

## 10 Tipps für Eltern

- 1. Genießen Sie die gemeinsame Zeit.** Legen Sie Ihr Handy beim Spielen mit Ihrem Kind zur Seite und schenken Sie ihm Ihre volle Aufmerksamkeit. Sie werden diese exklusiven Momente früh genug missen.
- 2. Seien Sie ein gutes Vorbild.** Ihr Kind lernt von Ihnen und ahmt nach, was Sie tun. Zeigen Sie Ihrem Kind von Anfang an, wie man auch ohne Handy und andere digitale Geräte mit Langeweile umgehen kann.
- 3. Machen Sie die Geräte kindersicher.** Wählen Sie wenige, gute Angebote für Ihr Kind aus. Sperren Sie In-App-Käufe und Content-Dienste, um ungeplante Kosten zu verhindern.
- 4. Wählen Sie geeignete Apps.** Diese sollen Ihr Kind in seiner Entwicklung unterstützen, anregen und sicher sein. Dabei sind kostenpflichtige Apps für Ihr Kind oft besser, da Datenmissbrauch und Werbung weniger wahrscheinlich sind.
- 5. Stellen Sie klare Regeln auf.** Diese können z. B. den zeitlichen Umfang, den Zeitpunkt und die genutzten Inhalte betreffen. Achten Sie auf die Einhaltung der Regeln. Wichtig ist, dass Ihr Kind diese nachvollziehen und befolgen kann. Um die Akzeptanz zu erhöhen, hilft es, auch für Eltern Regeln aufzustellen.
- 6. Nutzen Sie digitale Medien nicht als Babysitter.** Zögern Sie bei den Allerjüngsten die Nutzung digitaler Medien möglichst hinaus. Setzen Sie diese dann auch nur in Ausnahmen zur Beruhigung und bei Langeweile ein.
- 7. Ausgewählte Fotos nur an bestimmte Kontakte schicken.** Überlegen Sie gut, bevor Sie Fotos Ihres Kindes über WhatsApp, Instagram und andere soziale Netzwerke verbreiten. Akzeptieren Sie ein „Nein“ Ihres Kindes, wenn dieses nicht fotografiert werden möchte und fragen Sie es, bevor Sie ein Foto über WhatsApp oder andere Plattformen teilen.
- 8. Achten Sie auf Zeichen.** Wann ist Ihrem Kind das Spielen/Videoschauen zu viel? Wenn Sie merken, dass Ihr Kind unruhig wird oder von der Mediennutzung überfordert ist, schreiten Sie ein. Bieten Sie konkrete Alternativen an und unterstützen Sie so Ihr Kind.
- 9. Bleiben Sie ruhig.** Streiten will gelernt sein, nicht aus allem muss ein Drama werden. Erklären Sie Ihrem Kind Ihre Bedenken – es ist wichtig, dass Ihr Kind versteht, warum es gewisse Dinge nicht tun darf.
- 10. Haben Sie Spaß.** Vergessen Sie nicht, dass die Mediennutzung vor allem eines für Sie und Ihr Kind bedeuten sollte: Spaß. Erforschen Sie das Angebot gemeinsam mit Ihrem Kind. So haben Sie automatisch auch ein besseres Bild von dem, was Ihr Kind in der Online-Welt macht.