Medien in der Familie
Regeln finden – Streit vermeiden

www.mediennutzungsvertrag.de

Prominente Unterstützung durch

Ralph Caspers

© Johannes Haas

„Mit Verträgen kann man nicht früh genug anfangen. Mit dem Mediennutzungsvertrag regeln Eltern und Kinder einen wichtigen Teil Ihres Familienlebens.“

klicksafe wird kofinanziert von der Europäischen Union.

klicksafe

internet-abc

Warum ein Mediennutzungsvertrag?

Kennen Sie das? Es gibt Ärger, weil Ihr Sohn zu lange vor dem Bildschirm sitzt oder weil Ihre Tochter beim Essen auf ihr Smartphone schaut. Aber auch Sie als Eltern haben eine wichtige Vorbildfunktion und Verantwortung, wenn es um die Mediennutzung in Ihrer Familie geht.

Um Streit oder Diskussionen über die Smartphone-, Computer-, Fernseh- oder Internetnutzung zu vermeiden, kann ein gemeinsam und frühzeitig erstellter Mediennutzungsvertrag helfen. Denn dann ist klar, was erlaubt ist und was nicht.

Bei einem Mediennutzungsvertrag sollten nicht nur Nutzungszeiten und die Art der erlaubten Inhalte im Vordergrund stehen. Denn: Medienerziehung ist weit mehr! Beispielsweise sind auch Regeln zum Umgang mit persönlichen Daten oder zu Downloads wichtig. Zudem sollte der Vertrag regelmäßig geprüft und entsprechend den Erfahrungen und dem Entwicklungsstand Ihres Kindes angepasst werden. So können Sie immer mehr Freiheiten an Ihr Kind abgeben und es Schritt für Schritt auf dem Weg zu einer eigenverantwortlichen Mediennutzung begleiten. Weitere Tipps zur Erstellung des Vertrags finden Sie in diesem Flyer.

www.mediennutzungsvertrag.de Auf einen Blick

1. Unterschiedliche Design- und Regelvorlagen für die beiden Altersgruppen 6–12 Jahre und +12 Jahre.
2. Vorbereitete Regeln für Kinder, Jugendliche und Eltern zu Nutzungszeiten, Handy/Smartphone, Internet, Fernsehen/Filme und Bildschirmspielen.
3. Alle Regeln können frei überarbeitet und es können neue Regeln erstellt werden.
4. Vertrag kann gespeichert, als PDF ausgedruckt und über einen Zahlencode für Anpassungen jederzeit wieder aufgerufen werden.

Neugierig? Dann probieren Sie es doch gemeinsam mit Ihrem Kind unter **www.mediennutzungsvertrag.de** aus! Dort findet sich auch ein **Film**, der die wichtigsten Funktionen noch einmal genau erklärt.

Herausgeber: Der Flyer wurde in Kooperation von der EU-Initiative klicksafe (**www.klicksafe.de**) und dem Projekt Internet-ABC – Das Portal für Kinder, Eltern und Pädagogen (**www.internet-abc.de**) erstellt.

internet-abc

Das Internet-ABC ist ein spielerisches und sicheres Angebot für den Einstieg ins Internet. Hinter dem Projekt steht der gemeinnützige Verein Internet-ABC, dem unter Vorsitz der Landesanstalt für Medien NRW alle 14 Landesmedienanstalten angehören. Die Projektplattform Internet-ABC wird vom Verein Internet-ABC e. V. in Zusammenarbeit mit dem Grimme-Institut, Marl, umgesetzt.

klicksafe

klicksafe ist das deutsche Awareness Centre im Digital Europe Programm der Europäischen Union und wird verantwortet von der Medienanstalt Rheinland-Pfalz.

Verantwortlich im Sinne des Presserechts (ViSdP): Mechthild Appelhoff, Autor: Martin Müsgens

Überreicht von:

LANDESANSTALT FÜR MEDIEN NRW
Der Meinungsfreiheit verpflichtet.

Landesanstalt für Medien NRW
Zollhof 2
40221 Düsseldorf
T +49 (0)211 / 77 00 7 - 0
F +49 (0)211 / 72 71 70
nrw-internet-abc@medienanstalt-nrw.de

Stand: August 2024

Tipps für die Erstellung und Verwendung von Mediennutzungsverträgen:

Mediennutzungsverträge sollten frühzeitig eingeführt werden
Je früher Verträge erstellt werden, desto selbstverständlicher sind die Regeln für Ihr Kind. Unmittelbar nach einem Streit ist es meist wenig hilfreich, gemeinsam passende Regeln aufzustellen. Für ältere Jugendliche sind Mediennutzungsverträge dagegen nicht mehr der passende Weg.

Regeln entstehen gemeinsam
Wir empfehlen, den Mediennutzungsvertrag gemeinsam mit Ihrem Kind zu erstellen. So merkt Ihr Kind, dass Sie es ernst nehmen und die Regeln nicht einfach vorgeben. Beachten Sie: Jüngere brauchen mehr, Ältere weniger Anleitung. Wenn Sie im Vertrag auch Elternregeln einfügen (Elternregeln: 👫; Kinderregeln: 🧍), erlebt Ihr Kind den Vertrag nicht als einseitige Vorgabe und kann die Regeln leichter akzeptieren.

Regeln sollen keine Ängste erzeugen
Angst vor Verboten kann dazu führen, dass Ihr Kind Probleme mit Internet, Smartphone, Filmen oder Computerspielen versucht, alleine zu lösen.

Tipp: Betonen Sie, dass ungewollte Regelverstöße nicht zu Verboten führen. Erklären Sie Ihrem Kind, dass es sich bei allen Fragen und Problemen an Sie wenden kann und bleiben Sie im Gespräch.

Kompromisse finden und Einschränkungen begründen
An vielen Stellen können Kompromisse ausgehandelt werden. Gleichzeitig sollte Ihr Kind verstehen, dass Sie als Eltern an einigen Stelle auch allein entscheiden! Wenn Sie Ihrem Kind die Einschränkungen erklären, fühlt es sich ernst genommen und kann die Regeln im Allgemeinen besser nachvollziehen und akzeptieren.

Bei Verträgen ist weniger meist mehr
Mediennutzungsverträge sollten **maximal zwei Seiten** lang sein, sonst werden sie schnell unübersichtlich. Manche Regeln betreffen mehrere Bereiche (Internet, Smartphone etc.), daher unser

Tipp: Prüfen Sie zunächst die **allgemeinen Regeln (§)**. Im Anschluss ergänzen Sie weitere Regeln für Internet, Smartphone usw.

Jede Familie ist anders
Die vorgegebenen Regeln sollen lediglich eine Hilfestellung sein.
So kann jede Regel für Ihre Familie angepasst oder ganz neue Regeln erstellt werden.

Klare und verhältnismäßige Konsequenzen verabreden
Überlegen Sie gemeinsam, was passiert, wenn Ihr Kind Regeln nicht einhält. Gerade am Anfang müssen Regeln erst eingeübt werden und selten klappt alles sofort. Wenn Regeln aber bewusst und wiederholt nicht eingehalten werden, kann auch mal ein vorübergehendes Internet-, Fernseh- oder Spielverbot eine Möglichkeit sein. Außerhalb des Mediennutzungsvertrags raten wir davon ab, Medien zur Belohnung oder Bestrafung einzusetzen! Denn dann erhalten Medien vielfach einen ungewollt großen Stellenwert im Leben Ihres Kindes.

Vertrag ausdrucken und sichtbar platzieren
Wenn der Vertrag gut sichtbar an passender Stelle aufgehängt oder platziert wird, hat Ihr Kind die Regeln immer im Blick.

Bieten Sie Alternativen an
Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, was es in seiner Freizeit gerne machen würde und bieten Sie Alternativen zur Mediennutzung an. So entsteht in „medienfreien“ Zeiten keine Langeweile und Medien bekommen keine zu große Bedeutung.

Konflikte aushalten
Regeln schaffen einen Rahmen, an dem sich Kinder orientieren können, nehmen aber auch Freiheiten. Entsprechend kann Medienerziehung und das Vereinbaren von Regeln mit Konflikten verbunden sein. Aber nur wenn Sie als Eltern konsequent sind, eine klare Position beziehen und Konflikte aushalten, können sich Regeln und Vereinbarungen in der Familie langfristig durchsetzen.

Linktipps:

www.klicksafe.de/medienerziehung
Der Themenbereich von klicksafe möchte Eltern bei der Medienerziehung ihrer Kinder unterstützen. Eltern mit Kindern bis 10 Jahren begleitet klicksafe bei den ersten Schritten ihrer Kinder im Netz und gibt unter anderem Tipps zu angemessenen Nutzungszeiten sowie Infos über altersgerechte Webseiten und Apps. Auch Eltern mit Kindern ab 10 Jahren finden Informationen zum sicheren Surfen im Internet. Außerdem werden konkrete Elternfragen rund um Smartphones, soziale Netzwerke, Apps und digitale Spiele beantwortet sowie passende Materialien und Links vorgestellt.

www.internet-abc.de/eltern
Das Internet-ABC bietet Orientierung für die Medienerziehung zuhause. Auf der Elternseite werden alltägliche Fragen zur Mediennutzung von Kindern beantwortet. Hier finden sich hilfreiche Informationen zu aktuellen Themen sowie Tipps und Empfehlungen der Internet-ABC-Experten zu Bildschirmzeiten oder dem kindersicheren Umgang mit PC, Tablet und Smartphone. Ausgewählte und geprüfte Linktipps für Schule und Freizeit geben Einstiegspunkte für die ersten gemeinsamen Schritte ins Netz. Eine umfangreiche Spieledatenbank bietet Unterstützung auf der Suche nach passenden, altersgerechten Medien.

www.medien-kindersicher.de
Das Portal informiert mit Schritt-für-Schritt-Anleitungen darüber, wie Eltern die Geräte kindersicher machen können.

www.handysektor.de
Der Handysektor ist eine unabhängige Anlaufstelle für Jugendliche für den digitalen Alltag – mit vielen Tipps, Informationen und kreativen Ideen zu Smartphones, Tablets und Apps.

www.nummergegenkummer.de
Die Nummer gegen Kummer ist ein kostenloses und anonymes Beratungsangebot im Internet für Kinder und Jugendliche sowie auch Eltern.

www.juuuport.de
Eine bundesweite Online-Beratungsplattform für junge Menschen, die von Gleichaltrigen bei Online-Problemen unterstützt werden.

www.schau-hin.info
Portal rund um Medienerziehung und den Familienalltag mit Medien.

www.spieleratgeber-nrw.de
Der pädagogische Ratgeber zu Computer- und Videospielen ist ein Angebot der Fachstelle für Jugendmedienkultur NRW. Neben einer Beurteilung von gängigen Spielen (u. a. durch jugendliche Kritiker) gibt es Infos zu Projekten, Forschung oder Literatur.