

Sicherer am Computer: Tipps für Eltern von Kindern bis ca.10 Jahren

Spielen, suchen, kommunizieren – auch Kinder surfen gerne im Internet. Allerdings können sie auch schnell mit Gewalt, Pornografie oder sexuellen Belästigungen konfrontiert werden. Ideal wäre es, wenn die Technik ungeeignete Webseiten oder verstörende Kontakte zuverlässig blockieren würde. Leider ist dies nicht möglich.

Die vorliegende Broschüre soll Sie darin unterstützen, mit Ihrem Kind zusammen einen gesunden und der Entwicklung entsprechenden Umgang mit dem Computer zu finden.

Einige Tipps in dieser Broschüre zeigen Ihnen, wie Sie den Computer sicherer einstellen können. Diese Massnahmen bieten jedoch keinen umfassenden Schutz, helfen aber Ihrem Kind, die richtigen Seiten zu finden und die Konfrontation mit belastenden Inhalten zu verringern. Der wichtigste Schutz bietet jedoch immer noch **eine gute Medienerziehung**, die Sie Ihrem Kind mittels Gesprächen, Regeln zur Nutzung und Vorbildfunktion bieten können! Tipps und Richtlinien finden Sie z.B. in der Broschüre "Zapfen & Gamen" und auf der Internetseite www.zischtig.ch/Eltern

Soviel sei hier bereits verraten:

> Stellen Sie den Computer **nicht ins Kinderzimmer**, sondern an einen Platz, wo sie ab und zu auf den Bildschirm schauen können.

> Informieren Sie sich und **kommen Sie mit Ihrem Kind ins Gespräch**.

> www.zischtig.ch > www.klicksafe.de
> www.saferinternet.at > www.elternet.ch
> www.generationat.ch

> Benutzen Sie Bildschirmmedien **nicht als Erziehungsmittel!** „Wenn du dann darfst du heute kein TV schauen, Computer benutzen etc.“

> Haben Sie ein offenes Ohr für die Sorgen und Nöte Ihres Kindes.

> Helfen Sie Ihrem Kind, **attraktive Alternativen zum Bildschirmkonsum** zu finden.

> **Seien Sie ein gutes Vorbild.**

1. Kinder in die Welt der Neuen Medien begleiten

> Kinder müssen langsam in die Medienwelt hineinwachsen. Einen verantwortungsvollen Umgang mit dem Internet und Computer muss erst erlernt werden. Dazu brauchen sie Ihre Unterstützung.

Gehen Sie am Anfang gemeinsam ins Netz und surfen Sie mit Ihrem Kind zusammen auf kindgerechten Seiten. Vereinbaren Sie, was es darf und was nicht. Kinder brauchen beim Surfen viel Aufmerksamkeit und eine gute Anleitung. Interessieren Sie sich dafür, was es im Netz erlebt. Sagen Sie Ihrem Kind ausdrücklich, dass es bei Problemen und Unsicherheiten in Bezug auf Inhalte zu Ihnen kommen soll!

Für Kinder im Primarschulalter genügt ein **überschaubares Angebot an Spiel- und Lernwebseiten**, die immer wieder angesteuert werden können. Auch **Netzführerscheine** (www.internet-abc.de) ermöglichen es Ihrem Kind, sich spielerisch übers Internet zu erkunden.

Schauen Sie Ihrem Kind ab und zu über die Schulter beziehungsweise auf den Bildschirm.

2. Benutzerkonto und Startseite einrichten

> Mit einem **eigenen Benutzerkonto, mit eingeschränkten Zugriffsrechten auf System- und Programmeinstellungen**, kann ein Kind "seinen" Computer gestalten (z.B. Hintergrundbild), aber nichts Wichtiges verändern oder Gefährliches installieren.

> **Windows XP, Vista:** >> START >> Systemsteuerung >> Benutzerkonten >> Neues Konto erstellen >> Benutzername erstellen und auf **"Weiter"** klicken >> Option **"Eingeschränkt"** wählen und mit **"Konto erstellen"** bestätigen

> **Windows 7:** >> START >> Systemsteuerung >> Option **"Benutzerkonten hinzufügen/entfernen"** wählen >> Option **"Neues Konto erstellen"** wählen >> Benutzername erstellen und Option **"Standardbenutzer"** wählen und mit **"Konto erstellen"** bestätigen

> **MAC OS:** >> Symbol **"Apfel"** >> Systemeinstellungen >> Benutzer >> Auf das Pluszeichen unterhalb der Liste klicken >> Benutzertyp auswählen (Standard) >> Felder Name, Kurzname, Kennwort + Bestätigen ausfüllen >> Mit **"Account erstellen"** bestätigen

Weitere Informationen für Apple erhalten Sie unter www.apple.com/support

Stellen Sie im erstellten Konto auch den Browser (Firefox, Internet Explorer oder Safari) kindergerecht ein. Wählen Sie am besten eine Suchmaschine für Kinder oder die Lieblingsseite Ihres Kindes als Startseite aus (z.B. www.blinde-kuh.de, www.frag-finn.de).

> **Internet Explorer 7/8:** >> Extras >> Internetooptionen >> Allgemein >> Feld **"Startseite"** (z.B. www.blinde-kuh.de) >> Mit **"OK"** bestätigen

> **Firefox:** >> Extras >> Einstellungen >> Allgemein >> Feld **"Startseite"** (z.B. www.blinde-kuh.de) >> Mit **"OK"** bestätigen

> **Safari (Mac OS):** >> Einstellungen >> Allgemein >> Feld **"Startseite"** (z.B. www.blinde-kuh.de) >> Mit **"X"** bestätigen (Das Fenster schliessen)

3. Favoriten- oder Positivlisten erstellen

> Für jüngere Kinder sollten Sie die Anzahl der Webseiten, die im Internet "angesurft" werden können, unbedingt begrenzen. Direkt im Browser können Sie entweder ausgewählte Webseiten zu der **Favoriten- bzw. Lesezeichenliste** hinzufügen oder selbst **"Positivlisten"** erstellen. Eingabefehler, die zu ungewollten Ergebnissen führen, werden so vermieden. Rufen Sie dabei nur die Seiten auf, die zum Alter und zu den Interessen Ihres Kindes passen. Wenn Sie zusammen mit Ihrem Kind weitere interessante Links sammeln, wird die Auswahl umfangreicher und Ihr Kind lernt, in kleinen Schritten mit dem Internet umzugehen.

> **Internet Explorer 7/8:** >> Favoriten >> Favoriten hinzufügen >> Mit **"Hinzufügen"** bestätigen

> **Firefox:** >> Lesezeichen >> Lesezeichen hinzufügen >> Mit **"Fertig"** bestätigen

> **Safari (Mac OS):** >> Symbol **"Plus"** >> Bestätigen mit **"Lesezeichen erstellen"** >> Mit **"Hinzufügen"** bestätigen

4. Suchmaschine im Browser durch eine Kindersuchmaschine ersetzen

> Lassen Sie Ihr Primarschulkind noch nicht alleine mit allgemeinen Suchmaschinen suchen. Ersetzen Sie deshalb die voreingestellte Standardsuchmaschine im Browser durch eine **spezielle Kindersuchmaschine** (z.B. www.blinde-kuh.de, www.helles-koepfchen.de). So lernt Ihr Kind die Suchroutine kennen, kommt aber nicht mit problematischen Suchergebnissen in Kontakt. Bei einigen Browsern lässt sich die Browser-eigene Such-

maschinenauswahl mit wenigen Klicks anpassen. Eine Anleitung finden Sie unter www.klicktipps.net/sicher.

Sichern Sie Google, falls Sie mit Ihrem Kind zusammen in Google suchen. So werden weniger problematische Suchergebnisse angezeigt.

> **Google:** <http://www.google.ch/preferences> >> Sucheinstellungen (rechts oben) >> SafeSearch-Filter >> Strikte Filterung >> Speichern

> **Bing:** <http://www.bing.com/?cc=ch> >> Mehr >> Einstellungen >> Safe Search >> Streng Texte, Bilder und Videos >> Einstellung speichern

> **Yahoo!:** <http://ch.search.yahoo.com/> >> Mehr >> Einstellungen >> Familienfilter >> Bearbeiten >> Strikt >> Speichern

5. Sparsam mit den eigenen Informationen umgehen

> Oft wird man im Internet zur Herausgabe privater Daten wie Name, Hobbys, Adressen etc. aufgefordert. Machen Sie Ihrem Kind unbedingt klar, dass es wichtig ist, **nicht alles von sich zu erzählen**. Im "richtigen Leben" würde es ja einem Fremden auch nicht alles mitteilen, nur weil es danach gefragt wird. Gewinnspiele, Klingeltonabonnements etc. verlocken schnell zur Herausgabe persönlicher Daten. Bestehen Sie deshalb grundsätzlich darauf, dass sich Ihr Kind mit Ihnen vorher bespricht, wenn es zu solchen Angaben aufgefordert wird.

6. Kindermail-Konto

> Besorgen Sie Ihrem Kind eine **anonyme E-Mail-Adresse**, die keinen Rückschluss auf seine wirkliche Identität zulässt. Richten Sie für Ihr Kind ein **sicheres E-Mail-Konto**, z.B. auf www.mail4kidz.de, ein.

7. Kommunikation im Chat und Instant Messenger sicher gestalten

> Jüngere Kinder sollten sich ausschliesslich in **moderierten Chats** aufhalten. Dort gibt es eine Chat-Aufsicht, die diskriminierende und beleidigende Beiträge sowie sexuelle Belästigungen verhindert. Hier können Kinder gleichaltrige Gesprächspartner mit denselben Interessen finden. Suchen Sie diese Chats gemeinsam aus und sprechen Sie mit Ihrem Kind über seine Erlebnisse im Chat.

Stellen Sie beim Messenger die **Sicherheitseinstellungen auf die höchste Stufe**.

Empfehlenswerte Chats und wichtige Sicherheitsregeln fürs Chatten finden Sie unter www.fit4chat.ch, www.chatten-ohne-risiko.net oder unter www.zischtig.ch.

8. Jugendschutzoption im Betriebssystem

> **Internet-Filter, Kinderschutzsoftware oder Kindersicherung** – viele Begriffe für technische Lösungen, die das Surfen sicherer machen sollen. Diese Programme arbeiten jedoch nicht zufriedenstellend. Sie lassen zu viele ungeeignete Seiten passieren und blockieren oft gute Kinderseiten. Ältere Kinder können den "Schutz" meist mit einigen Tricks umgehen. Trotzdem sollten Sie nicht darauf verzichten, dass wenigstens ein Teil der jugendgefährdenden Angebote ausgefiltert wird. Hier finden Sie Beispiele für ein kostenloses Angebot:

> **Windows XP:** >> Es gibt in XP keine Jugendschutzoption

> **Windows Vista:** >> Start >> Systemsteuerung >> unter Benutzerkonto auf **"Jugendschutz einrichten"** klicken >> unter Jugendschutz auf **"Ein"** klicken

> **Windows 7:** >> Start >> Systemsteuerung >> Option **"Jugendschutz für beliebige Benutzer einrichten"** wählen >> Konto auswählen, das zu schützen ist >> Unter Jugendschutz: Option **"Ein - Einstellungen erzwingen"** wählen und Einstellungen vornehmen >> Mit **"OK"** bestätigen

> **MAC OS:** >> Symbol **"Apfel"** >> Systemeinstellungen >> Konto auswählen, das zu schützen ist >> Option **"Kindersicherung aktivieren"** wählen >> Unter **"Kindersicherung öffnen"** Einstellungen vornehmen >> Mit **"OK"** bestätigen

9. Sprechen Sie mit dem Kind über seine Erlebnisse

> **Ermuntern Sie Ihr Kind, zu erzählen**, weshalb ihm etwas gefällt. Wenn Kinder über Medien sprechen, geben sie auch immer etwas von sich preis. Nutzen Sie diese Chance, mit Ihrem Kind in Kontakt zu kommen und zu sehen, was es beschäftigt. **Sagen Sie ihm, was Sie gut oder schlecht finden und weshalb**. Vermeiden Sie Moralpredigten und Verurteilungen. Ihr Kind muss kein schlechtes Gewissen haben, weil ihm Medieninhalte gefallen, die die Eltern missbilligen. Aber Sie dürfen Ihre Bedenken benennen: Begründen Sie Ihre Kritik und sprechen Sie von sich selbst. „Ich finde, dass...“ „Mir gefällt das nicht, weil...“ etc.



Sicherer am Computer: Tipps für Eltern von Kindern ab ca. 10 Jahren

Viele Kinder und Jugendliche bewegen sich in den Neuen Medien ohne Begleitung und ohne Bewusstsein für die Gefahren, denen sie dort ausgesetzt sind. Unbemerkt rutschen sie in eine Sucht, werden sexuell belästigt oder gelangen auf Webseiten mit problematischen beziehungsweise jugendgefährdenden Inhalten wie Gewalt, Pornografie, Rassismus etc. Nicht nur der Inhalt, sondern auch die Zeit, die mit den Neuen Medien verbracht wird, kann zunehmend zu einem Problem werden. Für viele Kinder und Jugendliche ist es normal, dass sie pro Tag im Schnitt bis zu zwei Stunden in die Kommunikation via Chat und Instant Messenger, die Durchforstung von Videoplattformen, die Informationssuche oder das Musik hören investieren.

In dieser Broschüre finden Sie einige Tipps, wie Sie die Computernutzung Ihres Kindes technisch sicherer gestalten können. **Den wichtigsten Schutz bieten jedoch Sie - durch eine kompetente Medienerziehung.** Tipps dazu finden sie z.B. auf der Webseite www.zischtig.ch oder der Broschüre Zappen & Gamen der Fachstelle. Auf www.sucht-info.ch/info-materialien/paedagogisches-material/eltern/ können Sie zudem kostenlos den Elternbrief Nr. 8 "Vernetzte Kinder - verunsicherte Eltern" herunterladen.

1. Einstellungen am Computer vornehmen

> Mit ungefähr 10 Jahren wird Ihr Kind bereits so kompetent sein, dass es sich freier im Netz bewegen kann. Gewöhnen Sie Ihr Kind deshalb daran, mit **Bookmarks, Favoriten oder Lesezeichen** zu surfen. Begleiten Sie Ihr Kind, wenn es neben den Kindersuchmaschinen auch allgemeine Suchmaschinen ausprobieren will. Sie können auch **spezielle Filtersoftware** installieren. Siehe "Jugendschutzoption im Betriebssystem" - "Tipps für Eltern von Kindern bis ca. 10 Jahren".

Aber: Kein Filterprogramm garantiert absolute Sicherheit, und oft werden darüber hinaus auch unproblematische Inhalte sowie gute Kinderangebote ausgefiltert. Vereinbaren Sie ab einem gewissen Zeitpunkt zusammen mit Ihrem Kind Regeln fürs filterlose Surfen. Bleiben Sie mit ihm im Gespräch, damit es eine Möglichkeit hat,

über seine Erlebnisse zu sprechen. Schimpfen Sie nicht, wenn Ihr Kind auf jugendschutzgefährdende Seiten gekommen ist, sondern äussern Sie Ihre Bedenken und begründen Sie sie in Ich-Form. „Ich finde, dass..“ „Ich möchte, dass du nicht mehr auf solche Seiten gehst, weil ich finde, dass..“ etc.

2. Informieren Sie sich

> Häufig wissen Kinder und Jugendliche besser als Erwachsene, was im Internet vom Bloggen bis zum Downloaden alles möglich ist. Das bedeutet aber nicht, dass sie sich der Gefahren oder gar der rechtlichen Konsequenzen ihrer Internetaktivitäten bewusst sind. **Informieren Sie sich über die Möglichkeiten der Neuen Medien und zeigen Sie Interesse.** Dies sind die besten Voraussetzungen für fruchtbare Gespräche mit Ihrem Kind, auch über schwierige Themen. Machen Sie sich deshalb z.B. mit **Netzführerscheinen** (www.internet-abc.de Bereich "Mitmachen") schlau über das Internet. www.zischtig.ch, www.elternnet.ch, www.jugendschutz.net/eltern/chatten und www.klicksafe.de sind Webseiten, die nützliche Informationen für Sie zusammengestellt haben. Auf www.elternnet.ch finden Sie zudem ein Elternforum, wo Sie sich mit anderen Eltern austauschen können. Und naheliegend, doch meist vergessen: Fragen Sie Ihr Kind, es wird stolz sein, Ihnen etwas zeigen und erklären zu können.

3. Spam und Werbefenster (Pop-ups) mit problematischen Inhalten vermeiden

> Kinder und Jugendliche können auch mit problematischen Angeboten in den lästigen Spam-Mails, in Werbefenstern und -bannern konfrontiert werden. Mit Spam-Mails oder Bannern sollen Internetnutzer vor allem auf Erotikangebote gelockt werden. Deshalb: **Spamfilter für das eigene Postfach aktivieren und zusätzlich ein Programm installieren, das die Werbefenster im Browser unterdrückt (Ad-Blocker).**

4. Cyber-Mobbing, Happy Slapping und Pornografie

> Der rasante Anstieg von Cyber-Mobbing-Fällen ist beunruhigend. Neue Medien machen das Mobbing noch anonym und grenzenlos. Mobbende können so Ihr Kind auch zu Hause über Handy und Computer weiter terrorisieren. So können Opfer per SMS beleidigt, durch gemeine Filmereien mit dem Handy schikaniert oder gar in Internetforen bedroht werden. **Nehmen Sie Ihr Kind ernst, wenn es über Mobbing spricht, und verspre-**

chen Sie ihm, etwas dagegen zu unternehmen (Jugend und Familienberatung / Lehrperson / Polizei). Bedenken Sie, dass Ihr Kind nicht nur Opfer, sondern auch Täter sein kann, und nehmen Sie Stellung dazu. Informationen zum Thema Mobbing finden Sie unter www.studienkreis.ch/ch_mobbing.html

Ein weiterer bedenklicher Trend ist der Besitz und das stolze Präsentieren von selbstgedrehten oder heruntergeladenen Handyfilmen mit brutalen oder pornografischen Handlungen. Neben den ethischen Aspekten kommt Ihr Kind dabei oft auch mit dem Gesetz in Konflikt. Ein kleines Grundwissen dazu finden Sie unter www.actioninnocence.org/suisse/web/downloads_77_.html, Rubrik "Gesetze" und "Gesetze-verso". Oder unter www.generationat.ch >> *Eltern* >> *Gesetze*.

5. Chatten und Instant Messaging sicherer gestalten

> Ein Drittel der Kinder und Jugendlichen ist schon mehrmals auf unangenehme Menschen in Chats gestossen. Nicht selten erleben Heranwachsende Beleidigungen oder Belästigungen im Chatroom. **Prüfen Sie den Chat!** Bilden Sie sich selbst ein Urteil über dessen Sicherheit. Melden Sie Vorkommnisse wie das Zusenden von pornografischem Material oder Gewaltdarstellungen unter www.kobik.ch.

Zum Schutz Ihres Kindes ist es wichtig, dass es weiss, dass es für die Kommunikation im Netz Regeln gibt. So sollte **die Weitergabe von persönlichen Daten (z.B. auf sozialen Netzwerseiten) geregelt sein.** Name, Adresse, Telefonnummern und Fotos dürfen nur nach Absprache mit Ihnen weitergegeben oder auf ein Profil gestellt werden. Kinder und Jugendliche sollten sich **nie ohne Ihre Erlaubnis und ohne eine zuverlässige Begleitung mit einer Online-Bekanntschaft treffen!!!** Thematisieren Sie das Thema Pädophilie im Netz! Und erklären Sie Ihrem Kind, dass es, falls es an eine pädophile Person gerät, dies Ihnen mitteilen soll. Sprechen Sie über Erlebnisse im Chat und Instant Messaging. **Suchen Sie zusammen mit Ihrem Kind moderierte Chats aus.** Chat-Bewertungen und Sicherheitseinstellungen zu unterschiedlichen Instant Messengern finden Sie unter www.chatten-ohne-risiko.net.

6. Social Communities

> Es ist sehr beliebt, sich auf sozialen Netzwerken ein Profil einzurichten. Auf solch einem Profil hat Ihr Kind die Möglichkeit, sich selber darzustellen. Es kann Fotos und Musik raupladen, Vorlieben angeben, Freundeslisten erstellen etc.

Besonders Mädchen präsentieren sich dort oft zu freizügig. **Schauen Sie sich mit Ihrem Kind zusammen sein Profil an. Diskutieren Sie mit ihm Ihre Bedenken und was es beim Sich-Präsentieren beachten soll.** Es ist heute keine Seltenheit mehr, dass potenzielle Lehrmeister sich zuerst das Profil Ihres Kindes im Netz anschauen. Besprechen Sie mit Ihrem Kind, was es von sich ins Netz stellt und was nicht. Die Regel lautet: "Was einmal im Netz ist, ist immer im Netz!"

7. Über Gefahren und Erlebnisse sprechen

> Auf technischen Schutz allein können Sie sich nicht verlassen! Wichtiger ist es, mit Ihrem Kind über die Gefahren und Erlebnisse im Netz zu sprechen, Regeln festzulegen und sich für das, was Ihr Kind im Netz und am Computer macht, zu interessieren. **Versuchen Sie, mit Ihrem Kind im Dialog zu bleiben.** Falls Ihr Kind auf problematische Seiten stösst, können Sie dann den Problemen gemeinsam begegnen.

8. Abmachungen vereinbaren

> **Vereinbaren Sie zusammen mit Ihrem Kind einige Regeln zur Nutzung des Internets.** Einen Vorschlag eines Online-Abkommens für Kinder und Eltern finden Sie unter www.generationat.ch >> *Eltern* >> *Medienerziehung* >> *Internetvereinbarung*. Zur Vereinbarung von Regeln gehören auch die Konsequenzen für das Nichteinhalten von Abmachungen. Unter www.sucht-info.ch/info-materialien/paedagogisches-material/eltern/ können Sie kostenlos den Elternbrief Nr. 5 "Freiheit geben – Grenzen setzen" herunterladen.

9. Internet- und Computerspielsucht

> Kinder und Jugendliche können unbemerkt in eine Internet- oder Computerspielsucht hineinrutschen. Problematisch wird es, wenn Computer und Internet im Alltag so viel Raum einnehmen, dass keine Zeit und Energie für andere Dinge wie Hobbys oder Schule bleibt. Seien sie wachsam, was und wie viel Ihr Kind am Computer macht. Versuchen Sie, den Aufenthalt durch **zeitliche Vereinbarungen oder das Aufzeigen von Alternativen** einzuschränken. Vereinbaren Sie z.B. ein Wochenzeitbudget für Bildschirmmedien, über das Ihr Kind selbstständig verfügen kann. Informationen zu Onlinesucht finden sie unter www.infostelle.ch/de/fokus/archiv/computerspiele_online-sucht www.sucht-info.ch/infos-und-fakten/onlinesucht (pdf "Fokus Onlinesucht")

Die beste Vorsorge gegen Suchtverhalten ist das Stärken von Schutzfaktoren. Informationen dazu finden Sie unter www.generationat.ch >> *Eltern* >> *Schutzfaktoren*.

Zögern Sie nicht, bei Verdacht auf übermässige Nutzung oder anderen Problemen den kostenlosen Rat Ihrer Jugend- und Familienberatung einzuholen.

Jugend- und Familienberatung OW
Dorfplatz 4
6060 Sarnen
041 666 62 56
jugendberatung@ow.ch

Jugend- und Familienberatung NW
Engelbergerstr. 34
6371 Stans
041 618 75 50
jugendberatung@nw.ch

 Diese Broschüre entstand im Rahmen des Projektes **GENERATION@** – Medienerziehung in Schule und Elternhaus. Mehr Informationen finden Sie auf www.generationat.ch.

 Fachstelle für Gesundheitsförderung und Prävention **OW/NW** 

IMPRESSUM
Kantone Obwalden und Nidwalden
Fachstelle für Gesundheitsförderung und Prävention
Dorfplatz 4, 6060 Sarnen

In Anlehnung an: klicksafe.de
Gestaltung: martinasenn.ch
Juli 2010

