



Tipps für Eltern zur Handynutzung ihrer Kinder

Goldene Regel für das Versenden von Nachrichten

Folgende Regel können Sie Ihren Kindern als Leitlinie für das Versenden von Nachrichten mitgeben:

Wenn ich es **meinen Eltern und meiner Oma** nicht...

... zeigen würde, dann fotografiere ich es nicht.

... zum Lesen gäbe, dann schreibe ich es nicht.

... erzählen würde, dann sage ich es nicht.

Tipps für eine gesunde Nutzung von digitalen Medien und ein entspannteres Leben

1. **Schalte dein Handy erst nach dem Frühstück ein** und nimm dir Zeit für einen entspannten Start in den Tag.
2. **Mache vor deinem Serien-Streaming eine Runde Sport oder Yoga.** Gönn dir etwas Zeit für Körper und Geist, bevor du dich zurücklehnest.
3. **Nimm dir vor dem Schlafengehen Zeit** (ohne Handy und andere Ablenkungen) **zum Lesen.** Lass deinen Geist zur Ruhe kommen und entdecke neue Welten in einem Buch.
4. **Halte während der Mahlzeiten dein Handy fern** und genieße bewusst das Essen. Schätze die Nahrung und die Pause, die du dir gönnst.
5. **Deaktiviere Pop-up-Benachrichtigungen für E-Mails- und Messenger-Apps.** Schaffe Raum für konzentriertes Arbeiten und ungestörte Gespräche.

Hinweis und Tipps für Sie als Eltern:

- Bleiben Sie mit Ihrem Kind im Gespräch über das, was es am Tag erlebt.
- Klären Sie Ihr Kind (wiederholt) über die Risiken der Nutzung von Messengern, das Versenden von (Nackt-)Bildern und Kontakte zu Menschen auf, die sie nur über das Internet kennen. Gerade die Möglichkeit von KI-basierten Jugendfiltern eröffnet Erwachsenen mit üblen Absichten die Möglichkeit, mit Ihren Kindern Videochats zu machen, ohne dass ihr wahres Alter auffällt.
- Treffen Sie für die Handy-Nutzung klare Absprachen und achten Sie auf die Einhaltung.



- Nutzen Sie ein Handy-Verbot nicht als generelle Strafe. Wenn Ihr Kind Sorge hat, dass ihm/ihr das Handy abgenommen wird, wird es sich Ihnen gegenüber weniger leicht bei zugesandten Bildern/Videos etc. mit verstörendem Inhalt oder im Fall eines Mobbings öffnen.
- Vereinbaren Sie mit Ihren Kindern, dass Sie regelmäßig mit ihnen gemeinsam die Nachrichten der Messenger-Apps durchsehen. Dies gilt insbesondere für Gruppen-Chats, in denen es besonders häufig zu Beleidigungen und Mobbing kommt. So schützen Sie Ihr Kind in doppelter Weise:
 - o Sie bekommen mit, wenn Ihr Kind Probleme bis hin zum Mobbing mit anderen Kindern hat und können entsprechend reagieren.
 - o Ihr Kind wird, weil es weiß, dass es kontrolliert wird, deutlich weniger wahrscheinlich selbst beleidigen und ein unangemessenes Verhalten zeigen.

Die juristische Bewertung:

Sicher gibt es Bedenken, dass Sie in die Privatsphäre Ihres Kindes eindringen. Allerdings ist ein Handy kein Tagebuch. Wenn Ihr Kind ein Bild oder einen Post verschickt, wird dieser auch von anderen gelesen und vom Betreiber gespeichert. Bewahren Sie also Ihr Kind vor Schaden und nehmen Sie Ihre Aufsichts- und Erziehungspflicht für Ihr Kind wahr. Anbei finden Sie eine juristische Beurteilung der Situation:

Das Amtsgericht Bad Hersfeld (Beschluss vom 15 Mai 2017, F 120/17) hat entschieden, dass Eltern, wenn sie ihrem minderjährigen Kind ein Smartphone zur eigenen Nutzung überlassen, in der Pflicht stehen, die Nutzung dieses Geräts durch das Kind bis zu dessen Volljährigkeit ordentlich zu begleiten und zu beaufsichtigen. Das Amtsgericht stellt in seinem Urteil heraus, dass die Eltern sich hinreichend Kenntnisse über die Welt der digitalen Medien aneignen müssen, und betont: „Es bestehen keine vernünftigen Gründe, einem Kind ein Smartphone auch noch während der vorgesehenen Schlafenszeit zu überlassen. [...] Nutzen Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren den Messenger-Dienst WhatsApp, trifft die Eltern als Sorgeberechtigte die Pflicht, ihr Kind auch im Hinblick auf die Gefahren der Nutzung des Messenger-Dienstes aufzuklären.“