

## Schule Limmat Zürich | 6. Februar 2024

Eine Veranstaltung der Pro Juventute

# KINDER, JUGENDLICHE UND DIGITALE MEDIEN

WIE KÖNNEN ELTERN DAMIT UMGEHEN?



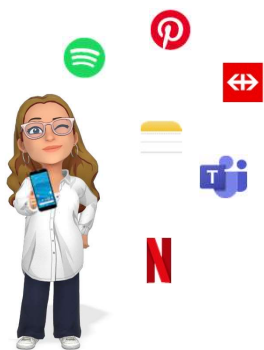
Mit freundlicher Unterstützung unserer Hauptpartnerin



© Pro Juventute Medienprofis, 2024

## Pro Juventute Medienprofis

die Gründe für unser starkes Engagement



**Patricia Skirgaila**  
Kommunikations-  
und Medienwissenschaftlerin

### Darum machen wir uns stark:

- Kinder wachsen mit digitalen Medien auf.
- Um gute Erfahrungen zu haben, müssen sie lernen mit den Risiken im Internet umzugehen.
- Dabei unterstützen wir die Kinder und ihre Bezugspersonen.



## Expert\*innen-Umfrage I

Mit Menti

### In diesem Alter ist mein Kind



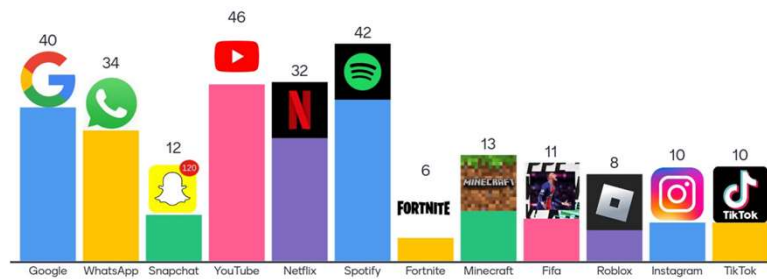
© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Expert\*innen-Umfrage II

Mit Menti

### Diese App nutzt mein Kind:



© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Expert\*innen-Umfrage III

Mit Mentimeter

Folgende medienbezogenen Themen sind in meiner Familie/Freundeskreis ein Thema

|                             |                          |   |                |
|-----------------------------|--------------------------|---|----------------|
| Zeit am Gerät               | Bildschirmzeit           | Zeitlimite  | Screentime     |
| Angemessene Bildschirmzeit? | NutzungsdauerHandyzugang | Wie viel Bildschirmzeit ist richtig?Sicherheit im Netz? | Bildschirmzeit |



© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Expert\*innen-Umfrage IV

Mit Mentimeter

Folgende medienbezogenen Themen sind in meiner Familie/Freundeskreis ein Thema

|                |                   |                |                     |
|----------------|-------------------|----------------|---------------------|
| Bildschirmzeit | Filme schauen     | Gamezeiten     | Konsumierte Inhalte |
| welche games?  | zu viel fernsehen | Bildschirmzeit | Zeit am Handy       |



© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Expert\*innen-Umfrage V

Mit Menti

Folgende medienbezogenen Themen sind in meiner Familie/Freundeskreis ein Thema

|                |   |                                   |  |
|----------------|---|-----------------------------------|--|
| Bildschirmzeit | Sicherheit in den MedienMediennutzung               | Wie viel screen time?Was schauen? | Welche regeln                              |
| Tagesdosis     | ZeitdauerAltersbegrenzung von insta, snap, whatsapp | MobbingRecht auf eigene Daten     | Bildschirmzeiten, Inhalte, Geschwindigkeit |

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Expert\*innen-Umfrage VI

Mit Menti

Folgende medienbezogenen Themen sind in meiner Familie/Freundeskreis ein Thema

|                           |                                 |                                   |                                |
|---------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|
| Onlinezeit Welche Apps    | Gamen nur nach der Hausaufgaben | BildschirmzeitAltersgerechtigkeit | Computerspiele Nintendo Switch |
| AbhängigkeitPassiv werden | Gamen                           | Wie lange und wann am Bildschirm? | eigenes handy, ipad            |

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Expert\*innen-Umfrage VII

Mit Menti

Folgende medienbezogenen Themen sind in meiner Familie/Freundeskreis ein Thema

Dauer der Nutzung,  
Rückzug von kleiner  
Schwester und Familie

Zeit am Natel

Ist es sinnvoll Medienseite zu  
begrenzen? Wenn ja,  
mahanisch oder mit  
hausregeln?

Bedienung, Use

Werbung

DatenschutzUmgang mit  
FotosFake NewsDeep  
Fake

Wie kann man das Gamen bei  
13-14 Jährigen begrenzen,  
wenn der soziale Aspekt sehr  
gross ist?

Zu viel von alle



© Pro Juventute Medienprofis, 2024

## Expert\*innen-Umfrage VIII

Mit Menti

Folgende medienbezogenen Themen sind in meiner Familie/Freundeskreis ein Thema

Gewahr machen, wieviel  
Zeit man medial verbringt

Wie oft, wie lang (trotz  
klare reglen)

Dauer der  
GamezeitenDowntimeeige  
ne Vorbildfunktion

bisher musik und videos, wenig  
games. meine sorge sind tiktok,  
insta etc. und was das mit dem  
selbstbild macht

Bildschirmzeit

Sicherheit im Netz

DauerWas geeignet  
Welche lernapps

Gamen, Alterslimiten,  
Bildschirmzeit, News,  
Lernen



© Pro Juventute Medienprofis, 2024

## Expert\*innen-Umfrage IX

Mit Menti

Folgende medienbezogenen Themen sind in meiner Familie/Freundeskreis ein Thema

Zeitdauer an den Digitalen Medien, nicht weglegen können bei Zeitabmachungen, "nur noch kurz..."

musik hören, musikvideos schauen, nachrichten schreiben, filme gucken, fotos & videos machen und teilen

Nachrichten von unbelanntenZeitLimitenNicht mehr rausgehen

Welches Album

Gameschauen

Gamen

online games

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Inhalt und Ablauf

der Elternveranstaltung

- Medienerziehung ist individuell
- Entwicklung und digitale Medien
- Medieninteressen und deren Chancen und Risiken
- Erkennen geeigneter Anwendungen
- Bildschirmzeit
- Wie Sie Kinder schützen und unterstützen
- Tipps und Empfehlungen für Eltern



© Pro Juventute Medienprofis, 2024



# MEDIENERZIEHUNG

sieht in jeder Familie anders aus

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Es gibt viele Wege...

- **Werte und Ziele** der Eltern sind verschieden
- eine **persönliche Familienidentität** ist wichtig
- die **eigene Haltung** wirkt auf die Kinder und beeinflusst die Medienerziehung
- Eltern und Bezugspersonen sind wertvoll als **Vorbilder**

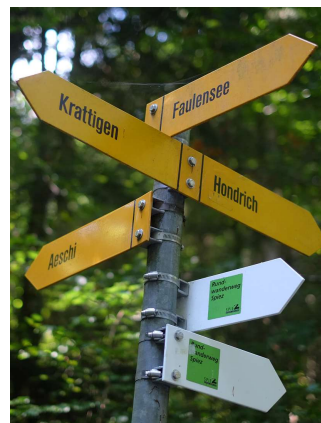


Bild: Unsplash.com

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Expert\*innenrunde: Individuelle Ziele der Medienerziehung

Reflexion, Notizen auf Kühlschrankkarte

### UNSERE ZIELE UND IDEEN FÜR DIE MEDIENERZIEHUNG

- Was soll mein Kind im Umgang mit digitalen Medien mit 18 Jahren können?

---



---

- Wie kann ich es dabei unterstützen?

---



---



Bild: Pro Juventute

© Pro Juventute Medienprofis, 2024

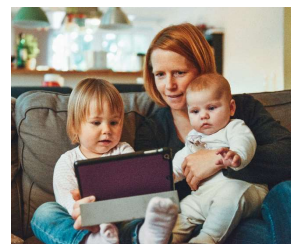


## Erste eigene Erfahrungen

Um sich Wissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten mit digitalen Medien anzueignen, braucht das Kind ab einem gewissen Zeitpunkt die Möglichkeit zur Nutzung.

**Ab welchem Alter sollen Kinder Einführung und Zugang zu digitalen Medien oder einzelnen Apps erhalten?**

**Medienkompetenz beginnt nicht mit der eigenen Nutzung, sondern mit der Erfahrung durch Vorbilder.**



Bilder: pixabay.com

© Pro Juventute Medienprofis, 2024





# ENTWICKLUNG UND DIGITALE MEDIEN

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Entwicklung und digitale Medien

Kinder von 6 bis 12

Vergleich mit  
Gleichaltrigen

Wettkampf /  
Herausforderungen

Aufbauende  
Selbstkontrolle



Bild: pixabay.com

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Entwicklung und digitale Medien

Jugendliche ab 12 Jahren

Kontakte aufbauen  
und pflegen

Platz in der  
Gesellschaft finden

Identität entwickeln



Bild: unsplash.com

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Ein Blick zurück...



Barfi.ch



Pixabay.com



Bravo-archiv.de

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



# MEDIENINTERESSEN VON HERANWACHSENDEN

und deren Risiken und Chancen

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Geeignete und ungeeignete Medienaktivitäten

Welche Medienaktivitäten  
finde geeignet für das  
Alter meines Kindes?

Welche Medienaktivitäten  
finde ich *nicht* geeignet für  
das Alter meines Kindes?

Grafik: eigene Darstellung

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



### Beliebteste Apps

von Kindern



6- bis 13-Jährige  
2021

Grafik: MIKE-Studie, 2021, ZHAW

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



### Beliebteste Apps

von Kindern



12- bis 19-Jährige  
2022

Grafik: JAMES-Studie, 2022, ZHAW

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Games



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

29

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Kostenfallen Smartphone

Wo ist wieso Vorsicht geboten

- Free-to-Play Games (versteckte Kosten)
- Spenden auf TikTok
- (versteckte) Werbung
- Abofallen in Online-Shops
- Lootboxen in Games
- Online-Shopping (Instagram, Zalando)
- Trading (Kryptowährungen)
- schwer durchschaubare Bezahl-Mechanismen
- Verschleierung von Kosten
- Verlust der Kostenkontrolle



Bild: Screenshot Clash of Clans.

- **Grundsatz: Nichts ist gratis!**  
Bezahlt wird mit Geld, Daten oder Zeit/Aufmerksamkeit (Werbung)

© Pro Juventute Medienprofis, 2024

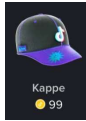


## Kostenfallen Smartphone

Spenden / Geschenke auf TikTok

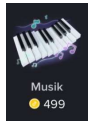
### Prinzip

- Nutzer\*innen kaufen auf TikTok für echtes Geld Münzen
  - 1 Fr. = 65 Münzen
  - 5 Fr. = 330 Münzen
  - 20 Fr. = 1321 Münzen
- Mit Münzen werden virtuelle Gegenstände gekauft und an die Besitzer\*innen eines Videos verschenkt



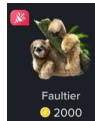
Kappe

99



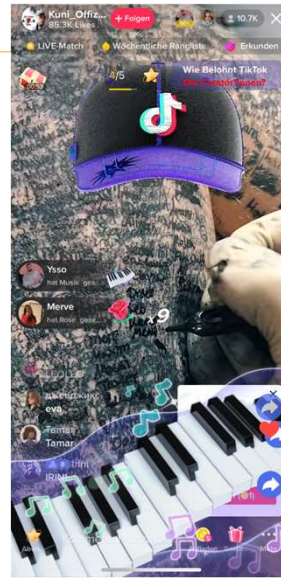
Musik

499



Faultier

2000



Bilder: Screenshots tiktok.com

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## WhatsApp

Alter 12+ (AppStore)

- 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, **Cybermobbing**, Links mit Kostenfallen



Bild: Google Play Store

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Cybermobbing

Mobbing im Internet

### Mobbing

- Ist ein **Gruppenphänomen**
- Hänseleien, Ausschliessen, Beleidigungen, Drohungen, Nötigung,...
- über einen **längeren Zeitraum** und **wiederholend**

### Cybermobbing (Besonderheiten)

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

**Mobbing wächst durch Schweigen!**  
**Nur gemeinsam können wir Mobbing stoppen!**

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Snapchat

Alter 12+ (AppStore)

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



Bild: Google Play Store

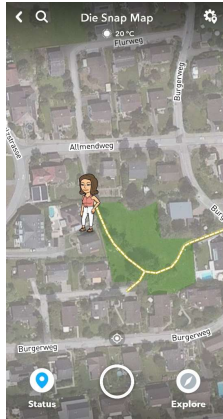
© Pro Juventute Medienprofis, 2024





## 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, 2024



## YouTube

Alter 13+, unter 18 Jahren mit Erlaubnis der Eltern

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



© Pro Juventute Medienprofis, 2024





## 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, 2024



## TikTok

Ungeeignete Inhalte (Horror, Gewalt, Sex-/Nacktbilder)

Beispiel «Skinwalker» (mythische Wesen aus Legenden)



I'm skinwalking myself ...



#fyp #skinwalker ...



He is inside ...



#mandelacatalouge ...

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## 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**



[https://praxistipps.chip.de/wie-funktioniert-instagram-eine-kleine-einfuehrung\\_3508](https://praxistipps.chip.de/wie-funktioniert-instagram-eine-kleine-einfuehrung_3508)

Bild: Google Play Store

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Verschiedene Medienaktivitäten

Und mögliche Chancen

Zu Musik tanzen:  
Bewegung,  
Koordination, Spass

Objekte fotografieren,  
heranzoomen:  
technisches Verständnis,  
Detailwahrnehmung

Videotelefonieren mit  
den Grosseltern:  
Kommunikation,  
sozialer Kontakt

Tutorial schauen  
auf YouTube:  
Kognition, Kreativität

Tutorial anfertigen  
(Storyboard, filmen,  
schneiden, bearbeiten):  
Kreativität, technische  
Fähigkeiten

Gamen mit Freund\*in:  
Koordination,  
strategische und soziale  
Fähigkeiten

Hörspiel hören und  
gehörtes Zeichnen:  
Konzentration, Phantasie,  
Kreativität

Gemeinsam einen  
Film schauen:  
Verbindendes  
Familienerlebnis

...

Bild: eigene Darstellung

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



# ERKENNEN GEEIGNETER ANWENDUNGEN

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Geeignete Medienaktivitäten

Fragen, die sich Eltern stellen können

- Kann man sich **dazu bewegen** oder verharrt man im Sitzen?
- Nutzt man die Medien alleine oder in Kontakt **mit anderen** Personen?
- Wie ist die **(pädagogische) Qualität** der Inhalte?
- Wird die Medienanwendung als **unterstützendes Hilfsmittel** gebraucht?

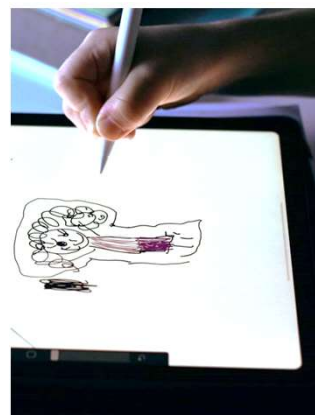


Bild: Unsplash.com

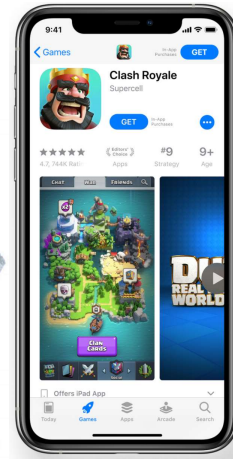
© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## App-Stores

Rankings und Bewertungen

Liefere nur Informationen zu Alterseinstufungen und Beurteilung zu Spielinhalten.  
Bietet **keine verlässlichen Angaben** zur Qualität von Inhalt und pädagogischer Bewertung.



Grafik: Eigene Darstellung  
Bild: apple.com

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Geeignete Apps für Kinder & Jugendliche

Woran erkennt man sie?



- Geeignete Inhalte
- Ohne Werbung
- Frei von In-App-Käufen und Verlinkungen
- Keine integrierten Kommunikationsfunktionen
- Keine persönliche Datenabfrage

Als Eltern **Einblick nehmen** und entscheiden, ob es zum Kind und der persönlichen Haltung und den Zielen der Eltern passt.

Bild: eigene Darstellung

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Kinder-Apps und Suchmaschinen

---

- [www.zambo.ch](http://www.zambo.ch) (Kinderprogramm von SRF)
- [www.ulladieeule.ch](http://www.ulladieeule.ch) (Medienpädagogische Kindergeschichten)
- [www.scoyo.com](http://www.scoyo.com) (Kinder-Apps zum Spielen und Lernen)
- [www.klick-tipps.net](http://www.klick-tipps.net) (Apps und Webseite für Kinder)
- [www.fragfinn.de](http://www.fragfinn.de) (Internet-Suchmaschine)
- [www.blinde-kuh.de](http://www.blinde-kuh.de) (Internet-Suchmaschine, temporär ausser Betrieb)

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Kinder- und Jugendschutz in der Schweiz

Orientierung für Eltern

---

### PEGI

PEGI kategorisiert Spiele in die folgenden Alterskategorien: 3, 7, 12, 16 oder 18.



Systeme einrichten:

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

XBOX, Nintendo, Playstation, Android, iPhone, MS Windows ...

Quelle und Grafiken: [pegi.info](http://pegi.info)

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Games

Weitere Tipps zum Umgang mit Games



- **Informieren** Sie sich über ein Game
  - Beschreibung, Rezensionen, Altersempfehlung, [www.spieleratgeber-nrw.de](http://www.spieleratgeber-nrw.de)
  - YouTube oder twitch.tv: «How to play (Spieletitel)» / «Let's play (Spieletitel)»
- **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)

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Erklärungen, Bewertungen und Empfehlungen

Spieleratgeber NRW

The screenshot shows the 'Spiele' (Games) section of the Spieleratgeber NRW website. The navigation bar includes 'Spiele', 'Ratgeber', 'Über uns', and 'Einfache Sprache'. The main content area features a search bar with 'Suchbegriff' and a 'Zurücksetzen' button. There are filters for 'Plattform' (PC, Steam, PlayStation 4, PlayStation 5, Nintendo Switch) and 'Altersempfehlung' (4 to 9). The 'Sortierung' is set to 'zuletzt beurteilt'. Six game cards are displayed with their respective age ratings in red circles: 'Everybody 1-2-Switch!' (6), 'Flutter Away' (7), 'Lego 2K Drive' (8), and three other games with ratings 8, 7, and 9.

Bilder: Screenshot von: [spieleratgeber-nrw.de/](http://spieleratgeber-nrw.de/)

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Erklärungen, Bewertungen und Empfehlungen

Spieleratgeber NRW



### Allgemeines

**Vertrieb:** Landesverband Kinder- und Jugendfilm Berlin e.V.

**Spielerwebsite:** [Website aufrufen](#)

**Erschienen:** 1. September 2021

**Genres:**

[Adventure](#) [Edutainment](#) [Point&Click](#)

[Serious Game](#)

**Plattformen:**

[iOS](#) [itch.io](#) [PC](#)

Bilder: Screenshot von: [spieleratgeber-nrw.de/](#)

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Erklärungen, Bewertungen und Empfehlungen

Spieleratgeber NRW

### Jugendschutz & Altersempfehlung

USK Alterskennzeichen



USK ab 0 freigegeben

**Kosten:**

• [Free2Play](#)

**Spielmodi:**

• nur alleine spielbar

**Pädagogische Altersempfehlung**



spielbar ab 9 Jahren

Lesefähigkeit

### Spielbeschreibung

Ezra ist ein junges Mädchen, das während der Sommerferien bei ihrem Opa mit dem Thema Fake News konfrontiert wird. Daraufhin entwickelt sich eine Geschichte, in welcher Ezra und ihre Freund\*innen in drei Kapiteln nicht nur immer wieder Nachrichten selbstständig überprüfen, sondern in diesem Zusammenhang auch politisch aktiv werden müssen, um einen Streit in ihrem Wohnviertel zu schlichten und nebenbei auch noch das Auseinanderbrechen ihrer Lieblingsband zu verhindern. **EZRA** wurde in direkter Kooperation mit Jugendlichen entwickelt und gewann für die gelungene Umsetzung den Deutschen Computerspielpreis 2022 in der Kategorie Bestes Serious Game.

### Pädagogische Beurteilung

**Politische Bildung spielerisch erklärt**

**EZRA** ist ein Point&Click-Adventure das es den Kindern und Jugendlichen ermöglicht, sich niedrigschwellig mit den Themen Fake News und politische Beteiligung auseinanderzusetzen. Der Fokus liegt dabei einerseits auf dem Erkennen und Wahrnehmen von Fake News sowie andererseits auf der direkten Überprüfung eben jener vor Ort und bei den jeweiligen Personen, um bei Kindern und Jugendlichen eine kritische Auseinandersetzung mit Nachrichten und deren Quellen anzuregen.

Bilder: Screenshot von: [spieleratgeber-nrw.de/](#)

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Erklärungen, Bewertungen und Empfehlungen

Spileratgeber NRW



Video: Ausschnitt von: youtube.de/@spileratgeber

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## YouTube

Suche mit: «How to play (Spieltitle)» / «Let's Play (Spieltitle)»



Jump jump jump =D #02 || Let's Play Roblox - Slashing Master | Deutsch | German

Bild: Screenshot youtube.com

© Pro Juventute Medienprofis, 2024





## YouTube

Suche mit: «How to play (Spieltitle)» / «Let's Play (Spieltitle)»

YouTube <sup>CH</sup> Suchen

BUY FULL VERSION TO UNLOCK

30 CHARACTERS 1000+ ITEMS

TO THE SHOP

Toca Life World!!! - I made Liam and Vidia - Let's Play Toca Life World!!!

Cherry Pop Pr... 870.000 Abonnenten Abonnieren 39.752 Teilen ...

4,8 Mio. Aufrufe vor 1 Jahr #CherryPopProductions #TocaBoca #TocaLife

Bild: Screenshot youtube.com

© Pro Juventute Medienprofis, 2024

PRO JUVEN TUTE

# BILDSCHIRMZEIT

Und worauf Eltern sonst noch achten sollten

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Bildschirmzeit

Empfehlung von [schau-hin](https://www.schau-hin.info)

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](https://www.schau-hin.info)

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Bildschirmzeit und was sonst noch wichtig ist

Auch auf die **Nutzungsweise** kommt es an

**Medienkonsum**

Medien zur  
**Unterhaltung und  
Zeitvertreib** gebrauchen

**Mediennutzung**

Medien als  
**Hilfsmittel und  
Werkzeug** nutzen

Grafik: eigene Darstellung

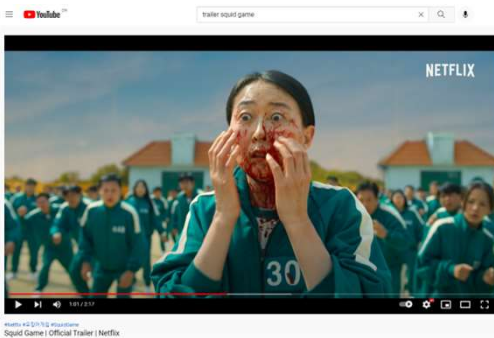
© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Bildschirmzeit und was sonst noch wichtig ist

Auch auf die **Inhalte** kommt es an

**Ungeeignete Inhalte:** z.B. Horrorfilme/Trailer, gewalthaltige oder pornografische Inhalte



**Geeignete Inhalte: Alters- & entwicklungs-gerecht,** z.B. Erklär- und Lern-, aber auch Unterhaltungsvideos



Food Waste, was ist das? | Clip und klar! | SRF Kids - Kindervideos

Bilder: Printscreens youtube.com

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Bedürfnisse für eine gesunde Entwicklung

Kinder brauchen Zeit und Möglichkeit für...

- Soziale Kontakte
- Bewegung
- Schlaf und Ruhe
- Regelmässige Mahlzeiten
- Täglich frische Luft
- Freies Spielen und Entdecken
- Langeweile
- Vielfältige Sinneserfahrungen
- ...



Bild: pixabay.com

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Mögliche Anzeichen von ungesundem Medienverhalten

Bildschirmzeit ist nur ein Indikator von vielen

- **Rückzug**, weniger Zeit für Freunde und Familie
- Zunehmend **weniger Interesse** an Offline-Aktivitäten
- Medien-/Bildschirmfreie Zeiten **schwierig auszuhalten**
- **Schlechtes Gewissen** während oder nach der Nutzung
- **Verheimlichung** vor anderen Personen (z.B. Eltern, Freunde)
- **Körperliche Reaktionen**: Unruhe, Nervosität, Angst, Schweißausbrüche bei Nicht-Nutzung
- Verschlechterte **Leistungen**

Das Zutreffen mehrerer Anzeichen weist auf Sucht hin


© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Nützliche Instrumente

Mediengutscheine für Kinder und Jugendliche

Mediengutschein



Name des Kindes: .....

Minuten: .....

Gerät: .....

Elektronische Medien – Gutschein



..... Minuten

für .....



[Mediengutscheine](#)

Grafik: Screenshot klicksafe.de

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Nützliche Instrumente

Medienvertrag zwischen Kind und Eltern

### Gestaltung des Mediennutzungsvertrags

Vorschau



Gestaltungselemente auswählen



MEDIENNUTZUNGSVERTRAG

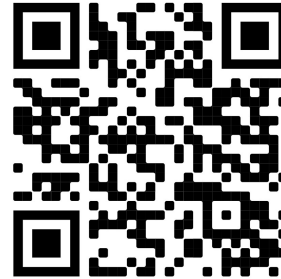
Erwachsene(r)

Vor- oder Spitznamen eintragen

Kind

Vor- oder Spitznamen eintragen

Hintergrundmuster festlegen



[Mediennutzungsvertrag](#)

Grafik: Screenshot mediennutzungsvertrag.de

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## SICHER UNTERWEGS IM INTERNET

Wie können Eltern ihre Kinder schützen und unterstützen?



© Pro Juventute Medienprofis, 2024

## 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.
- **Deshalb bei Kindern und Jugendlichen wichtig: Regeln festlegen. Gemeinsam. Verbindlich.**

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Wie können Eltern ihre Kinder unterstützen?

Bei der Vorbeugung von ungesundem Medienverhalten

### Medienfreie Räume & Zeiten festlegen

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

### Bildschirmzeit definieren und einschränken

- täglichen oder wöchentlichen Zeitrahmen

### Medienaktivitäten diskutieren

- Was wird (nicht) toleriert?

### Regeln den Medien anpassen

- z.B. Runden statt Minuten bei Games
- z.B. Netflix-Serie in der Hälfte abschalten

### Konsequenzen bei Nichteinhaltung

- Was, wenn es nicht immer klappt?



Bild: unsplash.com

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Schutz der Privatsphäre

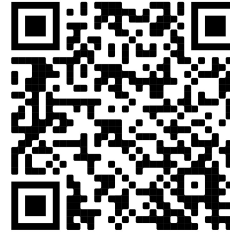
Anleitungen zu Sicherheitseinstellungen



Für Datenschutz, Privatsphäre und Sicherheit im Internet



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



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

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Einstellungen: Microsoft Family Safety

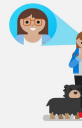
Jugendschutzeinstellungen Windows

### Erinnern Sie sich an die Familienerfahrung

Moderne Familien gibt es in allen Größen, und die Eltern sind nicht ständig bei den Kindern. Wir helfen Ihnen, für die Online-sicherheit Ihrer Kinder zu sorgen, miteinander Spaß zu haben und verbunden zu bleiben – auch wenn Sie nicht dabei sind.

[Erstellen einer Familiengruppe >](#)

Bereits eingerichtet? Jetzt anmelden >



**Limits für Bildschirmzeiten festlegen**  
Keine Diskussionen mehr. Legen Sie ein ausgeglichenes Tageslimit für die Geräte, Apps und Spiele Ihrer Kinder fest.



**Unangemessenen Inhalt blockieren**  
Stellen Sie sicher, dass Ihre Kinder nur auf Inhalte und Spiele zugreifen, die für ihr Alter geeignet sind.



**Aktivitätsberichte**  
Sehen Sie sich die wöchentlichen Aktivitäten Ihrer Kinder in und auf allen von ihnen genutzten Apps, Spielen und Geräten an.

### Microsoft Family Safety

- Login
- Kind hinzufügen
- Emailadresse eingeben und bestätigen
- Einrichtungen gem. Vereinbarungen vornehmen

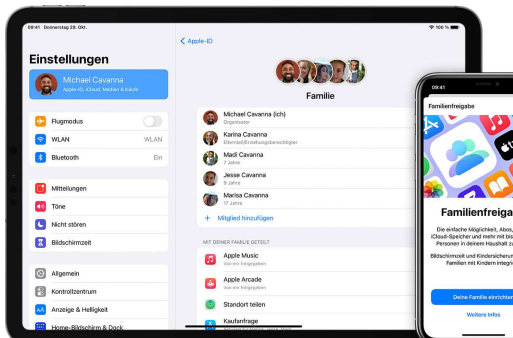
Printscreen von: <https://account.microsoft.com/family>

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Einstellungen: iOS (Apple)

### Familienfreigaben für iOS-Geräte (Apple)



#### Familiengruppe einrichten und Freigaben erstellen

- Familiengruppe erstellen
- Personen zum Beitritt in die Familie einladen
- Familienfreigabe gemäss Vereinbarungen einrichten

Printscreen von: [support.apple.com](https://support.apple.com)

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Einstellungen: Google Family Link

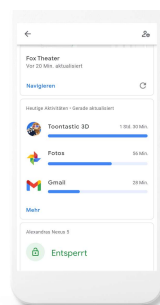
### Jugendschutzeinstellungen & Bildschirmzeiten für Android Geräte (Samsung, etc.)

#### Geeignete Inhalte für Ihr Kind

Aktivitäten Ihres Kindes im Blick haben

Apps Ihres Kindes verwalten

Wissensdurst Ihres Kindes stillen



#### Google Family Link

- App herunterladen
- Login einrichten
- Geräte definieren und verwalten
- Einrichtungen gem. Vereinbarungen vornehmen

Printscreen von: [families.google.com/familylink/](https://families.google.com/familylink/)

© Pro Juventute Medienprofis, 2024





# MEDIENERZIEHUNG & FAMILIENALLTAG

Beziehung, Begleitung und Regeln



© Pro Juventute Medienprofis, 2024

## 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

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## 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.

Bild: Pixabay.com

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



# WEITERE TIPPS UND EMPFEHLUNGEN

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Nützliche Instrumente

### Checkliste erstes Smartphone

**CHECKLISTE**

- Wir haben in der Familie über **Sinn und Zweck** des Smartphones gesprochen.
- Wir haben in unserer Familie besprochen und festgehalten, was uns im Umgang mit digitalen Medien wichtig ist.
- Wir haben uns über die **Anschaffungskosten** des Geräts, die monatlichen Ausgaben sowie den Umgang mit In-App-Käufen geeinigt.
- Wir haben gemeinsam mit dem Kind **Regeln zur Handynutzung** vereinbart und die Konsequenzen bei einem Regelverstoß besprochen.
- Die **Einschränkungen der Bildschirmzeiten** haben wir gemeinsam mit dem Kind diskutiert und festgelegt.
- Wir sind uns bewusst, dass auch Kinder ein **Recht auf Privatsphäre** haben und nehmen an seinem Gerät keine Handlungen ohne das Wissen unseres Kindes vor.
- Unser Kind kennt den **Unterschied zwischen privat und öffentlich** und wir haben gemeinsam besprochen, welche Informationen, Fotos oder Videos im Netz geteilt werden können und welche besser privat bleiben.
- Unser Kind weiss, wo und wie es **Einstellungen zur Sichtbarkeit, Privatsphäre oder Datenschutz** vornehmen und unerwünschte Kontakte blockieren und melden kann.
- Wir haben mit unserem Kind über die **Altersempfehlungen** gesprochen und wo nötig die entsprechenden Einstellungen zum Jugendschutz vorgenommen.
- Wir haben unserem Kind erklärt, wie es **fragwürdige Inhalte** überprüfen und Meldung erkennen kann.
- Unser Kind weiss Bescheid, dass **Gesetze** auch im Internet gelten und Kinder in der Schweiz bereits ab 10 Jahren strafmündig sind.
- Wir haben mit unserem Kind über **Cybermobbing** und einen respektvollen Umgang im Internet diskutiert.
- Unser Kind ist darüber informiert, dass es im Internet **Menschen** begegnen kann, die keine guten Absichten haben. Es weiss, dass es bei **Kontakten mit fremden Menschen** vorsichtig sein muss. Bevor es jemandem etwas über sich preisgibt, bespricht es das mit uns. Ebenso ist ihm bewusst, dass es sich nicht ohne unser Wissen mit Online-Bekanntschäften treffen darf.
- Bei **unangenehmen Botschaften** oder **Eindrücken** im Netz weiss unser Kind, dass es jederzeit zu uns kommen kann. Es weiss Möglichkeiten, Moderatoren und Vertrauenspersonen, an die es sich wenden und um Hilfe erfragen kann.





[Checkliste eigenes Smartphone.](#)

Grafik: Screenshot mediennutzungsvertrag.de

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## 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)



© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Informationsmaterial zum Bestellen

Kostenlose Broschüren von Jugend und Medien

Für Eltern von Kindern bis 7 Jahre



PDF herunterladen

Für Eltern von Kindern zwischen 6 und 13 Jahren



PDF herunterladen

Für Eltern von Jugendlichen zwischen 12 und 18 Jahren



PDF herunterladen



[Broschüren Jugend und Medien](#)

Bild: Printscreen von jugendundmedien.ch

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Pro Juventute Elternwelt

Informationen und Tipps zu Medien und Erziehung



MEDIEN & INTERNET  
**Bildschirmzeit sinnvoll einsetzen**



FRAGEN AUS DER ELTERNBERATUNG  
**Mein Kind möchte mein Handy oder Tablet auch haben**



MEDIEN & INTERNET  
**Online-Veranstaltung «Kinder, Jugendliche und digitale Medien»**



FAMILIE & GESELLSCHAFT  
**Sexualerziehung und digitale Medien**



MEDIEN & INTERNET  
**Kinder mit Überwachungsapps kontrollieren**



MEDIEN & INTERNET  
**Medien konsumieren darf nicht krank machen**



[Pro Juventute Elternwelt](#)

Bild: Screenshot projuventute.ch

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Pro Juventute Newsletter

Melden Sie sich hier für den Newsletter an und bleiben Sie auf dem Laufenden



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

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Die Elternberatung der Pro Juventute

<https://www.projuventute.ch/elternberatung>



### Telefon

Die telefonische Beratung (058 261 61 61) ist rund um die Uhr an 365 Tagen im Jahr für Sie da.

**ANRUFEN →**



### Chat

Chatten Sie direkt mit unseren Beraterinnen und Beratern.

**CHATTEN →**



### Beratung per E-Mail

Schreiben Sie unseren Beraterinnen und Beratern eine E-Mail.\*

**SCHREIBEN →**

Bild: Printscreen projuventute.ch

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Gibt es noch Fragen?



Grafik: Pixabay

© Pro Juventute Medienprofis, 2024



## Danke an unsere Partner!

Unsere Partner-Organisationen unterstützen uns im Programm Medienkompetenz

Strategischer Partner



ALLE BEAUTY-MARKEN VON HENKEL

Hauptpartnerin



Gönnerin



© Pro Juventute Medienprofis, 2024



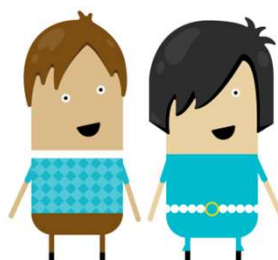
**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit**

---

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



**Pro Juventute**  
Thurgauerstrasse 39, Postfach  
8050 Zürich  
044 256 77 77  
[medienkompetenz@projuventute.ch](mailto:medienkompetenz@projuventute.ch)



© Pro Juventute Medienprofs, 2024