



10 goldene Regeln zur Bildschirmspielnutzung

1. Klare Regeln und partnerschaftliche Einigkeit von klein auf!

Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind klare Regeln und Zeiten zur Computer-, Tablet-, Handy-, Smartphone-, oder Spielkonsolennutzung. Achten Sie auf die Einhaltung dieser Abmachung.

2. Der Familienrat und der Medienvertrag zum vertragen

Die Internetseiten <http://schau-hin.info> und www.internet-abc.de bieten dazu praktische **Medienregeln und einen Medienvertrag für Familien.**

Anleitung und Regeln zum **Familienrat** finden Sie unter: www.familienhandbuch.de

3. Kenntnis über die vielfältigen Genre der Spiel- und Lernsoftware

Machen Sie sich selbst mit Spiel- und Lernsoftware vertraut, um Ihrem Kind geeignete Spiele nahe bringen zu können. Beispielsweise können Spiele-Apps Schad- und Spionageprogramme enthalten, hohe Kosten verursachen, ungeeignete Inhalte besitzen, emotionalen und sozialen Gruppendruck aufbauen oder Fremdkontakte zulassen. Hier hilft eine gezielte Suchanfrage über das Internet.

Videos/Beschreibungen und Einschätzungen zu den wichtigsten Bildschirmspielen finden Sie z. B. unter www.spieleratgeber-nrw.de oder der Zeitschrift "Spiel- und Lernsoftware pädagogisch beurteilt", die unter www.stadt-koeln.de oder www.klicksafe.de zu bestellen ist.

Weitere Infos und geeignete Spiele: www.internet-abc.de, www.klicksafe.de, www.schau-hin.info.

Der Elternmedienpass macht Sie fit, unter: <http://schau-hin.info/sh-medienpass.html>

4. Alterskennzeichnung

Achten Sie bei Computer- und Bildschirmspielen auf die Alterskennzeichnung nach dem Jugendschutzgesetz. Sie dient Ihnen als Orientierungshilfe. Über die Altersfreigabe können Sie sich bei der Unterhaltungssoftware Selbstkontrolle (www.usk.de) informieren. Diskutieren sie mit ihrem Kind über die Nutzung problematischer Spiele und vertreten sie dabei Ihre partnerschaftliche Meinung. Gerade Kinder und jüngere Jugendliche können im Umgang mit gewalthaltigen oder sexistischen Spielehandlungen schnell überfordert sein oder oft noch nicht klar genug zwischen Realität und Fiktion unterscheiden.

5. Gemeinsam spielen

Sicherlich spielen Sie von klein auf mit ihrem Kind immer wieder einmal gemeinsam, ab und zu auch am Bildschirm. Sprechen Sie dabei über geeignete und nicht geeignete Spiele. Lassen Sie sich von Ihrem Kind die Bildschirmspiele erklären, die es gerne nutzt und spielen darf oder möchte. Ihrem Kind wird es dabei Spass bereiten, auch Ihnen einmal etwas beibringen zu können. So kommen Sie vielleicht in ein gutes Familiengespräch oder eine konstruktive Diskussion zum Spiel.

6. Beobachten und sich fragen:

Mit wem, wo, wie oft, warum und wie lange nutzt mein Kind welche Bildschirmspiele?

7. Kein Missbrauch des elektronischen Bildschirms!

Benutzen Sie den Bildschirm nicht als Belohnungs- oder Bestrafungsmittel und als Babysitter.

8. Erfahrungsaustausch

Tauschen Sie sich mit anderen Eltern regelmäßig über Ihre Erfahrungen zu Bildschirmspielen aus.

9. Ausgleich

Sorgen Sie für geistigen und körperlichen Ausgleich. Bieten Sie Ihrem Kind attraktive Alternativen.

10. Ihre Vorbildfunktion hat eine große Wirkung!

Wie sind Ihre eigenen Nutzungsgewohnheiten vor dem Bildschirm? Was leben Sie Ihrem Kind vor?