



Dauerthema Mediennutzung

Unser Beratungsdienst erhält zahlreiche Anrufe von Eltern, die sich Gedanken zur Mediennutzung ihrer Kinder machen: Ab wann wird eine Internetnutzung problematisch? Wie viel online-Zeit ist ok? Eine, zwei, drei Stunden pro Tag?

Es ist schwierig, eine konkrete Zeitangabe zu machen. Es sind eher andere Anzeichen, auf die Sie achten sollten: Hat Ihr Kind Freundschaften? Macht es Sport? Hat es Hobbys? Lässt es sich in der Schule oder bei den Aufgaben durch sein Smartphone ablenken? Schläft es genug?

Solange das Internet Freundschaften oder Freizeitaktivitäten nicht ersetzt und Ihr Kind schulischen und anderen Verpflichtungen nachkommt, ist die Sache eigentlich in Ordnung. Aber wenn sich die Internetnutzung negativ auf Verpflichtungen auswirkt, die ihr Kind hätte, oder wenn sie Dinge einschränkt, die ihrem Kind guttun würden, sollten Sie reagieren.

Folgende Informationsquellen unterstützen Sie dabei, Ihr Kind in Sachen Internetnutzung zu begleiten:



[Elternbrief Nr. 8 - Vernetzte Kinder - verunsicherte Eltern](#)



[Surfen, gamen, chatten - mit Kindern und Jugendlichen über Internetnutzung sprechen](#)



[Informationen für Erwachsene \(neu herausgegeben 2017\): Im Fokus - Internet](#)



[Informationen für Jugendliche: Flyer Online sein - Surfen, chatten, gamen](#)



[Jugend und Medien – das Informationsportal zur Förderung von Medienkompetenzen](#)

Kinder schützen heisst, sie auch in der digitalen Welt zu begleiten. Auf diesem Informationsportal erhalten Eltern, Lehr- und **Betreuungspersonen** Antworten, wie sie die Heranwachsenden im Medienalltag kompetent begleiten können – hin zu einer sicheren und altersgerechten Mediennutzung.