



**MIT JUGENDLICHEN  
ÜBER MEDIEN REDEN!**

## **Impressum**

### **Herausgeber**

Fachstelle für Suchtprävention NÖ

Brunngasse 8

3100 St. Pölten

02742-31 440

office@fachstelle.at

www.fachstelle.at

September 2021

4. Auflage (nur online)

**Konzeption, Redaktion und grafische Gestaltung**

SUPRO - Werkstatt für Suchtprophylaxe, Vorarlberg

Der Nachdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung durch



### **Quellen:**

[www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at), [www.bmfj.gv.at](http://www.bmfj.gv.at), [www.bupp.at](http://www.bupp.at), [www.kompass-social.media](http://www.kompass-social.media),

[www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de), [www.mpfs.de](http://www.mpfs.de), [www.zhaw.ch/de/hochschule](http://www.zhaw.ch/de/hochschule)



## WAS ELTERN WISSEN SOLLTEN

Um 50 Millionen Menschen zu erreichen, hat das Telefon 74, das Fernsehen 16 und das Internet gerade mal vier Jahre gebraucht. Das bedeutet auch, dass für den Umgang mit diesem Medium viel weniger Lernzeit zur Verfügung gestanden ist. Dementsprechend stehen Eltern der Mediennutzung ihrer Kinder oft ratlos gegenüber und suchen nach einer Orientierungshilfe.

Wie nutzen Jugendliche digitale Medien?

Betrachtet man die bekannteste deutschsprachige Studie zum Medienkonsum Jugendlicher (JIM-Studie, 2020) zeigt sich bezüglich der Mediennutzung eine Nutzungsform als klarer Sieger: Ein Drittel der gesamten Onlinenutzung entfällt auf den Bereich der Unterhaltung. Fast gleichauf liegen die Bereiche Kommunikation (27%) und Spiele (28%).

Was den Umgang mit Medien in der Freizeit betrifft, sind die geschlechtsspezifischen Unterschiede im Hinblick auf die häufigsten Aktivitäten nicht gravierend. Egal ob Internet, Smartphone oder die Nutzung von Musik - Mädchen und Jungen weisen hier keine nennenswerten Unterschiede auf. Weiterhin gibt es aber eine deutliche Diskrepanz im Hinblick auf digitale Spiele: So zählen sie bei 56% der Mädchen zu den beliebtesten Nutzungsformen, während jedoch 79% der Burschen Computerspiele favorisieren.



## TIPPS FÜR ELTERN

- Informieren Sie sich über die Online-Aktivitäten Ihres Kindes und versuchen Sie diese Faszination zu verstehen. Lassen Sie sich von Ihrem Kind Dinge erklären, die Sie nicht kennen oder verstehen. Es ist ganz normal, dass Erwachsene ab und zu auf Erklärungen der Kinder angewiesen sind. Gerade wenn es um das Internet geht, lernt man niemals aus. Sie haben den Experten oder die Expertin zu Hause, nutzen Sie das!
- Medienkompetenz ist mehr als die Beherrschung der Technik: Um Medienkompetenz zu erwerben, braucht es auch Lebenserfahrung und davon haben Sie mehr als Ihr Kind.
- Erwachsene, die nur verbieten oder das Internet laufend kritisieren - ohne selbst Erfahrungen gemacht zu haben - werden von den Kindern nicht ernst genommen.
- Sehen Sie auch die Chancen des Internets und fördern Sie den kreativen und kritischen Umgang damit.
- Kinder können im Internet unerwünschte Inhalte finden (Gewalt, Rassismus, Pornografie etc.). Das kann Ihr Kind verwirren und auch verstören. Stehen Sie stets als Vertrauensperson zur Verfügung.
- Reagieren Sie nicht „besserwisserisch“, wenn Ihr Kind in eine problematische Situation gerät, vor der Sie gewarnt haben. Unterstützen Sie Ihr Kind viel mehr dabei, aus Fehlern zu lernen.
- Achten Sie auf Alarmsignale. Ihr Handeln ist gefragt, wenn Ihr Kind nur noch am Computer spielt, soziale Kontakte weniger werden und/oder die Schulleistungen plötzlich abfallen.
- Vereinbaren Sie gemeinsam klare Regeln, wie oft, wie lange und wann Medien genutzt werden dürfen.
- Vorbilder wirken. Beginnen Sie bei sich selbst!

## WANN WIRD DIE MEDIENNUTZUNG KRITISCH?

---

„Mein Kind ist fasziniert von Medien, muss ich mir Sorgen machen, dass es süchtig wird?“

Nur wenige Menschen, die viel Zeit am Computer, mit der Konsole oder mit dem Handy verbringen, sind wirklich krankhaft süchtig.



Die Dauer oder die Intensität der Nutzung entscheidet nicht unbedingt über Sucht oder Nicht-Sucht. Es geht vielmehr um Beweggründe, die einen veranlassen, Zeit mit Medien zu verbringen. Viele Kinder und Jugendliche erleben gerade im Zusammenhang mit Medien Phasen, in denen sie so gefesselt sind, dass sie ihre gesamte Zeit dieser Tätigkeit widmen und vieles andere dabei vergessen. Eltern stufen dies häufig als Vorstufe zur Sucht ein.

## CHECKLISTE FÜR ELTERN

Folgende Fragen helfen Ihnen bei einer ersten Bewertung, ob Ihr Kind ein problematisches Verhalten aufweist. Nehmen Sie jedes „Ja“ ernst, auch wenn die Fragen nur eine grobe Richtlinie sein können. Wenn drei oder mehr Merkmale bei Ihrem Kind über einen längeren Zeitraum auftreten oder Sie unsicher sind, kontaktieren Sie eine Beratungsstelle (siehe Seite 27).

	Ja	Nein
Kreisen die Gedanken Ihres Kindes stets um Computer, Handy, Konsole oder Internet - auch während anderer Beschäftigungen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hat Ihr Kind die Kontrolle über die Zeit vor dem Bildschirm verloren?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Spielt oder surft Ihr Kind teilweise bis spät in die Nacht?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben sich die Bildschirmzeiten stetig gesteigert?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fällt es Ihrem Kind häufig schwer, aufzuhören oder die Bildschirmzeiten zu begrenzen, sei es auch nur tageweise?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wird Ihr Kind nervös, gereizt oder depressiv, wenn es auf Computer, Internet oder Konsole verzichten muss?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zieht Ihr Kind sich zunehmend von Familie und Freund*innen zurück?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Verdrängt das Computerspielen frühere Interessen oder Hobbys, haben sich schulische Leistungen deutlich verschlechtert?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Verzichtet Ihr Kind auf Mahlzeiten, um am Computer zu bleiben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hat Ihr Kind stark zu- oder abgenommen? Ist es übermüdet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Verbringt Ihr Kind trotz erkennbarer negativer Folgen immer mehr Zeit vor dem Bildschirm?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nützt Ihr Kind das Computerspielen vermehrt dazu, Gefühle wie Ärger oder Wut abzubauen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Bei einer Sucht geht es immer um den Verlust der Selbstkontrolle. Ein Medienfasten ist durchaus sinnvoll, um das eigene Konsumverhalten zu reflektieren. Planen Sie auch gelegentlich medienfreie Familientage ein.

**Tipp**

## HÄUFIGE FRAGEN ZUM THEMA MEDIEN

---

### **Beeinträchtigt der Medienkonsum die Konzentrationsfähigkeit?**

Medien sind aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken und beschleunigen das Leben vieler Menschen: Eine Flut von E-Mails, WhatsApp-Nachrichten und Facebook-Statusmeldungen prasseln jeden Tag auf die Nutzer\*innen ein. Zum „Abschalten“ stehen Musik-Streaming-Dienste zur Verfügung. Oder man sieht fern - klassisch im TV, über Mediatheken oder Streaming-Portale - diese sind zu jeder Zeit verfügbar und dank Smartphones auch beinahe an jedem Ort zugänglich.

Je mobiler und multifunktionaler Medien werden, desto mehr Zeit wird mit Medienerlebnissen gefüllt. Jede Warte- oder Reisezeit wird sofort mit einem Unterhaltungsmedium angereichert. Langeweile wird zum Fremdwort. Doch gerade daraus entstehen häufig kreative Beschäftigungsalternativen. Manche Kinder können mit diesen permanenten Reizen nicht umgehen, sie werden unruhig und gestresst. Um so wichtiger ist es, Phasen der Stille und Langeweile ertragen zu lernen und irgendwann sogar genießen zu können.

### **Mein Kind liest keine Bücher mehr, sondern ist nur noch mit digitalen Medien beschäftigt...**

Es ist egal, in welchem Medium Ihr Kind liest. Hauptsache es liest! Dazu gehören auch Technik-Kataloge, Instagram-Stories oder Computerspiel-Anleitungen. Ob, was und wie viel die Kinder lesen, hängt auch von den Eltern ab, seien Sie sich Ihrer Vorbildrolle bewusst.

### **Mein Kind sitzt am liebsten den ganzen Tag vor dem Fernseher ...**

Wie bei allen Medien sollten auch beim Fernsehen Regeln vereinbart werden. Fernsehen bietet Wissenswertes und Interessantes, nur sollten die Sendungen bewusst gewählt werden. Wenn Ihr Kind aus Langeweile schauen will, muten Sie ihm zu, medienfreie Alternativen zu finden. Legen Sie Familienzeiten fest, wie z.B. kein Fernsehen während des Essens. Beobachten Sie auch Ihr eigenes Konsumverhalten, denn von einem positiven Vorbild lernen Kinder sehr viel.



## HÄUFIGE FRAGEN ZUM THEMA MEDIEN

---

### **Mich persönlich interessieren digitale Medien wenig und ich nutze sie auch kaum. Muss ich mich damit beschäftigen?**

Ja und Nein. Sie brauchen kein Smartphone oder ein eigenes Tablet, um die Mediennutzung Ihrer Kinder zu verstehen. Dafür brauchen Sie nur Interesse und ein offenes Ohr. Lassen Sie Ihre Kinder an Ihrer Lebenserfahrung teilhaben, denn viele Regeln des Alltags gelten auch für die Mediennutzung. Sei das der Umgang miteinander oder die kritische Haltung gegenüber Fremden. Bleiben Sie mit Ihrem Kind im Gespräch und lassen Sie sich regelmäßig von Ihrem Kind Lieblingsseiten, -spiele oder -anwendungen zeigen.

Machen Sie die Internet- und Handynutzung zu einem selbstverständlichen Thema in Ihrer Familie! Beraten Sie sich mit anderen Eltern und holen Sie sich Infos und Tipps. Mediennutzung will gelernt sein und nur gemeinsam mit Ihnen können Ihre Kinder die Herausforderungen der Medien meistern.



## LEBENSKOMPETENZ SCHÜTZT VOR SUCHT

Medienkompetenz ist nichts anderes als Lebenskompetenz, die das spezielle Gebiet der Medien mit einbezieht. Um dem Lebensalltag, der selbstverständlich auch das Gebiet der Medien beinhaltet, gewachsen zu sein, sollten folgende Lebenskompetenzen gestärkt werden:

- **Selbstkompetenzen**, wie den Umgang mit den eigenen Gefühlen, Stress, Angst oder Problemen.
- **Sachkompetenzen**, wie die Fähigkeit, Gefahren erkennen zu können.
- **Sozialkompetenzen**, wie Kommunikationsfähigkeit oder die Fähigkeit, „nein“ sagen zu können.

Medien gezielt einsetzen kann.

Medien im Alltag bedienen kann.

den eigenen Umgang mit Medien reflektieren und verarbeiten kann.

**Medienkompetent ist also, wer ...**

Medien als von Menschen „gemacht“ erkennen und Absichten hinterfragen kann.

mit Medien sozial verantwortungsbewusst, kritisch und selbstbestimmt umgehen kann und auch rechtliche Hintergründe kennt.

Medien als ein Thema, als eine Aktivität unter vielen erkennt.

## HERAUSFORDERUNG - SMARTPHONE

---

In Österreich gibt es bereits mehr Handyverträge als Einwohner\*innen. 2020 nutzen 98% der Österreicher\*innen das Internet über ein Smartphone (Statista, 2020). Insbesondere für Kinder und Jugendliche ist das Handy/Smartphone ein unverzichtbarer Gebrauchsgegenstand geworden, gleichzeitig ist es aber auch immer wieder ein Grund für Familienstreitigkeiten.

Für viele Jugendliche ist ihr Mobiltelefon das wichtigste Kommunikationsinstrument. Neben Telefonie und SMS ist die Nutzung von Messengern wie WhatsApp, Instagram und Snapchat sehr populär. Um Nachrichten, Fotos, Musik, Videos oder Spiele untereinander auszutauschen, ist eine Internetverbindung Voraussetzung.

Generell greifen Jugendliche immer häufiger zu mobilen Geräten wie Smartphones und Tablets, um im Internet zu surfen. Die inhaltliche Begleitung und Kostenkontrolle ist für Eltern nicht einfach. Umso wichtiger ist es deshalb, im Dialog zu bleiben.



## TIPPS FÜR ELTERN

- Respektieren Sie die hohe Bedeutung, die das Handy für Jugendliche als Mittel zur Kommunikation, Information und Unterhaltung hat. Lassen Sie sich von Ihren Kindern erklären, was das Faszinierende am Handy ist und über welche Funktionen es verfügt.
- Denken Sie an die Vorteile, die das Handy Ihres Kindes für Sie bringt (Erreichbarkeit, Flexibilität).
- Besprechen Sie mögliche Gefahren der Handynutzung. Diese reichen von Kostenfallen wie Appkäufen und leichtfertiger Weitergabe der Handynummer an Unbekannte bis zu gewalttätigen und pornografischen Darstellungen.
- Mit jüngeren Kindern sollten Sie konkrete Regeln vereinbaren. Diese reichen von Fragen der Kosten bis hin zum Thema der handyfreien Zeiten. Auch bei älteren Jugendlichen ist es legitim zu fordern, dass während des gemeinsamen Essens keine Telefonate geführt werden.
- Wer einen exzessiven Umgang mit dem Handy vorlebt, darf sich nicht wundern, wenn er oder sie von den Kindern kopiert wird. Seien Sie deshalb Vorbild bei der Handynutzung!



## HÄUFIGE FRAGEN ZUM THEMA SMARTPHONE

### **Mit welchem Alter sollen Kinder das erste Handy bekommen?**

Sie kennen Ihr Kind am besten. Im Durchschnitt erhalten Kinder in Österreich mit 10 Jahren ihr erstes Handy. Sprechen Sie mit Ihrem Kind über die Motive für den Handywunsch. Überlegen Sie, ob die Anschaffung Sinn macht. Sprechen Sie sich mit anderen Eltern ab.

### **„Alle meine Freund\*innen haben ein Smartphone...“ Muss ich meinem Kind nun auch eines kaufen?**

Wenn Kinder und Jugendliche ein Handy wollen, argumentieren sie oft, dass auch „alle“ anderen eines haben. Das mag in ihrer Wahrnehmung vielleicht so sein, die Realität ist meistens eine andere. Lassen Sie sich dadurch nicht unter Druck setzen, sondern wägen Sie die Vor- und Nachteile ab. Denken Sie auch über Schutzmaßnahmen nach, denn mit einem Smartphone hat Ihr Kind Zugriff auf alle möglichen, auch nicht jugendfreien, Internetinhalte.

Sollten Sie sich dafür entscheiden, Ihrem Kind ein Smartphone zu kaufen, sprechen Sie im Vorfeld über Risiken und vereinbaren Sie gemeinsam genaue Regeln: Was passiert, wenn Kosten überschritten werden? Wann darf das Handy benutzt werden, wann nicht? Wann gibt es ein neues Gerät?



Fragen Sie Ihr Kind, wie viel es finanziell zum Smartphone beitragen will. Wenn es weniger als die Hälfte ist, merken Sie, dass das Bedürfnis doch noch nicht ganz so groß sein kann. Wenn das Kind selbst finanziell einen Teil dazu beiträgt, wird es wahrscheinlich noch besser darauf aufpassen.

### **Wie kontrolliere ich, dass mein Kind keine jugendgefährdenden Inhalte am Handy hat?**

Das Handy gibt Ihrem Kind ein Stück Eigenständigkeit. Kontrolle von Inhalten stellt einen Vertrauensbruch dar und erschwert die Beziehung zu Ihrem Kind. Oder hätten Sie gewollt, dass Ihre Eltern Ihre ersten Liebesbriefe lesen? Wenn Sie den Verdacht haben, dass problematische Inhalte am Handy zu finden sind, dann reden Sie mit Ihrem Kind darüber und erklären Sie, warum Sie bestimmte Inhalte nicht zulassen.

### **In welcher Situation soll ich ein Handyverbot aussprechen?**

Das Handy ist ein zentrales Kommunikationsmittel der Jugendlichen, ein Verbot kann soziale Beziehungen unterbinden. Deshalb sollte ein Handyverbot nur nach massiven Vorfällen ausgesprochen werden. Im Idealfall haben Sie Regeln für die Nutzung gemeinsam mit Ihrem Kind vereinbart, die mit klaren Konsequenzen verbunden sind. Ein Verbot sollte die letzte Form der Sanktionierung sein.



Informieren Sie sich eingehender über Chancen und Risiken der Handynutzung. Die Websites [www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at) und [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de) bieten dazu umfangreiche Informationen.

**Tipp**

## WAS MACHEN JUGENDLICHE IM INTERNET?

Angebote wie YouTube, Facebook, Wikipedia, WhatsApp, Instagram & Co. haben die Nutzung des Internets verändert und beschleunigt. Die Selbstdarstellung ist bei vielen Anwendungen ein zentrales Element. Man hat sein eigenes Profil, postet Inhalte, stellt Fotos und Videos online. Kommunikation hat eine neue Dimension erreicht. Sie findet 24 Stunden am Tag und ortsunabhängig statt.

Die Jugendlichen wachsen wie selbstverständlich mit diesem Angebot auf. Sie verfügen über eine hohe technische Kompetenz, nehmen aber oft nicht wahr, welche Reichweite und Dimension das Internet hat und wie sich ihre Online-Handlungen auf ihr reales Leben auswirken können. Auf der anderen Seite stehen die Erwachsenen mit größerer Lebenserfahrung, jedoch meist geringerem technischen Know-how. So entsteht eine digitale Kluft, die man nur dadurch überwinden kann, indem Erwachsene und Jugendliche aufeinander zugehen und miteinander kommunizieren.

## SOZIALE NETZWERKE

### **Mein Kind will WhatsApp haben. Wie soll ich mich verhalten?**

Versuchen Sie zu verstehen, warum Ihr Kind WhatsApp nutzen möchte. Diskutieren Sie gemeinsam Chancen und Gefahren des Netzwerks. Vereinbaren Sie klare Verhaltensregeln mit Ihrem Kind. Es empfiehlt sich außerdem, gemeinsam mit dem Kind den Account anzulegen und die Privatsphäre einzustellen. Wenn Sie selbst WhatsApp nicht nutzen, kann das zu Beginn eine Herausforderung sein, bei der Sie jedoch viel lernen können. Außerdem können Sie diese Gelegenheit nutzen, um zu besprechen, was Ihr Kind im Internet veröffentlichen darf und was nicht (z.B. keine Angaben von Telefonnummer, Adresse, Schule o.ä.) und warum Privatsphäre-Einstellungen wichtig sind. Auch Postings, die böse Folgen nach sich ziehen können, sind nicht erlaubt (z.B. Beleidigungen von Lehrer\*innen oder Mitschüler\*innen, verunglimpfende Fotos oder Videos). Denn was einmal im Netz ist, bleibt zumeist im Netz und ist nur sehr schwer wieder zu entfernen.

### **Mein Kind will online nicht mehr mit mir befreundet sein ...**

Wenn sich Ihr Kind von Ihnen „entfreundet“, sollten Sie das akzeptieren. Als Eltern hat man schließlich auch im realen Leben eine andere Aufgabe als die eines Freundes bzw. einer Freundin. Nutzen Sie Soziale Medien nicht, um Ihr Kind zu kontrollieren, das würde das Vertrauensverhältnis zu Ihrem Kind schädigen.

## GENERATION PORNO?

### Information:

Fachstelle NÖ

T 02742-31 440

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

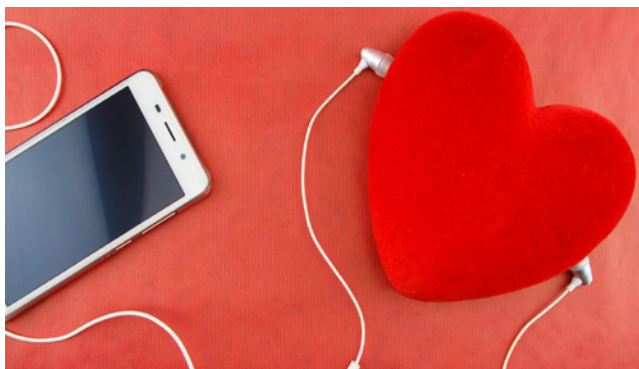
### Mein Kind war schon auf Pornoseiten. Was tun?

Laut Studien sind schon fast alle Jugendlichen im Alter von 11 bis 12 Jahren mit Pornografie im Internet in Berührung gekommen. Dies kann absichtlich, aber auch unabsichtlich passieren (z.B. durch Werbung, Pop Ups). Sprechen Sie Ihr Kind direkt darauf an! Erklären Sie ruhig und ohne zu moralisieren, dass die dargestellten Inhalte nicht der Realität entsprechen. Die eingesetzten Effekte erinnern eher an einen Actionfilm. Kinder und Jugendliche haben ein großes Informationsbedürfnis zum Thema Sexualität. Stellen Sie Ihrem Kind passende Bücher und/oder Websites zur Verfügung: [www.liebe-usw.at](http://www.liebe-usw.at)

### Tatsache ist, ...

- je mehr Basiswissen über das Thema Sexualität vorhanden ist,
- je positiver der Zugang zum eigenen Körper und zu den eigenen Gefühlen ist,
- je besser der Umgang mit Medien gelernt wurde und
- je mehr seriöse Informationen zum Thema Sexualität erlaubt und angeboten werden,

**... desto weniger werden Jugendliche in ihrer sexuellen Entwicklung durch den Konsum von Pornografie verwirrt.**



## DOWNLOADS UND ABZOCKE

### **Mein Kind lädt sich Musik und Filme aus dem Netz. Kann es dadurch Probleme bekommen?**

Kinder und Jugendliche laden Musik oder Filme häufig verbotenerweise von Online-Tauschbörsen (sog. „Filesharing-Plattformen“) herunter. Damit machen sie sich strafbar. Der Download von Filmen oder Musik ist nur dann erlaubt, wenn dieser von einer bzw. einem dazu Berechtigten (Urheber\*in) angeboten wird.

Ob das Streamen von Filmen oder Musik ebenfalls eine legale Quelle erfordert, ist noch nicht restlos geklärt - um Risiken zu vermeiden, wird empfohlen, es nicht zu tun.

TIPP: Es gibt auch Portale, auf denen man gegen Bezahlung legal Musik erwerben kann (z.B. iTunes, Spotify oder Amazon). Unbedenklich nutzen kann man außerdem offizielle Mediatheken (z.B. [www.tvthek.orf.at](http://www.tvthek.orf.at)).

### **Abzocke, was tun?**

Es gibt im Internet unzählige Websites, die zum Ziel haben, die Nutzer\*innen zu betrügen und sich so zu bereichern. Diese Seiten erkennt man, ...

- wenn Kosten mehr oder weniger gut versteckt sind.
- wenn persönliche Daten bekanntgegeben werden müssen, um die Seite zu nutzen.
- wenn allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB) akzeptiert werden müssen, obwohl es sich um ein vermeintlich kostenloses Angebot handelt.

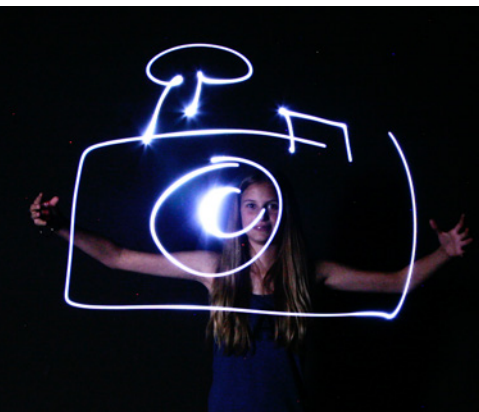
Man kann leicht in eine Falle tappen. Sollte Ihrem Kind das passieren, lassen Sie sich nicht einschüchtern, sondern sammeln Sie Beweise und holen Sie sich Hilfe.

**Beratung & Hilfe:**  
Konsumenten-  
beratung der  
Arbeiterkammer NÖ:  
05-7171

[www.no.e.arbeiterkammer.at](http://www.no.e.arbeiterkammer.at)

Internet Ombuds-  
stelle:  
[www.ombudsstelle.at](http://www.ombudsstelle.at)

## DAS RECHT AM EIGENEN BILD SCHÜTZEN



Jeder und jede von uns hat ein sogenanntes „Recht am eigenen Bild“. Das heißt, es dürfen keine Bilder veröffentlicht werden, die die Abgebildeten bloßstellen oder herabsetzen. Es reicht jedoch nicht, dass der oder die Abgebildete sich auf dem Bild hässlich findet. Die Bloßstellung muss objektiv nachvollziehbar sein.

Generell sollten die Abgebildeten immer vor einer Veröffentlichung gefragt werden. Das ist eine Frage des gegenseitigen Respekts und sollte in unserer Gesellschaft zum Standard werden.

### **Wie kann ich ein Bild meines Kindes entfernen lassen?**

Finden Sie heraus, auf welcher Website das Bild veröffentlicht wurde (z.B. über die Google-Suche nach dem Namen des Kindes oder die umgekehrte Bildersuche). Bitten Sie die Website-Betreiber\*innen, das Bild zu entfernen. Sollte das nicht passieren, können Sie sich bei der Internet-Ombudsstelle Hilfe holen [www.ombudsstelle.at](http://www.ombudsstelle.at).

### **In der Schule meines Kindes tauchen immer wieder Nacktbilder von Mitschüler\*innen auf. Wie kann ich mein Kind davor bewahren, diesen Fehler zu machen?**

Holen Sie sich bei [www.sextalks.at](http://www.sextalks.at) weitere Informationen zum Thema „Sexualität und Internet“ und seien Sie darauf gefasst, dass sich in dem Bereich in den letzten Jahren viel verändert hat. Machen Sie Ihr Kind darauf aufmerksam, dass einmal gemachte Bilder und Filme auch in fremde Hände kommen können und sich sehr schnell verbreiten. Die Bilder können außerdem Jahre später wieder im Internet auftauchen und z.B. bei der Jobsuche oder in privaten Beziehungen schaden. Auch das Weitersenden von freizügigen Bildern kann rechtliche Folgen für Ihr Kind haben. Wenn sie verbreitet werden, kann dies als Kinderpornografie gewertet werden und strafbar sein.

## CYBER-MOBGING - WAS TUN?

Mobbing ist kein neues Phänomen, bekommt aber durch Smartphones und das Internet eine neue Dimension.

- Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber und zeigen Sie so, dass es jederzeit mit Ihnen reden kann. Mobbing kann vor allem dann zu einem großen Leidensdruck führen, wenn sich Kinder niemandem anvertrauen können.
- Achten Sie sensibel auf mögliche Verstörungen Ihres Kindes im Zusammenhang mit Handy- und Internetaktivitäten.
- Verurteilen Sie Ihr Kind nicht, sondern zeigen Sie, wie man aus Fehlern gemeinsam lernen kann.
- Besprechen Sie gemeinsam, was Ihr Kind im Internet und mit dem Handy tut. Überlegen Sie neue Regeln, wenn Sie gemeinsam zu dem Schluss kommen, dass das bisherige Verhalten Belästigungen erleichtert haben könnte.
- Reagieren Sie nicht mit einem Handy- oder Internetverbot. Wenn Kinder Opfer von Schikanen werden, ist eine Bestrafung nicht sinnvoll.
- Sichern Sie Beweise.
- Versuchen Sie die Täter\*innen ausfindig zu machen. Niemand ist anonym im Netz. Je nach Art der Belästigung kann auch die Polizei eingeschaltet werden.
- Kontaktieren Sie die Eltern des Täters oder der Täterin (falls bekannt) und die Schule und fordern Sie ein gemeinsames Gespräch.
- Sorgen Sie dafür, dass negative Inhalte, die Ihr Kind betreffen, gelöscht werden.

### **Beratung & Hilfe:**

Landesschulrat NÖ,  
Schulpsychologie  
[www.bildung-noe.gv.at/Schule-und-Unterricht/Schulpsychologie0](http://www.bildung-noe.gv.at/Schule-und-Unterricht/Schulpsychologie0)

Kinder- und Jugendanwaltschaft NÖ  
[www.kija-noe.at](http://www.kija-noe.at)

Fachstelle für Gewaltprävention NÖ  
[www.gewaltpraevention-noe.at](http://www.gewaltpraevention-noe.at)

### Informationen:

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

## FASZINATION COMPUTERSPIELE

---

Viele Faktoren machen die Faszination von digitalen Spielen aus. Im Gegensatz zu einem Buch oder Film sind Computerspiele interaktiv, die Spieler\*innen können also aktiv ins Geschehen eingreifen und den Verlauf steuern. Computerspiele sind spannend und halten die Balance zwischen Lust und Frust. Auch Kommunikation ist mittlerweile bei vielen Spielen ein zentraler Bestandteil. Außerdem erlauben die Spiele einen Rückzug aus der Realität. Gerade für Jugendliche kann das Spielen mit unterschiedlichen Möglichkeiten der Selbstinszenierung ein wichtiger Schritt in ihrer Entwicklung sein und ihnen eine Bestätigung geben, die sie im realen Leben nicht erhalten.

Oft wissen Eltern gar nicht, welche Spiele ihre Kinder spielen. Interessieren Sie sich dafür und lassen Sie sich zeigen, wie das Spiel funktioniert. Vielleicht werden Sie das Computerspielen Ihres Kindes nachher aus einem anderen Blickwinkel sehen.

Weitere Tipps zu Spielen bekommen Sie auf [www.bupp.at](http://www.bupp.at) oder [www.fachstelle-enter.at](http://www.fachstelle-enter.at).



## COMPUTERSPIELE: WAS WIRD GESPIELT?

Bei **Denk- und Geschicklichkeitsspielen** werden Rätsel gelöst. Das Hauptaugenmerk liegt auf Gedächtnisleistungen, Kombinationsvermögen oder strategischem Überlegen. Das gemeinsame Spielen steht bei **Partyspielen** im Vordergrund. Dabei wird gesungen, getanzt oder gemeinsam gequizzt. Bei **Strategiespielen** geht es um Planung und Taktik. Vorbilder dieses Genres sind Brettspiele wie Schach.

In einem **Action-Adventure** steuert der/die Spielende eine interaktive Geschichte und hat dort neben Springen und Kämpfen auch Rätsel zu lösen. Einige Spiele bieten eine große Bewegungsfreiheit innerhalb einer freien Umgebung und vereinen zusätzlich Rollenspiel, Shooter und Fahrzeugsimulation.

In **Simulationen** wird versucht, die Realität spielbar abzubilden. Typische Vertreter sind Fahr- und Flugsimulationen, aber auch Spiele, die gesellschaftliche Strukturen simulieren, erfreuen sich großer Beliebtheit. Verschiedenste Sportspiele werden möglichst realitätsnah nachgespielt. Auch bei diesem Genre bietet das gemeinsame Spielen eine besondere Faszination. Spiele für „Wii“, „Move“ oder „Kinect“ aktivieren auch die Bewegung der/des Spielenden.

Bei einem **Rollenspiel** schlüpft ein Spieler oder eine Spielerin in eine bestimmte Rolle und hat dort verschiedene Aufgaben zu erfüllen. Ein Risiko dieser Spiele ist der häufig hohe Zeitaufwand.

Gerade Erwachsene erschrecken, wenn sie **Shooter** sehen, da es vordergründig lediglich um Schießen und Morden geht. Fragt man die jugendlichen Spieler\*innen über ihre Motivation, dann geht es aber vor allem um das gemeinsame Spielen sowie um Strategie und Taktik. **Man sollte gerade bei Shooterspielen auf die empfohlenen Altersangaben achten!**

## SPIELDAUER

### **Wie lange soll ich mein Kind täglich spielen lassen?**

Bei Jugendlichen sind pauschale Angaben nicht sinnvoll. Wichtiger ist, dass die (schulischen) Verpflichtungen erledigt werden und auch Zeit für andere Hobbys, Familie und Freund\*innen bleibt.

### **Mein Kind spielt seit zwei Wochen täglich mehrere Stunden dasselbe Spiel - ist es computersüchtig?**

Auch ein vorübergehender, übermäßiger Konsum ist noch keine Sucht (siehe Seite 7). Gerade ein neues Spiel lädt dazu ein, es intensiv auszutesten - oft lässt die Faszination dann rasch nach und die Spielzeit verringert sich wieder. Sprechen Sie auch in dieser Situation früh mit Ihrem Kind und versuchen Sie, die Motive für den Konsum zu erforschen. Beobachten Sie die Spielzeit und begrenzen Sie diese, falls andere Verpflichtungen vernachlässigt werden.

Wichtig ist es, dass Ihrem Kind außer dem Computerspielen Alternativen zur Verfügung stehen, um mit Stress und negativen Gefühlen umgehen zu können (z.B.: Sport oder andere Hobbys).



## GEWALTTÄTIGE SPIELE



### Mein Sohn spielt gewalttätige Computerspiele, muss ich mir Sorgen machen?

Diese Frage wird kontrovers diskutiert. Gewalthandlungen im Fernsehen anzuschauen oder gewalthaltige PC-Spiele zu spielen, bedeutet nicht zwangsläufig, dass man zum\* zur Gewalttäter\*in wird. Fakt ist aber, dass das keine Studie eindeutig beweisen kann. Wenn Sie als Eltern ein Spiel nicht gut finden, Ihr Kind jedoch fasziniert ist, wird ein Verbot nur kurzfristig etwas bringen. Viel wichtiger ist es, Ihre Bedenken Ihrem Kind gegenüber zu äußern und gemeinsam darüber zu diskutieren. Versuchen Sie zu verstehen, was die Faszination für Ihr Kind ausmacht. Beim Kauf von Spielen sollten Sie auf die PEGI-Kennzeichnung achten. Diese gibt Auskunft über die Altersstufe und mögliche nicht jugendfreie Inhalte. Hilfreiche Informationen über Computerspiele finden Sie auf: [www.bupp.at](http://www.bupp.at) oder [www.fachstelle-enter.at](http://www.fachstelle-enter.at).

### PEGI-System

Die Kennzeichnungen geben Hinweis darauf, ob das Spiel nach Gesichtspunkten des Jugendschutzes für eine Altersgruppe geeignet ist oder nicht. Der Schwierigkeitsgrad des Spiels oder die für das Spielen erforderlichen Fähigkeiten werden bei der Vergabe der Altersempfehlung nicht berücksichtigt. [www.pegi.info](http://www.pegi.info)



## TIPPS FÜR ELTERN

### **Vereinbaren Sie Regeln zur Nutzung von Computerspielen!**

- Die Regeln sollten altersabhängig gestaltet sein, aber auch die individuelle Entwicklung Ihres Kindes berücksichtigen.
- Wenn festgelegte Zeiten überschritten werden, reagieren Sie nicht gleich mit Wegnahme des Spiels, sondern überlegen Sie sich angemessene Konsequenzen.

### **Hinschauen und handeln!**

Wenn Ihr Kind Spiele spielt, die Sie als gefährlich oder gewalttätig betrachten oder wenn Sie sich wegen des Medienkonsums Ihres Kindes Sorgen machen:

- Reden Sie mit Ihrem Kind darüber!
- Fragen Sie nach, um was es in dem Spiel geht und warum es Ihr Kind fasziniert.
- Probieren Sie das Spiel selbst einmal aus!
- Erarbeiten Sie mit Ihrem Kind medienfreie Alternativen!

### **Fotocredits**

Titelseite: © Kaesler Media - stock.adobe.com  
Seite 3: © peshkova - stock.adobe.com  
Seite 4: © adimas - stock.adobe.com  
Seite 6: © lassedesignen - stock.adobe.com  
Seite 8-9: © Alena Ozerova - stock.adobe.com  
Seite 10: © wideonet - stock.adobe.com  
Seite 12-13: © Markus Bormann - stock.adobe.com  
Seite 15: © MclittleStock - stock.adobe.com  
Seite 16-17: CCO Pixaline - pixabay.com  
Seite 18: © okolaa - stock.adobe.com  
Seite 20: © Mediacamp - Supro  
Seite 22: © grafikplusfoto - stock.adobe.com  
Seite 24: © mariesacha - stock.adobe.com  
Seite 25: © guerrieroale - stock.adobe.com; www.pegi.info  
Seite 28: © Valua Vitaly - stock.adobe.com

## WO BEKOMME ICH HILFE?

Sollten Konflikte und Probleme rund um den Umgang mit Medien auftauchen, können Sie sich an folgende Stellen wenden:

### **Projekte und Informationsveranstaltungen**

Fachstelle für Suchtprävention NÖ  
Brunngasse 8  
3100 St. Pölten  
02742-31 440  
office@fachstelle.at  
www.fachstelle.at

### **Suchtberatungen**

Suchtberatung Baden (API)  
Helenenstraße 40/4/41, 2500 Baden  
01-88010-1370  
baden@api.or.at

Suchtberatung Mistelbach (PSZ)  
Hauptplatz 7-8, 2130 Mistelbach  
02572-203 27  
office.sucht.2130@psz.co.at

Suchtberatung St. Pölten (Caritas)  
Brunngasse 23, 3100 St. Pölten  
0676-83844 581  
suchtberatung@stpoelten.caritas.at

Suchtberatung Wiener Neustadt (API)  
Grazer Straße 71/3. Stock/Top 7, 2700 Wr. Neustadt  
01-88010-1380  
wr.neustadt@api.or.at

[www.feel-ok.at](http://www.feel-ok.at)  
Internetplattform für Eltern, Pädagog\*innen und Jugendliche mit Informationen zu verschiedensten Themen



- Regeln für die Mediennutzung gemeinsam festlegen!
- Interessieren Sie sich, wie Ihr Kind Medien nutzt!
- Offene Gespräche sind besser als Filtersoftware!
- Jugendliche brauchen medienkompetente Vorbilder!
- Vorsicht mit privaten Daten im Netz!
- Begleiten ist besser als verbieten!
- Beachten Sie Altersfreigaben!



## Tipps für Eltern



**fachstelle nö**  
suchtprävention · sexualpädagogik  
Brunngasse 8, 3100 St. Pölten  
02742 - 31440  
office@fachstelle.at  
www.fachstelle.at