

# Eltern Info

kurz+knapp

# Medien

Liebe Eltern,  
die folgenden Tipps und Informationen sollen Ihnen dabei helfen, Ihr Kind bei der Mediennutzung zu begleiten:

## Info 1

### Mediennutzung – ab welchem Alter?

Für Kinder unter drei Jahren ist es wichtig, erst einmal ihre direkte Umgebung mit allen Sinnen zu erfahren, bevor sie aktiv die Medienwelten entdecken. Ab einem Alter von drei Jahren ist die Mediennutzung gemeinsam mit den Eltern möglich.

## Info 2

### Auswahl begleiten

Kinder können sich vor Fernsehinhalten ängstigen, von zu vielen WhatsApp-Nachrichten gestresst sein oder die Gewaltdarstellungen in Computerspielen nicht verkraften. Deshalb ist es wichtig, Sendungen, Spiele-Apps oder Hörspiele gemeinsam auszuwählen. Erklären Sie Ihrem Kind die Gründe, warum Sie einige Medieninhalte erlauben und andere verbieten.

## Info 3

### Medienzeiten vereinbaren

Für die Beschäftigung mit Medien ist es wichtig, das richtige Maß zu finden. Vereinbaren Sie mit Ihrem Sohn oder Ihrer Tochter, wann am Tag Medien genutzt werden können und wie lange.

Wir empfehlen: Kinder im Alter von drei bis fünf Jahren sollten sich täglich nicht länger als 30 Minuten mit Medien beschäftigen. 6- bis 9-Jährige sollten dafür maximal eine Zeitstunde pro Tag zur Verfügung haben. Für Kinder ab zehn Jahren empfehlen wir ein Zeitkonto von ca. neun Stunden pro Woche. Diese Zeit sollte über die Woche gut verteilt werden.

## Info 4

### Alterskennzeichen sind eine Orientierung

Die Alterskennzeichen geben Ihnen Hinweise darauf, für welches Alter ein Computerspiel, ein Film oder eine App unbedenklich ist. Wenn Sie sich an den Alterskennzeichen orientieren, schadet der jeweilige Medieninhalt Ihrem Kind aller Wahrscheinlichkeit nach nicht.

## Info 5

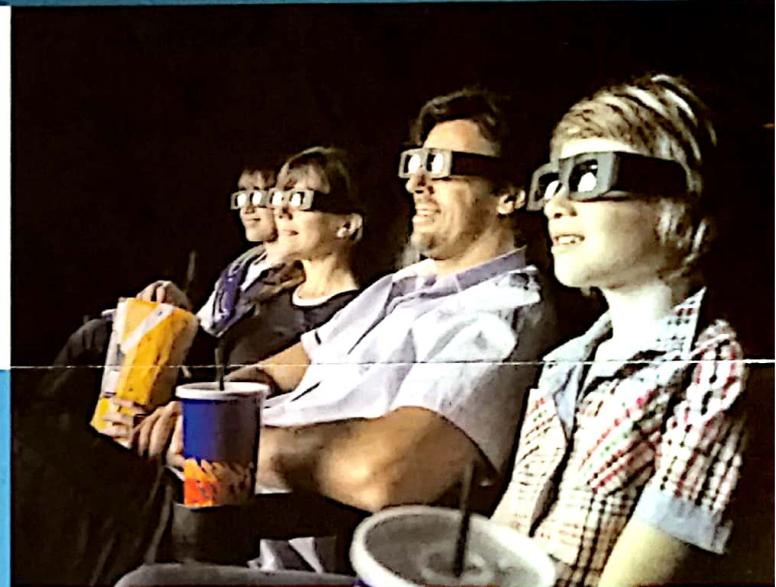
### Ansprechbar sein

Zeigen Sie Ihrem Kind, dass es bei Fragen oder negativen Erfahrungen jederzeit zu Ihnen kommen kann. Fragen Sie Ihr Kind ab und zu nach seinen Erlebnissen im Internet oder seinen Medienvorlieben. Bei schwierigen Themen können Sie sich fachliche Unterstützung holen oder sich mit anderen Eltern austauschen.

## Info 6

### Vorbildfunktion

Kinder suchen Vorbilder und ahmen diese gerne nach. Achten Sie auf Ihren eigenen Umgang mit dem Smartphone, Fernseher, Tablet und PC. Versuchen Sie, einen guten Medienumgang vorzuleben. Dazu gehören auch medienfreie Zeiten!



## Info 7

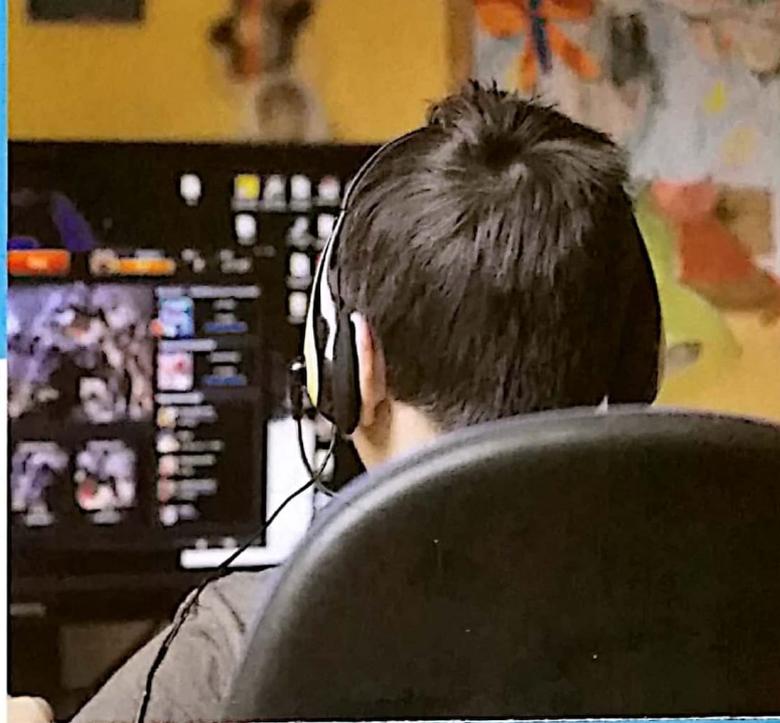
### Sicherheitsregeln

Achten Sie darauf, dass Ihr Kind seine persönlichen Daten schützt. Der Nachname, die Adresse und die Telefonnummer sollten nicht im Internet veröffentlicht werden. Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind, dass Sie gefragt werden möchten, wenn es eine App auf dem Smartphone installieren will. Beschränken Sie die Möglichkeit der In-App-Käufe.

## Info 8

### Alternativen finden

Achten Sie darauf, dass Ihr Kind Zeit für Spiele, Sport und Freunde hat. Die Beschäftigung mit Medien sollte auf keinen Fall die einzige Freizeitaktivität sein.



## Wichtige Adressen:

Hinweise rund um die Alterskennzeichen von Computerspielen und Kinofilmen bekommen Sie hier:

[www.fsk.de](http://www.fsk.de) - Freiwillige Selbstkontrolle der Filmwirtschaft (FSK)

[www.usk.de](http://www.usk.de) - Unterhaltungssoftware Selbstkontrolle (USK)

Pädagogische Empfehlungen zu Computerspielen und Spiele-Apps Sie finden Sie unter:

[www.computerspieleratgeber-nrw.de](http://www.computerspieleratgeber-nrw.de) - Spieleratgeber NRW

[www.dji.de/index.php?id=43348](http://www.dji.de/index.php?id=43348) - Datenbank für gute Kinder-Apps

## Links:

Hier finden Sie interessante Informationen im Internet, die Sie bei der Medienerziehung Ihres Kindes unterstützen:

[www.flimmo.de](http://www.flimmo.de) - Programmberatung für Eltern

[www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info) - Elternratgeber: SCHAU HIN! Was dein Kind mit Medien macht

[www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de) - Klicksafe: Die EU-Initiative für mehr Sicherheit im Internet

[www.internet-abc.de](http://www.internet-abc.de) - Informationen über den sicheren Umgang mit dem Internet für Eltern

## Impressum

### Elterninfo MEDIEN

Landesstelle  
Jugendschutz  
Niedersachsen



Herausgeberin:  
Landesstelle Jugendschutz Niedersachsen  
Leisewitzstraße 26, 30175 Hannover  
[info@jugendschutz-niedersachsen.de](mailto:info@jugendschutz-niedersachsen.de)  
[www.jugendschutz-niedersachsen.de](http://www.jugendschutz-niedersachsen.de)

Fotos: Familie im Kino: Tyler Olson/Shutterstock.com  
Junge vor einem Computerspiel: Artush/Shutterstock.com  
Mädchen mit Tablet: J2R/Shutterstock.com

1. Auflage: 9 / 2018

Mit Unterstützung des Projektes:

**JUGEND & FLÜCHTLINGS  
SCHUTZ & HILFE**