

Siehe diese und weiter Infos unter:  
[www.bzga.de](http://www.bzga.de)


### Über Computernutzung sprechen




#### Miteinander reden – Ansätze für zu Hause

Jugendliche können sich zu selbstbewussten und gesunden Erwachsenen entwickeln, wenn ihre Eltern über ihre Aktivitäten und Kontakte informiert sind und ihnen gleichzeitig Gestaltungsspielräume zugestehen. Dafür müssen Jugendliche und Eltern miteinander reden. Da dies nicht immer so einfach ist, finden Sie hier einige themenspezifische Vorschläge, wie Sie ein solches Gespräch in Bezug auf Computer und Internet gestalten können.


Auch wenn Sie die große Faszination für Computer und Internet vielleicht bei sich selbst nicht verspüren, sollten Sie sich darüber im Klaren sein, dass Ihrem Kind das Thema wichtig ist. Wenn Sie Interesse für die Begeisterung der Jugendlichen für die Computerwelt zeigen, führt dies in der Regel zu einem guten Gespräch. Ihr Kind fühlt, dass es ernst genommen wird und öffnet sich.

 Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, was es an den Spielen bzw. den Internetangeboten gut findet und wie auch seine Freunde diese Bereiche finden. Lassen Sie sich erklären, warum es für Ihr Kind so wichtig ist, diese Medien zu nutzen.


Am Miteinander zwischen Eltern und ihren pubertierenden Kindern im Alltag ist oft auch die Qualität der Beziehung zueinander abzulesen. Ist die Kommunikation miteinander eher oberflächlich? Wissen alle, was die anderen Familienmitglieder gerade beschäftigt? Finden Gespräche miteinander nur flüchtig statt oder gibt es intensivere Begegnung und gemeinsamen Austausch?

 Für einen vertrauensvollen Umgang ist es unter anderem wichtig, dass Sie sich füreinander Zeit nehmen. Gemeinsame Gewohnheiten, z. B. eine gemeinsame Mahlzeit am Tag, ohne Fernseher oder Telefon geben allen Familienmitgliedern die Möglichkeit, sich miteinander zu besprechen.

Falls Sie selbst wenig Interesse oder Kenntnisse an Computerspielen oder Internet haben: Erzählen Sie Ihrem Kind, wie Sie Computer und Internet sehen. Dabei können Sie ruhig Ihre eigene Haltung klar darstellen, z. B. wenn Sie unsicher sind, was die Nutzung des Internets betrifft. Oder dass Sie befürchten, dass Sie etwas falsch machen oder alles löschen, wenn Sie auf eine falsche Taste drücken.

 Gestehen Sie Ihrem Kind zu, dass es auf dem Gebiet der Computer- und Internetnutzung möglicherweise mehr Ahnung hat als Sie selbst. Das schafft eine positive und anerkennende Grundstimmung und ermöglicht einen gegenseitigen Austausch.

Falls Sie selbst im Umgang mit Computern und Internet „fit“ sind: Machen Sie Ihrem Sohn oder Ihrer Tochter Ihre Haltung klar und geben Sie ihm oder ihr so die Möglichkeit, sich an Ihren Einstellungen zum Computer- und Internetgebrauch zu orientieren.

 Wenn Sie z. B. der Meinung sind, dass auf Ihrem Computer zuhause bestimmte Internetbereiche für Jugendliche durch ein Schutzprogramm gesperrt werden sollten oder dass Jugendliche vorsichtig sein müssen mit der Preisgabe persönlicher Daten, sollten Sie das miteinander besprechen. Auch gegensätzliche Ansichten können einmal bestehen bleiben.

Der Computer ist in vielen Fällen eher die Welt der Jugendlichen – Eltern, die sich für diese Welt interessieren und nachfragen, können ihre Kinder aber trotzdem unterstützen und ihnen bei der Orientierung helfen.