## Statt Streit um Medien – Vertrag abschließen!

*Kurze Fassung*

Medien zu nutzen ist für Kinder heutzutage selbstverständlich. Sie sehen fern, spielen am Computer oder surfen im Internet. Das macht Spaß – und birgt Konflikte. Denn Eltern sorgen sich, ob zu viel Zeit vor dem Bildschirm nicht schaden könnte. Sie fürchten, häufig nicht zu Unrecht, dass zu wenig Zeit für Hausaufgaben, Freunde oder zur Entspannung bleibt. Medienpädagogen raten, in der Familie einen Vertrag abzuschließen, welche Medien wie lange von den Kindern genutzt werden dürfen und welche Inhalte für beide Seiten akzeptabel sind. Auf einer Internetseite von klicksafe und Internet-ABC können Sie einen Vertrag erstellen:

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

Quelle: Internet-ABC e.V.

*Lange Fassung*

Kinder nutzen Medien heutzutage so selbstverständlich, wie sie Fahrrad fahren oder sich ein Müsli zubereiten. Auf Platz 1 in der kindlichen Mediennutzung steht das Fernsehen, gefolgt von Spielen am Computer oder Tablet und Surfen im Internet. Vielen Eltern bereitet die Begeisterung, mit der ihre Kinder diese Medien nutzen, Bauchschmerzen. Kommen dabei nicht andere Freizeitaktivitäten und Kontakte zu Freunden zu kurz? Wird das Kind nicht zappelig und unausgeglichen, wenn es stundenlang auf den Bildschirm starrt?

Statt ständig wieder über diese Fragen zu streiten, empfiehlt es sich, einen Medienvertrag abzuschließen. In ihm lässt sich gemeinsam mit dem Kind festlegen, wie lange die verschiedenen Medien genutzt werden dürfen und welche Inhalte akzeptabel sind. Ein solcher Vertrag kann jährlich angepasst werden und dem Kind je nach Alter mehr Freiheiten zugestehen.

Wenn in dem Vertrag auch Regeln für die Erwachsenen festgelegt werden, können Kinder erkennen, dass es nicht nur um Kontrolle geht, sondern tatsächlich um eine Auseinandersetzung: Wie viel Medienkonsum tut uns gut und ab wann leidet das Familienleben darunter? Auf einer Internetseite von klicksafe und Internet-ABC können Sie spielend einfach einen Vertrag erstellen:

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

Quelle: Internet-ABC e.V.