

- [www.kinderappgarten.de](http://www.kinderappgarten.de)
- [www.iphonekinderapps.de](http://www.iphonekinderapps.de)
- [www.kinderapps.info](http://www.kinderapps.info)

## Mein Fünfjähriger liebt schon Computerspiele. Ist das okay?

Gerade wenn Sie selbst zuhause oft mit dem Computer arbeiten, surfen oder spielen, wird sich Ihr Kind schon sehr früh für dieses Medium interessieren. Die Entscheidung, ab wann Sie Computerspiele erlauben, liegt bei Ihnen. Wichtig ist aber, dass Sie ein für das Alter des Kindes geeignetes Spiel auswählen, und dass Sie klare Regeln bezüglich Spielinhalte und -zeiten vereinbaren. Computerspiele erfordern hohe Konzentration – bei Vorschulkindern wird daher

nach etwa 20-30 Minuten die Grenze erreicht sein, bei Volksschulkindern bei 50-60 Minuten. Aber jedes Kind reagiert anders. Beobachten Sie Ihr Kind einfach beim und nach dem Spielen: Wirkt es längere Zeit aufgedreht und angespannt, so war die Spielzeit zu lang oder das Spiel nicht das richtige. Seien Sie konsequent in der Einhaltung der Zeiten: Fast jedes Spiel lässt sich speichern, so dass man es später weiter spielen kann. Beachten Sie bei Geschwisterkindern,

dass auch auf das jüngere, oft zuschauende Kind Rücksicht genommen wird. Schauen Sie auch darauf, dass Ihr Kind in einer gesunden Umgebung spielt (Haltungsschäden, Sehstörungen!) und zwischendurch Bewegung bzw. Pausen macht. Schulaufgaben, Bewegung, Hobbies und Freunde dürfen durch das Spielen nicht zu kurz kommen. Schaffen Sie einen Ausgleich und suchen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind nach alternativen Freizeitbeschäftigungen!



Kindersachen mit Köpfchen!  
macht Familien stark!

Einfach „nur“ gute Produkte anzubieten, reicht uns bei JAKO-O nicht aus. Wir möchten Familien als Partner zur Seite stehen und Sprachrohr für ihre Bedürfnisse sein. Seit vielen Jahren unterstützt und initiiert JAKO-O deshalb Projekte, die Ihnen als Eltern politisch wie gesellschaftlich Gehör verschaffen und in Erziehungsfragen praktische Unterstützung liefern. Aktuell ist die **Mediennutzung unserer Kinder** ein Thema, das vielen Eltern Kopfzerbrechen bereitet – denn oft fehlt uns selbst die Erfahrung, um Risiken einschätzen und Gefahren rechtzeitig erkennen zu können.

So liegt es nahe, dass JAKO-O jetzt das Hilfswerk Österreich in Sachen Medienerziehung tatkräftig unterstützt. Wir sind davon überzeugt, dass die (Aufklärungs-)Kampagne Eltern und Erziehern wesentlich mehr Sicherheit in Sachen Mediennutzung geben wird und so auch das Bewusstsein der Kinder für einen sicheren Umgang frühzeitig sensibilisieren kann.

#### Von Eltern gedacht – für Kinder gemacht:

Unter diesem Motto wählen wir aus, was wirklich familientauglich ist. Sparen Sie sich die Zeit für langes Suchen – und schenken Sie sie Ihrem Kind!

#### Alles für Kinder von 0 - 10 Jahren finden Sie bei JAKO-O:

Mode · Spielzeug für drinnen und draußen ·  
Naturentdeckersachen · Praktisches  
für die ganze Familie · Lernen ·  
Möbel · Kinderfest

#### Neugierig geworden?



**+20€\***  
VORTEILE  
Vorteilsnummer  
N11605

## Gratis-Katalog anfordern!

- 1 x Portofrei-Gutschein mit der 1. Lieferung (Wert 4,95 €)
- 1 x Überraschungsgeschenk-Gutschein mit der 2. Lieferung (Wert 15 €)

[www.jako-o.at/katalog](http://www.jako-o.at/katalog)

**Kombifreudige Mode**  
aus hochwertigen  
Materialien

**Sinnvolles**  
Spielzeug zum  
Welt-Entdecken

**Praktische „Helfer“**  
für den Familienalltag

\* Für Neukunden oder Kunden, die länger als 24 Monate nicht bestellt haben. Nur ein Gutschein pro Bestellung und nur im Versandhandel einlösbar. Gültig bis 31.12.2014.

## Woher weiß ich, ob ein Computerspiel altersgemäß und für mein Kind das Richtige ist?

Jedes Spiel muss – laut Jugendschutzgesetz - auf der Verpackung eine Altersfreigabe der Unabhängigen Selbstkontrolle (USK) aufweisen (z.B. „Freigegeben ab 8 Jahren“). Weiters ist in Österreich eine Kennzeichnung mit dem europäischen PEGI-Symbol („Pan European Game Information“) verpflichtend, das ebenfalls eine Altersempfehlung beinhaltet. Begutachtet werden hier gefährdende Inhalte, nicht aber Schwierigkeitsgrad oder notwendiges Vorwissen. Wenn Sie wissen möchten, ob ein bestimmtes Spiel für Ihr Kind geeignet ist und ihm

Spaß machen könnte, informieren Sie sich in Fachzeitschriften, probieren Sie das Spiel in einer Demo-Version aus (z.B. im Internet), befragen Sie andere Eltern nach ihren Erfahrungen, und spielen Sie das Spiel anfangs mit Ihrem Kind gemeinsam! Dann sehen Sie gleich, wie es reagiert, und Ihr Kind kann Ihnen – als Spielexperte – vielleicht auch einige Tricks und Kniffe beibringen!

Auf [www.bupp.at](http://www.bupp.at) finden Sie eine Liste empfehlenswerter Spiele, die von der Bundesstelle für Positivprädikatisierung

von Computer- und Konsolenspielen getestet und bewertet wurden (unter anderem die vom Spiel geforderte Ausdauer, Denkleistung und Reaktion).

Wenn Sie dies alles beachten, kann ein Computer- oder Konsolenspiel durchaus auch förderlich für Ihr Kind sein: Das eigene Handeln wird als wirkungsvoll und erfolgreich erlebt, eigene Kompetenzen und Persönlichkeit können ausgelotet werden, Fähigkeiten wie Reaktionsvermögen oder logisches Denken werden gefördert.

## Online-Spiele: Wie gehe ich damit um und – sind die wirklich immer gratis?

Online-Spiele, die direkt im Internetbrowser am Laptop oder Handy gespielt werden können, werden immer beliebter. Viele kann man über soziale Netzwerke (z.B. Facebook) und gemeinsam mit (Online-)Freunden spielen. Achtung: Online-Spiele haben keine Alterskennzeichnung. Beschäftigen Sie sich auch hier gemeinsam mit Ihrem Kind mit der Materie, spielen Sie auch mal mit, vereinbaren Sie zeitliche Regeln. Viele dieser Spiele sind gratis, aber manchmal wird der Zukauf von „virtuellen Gegenständen“ angeboten, die „wirkliches Geld“ kosten. Sprechen Sie

mit Ihrem Kind darüber. Erklären Sie auch, dass man sich durch das Klicken auf Pop-Ups, Werbebanner oder Benachrichtigungen leicht „verirren“ und in eine Kostenfalle tappen kann. Helfen Sie Ihrem Kind, wenn es aus einem

Spiel aussteigen möchte: Bei Facebook kann man beispielsweise jedes Spiel für das eigene Nutzerprofil blockieren.



### Meine Tochter spielt gern „Ballerspiele“: Macht sie das gewalttätig?

Nein, durch Computerspiele allein wird ein Kind sicher nicht gewalttätig. Die Gründe, warum Kinder von „brutalem“ Bildschirmgeschehen fasziniert sind, sind meist sehr harmlos – Aufregung, das Überschreiten von Grenzen und Anerkennung in der Gruppe stehen hier im Mittelpunkt. Ein reines Verbot wird hier (langfristig) nichts bewirken. Sprechen Sie vielmehr mit Ihrem Kind und lassen Sie sich erklären, was da gespielt wird und warum das so gut

gefällt. Erläutern Sie Ihrem Kind Ihre Sorgen und Bedenken – aber ohne alles zu „verteufeln“.

Handlungsbedarf besteht dann, wenn Sie Verhaltensänderungen an Ihrem Kind bemerken (z.B. erhöhte Aggressivität), oder es beginnt, Gewalt als geeignete Konfliktlösung zu betrachten. Übermäßiges Interesse an Gewalt in Computerspielen ist meist ein Hinweis auf ein Problem im Leben Ihres Kindes, aber kaum je die Ursache für dieses Problem!



#### WEBTIPPS:

- [www.zavatar.de](http://www.zavatar.de): Datenbank für Unterhaltungssoftware mit Altersempfehlungen (z.B. für Computerspiele, Handyspiele, usw.)
- [www.bupp.at](http://www.bupp.at): (Bundesstelle für Positivprädikatisierung von Computer- und Konsolenspielen)
- [www.pegi.info](http://www.pegi.info): Bewertung von Videospielen bezüglich Alterseinstufung
- [www.spielbar.de/neu](http://www.spielbar.de/neu): Beschreibung und Bewertung von Videospielen
- [www.spieleratgeber-nrw.de](http://www.spieleratgeber-nrw.de): pädagogischer Ratgeber zu Computer- und Konsolenspielen
- [www.spielebox.at](http://www.spielebox.at): Der größte Spielerverleih Österreichs, mit Infos zu Computer- und Konsolenspielen, Veranstalter von Workshops und Fortbildungen
- [www.internet-abc.at](http://www.internet-abc.at): Spielertipps für Kinder
- [www.feibel.de](http://www.feibel.de): Spielertipps für Kinder
- [www.blinde-kuh.de](http://www.blinde-kuh.de): Empfehlenswerte Online-Spiele für Kinder
- [www.spielzweig.de](http://www.spielzweig.de)
- Lernspiele für den PC: <http://www.kinderbuch-rezensionen.de/index.php/software/lernspielepc>
- Elternratgeber „Computerspiele“ und Broschüre „Empfehlenswerte Computer- und Konsolenspiele“ der wienXtra-spielebox und BuPP auf [www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at)
- [www.mediengewalt.de](http://www.mediengewalt.de): Linksammlung zu Gewalt in Medien und Spielen

#### JUGENDSCHUTZEINSTELLUNGEN BEI SPIELKONSOLEN:

Xbox: [www.xbox.com/familysettings](http://www.xbox.com/familysettings)

Wii: [www.nintendo.de](http://www.nintendo.de) – Suchbegriff Altersfreigabe

PlayStation: [www.playstation.at](http://www.playstation.at) – Suchbegriff Kindersicherung



Experten-  
Rat



## Medien am Schulhof

Tipps vom Hilfswerk-Experten, Psychotherapeuten und Schulsozialarbeiter Paul Gumhalter

### **Das neueste Handy, das coolste Videospiele – kommen unsere Kinder in der Schule oder im Freundeskreis nicht ganz schön unter Druck?**

Der Druck, ein bestimmtes Smartphone oder eine bestimmte Spielkonsole, manchmal auch einen Laptop zu besitzen, beginnt sicherlich schon in der Hauptschule bzw. im Gymnasium. Die Schülerinnen und Schüler sind da teilweise schon ziemlich auf dem neuesten Stand.

Als betroffener Elternteil kann ich dem Kind aber ruhig und bestimmt erklären, aus welchen Gründen ich es nicht für richtig halte, da mitzumachen. Je genauer die Erklärung, desto besser kann das Kind sie verstehen und akzeptieren, z. B. „Wir haben im Moment nicht genug Geld...Wir finden, dass es für ein Smartphone noch zu früh ist etc.“. Kinder müssen die Erfahrung machen, dass solche Geräte im Vergleich zum Kinderbudget kostspielig sind. Eventuell kann man die Anschaffung eines neuen Handys oder ähnlichem für einen späteren Zeitpunkt in Aussicht stellen. Auch als Belohnung, z.B. für ein besonders gutes Zeugnis.

### **Wie kann ich hier meinem Kind im Umgang mit Schulkameraden den Rücken stärken?**

Ganz falsch ist es jedenfalls, dem Kind ein „Lass Dir nichts gefallen!“ in die Schule mitzugeben. Vielmehr sollte man an der Seite des Kindes gemeinsam nach einer Lösung suchen. Stärken Sie Ihr Kind, indem Sie ihm dabei helfen, das Problem selber zu lösen, vor allem auf gewaltfreie Art und Weise. Zeigen Sie dem Kind verbale Möglichkeiten zur Konfliktlösung und Wege zum friedlichen Miteinander. Sätze, die mit dem Wort „Ich“ beginnen („Ich-Botschaften“) können helfen, Eskalationen zu vermeiden. Dieses „Empowerment“ kräftigt das Selbstbewusstsein und lehrt dem Kind wichtige Fähigkeiten für die Zukunft.

### **Gibt es Regeln, die ich mit der Schule vereinbaren soll?**

Jede Schule hat in Bezug auf Medienverwendung ihre eigenen Regeln, z.B. wann und wo der Gebrauch des Handys erlaubt ist und wann nicht. Informieren Sie sich darüber, und vermitteln Sie Ihrem Kind, dass es sich – in seinem eigenen Interesse – an diese Regeln halten sollte.

Suchen Sie bei Fragen und Unklarheiten das Gespräch mit der Schule.

### **Im Schulhof kommt die Sprache immer wieder auf Fernsehsendungen, die mein Kind zuhause nicht sehen darf. Wie gehe ich damit um?**

Machen Sie Ihrem Kind klar, dass in jeder Familie andere Regeln gelten können. Weisen Sie darauf hin, dass Ihr Kind „möglicherweise dafür andere Sachen machen darf, die XY nicht darf“. Auch hier helfen möglichst genaue Erklärungen, z.B. „Diese Sendung ist einfach zu spät, du brauchst genügend Schlaf. Aber schauen wir, vielleicht gibt es einmal eine Wiederholung am Wochenende!“ Bleiben Sie bei Ihrem Standpunkt und den Regeln, die Sie mit Ihrem Kind vereinbart haben.

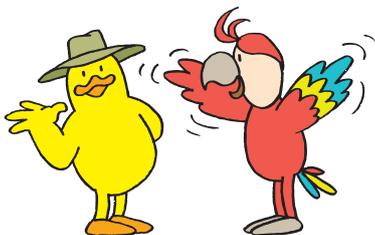


Intelligent und bunt – und  
ziemlich geschwätzig

## ALLESKÖNNER HANDY



Regeln, Handyrechnung,  
Handy-Verbot als Strafe?  
Medien in der Pubertät.



### Ich bin schon alt genug! Mit wieviel Jahren das erste Handy?

Für Kinder sind Handys klarerweise faszinierend – schließlich kennen sie es vom Babyalter an von Mama und Papa. In Österreich erhalten Kinder mit durchschnittlich 10 Jahren ihr erstes Handy. Ob für Ihr Kind bereits im Volksschulalter ein Handy sinnvoll ist, wissen Sie selbst am besten: Sprechen Sie mit ihm über seine Motive, wägen Sie ab, sprechen Sie mit den

Eltern seiner Freunde. Ein Handy kann auch Vorteile haben: Ihr Kind ist für Sie erreichbar, und es kann Sie jederzeit (im Notfall) anrufen. Wenn Sie sich für die Anschaffung entscheiden, sprechen Sie mit Ihrem Kind aber auch über die Risiken (problematische Inhalte wie Gewalt und Pornografie, Handyverlust, Weitergabe der Nummer an Unbekannte,

Kostenfallen) und vereinbaren Sie klare Regeln: Wann ist handyfreie Zeit? Welche Handynutzung ist okay, welche nicht? Wie hoch dürfen die Kosten sein und wer zahlt sie? Für den Einstieg kann ein Wertkartenhandy geeignet sein. Es zeigt, dass Telefonieren etwas kostet und dass man sich die Telefonzeit selbstständig einteilen muss.



Experten-  
Rat



## Handy, Facebook & Co sind Teil der Jugendkultur

Tipps vom Hilfswerk-Experten, Sozialmanager, Jugend- und Heimerzieher Gerd Konklewski

### **Was sind die speziellen Herausforderungen der Medienerziehung während der Pubertät?**

Die digitalen Medien sind bei den Jugendlichen allgegenwärtig. Whatsapp, Facebook und Co sind inzwischen Bestandteil der Jugendkultur und gehören zum normalen Alltag. Das erschwert natürlich eine Reglementierung von festen Medienzeiten. Die gleichzeitige Nutzung von Whatsapp am Smartphone und des parallel dazu laufenden Fernsehers sind heute keine Seltenheit. Die Herausforderung in der Medienerziehung ist oftmals die totale Überforderung der Eltern, die mit dem Entwicklungstempo nicht mithalten können. Kaum haben sie sich einen ersten Überblick über eine Internetplattform verschafft, sind ihre Kinder bereits zur nächsten weitergezogen. Dies ist jedoch nicht verwunderlich, da viele Jugendliche gerne in ihrer Kommunikation unter sich bleiben wollen.

### **Permanent das Smartphone in der Hand, stundenlanges Internetsurfen – wie gehe ich damit um?**

Das Smartphone nimmt inzwischen

einen sehr hohen Stellenwert bei Jugendlichen und der alltäglichen Kommunikation ein. Diese Tatsache müssen Eltern akzeptieren und auch respektieren. Eltern sollten hier in den echten Austausch mit ihren Kindern gehen. Ängste und Sorgen sollten offen angesprochen werden, damit die Kinder und Jugendlichen diese auch verstehen können. Auch die Jugendlichen selbst sollten dazu gehört werden. Jugendliche sind Experten ihrer Lebenswelt – Eltern sollten dies zulassen und ihren Kindern aufmerksam zuhören. Aber trotzdem – Regeln müssen sein! Die gemeinsamen Zeiten wie Mittagessen oder Abendessen sollten unbedingt gemeinsame Zeit bleiben – die Nutzung von Smartphone und Co sollte daher für alle Familienmitglieder Tabu sein. Die Eltern stellen auch hier ein Vorbild dar!

### **Welche Regeln sollte ich vereinbaren?**

Verbote sind meist nutzlos und nicht zu empfehlen. Mit den Jugendlichen sollten daher gemeinsame Vereinbarungen getroffen werden. Getreu dem Motto „Zuerst die Arbeit – dann das Vergnügen“ sollten wichtige Arbeiten

und Verpflichtungen vorrangig sein. Eine gute Möglichkeit ist die Einführung von Zeitkonten, z.B. 8-10 Stunden pro Woche für Spiele und Internet. Bereits im Vorfeld sollten jedoch die Konsequenzen vereinbart werden, falls diese Zeiten nicht eingehalten werden. Auch Ausnahmeregelungen sollten vorab besprochen werden – ist es möglich, einen Zeitvorschuss der nächsten Woche zu nehmen? Können schwierige Levels eines Spiels zu Ende gespielt werden etc.

### **Der soziale Druck verleitet Kinder oft, Mutproben zu machen und im Netz zu veröffentlichen. Wie kann ich mein Kind bestärken, da nicht mitzumachen?**

Viele Jugendliche verspüren den Drang, Grenzen zu überschreiten. Dazu gehört z.B. das Veröffentlichen von Videos, auf denen man selbst etwas Verbotenes oder Gefährliches tut. Machen Sie Ihren Standpunkt deutlich, dass dies kein harmloser Spaß ist. Vermitteln Sie Ihrem Kind, dass es Stärke zeigen kann, indem es auch mal Nein sagt. So können Sie Ihr Kind ermuntern, einen eigenen Standpunkt zu entwickeln und sich dem Gruppenzwang zu entziehen.



Aus dem Leben



## „Gewaltvideos am Handy – so ein Schock!“

„Ich war richtiggehend geschockt“, erzählt die Mutter des 13-jährigen Lukas, „da finde ich doch zufällig auf seinem Smartphone ganz brutale Videos, wie eine Bande Jugendlicher auf einen am Boden liegenden Jungen eintritt und einschlägt. Als ich Lukas drauf angesprochen habe, meinte er, das Video hätte er von einem Freund bekommen

und bei ihnen in der Klasse würden sich alle sowas ansehen. Was hab ich nur falsch gemacht?“

Gar nichts hat Lukas' Mutter falsch gemacht. Kindern fehlt oft das Unrechtsbewusstsein, was die Darstellung von Gewalt auf Handys oder auch im Internet betrifft. Umso wichtiger ist es, nichts zu dramatisieren, sondern

die Sache klar und offen anzusprechen. Machen Sie Ihrem Kind bewusst, dass diese Szenen „echt“ sind, dass dabei jemand verletzt, gekränkt, gedemütigt wird. Appellieren Sie an sein Unrechtsbewusstsein und thematisieren Sie ehrlich, welche Einstellung Sie selbst zu problematischen Inhalten wie Gewalt oder Pornografie haben.

Dieses vertrauensvolle „Darüber reden“ ist (vor allem langfristig) sinnvoller als ein Handyverbot (das zerstört die Vertrauensbasis!) oder technische Filterprogramme am Handy, die mit der Zeit umgangen werden können.

Machen Sie auch auf die gesetzlichen Rahmenbedingungen aufmerksam. Besitz und Weitergabe von brutalen Gewaltvideos und Pornografie ist nach dem Jugendschutzgesetz verboten. Jugendliche ab 14 Jahren machen sich durch z.B. das Tauschen von kinderpornografischen Handyvideos (das betrifft auch Videos von Gleichaltrigen!) strafbar.

Infos zur Gesetzeslage:

[www.oesterreichisches-jugendportal.at](http://www.oesterreichisches-jugendportal.at)



## Jetzt reicht's, her mit dem Handy! Handy-Verbot als Strafe?

Als Eltern muss uns klar sein: Je älter unsere Kinder werden, desto mehr gewinnt das Handy für sie an Bedeutung. Als Schritt in die Freiheit und Selbstverantwortung, als Statussymbol im Freundeskreis, als Unterhaltungsmedium, Kommunikationsmittel Nr. 1, als „Tor zur Welt“.

Respektieren Sie diese Tatsache, auch wenn man dafür manchmal gute Nerven braucht. Auch wenn der Arm Ihres Kindes mit dem Handy verwachsen scheint – drohen Sie niemals mit einem Handy-Verbot als Strafe. Dies könnte die Vertrauensbasis zwischen

Ihnen empfindlich stören, und Ihr Kind wird mit Problemen nicht zu Ihnen kommen! Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind lieber klare Regeln: Wo und wann gibt es handyfreie Zonen (beim Essen, bei Ausflügen, bei den Hausübungen)? Welche Dienste (telefonieren, Musik hören, spielen etc.) dürfen wann benutzt werden? Finden Sie gemeinsam andere Freizeitaktivitäten. Und nicht zuletzt: Leben Sie einen verantwortungsvollen Umgang mit dem Handy vor! Wenn Sie selbst mitten im Gespräch mit Ihrem Kind zum Telefonhörer greifen oder von

Ihrem Kind ständig nur telefonierend wahrgenommen werden, sind Sie nicht sehr glaubhaft!

### WEBTIPPS:

- Ausführlicher Elternratgeber unter [www.handywissen.at](http://www.handywissen.at)
- [www.handykinderkodex.at](http://www.handykinderkodex.at)
- <http://handy.arbeiterkammer.at>:  
Tarifrechner der Arbeiterkammer für aktuelle Handytarife
- [www.handy-tarife.at](http://www.handy-tarife.at)

## Wer soll das bezahlen?

### Wie bekommen wir die Handykosten in den Griff?

Zuallererst: Sprechen Sie mit Ihrem Kind über die Kosten des Handys. Wie hoch ist die Grundgebühr, wieviel kosten Gespräche, SMS, MMS, das Herunterladen von Spielen oder Musik. Mit etwas älteren Kindern können Sie den Handytarif gemeinsam aussuchen. Bei vielen Anbietern gibt es spezielle Jugendtarife. Vereinbaren Sie Regeln, wie hoch die Telefonrechnung sein darf, wer sie bezahlt (ältere Kinder können durchaus einen Teil ihres Taschengeldes beisteuern) und welche Konsequenzen bei Kostenüberschreitung zu erwarten sind. Auch ein Prepaid-Handy kann

helfen, die Gebühren zu begrenzen. Machen Sie Ihr Kind auf Kostenfallen aufmerksam: Das Herunterladen von Apps, Musik oder Klingeltönen kann teuer werden. Durch das Anklicken von Werbelinks kann man auch unwissentlich Bestellungen tätigen – diese sogenannten „In-App“-Käufe können Sie am Handy auch deaktivieren. Nutzen Sie sinnvolle Sperrmöglichkeiten beim Mobilfunkanbieter (z.B. Mehrwertdienste, mobiles Internet, Bezahlen mit dem Handy) oder direkt am Gerät (z.B. für In-App-Käufe, Daten-Roaming).



Faszinierend und schillernd –  
aber oft auch gefährlich

## WEITE WELT INTERNET



Kindgerechte Begleitung ins  
World Wide Web. Risiken und  
Gefahren. Lernen mit dem Internet.  
Kaufen und Bezahlen im Internet.  
Suchtpotenzial und Hilfestellungen.



### Whatsapp, Chatten, gn8: Ich komm mit diesen Computerbegriffen nicht mehr mit!

Manchmal mag es so scheinen, als würden Ihre Kinder – vor allem im Jugendalter – eine Geheimsprache sprechen. Speziell, wenn es um Computer, Internet & Co. geht. Nun, dieses Gefühl teilen Sie mit vielen Eltern. Geben Sie vor Ihren Kindern ruhig zu, dass Sie nicht alles wissen. Gestehen Sie ihnen zu, dass sie möglicherweise mehr Ahnung haben als Sie selbst.

Das schafft eine positive Grundstimmung und ermöglicht gegenseitigen Austausch. Lassen Sie sich ruhig einmal etwas von Ihren Kindern zeigen und erklären – dieser Expertenstatus tut Ihrem Nachwuchs gut. Bestehen Sie aber trotzdem darauf, dass es in punkto Mediennutzung klar vereinbarte Regeln gibt – auch zum Schutz Ihrer Kinder!

Vor allem wenn Ihre Kinder noch jünger sind, brauchen sie Ihre kompetente Begleitung in Medienfragen: Halten Sie sich daher selbst so gut wie möglich fit! Tauschen Sie sich mit anderen Eltern aus, haben Sie keine Scheu und experimentieren Sie selbst im World Wide Web. Und nutzen Sie die vielen guten Beratungsangebote, die es in diesem Bereich gibt!



# „Ist mein Kind computersüchtig?“

Tipps vom Hilfswerk-Experten und Jugendsozialarbeiter Christian Wiedner

### **Eltern haben oft Ängste, dass ihre Kinder computersüchtig sein könnten. Was kann man ihnen raten?**

Ob mein Kind nur seinem Lieblingshobby nachgeht oder bereits süchtig ist, kann man pauschal nicht sagen. Ein erster Weg dies herauszufinden ist auf jeden Fall, dass man für die Aktivitäten des Kindes vor dem Computer Interesse zeigt und nicht sofort die Verbotskeule schwingt. Gerade bei Computerspielen kann es schwierig sein, ein Suchtverhalten abzuschätzen, da es ganz einfach Spiele gibt, die von den Spielern einiges an Zeit verlangen. Genau so wie bei einem Buch kann es passieren, dass man durch die aufgebaute Spannung nur schwer aufhören kann. Liest man im Buch „nur noch ein“ Kapitel so spielt man im Spiel „nur noch einen“ Level. Grundsätzlich kann man sagen, wenn das Kind nach wie vor mit Freunden im realen Leben Zeit verbringt, wenn es wie immer in den Sportverein, die Musikschule usw. geht, oder auch einfach nur gerne am Spielplatz ist, muss man sich noch keine großen Sorgen machen.

### **Welche Warnsignale gibt es?**

Zuerst einmal vorweg: Nur sehr wenige Menschen, die viel Zeit am Computer verbringen, sind wirklich krankhaft süchtig! Allzu große Ängste sind daher meist unberechtigt. Entscheidend sind nicht die Dauer oder die Intensität der Computernutzung, sondern eher die Gründe. Bedenklich ist es dann, wenn das Kind wichtige Lebensbereiche wie Schule oder Freunde wegen des Spielens vernachlässigt. Wenn es dafür Konflikte in Kauf nimmt, sich nicht und nicht vom Computer lösen kann und sogar Entzugserscheinungen, wie Gereiztheit oder Aggressivität, zeigt. Dann sollte man professionelle Hilfe aufsuchen.

### **An wen kann man sich wenden?**

Das Wichtigste ist: ob ein Kind süchtig ist oder nicht können nur entsprechende Fachkräfte feststellen. Es gibt zwar einige Onlinetests und Onlineforen, die sich mit diesem Thema beschäftigen, diese können auch hilfreich sein – eine tatsächliche Diagnose können aber ausschließlich Spezialisten stellen. Eine Vorabinformation kann

man sich als Erziehungsberechtigte/r zum Beispiel über „Rat auf Draht 147“ (aus ganz Österreich zum Nulltarif) holen oder man kontaktiert eine der Familienberatungsstellen.

### **Wie kann man Kinder bei einer vernünftigen Computernutzung begleiten?**

Das ist in erster Linie vom Alter abhängig. Je älter ein Kind ist, umso mehr Zeit wird es unter Umständen vor dem Computer verbringen wollen. Hier ist es empfehlenswert, dass bis zu einem Alter von etwa 8 – 10 Jahren die Eltern dabei sind. Sind die Kinder dann so weit, dass sie auch unbeaufsichtigt vor dem Computer ihre Zeit verbringen, sollten klare Regeln mit dem Kind vereinbart werden. Diese sollten die Dauer der Nutzung, die erlaubten Webseiten und das Verhalten im Internet regeln.

Ein wesentlicher Faktor in beiden Fällen ist das Reden mit dem Kind. Was wurde konsumiert? Wie wurde es wahrgenommen? Wenn man mit dem Kind in dessen Lebenswelt eintaucht, kann man auch frühzeitig reagieren und versteht unter Umständen auch, warum gerade dieses eine Spiel momentan so wichtig ist.



## Aus dem Leben



# Internet – so ein Unsinn!?

Monika M., Mutter zweier Töchter mit 13 und 8 Jahren, ist sichtlich genervt: „Bei meinen Mädels wird das Internet immer nur für so einen Unsinn genutzt – spielen, chatten, Modeseiten ansehen. Ich überlege wirklich, ob ich das Internet zuhause nicht abmelde, damit sie nicht immer so viel Zeit damit verplempern.“ Ob es auch für Kinder sinnvolle Einsatzmöglichkeiten des Internets gibt? Klar gibt es die!

Das Internet kann eine fesselnde Erweiterung herkömmlicher Lern- und Spielorte bieten. Kinder lernen am Computer mitunter aktiver und damit nachhaltiger als bei einem einfachen Frage- und Antwortsystem. Der Vorgang, Informationen zu suchen, zu lesen und herauszufinden, was für eine bestimmte Aufgabenstellung passend ist, fordert und fördert vielseitige Fähigkeiten. Wem Netzwerken und das Herausfiltern seriöser Informationen nicht vertraut sind, die/der ist mitunter benachteiligt.

Das World Wide Web kann als Lexikon und Wissensplattform genutzt werden –

für die Schule, aber auch für alle anderen Fragen, die im Kinderleben auftreten. Geschichtliche, naturwissenschaftliche, wirtschaftliche Themen und vieles mehr können mit Hilfe von Filmen und interaktiven Funktionen vermittelt werden. Es gibt unzählige Programme und Apps, die den aktuellen Lernstoff des Kindes unterstützen (z.B. Vokabel-Trainer oder Lernspiele). Ermutigen Sie Ihr Kind, diese zusätzlichen Lernhilfen zu nutzen.

### FÜR DIE KLEINEN: LERNEN MIT DEM INTERNET:

- [www.notenmax.de](http://www.notenmax.de)  
(ab 1. Klasse, Töne & Musik)
- [www.erikszo.de](http://www.erikszo.de)  
(ab 1. Klasse, Sprache)
- [www.ampelini.de](http://www.ampelini.de)  
(ab 1. Klasse, Allgemeinwissen)
- [www.geolino.de](http://www.geolino.de)  
(ab 1. Klasse, Allgemeinwissen)
- [www.wasistwas.de](http://www.wasistwas.de)  
(ab 2. Klasse, Allgemeinwissen)
- [www.kinderbuchforum.de](http://www.kinderbuchforum.de)  
(ab 2. Klasse, Kinder können ihre eigenen Geschichten einstellen und die Geschichten anderer Kinder lesen)
- [www.physikfuerkids.de](http://www.physikfuerkids.de)  
(ab 5. Klasse, Physik)

Auch für den Einstieg in die Welt des Internets gibt es Kindersuchmaschinen und Portale mit speziell ausgewählten und kindgerecht aufbereiteten Themen. Von hier aus kommt Ihr Kind nur auf unbedenkliche Seiten.

### FÜR DIE GROSSEN: LERNEN MIT DEM INTERNET:

- [www.exelearning.de](http://www.exelearning.de): Zum Erstellen von Webinhalten.
- [http://audacity.sourceforge.net](http://http://audacity.sourceforge.net): Kostenloses Programm zur Audiotbearbeitung.
- [www.toondoo.com](http://www.toondoo.com): Kostenloses Programm zum Erstellen von Comics, Registrierung erforderlich.
- [www.aviary.com](http://www.aviary.com): Umfassendes Programm zur Bildbearbeitung.
- [www.photofunia.com](http://www.photofunia.com): Lustige Animationen erstellen.
- [www.befunky.com](http://www.befunky.com): Fotoeffekte erstellen.
- [www.voki.com](http://www.voki.com): Kleine Videos erstellen, samt Avatar.
- [www.phwien.ac.at/ekey](http://www.phwien.ac.at/ekey): Kostenloser Download von Programmen zur Text-, Bild-, Video- und Audiobearbeitung bzw. -darstellung.
- <https://lms.at/otp>: selbständig erlernen, üben, abprüfen
- [www.bimez.at](http://www.bimez.at): Lernspielempfehlungen unter „Mediensuche“
- [www.lernsoftware.de](http://www.lernsoftware.de)

## Wie begleite ich mein Kind bei seinem Einstieg ins www gut und sicher?

Beim Heranwachsen kann Ihr Kind Schritt für Schritt in die Welt des Internets eingeführt werden – aber vor allem am Anfang immer mit Ihnen gemeinsam! Stellen Sie in jedem Alter passende Regeln auf und erklären Sie deren Sinnhaftigkeit.

Anfangs ahmen Kinder gerne das Verhalten ihrer Eltern nach: Lassen Sie Ihr Kind Tastatur und Maus kennenlernen, gehen Sie auf altersgemäße Websites, am besten immer auf die selben. Sie können auch damit beginnen, einmal kurze Filme auf Youtube zu schauen oder Bilder zu einem bestimmten Thema (z.B. Vulkane, Pferde etc.) zu suchen. Überfordern Sie Ihr Kind nicht durch zu viele unterschiedliche Inhalte! Im Vorschulalter kommen die ersten Lern- und Spielprogramme dazu. Unternehmen Sie gemeinsame Ausflüge ins Internet, beispielsweise auf Websites, die den Kindern bereits von anderen Quellen (Fernsehen, Bücher, Lieder, Freunde) bekannt sind. Suchen Sie spezielle Kinderseiten mit geeigneten Inhalten und vielen Bildern aus – zuviel Text frustriert und verwirrt anfangs. Die Lieblingsseite Ihres Kindes können Sie auch als Startseite installieren. Ab dem Volksschulalter gehen Kinder im Netz gerne ihren Hobbies nach, z.B. spielen oder mit Freunden chatten.

Beliebte und geeignete Websites speichern Sie am besten als Favoriten – so können Sie mit Ihrem Kind gemeinsam eine Positivliste anlegen und Ihr Kind muss nicht wahllos im Netz herumsuchen. Filterprogramme ermöglichen gefahrloses Surfen. Jetzt wird es Zeit, mit Ihren Kindern über Gefahren im Internet zu sprechen (siehe auch nächste Seite). Üben Sie mit Ihrem Kind die Benutzung von Suchmaschinen, helfen Sie bei der Auswahl von Suchbegriffen. Nutzen Sie die speziellen Kindersuchmaschinen.

Ab ca. 12 Jahren wird das gesamte Spektrum des World Wide Web genutzt. Ihr Kind hat Sie hinsichtlich Wissen und Erfahrung vielleicht sogar schon überholt. Beteiligen Sie sich an der Welt Ihrer Kinder und sagen Sie auch, wenn Ihnen etwas nicht gefällt. Seien Sie für Fragen, Ängste und Sorgen Ihres Kindes da, besprechen Sie gemeinsam die Risiken digitaler Medien. Unterstützen Sie Ihr Kind, aus Fehlern zu lernen.

### KINDGERECHTE WEBSITES:

- [www.internet-abc.de](http://www.internet-abc.de): Einführung ins Internet für Kinder und Eltern
- [www.wdrmaus.de/elefantenseite](http://www.wdrmaus.de/elefantenseite): Empfehlenswerte Kinderseite mit vielen Bildern
- <http://kidsweb.at>: Texte, Referate, Spiele und Links für Kinder
- <http://fragFINN.de/kinderliste.html>: Sammlung empfehlenswerter Websites für Kinder, inklusive Suchmaschine
- [www.blinde-kuh.de](http://www.blinde-kuh.de): Erste deutschsprachige Suchmaschine für Kinder; Sicher surfen im Internet, v.a. für kleine Kinder
- [www.elbot.de](http://www.elbot.de): Hier können Kinder in sicherer Umgebung chatten üben.
- [www.klick-tips.net](http://www.klick-tips.net): ausgewählte Links für Kinder
- [www.internauten.de](http://www.internauten.de): Spiele und Tipps für Kinder rund um Computer und Internet
- [www.labbe.de/zzzebranetz](http://www.labbe.de/zzzebranetz): Forum für Kinder, Spielideen, Basteltipps, Liedersammlung etc.
- [www.seitenstark.de](http://www.seitenstark.de)
- [www.kidsnet.at](http://www.kidsnet.at): Zum Üben für die Schule
- [www.hamsterkiste.de](http://www.hamsterkiste.de): Sachgeschichten und Lernspiele.
- [Sheeplive.eu](http://Sheeplive.eu): „Safer Internet“-Cartoons, -Quiz und -Games für Kids
- [www.websitesfuerkinder.de](http://www.websitesfuerkinder.de): Datenbank mit geeigneten Websites
- [www.spinxx.de](http://www.spinxx.de): Linkliste für Kinder ab 12



## Gefahren im Internet: Was soll ich mit meinem Kind auf jeden Fall besprechen?

### **Nicht alles, was im Internet steht, ist auch wahr!**

Weisen Sie darauf hin, dass jeder alles ins Netz stellen kann und geben Sie Tipps, wie Ihr Kind den Wahrheitsgehalt überprüfen kann (verschiedene Quellen vergleichen, Autoren überprüfen, Werbung erkennen).

### **Niemand ist im Internet anonym!**

Bedenken Sie, dass Sie oder Ihr Kind bei allen Aktivitäten im Internet Spuren hinterlassen! Was im realen Leben erlaubt bzw. verboten ist, ist es daher auch im Internet!

### **Mit persönlichen Daten sorgsam umgehen!**

Adresse oder Telefonnummer sollten nur an Freunde weiter gegeben werden, nicht an Fremde! Wer sich für Registrierungen, Newsletter und ähnliches eine zweite E-Mail-Adresse anlegt, kann die private E-Mail-Adresse vor unerwünschter Kontaktaufnahme schützen. Generell gilt: Lieber genau überlegen, ob man sich bei einer Website mit dem echten Namen anmeldet oder doch besser mit einem Pseudonym.

### **Privatsphäre schützen!**

Auch beim Hochladen von Fotos oder Preisgeben von Informationen im Netz sollte man vorsichtig sein. Nichts veröffentlichen, das später einmal zum eigenen Nachteil verwendet werden kann (z.B. peinliche Fotos der letzten Party). Soziale Netzwerke werden auch von potenziellen Arbeitgebern genutzt!

### **Jeder hat das Recht über sein eigenes Bild!**

Das Verbreiten von Fotos oder Videos, die andere Personen nachteilig darstellen, ist nicht erlaubt! Zur Sicherheit sollte man immer nachfragen, ob eine Veröffentlichung okay ist. Achtung: Werden Nacktfotos von Minderjährigen verbreitet, kann man sich sogar strafbar machen!

### **Vorsicht bei Treffen mit Online-Bekanntschäften!**

Im Netz kann man sich leicht als jemand anderer ausgeben! Es ist in Ordnung, sich mit Bekanntschäften aus dem Netz zu treffen – aber nur an öffentlichen Orten und in Begleitung (Erwachsener oder Freund/in).

### **Gratis ist nicht immer kostenlos!**

Aufpassen bei Abzock-Fallen und vermeintlichen Gratisangeboten im Netz

### **Hände weg von unerwünschten Inhalten!**

Kinderpornografische, nationalsozialistische oder rassistische Inhalte dürfen – bei Strafe! – nicht verbreitet



bzw. nicht mal am Computer besessen werden. Achtung: In der Regel werden die Inhalte einer Seite schon beim bloßen Ansehen im Internet automatisch auf der Festplatte gespeichert (meist in einem Ordner für temporäre Dateien) – bereits das kann als Besitz eines Bildes gelten. Illegale Inhalte können Sie – auch anonym – bei [www.stopline.at](http://www.stopline.at) melden! Laut Jugendschutzgesetz haben Sie als Eltern die Aufsichtspflicht: Sie müssen zwar die Handys und Computer Ihrer Kinder nicht laufend kontrollieren, aber sobald Sie wissen, dass Ihr Kind verbotene Inhalte besitzt, müssen Sie diese löschen bzw. löschen lassen!

### Urheberrechte beachten!

Jegliches Hochladen von fremden – und somit urheberrechtlich geschützten – Inhalten ist gesetzlich verboten. Möchte man z.B. Musik, Fotos oder Texte, die man nicht selbst erstellt hat, veröffentlichen (z.B. in einem Blog oder im Facebook-Profil) muss man den Urheber immer fragen. Übernimmt man kleine Ausschnitte („Zitate“) aus fremden Werken, so muss immer die Quelle angegeben werden!

### Auch im Netz gilt der gute Ton!

Wer über andere im Netz herzieht und sie beleidigt, Lügen verbreitet oder peinliche Fotos veröffentlicht, kann die Betroffenen sehr verletzen. Machen Sie Ihrem Kind bewusst, was es damit anrichten kann. Und schließlich: Mobbing über das Internet kann sogar strafbar sein!

### WEBTIPPS:

- [www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at): „Elternratgeber Internet“, „10 Safer Internet-Tipps für Volksschüler“, „Safer Surfing“ sowie viele Infos und Links
- [www.chatten-ohne-risiko.de](http://www.chatten-ohne-risiko.de): Risikoeinschätzung und Altersempfehlung zu verschiedenen, bei Kindern und Jugendlichen beliebten Chats
- [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de): aktuelle Informationen zu den Chancen und Risiken der Internetnutzung
- [www.saferinternet.org](http://www.saferinternet.org): Europäisches e-Sicherheitsnetzwerk
- [www.sicher-im-internet.at](http://www.sicher-im-internet.at)
- [www.watchyourweb.de](http://www.watchyourweb.de)
- [www.surfen-ohne-risiko.net](http://www.surfen-ohne-risiko.net): Für Kinder von 6 bis 12 Jahren; Eltern können hier eine Startseite mit altersgerechten Nachrichten, Onlinespielen etc. erstellen
- [www.stopline.at](http://www.stopline.at): Meldestelle im Internet, bei der anonym und unbürokratisch Webseiten mit kinderpornographischen und neonazistischen Inhalten gemeldet werden können



### TIPPS ZUM THEMA „COMPUTERSUCHT“:

- **147 Rat auf Draht**, [www.rataufdraht.at](http://www.rataufdraht.at): Kostenlose, anonyme Telefon-Hotline für Kinder und deren Bezugspersonen, auch Online-Beratung
- [www.familienberatung.gv.at](http://www.familienberatung.gv.at): Familienberatungsstellen in ganz Österreich als erste Anlaufstellen in Erziehungsfragen
- [www.vivid.at](http://www.vivid.at): Vivid – Fachstelle für Suchtprävention
- [www.antonprokschinstitut.at](http://www.antonprokschinstitut.at): Therapie für Internet- und Computerspielsüchtige
- [www.dialog-on.at](http://www.dialog-on.at): Der Verein Dialog bietet Hilfe für Angehörige sowie eine Online-Beratung.
- [www.praevention.at](http://www.praevention.at): Das Institut Suchtprävention Pro Mente OÖ bietet Informationsmaterialien sowie viele weitere Infos und Links zu Angeboten.
- [www.onlinesucht.at](http://www.onlinesucht.at): Informationsportal zum Thema Internet-Sucht
- [www.internet-abc.de](http://www.internet-abc.de): Spezialkapitel für Eltern zum Thema Spielsucht
- [www.suchthaufen.net](http://www.suchthaufen.net): Fragen, Antworten und Videoclips zum Thema Mediensucht für Jugendliche
- [www.ins-netz-gehen.de](http://www.ins-netz-gehen.de): Informationsportal für Jugendliche. Test „Bin ich süchtig?“ unter dem Menüpunkt „Check dich selbst“
- [www.computersuchthilfe.info](http://www.computersuchthilfe.info): Informationen zur problematischen Computernutzung, für Eltern, Multiplikatoren und Jugendliche
- <http://www.stangl-taller.at/ARBEITS-BLAETTER/SUCHT/InternetsuchtTest.shtml>: Eltern-Test: Ist mein Kind internetsüchtig?
- **Institut für Suchtprävention der Stadt Wien**: Broschüre zum Download „Handy, Computer und Internet: Wie kann ich mein Kind gut begleiten?“ (<http://drogenhilfe.at/4141/broschure-handy-computer-und-internet-wie-kann-ich-mein-kind-gut-begleiten/>)
- [www.suchtpraevention-noe.at](http://www.suchtpraevention-noe.at): NÖ Suchtberatungsstelle

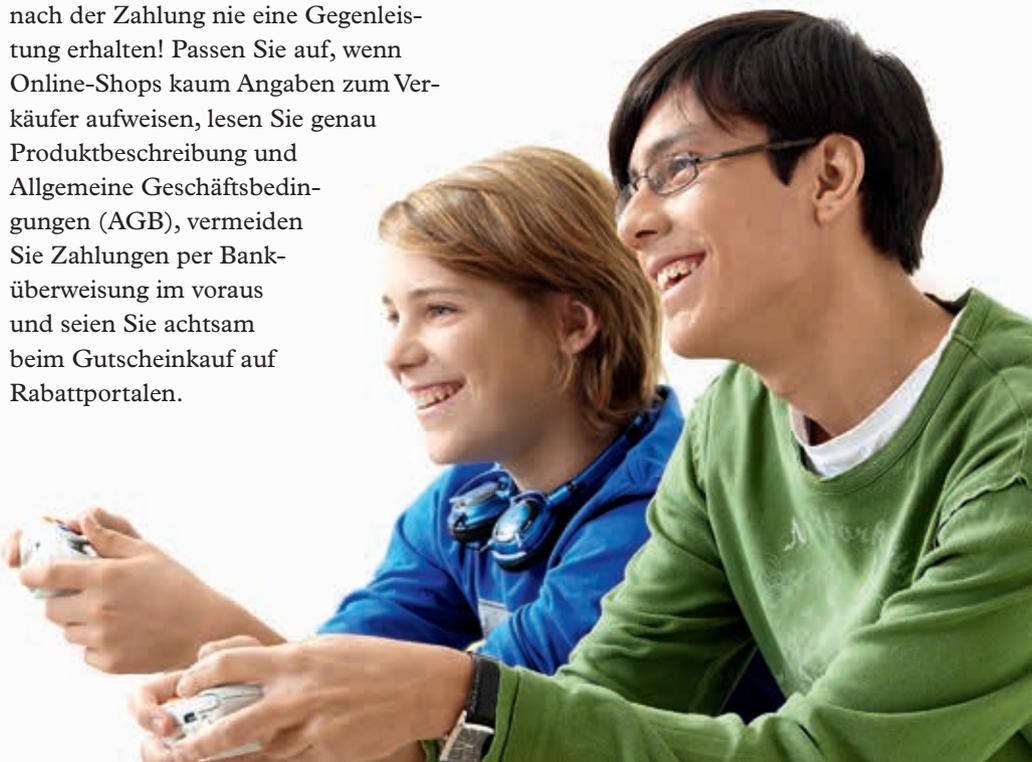
## Mein Sohn ist gerade 16 geworden – darf er sich nun im Internet diese extrem günstige Spielkonsole kaufen?

Während Kinder unter 14 Jahren nur beschränkt geschäftsfähig sind und hier Erziehungsberechtigte einem Kauf (auch nachträglich) zustimmen müssen, können Jugendliche ab 14 über ihr Einkommen bzw. Taschengeld verfügen. Sobald der eigene Lebensunterhalt gefährdet ist (z.B. der Abschluss eines Handyvertrags, bei dem die Grundgebühr das monatliche Taschengeld übersteigt), müssen aber auch hier die Eltern zustimmen. Das heißt, wenn Sie den Einkauf erlauben oder am besten sogar gemeinsam mit Ihrem Kind tätigen, dann können auch schon jüngere Kinder (kleinere) Geschäfte im Netz abschließen, zum Beispiel kostenpflichtige Spiele oder Handy-Apps herunterladen. Und jetzt kommt das große Aber: Machen Sie Ihr Kind mit den Kostenfallen und Gefahren von Internet-Käufen vertraut – und seien Sie selbst wachsam! Vorsicht bei vermeintlichen „Gratis-Angeboten“: Kostenhinweise sind hier mehr oder weniger gut versteckt und können leicht übersehen werden. Auch Online-Gewinnspiele, bei denen Name und Adresse angegeben werden sollen, können unseriös sein. Sehr schnell folgt der Rechnung dann die Drohung mit Inkassobüro und Rechtsanwalt. Bezahlen Sie im Zweifel nicht, lassen sich vom Internet-Ombudsmann beraten und treten Sie vom Geschäft zurück.

Auf [www.watchlist-internet.at](http://www.watchlist-internet.at) können Sie sich tagesaktuell über unseriöse Web-Angebote informieren. Generell gilt: Verlangt ein Online-Anbieter die Postanschrift, kontrollieren Sie nochmals alle Angaben (AGB, Seitenleiste, Fußnoten etc.), um sicherzustellen, dass das Angebot wirklich kostenlos ist. Seien Sie auch vorsichtig, wenn Waren überdurchschnittlich günstig angeboten werden – denn auch im Internet hat selten jemand etwas zu verschenken! Es könnte sich dabei um minderwertige Produktfälschungen, gestohlene Ware oder Trickbetrug handeln, bei dem Sie nach der Zahlung nie eine Gegenleistung erhalten! Passen Sie auf, wenn Online-Shops kaum Angaben zum Verkäufer aufweisen, lesen Sie genau Produktbeschreibung und Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB), vermeiden Sie Zahlungen per Banküberweisung im voraus und seien Sie achtsam beim Gutscheinkauf auf Rabattportalen.

### WEBTIPPS:

- [www.watchlist-internet.at](http://www.watchlist-internet.at): Tagesaktuelle Infos und Warnungen zu Online-Betrug, -Fällen und -Fakes
- [www.online-kuendigen.at](http://www.online-kuendigen.at): Unterstützt bei der Kündigung von unerwünschten Diensten mittels Musterbrief
- [www.computerbild.de/download/COMPUTER-BILD-Abzockschutz-4568820.html](http://www.computerbild.de/download/COMPUTER-BILD-Abzockschutz-4568820.html): Schutzprogramm, das eine Warnmeldung bei unseriösen Websites einblendet
- [www.mywot.com/en/download](http://www.mywot.com/en/download): Schutzprogramm, das eine Warnmeldung bei unseriösen Websites einblendet
- [www.saferinternet.at/online-shopping](http://www.saferinternet.at/online-shopping) Informationsblatt „Online-Shopping von privat zu privat“ auf [www.ombudsmann.at](http://www.ombudsmann.at)





Experten-  
Rat



## Online zahlen? Aber sicher!

Tipps von Finanz-Expertin Petra Postl (Erste Bank)

### Wenn ich online einkaufe – welche Zahlungsmethode erweist sich hier als die sicherste?

Grundsätzlich sollte der Kunde immer vor der Zahlung überprüfen, wer der Anbieter ist: ob er bekannt ist, wo sein Firmensitz liegt, ob es ausreichende Informationen über Geschäftsbedingungen und Rücktrittsrechte gibt. Auf der Homepage sollten Sie ein vollständiges Impressum und Kontaktmöglichkeiten finden.

Es gibt im Online-Handel mittlerweile eine große Anzahl an unterschiedlichen Zahlungsmethoden. Die wichtigsten Beispiele für sichere Zahlungssysteme sind einerseits die Kreditkarten und andererseits die von den österreichischen Banken angebotene eps Online-Überweisung.

### Und wenn Jugendliche einkaufen: Ist das dann nur über das Konto bzw. die Kreditkarte der Eltern möglich?

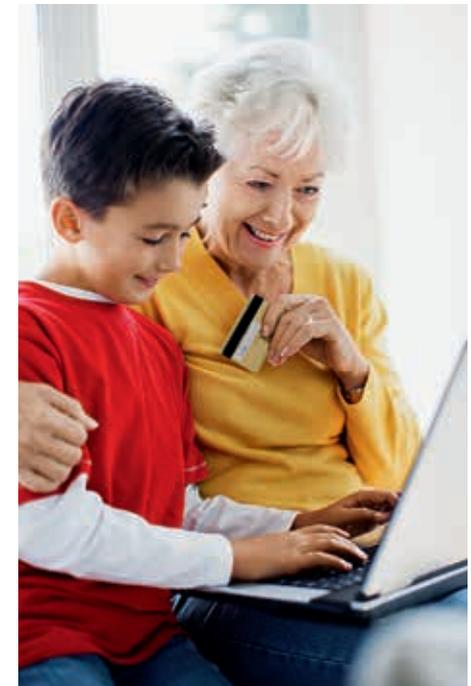
Nein, nicht unbedingt. Rechtlich es so, dass Minderjährige ab 14 Jahren über ihr eigenes Einkommen bzw. Taschengeld frei verfügen dürfen. Das heißt, dass sie in diesem Rahmen

auch selbstständig ein Bankkonto eröffnen können. Die Erste Bank bietet für Jugendliche – gratis – das spark7 Konto an. Mit der dazugehörigen Bank-Card können Jugendliche bargeldlos bezahlen und natürlich über netbanking oder die netbanking-App Überweisungen durchführen.

### Man hört im Zusammenhang mit Online-Geschäften oft von „Phishing“. Was ist das genau?

„Phishing“ kommt von „Password fishing“: Über gefälschte E-Mails will man vertrauliche Kundendaten und Passwörter erhalten. Diese falschen E-Mails werden von den Betrügern perfekt gemacht, indem das Design der Unternehmen übernommen wird. In den E-Mails werden die Benutzer aufgefordert, persönliche und vertrauliche Daten mitzuteilen oder zu aktualisieren. Es kommt auch vor, dass die E-Mails per Link zu einer gefälschten Web-Seite des Unternehmens führen, um den Benutzer dann zum Login zu animieren. Achtung: Kein seriöses Unternehmen wird über E-Mail Passwörter, Kreditkartennummern und Daten von

Kunden abfragen oder Sie auffordern Ihre Daten zu aktualisieren! Kommen Sie daher solchen Aufforderungen keinesfalls nach. Sollten Sie dennoch Daten bekannt gegeben haben, sollten Sie so rasch wie möglich ein neues Passwort definieren bzw. bestellen.



Gesellig und lustig –  
aber doch sehr indiskret

## FACEBOOK UND CO.



6

Privatsphäre, Nickname & Co:  
Tipps zum Umgang mit sozialen  
Netzwerken. Cybermobbing.



### Ab wann darf mein Kind **bei Facebook** sein?

Laut Facebook-Nutzungsbedingungen ist eine Registrierung erst ab 13 Jahren gestattet – viele Kinder steigen aber schon früher ein. Vor allem, wenn sie Facebook bei älteren Geschwistern oder Freunden kennen gelernt haben. Wenn Sie die Entscheidung treffen, Ihrem Kind (auch schon früher) den Einstieg in soziale Netzwerke à la Facebook zu erlauben, machen Sie es mit den Regeln und Risiken der Online-Community vertraut. Richten Sie

gemeinsam die Privatsphäre-Einstellungen so ein, dass die Inhalte nur für „Freunde“ sichtbar sind und das Profil von Suchmaschinen nicht gefunden werden kann. Verurteilen Sie soziale Netzwerke nicht von vornherein, nur weil Sie persönlich nichts damit anfangen können, sondern beschäftigen Sie sich gemeinsam mit Ihrem Kind damit. Ihr Kind wird höchstwahrscheinlich sonst – früher oder später – alleine und ohne Ihr Wissen einsteigen!



## Privatsphäre, Nickname & Co.: Welche Tipps kann ich meinem Kind geben?

### Das Internet vergisst nicht!

Besprechen Sie mit Ihrem Kind, dass einmal im Internet veröffentlichte Daten oft nicht mehr gelöscht werden können. Deshalb: Keine Fotos, Videos oder Texte veröffentlichen, die peinlich sein oder später einmal zum eigenen Nachteil verwendet werden könnten! Diskutieren Sie gemeinsam, welche Selbstporträts online gestellt werden können und welche nicht.

### Persönliche Daten geheim halten!

Wohnadresse, Telefonnummer, Passwörter etc. gehen Fremde nichts an. Sinnvoll ist auch, nicht mit dem richtigen Namen, sondern mit einem „Nickname“ (zweiter Vorname, Spitzname etc.) auf Facebook unterwegs zu sein – so kann das Profil nicht von Unbekannten gefunden werden.

### Privatsphäre bewahren!

Richten Sie gemeinsam die Privatsphäre-Einstellungen so ein, dass nur „Freunde“ das Profil sehen können. Achtung: Die Einstellungen ändern sich häufig und sind standardmäßig oft nicht auf der sichersten Stufe! Man kann Personen, von denen man sich belästigt fühlt, auch auf eine „Ignorier-Liste“ setzen.

### Den guten Ton bewahren!

Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, wie sehr es andere durch unüberlegte Kommentare, beleidigende Postings oder peinliche Fotos verletzen kann. Jeder Mensch hat das „Recht am eigenen Bild“: Fotos oder Videos, die andere Personen nachteilig darstellen, dürfen nicht verbreitet werden. Immer vorher fragen, ob dem anderen eine Veröffentlichung recht ist!

### Vorbild sein!

Gehen Sie selbst unbedingt mit gutem Beispiel voran! Fragen Sie Ihre Kinder – egal in welchem Alter – ob Sie Fotos von ihnen posten dürfen. Bedenken Sie: Das süße Kinderfaschingskostüm, das Sie heute hochladen, könnte Ihrem Kind in Zukunft peinlich sein!



## Soll ich mit meinem Kind auf Facebook befreundet sein?

Die Versuchung ist groß, sein Kind über eine Facebook-Freundschaft in seinen Online-Aktivitäten zu kontrollieren. Das mag bei sehr jungen Kindern noch sinnvoll sein (und so können Sie Ihr Kind beim sicheren Umgang mit sozialen Netzwerken auch unterstützen), aber je älter Ihr Kind wird, desto eher wird es

sich „entfreunden“ wollen. Akzeptieren Sie das und nehmen Sie es nicht persönlich! Sie sind ja auch im realen Leben nicht Freund/in Ihres Kindes, sondern eben Mama oder Papa. Statt dass Sie Ihr Kind überwachen, bitten Sie es, Ihnen die Welt von Facebook und die regelmäßigen Veränderungen zu zeigen.

### WEBTIPPS:

- [www.facebook.com/saferinternetat](http://www.facebook.com/saferinternetat)
- [www.saferinternet.at/privatsphaere-leitfaeden](http://www.saferinternet.at/privatsphaere-leitfaeden): Broschüren zum Download für die Themenbereiche Facebook, flickr, youtube, WhatsApp und vieles mehr
- <https://www.facebook.com/help/safety>
- [www.allfacebook.de](http://www.allfacebook.de): Inoffizieller Facebook-Blog, Interessantes zum größten sozialen Netzwerk



## SICHERHEIT VON KINDESBEINEN AN

Eine unbeschwerte und glückliche Kindheit ist der beste Start ins Leben. Dazu gehört auch die optimale Unfallvorsorge. Als eine der führenden Versicherungen Österreichs bietet die Wiener Städtische bedarfsgerechte Lösungen für den Nachwuchs, vom ersten Tag an.

### SCHUTZ AUF SCHRITT UND TRITT

Die gesetzliche Unfallversicherung schützt Kinder nur im schulischen Bereich mit gesetzlich festgelegten Leistungen, nicht aber in der Freizeit oder beim Sport. Gerade hier besteht für Kinder und Jugendliche ein besonders hohes Unfallrisiko. Kindergartenkinder sind generell nicht gesetzlich unfallversichert. Ausreichenden Schutz bietet nur eine private Unfallversicherung. Mit der „Hopsi Hopper SchülerInnen- und Kindergartenkinderunfallversicherung“ der Wiener Städtischen ist der Nachwuchs bestens versorgt. Bereits ab einer Prämie von EUR 4,50 für Kindergartenkinder (für SchülerInnen ab EUR 6,50) ist der Nachwuchs im Falle des Falles bestens versorgt: Bis zu EUR 2.500,- stehen für Unfallkosten zur Verfügung, im Fall von Dauerinvalidität werden bis zu EUR 100.000,- ausbezahlt.

Serviceline 050 350 350  
kundenservice@staedtische.co.at  
wienersaedtische.at

**IHRE SORGEN MÖCHTEN WIR HABEN**

### SICHERHEIT IN ALLEN LEBENSLAGEN

Als verlässlicher und innovativer Partner bietet die Wiener Städtische Schutz in allen Lebenslagen – von maßgeschneiderten individuellen Versicherungslösungen bis hin zu gezielter Nachwuchsförderung.



**Dr. Judit Havasi**

Generaldirektor-Stellvertreterin der Wiener Städtischen Versicherung

*„Die gezielte Förderung von Kindern und Jugendlichen ist der Wiener Städtischen ein besonderes Anliegen, und die Unterstützung von Projekten zum Thema Sicherheit ist für uns eine Selbstverständlichkeit.“*

**WIENER  
STÄDTISCHE**  
VIENNA INSURANCE GROUP



## Aus dem Leben

# „Hilfe, Cyber-Mobbing!“

„Seit ein paar Wochen zieht sich meine Tochter immer mehr zurück, sperrt sich in ihr Zimmer ein, geht kaum raus“, erzählt die Mutter der 15-jährigen Tina.

„Gestern hat sie mir endlich erzählt, dass zwei Schulkolleginnen sie belästigen: Sie ziehen in ihrem Facebook-Profil über sie her und haben ein Foto von Tina am WC in der ganzen Schule verschickt. Sie ist unendlich traurig und ich würde ihr so gerne helfen!“

Nun, der erste wichtige Schritt ist getan: Tina hat ihrer Mutter von dem Vorfall erzählt, und sie hat ihn ernst genommen. Cyber-Mobbing nennt man das, was die beiden Mädchen hier betreiben: Dabei werden andere über digitale Medien (soziale Netzwerke, Websites, Chatrooms, Handy,...) beleidigt, bloßgestellt und bedroht. Die Hemmschwelle der Täter ist niedrig, da sie das Opfer nicht direkt konfrontieren müssen. Die betroffenen Kinder können dadurch extrem belastet werden – manche reagieren aggressiv, andere ziehen sich zurück oder werden krank.

Das Wichtigste ist, dass Eltern in diesem

Fall zu ihren Kindern stehen: ihnen Vertrauen schenken, ihnen keine Vorwürfe machen, dass sie selbst schuld seien, ihnen Hilfe anbieten. Wenn die Täter bekannt sind, können Sie sie konfrontieren und ihnen bewusst machen, dass ihre Handlungen strafbar sind. Sichern Sie Beweise (Screenshots) und sorgen Sie dafür, dass die beleidigenden Inhalte aus dem Netz gelöscht werden – entweder vom Täter selbst oder vom Betreiber der Website. In manchen Fällen kann es sinnvoll sein, die Eltern des Täters zu kontaktieren sowie die Schule, damit Cyber-Mobbing im Unterricht zum Thema gemacht werden kann. Nehmen Sie die Gelegenheit wahr, mit Ihrem Kind über die Weitergabe persönlicher Daten im Internet zu sprechen: Sind vielleicht Fotos im Facebook-Profil, die Angriffsfläche für Cyber-Mobbing sein könnten?

Sollte Ihr Kind selbst Mobbingtäter sein, versuchen Sie die Gründe dafür zu ermitteln – ist es Unzufriedenheit, die Suche nach Anerkennung? Machen Sie deutlich, dass sein Verhalten falsch ist. Schildern Sie ihm die Gefühle des

Opfers und drängen Sie darauf, dass sich ihr Kind beim Opfer entschuldigt. In gravierenden oder wiederholten Fällen sollten Sie Konsequenzen ankündigen.

### WEBTIPPS:

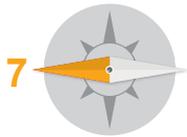
- [www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at): Menüpunkt Cyber-Mobbing, Tipps für Eltern und Jugendliche, viele Links
- [www.gemeinsam-gegen-gewalt.at](http://www.gemeinsam-gegen-gewalt.at)
- [www.klicksafe.de/themen/kommunizieren/cyber-mobbing](http://www.klicksafe.de/themen/kommunizieren/cyber-mobbing)
- [www.ombudsmann.at](http://www.ombudsmann.at): Der Internet-Ombudsmann hilft bei der Entfernung unerwünschter Inhalte
- [www.buendnis-gegen-cybermobbing.de](http://www.buendnis-gegen-cybermobbing.de)
- [www.mobbing-schluss-damit.de](http://www.mobbing-schluss-damit.de)
- [www.juuuport.de](http://www.juuuport.de): Die Selbstschutzseite von Jugendlichen für Jugendliche
- [www.jugendinfo.de](http://www.jugendinfo.de): Thema Cyber-Bullying
- [www.mimikama.at/allgemein/mobbing-auf-facebook-das-kannst-du-dagegen-machen/](http://www.mimikama.at/allgemein/mobbing-auf-facebook-das-kannst-du-dagegen-machen/): Mimikama ist eine internationale Koordinationsstelle zur Bekämpfung von Internetmissbrauch

### NOTRUF UND GEWALTBERATUNG:

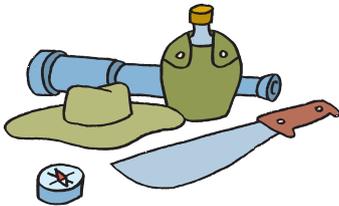
- [www.opfer-notruf.at](http://www.opfer-notruf.at) (Tel. 0800 112 112)
- [www.plattformgegengewalt.at](http://www.plattformgegengewalt.at)
- [www.mona-net.at](http://www.mona-net.at): Online-Netzwerk für Mädchen und junge Frauen
- [www.frauenhelpline.at](http://www.frauenhelpline.at) (Tel. 0800 222 555)
- [www.die-moewe.at](http://www.die-moewe.at): auch Online-Beratung

Kurz und gut – Überlebensregeln  
im Medienschungel

## CHECKLISTE FÜR ELTERN



Wichtige Tipps im Überblick.



### Checkliste: Ihr Wegweiser durch den Medien-Dschungel

Fernsehen, Tablet, Internet, Smartphone, Spielkonsole: Ihr Kind ist – so wie wir Erwachsenen auch – permanent mit digitalen Medien konfrontiert. Doch sie müssen erst lernen, sinnvoll und kompetent mit ihnen umzugehen. Und das lernen sie nicht durch Verbote und Tabuisierung, sondern durch Erfahrung. Und vor allem durch IHRE liebevolle und kindgerechte Unterstützung! Medienkompetenz bedeutet, die Vielzahl der Medien – neue sowie alte –

sinnvoll nutzen zu können. Medienkompetente Benutzer/innen kennen den positiven Nutzen, aber auch die Risiken und Gefahren verschiedener Medien, können verantwortungsvoll und kritisch mit deren Inhalten umgehen und wissen, wie man sie anwendet. Das schafft Ihr Kind nicht allein – seien Sie sein Begleiter auf dieser spannenden Reise! Auf diesen beiden Seiten dürfen wir Ihnen ein paar Wegweiser mitgeben:



- ☑ Seien Sie stets offen für ein Gespräch mit Ihren Kindern! Nehmen Sie Bedenken und Ängste, aber auch die verständliche Neugier Ihrer Kinder ernst!
- ☑ Machen Sie sich als Eltern selbst fit im Umgang mit digitalen Medien und allem was dazugehört.
- ☑ Stellen Sie bei allem klare altersgerechte Vereinbarungen und Zeitvorgaben auf!
- ☑ Interessieren Sie sich dafür, was Ihrem Kind an digitalen Medien besonders gut gefällt – warum gerade dieses Spiel, was ist an dieser Website so toll?
- ☑ Seien Sie Vorbild! Kindern lernen aus Ihrem eigenen Medienverhalten – nicht nur die Bedienung der Technik, sondern auch die Fähigkeit, aus der Vielfalt der Angebote für sich selbst Sinnvolles auszuwählen, den Medienkonsum auf ein „gesundes“ Maß zu begrenzen und Medien auch kreativ zu nutzen.
- ☑ Zeigen Sie Ihrem Kind, wie digitale Medien positiv genutzt werden können – schließlich können sie, sinnvoll eingesetzt, auch förderlich für die Entwicklung sein!
- ☑ Zeigen Sie Ihrem Kind die Grenzen, Gefahren und negativen Aspekte des Medien-Dschungels. Dazu müssen Sie sich selbst mit der Thematik beschäftigen.
- ☑ Nutzen Sie technische Schutzmaßnahmen, wie Sicherheitseinstellungen an den Geräten oder Jugendschutz-Apps.
- ☑ Haben Sie Sorgen oder Bedenken, z.B. über das Lieblingsspiel oder das Internetverhalten Ihres Kindes, sollten Sie diese äußern und besprechen. Wichtig ist, dass Sie Ihre Bedenken auch begründen, nur so kann Sie Ihr Kind auch verstehen.
- ☑ Wenn Sie erleben, wie Ihr Kind mit problematischen Inhalten in Kontakt kommt, „flippen“ Sie nicht aus! Grenzen auszuloten ist, wenn es im Rahmen bleibt, auch ein normaler Bestandteil des Erwachsenwerdens. Achten Sie vielmehr darauf, dass Sie weiterhin eine gemeinsame Gesprächsbasis für „heikle“ Themen haben.
- ☑ Achten Sie darauf, dass andere Freizeitaktivitäten nicht zu kurz kommen – machen Sie Vorschläge für eine spannende und förderliche Freizeitnutzung und unternehmen Sie möglichst viel gemeinsam!

- ☑ Seien Sie wachsam: Wenn digitale Medien zur exzessiven Hauptbeschäftigung Ihres Kindes werden und es alles andere vernachlässigt, könnte ein Suchtverhalten vorliegen. Lassen Sie sich professionell helfen!
- ☑ Und: Lernen auch Sie immer wieder dazu – und lassen Sie sich auch von Ihren Kindern mal etwas beibringen!





**DIE BESTEN RATGEBER IM INTERNET:**

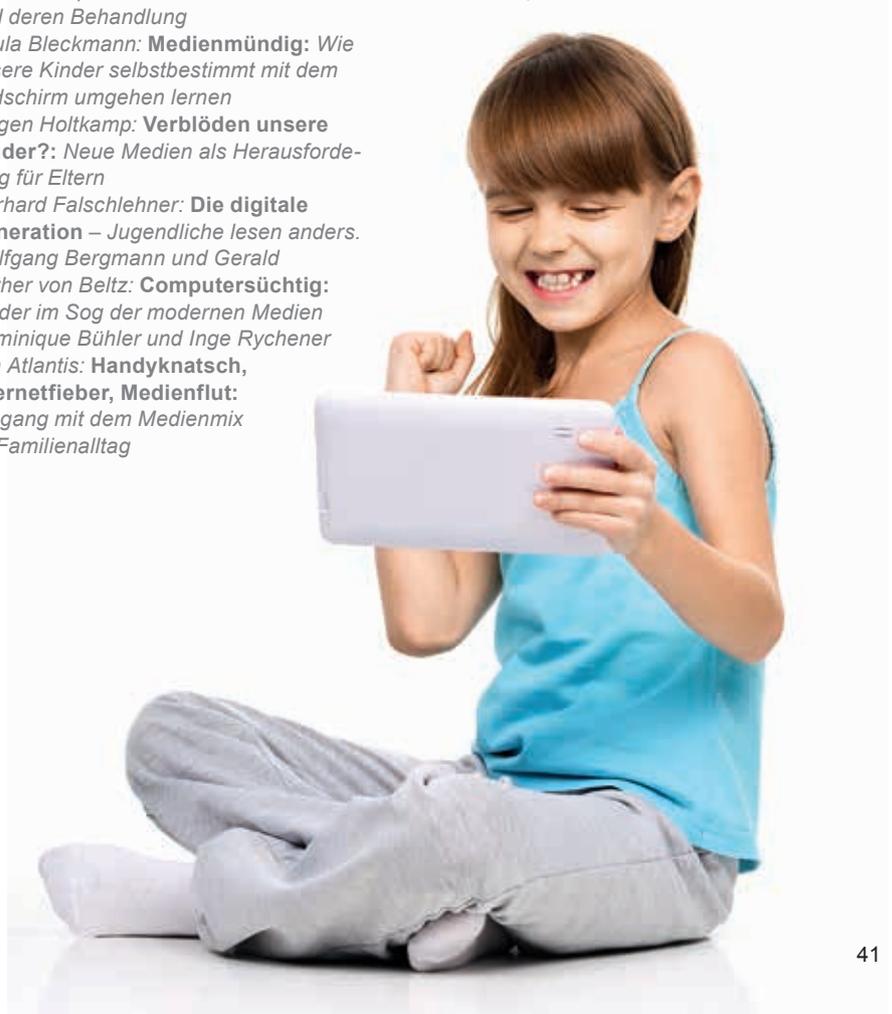
- [www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at): viele Tipps rund um Internet, Handy, Spiele & Co; Broschüren zum Download: für Lehrende, für Jugendliche, für Eltern
- [www.internet-abc.de](http://www.internet-abc.de): Einführung ins Internet für Kinder und Eltern
- [www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info): Deutsche Initiative in Sachen Medienerziehung; umfassende Website mit vielen Informationen, praktischen Tipps, Broschüren zum Download (Games, Internet, TV, Handy, Soziale Netzwerke...)
- [www.medienbewusst.de](http://www.medienbewusst.de): Artikel, Links, Ratgeber
- [www.zappen-klicken-surfen.de](http://www.zappen-klicken-surfen.de): Informationsseite für Erziehende,
- [www.a1internetfueralle.at/broschueren](http://www.a1internetfueralle.at/broschueren): Broschüren zum Download rund ums Internet
- [www.gesundheit.gv.at](http://www.gesundheit.gv.at): Links für Eltern und Jugendliche
- [www.elternbildung.at](http://www.elternbildung.at): Pädagogische Beiträge zu Themen wie soziale Netzwerke, Handy, Fernsehen und vieles mehr
- [www.elternwissen.com](http://www.elternwissen.com): Viele Artikel zum Thema „Kinder und Medien“
- [www.merz-zeitschrift.de](http://www.merz-zeitschrift.de) die Internetseite der Zeitschrift *medien+erziehung* (merz)
- [www.kindergartenpaedagogik.de](http://www.kindergartenpaedagogik.de) ein Kindergartenpädagogik Online-Handbuch mit über 1.200 Beiträgen
- [www.internet4jurists](http://www.internet4jurists): Website mit vielen rechtlichen Fragen rund um Internet und Handy

**BUCHTIPPS:**

- **Helga Theunert: Medienkinder von Geburt an:** Medienaneignungen in den ersten sechs Lebensjahren
- **Manfred Spitzer: Digitale Demenz:** Wie wir uns und unsere Kinder um den Verstand bringen
- **Manfred Spitzer: Vorsicht Bildschirm!:** Elektronische Medien, Gehirnentwicklung, Gesundheit und Gesellschaft
- **Jan Frölich, Gerd Lehmkühl: Computer und Internet erobern die Kindheit:** Vom normalen Spielverhalten bis zur Sucht und deren Behandlung
- **Paula Bleckmann: Medienmündig:** Wie unsere Kinder selbstbestimmt mit dem Bildschirm umgehen lernen
- **Jürgen Holtkamp: Verblöden unsere Kinder?:** Neue Medien als Herausforderung für Eltern
- **Gerhard Falschlehner: Die digitale Generation – Jugendliche lesen anders.**
- **Wolfgang Bergmann und Gerald Hüther von Beltz: Computersüchtig:** Kinder im Sog der modernen Medien
- **Dominique Bühler und Inge Rychener von Atlantis: Handyknatsch, Internetfieber, Medienflut:** Umgang mit dem Medienmix im Familienalltag

**BERATUNGSSTELLEN:**

- [www.kija.at](http://www.kija.at): Die Kinder- und Jugendanwaltschaften Österreich
- [www.familienberatung.gv.at](http://www.familienberatung.gv.at): Familienberatungsstellen in ganz Österreich
- **Medien-Jugend-Info des Bundesministeriums für Familien und Jugend:** Information und Beratung unter der Telefonnummer 0800 240 266
- **147 Rat auf Draht:** Kostenlose, anonyme Telefon-Hotline für Kinder und deren Bezugspersonen; auch Online-Beratung unter <http://rataufdraht.orf.at>



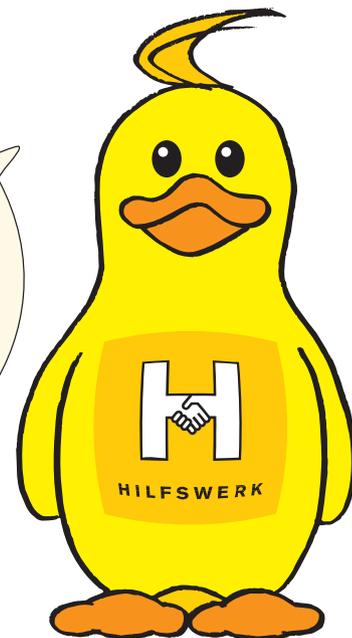
Das Angebot des Hilfswerks ist vielfältig und regional unterschiedlich. Welche Angebote das Hilfswerk in Ihrer Nähe hat, erfahren Sie am besten unter unserer kostenlosen Servicehotline **0800 800 820** sowie auf unserer Website [www.hilfswerk.at](http://www.hilfswerk.at). Oder Sie wenden sich direkt an das Hilfswerk in Ihrem Bundesland:

### IN WIEN:

**Wiener Hilfswerk**  
**Schottenfeldgasse 29, 1072 Wien**  
**Tel. 01/512 36 61 Fax DW 33**  
**E-Mail: [info@wiener.hilfswerk.at](mailto:info@wiener.hilfswerk.at)**

Dienstleistungsangebote: Kinderbetreuung durch Tagesmütter/-väter • Babysitting professionell • Kindergruppen • Kinderhauskrankenpflege • 10 Nachbarschaftszentren (u.a. Gesundheitsberatung, Selbsthilfegruppen, Lernclubs, generationenübergreifende Gruppenangebote) • Freizeiteinrichtungen für Menschen mit Behinderung: Spielothek – Zentrum für Kinder von 0-12 Jahren mit Entwicklungsverzögerung oder Behinderung und deren Familien; Aktionsraum - Freizeiteinrichtung für Jugendliche mit und ohne Behinderung (ab 12 Jahren), Club 21 – Freizeitclub für Menschen mit Behinderung (ab 18 Jahren), VAKÖ (Verband aller Körperbehinderten Österreichs) mit Club Sonnenstrahl für Menschen mit Behinderung (50 +), Sonnengarten Schreibersdorf – Erholungseinrichtung für Menschen mit Behinderung und Hilfebedarf • Heimhilfe • Hauskrankenpflege • 24-Stunden-Betreuung • Besuchsdienst • Tageszentren für Senioren/innen • Angehörigenberatung • Mobiles Palliativteam/Mobiles Hospiz • Notruftelefon • Essen auf Rädern • Haus- und Heimservice • Freiwilligen-Management • Wissensbörse • Senioren-Wohngemeinschaften mit ambulanter Betreuung • Sozialberatung • Rechtsberatung • Wohnungslosenhilfe für Bürger in Not: Sozial betreute Wohnhäuser, Übergangswohnungen für Frauen & Familien • SOMA-Sozialmärkte • Seminar- und Tagungszentrum SkyDome • Karitative Hilfe

„Hallo  
Kinder, hallo Eltern!  
Ich bin FIDI, das schlaue Entlein  
des Hilfswerks. Das Hilfswerk ist für Familien da. Seit über 35 Jahren. Fragt einfach beim Hilfswerk nach, was in eurer Nähe angeboten wird. Da gibt es ganz viel: Von der Kinderbetreuung – auch für die ganz Kleinen – über Schülernachmittagsbetreuung und Unterstützung beim Lernen bis hin zu Jugendangeboten. Opa und Oma sind uns aber auch sehr wichtig. Gerade dann, wenn sie Unterstützung und Hilfe, Betreuung und Pflege brauchen. Egal, welche Frage ihr rund um die Familie habt: Beim Hilfswerk seid ihr immer richtig!“



### IN NIEDERÖSTERREICH:

**Niederösterreichisches Hilfswerk**  
**Ferstlberggasse 4, 3100 St. Pölten**  
**Tel. 02742/249 Fax DW 1717**  
**E-Mail: [office@noe.hilfswerk.at](mailto:office@noe.hilfswerk.at)**

Dienstleistungsangebote: Tagesmütter/-väter • Mobile Tagesmütter/-väter • Kinderbetreuungseinrichtungen • Babysitterbörse/Oma-Opa-Börse • Ferienbetreuung • Spielgruppen • Eltern-Kind-Zentren • Kinderbetreuung bei Messen und Veranstaltungen • Lerntraining • Psychologische Diagnostik • Lernclubs für Kinder mit nicht deutscher Muttersprache • English-Kiddy-Club • Arbeitsbegleitung für Jugendliche • Schulsozialarbeit • Familien-, Partner- und Jugendberatung • Psychotherapie • Mediation • Unterstützung in Scheidungssituationen • Mobile Frühförderung • Begleitetes Besuchsrecht & Kindergruppen • Familienintensivbegleitung • Jugendintensivbegleitung • Mobile Erziehungsberatung • Familienhilfe plus • NÖ Frauentelefon 0800 800 810 • NÖ Krisentelefon 0800 20 20 16 • Deutschintegrationskurse und Prüfungen • Familienhilfe • Elternbildung • Pädagogische Ausbildungen • Mobile Pflege- und Therapieberatung • Hauskrankenpflege • Beratung zu speziellen Pflegefeldern (Demenz, Schmerz, Palliativpflege, Mobilität, Haut- und Wundpflege, Diabetes, Inkontinenz) • Heimhilfe • 24-Stunden-Betreuung • Mobile Therapie (Ergo- & Physiotherapie/Logopädie) • Produkte rund um Gesundheit, Wohlbefinden und Sicherheit zu Hause • Notruftelefon • Essen auf Rädern • Hilfswerk Menüservice • Beratungen, Schulungen für pflegende Angehörige • Wohnraumberatung • Betreubares Wohnen • Ehrenamtliche Angebote: Besuchsdienst • Familienpatenschaft • Plaudertelefon • mobile HILFSWERKStätte

## IN KÄRNTEN:

### Hilfswerk Kärnten

8.-Mai-Straße 47, 9020 Klagenfurt am Wörthersee

Tel. 05 0544-00 Fax DW 5099

E-Mail: [office@hilfswerk.co.at](mailto:office@hilfswerk.co.at)

Dienstleistungsangebote: Mobile Tagesmütter • Babysitter- und Kinderbetreuungskurse • Kindergärten und Kindertagesstätten • Schulische Nachmittagsbetreuung • Hort • Kinderwerkstadt Klagenfurt • Familienhilfe • Sozialservicestelle • Ehrenamtliche Projekte • Hauskrankenpflege • Heimhilfe • Altenhilfe • Unterstützung und Beratung von pflegenden Angehörigen • Essen auf Rädern • Orthopädie- und Rehathechnik • Notruftelefon • 24-Stunden-Betreuung • Betreubares Wohnen

## IN OBERÖSTERREICH:

### Oberösterreichisches Hilfswerk

Dametzstraße 6, 4010 Linz

Tel. 0732/77 51 11 Fax DW 200

E-Mail: [office@ooe.hilfswerk.at](mailto:office@ooe.hilfswerk.at)

Dienstleistungsangebote: Kindergärten • Kindernester • Krabbelstuben • Horte • Sonderhort • Schülernachmittagsbetreuung • Altersgemischte Kindergruppe • Spielgruppen • Betriebliche Kinderbetreuung • Sommerkindergärten • Lernbegleitung • Schülertreffs • Flexible Angebote nach Bedarf • Institut Legasthenie Linz • Institut Legasthenie Wels • Arbeitsbegleitung • Berufsausbildungsassistenz • Mobile Nachhilfe • Mobile Frühförderung • Mobile Kinderkrankenpflege • Hauskrankenpflege • Mobile Betreuung und Hilfe • Begleitung pflegender Angehöriger • Notruftelefone • 24-Stunden-Betreuung • Mobile Therapie (Logo/Ergo/Physio/Psycho) • Tageszentrum Steyr • Tageszentrum Oberneukirchen • Tageszentrum Leumühle • „Mahlzeit“ Tiefkühlmenüservice • Haus- und Heimservice • Betreubares Wohnen • Sozialberatung

## IM BURGENLAND:

### Burgenländisches Hilfswerk

Robert-Graf-Platz 1, 7000 Eisenstadt

Tel. 02682/651 50 Fax DW 10

E-Mail: [office@burgenland.hilfswerk.at](mailto:office@burgenland.hilfswerk.at)

Dienstleistungsangebote: Familien- und Sozialberatung • Mobile Hauskrankenpflege • Alten- und Heimhilfe • Überleitungspflege (vom Krankenhaus zur Hauskrankenpflege) • Kurzzeit- und Urlaubspflege • Notruftelefon • Seniorenpensionen • Seniorentagesbetreuung • Wundmanagement • Schmerzmanagement • Palliativpflege • Kunden- und Angehörigenbegleitung • Beratungen, Schulungen und Stammtische für pflegende Angehörige

## IN DER STEIERMARK:

### Hilfswerk Steiermark

Paula-Wallisch-Straße 9, 8055 Graz

Tel. 0316/81 31 81-0 Fax DW 4098

E-Mail: [office@hilfswerk-steiermark.at](mailto:office@hilfswerk-steiermark.at)

Dienstleistungsangebote: Tagesmütter • Kinderkrippen • Kinderhaus • Nachmittagsbetreuung • MOKIDI Mobiler Kinderkrankenpflagedienst • Hilfe und Pflege daheim mit Hauskrankenpflege, Pflegehilfe und Heimhilfe • 24-Stunden-Betreuung • Palliativ-Betreuung • Betreutes Wohnen für Senioren • Psychosoziale Beratungsstellen • Mobile sozialpsychiatrische Wohnbetreuung • Übergangswohnungen • Trainingswohnungen • Tagesstätten • Drogen und Suchtberatung • offene Jugendarbeit • Streetwork • Jugendkriseninterventionsstelle „Die Burg“ • Behindertenbetreuung • Notruftelefon

## IN SALZBURG:

### Hilfswerk Salzburg

Kleßheimer Allee 45, 5020 Salzburg

Tel. 0662/43 47 02-0 Fax DW 9022

E-Mail: [office@salzburger.hilfswerk.at](mailto:office@salzburger.hilfswerk.at)

Dienstleistungsangebote: Tagesmütter • Kindergruppen • Kindergärten • Spielgruppen • Lernbetreuung • Schulische Tagesbetreuung • Aufsuchende Jugendarbeit • Jugendtreffs • Jugendzentren • Ferienaktion • Mobile Kinderkrankenpflege • Hauskrankenpflege • Haushaltshilfe • 24-Stunden-Betreuung • Essen auf Rädern • Notruftelefon • Pflegetelefon • Betreutes Wohnen • Seniorentageszentren • Seniorenheime • Unterstützung für pflegende Angehörige (Beratung, Schulung, Anleitung) • Sozialberatung vor Ort in den Familien- und Sozialzentren • Vermittlung von Pflege-hilfsmitteln • Beratung in Sachwalterschaftsfragen

## BUNDESGESCHÄFTSSTELLE:

### Hilfswerk Österreich

Apollogasse 4/5, 1070 Wien

Tel. 01/40 442 Fax DW 20

E-Mail: [office@hilfswerk.at](mailto:office@hilfswerk.at)

## INTERNATIONALE ARBEIT:

### Hilfswerk Austria International

Ebendorferstraße 6/5, 1010 Wien

Tel. 01/40 57 500 Fax DW 60

E-Mail: [office@hwa.or.at](mailto:office@hwa.or.at)

[www.hilfswerk.at](http://www.hilfswerk.at)

**”  
MEHR SICHERHEIT,  
WENIGER SORGEN.  
“**

**SEIT 1824 NEHMEN WIR ÖSTERREICH SORGEN AB**

**IHRE SORGEN MÖCHTEN WIR HABEN**

[wienersaetdtische.at](http://wienersaetdtische.at)

**WIENER**   
**STÄDTISCHE**  

---

**VIENNA INSURANCE GROUP**