



# Handlungstipps zu digitalen Spielen

## Gemeinsam Regeln vereinbaren

Es kann hilfreich sein, feste Regeln zur Mediennutzung allgemein oder auch speziell für digitale Spiele in Ihrer Familie zu vereinbaren. Legen Sie z. B. fest, wann, wie oft und wie lange gespielt werden darf. Beziehen Sie dazu alle Familienmitglieder mit ein und erarbeiten Sie gemeinsam eine Lösung, mit der alle einverstanden sind. Sie können z. B. einen Mediennutzungsvertrag aufsetzen, den alle unterschreiben:

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

## Sich über neue Spiele informieren

Informieren Sie sich vor dem Kauf über neue Spiele, die Ihr Kind gut findet oder spielen möchte. Einige Bewertungsportale im Internet bieten umfangreiche Informationen, Beurteilungen und Einschätzungen zu beliebten Spielen und Spiele-Apps. Ein Beispiel ist der ➔ **Spieleberater NRW**. Hier können Sie sich über die Handlung eines Spiels informieren, worauf es darin ankommt, für welches Alter ein Spiel geeignet ist und was man dabei beachten sollte. Eine weitere Möglichkeit, ein Spiel vorab einsehen und besser einschätzen zu können, sind sogenannte „Let’s Play Videos“. In den Videos filmen sich Gamer dabei, während sie ein Spiel spielen, und berichten von ihren Erfahrungen und Eindrücken.

## Gemeinsam spielen und Ansprechperson sein

Es kann viele unterschiedliche Gründe geben, warum Ihr Kind spielt. Ob zur Unterhaltung, Entspannung oder zum Stressabbau – alle Gründe sind in Ordnung. Versuchen Sie, die Nutzungsmotive Ihres Kindes nachzuvollziehen. Hier kann es helfen, sich das Spiel von Ihrem Kind zeigen und erklären zu lassen oder sogar zusammen zu spielen. Das sorgt für gemeinsame Erlebnisse und kann helfen, die Vorlieben und Gefühle Ihres Kindes beim Spielen besser zu verstehen. Es kann Ihrem Kind auch dabei helfen, bei Problemen zu Ihnen zu kommen und sich Ihnen anzuvertrauen. Übrigens: Für viele Spiele muss Ihr Kind sehr geschickt sein und z. B. schnell reagieren können. Das ist gar nicht so einfach – schätzen Sie die Fähigkeiten Ihres Kindes.

## Risiken kennen und vermeiden

Manche digitalen Spiele können problematisch sein – sie zeigen Gewalt und können überfordern. Auch können Kostenfallen und Werbung enthalten sein. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind nur Spiele spielt, die für sein Alter geeignet sind. Die Alterskennzeichen der USK (Unterhaltungssoftware Selbstkontrolle) auf Trägermedien (z. B. Spiele-DVDs) und Altershinweise bei Online-Spielen bzw. Apps können hier Orientierung bieten. Sie können die Spiele auch vorher selbst ausprobieren, schließlich kennen Sie Ihr Kind am besten. Weiterhin können auf Online-Spieleplattformen Jugendschutz-PINs oder spezielle Profile eingerichtet werden, um Kinder vor ungeeigneten Spielen und Inhalten zu schützen.

Um Kostenfallen zu vermeiden, deaktivieren Sie „In-App-Käufe“ im App-Shop und hinterlegen Sie keine Zahlungsdaten. Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind, dass es Sie vorher fragt, bevor es etwas im Spiel kauft. Achten Sie darauf, welche persönlichen Daten ein Spiel abfragt. Vereinbaren Sie auch hier feste Regeln mit Ihrem Kind, z. B. was es angeben darf und was nicht. Viele Spieleanbieter verkaufen die Daten weiter, um damit Geld zu verdienen.

## Vorbild sein

Sie sind Vorbild für Ihr Kind. Wenn Sie selbst gerne, oft und lange spielen, schaut sich Ihr Kind das Verhalten ab. Achten Sie daher darauf, dass Regeln für alle gelten und gehen Sie mit gutem Beispiel voran. Bieten Sie außerdem vielfältige andere Beschäftigungen als Alternativen zum Spielen an. So bekommen digitale Spiele keinen zu hohen Stellenwert. Hobbys, wie Sport oder ein Instrument spielen, können ein Ausgleich sein.

## Das Spielverhalten im Auge haben

Achten Sie auf das Spielverhalten Ihres Kindes. Wenn Ihnen etwas Sorgen macht, bleiben Sie aufmerksam. Bestimmte Merkmale sind typisch für ein problematisches Spielverhalten. Etwa wenn Ihr Kind sich anders verhält als sonst, Hausaufgaben oder Hobbys vernachlässigt, sich nicht an die Regeln hält oder sich nicht mehr mit Freundinnen und Freunden trifft. Wenn Sie diese Dinge über einen längeren Zeitraum beobachten, sollten Sie handeln.

## Sich Hilfe suchen

Wenn Sie feststellen, dass Ihr Kind bereits abhängiges Spielverhalten zeigt, können Sie sich professionelle Hilfe suchen. Unterstützung bieten z. B. Sucht- oder Familienberatungsstellen. Es kann auch hilfreich sein, den Austausch mit anderen Eltern zu suchen, deren Kinder betroffen sind oder die Erfahrungen damit gesammelt haben. Anlaufstellen und Beratungsangebote sowie weitere Tipps und Informationen finden Sie in der **„Linkliste: Beratungsstellen und Hilfsangebote“** sowie bei  **klicksafe**.