





**Peter Welti Cavegn**

- Fachexperte der Perspektive Thurgau
- Psychotherapie FSP, Dipl. NPO-Manager VMI, OE, Supervision, Coaching
- Fachgebiete: Suchtprävention, Substanzen, Lebenskompetenzen Digitale Medien, Informatik, Gewaltprävention, Radikalismus, Profiling, Bedrohungsmanagement
- Behördenmitglied verschiedener Schulen und Präsident Sekundarschule, Vorstandsmitglied der Schulpräsidenten TG
- Erziehung und Begleitung psychisch kreativer Kinder (Heilpädagogischer Pflegeplatz)
- Vater und Ehemann

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Was bietet die Perspektive Thurgau?**

- bietet Elternkurse, Lehrpersonen- und Schulinformationen zum Thema an:
  - „chatten/gamen/surfen – glotzen?“
  - Cybermobbing / Cyberbullying
  - Cyberetikett, Benehmen im Internet
- Beratung durch Paar-, Familien- und Jugendberatung, sowie Suchtberatung
- begleitet Schulprojekte zum Thema im Rahmen des NGSTG & Freelance
- engagiert sich national im Fachverband Sucht und bei «jugend&medien»

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**um was geht es ...**

- Ambivalenz in diesem Thema
- keine Betty Bossi Rezepte




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Kann ich süchtig werden von Medien?

### Onlinesucht

---

---

---

---

---

---

---

---

## Wie nutzen wir die Digitalen Medien?

---

---

---

---

---

---

---

---



Der Einstieg beginnt früh

---

---

---

---

---

---

---

---



Generation 24/7 online

---

---

---

---

---

---

---

---

Umgang mit persönlichen Daten	Passwörter
Identitäten online & in echt	Exzessives Spielen
Angstmachende Inhalte	Exzessive Nutzung von Geräten
Kosten erkennen	Umgang miteinander
Wer darf was fotografieren!	Apps & Spiele

Themen in der Primarschule

---

---

---

---

---

---

---

---

WAS ELTERN BESCHÄFTIGT

**Kontrolle und Vertrauen**

**Das Handy:**  
Ab welchem Alter? Wie lange?

**YouTube**  
Sichere Programme  
Welche Inhalte sind altersgerecht?

**Kinder an das Gerät der Eltern:**  
Welche Programme? Wie lang? Wie lange?

**Sicherheitsvorkehrungen der Geräte**

**WO ELTERN LERNEN (WOLLEN)**

**Von anderen Eltern**

**In Workshops an Schulen**

**Expert/Anwenderberatung (on- und offline)**

Was Eltern beschäftigt

---

---

---

---

---

---

---

---



- Kinder und Jugendliche haben in Schule, Beruf und Freizeit freien Zugang zu den modernen Medien.
  - Sie beherrschen deren Technik oft besser als ihre Eltern.
- 
- Es fehlt ihnen aber häufig die Kompetenz zum sinnvollen Umgang damit.

---

---

---

---

---

---

---

---

### Nutzungsformen zwischen Risiko und Anregung




---

---

---

---

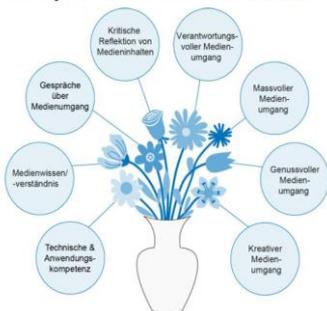
---

---

---

---

### Medienkompetenz-Blumenstraus




---

---

---

---

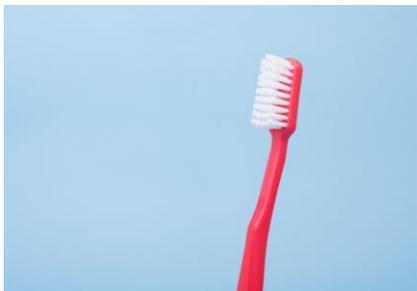
---

---

---

---





Passwörter

---

---

---

---

---

---

---

---



Wann entstehen Kosten?

---

---

---

---

---

---

---

---



Risiken in Apps

---

---

---

---

---

---

---

---





Online-Sucht

---

---

---

---

---

---

---

---

## Online-Suchtprävention

- Kinder erkennen in der Regel ihre eigenen physischen Grenzen, sehen aber oft keine Alternativen.
- Hier sind die Eltern gefragt! Statt Verbote aufzuerlegen, sollten sie ihre Kinder dazu ermutigen, die eigenen Grenzen zu erkennen und nach Überschreitung dieser Grenzen etwas Anderes zu tun.
- Das kann man gemeinsam üben, indem man, wenn es dem Kind zu viel wird, z.B. miteinander rausgeht, kuschelt oder rauf (als Indoor-Aktivität).
- Das bedeutet unter Umständen auch, dass man einmal seine eigenen Aktivitäten für einen Moment unterbrechen muss. Wichtig: Es sollte vermieden werden, dass das Kind von einem Bildschirm zu einem anderen wechselt (z.B. vom Handy zum Fernseher).

---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---

## 5 Bereiche mit Suchtpotential

Internetpornographie

Chat

Online-Spiele 

Internet-Glückspiel

Mobile Daten

---

---

---

---

---

---

---

## Computerspiele bieten

- Klare und verlässliche **Strukturen** und **Regeln**
- Eigene, selbständige Entscheidungen treffen
- Spannende Erfahrungen & **Abenteuer** erleben
- **Gefahren** und **Ängste** überwinden können
- **Ziele** erreichen
- **Fähigkeiten** und **Fertigkeiten** erwerben
- Vorbilder zum nacheifern
- Zeigen eigene **Leistungen**  
= darauf stolz sein können

---

---

---

---

---

---

---

## Einiges zu den Genres

- **Action / Adventures** - Tomb Raider, Harry Potter
- **Denk- und Geschicklichkeitsspiele** - Tetris
- **Edutainment** - Mathe, Deutsch in spielerischer Form
- **Gesellschaftsspiele** - Uno, Monopoly
- **Jump & Runs** - Super Mario
- **Rennspiele** - Need for Speed, Formula 1
- **Rollenspiele** - Gothic 3, **WoW** (MMORPG)
- **Shooter** - Counter Strike, Call of Duty
- **Sportspiele** - Fifa 12, Wii Sports
- **Strategiespiele** - Die Siedler, Anno



---

---

---

---

---

---

---



## Risikofaktoren

- Gewaltklima im persönlichen Umfeld
- früher Konsum Gewalt darstellender Medien (unter 11-12 Jh.)
- fehlende moralische Grundsätze
- fehlendes Interesse der Eltern für Medienkonsum, fehlende Grenzen




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Ab welchem Alter ist ein Spiel geeignet?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Ab welchem Alter ist ein Spiel geeignet?

- Ab welchem Alter ein Spiel geeignet ist, hängt sehr stark davon ab, wie gut sich ein Kind konzentrieren kann.
- **Es gibt also keine allgemeingültigen Regeln!**
- Überlegen Sie bei jedem Spiel, ob es bereits für Ihr Kind geeignet ist.
- Für die meisten Spiele gibt es eine gesetzliche Altersempfehlung, an der man sich orientieren kann.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Minecraft

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Jugendmedienschutz



**Jeder zweite 10-jährige besitzt Spiele, die erst ab 16 oder gar 18 freigegeben sind.**

**PEGI** Pan European Game Information



Pan European Game Information: [www.pegi.info](http://www.pegi.info)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Ja, es stimmt, dass WhatsApp erst ab 16 Jahren erlaubt ist. Dabei muss man das Alter nicht konkret eintippen, aber mit der Anmeldung seiner Telefonnummer bestätigt man die Nutzungsbestimmungen von WhatsApp. Genau darin befindet sich ein Absatz, der besagt, dass man 16 Jahre oder älter sein muss, um WhatsApp nutzen zu dürfen bzw. Erziehungsberechtigte dies bestätigen müssen.

*„You affirm that you are either more than 16 years of age, or an emancipated minor, or possess legal parental or guardian consent, and are fully able and competent to enter into the terms, conditions, obligations, affirmations, representations, and warranties set forth in these Terms of Service, and to abide by and comply with these Terms of Service. In any case, you affirm that you are at least 16 years old as the WhatsApp Service is not intended for children under 16. If you are under 16 years of age, you are not permitted to use the WhatsApp Service. [...]“*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Mindestaltersangaben von anderen Diensten laut Nutzungsbedingungen:

- Facebook – 13 Jahre
- Instagram – 13 Jahre
- Google Konten, somit auch YouTube und Android – 13 Jahre
- Twitter – 13 Jahre
- Snapchat – 13 Jahre



Ask.fm ist eine Community, die dem Prinzip "Frage und Antwort. Finde heraus, was die Leute von dir wissen wollen!"

---

---

---

---

---

---

---

---

### Wer bin ich?

Bilder: Robbie Cooper, Alter Ego



---

---

---

---

---

---

---

---

### Wer kann ich sein!



---

---

---

---

---

---

---

---

## Gefahren im Chat / Internet

- Nach durchschnittlich 5 Minuten im Kinderchat „Grooming„ (Anmache) durch Erwachsene!
- Über 40% der 12 bis 19-jährigen (Mädchen) wurden im Chat schon nach Adresse, Telefonnummer oder richtigem Namen gefragt
- ¼ Kontakt mit Internetbekanntschaft (tel. oder persönlich) – jedes 10. Treffen war ernüchternd bis befremdend

JIM Studie 11

---

---

---

---

---

---

---

---

## Programme und Anwendungen



Snapchat

---

---

---

---

---

---

---

---

## Internetfallen – Abzocke im Internet

- Intelligenztests, Sprachkurse, Prognosen zur eigenen Lebenserwartung, die Teilnahme an Gewinnspielen, Warenprobentests oder Offerten zu Gratis-SMS; Musik und Klingeltöne...  
Trickreiche Internetanbieter locken neugierigen Nutzern mit vermeintlich kostenlosen Diensten das Geld aus der Tasche.
- **häufige Merkmale oder Risiken**

---

---

---

---

---

---

---

---



Cyber-Mobbing

---

---

---

---

---

---

---

---

### Gefahren im Netz

**20% der befragten  
Gemobbten könnten  
sich vorstellen, selber  
zum Täter zu werden**



Mit den aus dem Englischen kommenden Begriffen **Cyber-Mobbing**, auch **Internet-Mobbing**, **Cyber-Bullying** sowie **Cyber-Stalking** werden verschiedene Formen der **Belästigung, Bedrängung und Nötigung** anderer **Menschen** oder **Firmen** mit Hilfe elektronischer Kommunikationsmittel über das Internet, in Chatrooms, beim Instant Messaging und/oder auch mittels Mobiltelefonen bezeichnet.

---

---

---

---

---

---

---

---

**Cybermobbing und Missbrauch  
ist verboten!**



---

---

---

---

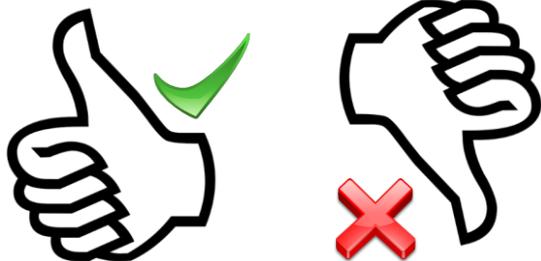
---

---

---

---

## Ja oder Nein?



52

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

JA (YES)	NEIN (NO)	PROCEED (ZUFORTFAHREN)	CANCEL (ABBRUCHEN)
ENABLE (ERMÖGLICHEN)	DISABLE (NICHT ERMÖGLICHEN)	APPROVE (ZUSTIMMEN)	DON'T APPROVE/ DENY (NICHT ZUSTIMMEN)
SAFE (SICHER)	RISKY (RISIKO)	ALLOW (ZULASSEN)	ALWAYS (IMMER)
PERMIT (ZULASSEN)	DON'T PERMIT (NICHT ZULASSEN)	ENTER (EINGEBEN)	DELETE (LÖSCHEN)
ALWAYS PERMIT (IMMER ZULASSEN)	ENTER (EINGEBEN)	ENTER (EINGEBEN)	EXIT (AUSGEBEN)
UNRECOVERABLE (UNWIDERSACHBAR)	ESCAPE (ENTFLUCHEN)	ACCEPT (ANNEHMEN)	ABORT (ABBRUCHEN)
REMEMBER ME LATER (ERINNERE MICH SPÄTER)	NO THANKS (NEIN DANKE)	JOIN (BEITRETEN)	LEAVE (VERLASSEN)
MAYBE LATER (MÖGLICHERWEISE SPÄTER)	NOT NOW (JETZT NICHT)	LIKE (GÜTEN)	DON'T LIKE/DISLIKE (NICHT MÖGEN)
DON'T REMIND ME (ERINNERE MICH NICHT)	CLOSE WINDOW (FENSTER SCHLIESSEN)	EXCUSE (DURCHFÜHREN)	OPEN (ÖFFNEN)
OPEN (ÖFFNEN)	CLOSE (SCHLIESSEN)	ENABLE (ERMÖGLICHEN)	DISABLE (NICHT ERMÖGLICHEN)

53

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Unangenehme Bilder



54

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## Kindererziehung 2.0



---

---

---

---

---

---

---

---

## Tipp für Eltern ...

Das **grösste Risiko** von Internet, Handy und Smartphone für unsere Kinder ist, ...

... ihnen den **Zugang zu verweigern!**

Grenzen setzen ...

---

---

---

---

---

---

---

---

## Schlaf

- Blaues Licht verzögert Schlaf
- Monitore suggerieren Tageslicht
- Keine Ausschüttung von Melatonin
- weniger Müdigkeit



---

---

---

---

---

---

---

---



- Informieren Sie sich über die Mediennutzung Ihres Kindes. Lassen Sie sich von Ihrem Kind aktuelle Lieblingsseiten, -spiele oder -apps zeigen und versuchen Sie zu verstehen, warum es diese toll findet.
- Sprechen Sie über Ihre **Meinung und Gefühle** zu ungeeigneten Inhalten!
- **Seien Sie ein Vorbild!** Leben Sie jenen kompetenten Umgang mit Medien vor, den Sie sich auch von Ihren Kindern erwarten.
- Vergessen Sie nicht: Die **Chancen digitaler Medien** übertreffen die Risiken bei weitem!

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

<https://www.mediennutzungsvertrag.de/>



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Gute Kinderportale



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

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Medien im Schlafzimmer?

Babysitter?

Interesse zeigen

gemeinsame Unternehmungen in der Familie

Das echte Leben «matschen» lassen!

Flimmerpause!

gemeinsame Mahlzeiten!

Rückzug ansprechen

Freundschaften im richtigen Leben pflegen!

Übermüdung ansprechen

**NEIN!**

---

---

---

---

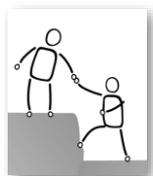
---

---

---

---

## Hilfe holen!



---

---

---

---

---

---

---

---

## Prävention beginnt im Alltag!

# i h d m l

---

---

---

---

---

---

---

---

# i ha di mega lieb

## Wertschätzung zeigen

Sich zu bedanken, sich gegenseitig zu schätzen, einander Sorge tragen und sich dazu ein paar Gedanken zu machen, ist nicht nur eine soziale Kompetenz, sondern auch Grundpfeiler im sozialen Zusammenleben.

Grundsätzlich bezeichnet Wertschätzung die positive Bewertung eines anderen Menschen, und zwar weitestgehend unabhängig von seinem Verhalten. Diese positive Grundeinstellung gegenüber anderen kann auch allgemein als Respekt bezeichnet werden. Wertschätzung eines Menschen bedeutet, den ihm innewohnenden Wert anzuerkennen und zu respektieren. Es ist dabei davon auszugehen, dass jeder Mensch in seinem individuellen Menschsein wertvoll ist und daher Respekt und Wertschätzung verdient. Dies setzt auch immer eine gewisse Bedingungslosigkeit voraus – und ich gehe Mal davon aus, dass Eltern diese bedingungslose Liebe ihren Kindern gegenüber haben.

---

---

---

---

---

---

---

---

Zwei Dinge sollen Kinder  
von ihren Eltern bekommen:

Wurzeln und Flügel.

J. W. von Goethe



---

---

---

---

---

---

---

---

Herzlichen Dank für Ihr Interesse!

Peter Welti Cavegn

---

---

---

---

---

---

---

---