

## Smartphone & Co: Tipps für Eltern für einen richtigen Umgang

Durch den Umgang mit digitalen Medien öffnen sich für Kinder faszinierende Welten. Andererseits ergeben sich dadurch auch eine Reihe von Problemen und Risiken, die nur durch eine konsequente Begleitung der Schule, vor allem aber auch der Eltern, umschifft werden können.

Dabei bedarf es keiner vertiefenden Kenntnis der Technik und Medien – erforderlich ist in erster Linie Zeit zur Begleitung der Kinder im Umgang mit den Medien. Wir bitten Sie deshalb:

### 1. **Begleiten Sie Ihre Kinder im Umgang mit den Medien und machen Sie mit!**

Auf diese Weise können Sie beobachten und letztlich auch gemeinsam entscheiden, welche Apps und Inhalte für Ihr Kind geeignet sind und welche eher nicht. Seien Sie sich bewusst, dass Sie Ihrem Kind ein Gerät in die Hand geben, mit dem es auf das ganze Internet zugreifen kann. Es sind bei weitem nicht alle Inhalte für Kinder und Jugendliche geeignet!

Machen Sie den Umgang mit Internet, Spielen und Chats zum Thema im täglichen Gespräch und unterstützen Sie Ihr Kind dadurch in Situationen der Überforderung. Immer wieder erleben wir Fälle von Ausgrenzung und Mobbing, weil Kindern nicht bewusst ist, was sie mit ihren Nachrichten an andere bewirken. Weiterführende Tipps finden Sie unter [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de).

### 2. **Je öfter wir auf das Handy schauen, desto unproduktiver werden wir!**

Smartphones sind in erster Linie Arbeitswerkzeuge; Kinder erleben digitale Geräte als Spielzeuge. Vereinbaren Sie deshalb Zeiten der Mediennutzung und Zeiten, die medienfrei bleiben sollen (Essen, Hausaufgaben, Einschlafen...). Dabei sollte der Grundsatz gelten: Weniger ist mehr! Eine halbe Stunde am Tag ist genug. Schalten Sie Benachrichtigungstöne bei Apps aus, die nur dazu führen, die Aufmerksamkeit auf das Gerät zu richten, wenn man es gerade nicht in der Hand hat. Legen Sie zur Mediennutzung Orte fest, an denen Sie sich auch regelmäßig befinden – nicht das Kinderzimmer, in dem sich Ihr Kind frei und unbeobachtet fühlen darf und soll.

### 3. **Eltern sind Vorbilder!**

Reflektieren Sie Ihr eigenes Mediennutzungsverhalten und achten Sie darauf, dass Ihr Kind Ihre ungeteilte Aufmerksamkeit erhält, wenn es Sie braucht.

### 4. **Das echte Leben ist schöner!**

Ermöglichen und unterstützen Sie Ihr Kind, sich am Nachmittag und Wochenende mit Klassenkameraden und Freunden zu treffen, anstatt mit diesen zu chatten und Netzwerkcomputerspiele zu zocken.

### 5. **„Aber alle anderen dürfen doch auch...“**

Beachten Sie bitte die gängigen Empfehlungen zu Altersfreigaben für Apps und weiteren Medien. Nicht jedes Computerspiel, nicht jeder Film kann von Kindern betrachtet werden, ohne dass ihre persönliche Entwicklung Schaden nimmt. Seien Sie aufmerksam und informieren Sie sich, welche Medien Ihre Kinder nutzen. Bitten Sie auch die Eltern der Freunde Ihrer Kinder darauf zu achten, dass Ihr Kind bei einem Besuch nur Medien mit entsprechender Alterskennzeichnung konsumiert. Weisen Sie Eltern, die dies nicht beachten, deutlich darauf hin, dass Sie damit nicht einverstanden sind. Beispiel: Whatsapp, Instagram und Snapchat sind aus guten Gründen erst ab 16 Jahren.

### 6. **Handy und Computer können süchtig machen**

Laut Bundesgesundheitsministerium zeigen 5% der Kinder und Jugendlichen Suchtverhalten im Umgang mit Medien. Dadurch wird die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit teilweise massiv eingeschränkt. Pro Klasse entspricht dies durchschnittlich 1 – 2 Schülerinnen und Schülern! Jeder Fall, den wir an unserer Schule erleben, ist einer zu viel. Unterschätzen Sie dieses Risiko nicht, begleiten Sie Ihre Kinder bei einem produktiven Umgang mit Medien und suchen Sie frühzeitig Hilfe im Netz (z. B. [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)), an der Schule (z. B. Drogenberatungslehrer) und Beratungsstellen (z. B. [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de), Tel. 116111), wenn Sie merken, dass Sie allein an Ihre Grenzen stoßen.

Die Smartphone Regeln wurden im Schulforum gemeinsam von Schülern, Lehrern und Eltern erarbeitet.