



Handlungstipps

Interesse zeigen

Im Gespräch mit Ihrem Kind können Sie herausfinden, warum es bestimmte Social-Media-Angebote toll findet und welche Inhalte darin zu sehen sind. Versuchen Sie zu verstehen, was Ihr Kind daran fasziniert und lassen Sie sich Dinge erklären – ohne sie abzuwerten. Ein gemeinsamer Austausch kann auch bei möglichen Konfliktsituationen helfen.

Über Nutzungsmotive sprechen

Es gibt viele verschiedene Gründe, warum Ihr Kind Social-Media-Angebote nutzt, z. B. Selbstdarstellung, Unterhaltung oder Information. Ein Gespräch kann helfen, die Gründe richtig einzuordnen. So kann Ihr Kind besser darauf achten, was ihm guttut und was nicht. So können auch Zeitfallen vermieden werden.

Zeitfallen vermeiden

Die Zeit vergeht mit Messenger-Diensten und Social-Media-Angeboten wie im Flug. Gemeinsame Absprachen und Zeitlimits, z. B. wie lange Ihr Kind chatten oder Videos sehen darf, können helfen.

Auf Altersbeschränkungen achten

Die Nutzung der meisten Social-Media-Angebote ist laut den Anbietern mit einem Mindestalter verbunden, z. B. Instagram ab 13 und WhatsApp ab 16 Jahren. Für Jüngere gibt es oft keine ausreichenden Sicherheitseinstellungen, die sie vor Gefahren wie problematischen Inhalten oder Kontakttrisiken schützen. Das tatsächliche Alter wird bei der Anmeldung jedoch nicht überprüft. Achten Sie daher auf die Altershinweise der Angebote und suchen Sie ggf. Alternativen.

Vorsichtig sein

Über Social Media kann man mit vielen Menschen weltweit Kontakt haben. Es ist dabei nicht immer klar, wer wirklich hinter einem Profil steckt und welche Absichten die Person hat. Sprechen Sie mit Ihrem Kind über die Bedeutung von Freundschaft und was es heißt, jemanden wirklich zu kennen. Ihr Kind sollte Fremden gegenüber grundsätzlich vorsichtig sein und keine persönlichen Daten weitergeben, z. B. den echten Namen, Schule, Adresse oder Handynummer.

Challenges thematisieren

Wenn Ihr Kind an Challenges teilnimmt, ist ein gemeinsamer Austausch und Ihr offenes Interesse hilfreich. Es handelt sich hier u. a. um Mutproben, wie Sie sie vielleicht aus Ihrer Jugend kennen. Manche Challenges sind harmlos, andere können (lebens-) gefährlich sein. Sie können Ihr Kind dabei unterstützen, mögliche Risiken zu erkennen und richtig einzuschätzen. Auch wenn man nominiert wird oder die Challenges gerade angesagt sind: Bestärken Sie Ihr Kind darin, nichts zu tun, was es nicht will.

Verständnisvoll sein

Was war Ihnen selbst in Ihrer Jugend wichtig und hat Ihre Entwicklung geprägt? Vielleicht haben Sie ähnliche Dinge getan, nur nicht im digitalen Raum, z. B. Fotos von Freunden gesammelt, Stars angehimmelt und deren Poster aufgehängt. Haben Sie sich mit Freundinnen und Freunden über Ihre Lieblingsmusik oder -filme ausgetauscht? Ihr Kind erlebt all das über Social Media. Ihre eigenen Erfahrungen können helfen, mit Ihrem Kind über Dinge zu sprechen, die ihm wichtig sind. Vielleicht haben Sie sogar noch Fotos aus Ihrer Zeit, die Sie gemeinsam ansehen können.

