

GEMEINSAM.SICHER im Internet

Besonders die Corona-Pandemie zeigte deutlich, dass die Nutzung digitaler Medien durch Kinder und Jugendliche nicht nur zugenommen, sondern sprunghaft angestiegen ist. Games, Chats und Videos haben eine derart hohe Anziehungskraft, dass sie sich regelrecht in der virtuellen Welt verlieren. Besonders durch Smartphones stehen digitale Angebote „24/7“ jederzeit und überall zur Verfügung.

Bei Eltern und Kindern liegen die Meinungen darüber, wieviel Mediennutzung angemessen ist, oft weit auseinander. Mitunter fühlen sich Eltern auch unsicher und wissen nicht genau, wie sie damit umgehen sollen.

Tipps für Jugendliche:

- **Schütze deine Privatsphäre!**

Achte darauf, welche Informationen Du über Dich ins Internet stellst.
Versuche einmal eine Internetrecherche über Dich selbst.

- **Das Internet vergisst nie!**

Überlege, welche Informationen Du von Dir bekannt gibst und bedenke, dass diese nur mehr sehr schwer zu löschen sind.

- **Sei misstrauisch!**

Nicht alles, was im Internet steht ist wahr. Oft ist nicht klar, woher die Informationen stammen.
Darum prüfe die Quellen (Faktencheck), bevor du etwas weiterleitest.

- **Urheberrechte beachten!**

Achte bei der Verwendung von Bildern, Musik, Texten auf die Urheberrechtsbestimmungen. Vielleicht findest Du unter Umständen auch frei verfügbare Lösungen.

- **Aktiv gegen Cybermobbing und Hassposting!**

Melde und blockiere Profile von Personen in sozialen Netzwerken, die sich nicht an Regeln halten.
Bist Du selbst betroffen, hole Dir Hilfe bei Vertrauenspersonen oder auch bei der Polizei.

- **Es gibt nichts geschenkt!**

Achte bei vermeintlichen Gratisangeboten auf versteckte Abfallen und mögliche Betrugs-handlungen. Sei vorsichtig bei allzu verlockenden Angeboten.

- **Hole dir Rat bei Erwachsenen!**

Wenn Du Fragen oder Probleme im Internet hast, wende Dich an eine Vertrauensperson, deine Eltern oder Lehrer.

Tipps für Eltern:

Um einen vernünftigen Medienkonsum Ihres Kindes zu erreichen, können zum Beispiel folgende Anregungen hilfreich sein:

- **Klare Regeln und Zeitvorgaben aufstellen**

Treffen Sie mit Ihrem Kind Vereinbarungen, wie es Computer, Internet & Co. nutzen darf. Binden Sie unbedingt Ihr Kind in diesen Entscheidungsprozess ein. Die Regeln sollen konkret und nachvollziehbar sein. Erfahrungsgemäß wird empfohlen: So viele Regeln wie nötig, so wenige wie möglich!

- **Medientagebuch führen**

Um den tatsächlichen Überblick über den Computer- und Internet-Konsum Ihres Kindes oder eventuell über Ihr eigenes Verhalten zu bewahren, kann das Führen eines Medientagebuchs hilfreich sein. Darin werden Bildschirmzeiten und Aktivitäten eingetragen.

- **Interesse und Aufgeschlossenheit zeigen**

Sprechen Sie mit Ihrem Kind über seine liebsten Aktivitäten am Smartphone, Laptop oder Tablet. Lassen Sie sich Websites, Spiele usw. zeigen. Interesse und Aufgeschlossenheit verbessern die Gesprächsbasis und das Vertrauensverhältnis.

- **Sorgen und Bedenken ansprechen**

Haben Sie Sorgen oder Bedenken über den Inhalt der Lieblingswebsites, -foren, -spiele Ihres Kindes, sollten Sie diese auch äußern und besprechen. Wichtig ist, dass Sie Ihre Bedenken auch begründen. Fragen Sie zum Beispiel nach, um welches Spiel es sich handelt und warum es so spannend ist. Bemühen Sie sich um eine gute Gesprächs- sowie Vertrauensbasis. Allerdings sollten Sie Problemen nicht aus dem Weg gehen, wegsehen oder Anliegen unausgesprochen lassen. Nehmen Sie gegebenenfalls auch Hilfe in Anspruch.

- **Alternativen anbieten**

Es wäre sinnlos, wenn Sie nur Verbote aussprechen. Stattdessen könnte es zielführender sein, Alternativen anzubieten. Sie sind ein Vorbild für Ihr Kind. Treffen Sie daher Vereinbarungen über medienfreie Familiennachmittage oder -abende, an denen sie gemeinsam ein Brettspiel spielen, ein Theater oder Konzert besuchen.

- **Altersgerechte, empfohlene Spiele bevorzugen**

Um sicherzugehen, dass Ihr Kind auch empfehlenswerte und altersgerechte Spiele herunterlädt, kauft oder geschenkt bekommt, können Sie sich bei der Bundesstelle für die Positivprädikatisierung

von digitalen Spielen (<https://bupp.at>) einen Überblick verschaffen. Kennzeichnungen wie das PEGI (Pan European Game Information) Alterssymbol geben außerdem Auskunft zu problematischen Inhalten eines Spiels, wie zum Beispiel zu Drogen, Diskriminierung, Angst, Sex, Gewalt.

- **Filter- und Schutzprogramme installieren**

Solche Programme bieten einen gewissen Schutz und geben Rahmenbedingungen vor. Besprechen Sie jedoch vor der Installation auch die Gründe mit Ihrem Kind. Sie können je nach Produkthanbieter zum Beispiel Positivlisten erstellen, mit denen nur auf vorher festgelegten Internetseiten gesurft werden kann. Oder es werden explizit bestimmte Seiten, zum Beispiel mit bedenklichen sexuellen oder gewalttätigen Inhalten, gesperrt. Manche Programme bieten zusätzlich auch einen Zeitfilter an. Werden Filter- und Schutzprogramme verwendet, sollte parallel dazu die Medienkompetenz und die Eigenverantwortung des Kindes gestärkt werden.

Hilfreiche Links:

www.saferinternet.at

www.feel-ok.at

www.rataufdraht.at

www.bupp.at

Weitere Informationen erhalten Sie unter der Website:

www.gemeinsamsicher.at