



# Checkliste Kooperation

## Womit können Eltern das Medienkonzept der Schule zuhause unterstützen?

- Seien Sie ein gutes **Vorbild**.
- Erziehung geschieht über **Beziehung**: Sorgen Sie für eine verständnisvolle und vertrauensvolle Beziehung.
- Veranstalten Sie **regelmäßig** Spieleabende oder "Kreativabende" bzw.
- Sorgen Sie für feste wöchentliche **medienfreie Tage**.
- Sorgen Sie für eine gute Atmosphäre zu Hause.
- Führen Sie **regelmäßig Gespräche** mit Ihrem Kind! Sprechen Sie u.a. über die Anwendungen, die das Kind am Handy nutzt (Spiele, WhatsApp, Youtube usw.)
  - Bewerten Sie es nicht sofort. Machen Sie sich zuerst ein Bild und zeigen Verständnis.
  - Sagen Sie Ihre Meinung (zuerst Positives)
- Vereinbaren Sie (am besten zusammen mit den Kindern) **Regeln** und **feste Zeiten**, in dem das Handy genutzt werden darf wie z. B.:
  - Kind bekommt Handy nur zu bestimmten Zeiten.
  - Handy nur am Wochenende
  - Kein Handy während Hausaufgaben, Essenszeiten usw.
  - Abends wird Handy an einen bestimmten Platz gelegt (Handy-Garage?)
  - **Familienregeln für alle!**
- Vereinbaren Sie **Konsequenzen**. Hilfe: [www.mediennutzungsvertrag.de](http://www.mediennutzungsvertrag.de)
- Reflektieren Sie in der Familie das Thema Sucht anhand eines **Suchttests** <http://www.phonesmart-share.de/eltern.html>
- Lassen Sie Kinder schätzen wie oft sie in **WhatsApp Nachrichten** gesendet oder empfangen haben. Sehen Sie im Anschluss unter Einstellung von WhatsApp nach den tatsächlichen Zahlen.
- **Klingeltöne** und **Summ Geräusche** für Erhalt von Nachrichten deaktivieren

## Technische Eingriffe

- Reduzieren Sie die Verfügbarkeit des Handys und weiterer Neue Medien mit Hilfe von technischen Eingriffen altersgerecht!
  - **Keine Flatrate** als Handyvertrag
  - Zu Hause **W-Lan** zumindest zeitweise abstellen (Kann man bei vielen Modems einstellen)
  - Schützen Sie zu Hause alle entsprechenden Geräte mit **Passwort**.
  - Achtung: W-Lan außerhalb des Hauses (kein Filter, alles sichtbar und ohne Datensicherheit)

Nutzen Sie bei Kindern bis zur 5. Klasse notfalls auch später Kindersicherungssoftware/Kontrollsoftware wie chico-browser <https://salfeld.de/chico-browser/> , kidsplace oder screen time <https://screentimelabs.com/de/>

(sind als Apps in den üblichen Stores erhältlich)

### Für PC: Windows 10

- Bietet Zeitlimits, App+Spiele Begrenzung, Einkäufe-Kontrolle, Internetfilter
- für jeden Nutzer eigenen Account anlegen <http://account.microsoft.com/about>  
=> Reiter „Familie“

### Windows 7

<http://www.verbrauchersicher-online.de/anleitung/video-kindersicherung-unter-windows-7-aktivieren-und-einrichten>

### Fritzbox oder andere Router(Modem)

- Kann eingestellt werden, dass smartphone oder tablet des Kindes erkannt wird (IP)
- Hat Filteroptionen/Einschränkungen (inhaltlich +zeitlich) (Black/White-Lists)

## Gesundheit und Lernverhalten

- Achten Sie auf die **Summe der Zeit, die Ihr Kind vor Bildschirmen** verbringt.
- Achtung! **Augen, LRS**
- Sprechen Sie zu Hause regelmäßig!
- Schaffen Sie einen Rahmen, in dem Ihr Kind die Möglichkeit hat, sich in seiner Freizeit mit Spaß sportlich zu betätigen.
- Fördern Sie die Kreativität des Kindes
- Kein Handy beim Hausaufgaben machen (Vereinbarungen)
- Kinder müssen ausreichend schlafen (Nachts das Handy nicht im Zimmer, Kein W-Lan, keine PC-Nutzung)
- Kein Bildschirm vor dem Schlafen (Vereinbarungen)

## Handystrahlung:

- Thematisieren Sie den **Flugmodus** (Handy strahlt dann nicht mehr)
- Telefonate kurz halten oder Lautsprecher nutzen
- Handy sollte nicht längere Zeit unter 50cm vom Kind im Onlinemodus entfernt sein **Achtung! Handy als Wecker?**

## Gefahren

- **Abzocke** durch Spiele: Thematisieren Sie wie oben beschrieben die Spiele
  - Gehen Sie auf [www.spieleratgeber-nrw.de](http://www.spieleratgeber-nrw.de). Dort finden Sie seriöse Hinweise zu vielen Spielen.
  - Reflektieren Sie mit Kindern übergeordnete Ziele. Lassen Sie Ihr Kind auf etwas sparen (bspw. neues Fahrrad). Das kann Ihr Kind motivieren NEIN zu Einkäufen bei Spielen zu sagen.
- Thematisieren Sie Sinn und Unsinn von **Social Media Posts** (die meisten Posts sind aus Sicht der Kinder nicht wichtig)

- **Kein Kontakt mit Fremden!** Toller Film dazu: The Dangers Of Social Media <https://www.youtube.com/watch?v=6jMhMVEjEQg>
  - Profilbilder der eigenen Kinder thematisieren. Am besten Gegenstände, eigene Zeichnung, Landschaften aber nicht die eigene Person
  - Fremde sofort blockieren<
  - Zusammen virtuelle „Freunde“ thematisieren. Notfalls Handy kontrollieren > Gefahren vermeiden!
- Vorsicht vor **illegalen Downloads und Uploads!** Filme und Musik die eigentlich was kosten sollten (neuer Kinofilm) nicht downloaden! Keine Werke von anderen verbreiten ohne deren Genehmigung. Weitere Infos: am besten googeln nach klicksafe und Urheberrecht und illegale Download-Angebote
- **Cybermobbing:** Auch aus diesem Grunde empfiehlt es sich regelmäßig aufs Handy zu schauen (am besten gemeinsam) Professionelle Hilfe holen! (Digitale Helden)
  - Kind klarmachen dass das eine No Go Area ist = Straftat. Mobbingfälle sofort Eltern oder anderen Erwachsenen melden!
  - Filme dazu [https://www.youtube.com/watch?v=8\\_gl0wiiYd4](https://www.youtube.com/watch?v=8_gl0wiiYd4) und <https://www.youtube.com/watch?v=idDgeMkJqH4> und <https://www.youtube.com/watch?v=kit0971EBrk>
- **Pornographie:** <https://www.youtube.com/watch?v=lupWvWkrDpU>
- **Weitergabe von Bildern:** Ohne Erlaubnis der entsprechenden Person darf kein Bild an Dritte versendet werden, vor allem keine peinlichen Bilder oder Nacktbilder. Man macht sich strafbar, zerstört Freundschaften usw.. Sollte in Form von Gespräch thematisiert werden.
  - Videos: <https://www.youtube.com/watch?v=0NwazkdfgXY> und <https://www.youtube.com/watch?v=DwKgg35YbC4>
- Sparsam mit **persönlichen Daten** umgehen: Thematisieren Sie, was persönliche Daten sind und was der lockere Umgang damit für Konsequenzen haben kann
- Sichere Passwörter <https://www.sicher-im-netz.de/sichere-passwoerter> verwenden; Handy Passwort schützen!
- Angstmachende **Kettenbriefe** nicht weitersenden. **Vermitteln Sie Ihren Kindern, dass sie sich immer an Sie vertrauensvoll wenden können!**
- **Antiviren Software** sollte auf dem Handy installiert sein

## Unfallgefahr

- Kein Handy beim Fahrradfahren
- Vorsicht mit Kopfhörern auf der Straße

LINKS für mehr Informationen:

<http://www.klicksafe.de/>

<https://www.gutes-aufwachsen-mit-medien.de/>

<https://www.handysektor.de/>

<https://www.internet-abc.de/>

<http://jugendschutz-frankfurt.de/mein-erstes-smartphone-das-sollten-jugendliche-und-eltern-wissen-2113.html>

(Quelle: Be smart – Phone Smart – Checkliste für Eltern [www.phonesmart-share.de](http://www.phonesmart-share.de))

## **Suchttest – Bin ich Handy süchtig?**

- **Wirst du aggressiv, unruhig oder fühlst dich leer wenn dir dein Smartphone abgenommen wird oder du es verlierst, nicht findest etc.?**

Ja  Nein

- **Bis du meist länger am Handy als du dir eigentlich vorgenommen hast oder deine Eltern dir erlauben?**

Ja  Nein

- **Schaust du immer wieder auf dein Smartphone**

1. **auf der Toilette,**
2. **im Bett, nach dem Aufwachen**
3. **beim Hausaufgaben machen**
4. **bei Freunden/Partys**
5. **auf der Straße, im öffentlichen Verkehrsmittel oder ähnlichen Situationen?**

Ja  Nein

- **Vernachlässigst du immer wieder andere wichtige Dinge im Leben wie beispielsweise Hausaufgaben, Lernen, Schlaf, Freunde, häusliche Pflichten, Hobbys, Sport, weil du deine Zeit am Handy verbringst?**

Ja  Nein

- **Hast du den Gebrauch deines Smartphones im Laufe der Zeit gesteigert? (Bist du aktuell mehr am Handy als am Anfang als du dein Smartphone erhalten hast?)**

Ja  Nein

- **Nutzt du dein Handy seit einem längeren Zeitraum täglich?**

Ja  Nein