

Setzen Sie sich mit den Spielen Ihres Kindes auseinander und versuchen Sie, selbst einmal mit zu spielen. Die deutsche Unterhaltungssoftware „Selbstkontrolle“ macht vor der Markteinführung in Deutschland verbindliche Vorgaben für Händler. Auf www.usk.de erhalten Sie die **Altersempfehlung** für die Computerspiele.

Lebensmittel sind vor den Bildschirmen nicht zu empfehlen, da sie zu unnötiger Nahrungsaufnahme anregen. Ausnahme: Früchte & Gemüse.

HANDY

Kaufen Sie Ihrem Kind ein Handy mit Vorauszahlungsfunktion (Prepaid) und vereinbaren Sie mit ihm einen bestimmten monatlichen Betrag. Was darüber hinaus geht, muss Ihr Kind selbst bezahlen. Empfohlener Betrag: Bis 12 Jahre ca. 10 bis 15 Franken, 12 bis 14 Jahre ca. 15 bis 20 Franken und 14 bis 16 Jahre 20 bis 30 Franken pro Monat.

Achten Sie auf die Gefahren des unkontrollierten Internetzugangs via Handy: Klingeltonabos, Seiten mit gewaltverherrlichenden oder pornographischen Inhalten, Chatten usw.

TASCHENGELD

Wir empfehlen, jüngeren Kindern ein wöchentliches Taschengeld zu geben und später auf einen Monatsbetrag zu wechseln.

Wenn Sie weitere Ausgabenposten Ihres Kindes über das Taschengeld abwickeln, müssen Sie dieses um einen angemessenen Betrag erhöhen. Mit einem monatlichen Taschengeld kann Ihr Kind den Umgang mit dem Geld sowie das Einteilen lernen. Definieren Sie ganz präzise, welche Dinge Ihr Kind vom Taschengeld bezahlen muss und wozu es sich weiterhin an Sie wenden kann.

Ermuntern Sie Ihr Kind zu einem Wochenarbeitsplatz gemäss seinem Alter und seinen zeitlichen Ressourcen; maximal ein halber Tag. Dabei kann es lernen, dass Geld verdient werden muss und zudem Möglichkeiten bestehen, das eigene Taschengeld zu erhöhen.

Richtwerte für Taschengeld

- *Wöchentlich den Frankenbetrag* der Schuljahre (exkl. des Elternbeitrags an die Handykosten)
- ab 5. Klasse → Monatsbetrag

Den vorliegenden **MittelWeg** erhalten Sie auf der Jugendfachstelle Lyss & Umgebung. Für Rückmeldungen, Anregungen und auch Kritik sind wir Ihnen dankbar.

Mühleplatz 3 | 3250 Lyss | 032 385 14 10
jugendfachstelle@lyss.ch | www.jugendfachstelle-lyss.ch

(-) jugendfachstelle lyss
und umgebung

MITTEL für einen

WEG mit Kindern und Jugendlichen

Dieses Haltungspapier soll allen Eltern und Erziehungsberechtigten mit Kindern und Jugendlichen **unter 16 Jahren** als Orientierungshilfe in Erziehungsfragen dienen. Es hat nicht den Anspruch auf Vollständigkeit oder einzige Richtigkeit.

Engagierte Eltern aus Lyss haben dieses Haltungspapier in Zusammenarbeit mit der Jugendfachstelle und der Schule erarbeitet.

8-UNG! DARAN SOLLTEN SIE DENKEN

Versuchen Sie beim Aushandeln von Regeln Ihrem Kind gerecht zu werden. Treffen Sie **gemeinsam** mit Ihrem Kind Abmachungen. Verbotenes wird rasch als interessant angesehen und mit Nulltoleranz erreichen Sie unter Umständen, dass Ihr Kind Ihnen kaum mehr etwas anvertraut. Sanktionen machen Sinn, wenn sie angemessen sind und mit der Situation in Zusammenhang stehen (z.B. zu spät nach Hause kommen wird mit der Streichung/Kürzung des nächsten Ausgangs bestraft). Um Ihre Glaubwürdigkeit zu bewahren, müssen Sie die Sanktionen auch durchsetzen. Regeln von anderen Familien sind für das Zusammenleben in Ihrer Familie vielleicht nicht das Richtige.

Das **Erwachsenwerden wird von Ihrem Kind erlernt**. Grenzen zu Überschreiten gehört zur natürlichen Entwicklung und hilft Ihrem Kind den selbständigen Umgang damit zu erlernen. Auch ist dies die einzige Möglichkeit den Umgang mit Konsequenzen bei Grenzüberschreitungen zu erfahren. Zudem sollte der Grundsatz gelten: **Ich mache nichts, was mein Kind auch selber tun kann** (z.B. Zimmer aufräumen, Hausaufgaben machen, kaputte Spielsachen flicken usw.). Aber auch: Ich biete meine Hilfe an, wenn mein Kind selber nicht mehr weiter kommt.

Für alle im MittelWeg behandelten Themen gilt:
Leben Sie vor, was Sie von Ihrem Kind erwarten.

AUSGANG

Wo, wer, was, wie lange – dies sind wohl die häufigsten Streitpunkte zwischen Ihnen und Ihrem Kind. Klären Sie ab:

- ? **Wo** Ihr Kind hingeht.
- ? **Mit wem** Ihr Kind unterwegs ist.
- ? **Was** Ihr Kind für den Abend geplant hat.
- ? **Wann und wie** Ihr Kind heimkehren wird.

Passen Sie die Rückkehrzeit den vorgehend aufgeführten Fragen an. Bitten Sie Ihr Kind, selbst eine Rückkehrzeit vorzuschlagen. Wenn diese realistisch ist, wird das Kind weniger Mühe haben, sich an die selbst gewählte Zeit zu halten. Von den nachfolgenden genannten Richtwerten ausgeschlossen sind Aktivitäten wie Sporttraining, Musikunterricht, Tätigkeit im Jugendtreff, usw.

Richtwerte für Ausgangszeiten

Während der Schulzeit / Unter der Woche

- bis zur 7. Klasse: Sommer 20 Uhr, Winter 19 Uhr
- 7. - 8. Klasse: Sommer 21 Uhr, Winter 20 Uhr
- 9. Klasse: Sommer 21:30 Uhr, Winter 20:30 Uhr
- nach Schulaustritt: Sommer 22 Uhr, Winter 21 Uhr

Schulferien / Wochenende

- bis zur 7. Klasse: 21 Uhr
- 7. - 8. Klasse: 21:30 Uhr
- 9. Klasse: 22:30 Uhr
- nach Schulaustritt: 00:00 Uhr

Ausnahmen müssen Platz haben. Diese müssen aber deutlich als solche deklariert werden und dürfen nicht zur Regel werden.

Achten Sie darauf, dass Ihr Kind genügend Schlaf erhält. Genügend Schlaf ist unter anderem für das Lernvermögen, das Wachstum und die Gesundheit wichtig. Der durchschnittliche Schlafbedarf bei Kindern im Alter von 6 bis 9 Jahren beträgt 10 bis 11 Stunden, bei Jugendlichen im Alter von 10 bis 13 Jahren 9 bis 10 Stunden und bei Jugendlichen im Alter von 14 bis 16 Jahren 8 bis 9 Stunden.

GENUSS- UND SUCHTMITTEL

Tabak, Cannabisprodukte und Alkohol sind die präsentesten Suchtmittel, mit denen Ihr Kind in Kontakt kommen kann. Informieren Sie sich über die aktuellen Suchtmittel und sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber. Gehen Sie sicher, dass Ihr Kind die **wirklichen Risiken und Gefahren** kennt und treffen Sie Abmachungen zum Konsum von Alkohol und anderen Sucht- und Genussmitteln. Da der Rauschkonsum für Kinder und Jugendliche schädlich ist, sind Sie als Eltern verantwortlich, auf das Konsumverhalten Ihres Kindes Einfluss zu nehmen. Ermutigen Sie Ihr Kind, nie mit angetrunkenen FahrzeuglenkerInnen und –lenkern mitzufahren. Sprechen Sie über mögliche Alternativen (z.B. Taxi, Moonliner, zuhause anrufen usw.).

Jugendliche, deren Eltern sich um das Ausgehverhalten ihrer Kinder kümmern und darauf Einfluss nehmen, konsumieren weniger legale und illegale Suchtmittel.

DIE GENERATION @

Die heutigen Jugendlichen wachsen in einer Welt von technischen Hilfsmitteln auf. Im Umgang mit diesen sind sie somit als **Spezialisten und Spezialistinnen** zu bezeichnen. Was die Kenntnisse über Risiken und Folgen der ungefilterten Information aus dem Netz anbelangt, bleiben die Erziehungspersonen **Profis**.

Informieren Sie sich laufend über neue Möglichkeiten und Innovationen in der Medienwelt; denn was gestern aktuell war, kann heute schon überholt sein.

Der **massvolle Umgang** mit den „Neuen Medien“ ist der Schlüssel. Es ist nicht wünschenswert, dass Ihr Kind seine gesamte Freizeit vor einem Bildschirm verbringt. Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind ein Zeitmass für alle Arten von „Neuen Medien“: Computer, Internet, Chatten, Computerspiele, Spielkonsole, Fernseher usw. Eine tägliche Beschränkung ist nicht mit allen Computerspielen vereinbar. Darum empfehlen wir, ein wöchentliches Zeitmass auszuhandeln.

Richtwerte für die Zeit vor dem Bildschirm

- Kinder unter 3 Jahren: maximal 10 Minuten pro Tag
- Kinder ab 5 Jahren: maximal 30 Minuten pro Tag
- Kinder ab 9 Jahren: maximal 7 Stunden pro Woche

In keinem Fall sollte **Fernsehen** zum Überbrücken von Wartezeiten dienen. Setzen Sie den Fernseher nicht als Druckmittel ein – Sie schreiben ihm dadurch eine nicht verdiente Bedeutung zu. Verhindern Sie zielloses „zappen“. Fordern Sie Ihr Kind auf, Ihnen mitzuteilen, welche Sendung es sehen möchte. Ebenfalls wird geraten, gemeinsam mit den Kindern fern zu sehen.

Kleinkindern wird es an nichts fehlen, wenn sie nicht fernsehen. Genauso wenig schadet ihnen eine gezielt ausgewählte kurze Kindersendung. Bedenken Sie, dass durch ein Fernsehverbot das Risiko besteht, dass öfters auswärts ohne elterliche Kontrolle fern gesehen wird.

Das **Internet** bietet enorme Möglichkeiten, die viele von uns nicht mehr missen möchten. Beim Besuchen von Homepages tritt man automatisch in die Welt der Erwachsenen ein – egal ob man noch minderjährig ist oder nicht. **Kinder sollten daher nicht unbeaufsichtigt im Netz surfen.** Eine Software-Lösung zum Ausblenden von unerwünschten Inhalten ist bis zu einem bestimmten Zeitpunkt nützlich (4. Klasse). Bei älteren Jugendlichen wird jedoch auch die beste Software nichts mehr nützen. Sei es, weil sie das Programm selbst ausser Betrieb setzen oder auf einem fremden Computer Zugang zum Internet erhalten. Umso wichtiger ist es, dass Sie sich mit Ihrem Kind über die dargestellten Inhalte auseinandersetzen und über vermittelte Werte diskutieren. Nur so kann Ihr Kind eine eigene Medienkompetenz erlangen.

Was sagt das Gesetz dazu?

AnbieterInnen pornografischer Inhalte sind verpflichtet Jugendschutz zu betreiben – mit einem Klick auf das Kästchen „Ja, ich bin 18-jährig“ ist dieser jedoch für ALLE Jugendlichen einfach zu umgehen.

Das Konsumieren von pornografischen Inhalten auf dem Internet ist für Erwachsene nicht verboten. Das Vorhandensein von pornografischen Inhalten auf dem eigenen Computer, welche Inhalte mit Kindern, Tieren oder menschlichen Ausscheidungen aufweisen, ist rechtlich strafbar, egal wer sie heruntergeladen hat.

Computerspiele, die von einer kaufkräftigen Kundschaft gespielt werden, erleben eine unglaubliche qualitative Verbesserung. Das trifft bei weitem nicht auf alle anderen Spiele zu.