



### **Unsere Tipps für die Eltern:**

1. Prüfen Sie regelmäßig, welchen Stellenwert Medien in Ihrem eigenen Leben einnehmen. Schauen Sie vielleicht selbst in unpassenden Momenten auf Ihr Smartphone? Wie viele Stunden täglich nutzen Sie privat Internet, Fernsehen, Handy, usw.? Auch dies hat Auswirkungen auf den Medienumgang Ihres Kindes.
2. Tauschen Sie sich mit Ihrem Kind über Onlineaktivitäten und -freundschaften aus. So wie Sie mit Ihrem Kind über „reale“ Aktivitäten und Freunde reden, sollten Sie auch über entsprechende Interneterlebnisse und Kontakte im Austausch bleiben. Überlegen Sie, welche Umgangsformen im Internet gelten sollten.
3. Sprechen Sie altersgerecht über problematische Inhalte und Umgangsformen im Internet. Trotz aller Absprachen und Maßnahmen können Jugendliche auf problematische Internetseiten stoßen. Hier sollten Sie wissen, dass Sie ihre Eltern hinzuziehen können, ohne dass ihnen gleich ein Internetverbot droht oder sie sich schämen müssen.
4. Jugendliche brauchen Unterstützung, um mögliche Negativerfahrungen zu verarbeiten. Mit Älteren sollten Sie auch über Pornografie, Gewalt, (Cyber-) Mobbing und andere problematische Themen des Internets sprechen. Gehen Sie hierbei sensibel vor und respektieren Sie die Grenzen Ihres Kindes. Bleiben Sie offen für die Fragen und Themen Ihrer Kinder.

### **Kennen Sie und ihr Kind die 10-Gebote der Digitalen Ethik?**

Die zehn Gebote verstehen sich als Leitlinien, die helfen, die Würde des Einzelnen, seine Selbstbestimmung und Handlungsfreiheit auch im Netz wertzuschätzen. Sie dienen als Orientierung und zeigen auf, wie man im Internet gut zusammenleben und rücksichtsvoll miteinander umgehen kann.

#### **Gebote im Überblick:**

Gebot 1: Erzähle und zeige möglichst wenig von dir.

Gebot 2: Akzeptiere nicht, dass Du beobachtet wirst und Deine Daten gesammelt werden.

Gebot 3: Glaube nicht alles, was Du online siehst und informiere Dich aus verschiedenen Quellen.

Gebot 4: Lasse nicht zu, dass jemand verletzt und gemobbt wird.

Gebot 5: Respektiere die Würde anderer Menschen und bedenke, dass auch im Web Regeln gelten.

Gebot 6: Vertraue nicht jedem, mit dem Du online Kontakt hast.

Gebot 7: Schütze Dich und andere vor drastischen Inhalten.

Gebot 8: Messe Deinen Wert nicht an Likes und Posts.

Gebot 9: Bewerte Dich und Deinen Körper nicht anhand von Zahlen und Statistiken.

Gebot 10: Schalte hin und wieder ab und gönne dir auch mal eine Auszeit.