

# Eltern, Kinder und Handy - wie passt das zusammen?

Saferinternet.at unterstützt vor allem Kinder, Jugendliche, Eltern und Lehrende beim sicheren, kompetenten und verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Medien.

Ein Artikel von Mag.<sup>a</sup> Corona Rettenbacher, Forum Familie Tennengau - Elternservice des Landes Salzburg



Handy und Tablet begleiten uns im Alltag jetzt noch intensiver.

© Olena Yakobchuk | shutterstock.com

Die Initiative Saferinternet.at wird von verschiedenen Bundesministerien wie auch der Europäischen Union unterstützt und ist der österreichische Partner im Safer Internet Netzwerk der EU (Insafe). Corona Rettenbacher (Forum Familie Tennengau) sprach mit Barbara Buchegger, der pädagogischen Leiterin von Saferinternet.at.

Als Expertin sammelt Barbara Buchegger jede Menge praktisches Wissen aus Schulworkshops, Elternabenden und Lehrendenfortbildungen und ist somit immer am neuesten Stand, wenn es um Entwicklungen rund um digitale Medien geht. Der Frühling war geprägt von Home-Schooling, Video-Konferenzen und Familienalltag neu strukturieren bzw. Herausforderungen bewältigen. Die Schule startet nun wieder und es ist doch anders, als wir es gewohnt waren. Handy und Tablet begleiten uns im Alltag noch intensiver.

Was können Eltern tun, um ihre Kinder gut zu unterstützen? Erziehungswissen-

schaftlerin Corona Rettenbacher fragt bei der Expertin nach.

**Frau Buchegger, die Eltern sind in hohem Maß gefordert, Handy und Tablets in den Familienalltag zuzulassen. Das, was Eltern erlauben, und das, was Kinder tun wollen, gehen ja oftmals weit auseinander. Welche Tipps haben Sie für Eltern?**

Das Um und Auf sind Familienregeln – sie sind das Wichtigste, weil man gemeinsam viel Gestaltungsspielraum hat und Konflikten vorbeugt. Mit den Kindern wird gemeinsam vereinbart, was getan werden darf und was nicht. Das heißt aber auch, dass sich die Eltern an die Vereinbarungen zu halten haben. Wurde z. B. vereinbart, dass beim Essen alle Handys in der Küche in einer Box liegen, dürfen sie auch Papa und Mama nicht rausnehmen, wenn es läutet. Natürlich kann es auch Ausnahmen geben. So werden Eltern zum Vorbild, und Kin-

der orientieren sich daran. Der Schulbeginn ist ja ein guter Moment, sich wieder auf neue Regeln einzulassen. Kinder dürfen da ruhig in die Pflicht genommen werden. Ohne Regeln geht gar nichts.

**Was wären denn das für Themen?**

Die Palette ist lang und die Altersstaffelung ist natürlich wichtig. Für Kleinkinder und Volksschulkinder gelten andere Regeln als für Jugendliche. Wie lange darf gespielt werden, welcher Content darf geschaut werden, welche Apps dürfen installiert werden, wie schaut die Kontrolle aus, inwieweit dürfen Eltern mitspielen, wann gibt es medienfreie Zeiten, welche Alternativen für die Freizeit gibt es? Alles, was für ein positives Familienleben beiträgt, sollte besprochen werden. Es gibt eine nette, kostenlose Vorlage, wie ein „Familienvertrag“ gestaltet werden kann: [www.medien-nutzungsvertrag.de](http://www.medien-nutzungsvertrag.de)

**Oft taucht die Frage auf: Wie lange dürfen Kinder online sein - können Sie eine kleine Orientierung geben?**

Während der Covid-19-Zeit gab es andere Regeln. Es war klar, dass sich keine Familie an solche Zeiten halten konnte. Es war in vielen Fällen auch notwendig, andere Zeithorizonte zu haben. Aber – sollte sich wieder so etwas wie ein Alltag einspielen können, sollten diese wieder als Richtschnur gelten.

**0- bis 3-Jährige:** Bei Kindern unter 18 Monaten ist es ratsam, gänzlich auf die Nutzung digitaler Geräte zu verzichten. 10-15 Minuten am Stück sind meist genug – nicht mehr als 1 Stunde/Tag.

**4- bis 5-Jährige:** Beschränken Sie die Nutzungszeit. 20-30 Minuten sind zu meist genug. Beginnen Sie bereits in diesem Alter, möglichst klare Regeln zu vereinbaren!

**6- bis 8-Jährige:** Achten Sie darauf, dass die Zeit vor dem Schlafengehen bildschirmfrei ist.

**8- bis 10-Jährige:** Trainieren Sie mit Ihrem Kind, wie es das Handy oder andere Geräte auch wieder weglegen und sich anderen Dingen widmen kann.

**10- bis 11-Jährige:** Seien Sie neugierig! Beteiligen Sie sich an der Welt Ihrer Kinder und sagen Sie ruhig, wenn Ihnen etwas missfällt oder Unbehagen bereitet.

**11- bis 16-Jährige:** Bleiben Sie im Gespräch, stehen Sie hinter Ihrem Kind, zeigen Sie Ihrem Kind Perspektiven auf.

Der Vorteil ist, dass die Kinder mit Digitalregeln groß werden – kommen sie in die Pubertät, sind sie damit schon vertraut und erhalten mehr Freiräume. Auf der Homepage [saferinternet.at/](http://saferinternet.at/)

zielgruppen/eltern finden Eltern hilfreiche Auflistungen für alle Altersstufen.

**Sie meinen, dass die Kinder dann auch eher zu den Eltern kommen, wenn es Probleme gibt?**

Ja, genau, ein gutes Vertrauensverhältnis ist ganz wichtig. Die Kinder fühlen sich verstanden, gut aufgehoben und können darauf bauen, dass die Eltern eine Ahnung haben. Wenn Eltern „nur“ schimpfen und nicht wissen, was die Kinder tun, ist das nicht förderlich. Das Handy wird ja oftmals auch für sehr kreative Ideen genützt, z. B. für Bastelanleitungen, es kann konstruktiv in den Alltag eingebunden werden. Mein Rat ist auch: Spielen Sie gemeinsam mit Ihren Kindern, lassen Sie sich das Tool erklären, fragen Sie, wie die Figuren heißen, warum genau dieses Spiel so interessant ist. Reflektieren Sie mit Ihrem/r Sohn/Tochter, werten Sie es nicht ab, sondern bleiben Sie immer wieder dran und fragen Sie nach. Wenn Ihr Kind z. B. einen angstmachenden Kettenbrief erhält, wird es zu Ihnen kommen, und Sie können Ihr Kind beruhigen und darüber sprechen. Hilfestellungen finden Eltern auch bei unseren kurzen Video-Elternratgebern [fragbarbara.at](http://fragbarbara.at)

**Wo finden Eltern gute Spiele oder Apps?**

Auf [bupp.at](http://bupp.at) und [spielbar.de](http://spielbar.de) finden Sie z. B. eine gute Übersicht, inwieweit Spiele altersgerecht geeignet sind. Eltern sollten auch daran denken, In-App-Käufe zu deaktivieren, damit nicht finanzielle Überraschungen kommen. Gratis-Spiele gehen nur bis zu einem gewissen Level kostenlos, danach muss

bezahlt werden. Lootboxen (z. B. bei FIFA und Brawl Start) sind kostenpflichtige Elemente, man erhält besseres „Material“ wie z. B. Ausrüstungen, Waffen oder Verkleidungen. Sie sind daher sehr verführerisch für die Kinder.

**Und wie ist das derzeit mit TikTok?**

Bei der App TikTok steht das Aufnehmen, Bearbeiten und Teilen von 15-sekündigen bis 5-minütigen Videos im Vordergrund. Derzeit der absolute Renner und es ist ein wenig zweischneidig: Zum einen ist es sehr lustig, Videos über sich und andere zu machen, sich kreativ auszutoben und auch zu wissen, wie das alles technisch geht. Das Rote Kreuz verwendet sehr erfolgreich TikTok, um mit Mythen rund um Erste-Hilfe-Maßnahmen aufzuräumen. Zum anderen sind ein paar Hinweise wichtig: Inhalte auf privat stellen, nicht öffentlich teilen, um keine Urheberrechtsverletzungen zu begehen, Kinder nicht leicht bekleidet zeigen und nicht das Zuhause filmen.

**Was möchten Sie den Eltern für den Herbst mitgeben?**

Das Neugierigsein können wir von den Kindern lernen, die positive Haltung gegenüber Neuem. Es ist gut investierte Zeit, zu wissen, was Ihre Kinder beschäftigt, was sie mit FreundInnen spielen. Lernen Sie von Ihrem eigenen Kind, was es fasziniert, schauen Sie auch gemeinsam, wo es „gute, verlässliche Quellen“ gibt, und bleiben Sie gemeinsam kritisch und reflektiert. UND – die Chancen überwiegen bei Weitem die Risiken.

Danke für das Gespräch.

**Saferinternet.at**

Das Internet sicher nutzen!

INFORMATION

Viele hilfreiche Infos und kostenlose Broschüren auf:

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

Anlaufstelle in Salzburg:

akzente Salzburg  
Medien & Gesellschaft  
Sonja Messner  
s.messner@akzente.net  
Tel. 0676 897 158 140



Barbara Buchegger, pädagogische Leiterin von Saferinternet.at.

© saferinternet.at