



## ELTERNBRIEF Nr. 8

Liebe Eltern

Seit ungefähr 15 Jahren erleben wir eine regelrechte Revolution der Informations- und Kommunikationstechnologien. Der Computer ist allgegenwärtig, fast jeder telefoniert mobil, und durch das Internet haben sich die Arbeitswelt, die Medien und das Freizeitverhalten völlig verändert. Seitdem Sie in dem Alter waren, in dem Ihre Kinder jetzt sind, hat sich im Medienbereich fast alles verändert. Darum können Sie kaum auf Ihre eigenen Erfahrungen zurückgreifen, um Ihrem Kind zu helfen. Viele Eltern nutzen diese Geräte auf ganz andere Weise als ihre Kinder und so sind sie den neuen Möglichkeiten und Technologien gegenüber oft unsicher. Sie fühlen sich überfordert von den Herausforderungen, die ihren Kindern in der virtuellen Welt begegnen. Stellen die neuen Medien eine Gefahr für die Jugendlichen dar? Kann ihr Gebrauch zu Abhängigkeit oder Gewaltbereitschaft führen? Welche Rolle können die Eltern in dieser digitalen Welt spielen, in der sie sich oft weniger kompetent fühlen als ihre Kinder? Wie können die neuen Medien in das Familienleben integriert werden?

## Vernetzte Kinder – verunsicherte Eltern

**«Die Wissenschaft wird dem  
Sohn vom Vater erklärt.  
Die Technologie wird dem  
Vater vom Sohn erklärt.»**

Michel Serres

### Eltern und neue Medien

Die neuen Technologien haben viele Bereiche unseres Alltags verändert: Arbeit, Freizeit, Beziehungen, Einkäufe etc. Für Erwachsene stellt das Internet hauptsächlich eine Informationsquelle dar – und sie wären wohl kaum beunruhigt, würden dies die Jugendlichen genauso



sehen. Jugendliche sehen in den neuen Medien vorab ein Mittel, um mit ihren Freunden zu kommunizieren und Spass zu haben. Dies macht vielen Eltern Sorgen: Verlernen die Jugendlichen dabei die Rechtschreibung? Werden sie durch Online-Spiele gewalttätig oder zu Aussenseitern? Sind sie gefährdet, abhängig zu werden? Es ist für Eltern schwierig, sich zu orientieren, da es sich um einen sehr neuen Bereich handelt, der sich ständig weiterentwickelt.

Für die Eltern bedeutet dies, dass sie sich nicht nur an die mit der Pubertät einhergehenden Veränderungen ihrer Kinder gewöhnen müssen. Sie müssen sich auch mit den ständig neuen Technologien auseinandersetzen, welche zur Welt ihrer Kinder gehören.

## Die Multimedia-Generation

Kaum kommen Tochter oder Sohn von einem Treffen mit Freunden nach Hause, stürzen sie sich an ihr Handy oder an den Computer, um weiter mit ihnen zu kommunizieren.

Jugendliche bewegen sich gerne in der digitalen Welt, weil diese ihren Erwartungen und Bedürfnissen gerecht wird: Gleichaltrige sind wichtig und Jugendliche brauchen das Gefühl, mit ihren Freunden und Freundinnen verbunden zu sein. Die neuen Kommunikationsmittel ermöglichen ihnen dies. Manchmal profitieren sogar die Eltern davon, weil sie dadurch ihre Kinder auch im Ausgang erreichen. Die neuen Medien entsprechen dem Bedürfnis der Jugendlichen, sofort und ohne Einschränkung Informationen zu erhalten und im Kontakt zu bleiben. Dank dem Handy ist man immer erreichbar, und das Internet ist sowohl zeitlich als auch inhaltlich grenzenlos.

Heranwachsende Jugendliche sind mit vielen Fragen konfrontiert: „Wer bin ich? Wer will ich werden?“

Wie nehmen mich die anderen wahr?“ Die neuen Kommunikationsmittel ermöglichen es den Jugendlichen, Bekanntschaften zu machen, ohne den anderen ihr Aussehen offenbaren zu müssen. Indem Jugendliche ein Pseudonym oder einen Avatar (virtuelle Spielfigur) wählen, spielt das eigene Aussehen keine Rolle mehr. Im Internet ist man weder schön noch hässlich, gross noch klein, dick noch dünn. Wer will, kann sich eine Wunschidentität zulegen oder sogar mehrere Identitäten annehmen und diese dann ausprobieren.

Die neuen Medien unterstützen überdies das Bedürfnis der Jugendlichen nach Anerkennung: In sozialen Netzwerken wie Facebook kann man seine „Freunde“ zählen, und wer häufig auf dem Handy angerufen wird, gilt als „beliebt“. Indem Jugendliche bei Computerspielen gute Resultate erzielen, sichern sie sich die Anerkennung der Mitspielenden. So entwickeln und stärken Jugendliche im Austausch mit dem virtuellen Umfeld im Idealfall ihre Identität und ihr Selbstvertrauen.

## Positive und negative Aspekte der neuen Medien

Die Vorteile der neuen Medien sind bedeutend und nicht mehr wegzudenken. Sie erlauben den Jugendlichen nicht nur, sich ausserhalb der Familie zu behaupten, sondern fördern auch viele ihrer Fähigkeiten. Solange die neuen Technologien nicht übermässig genutzt werden, unterstützen sie zum Beispiel die Entwicklung der Konzentrations- und Lernfähigkeit. Beim Surfen im Internet lernen sie rasch, wichtige Informationen von unwichtigen zu unterscheiden. Der Gebrauch eines Computers oder einer Spielkonsole fördert die Aufmerksamkeit der Jugendlichen und macht sie mit Geräten vertraut, die in der heutigen Arbeitswelt unabdingbar sind. Jugendliche lassen ihrer Kreativität in Foren freien Lauf, und „viele



Jugendliche betrachten ihren Blog richtiggehend als einen Ort des künstlerischen Ausdrucks, der es ihnen erlaubt, Gefühle mitzuteilen, die sie woanders nicht ausdrücken könnten<sup>1</sup>". Computerspiele geben komplexe Probleme auf, was die Fähigkeiten stärkt, Mittel und Wege zur Problemlösung zu finden.

Neue Medien und das Internet unterstützen Jugendliche bei der Entwicklung gewisser Fähigkeiten. Auf der anderen Seite bergen sie auch neue Gefahren. So kann es sein, dass Jugendliche sich selbst gefährden, weil sie zu viele persönliche Angaben bekannt geben: Ohne sich dessen unbedingt bewusst zu sein, exponieren sie sich, kommunizieren ihre persönlichen Daten und ihre Gefühle. So werden sie zu einer leichten Beute für Personen mit schlechten Absichten. Sie vergessen dabei auch, dass solche Angaben im Internet kaum mehr gelöscht werden können.

Eine weitere ernstzunehmende Gefahr geht von einer übermässigen Nutzung aus. Viele Jugendliche haben Schwierigkeiten, sich selbst Grenzen zu setzen und verbringen einen bedeutenden Teil ihrer Tage und ihrer Nächte am Handy oder vor dem Bildschirm. Wer zu viel Zeit vor dem Bildschirm verbringt und Mühe hat, aufzuhören, zeigt klare Symptome eines problematischen Konsums. Wer das Internet als Flucht vor dem schwierigen Alltag missbraucht, hat ein höheres Risiko, abhängig zu werden.

## **Unersetzlich: Die Eltern**

Sie spielen in der Medienerziehung Ihrer Kinder eine zentrale Rolle. Selbst wenn Ihnen die elektronischen Medien wenig vertraut sind, braucht Ihr Kind Sie als Diskussionspartner. Ihre Meinung ist wichtig für Ihr Kind, auch wenn dies manchmal nicht so scheint. Um sich seine eigene Meinung bilden zu können, braucht es die

**Mehr als jeder zweite Teenager in der Schweiz ist im Internet schon belästigt, beleidigt oder blossgestellt worden – dies ergab eine aktuelle Umfrage von Microsoft, an der sich über 20'000 Jugendliche zwischen 14 und 18 Jahren aus 10 europäischen Ländern beteiligten. Die Resultate sind alarmierend, auch für die Schweiz: 46% der Befragten stellen Bilder und persönliche Informationen ins Netz, 52% geben an, bereits online belästigt worden zu sein. 33% der Schweizer Jugendlichen geben in dieser Umfrage aber auch an, sie würden sich an ihre Eltern wenden, falls sie im Internet belästigt würden. Es ist daher umso wichtiger, dass Eltern sich in Sachen Sicherheit im Internet genügend auskennen (vgl. auch Links unter „weitere Informationen“).**

*Mediacorner Microsoft, Januar 2009*

Auseinandersetzung mit Ihnen als erwachsene Person. Es muss seine eigenen Ansichten an Ihren Überzeugungen, Ihren Normen und Werten messen können. Wenn Sie also mit Ihrem Kind über ein Computerspiel oder eine Radio- oder Fernsehsendung sprechen, ermöglichen Sie ihm, seine eigene Meinung zu bilden.

Es kann sein, dass Ihr Kind mit den technischen Aspekten von Handy, Computer und Co. vertrauter ist als Sie. Sie aber wissen, wie man sich im Zusammenleben mit

<sup>1</sup> Michel Stora, Psychologe et Psychoanalytiker

anderen verhält und wann das Handy ausgeschaltet werden muss! Der gesunde Menschenverstand, Anstand und Erziehung haben auch in der virtuellen Welt ihren Platz. Und in diesem Bereich haben Sie als Eltern das nötige Wissen und die nötige Erfahrung, um Ihrem Kind zu vermitteln, welches Verhalten im Alltag angebracht ist und welches nicht.

Liebe Eltern, wir hoffen, dass Ihnen diese Informationen für die Gespräche mit Ihrem Kind von Nutzen sind. Gerne nehmen wir Ihre Anmerkungen per E-Mail entgegen: [eltern@suchtschweiz.ch](mailto:eltern@suchtschweiz.ch). Im beiliegenden Blatt finden Sie Tipps und Anregungen für den Alltag.

**Mit freundlichen Grüßen  
Ihr Team von Sucht Schweiz**

## Weitere Informationen

### Elternbriefe von Sucht Schweiz:

- Nr. 1 Eltern sein von Jugendlichen :  
Fahrt auf der Achterbahn ?
- Nr. 2 „Die anderen tun es auch !“  
– Wie Jugendliche sich vom Freundeskreis beeinflussen lassen
- Nr. 3 Mit Jugendlichen über Alkohol, Tabak oder illegale Drogen sprechen
- Nr. 4 Ausgang und Partys : Spass und Risiken
- Nr. 5 Freiheiten geben – Grenzen setzen
- Nr. 6 Risiken eingehen: Bedürfnis ? Gefahr ?
- Nr. 7 Zusammen reden um sich besser zu verstehen
- Nr. 8 Vernetzte Kinder – verunsicherte Eltern

Diese kostenlosen Broschüren können Sie unter [www.suchtschweiz.ch](http://www.suchtschweiz.ch) als PDF herunterladen oder mit einem frankierten Rückantwortkuvert bei Sucht Schweiz bestellen (Adresse unten stehend).

Weitere Informationen zum Thema Kinder/Jugendliche im Internet sind auf folgenden Internetseiten zu finden:  
[www.security4kids.ch](http://www.security4kids.ch), [www.elternnet.ch](http://www.elternnet.ch),  
[www.saferurfing.ch](http://www.saferurfing.ch), [www.actioninnocence.org](http://www.actioninnocence.org),  
[www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info), [www.kinderonline.ch](http://www.kinderonline.ch)

## Wir danken für die fachliche Unterstützung



**ELTERNmitwirkung**  
Zusammenarbeit Eltern und Schulen

## Tipps und Anregungen

- **Zeigen Sie Interesse an dem, was Ihr Kind am Bildschirm macht**

Sie müssen nicht über die letzten Neuheiten im Bild sein, um sich für das zu interessieren, was Ihr Kind am Computer macht oder im Fernsehen schaut. Die Medien können zu interessanten Gesprächen führen. Unterhalten Sie sich mit Ihrem Kind über die Sendungen, die es gerne schaut, die Musik, die es hört, seine Lieblingsbeschäftigung am Computer und was es besonders schätzt und warum. Bitten Sie es, Ihnen seine Spiele zu zeigen, sprechen Sie über die Figuren, die es wählt, die Rolle, die es annimmt und über sein Pseudonym. Schauen Sie ihm beim Spielen zu, stellen Sie Fragen – Ihrem Kind wird es Spass machen, Ihnen etwas beibringen zu können. Es ist wichtig, dass Sie mit Ihrem Kind über seine Interessen sprechen, anstatt jegliche Diskussion mit der Begründung abzublocken, dass Sie davon nichts verstehen oder es Sie nicht interessiert. Wenn innerhalb der Familie jene Dinge, die Ihr Kind begeistern, kein Thema sind, besteht die Gefahr, dass es sich abkapselt und zum Beispiel vor den Bildschirm zurückzieht (siehe Elternbrief Nr. 7).

- **Stellen Sie Regeln auf**

Es besteht für Ihr Kind kein Recht auf unbegrenzte Nutzung der Medien zu jeder Tageszeit. Entsprechend seinem Alter und seinen Bedürfnissen sollten Sie mit Ihrem Kind Regeln für die Mediennutzung zu Hause aufstellen. Legen Sie gemeinsam fest, welche Aktivitäten wie lange und zu welcher Zeit erlaubt sind (spielen, chatten, surfen etc.). Ihr Kind soll am anderen Morgen schliesslich ausgeschlafen

zur Schule gehen. Und auch seine Kollegen und Kolleginnen sollen nicht zu jeder Tages- und Nachtzeit per Handy gestört werden.

Das Angebot der neuen Medien ist so spannend, dass es für Jugendliche schwierig sein kann, sich selbst Grenzen zu setzen. Die Regeln, die Sie mit Ihrem Kind vereinbaren, sollten nicht willkürlich sein, sondern vor masslosem Konsum schützen. Vereinbaren Sie die in Ihren Augen sinnvollen Regeln fürs Fernsehen und Telefonieren, fürs Surfen und Spielen am Computer, aber auch für die Schlafenszeit, die Kleidung, das Taschengeld, das Verhalten in der Familie, den Alkohol- und Drogenkonsum etc. (siehe Brief Nr. 5).

Zeit vor dem Bildschirm zu verbringen ist eine normale Freizeitaktivität, solange Jugendliche ihre anderen Lebensbereiche wie Ausbildung, Familie und Freundeskreis nicht vernachlässigen.

Bleiben Sie flexibel, um die von Ihnen festgelegten Regeln der Situation und den Erfahrungen, die Ihr Kind macht, anpassen zu können.

- **Schränken Sie die Risiken ein**

Damit Sie eine gewisse Kontrolle über den Medienkonsum Ihrer Kinder haben, empfiehlt es sich, Computer, Fernseher und andere Bildschirme nicht im Zimmer Ihres Kindes, sondern nach Möglichkeit in einem allgemein zugänglichen Zimmer zu installieren. Es gibt spezielle Kindersoftware, die die Gefahr reduziert, dass Ihr Kind unerwünschte Inhalte zu sehen bekommt oder seine persönlichen Angaben preisgibt (vgl. auch Links zu entsprechenden Webseiten am Ende des Briefes). Diese Systeme für den Jugendschutz erlauben es, Inhalte zu filtern, die Verbreitung persönlicher Daten zu blockieren, eine Zeitlimite zu setzen oder ein Spiel nur während bestimmten Uhrzeiten freizugeben. Gewisse Filter sind im Betriebssystem des Computers integriert, andere können heruntergeladen oder im Handel gekauft werden. Bei der Telefongesellschaft können Sie sich

zudem erkundigen, ob es möglich ist, einen Höchstbetrag für abgehende Telefonate festzulegen, um zu verhindern, dass die Handyrechnungen aus dem Ruder laufen. Diese Hilfsmittel können die Gefahren zwar einschränken, doch keine technische Lösung bietet vollständige Sicherheit, und sie ersetzt auch nicht das Gespräch mit Ihrem Kind über die Gefahren, die am Bildschirm lauern und die Gründe für eine beschränkte Nutzung.

- **Helfen Sie Ihrem Kind, die neuen Medien kritisch zu betrachten**

Auch wenn man im Internet „alles“ finden kann, ist nicht unbedingt auch alles wahr. Wenn Ihr Kind im Internet surft, fernsieht oder ein Computerspiel spielt, ist es wichtig, dass es dies mit einem kritischem Blick tut. Zeigen Sie ihm, wie man Informationen sichtet, Bilder und Werbung analysiert und sie auf ihre Richtigkeit überprüft, indem man sich bei verschiedenen Stellen informiert und kontrolliert, ob die Angaben aktuell sind. Nicht einmal die Tagesschau präsentiert eine objektive Sicht der Realität, sondern eine von Menschen vorgenommene Auswahl von Ereignissen. Sprechen Sie mit Ihrem Kind über das, was es sieht, was es hört und was es lernt. Sehen Sie sich gemeinsam bestimmte Internetseiten zum Thema Sicherheit im Netz an (siehe Liste unter „Weitere Informationen“). Fragen Sie Ihr Kind nach seiner Meinung, wenn Sie gemeinsam Radio hören oder fernsehen. Teilen Sie ihm Ihre Ansicht mit, erläutern Sie Ihre kritische Einstellung gewissen Inhalten gegenüber und argumentieren Sie. Passen Sie aber auf, dass Sie dabei weder Ihr Kind noch seinen persönlichen Geschmack schlecht machen.

- **Bringen Sie Ihrem Kind einen verantwortungsvollen Umgang mit den neuen Medien bei**

Zeigen Sie Ihrem Kind auf, dass es bei der Nutzung von neuen Medien Grenzen gibt. Das Internet ist ein öffentlicher Raum und somit gewissen Regeln und Gesetzen unterstellt. Wenn Ihr Kind zum Beispiel einen Blog eröffnet, ist es für dessen Inhalte und die Rechtmässigkeit der veröffentlichten Beiträge verantwortlich. Es ist nicht erlaubt, andere Personen ohne deren Einwilligung (und ohne die Einwilligung der Eltern bei Minderjährigen) zu fotografieren und die Bilder ins Netz zu stellen. Es ist verboten, die persönlichen Daten von anderen Personen

zu verwenden und Musik oder Filme übers Internet auszutauschen. Wer jemanden in einem Forum beschimpft oder diskriminierende Äusserungen von sich gibt, macht sich unter Umständen strafbar. Sprechen Sie mit Ihrem Kind über die Gefahren bei der Anwendung neuer Technologien und ermuntern Sie es, Ihnen seine negativen Erfahrungen mitzuteilen und sich im Falle von Problemen an Sie zu wenden.

- **Gehen Sie mit gutem Beispiel voran**

Regeln und Grenzen sind notwendig, aber es ist genauso wichtig, dass Sie Ihrem Kind mit gutem Beispiel vorangehen (siehe Elternbrief Nr. 1). Sie können ihm nicht glaubwürdig vorhalten, zu viel Zeit am Computer zu verbringen, wenn der Fernseher bei Ihnen ständig läuft. Zwar müssen nicht für alle Familienmitglieder die gleichen Regeln gelten, aber die Unterschiede sollten nicht willkürlich, sondern für das Kind nachvollziehbar sein. Schliesslich sind auch die Bedürfnisse und Verpflichtungen nicht für alle gleich. Für Ihr Kind ist es wichtig, dass Sie ihm ein Vorbild sind. Das heisst aber nicht, dass Ihr Kind Sie nachahmen muss oder für beide die gleichen Regeln gelten. Ein Vorbild für Ihr Kind zu sein bedeutet, so glaubwürdig und gerecht wie möglich zu sein, das heisst Ihre Meinung nicht grundlos zu ändern, nicht heute etwas zu erlauben, was gestern verboten war, ohne dies auch begründen zu können.

- **Helfen Sie Ihrem Kind, unabhängig zu werden**

Wenn Ihr Kind seine Abende zu Hause vor dem Bildschirm mit spielen oder chatten verbringt, wissen Sie, wo es ist und müssen sich keine Sorgen darüber machen, was ihm draussen zustossen könnte. Wenn Sie Ihr Kind auf dem Handy anrufen, können Sie jederzeit fragen, wo es ist und was es macht – das ist für Eltern beruhigend.

Die neuen Technologien werden von Eltern trotz der möglichen Gefahren und Unsicherheiten generell gut akzeptiert, weil sie ihnen erlauben, eine gewisse Kontrolle über ihr Kind zu haben. Wichtig ist aber, dass Sie den goldenen Mittelweg zwischen Freiheit und Kontrolle finden. Ihr Kind muss schrittweise lernen, unabhängig zu werden. Es soll seine Erfahrungen ausserhalb des Elternhauses machen können und dabei wissen, dass es im Fall von Problemen stets auf Sie zählen kann.