

Ratschläge zum Gaming für Teenager

internet
matters.org



Was Sie wissen sollten



Finden Sie einen Kompromiss zwischen virtuellen und analogen Aktivitäten

Sprechen Sie mit Ihren Kindern darüber, wie wichtig analoge Aktivitäten wie Schlaf, die gemeinsame Zeit mit Freunden und die Hausaufgaben sind. Damit helfen Sie Ihren Kindern, die richtige Balance zu finden.



Behalten Sie auch Gaming-Videos im Blick

Viele Kinder spielen nicht nur selbst gern. Sie sehen sich auch auf Live-Streams und Online-Videos an, wie andere spielen.

Diese Videos sind schwer einzuschätzen. Sie enthalten mitunter auch Kraftausdrücke. Deshalb ist es sinnvoll, sich ein paar Aufnahmen gemeinsam mit den Kindern anzusehen – um einschätzen zu können, ob die Clips für sie geeignet sind.




Machen Sie sich mit den PEGI-Einstufungen vertraut

Bei älteren Teenagern ist die Versuchung mitunter groß, ein Auge zuzudrücken. Doch es ist wichtig, konsequent zu bleiben, wenn ein Spiel nicht altersgerecht ist. Erklären Sie Ihren Kindern, warum sie möglicherweise noch zu jung für diese Spiele sind – etwa, weil die darin behandelten Themen nicht für sie geeignet sind.

Worüber Sie sprechen sollten

Reden Sie über mögliche Risiken beim Gaming:

- Persönliche Daten müssen geschützt werden. Nur so kann sichergestellt werden, dass fremde Leute außerhalb des Spiels keinen Kontakt zu Ihren Kindern aufnehmen können.
- Erklären Sie, dass manche Menschen in der virtuellen Welt auch falsche Identitäten annehmen.
- Betonen Sie, wie wichtig ein respektvoller Umgang beim Austausch mit anderen Spielern ist, damit sich niemand belästigt fühlt. **[Zeigen Sie hierfür Ihrem Kind den Netiquette-Leitfaden.]** 
- Achten Sie auf Anzeichen für übermäßigen Spielekonsum – etwa, wenn Ihr Kind müde ist oder gereizt reagiert.
- Sprechen Sie über das Verlangen nach nicht altersgerechten Spielen mit Inhalten, die Ihre Kinder verstören könnten.
- Reden Sie darüber, wie wichtig es ist, bei Stress oder Ärger im Spiel regelmäßige Pausen einzulegen und jeden Beitrag vor dem Abschicken noch einmal zu überdenken.
- Seien Sie kritisch bei Käufen im Spiel, die beim sogenannten Skin Gambling als virtuelle Wetteinsätze verwendet werden könnten.

Ermuntern Sie Ihre Kinder, bei Bedarf Hilfe in Anspruch zu nehmen

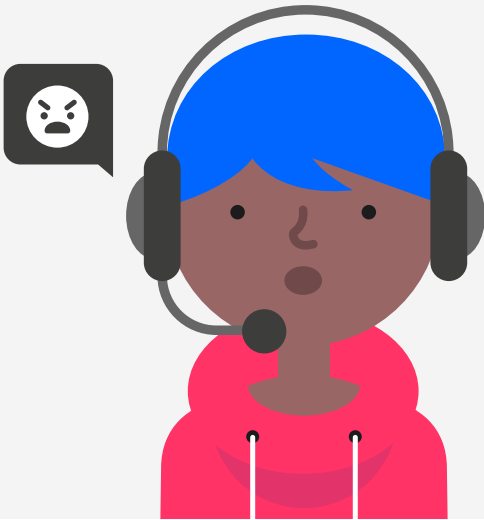
Sagen Sie Ihnen, dass sie sich bei Problemen im Internet jederzeit an Sie, einen anderen Erwachsenen ihres Vertrauens oder eine Beratungsstelle für Kinder wenden können.

Teilen Sie die Verhaltensrichtlinien gegen Belästigung im Internet

Helfen Sie Ihren Kindern, ihren Beitrag gegen Belästigungen im Internet zu leisten. Erklären Sie ihnen die Prinzipien der Verhaltensrichtlinie „Stop, Speak, Support“. Dabei lernen Ihre Kinder, was zu tun ist, wenn jemand im Internet belästigt wird.

Sprechen Sie mit Ihren Kindern darüber, wie Spielinhalte bei ihnen ankommen

Es ist wichtig, strittige Themen wie Gewalt, Sex oder die Interpretation von Geschlechterrollen anzusprechen. Sie stellen damit sicher, dass der Blick der Kinder auf die Realität dadurch nicht getrübt wird.



Was Sie konkret tun können

Fordern Sie Ihre Kinder auf, Pausen einzulegen

Ihre Kinder sollten es sich angewöhnen, alle 45 Minuten eine Spielpause einzulegen.

Gehen Sie mit gutem Beispiel voran

Wenn Sie selbst spielen, können Sie ihren Kindern direkt zeigen, wie man sich im Spiel richtig verhält.

Treffen Sie familieninterne Vereinbarungen

Auch wenn ein Teenager sich schon sehr sicher in der virtuellen Welt bewegt, braucht er feste Grenzen. Finden Sie gemeinsam heraus, welche Spiele in Frage kommen und wo Ihr Kind noch Hilfe im Umgang mit der virtuellen Welt braucht.

Bringen Sie Ihrem Kind bei, wie es Einstellungen zum Schutz der Privatsphäre vornehmen und andere Spieler bei Verstößen melden kann

Überprüfen Sie die Einstellungen zum Schutz der Privatsphäre auf dem Konto Ihres Kindes. Zeigen Sie ihm, wie es in seinen Spielen andere Spieler sperren oder Probleme melden kann.

Ermuntern Sie Ihre Kinder dazu, in gemeinsam genutzten Räumen zu spielen

Wenn Sie sehen und hören, was Ihre Kinder gerade machen, sind Sie immer auf dem Laufenden und können bei Bedarf einschreiten.

