

# KINDER, JUGENDLICHE UND DIGITALE MEDIEN

Wie können Eltern damit umgehen?

Eine Veranstaltung der Pro Juventute



# Inhalt

Was erwartet Sie heute

---

## Digitale Medien - Eine kurze Einordnung

### Mediennutzung

- Wie werden Medien genutzt?
- Was macht Medien so interessant?
- Wie funktionieren Social Media und Games?

### Familienalltag und Medienerziehung

- Kinder schützen
- Beziehung und Begleitung
- Regeln und Vereinbarungen
- Instrumente & Tipps
- Was sagt das Gesetz?

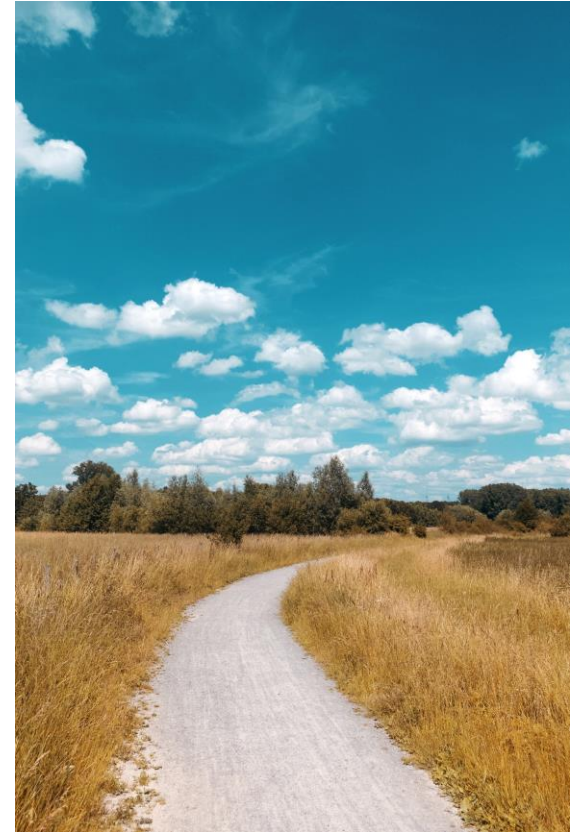


Bild: Unsplash.com

© Pro Juventute Medienprofis

# Ziele der heutigen Veranstaltung

## Sie als Eltern

---

- erhalten Bestärkung in der Erziehungsaufgabe
- verstehen die Bedürfnisse Ihrer Kinder noch besser
- fühlen sich gestärkt, sich mit Ihren Kindern zum Thema digitale Medien auszutauschen
- wissen, wo Sie weitere Informationen erhalten
- können sich untereinander austauschen



Bild: Unsplash.com

© Pro Juventute Medienprofis



# Viele Wege führen zum Ziel

Medienerziehung: Es gibt nicht «die eine» Lösung

- Werte und Ziele der Eltern sind verschieden
- Eine persönliche Familienidentität ist wichtig
- Entwicklung der Kinder verläuft unterschiedlich
- Eltern sind wertvoll als Vorbild
- Erziehung passt zu den Bedürfnissen der Familie

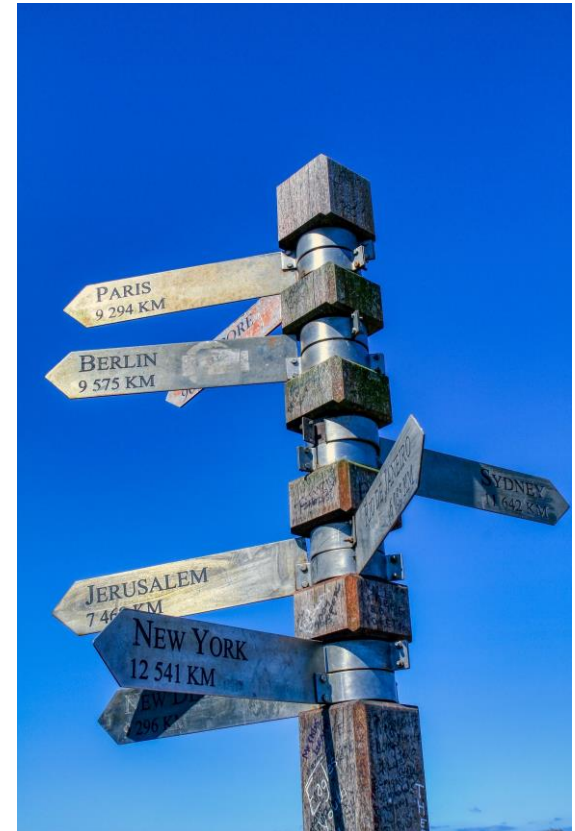


Bild: Unsplash.com

© Pro Juventute Medienprofis

# Chancen und Risiken

Digitale Medien bergen beides

---

**Freier Zugang**

**Information, Lernen**

**Kommunikation, Kontakte**

**Unterhaltung, Spass**

- **Kontrollverlust, ungeschützte Privatsphäre**
- **Ungeeignete Inhalte, Informationsflut**
- **Unbekannte, Mobbing, Sexting**
- **Intensive Nutzung, Kostenfallen, Betrug**

# Ein gut gefüllter Rucksack

ist wichtig auf dem Lebensweg

---

**Wenn Sie sich überlegen, Ihr Kind ist 18 Jahre alt, was soll es mit digitalen Medien können?**

**Wie können Sie  
Ihr Kind dabei  
unterstützen?**



Bild: pixabay.com

© Pro Juventute Medienprofis



# Bildschirmzeit und Medienaktivitäten

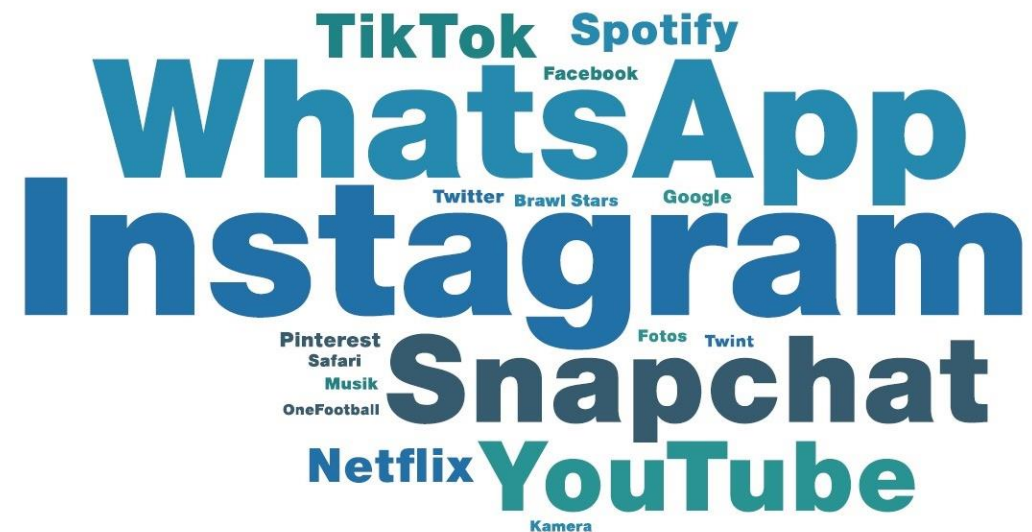


# Beliebteste Apps

von Kindern und Jugendlichen

6-13 Jährige  
2019

12-19 Jährige  
2020



Grafik: MIKE-Studie, 2019, ZHAW

Grafik: JAMES-Studie, 2020, ZHAW



# Bildschirmzeit Kinder

Durchschnittliche **Nutzungsdauer** pro Tag bei 6-13 Jährigen

6-13 Jährige  
2019



<b>Fernsehen</b>	<b>38 min</b>
<b>Videos im Internet schauen</b>	<b>15 min</b>
<b>Games spielen</b>	<b>14 min</b>

Quelle: MIKE-Studie, 2019, ZHAW  
Grafik: eigene Grafik

© Pro Juventute Medienprofis



# Bildschirmzeit Jugendliche

Tägliche Handy-Nutzungsdauer\* von Jugendlichen

\*Mittelwert der selbst eingeschätzten Handy-Nutzungsdauer

12-19 Jährige  
2020



an einem Wochentag  
**3h 10min**



an einem Wochenende  
**5h 00min**

Grafik: JAMES-Studie, 2020, ZHAW

© Pro Juventute Medienprofis

# Bildschirmzeit

Empfehlung von *schau-hin*

---

0 – 3

Kinder unter drei Jahren keine oder nur wenige Minuten tägliche Bildschirmzeit

3 – 5

Drei- bis Fünfjährige höchstens eine halbe Stunde pro Tag

6 – 9

Sechs- bis Neunjährige maximal eine Stunde täglich

10 +

Ab zehn Jahren: für jedes Lebensjahr eine Stunde pro Woche

Solche Zeitangaben können als Orientierung helfen.  
**Für die Bestimmung der Bildschirmzeit gibt es viel mehr zu beachten als das Alter des Kindes.**

Quelle: [www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info)

© Pro Juventute Medienprofis



# Bildschirmzeit

Nutzung und Konsum von digitalen Medien

---

## Medienkonsum

Medien zur  
**Unterhaltung und  
Zeitvertreib** gebrauchen

## Mediennutzung

Medien als  
**Hilfsmittel und  
Werkzeug** nutzen

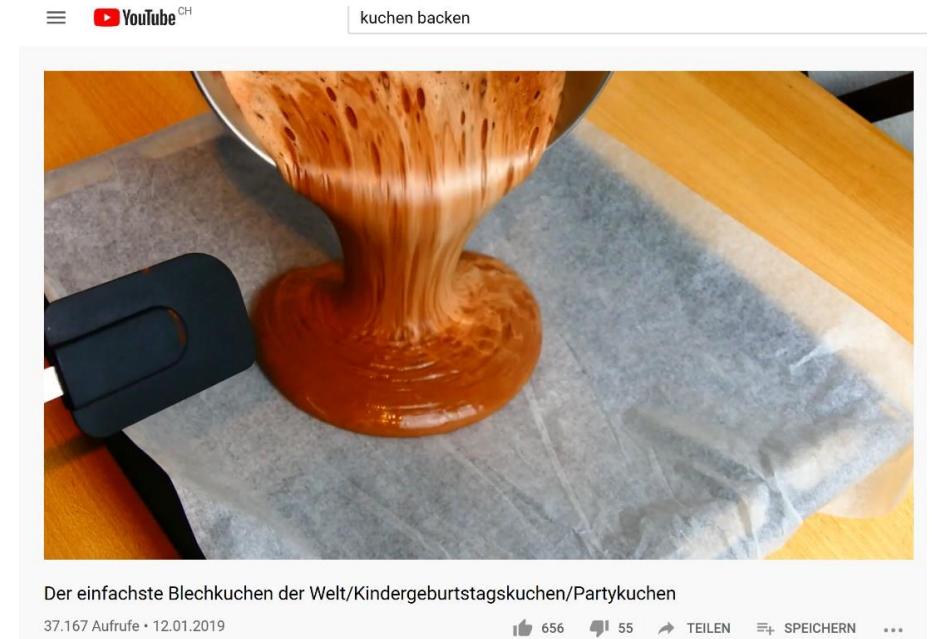
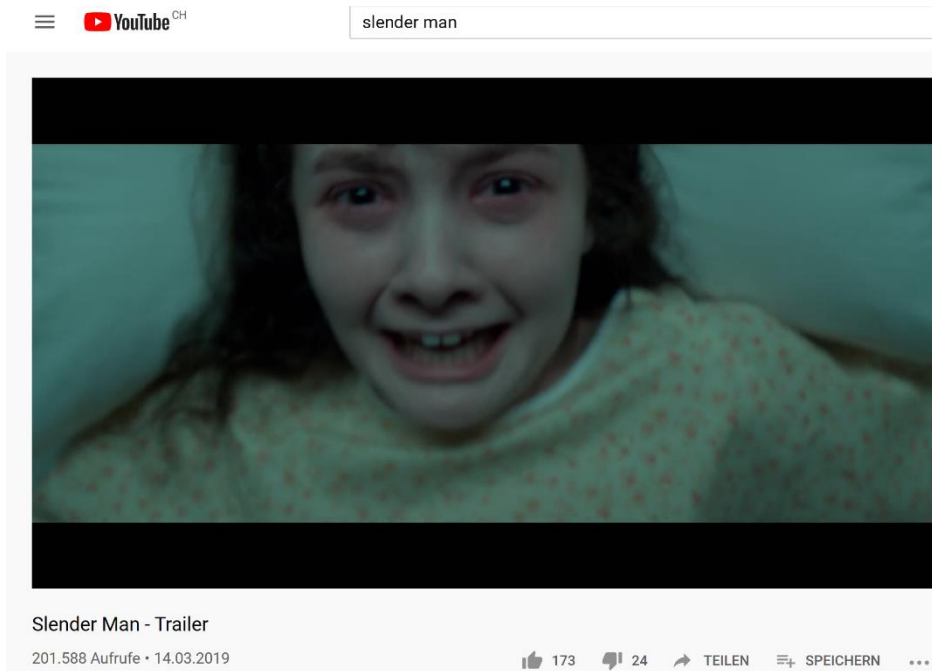
Grafik: eigene Darstellung, 2021

© Pro Juventute Medienprofis



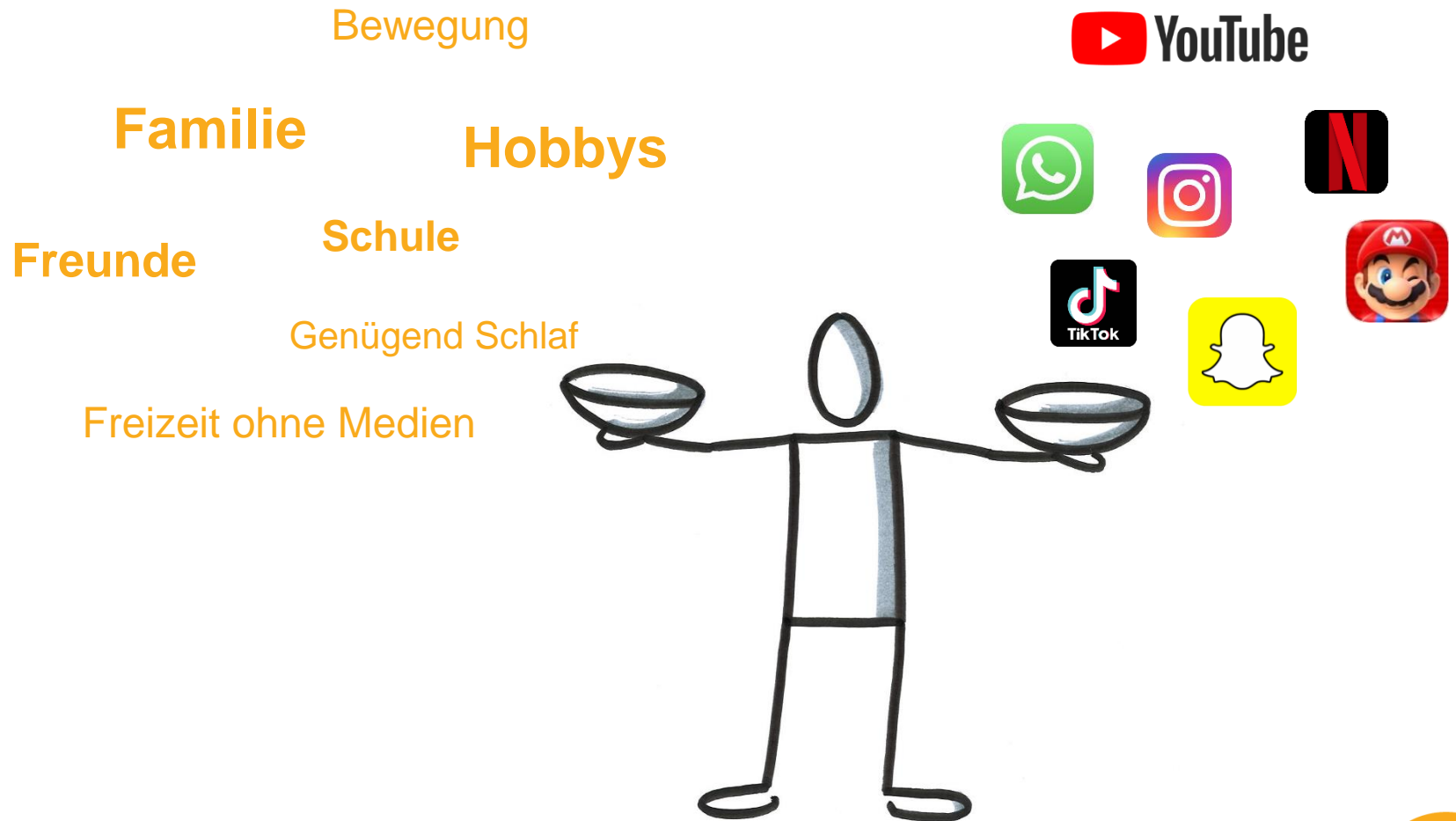
# Bildschirmzeit

Auch auf die Inhalte kommt es an



# Bildschirmzeit

Abwechslung und Ausgewogenheit zu Offline-Tätigkeiten



Eigene Darstellung

# Bildschirmzeit: Wann ist zu viel?

Wann ist es zu viel?

Freunde  
Schule  
Familie

## Mögliche Anzeichen

- Rückzug
- bildschirmfreie Zeiten schwierig auszuhalten
- Abhängigkeit – kann nicht ohne sein
- Leistungen verschlechtern sich



Eigene Darstellung

© Pro Juventute Medienprofis



# Bildschirmzeit begrenzen TIPPS

Das sagen Kinder...

---

- **Abmachungen mit den Eltern und Begrenzungen**  
gemeinsam festlegen
- **Zeitmesser**  
Wecker, App, TimeTimer, ...
- **feste Zeiten ohne Bildschirm**  
Beim Essen, vor dem Schlafen, bei den Hausaufgaben, ...
- **Strategien**  
bei Netflix in der Mitte einer Episode abschalten, nach 4 Runden bei Brawl Stars aufhören, ...
- **interessante Aktivitäten ohne Bildschirm**  
Spannende Alternativen, gemeinsame Aktivitäten, Brettspiele, Neues ausprobieren





# Entwicklung und digitale Medien



# Entwicklung und digitale Medien

Kinder von 6 bis 12

**Vergleich mit  
Gleichaltrigen**

**Wettkampf /  
Herausforderungen**

**Aufbauende  
Selbstkontrolle**



Bild: pixabay.com

# Entwicklung und digitale Medien

Jugendliche

---

**Kontakte aufbauen  
und pflegen**

**Platz in der  
Gesellschaft finden**

**Identität entwickeln**



Bild: unsplash.com

© Pro Juventute Medienprofis

# Ein Blick zurück...



Barfi.ch



Pixabay.com



Bravo-archiv.de

# TikTok

Alter 13+

---

- Soziales Netzwerk
- Plattform für Kreative, Unterhaltung, Spass
- Selbstdarstellung (Identitätsbildung)
- Funktion «stitch»
- Urheberrechte, In-App-Käufe (Spenden)
- Cybergrooming, Cybermobbing, ungeeignete Inhalte, Zeitfresser



Bild: Google Play Store

© Pro Juventute Medienprofis

# Best of TikTok

Quelle: youtube.com



# Snapchat

Alter 12+

- Kostenlos, Versenden von Nachrichten, Bilder und Videos
- spezielle Foto-, Video-, Text- und Bildbearbeitung (Filter)
- Netzwerk von meist bekannten Personen (werden hinzugefügt)
- Kommentare oder Fotos können unbemerkt und unkontrolliert weiterversendet werden
- Präsenzdruck: gelesene Nachrichten sind sichtbar, Belohnungssystem Snap Days (Flammen)
- Snap Map – permanentes Teilen von Aufenthaltsort

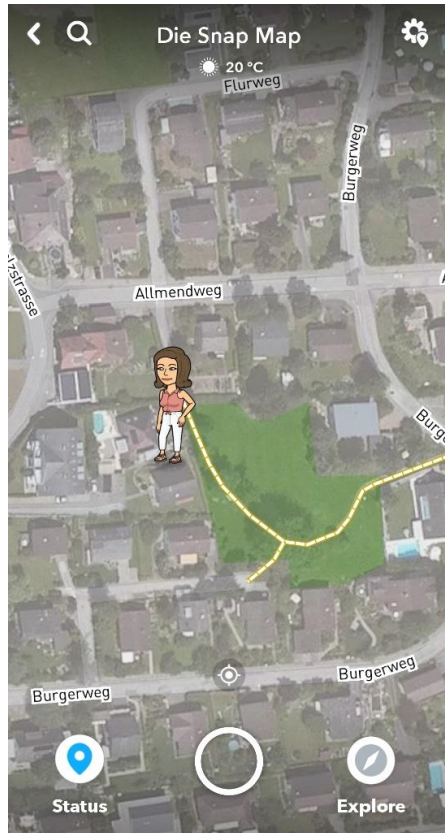


Bild: Google Play Store

© Pro Juventute Medienprofis

# SNAP MAP

## Geistmodus – Standort teilen



## Mein Standort

Dein Standort wird aktualisiert, während Snapchat geöffnet ist.

### Geistmodus

Wenn dieser Modus aktiviert ist, werden deine Freunde deinen Standort nicht sehen.



### WER KANN MEINEN STANDORT SEHEN



Meine Freunde

Bilder: Bildschirmfoto Snapchat

© Pro Juventute Medienprofis





# Instagram

Alter 13+

---

- Soziales Netzwerk, Community-Building #, Wir-Gefühl
- Plattform für Kreative
- Selbstdarstellung (Identitätsbildung)
- Bilder können weiterverwendet werden, Rechte werden abgetreten
- ungeeignete Inhalte, Markierungen, Werbung
- Stereotypen, Idealbilder, Sozialer Druck zu gefallen



Bild: Google Play Store

© Pro Juventute Medienprofis

# Nutzungsbedingungen Instagram

*Von der britischen Anwältin Jenny Afia in einfache Sprache übersetzt*



- Offiziell gehören dir alle Bilder und Videos, die du postest.
- Wir dürfen sie aber ebenfalls benutzen und sie andere Leute nutzen lassen, überall auf der Welt.
- Andere Leute bezahlen uns vielleicht dafür, wir werden dich aber nicht bezahlen.
- Du bist verantwortlich, welche Informationen du Instagram gibst.
- **Wir dürfen deine Daten aber behalten und mit anderen Firmen, die mit Instagram verbunden sind, teilen.**
- Diese Informationen beinhalten deinen Namen, deine E-Mail-Adresse, deine Schule, deinen Wohnort, Bilder, Telefonnummer, Likes und Dislikes, wohin du gehst, wer deine Freunde sind und jegliche andere persönliche Informationen, die wir finden können, auch in Direktnachrichten.
- ...

# YouTube

Alter 13+, unter 18 Jahren mit Erlaubnis der Eltern

---

- Unterhaltung & Kreativität: Musik- und Filmvideos
- Informationsplattform (z.B. Tutorials), Lernen, Interessen
- Selbstdarstellung (Identitätsbildung)
- Werbung, versteckte Werbung (YouTuber\*innen verdienen)
- ungeeignete Inhalte (Horrorfilm-Vorschau, Gewalt an Tier und Mensch, Pornografie)



Bild: youtube.com

# WhatsApp

Alter 16+

---

- Kommunikation: Nachrichten für Einzel- und Gruppenchat, Telefon und Videoanruf (kostenlos)
- Informations- und Kontaktmöglichkeit, sich vernetzen
- Ablenkung / Störung
- Fotos und Texte können unbemerkt weiterversendet werden
- ungeeignete Videos und Bilder, Kettenbriefe, Mobbing, Links mit Kostenfallen



Bild: Google Play Store

© Pro Juventute Medienprofis

# Games

Beliebteste Games bei 12-19 Jährigen

12-19 Jährige  
2020



Grafik: JAMES-Studie, 2020, ZHAW



# Games

---

- Unterhaltung, Spass, Ausgleich
- Reaktionsfähigkeit, räumliches Vorstellungsvermögen
- Strategisches Denken
- Umgang mit Sieg und Niederlage
- Kontakt zu anderen Mitspielenden
- Gefühle (Freude, Wut, Enttäuschung, Frust)
- In-Game-Käufe (Kostenfalle)
- Suchtpotential / Abgrenzung
- Ungeeignete Inhalte (Gewalt, Sexualität)

# Games

## Tipps zum Umgang mit Games

---

- **Informieren** Sie sich über ein Game
  - Beschreibung, Rezensionen, Altersempfehlung, [www.spieleratgeber-nrw.de](http://www.spieleratgeber-nrw.de)
  - YouTube: «How to play (Spieltitel)» oder twitch.tv
- **Interesse** und Offenheit zeigen und Vorurteile beiseitelegen
- **Regeln** gemeinsam festlegen
- Heikle Inhalte mit Ihrem Kind thematisieren, nachfragen
- Wägen **Sie** ab, ob ein Spiel für Ihr Kind geeignet ist oder nicht



**Weitere Tipps und Empfehlungen**  
unter [www.projuventute.ch/games](http://www.projuventute.ch/games)

# Cybermobbing und Cybergrooming





# Cybermobbing

Mobbing im Internet

---

## Mobbing

- Ist ein **Gruppen**phänomen
- Hänseleien, Beleidigungen, Drohungen, Nötigung
- über einen **längeren Zeitraum** und wiederholend

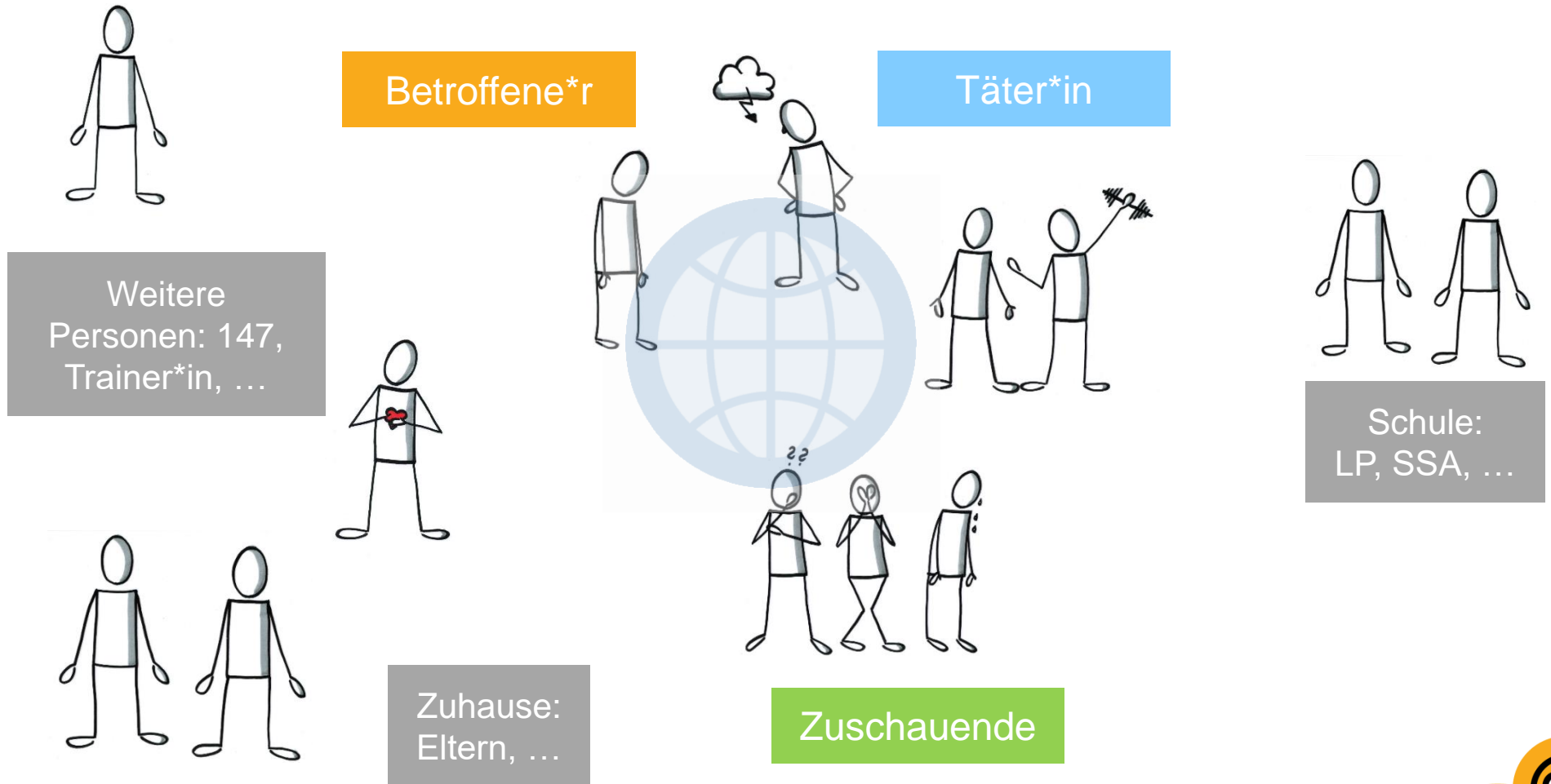
## Cybermobbing

- Erreichbarkeit (auch nach der Schule)
- Grössere Reichweite (durch Publikum im Internet)
- Geringere Hemmschwelle (durch vermeintliche Anonymität)

**Mobbing wächst durch Schweigen!**

# Cybermobbing

## Mobbing im Internet



Eigene Darstellung

© Pro Juventute Medienprofis



# Cybermobbing – was tun?

## Mobbing im Internet

---

### Präventiv

- mit Kind in Kontakt bleiben
- Aktiv ansprechen + nachfragen (kennst du das, hast du das schon erlebt?)
- Stellen kennen, die Hilfe anbieten

### Konkrete Situation

- zuhören, offen sein – Geborgenheit vermitteln
- Betroffenes Kind nicht verurteilen
- Nicht auf Kommentare antworten oder selber beleidigen
- Hilfe aktivieren – Schulsozialarbeit, Lehrer, Beratung
- Beweismittel sammeln / Meldung / Anzeige

# Cybergrooming



# Cybergrooming

Grooming = engl. «Anbahnung»

---

- Heranmachen an Kinder im Internet mit sexuellen Absichten
- Kontakt und Vertrauen wird aufgebaut: Komplimente, Verständnis, Versprechen von Geschenken

## **Bevor es passiert, darüber sprechen**

- Profileinstellungen im Blick halten
- Möglichst wenig private Informationen im Netz
- Kontakt mit Fremden im Internet
- Treffen im analogen Leben sicher gestalten (in Begleitung, tagsüber, Dritte informieren...)

# Recht und Gesetz



# Gesetzesverstösse

Das Gesetz gilt auch im Internet

---

- Urheberrechtsverletzung (Recht an Bild / Ton)
- Unbefugte Datenbeschaffung
- Üble Nachrede
- Verleumdung
- Beschimpfung
- Drohung, Nötigung
- Sexuelle Belästigung
- Gewaltdarstellung
- Pornografie
- ...

Auch Kinder machen sich **strafbar: Ab 10 Jahren** sind Kinder in der Schweiz **urteilsfähig** und damit strafmündig.

Quelle: Schweizerische Kriminalprävention - [www.skppsc.ch](http://www.skppsc.ch)

# Aufsichtspflicht im digitalen Raum

ZGB Art. 333

---

Der Gesetzgeber regelt nur, dass die Eltern über ihre unmündigen Kinder eine **Aufsichtspflicht** haben.

Das Mass der **Sorgfalt** in der Kinderbeaufsichtigung hängt von den Umständen des Einzelfalls ab.

Zwei Grundsätze:

- Kinder sollen Kinder bleiben und auch **Fehler** machen dürfen, um aus ihnen zu lernen
- Eltern haben allerdings dafür zu sorgen, dass dieses «Fehler-Machen-Dürfen» nicht zu schweren **Schädigungen** der Kinder führt oder auf Kosten Dritter erfolgt.



# Sicher unterwegs



# Sicher unterwegs

mit digitalen Medien

---

**Der beste Schutz ist der, wenn Kinder ihrem Alter und ihrer Entwicklung entsprechend lernen, damit umzugehen.**



Ähnlich wie beim Strassenverkehr: Vorleben und Schritt für Schritt einführen und **begleiten** bis hin zur sicheren Selbständigkeit.

# Schutz der Privatsphäre

## Sichtbarkeit und Profileinstellungen

Profile und Benutzernamen	Weiteres
<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Privat</b></li><li>• Möglichst keine <b>personenbezogenen Angaben</b> (Alter, Geschlecht, Name, Wohnort, Geburtsdatum)</li><li>• Privatsphäre <b>Einstellungen</b>: Nur für Freunde / Abonnenten sichtbar sein</li><li>• Unterschiedliche Passwörter wählen</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Standort nicht teilen (Ortungsdienst)</li><li>• Keine <b>heiklen Bilder/Videos</b></li><li>• Geräte mit Passwörtern sichern</li><li>• Inhalte können auch bei Privaten Profilen an die Öffentlichkeit gelangen</li></ul>

# Schutz der Privatsphäre

Anleitungen zu Sicherheitseinstellungen

---



In der Regel lassen sich bei Plattformen, Konsolen etc.

**Einstellungen** vornehmen, unter verschiedenen Begriffen wie

*Datenschutz*

*Privatsphäre*

*Sicherheit*

Anleitungen:

[www.medien-kindersicher.de/startseite](http://www.medien-kindersicher.de/startseite)

[www.saferinternet.at/privatsphaere-leitfaeden/](http://www.saferinternet.at/privatsphaere-leitfaeden/)

# Eltern und Medienerziehung



# Austausch

---

Was finde ich wichtig?  
Was wurde mir wichtig?

Was hat sich bei  
mir bewährt?

Was ist meine grösste  
Herausforderung?

Bild: eigene Darstellung

# Beziehung & Begleitung

Interessiert, offen und informiert sein



## REDEN

- regelmässiger Austausch

## ERLEBEN

- miteinander erleben

## BEGLEITEN

- Vertrauen, Hilfe und Unterstützung anbieten

## REGELN

- gemeinsame Abmachungen und Vereinbarungen treffen

Bild: unsplash.com

# Regeln und Vereinbarungen

## Tipps zum **gemeinsamen** Aufstellen von Regeln

---

### **Medienfreie Räume & Zeiten festlegen**

- z.B. beim Essen, eine Stunde vor dem Schlafengehen...

### **Bildschirmzeit definieren**

- täglichen oder wöchentlichen Zeitrahmen

### **erlaubte Onlineaktivitäten diskutieren**

- Was wird (nicht) toleriert?

### **Regeln den Medien anpassen**

- z.B. Runden statt Minuten bei Games

### **Konsequenzen bei Nichteinhaltung**

- Was, wenn es nicht immer klappt?

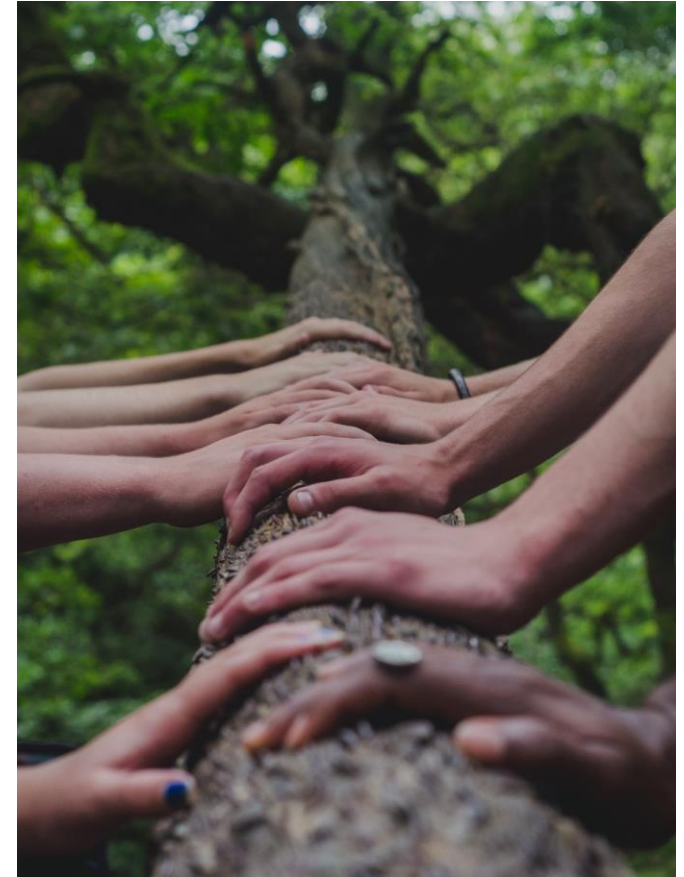


Bild: unsplash.com

© Pro Juventute Medienprofis



# Unsere Tipps für den Alltag

Beim Umgang mit digitalen Medien

---

- 1. Vorbildrolle der Eltern und Bezugspersonen ist wichtig**
- 2. Interessiert, offen und informiert sein**
- 3. Regeln gemeinsam festlegen, Konsequenzen besprechen**
- 4. Freizeit auch ohne digitale Medien. Kinder brauchen Ausgleich.**
- 5. Junge schützen, Ältere unterstützen**
- 6. Digitale Geräte nicht ins Kinderzimmer**
- 7. Offene Gespräche sind besser als jede Filtersoftware (oder totale Verbote)**

# Nützliche Instrumente



# Nützliche Instrumente

## Mediengutschein

Mediengutschein



Name des Kindes: .....

Minuten: .....

Gerät: .....

# Nützliche Instrumente

[www.Mediennutzungsvertrag.de](http://www.Mediennutzungsvertrag.de)

**MEDIENNUTZUNGSVERTRAG**  
zwischen Eltern und Kind

**§1 Allgemeine Regeln**  
Verhalten gegenüber anderen  
Im Internet und am Handy bin ich freundlich und beleidige niemanden.

**§2 Zeitliche Regelungen**  
Freie Bildschirmzeit  
30 Minuten täglich

**§3 Handy / Smartphone**  
Apps, Abos, Klingeltöne  
Ich kaufe nichts über mein Handy und klicke nicht auf Werbung. Wenn es mir doch passiert, sage ich meinen Eltern Bescheid.

**§4 Internet**  
Umgang mit persönlichen Daten  
Im Internet verrate ich niemandem meinen Namen, meine Adresse oder Telefonnummer. Diese Dinge bleiben geheim!

**Regeln**

Neuer Vertrag  
Vertrag öffnen  
Speichern  
Drucken/PDF  
Gestaltung  
Hilfe

internet-abc

Bild: Printscreen von [mediennutzungsvertrag.de](http://mediennutzungsvertrag.de)

© Pro Juventute Medienprofis

# Nützliche Instrumente

Checkliste „Fit fürs Smartphone“ – [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)

## Checkliste



### Ist mein Kind fit für ein eigenes Smartphone?

Sollte es schon alleine Apps installieren? Weiß es, welche Daten und Fotos nicht geteilt werden sollten? Ist WhatsApp oder TikTok für mein Kind okay? Die Beantwortung dieser und ähnlicher Fragen fällt vielen Eltern schwer. Mit der folgenden Checkliste wollen wir Ihnen bei der Entscheidung „Smartphone – ja oder nein?“ helfen. Kreuzen Sie an, was Ihr Kind bei der Handynutzung schon kann. Je mehr Punkte mit einem Haken versehen wurden, desto eher ist Ihr Kind schon „fit“ für ein eigenes Smartphone. Wir empfehlen, dass Sie mit Ihrem Kind die noch ausstehenden Punkte besprechen.

### Das kann Ihr Kind:

- |  |                                     |
|--|-------------------------------------|
| Sicherheits-einstellungen aufrufen und dort Einstellungen ändern (PIN oder Passwort erstellen und ändern, Bildschirmsperre einrichten)   | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Kosten der (monatlichen) Smartphone-Nutzung (Prepaid oder Tarif) überschauen   | <input type="checkbox"/>            |
| Erkennen, wo Kosten anfallen (z. B. In-App-Käufe) und entsprechende Einstellungen am Gerät vornehmen   | <input type="checkbox"/>            |
| GPS-Signal, W-LAN und Bluetooth selbständig aktivieren und deaktivieren  | <input type="checkbox"/>            |
| Datenroaming für Urlaube außerhalb der EU ein- oder ausschalten  | <input type="checkbox"/>            |
| Apps auswählen und vor einer Installation kritisch prüfen, ob die Anwendungen sicher und dem eigenen Alter angemessen sind   | <input type="checkbox"/>            |
| Datenschutzrisiken und die Angemessenheit von App-Berechtigungen einschätzen; wissen, wo man sich hierzu informieren kann (z. B. in den AGB, in Foren etc.) und welche Einstellungsmöglichkeiten es gibt | <input type="checkbox"/>            |
| Vorsichtig mit eigenen Informationen/Fotos im Internet umgehen und wissen, was man lieber nicht teilen sollte  | <input type="checkbox"/>            |
| Rechte anderer auch im Digitalen beachten (z. B. niemanden über Messenger beleidigen, Daten,   | <input type="checkbox"/>            |

Bild: Printscreen von [klicksafe.de](http://klicksafe.de)

# wup App

Die [Pro Juventute App](#) zur Förderung der Medienkompetenz

Die **wup** App unterstützt Kinder bei ihren ersten Erfahrungen mit dem Smartphone.

- Wissen befähigt Kinder in ihrer Online-Kompetenz
- Direkter Zugang zu Inhalten und Beratung von 147.ch
- Die Eltern werden in der Aufgabe der Medienerziehung gestärkt
- Fördert Gespräche und Austausch zwischen Kindern und Eltern

→ **Kinder und Eltern werden befähigt**

→ **Es findet keine Kontrolle statt**

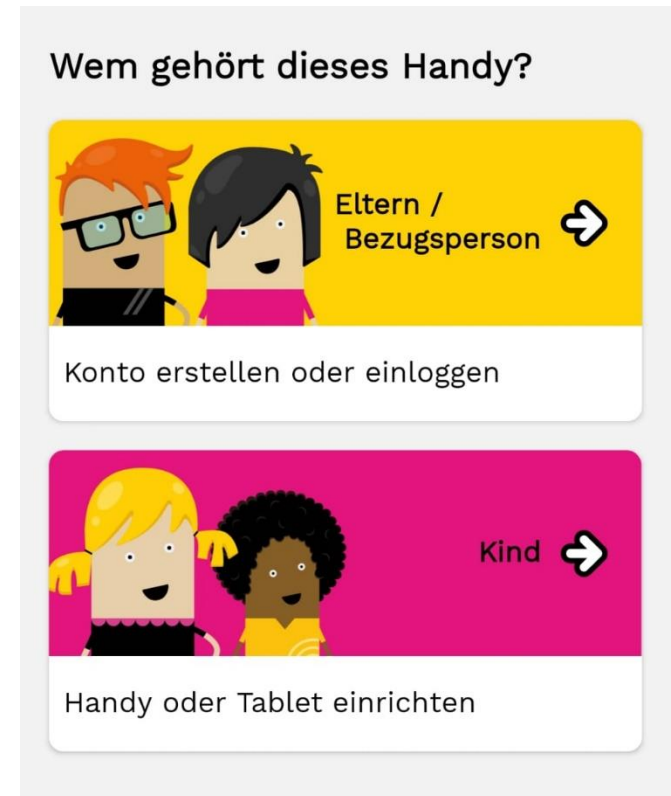


Bild: Printscreen wup-app

© Pro Juventute Medienprofis



# Linksammlung für Eltern

Weiterführende Informationen

---

[www.projuventute.ch/internet](http://www.projuventute.ch/internet)

[www.projuventute.ch/elternberatung](http://www.projuventute.ch/elternberatung)



[www.jugendundmedien.ch](http://www.jugendundmedien.ch)

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

[www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)

[www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info)

[www.medien-kindersicher.de](http://www.medien-kindersicher.de)

[www.play-smart.ch](http://www.play-smart.ch)



# Gibt es Fragen?

---





# Mehr Informationen

---

## Pro Juventute Elternberatung

In allen Situationen da für Eltern. Kostenlos und vertraulich, rund um die Uhr, 365 Tage im Jahr.

**058 261 61 61**

[elternberatung.projuventute.ch](http://elternberatung.projuventute.ch)



[www.projuventute.ch](http://www.projuventute.ch) > Informationen und Tipps zu verschiedenen Themen

[www.jugendundmedien.ch](http://www.jugendundmedien.ch) > Informationen und Empfehlungen vom Bund

[www.147.ch](http://www.147.ch) > Beratung + Hilfe für Kinder und Jugendliche



# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

---

## ...und weiterhin viel Spass mit digitalen Medien!

[ingrid.broger@projuventute.ch](mailto:ingrid.broger@projuventute.ch)

**Pro Juventute**

Thurgauerstrasse 39, Postfach

8050 Zürich

044 256 77 77

[medienkompetenz@projuventute.ch](mailto:medienkompetenz@projuventute.ch)



eigene Grafik

© Pro Juventute Medienprofis