

# HALT DICH DRAN!



## Mediennutzungsvertrag



### Erstelle für Mediennutzung in der Familie den Mediennutzungsvertrag

Wer rechtzeitig Regeln gemeinsam in der Familie abspricht, sorgt für Klarheit und hat später weniger Ärger.

Kinder, Jugendliche und Erwachsene müssen sich daran halten. Feste Absprachen sind auch für Jugendliche sinnvoll, um Konflikte zu verhindern.

Überlegt eigene Regeln zur Mediennutzung auf der Seite [www.mediennutzungsvertrag.de](http://www.mediennutzungsvertrag.de)





# MEDIEN IM GRIFF

## 12 goldene Medien-Regeln von Felix Behl



1. Mediengeräte gehören in Familienräume. Starten Sie mit Familiengeräten, die Sie auch nutzen.
2. Eigenverantwortlich mit dem Smartphone können frühestens (!) Jugendliche umgehen.
3. Versuchen Sie die Faszination zu verstehen und halten Sie Kontakt. Besuchen Sie die Lebensräume im Netz.
4. Sprechen Sie mit Ihrem Kind wiederholt über die Schattenseiten der Mediennutzung, wie gezielte Falschmeldungen, angstmachende Inhalte oder Pornographie, ohne Smartphone und Co grundsätzlich zu verteufeln.
5. Klären Sie Ihr Kind über die Problematiken von Urheberrechtsverstößen und Abmahnungen auf.
6. Bieten Sie Alternativen außerhalb des Medienkonsums, Unterstützen Sie aktiv Interessen in Vereinen und Sport.
7. Tauschen Sie sich mit anderen Eltern über Ihre (Medien-)Erziehungskonzepte aus.
8. Stellen Sie in Absprache miteinander Regeln auf und setzen Sie entsprechende Grenzen.
9. Problematisch ist nicht allein die Dauer der Mediennutzung. Und was fällt dadurch weg?
10. Überdenken Sie Ihr eigenes Medienverhalten, Sie sind das größte Vorbild Ihres Kindes.
11. Durchbrechen Sie 24/7-Verfügbarkeit durch medienfreie Anlässe und Zeiten (z.B. medienfreie Hausaufgabenzeit oder in der Nacht).
12. Kaufen Sie Ihrem Kind einen Wecker und eine Taschenlampe, damit es am Bett kein Smartphone benötigt. Nachts gehören Smartphones nicht ins Kinder- oder Jugendzimmer. Die meisten problematischen, verstörenden oder strafbaren Inhalte werden zu später Stunde erstellt oder weitergeleitet.