

# Medien in der Familie: Regeln finden – Streit vermeiden

[www.mediennutzungsvertrag.de](http://www.mediennutzungsvertrag.de)



Prominente Unterstützung durch

**Ralph Caspers**



© Johannes Haas

„Mit Verträgen kann man nicht früh genug anfangen. Mit dem Mediennutzungsvertrag regeln Eltern und Kinder einen wichtigen Teil Ihres Familienlebens.“



**internet-abc**

Das Portal für Kinder,  
Eltern und Pädagogen

**klicksafe.de**

Mehr Sicherheit im Internet  
durch Medienkompetenz

## Warum ein Mediennutzungsvertrag?

**K**ennen Sie das? Es gibt Ärger, weil Ihr Sohn zu lange vor dem Bildschirm sitzt oder weil Ihre Tochter beim Essen auf ihr Handy schaut. Aber auch Sie als Eltern haben eine wichtige Vorbildfunktion und Verantwortung, wenn es um die Mediennutzung in Ihrer Familie geht.

Um Streit oder Diskussionen über die Handy-, Computer-, Fernseh- oder Internetnutzung zu vermeiden, kann ein gemeinsam und frühzeitig erstellter **Mediennutzungsvertrag** helfen. Denn dann ist klar, was erlaubt ist und was nicht.

Bei einem Mediennutzungsvertrag sollten nicht nur **Nutzungszeiten** und **die Art der erlaubten Inhalte** im Vordergrund stehen. Denn: Medienerziehung ist weit mehr! Beispielsweise sind auch Regeln zum Umgang mit persönlichen Daten oder zu Downloads wichtig. Zudem sollte der Vertrag regelmäßig geprüft und entsprechend den **Erfahrungen** und dem **Entwicklungsstand** Ihres Kindes angepasst werden. So können Sie immer mehr Freiheiten an Ihr Kind abgeben und es Schritt für Schritt auf dem Weg zu einer eigenverantwortlichen Mediennutzung begleiten. Weitere Tipps zur Erstellung des Vertrags finden Sie in diesem Flyer.



## [www.mediennutzungsvertrag.de](http://www.mediennutzungsvertrag.de) auf einen Blick:



1. Unterschiedliche Design- und Regelvorlagen für die beiden Altersgruppen 6–12 Jahre und +12 Jahre.
2. Vorbereitete Regeln für Kinder, Jugendliche und Eltern zu Nutzungszeiten, Handy/Smartphone, Internet, Fernsehen/Filme und Bildschirmspielen.
3. Alle Regeln können frei überarbeitet und neue Regeln erstellt werden.
4. Vertrag kann gespeichert, als PDF ausgedruckt und über einen Zahlencode für Anpassungen jederzeit wieder aufgerufen werden.

Neugierig? Dann probieren Sie es doch gemeinsam mit Ihrem Kind unter [www.mediennutzungsvertrag.de](http://www.mediennutzungsvertrag.de) aus! Dort findet sich auch ein **Film**, der die wichtigsten Funktionen noch einmal genau erklärt.

**Herausgeber:** Der Flyer wurde in Kooperation von der EU-Initiative klicksafe – Mehr Sicherheit im Internet durch Medienkompetenz ([www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)) und dem Projekt Internet-ABC – Das Portal für Kinder, Eltern und Pädagogen ([www.internet-abc.de](http://www.internet-abc.de)) erstellt.



**internet-abc**

Das Portal für Kinder,  
Eltern und Pädagogen

Das Internet-ABC ist ein spielerisches und sicheres Angebot für den Einstieg ins Internet. Hinter dem Projekt steht der gemeinnützige Verein Internet-ABC, dem unter Vorsitz der Landesanstalt für Medien NRW alle 14 Landesmedienanstalten angehören. Mit der Redaktionsleitung ist das Grimme-Institut in Marl beauftragt.

**klicksafe.de**

Mehr Sicherheit im Internet  
durch Medienkompetenz

klicksafe ist das deutsche Awareness Centre im CEF Telecom Programm der Europäischen Union. klicksafe wird gemeinsam von der Landeszentrale für Medien und Kommunikation (LMK) Rheinland-Pfalz (Koordination) und der Landesanstalt für Medien NRW umgesetzt. klicksafe wird gefördert von der Europäischen Union, <http://ec.europa.eu/digital-agenda/self-regulation-better-internet-kids>.

Verantwortlich im Sinne des Presserechts (VISdP): Mechthild Appelhoff, Autor: Martin Müsgens

**Kontaktadresse:**



**Landesanstalt für Medien NRW**  
Zollhof 2, 40221 Düsseldorf  
Tel. 0211-77007-0; Fax: 0211-727170  
E-Mail: [info@medienanstalt-nrw.de](mailto:info@medienanstalt-nrw.de)  
URL: [www.medienanstalt-nrw.de](http://www.medienanstalt-nrw.de)

# Tipps für die Erstellung und Verwendung von Mediennutzungsverträgen:

## Mediennutzungsverträge sollten frühzeitig eingeführt werden

Je früher Verträge erstellt werden, desto selbstverständlicher sind die Regeln für Ihr Kind. Unmittelbar nach einem Streit ist es meist wenig hilfreich, gemeinsam passende Regeln aufzustellen. Für ältere Jugendliche sind Mediennutzungsverträge dagegen nicht mehr der passende Weg.

## Regeln entstehen gemeinsam

Wir empfehlen, den Mediennutzungsvertrag gemeinsam mit Ihrem Kind zu erstellen. So merkt Ihr Kind, dass Sie es ernst nehmen und die Regeln nicht einfach vorgeben. Beachten Sie: Jüngere brauchen mehr, Ältere weniger Anleitung. Wenn Sie im Vertrag auch Elternregeln einfügen (Elternregel: ; Kinderregeln: ) , erlebt Ihr Kind den Vertrag nicht als einseitige Vorgabe und kann die Regeln leichter akzeptieren.

## Regeln sollen keine Ängste erzeugen

Angst vor Verboten kann dazu führen, dass Ihr Kind Probleme mit Internet, Handy, Filmen oder Computerspielen versucht, alleine zu lösen.

**Tipp:** Betonen Sie, dass ungewollte Regelverstöße nicht zu Verboten führen. Erklären Sie Ihrem Kind, dass es sich bei allen Fragen und Problemen an Sie wenden kann und bleiben Sie im Gespräch.

## Kompromisse finden und Einschränkungen begründen

An vielen Stellen können Kompromisse ausgehandelt werden. Gleichzeitig sollte Ihr Kind verstehen, dass Sie als Eltern an einigen Stellen auch allein entscheiden!

Wenn Sie Ihrem Kind die Einschränkungen erklären, fühlt es sich ernst genommen und kann die Regeln im Allgemeinen besser nachvollziehen und akzeptieren.

## Bei Verträgen ist weniger meist mehr

Mediennutzungsverträge sollten **maximal zwei Seiten** lang sein, sonst werden sie schnell unübersichtlich. Manche Regeln betreffen mehrere Bereiche (Internet, Handy etc.), daher unser

**Tipp:** Prüfen Sie zunächst die **allgemeinen Regeln (§)**. Im Anschluss ergänzen Sie weitere Regeln für Internet, Handy usw.

## Jede Familie ist anders

Die vorgegebenen Regeln sollen lediglich eine Hilfestellung sein. So kann jede Regel für Ihre Familie angepasst oder ganz neue Regeln erstellt werden.

## Klare und verhältnismäßige Konsequenzen verabreden

Überlegen Sie gemeinsam, was passiert, wenn Ihr Kind Regeln nicht einhält. Gerade am Anfang müssen Regeln erst eingeübt werden und selten klappt alles sofort. Wenn Regeln aber bewusst und wiederholt nicht eingehalten werden, kann auch mal ein vorübergehendes Internet-, Fernseh- oder Spielverbot eine Möglichkeit sein. Außerhalb des Mediennutzungsvertrags raten wir davon ab, Medien zur Belohnung oder Bestrafung einzusetzen! Denn dann erhalten Medien vielfach einen ungewollt großen Stellenwert im Leben Ihres Kindes.

## Vertrag ausdrucken und sichtbar platzieren

Wenn der Vertrag gut sichtbar an passender Stelle aufgehängt oder platziert wird, hat Ihr Kind die Regeln immer griffbereit.

## Bieten Sie Alternativen an

Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, was es in seiner Freizeit gerne machen würde und bieten Sie Alternativen zur Mediennutzung an. So entsteht in „medienfreien“ Zeiten keine Langeweile und Medien bekommen keine zu große Bedeutung.

## Konflikte aushalten

Regeln schaffen einen Rahmen, an dem sich Kinder orientieren können, nehmen aber auch Freiheiten. Entsprechend ist Medienerziehung und das Vereinbaren von Regeln mit Konflikten verbunden. Aber nur wenn Sie als Eltern konsequent sind, eine klare Position beziehen und Konflikte aushalten, können sich Regeln und Vereinbarungen in der Familie langfristig durchsetzen.

## Linktipps:

### [www.klicksafe.de/eltern](http://www.klicksafe.de/eltern)

Hier finden Sie Informationen zum Thema „Erste Schritte im Netz“, zu Nutzungszeiten, Filter- und Jugendschutzprogrammen und zum mobilen Surfen.

### [www.internet-abc.de/eltern](http://www.internet-abc.de/eltern)

Der Elternbereich vom Internet-ABC bietet Eltern viele praktische Infos und Materialien.

### [www.handysektor.de](http://www.handysektor.de)

Das Portal Handysektor hat auch Informationen zu Datenschutz, Urheberrechten und Cyber-Mobbing für Jugendliche im Angebot. Im Comicstil gestaltete Flyer richten sich direkt an Jugendliche, bieten aber auch gute Aufhänger, um über Themen wie Cyber-Mobbing oder das Recht am eigenen Bild ins Gespräch zu kommen.

### [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)

Die Nummer gegen Kummer ist ein kostenloses und anonymes Beratungsangebot im Internet für Kinder und Jugendliche sowie auch Eltern.

### [www.chatten-ohne-risiko.de](http://www.chatten-ohne-risiko.de)

Hier finden sich zahlreiche Informationen zum Thema „Chatten und IM“.

### [www.irights.info](http://www.irights.info)

„iRights.info – Urheberrechte in der digitalen Welt“ klärt auf verständliche Art über Rechtsfragen rund um die Themen Internet, Musik und Co. auf.

### [www.spieleratgeber-nrw.de](http://www.spieleratgeber-nrw.de)

Der pädagogische Ratgeber zu Computer- und Videospiele ist ein Angebot der Fachstelle für Jugendmedienkultur NRW. Neben einer Beurteilung von gängigen Spielen (u. a. durch jugendliche Kritiker) gibt es Infos zu Projekten, Forschung oder Literatur.

### [www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info)

SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht. Die Webseite bietet Eltern praktische Orientierungshilfen zur Medienerziehung, u. a. auch Tipps zum Umgang mit Computerspielen. Schau Hin! ist eine Initiative des Bundesfamilienministeriums.