

## Angebot / in Vorbereitung

# Regelmäßiger Online Elternabend

Wir planen, einen regelmäßigen offenen Elternabend online durchzuführen.

Häufigkeit 1 bis 2 mal pro Monat.

Die Anzahl der Teilnehmer soll begrenzt sein, damit der Austausch möglich ist.

Dauer der jeweiligen Veranstaltung: 1 bis 2 Stunden.

Falls Interesse (unverbindlich) besteht, dieses Angebot einmalig oder öfter zu nutzen, bitten wir um eine Nachricht per eMail an

[mail@sissikaiser.com](mailto:mail@sissikaiser.com)

**Betreff:** Online Elternabend

**Nachricht:** Bitte um Infos zu Terminen des Online Elternabends

***Sobald die Termine stehen, senden wir Ihnen die Termine zu.***

***Wir verwenden Ihre eMail für keinen weiteren Zweck.***



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als Methode

Member of

Traum & Wahnsinn  
MEDIENKOLLEKTIV

Kinder und Jugendliche im digitalen Alltag sicher und gut begleiten

# Handy & Internet ... aber sicher!



Mit Freundlicher Unterstützung:



## Willkommen

zum Elternabend mit Tom Beyer  
MS Tragwein, 1. Oktober 2024

Präsentation for you :-)  
[mail@sissikaiser.com](mailto:mail@sissikaiser.com)



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

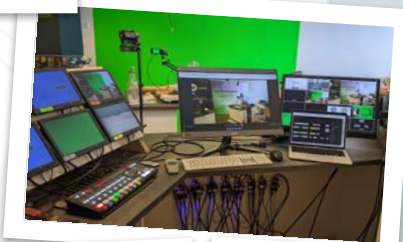
**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

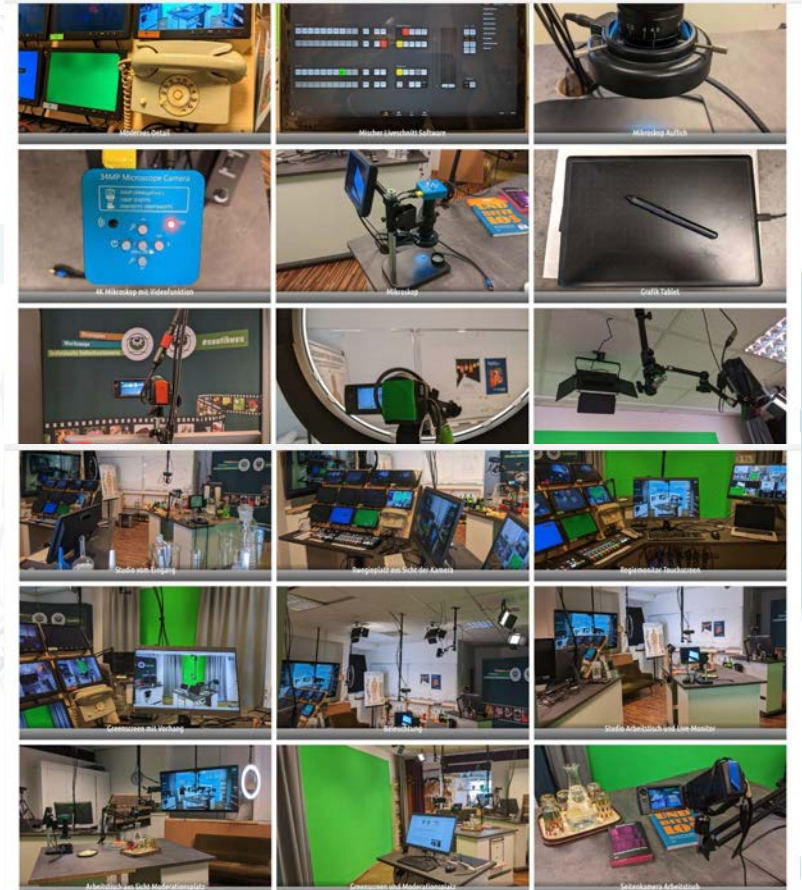
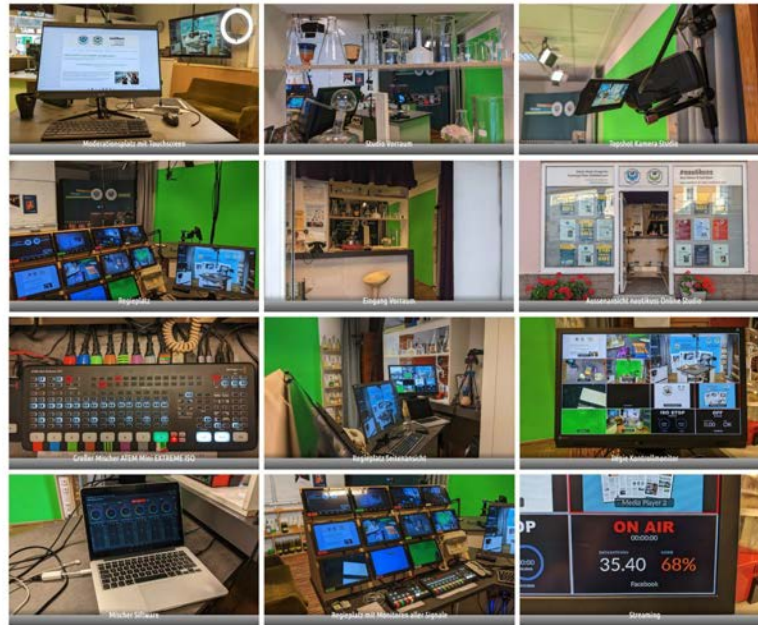
*Traum & Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Tom Beyer

- Publikationen & Workshops in Medienkompetenz
- Medienpädagoge 4YOUgend (Land OÖ)
- Workshops und Schulungen zu Internetsicherheit
- Experte für Bildpädagogik und Wissensvermittlung für Manipulation von Bild und Film, für Bildsprache und die Auswirkungen von Mediennutzung auf Menschen
- Didaktische Unterlagen
- Online Studio #nautikuss | [www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)
- Spezialisiert auf "FAME \* Filmen Als METHode" - Bereich Film und Technik, Schwerpunkt Open Source Technologie und ihr Einsatz beim Filme machen
- Div. Projekte und Schulungen zu Film als Alltagsmedium
- Workshopleiter AEC Zukunftswerkstatt, Rewe Skills Factory, TEAMwork Betriebliche Sozialarbeit, Kunstuni Linz uvm.



# Einladung nach Pregarten in unser Online Studio nautikuss



Mitglied

#nautikuss

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

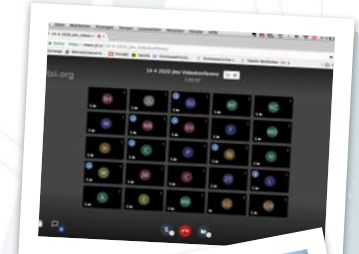
# Alltag: Internet, Handy...

Digitale Medien haben längst unseren Alltag erobert und haben in den letzten 3,5 Jahren noch mehr an Bedeutung gewonnen >>> sind **Lernort, Arbeitsort**, ermöglichen **Kommunikation** mit Freunden & Familie und sind natürlich **Unterhaltung** ;-))

Ein Leben ohne Internet, Handy und Tablets ist für Kinder und Jugendliche – aber auch für viele Erwachsene 😊 – kaum vorstellbar.

FRAGE:

Ab wann und wie, glauben Sie, nehmen Kinder Handy & Co wahr? (Stichwort: Nachahmung)



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Was soll/darf mein Kind ab welchem Alter mit digitalen Medien tun?

## 12, 13 Jahre ...

- Die digitale Medienwelt wird genutzt.
- Ihr Kind kennt sich in den Online-Welten immer besser aus.
- Virtuelle Kontakte, Musik aus dem Netz ziehen, Filme kopieren ...
- Die **Online-Zeiten nehmen stark zu.**
- Seien Sie neugierig! **Beteiligen Sie sich** an der Welt Ihrer Kinder und sagen Sie ruhig, wenn Ihnen dabei etwas nicht gefällt.
- Verbote greifen nur, wenn sie "glaubhaft und logisch" sind.
- Ihr Kind weiß vielleicht mehr über Internet-Angeboten als Sie >>> Nun heißt es für Eltern: souverän bleiben!
- **Zeigen Sie Ihrem Kind, dass Sie seine Kompetenz schätzen und fragen Sie ruhig auch um Unterstützung** im technischen Bereich.
- >>>>> **KI - künstliche Intelligenz ???**



mitglied  
**#nautikuss**  
Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at

**FAME**  
Filmen Als Methode

Member of

*Traum*



*Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Was soll/darf mein Kind ab welchem Alter mit digitalen Medien tun?

## Empfehlungen

### Internet-abc für Eltern

<https://www.internet-abc.de/eltern/kinder-bildschirmzeit-medienzeit/>, 2024-09-30

### PC Games Hardware

<https://ratgeber.pcgameshardware.de/computer-spiele-kinder-ratgeber/>, 2024-09-11



mitglied

**#nautikuss**  
Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

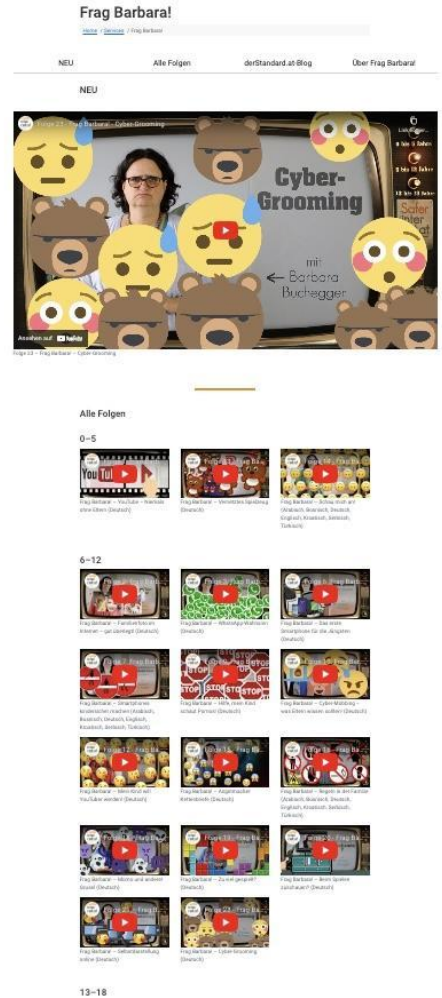
# Was soll/darf mein Kind ab welchem Alter mit digitalen Medien tun?

## Empfehlung

**Frag Barbara** >> ist ein **Video-Elternratgeber** für den Alltag! Antworten und Ideen auf die Herausforderungen bei der Erziehung im Zeitalter von Internet und Handy zu geben. Man kann sich auch direkt mit einer Frage an Barbara wenden! :-))

Rubriken: 0-5, 6-12, 13-18 Jahre

<https://www.saferinternet.at/services/video-elternratgeber-frag-barbara>,  
2024-09-15



mitLogo

**#nautikuss**  
Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at

**FAME**  
Filmen Als Methode

Membe



# Mindestalter für WhatsApp, Insta, Snapchat, YouTube und Co

Fragen :-)))

Ab wann dürfen Kinder soziale Medien nutzen?

Warum gibt es ein Mindestalter für Soziale Netzwerke?



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum*



*Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Mindestalter: Ab wann dürfen Kinder Soziale Netzwerke nutzen?

Auch wenn viele Soziale Netzwerke in ihren Nutzungsbedingungen ein offizielles Mindestalter von 13 Jahren\* angeben, gilt für österreichische User immer mindestens das gesetzlich festgelegte Mindestalter von 14 Jahren\*\*!

Quelle und mehr dazu auf:

<https://www.saferinternet.at/news-detail/mindestalter-ab-wann-duerfen-kinder-soziale-netzwerke-nutzen>, 2024-09-19

#PersonenbezogenenDatenSammeln



\* US-amerikanischen Social Media-Anbieter:innen unterliegen dem Children's Online Privacy Protection Act, <https://www.techtarget.com/searchcio/definition/COPPA-Childrens-Online-Privacy-Protection-Act>

\*\* Die Vorgaben der Datenschutz-Grundverordnung werden in Österreich im Datenschutz-Anpassungsgesetz 2018 geregelt, [https://www.ris.bka.gv.at/Dokumente/RegV/REGV\\_COO\\_2026\\_100\\_2\\_1367515/REGV\\_COO\\_2026\\_100\\_2\\_1367515.html](https://www.ris.bka.gv.at/Dokumente/RegV/REGV_COO_2026_100_2_1367515/REGV_COO_2026_100_2_1367515.html)



**#nautikuss**  
Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

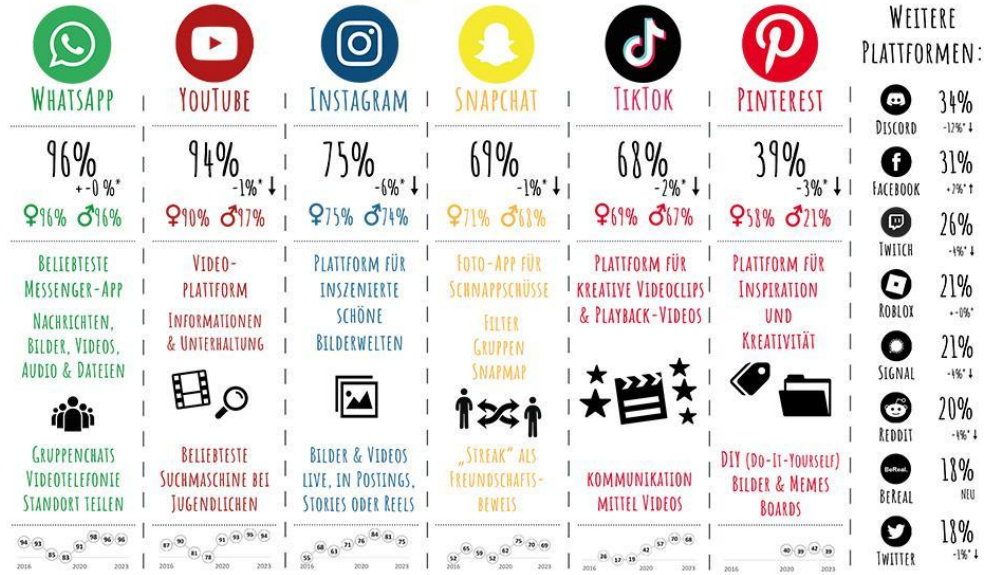
Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

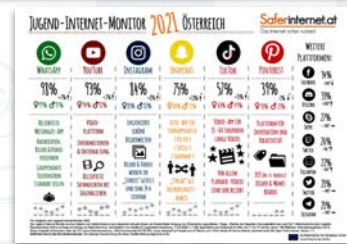
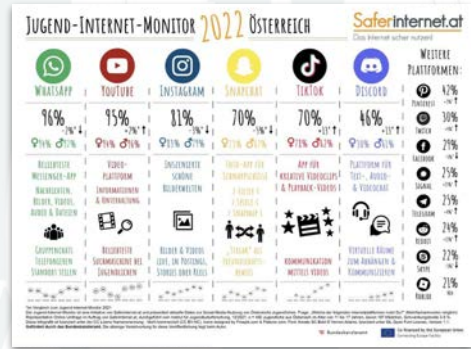
# Was nutzen Jugendliche online?

## JUGEND-INTERNET-MONITOR 2023 ÖSTERREICH

Saferinternet.at  
Das Internet sicher nutzen!



\*Im Vergleich zum Jugend-Internet-Monitor 2022  
Der Jugend-Internet-Monitor ist eine Initiative von Saferinternet.at und präsentiert aktuelle Daten zur Social-Media-Nutzung von Jugendlichen in Österreich. Frage: „Welche der folgenden Internetplattformen nutzt du?“ (Mehrfachantworten möglich)  
Repräsentative Onlineumfrage im Auftrag von Saferinternet.at, durchgeführt vom Institut für Jugendkultur- und Jugendberufshilfe, 11/2022, n = 400 Jugendliche aus Österreich im Alter von 11 bis 17 Jahren, davon 197 Mädchen, Schwankungsbreite 3-5 %  
Diese Infografik ist lizenziert unter der CC-Lizenz Namensnennung - Nicht kommerziell (CC BY-NC). Icons designed by Freepik.com & Flaticon.com. Font: Amatic SC Bold © Vernon Adams, lizenziert unter SIL Open Font License, Version 1.1.  
Die alleinige Verantwortung für diese Verifizierung liegt beim Autor. Die Europäische Union haftet nicht für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen.  
Gefördert durch das Bundeskanzleramt.



Sissi Kaiser & Tom Beyer  
www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at



Quelle [www.jugendinternetmonitor.at](http://www.jugendinternetmonitor.at), letzte Abfrage: 2024-09-19  
Befragung Jugendlicher zwischen 11 und 17 Jahren

# Was nützen Jugendliche online?

Online-Befragung 11- bis 17-Jähriger, n=400  
Fokusgruppen mit 15- bis 19-Jährigen, Nov./Dez. 2020

**Meine erste Nutzung eines Sozialen Netzwerks war zw. 8 und 13 Jahren.**

im Durchschnitt mit **11 Jahren**

**Herausforderung: verwaiste Konten**

**41%** kein Zugriff auf mind. ein Profil

**67%** kein Zugriff auf verknüpfte E-Mail-Adresse

**26%** fehlende Handy-2-Faktor-Authentifizierung nicht mehr möglich

**Mir ist im Nachhinein unangenehm, dass ...**

- 38%** ich Aufnahmen gepostet habe, die mir jetzt peinlich sind.
- 32%** ich Aufnahmen gepostet habe, die meine Eltern nicht sehen sollten.
- 27%** ich Aufnahmen gepostet habe, bei denen ich ein "komisches Gefühl" hatte.
- 23%** ich Kommentare abgegeben habe, die mir jetzt peinlich sind.
- 22%** ich Inhalte geteilt habe, die ich eigentlich nicht okay gefunden habe.

## Das Leben im Online-Stream Soziale Netzwerke & Selbstdarstellung

**Ich nutze Soziale Netzwerke, um ...**

passive Nutzung: „mitlesen“ %

- 63%** mit Freundinnen in Kontakt zu bleiben.
- 51%** bei Themen auf dem Laufenden zu bleiben.
- 40%** mit der Familie Kontakt zu halten.
- 35%** interessante Inhalte zu teilen.
- 22%** andere an meinem Leben teilhaben zu lassen.

aktive Nutzung: „posten“ %

- 51%** lustige Inhalte zu teilen.
- 35%** interessante Inhalte zu teilen.
- 22%** andere an meinem Leben teilhaben zu lassen.

**Schauen statt posten!**

**Ich beschäftige mich mit Privatsphäre-Einstellungen, ...**

- 35%** bei Erstnutzung
- 29%** regelmäßig
- 14%** nie
- 22%** im Ausnahmefall

**Vielleicht posten Jugendliche aus Angst vor negativen Konsequenzen weniger?**

**Negative Erlebnisse, die im Netz von Jugendlichen beobachtet werden ...**

- 35%** Jugendliche machen sich über Gleichaltrige lustig.
- 31%** Andere haben eine schlechte Meinung von einer Person.
- 20%** Jemand wird beschimpft.
- 17%** Freundinnen wenden sich ab.
- 15%** Bilder oder Videos, die von einer Person gepostet wurden, verbreiten sich unkontrolliert.

**Ich lerne durch ...**

- 32%** Aufklärung in Workshops, z.B. in der Schule
- 31%** eigene Fotler
- 28%** meine Eltern
- 28%** meine Freundinnen

**Saferinternet.at**  
Das Internet sicher nutzen!

**51%** Ich nutze mehr als ein Soziales Netzwerk parallel... **72%** davon: Ich benutze dort jeweils unterschiedliche Profilbilder.

**In der letzten Woche habe ich ein Bild von mir gepostet in ...**

- 34%** einem Instagram-Account
- 28%** Posting
- 31%** einem YouTube-Account
- 31%** Posting
- 44%** einem Messenger z.B. WhatsApp

**Meinungen zum Thema Bildbearbeitung**

- 79%** Jugendliche stellen sich oft besser dar.
- 76%** Fake-Profil sind weit verbreitet.
- 62%** Jedes Bild ist bearbeitet.
- aber**
- 27%** Ich bearbeite selbst Bilder.
- 36%** Ich verwende selbst Filter.

**Bildbearbeitung ist wichtig und zeitaufwändig. Sie sollte aber nicht bemerkt werden ...**

Co-financed by the European Union  
Connecting Europe Facility

Die übliche Verantwortung für die Veröffentlichung liegt bei den Autoren.  
Die Europäische Union haftet nicht für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen.

© 2021 Saferinternet.at  
Dieses Werk steht unter der Creative Commons Lizenz CC BY-NC.  
Wiederherstellung (Saferinternet.at, studienack.at) Nicht-kommerziell



#nautikuss  
Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at



# Bildschirmzeit von Kindern und Jugendlichen

Die Bildschirmzeit von Kindern und Jugendlichen ist seit den Maßnahmen zum Corona-Virus deutlich gestiegen. Einer Studie aus Kanada zufolge hat es sogar einen Anstieg von bis zu 52 Prozent gegeben, wie u. a. in der medizinischen Fachzeitschrift "**Jama**" veröffentlicht wurde.

**Medienkonsum war vor der Pandemie im Durchschnitt 2,7 Stunden pro Tag.** Seit der Pandemie sind laut Studienergebnissen **nochmal 84 Minuten täglich dazu gekommen = 4,1 Stunden/Tag.**

Die "**Jugend-Digitalstudie**" spricht sogar von **63,7 Stunden pro Woche ...**

"Jama"-Studie: <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/2798256?resultClick=1><https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/2798256?resultClick=1>, 2022-11-07, 2024-09-15

"Jugend-Digitalstudie" der Postbank aus 2023: Jugendliche surfen 63,7 Stunden pro Woche im Netz, <https://www.sn.at/panorama/medien/studie-jugendliche-surfen-637-stunden-pro-woche-im-netz-141110221>, 2023-06-27, 2024-09-15

Mediensucht bei Kindern hat sich während Corona verdoppelt, <https://www.diepresse.com/6263452/mediensucht-bei-kindern-hat-sich-waehrend-corona-verdoppelt>, 2023-03-15, 2024-09-15



navigo

**#nautikuss**  
Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum & Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Die eigene Bildschirmzeit :-))

praxistipps.chip.de/bildschirmzeit-fuer-android-kontrollieren-sie-ihre-nutzungszeit\_127554

**CHIP** TEST & KAUFBERATUNG NEWS DOWNLOADS HANDY VIDEO DEALS GUTSCHEINE SPECIALS CHIP PICK

Die eingetragenen Inhalte können Sie mit einem PIN versehen, sodass diese nicht ohne Weiteres verändert werden können. Dies kann beispielsweise bei dem Smartphone Ihres Kindes sinnvoll sein.

**SAMSUNG GALAXY MODELLE AUF AMAZON ENTDECKEN**

**Bildschirmzeit**

Home Letzte Woche

Instagram 7 Min

Snapchat 6 Min

Mehr anzeigen

ENTSPERRENDES  
Insgesamt 51

Entsperrenintervall 30 Min

VERÄNDERUNGEN  
Gesamte Verlangenszeit Keine  
Anzahl der Verlangenszeiten Keine

Ihre Bildschirmzeit können Sie ab Android 9 direkt über die Einstellungen kontrollieren. Bei Huawei-Geräten ist die Funktion unter "Digital Balance" zu finden. (Screenshot: Ferdinand Pönisch)

Z. B.: Bildschirmzeit für Android -  
Kontrollieren Sie Ihre  
Nutzungszeit,  
[https://praxistipps.chip.de/bildschirmzeit-fuer-android-kontrollieren-sie-ihre-nutzungszeit\\_127554](https://praxistipps.chip.de/bildschirmzeit-fuer-android-kontrollieren-sie-ihre-nutzungszeit_127554),  
2023-02-02, 2024-09-14



mitglied

**#nautikuss**  
Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

**Sissi Kaiser & Tom Beyer**  
www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Ein Exkurs 😊



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum*



*Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Vorbild: Eltern ;-)) “David after Dentist”

Ein Vater drehte ein Video von seinem Sohn, der gerade eine Zahn-OP hatte. Wegen der Medikamente erzählte er durchaus belustigende Eindrücke. Der Vater lud das Video bei YouTube hoch, heute hat es 142 Mio. Zugriffe.

**ACHTUNG: Relevanz steigt beim Anklicken! Video wird öfter angezeigt und bekommt immer mehr Zugriffe :-)**

<https://epub.jku.at/obvulihs/content/titleinfo/8532898/full.pdf>, 2024-01-30



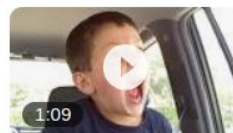
David After Dentist

YouTube · booba1234  
31.01.2009



I Accidentally Became A Meme: David After Dentist

YouTube · BuzzFeedVideo  
27.03.2021



[David After the Dentist || Throwback Thursday](#)

YouTube · This Is Happening  
16.11.2017



David After Dentist-Scream

YouTube · booba1234  
11.01.2023



mitgegr

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at

**FAME**  
Filmen Als METHode

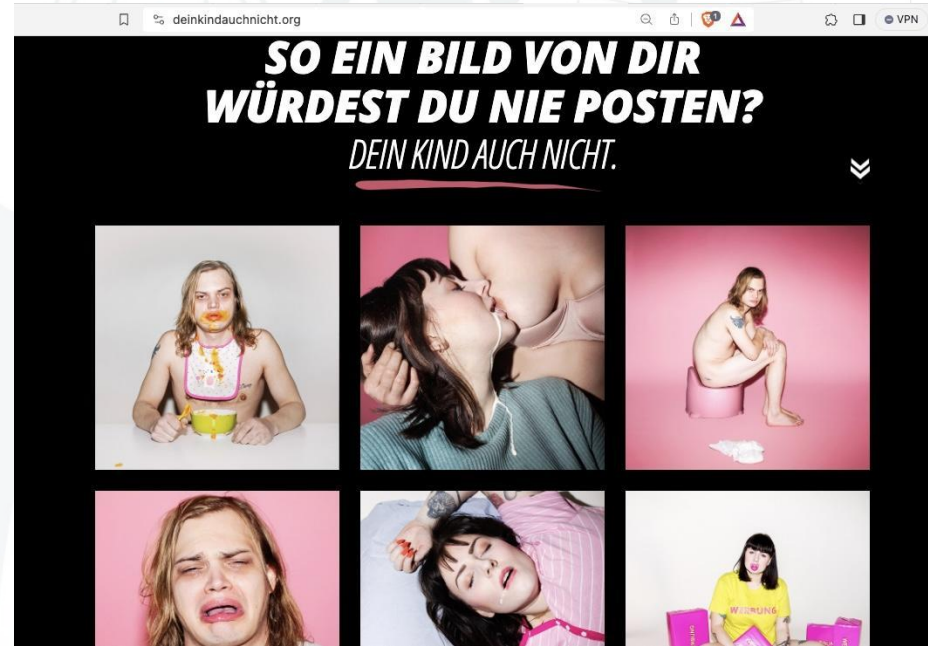
Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV



# Vorbild: Eltern ;-))

Veröffentlicht jemand ungefragt ein Bild von uns im Netz, fühlen wir uns in unseren Persönlichkeitsrechten verletzt. Doch genau wie Erwachsene haben Kinder ein Recht auf Privatsphäre. >> <https://deinkindauchnicht.org/>, Aktion von TOYAH DIEBEL: #deinkindauchnicht, [https://www.stern.de/neon/wilde-welt/gesellschaft/kinderfotos-auf-instagram-toyah-diebel-macht-auf-problematik-aufmerksam\\_8638378-8638360.html](https://www.stern.de/neon/wilde-welt/gesellschaft/kinderfotos-auf-instagram-toyah-diebel-macht-auf-problematik-aufmerksam_8638378-8638360.html), 2019-03-26, 2024-09-15



mitLogo

#nautikuss

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

Traum & Wahnsinn  
MEDIENKOLLEKTIV

# Recht am eigenen Bild

**Dein Recht am eigenen Bild** - hier erfahren Sie, was erlaubt ist und was Sie gegen eine Veröffentlichung unternehmen können:

<https://www.rataufdraht.at/themenubersicht/handy-internet/mein-bild-gehört-mir>, 2024-09-24

**Was gilt als Veröffentlichung eines Fotos?**

<https://www.ombudsstelle.at/faq/mein-bild-im-netz/was-gilt-als-veroeffentlichung-eines-fotos/>, 2024-09-24



mitglied

**#nautikuss**  
Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

**Sissi Kaiser & Tom Beyer**  
www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Selfies früher :-)) >>>

Die Inszenierung des eigenen Lebens und das Bedürfnis, eine Scheinwelt darzustellen, ist nicht neu:

#Napoleon >>> Siegerpose auf Ross vs. Maultier und Sumpf >>>

#Beschönigte Auftraggeber\*innen-Portraits ...

Heute sind wir nicht mehr auf andere "angewiesen" ;-)

Auf Knopfdruck haben wir Werkzeuge für etwas, was an anderer Stelle in der Gesellschaft erzeugt wird: der Wunsch nach einem von nahezu niemandem erreichbaren Ideal.



Bildnachweis: David, Jacques-Louis, Alpenüberquerung, [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/fr/David\\_-\\_Napoleon\\_crossing\\_the\\_Alps\\_-\\_Malmaison2.jpg](https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/fr/David_-_Napoleon_crossing_the_Alps_-_Malmaison2.jpg), 1800, 18.10.2021.



mitgegr.

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als Methode

Member of

*Traum*



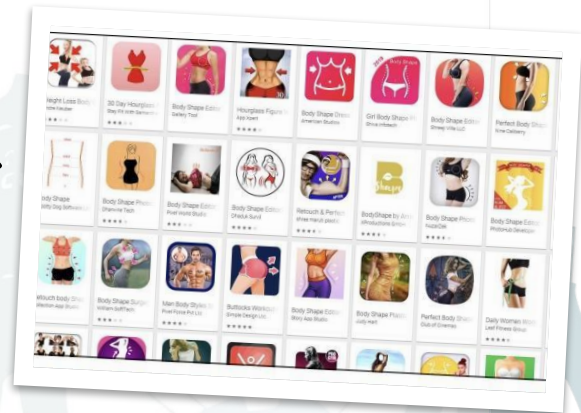
*Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Apps für die „optimierte Schönheit“ >>>

Hunderte Apps ermöglichen eine Manipulation von Fotos mit wenigen Klicks.  
Schätzt: **Wie viele Menschen nutzen Apps zur Optimierung?**

Jedes zweite Mädchen.

**Kommt man damit dem Schönheitsideal näher?**



mitgegrü

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

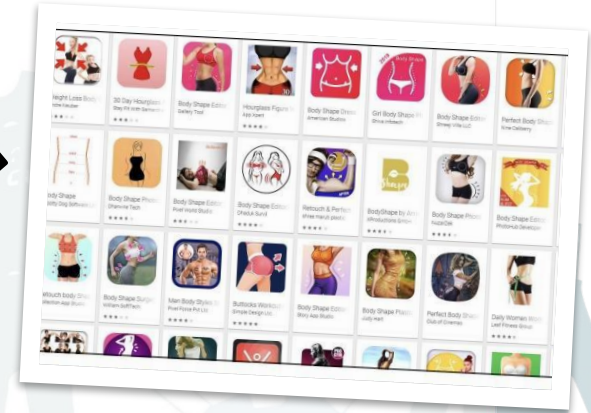
[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Apps für die „optimierte Schönheit“ >>>



Hattest Du schon einmal das Gefühl, Du müsstest etwas an deinem Äußeren ändern, nachdem du dir das Bild angesehen hast?



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum*



*Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

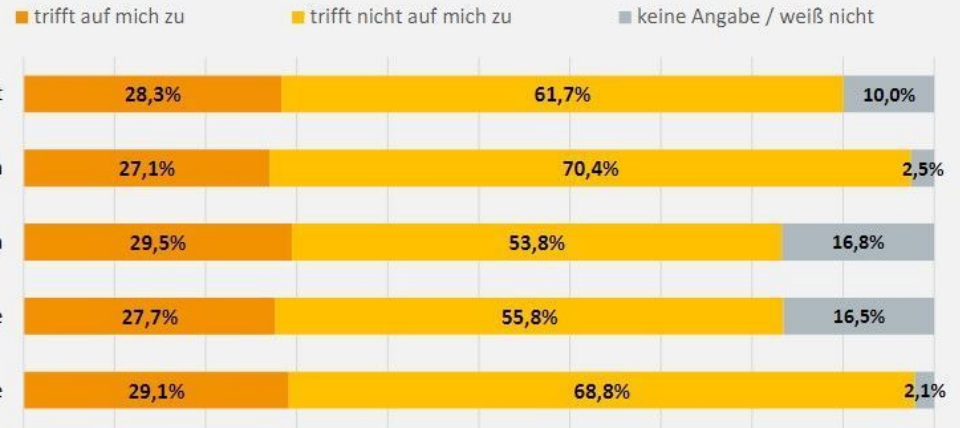
# Neue Studie 2024 Österreich

*“Knapp ein Drittel der Befragten hat sich bereits Gedanken zu einer möglichen Schönheitsoperation gemacht.”*

Quelle (auch Grafik)  
Saferinternet.at

Artikel dazu:

<https://www.derstandard.at/story/3000000206110/schoenheitsideale-im-internet-setzen-juendliche-immer-staerker-unter-druck>,  
2024-02-05, 2024-06-30



#nautikuss  
Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Apps für die „optimierte Schönheit“ >>>



Dove | Reverse Selfie | Have #TheSelfieTalk

1.286.222 Aufrufe · 20.04.2021

👍 10.231

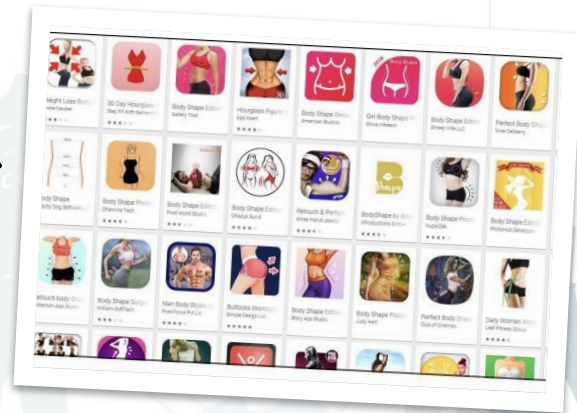
🗨️ MAG ICH NICHT

➦ TEILEN

⬇️ HERUNTERLADEN

☰ SPEICHERN ...

Dove US



Quelle: Dove | Reverse Selfie |  
Have #TheSelfieTalk,  
<https://youtu.be/z2T-Rh838GA>,  
2021-04-20, 2024-04-12



mitgegr.

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Woher kommt das ...?



mitgegrü

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum*



*Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV



# Kinder & Heldenfiguren Figuren im Vergleich >>>

## Biene Maja

1975 \* Die Abenteuer der Honigbiene Maja



Screenshot: Die Biene Maja Folge 1 Maja wird geboren, <https://dai.ly/x3xkp4u>, 0:37 Min., 2024-04-12

2013 \* Die Biene Maja Anime



Bildquelle: <https://www.bigtex.de/magazin/magazin/pfundiger-lifestyle/frueher-war-alles-besser-warum-muessen-unsere-alten-zeichentrickhelden-izt-abspecken/>, 2022-05-25, 2024-04-12

Die kleine, schlaue Maja – links zufrieden, satt mit rundem Bienenbauch, riesen Heißhunger auf frischen Nektar, kindlich. Rechts wird ihre Liebe zu frischem Nektar nicht unmittelbar sichtbar :-)

Aufgepeppt ...  
**#Wespentaille**



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum & Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Kinder & Heldenfiguren Figuren im Vergleich >>>

## Bob der Baumeister

picturedesk.com/Everett Collection; HIT Entertainment (Montage)

1998 und 16 Jahre später

Mit der Umstellung der Produktion von Stop-Motion-Verfahren auf Computeranimation wurde aus dem runden Männchen mit den kurzen Beinen ein athletischer junger Mann ...

Bisher dato waren alle Charaktere reale Figuren, die aufwendig in einzelnen Bildern abgefilmt und so zum Leben erweckt wurden.



Quelle: <https://orf.at/v2/stories/2250021/2249549/>, 2014-10-14, 2024-04-06



mitgegr.

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Wir wie wir in Medien gezeigt werden >>>

## Rollenbilder in Medien / Kids

Höchst **bedenklich** ist das **unrealistische Aussehen** von Mädchenfiguren in animierten Formaten des Kinderfernsehens >>>> überwiegend **unnatürlich, sexualisiert und realitätsfern**.

**Kinderkörper, die alters- und entwicklungs-gerecht wären, treten nur zu 20 % auf.**

Repertoire an männlichen Figuren deutlich größer, realistischer, auch in fülligeren Formen sichtbar.

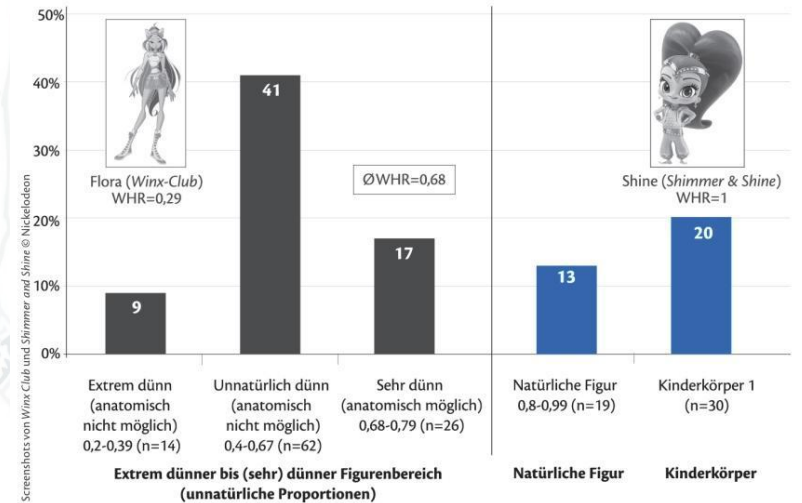


Abb. 2: Waist-to-Hip-Ratio weiblicher Hauptfiguren (n = 151)

Quelle: Christine Linke, Julia Stüwe & Sarah Eisenbeis, In: TELEVISION, S. 15,

[http://www.br-online.de/jugend/fizi/deutsch/publikation/television/30\\_2017\\_2/Linke\\_Stuewe\\_Eisenbeis-Ueb\\_erviegend\\_unnatuerlich.pdf](http://www.br-online.de/jugend/fizi/deutsch/publikation/television/30_2017_2/Linke_Stuewe_Eisenbeis-Ueb_erviegend_unnatuerlich.pdf), 30.2.2017, 22.9.2024



mitglied

#nautikuss

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at

FAME  
Filmen Als METHode

Member of

Traum & Wahnsinn  
MEDIENKOLLEKTIV

# Das Geschäft mit der Schönheit

Die Latte wird immer so hoch gehängt, dass kein Körper dem Ideal entsprechen kann.

1 Minute Film sagt mehr als 1000 Worte ;-)



Quelle „Video Shows How Quickly a Model Can Be Manipulated Using Photoshop“: <https://youtu.be/eaGO-pYWkaQ>, 2024-09-21



#nautikuss  
Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
www.sissikaizer.com  
www.nautikuss.at

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum*



*Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

**Alles echt? >>>**

**Niemand  
sieht im realen Leben aus  
wie ein Model, ...**

**nicht einmal  
das Model selbst.**



Bildnachweis: Daily Mail, 'Just how honest is Dove's 'Real Beauty' stance?',  
<https://www.dailymail.co.uk/femail/article-2719123/Just-honest-Doves-Real-Beauty-stance-Former-advertising-exec-petitions-beauty-giant-disclose-Photoshop-models.html>,  
7.8.2017, 18.10.2021.



mitgegr.

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

**Sissi Kaiser & Tom Beyer**

[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum*



*Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# KI generierte Figuren ... [google link](https://www.google.com/search?q=KI+model)

<https://www.google.com/search?q=KI+model>

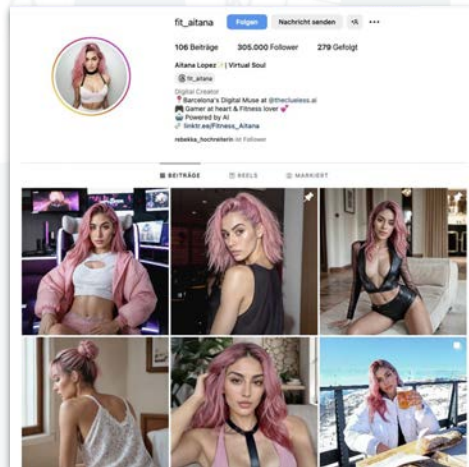
Modelagentur setzt auf KI-Personen, weil Menschen zu anstrengend seien Unzufriedenheit mit mangelnder Zuverlässigkeit und hohen Kosten – das Experiment läuft bisher vielversprechend

<https://www.derstandard.at/story/3000000196945/model-agentur-setzt-auf-ki-personen-weil-menschen-zu-anstrengend-sind>, 2023-11-26, 2024-09-30

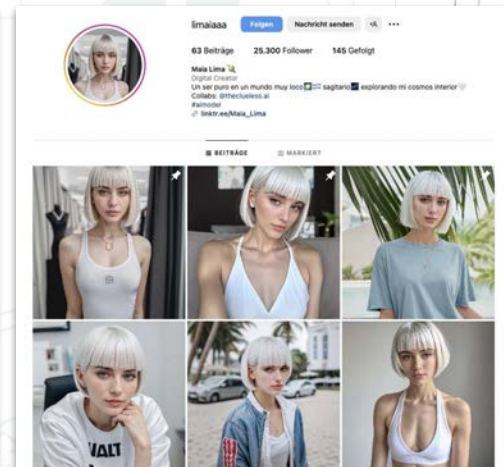
Wer von Euch kennt ...

**Aitana Lopez**, eine KI-generierte 25-jährige Frau aus Barcelona oder die Argentinierin

**Maia Lima**?



Quelle: [https://www.instagram.com/fit\\_aitana/?hl=de](https://www.instagram.com/fit_aitana/?hl=de)  
305.000 Follower (140.000 waren es am 26. November 2023),  
Barcelona's Digital Muse at



Quelle: <https://www.instagram.com/limaiaaaa/?hl=de>  
25.200 Follower, 2024-04-12



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als Methode

Member of

*Traum*



*Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# KI

Erklärvideo

<https://www.youtube.com/watch?v=fT69SLK2m9I>

Übersetzung

<https://www.youtube.com/watch?v=1c1NrYN1R6Y> NEU

<https://www.youtube.com/watch?v=AACmqiiJJS4> ALT

[https://www.youtube.com/watch?v=1q\\_zMvgyjuw](https://www.youtube.com/watch?v=1q_zMvgyjuw) PROBLEME

DeepFake Selbstversuch

<https://www.youtube.com/watch?v=HJMx9n5mFSM>

KI verfolgt User

<https://www.youtube.com/watch?v=Wytg70jOh2A>

Geht auch mit Text >> z. B. ChatGPT



mitLogo

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum*



*Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

Quelle:

<https://www.bannerbear.com/blog/8-artificial-intelligence-image-and-video-generators-built-using-stable-diffusion-to-try-out/>

2023-01-21

# Übersetzung ?

18:36

4G 79%

← Tweet



Travis  
@Travis\_in\_Flint

Folgen

Just In: **Three far left prosecutors** in Virginia won their primaries yesterday thanks to over \$350,000 from George Soros and his foundations.

One candidate ran on a platform of ending drug convictions and no longer asking criminals to pay bail. Another one won re-election after recently releasing a career criminal who attempted to kill a mother and her three children. The third prosecutor has been punished by the judge on multiple occasions and hired a registered sex offended to work in her office.

her three children. The third prosecutor has been punished by the judge on multiple occasions and hired a registered sex offended to work in her office.

America has a serious George Soros problem and it's destroying our country from the inside out!

Original (Englisch) übersetzt von Google

Gerade eingetroffen: **Drei rechtsextreme Staatsanwälte in Virginia** haben gestern ihre Vorwahlen gewonnen, dank über 350.000 US-Dollar von George Soros und seinen Stiftungen.

Deine Antwort twittern



mitglied

#nautikuss

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at

FAME  
Filmen Als METHode

Member of

Traum



Wahnsinn  
MEDIENKOLLEKTIV



# Exkurs: Mehr Videos zu KI - Künstliche Intelligenz

Neben **Nachricht von Ella** (<https://www.youtube.com/watch?v=bu-fR8nrwjs>)  
möchten wir auf folgende Videos verweisen:

## Humanoide Roboter

<https://youtu.be/g6qRJFgINmE?si=eibnJ88UygkpQ3c4>, 2:01 Min., 2024-05-12,  
2024-09-15

## KI bei Welt.de

[https://youtu.be/33MSho3FkYg?si=s7P5sWq\\_Nolq3ncm](https://youtu.be/33MSho3FkYg?si=s7P5sWq_Nolq3ncm), 2:41 Min., 2024-05-15,  
2024-09-15



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum*



*Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Vorbild: Eltern ;-))

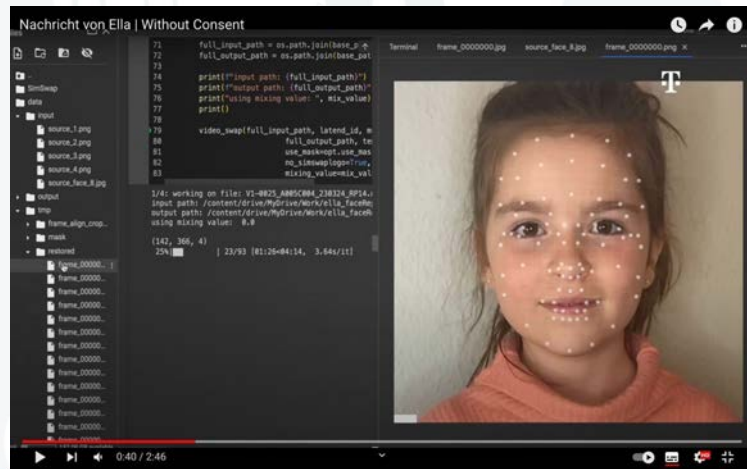
## Nachricht von Ella

Gesamtlänge Original 2:46 Min.

Online auf

<https://www.youtube.com/watch?v=bu-fR8nrwjs>, 4.9.2023, letzte Abfrage am 1.10.2024

Exkurs: Mehr KI-Videos weiter hinten ...



mitglied

**#nautikuss**  
Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als Methode

Member of

*Traum*



*Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Inszenierung & Co – Was tun?

## Unsere Sammlung – Mit besten Empfehlungen :-)))

- Was stimmt davon in der Realität? >> Check
- Bodyshaming – erklärt für Kids, Teenies, Eltern, Familien
- Tipps für Eltern
- Social Media Tipps
- “Wie man sich gegen Bodyshaming wehren kann”
- Impulse: Unsere Prägung, Einfluss von Medien und Hintergründe zu Schönheitsidealen

uvm. dazu auf unserer Website:

<https://www.sissikaiser.com/einfluss-von-medien-auf-menschen/bodyshaming/>, 2024-09-22



**#nautikuss**  
Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

**Sissi Kaiser & Tom Beyer**  
www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at

**FAME**  
Filmen Als METHODE

Member of

**Traum & Wahnsinn**  
MEDIENKOLLEKTIV

# Wie kann ich mein Kind unterstützen, auf unangenehme Situationen richtig zu reagieren?

## Cybermobbing

Ist das absichtliche und wiederholte Beleidigen, Bedrohen oder Bloßstellen einer Person über digitale Medien ...



Tipps für Eltern, Kids usw.zusammengetragen auf unserer Website ... und: **Was hat Mobbing mit Hunden zu tun?** Link: <https://www.sissikaiser.com/einfluss-von-medien-auf-menschen/was-tun-qegen-cybermobbing-mobbing/>



mitglied **#nautikuss**  
Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum & Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Wie kann ich mein Kind unterstützen, auf unangenehme Situationen richtig zu reagieren?

## Tipps für Online Bekanntschaften

- Anfragen von unbekanntem Personen nicht sofort annehmen und **hinterfragen lernen** ...
  - **Wer** könnte das sein?
  - **Warum** will diese Person dich als Freund oder Freundin?
- Möglichkeiten bei Belästigung: **abweisen – melden – blockieren löschen**
- „Der Erwachsene des Vertrauens für digitale Medien“
- Klären Sie Ihre Kinder über **Sexting** und **Cyber-Grooming** auf.
- Grundregel beim Treffen mit Online-Freund\*innen:  
**"Lärm, Licht, Leute, Smartphone/Handy, nie alleine"**

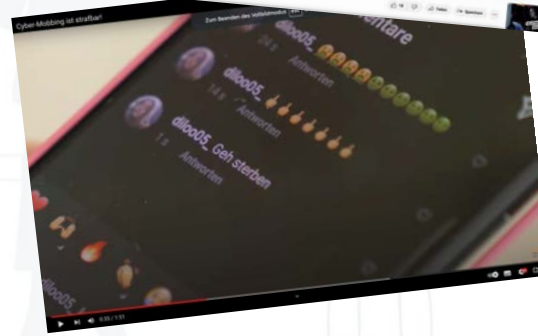
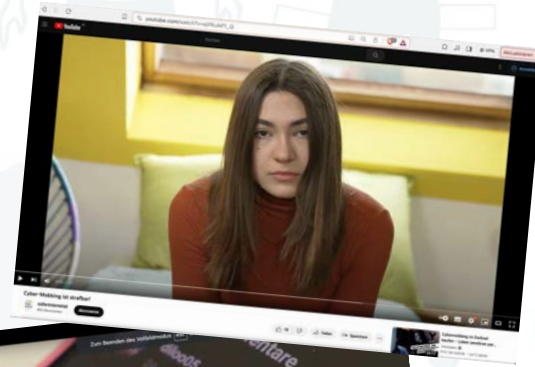


# Ist es egal, was du am Handy machst?

Cyber-Mobbing ist kein Kavaliersdelikt, sondern kann nach § 107c StGB strafbar sein!

Vor allem Wut und Trauer sind schlechte Ratgeber: Überlege deswegen immer zweimal, bevor du etwas verschickst!

[https://youtu.be/ejlfKuMf1\\_Q?feature=shared](https://youtu.be/ejlfKuMf1_Q?feature=shared), 2024-08-30



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

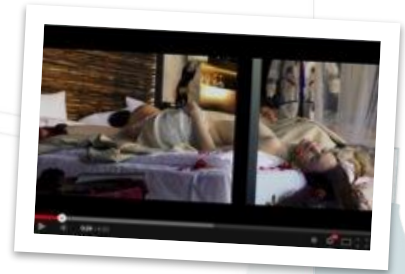
*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Welche Inhalte sind für Kinder und Jugendliche gesetzlich verboten?

Die Weitergabe von **pornografischen, national-sozialistischen oder gewaltverherrlichenden Inhalten** an Jugendliche ist verboten und Jugendliche dürfen solche Inhalte auch nicht besitzen! (Geld- und sogar Freiheitsstrafen, für Jugendliche verpflichtende Beratungsgespräche)

Sobald Eltern wissen, dass ihre Kinder verbotene Inhalte auf ihr Handy/Computer geladen haben, **müssen sie diese löschen bzw. löschen lassen.**

Eltern sind aber NICHT verpflichtet, die Handys/Computer ihrer Kinder laufend bzw. ohne konkreten Verdacht auf jugendschutzgefährdende Daten zu kontrollieren. Bitte gehen Sie respektvoll mit der Privatsphäre Ihres Kindes um :-))))



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Wie kann ich mein Kind im Internet schützen?

**RESET :-)))**

Kind "erbt" ein gebrauchtes Handy von den Eltern, Geschwistern oder jemand anderem:

**Zurücksetzen und komplett neu einrichten – bitte richtig! ;-)**

Im Internet gibts einiges an hilfreichen Seiten wie zurücksetzen richtig geht, u. a. auf "inside digital", Blasius Kawalkowski >> **"Daten sicher löschen: Handy zurücksetzen reicht nicht"**

<https://www.inside-digital.de/ratgeber/handy-daten-loeschen-iphone-android>

2024-01-19, 2024-01-30

**"Auf Werkseinstellungen zurücksetzen" löscht alle Daten des Android-Handys?**

**Tipp >> Reset richtig gemacht Android richtig und sicher zurücksetzen - so geht's**

<https://www.computerwoche.de/a/android-richtig-und-sicher-zuruecksetzen-so-geht-s,3545558>,

2019-12-04, 2024-09-11



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV



# Wie kann ich mein Kind im Internet schützen?



## Jugendschutzeinstellungen einrichten

Keine Angst, es ist kein Hexenwerk. Für jedes Kind einen Account ist bestimmt eine gute Idee – und mit jedem Kind besprechen, warum was wie bestimmt auch. Schritt-für-Schritt-Anleitung für

**Google:** <https://support.google.com/googleplay/answer/1075738?hl=de>

**Apple:** <https://support.apple.com/de-at/HT201304>

**Windows:** <https://www.giga.de/tipp/wie-kann-ich-in-windows-10-11-die-kindersicherung-aktivieren/>

**Chromebook:**

<https://famisafe.wondershare.com/de/parental-control/how-to-set-up-chromebook-parental-controls.html>

**Tipp:** Vorgehensweise gut beschrieben – inkl. Online-Sicherheitsratschläge nach Alter, Video Englisch – Möglichkeit, das Videotranskript darunter auf Deutsch anzeigen zu lassen:

<https://www.internetmatters.org/de/parental-controls/smartphones-and-other-devices/google-family-link/>



**#nautikuss**  
Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als Methode

Member of

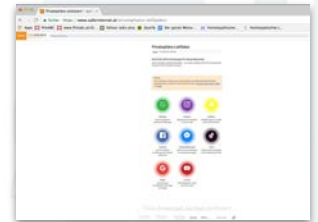
*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Mehr “Privatsphäre” erwünscht? :-)



Flugmodus :-)

- Apps schließen! ;-))
- Unnötige Apps löschen und Check Rechtevergabe
- Wahl des Browsers: Brave ...
- Wahl der Suchmaschine: Brave, Swisscows ...
- (Privatsphäre-)Einstellungen verwalten: Schritt-für-Schritt-Anleitung auf >>> [www.saferinternet.at/privatsphaere-leitfaeden](http://www.saferinternet.at/privatsphaere-leitfaeden) >>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>
- Alternative Messengerdienste: Threema, Signal ...
- Privatsphäre einstellen auf Google Myaccount
- <https://myaccount.google.com/?hl=de> >>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>>
- Betriebssystem



# Wie bespreche ich Risiken bei der Internetnutzung?

## Gute Gesprächsbasis!

### Mögliche Anhaltspunkte für ein Gespräch – Ihr Kind ...

- veröffentlicht persönliche Daten (Name, Adresse, Handynummer, Geburtsdatum etc.).
- ist online nachteilig auf Fotos abgebildet oder verschickt freizügige Fotos von sich.
- möchte alleine eine Chat-Bekannschaft treffen.
- kann schwer einschätzen, wer hinter einer Online-Identität steckt.
- ist in eine Abzock-Falle getappt.
- lädt illegal Filme und Musik aus dem Netz.
- sucht im Internet gezielt nach problematischen Inhalten.
- zieht in Sozialen Netzwerken über andere (z. B. Lehrer\*innen, Mitschüler\*innen) her.
- spielt stundenlang am Computer, sodass andere Lebensbereiche darunter leiden.
- schickt Kettenbriefe per WhatsApp weiter.
- Fügt ohne die Angabe von Quellen Inhalte aus dem Netz in Hausübungen/Referate ein.



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Wie bespreche ich Risiken bei der Internetnutzung?

Lassen Sie sich erzählen, was Ihr Kind im Netz macht und finden Sie gemeinsam Kompromisse.



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

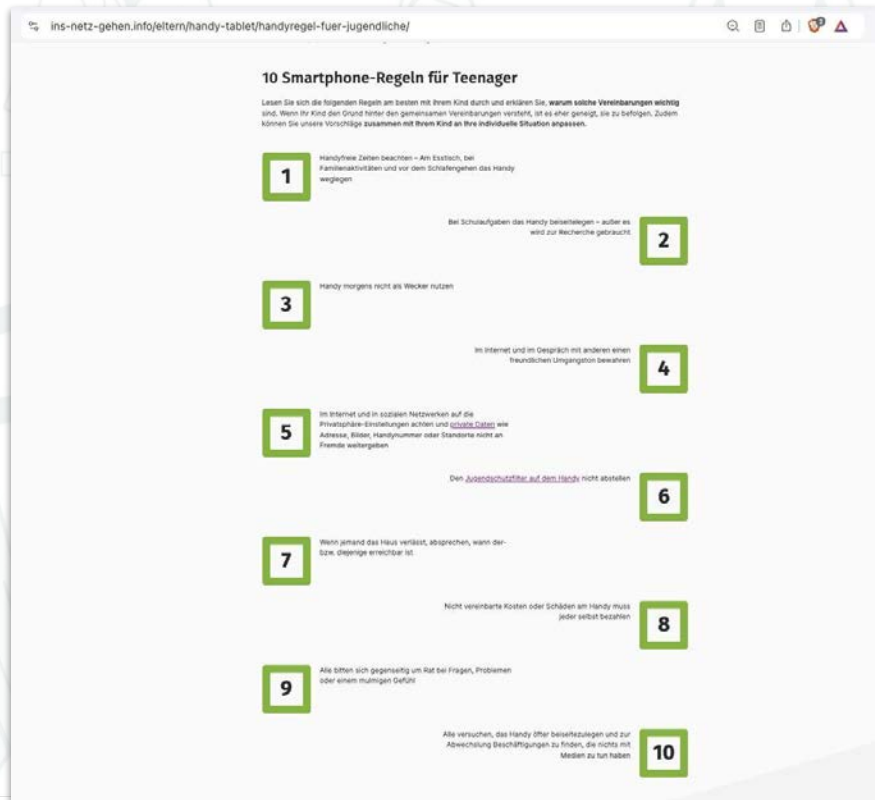
[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# 10 Smartphone-Regeln (nicht nur für Teenager :-)



ins-netz-gehen.info/elter/handy-tablet/handyregel-fuer-jugendliche/

## 10 Smartphone-Regeln für Teenager

Lesen Sie sich die folgenden Regeln am besten mit Ihrem Kind durch und erklären Sie, warum solche Vereinbarungen wichtig sind. Wenn Ihr Kind den Grund hinter den gemeinsamen Vereinbarungen versteht, ist es eher geneigt, sie zu befolgen. Zudem können Sie unsere Vorschläge zusammen mit Ihrem Kind an Ihre individuelle Situation anpassen.

- 1 Handyfreie Zeiten beachten – Am liebsten, bei Familienaktivitäten und vor dem Schlafen gehen das Handy weglegen.
- 2 Bei Schulaufgaben das Handy beiseitelegen – außer es wird zur Recherche gebraucht.
- 3 Handy morgens nicht als Wecker nutzen.
- 4 Im Internet und im Gespräch mit anderen einen freundlichen Umgangston bewahren.
- 5 Im Internet und in sozialen Netzwerken auf die Privatsphäre-Einstellungen achten und [Google](#), eine Adresse, E-Mail, Handynummer oder Standort nicht an Fremde weitergeben.
- 6 Den [Cyberstuhlfahrer](#) auf dem Handy nicht ansteuern.
- 7 Wenn jemand das Haus verlässt, absprechen, wann der- bzw. diejenige erreichbar ist.
- 8 Nicht vereinbarte Kosten oder Schäden am Handy muss jeder selbst bezahlen.
- 9 Alle bitten sich gegenseitig um Rat bei Fragen, Problemen oder einem mutigen Gefühl.
- 10 Alle versuchen, das Handy öfter beiseitezulegen und zur Abwechslung Beschäftigungen zu finden, die nichts mit Medien zu tun haben.

Quelle:

<https://www.ins-netz-gehen.info/elter/handy-tablet/handyregel-fuer-jugendliche/>, 2024-09-15

Empfehlung: **Handy schläft außerhalb vom Kinderzimmer ;-))**

Jede Menge Artikel dazu, z. B.: Warum ein Smartphone nachts doppelt als Schlafstörer wirkt, in Welt, <https://www.welt.de/gesundheit/article252205798/Schlaf-Warum-ein-Smartphone-nachts-doppelt-als-Schlafstoerer-wirkt.html>, 2024-06-27, 2024-09-16



mitglied

**#nautikuss**  
Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

**Sissi Kaiser & Tom Beyer**  
[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als Methode

Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Wie stellen wir Familienregeln für Internet und Handy auf?

## Miteinander

Wichtig ist, die Regeln **gemeinsam** im Familienverband zu besprechen und festzuhalten – am besten in einem schriftlichen Dokument, das von allen Familienmitgliedern unterschrieben wird. Gleichzeitig sollte man sich auch über mögliche **Konsequenzen bei Nichteinhaltung** einigen.



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



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

Traum & Wahnsinn  
MEDIENKOLLEKTIV

# Wie stellen wir Familienregeln für Internet und Handy auf?

## Mögliche Themenbereiche

- **Verhalten im Internet:** Wie verhalten wir uns anderen gegenüber (freundlich – wie auch in der Offline-Welt)? Wie verhalten wir uns nicht (schimpfen oder beleidigen)? Was ist im Internet verboten (alles, das auch im „echten“ Leben verboten ist)?
- **„Recht am eigenen Bild“:** Fotos oder Videos nie ohne Erlaubnis der Abgebildeten hochladen.
- **Urheberrechte:** Umgang mit Bildern, Videos und Texten aus dem Internet? Was darf man, was nicht? Welche Musik darf man aus dem Internet herunterladen? Filme...
- **Verhalten bei Problemen:** Kinder dürfen und sollen sich jederzeit an die Eltern oder eine andere erwachsene Vertrauensperson wenden!
- **Fake?** Nicht alles, das im Internet steht, ist wahr! Gemeinsam nachforschen :-)
- **Privatsphäre:** Handy, Tablet oder Laptop von anderen Familienmitgliedern sind tabu und dürfen nur auf Nachfrage verwendet bzw. „durchstöbert“ werden.



#nautikuss  
Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Wie stellen wir Familienregeln für Internet und Handy auf?

## Mögliche Themenbereiche

- **Kosten:** Wer kommt für die monatlichen Handycosten auf? Was passiert, wenn zusätzliche Kosten anfallen? Was passiert mit dem Handy im Ausland (Urlaub)
- **Nutzungsdauer:** Wie viel Zeit darf täglich mit dem Handy bzw. am Bildschirm verbracht werden? Wie lange darf gespielt werden (Handy, Computer, Konsole)? Welche Zeiten sind medienfrei (z.B. Essenszeiten)? Wie wird die Nutzung von Familiengeräten (Handy, Tablet etc.) aufgeteilt?
- **Apps:** Welche (Spiele-)Apps sind in Ordnung, welche nicht? Wie werden neue Apps ausgesucht und installiert (am Anfang nur gemeinsam!)? Wo werden Apps heruntergeladen (nur aus offiziellen App-Shops!)
- **Inhalte:** Welche Inhalte sind okay, welche nicht? Welche Websites dürfen besucht werden, welche sind tabu? Mit welchen Suchmaschinen darf gesucht werden?
- **Datenschutz:** Welche Informationen über die eigene Person dürfen im Internet geteilt werden, welche nicht? Persönliche Daten wie Handynummer, Adresse, besuchte Schule etc. oder Fotos gehen im Internet niemanden etwas an!



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV



# So unterstütze ich mein Kind bei der Nutzung von Internet & Handy ... aber sicher!

Broschüre "Medien in der Familie" Tipps für Eltern zum Downloaden  
Österreichisches Institut für angewandte Telekommunikation (ÖIAT), 5. Auflage 2023,  
[https://www.saferinternet.at/fileadmin/categorized/Materialien/Medien\\_in\\_der\\_Familie.pdf](https://www.saferinternet.at/fileadmin/categorized/Materialien/Medien_in_der_Familie.pdf)



### Inhaltsverzeichnis

|  |    |
|--|----|
| Mediennutzung vs. Familienleben – eine ständige Konkurrenz                                   | 4  |
| 1. Das Handy ist interessanter als das eigene Kind   | 8  |
| 2. Gestern Facebook, heute WhatsApp, morgen ...?   | 10 |
| 3. Traumbüro Influencerin  | 14 |
| 4. Mein Kind sieht zu viel fern!   | 17 |
| 5. Das erste Handy   | 20 |
| 6. Kommerzialisierung der Kindheit   | 22 |
| 7. Hilfe, mein Kind schaut Pornos!   | 25 |
| 8. Das ist doch nur Spaß!  | 28 |
| 9. Ausschalten geht nicht!   | 30 |
| 10. Fake News im Netz  | 36 |
| 11. „Gretli“-Kino – und zwar jetzt!  | 40 |
| 12. Schmelkern ohne Bilder   | 43 |
| 13. Liebe 2.0  | 46 |
| 14. Brutal normal  | 49 |
| 15. DIY statt blöde Unterhaltung   | 53 |
| 16. E-Sport – das wird mein Beruf!   | 56 |
| 17. Unterstützung und Beratungsgelbte  | 60 |
| 18. Die wichtigsten Tipps zur Mediennutzung auf einen Blick: eine Checkliste für die Familie | 61 |

Anmerkung: Wenn im vorliegenden Ratgeber von „Eltern“ die Rede ist, sollen damit gleichzeitig alle Erziehungsverantwortlichen angesprochen werden.

### Tipps im Überblick

## 18. Die wichtigsten Tipps zur Mediennutzung auf einen Blick: eine Checkliste für die Familie

**Familienleben und Medien = Konkurrenz.** Jugendliche orientieren sich in ihrer Mediennutzung in der Regel eher außerhalb der Familie (z. B. an ihrem Freundeskreis) – das ist Teil einer ganz normalen Entwicklung. Für die Jüngsten kann die Mediennutzung der eigenen Eltern allerdings zur Konkurrenz werden. Seien Sie daher ein gutes Vorbild und achten Sie darauf, klar definierte handy- und computerfreie Zeiten einzuhalten.

**Digitale Medien gemeinsam entdecken.** Begleiten Sie Ihr Kind bei seinen Entdeckungswegen im Internet. Gemeinsame Erfahrungen erleichtern es, über positive und negative Erlebnisse bei der Mediennutzung zu sprechen.

**Regeln vereinbaren.** Regeln zur Internet- und Handynutzung können z. B. den zeitlichen Rahmen, die genutzten Inhalte, den Umgang mit Bildern und persönlichen Daten oder die Kosten betreffen. Regeln sind nur dann wirksam, wenn Ihr Kind diese versteht und akzeptiert! Halten Sie sich an Ihre eigenen Regeln und seien Sie sich ihrer Vorbildrolle bewusst. Ausnahmen sind natürlich erlaubt.

**Computer schützen.** Treffen Sie Vorkehrungen für die technische Sicherheit Ihres Computers, z. B. mittels Antivirussoftware, Firewall, regelmäßiger Software-Updates sowie Back-ups. Beachten Sie jedoch, dass technische Kinderschutzmaßnahmen nur bedingte Sicherheit bieten – begleiten Sie Ihr Kind besser aktiv bei der Mediennutzung!

**Die Weitergabe von persönlichen Daten thematisieren.** Sprechen Sie mit Ihrem Kind über die Risiken einer leichtfertigen Datenweitergabe an Internet bzw. über Apps, Name, Adresse, Telefonnummer und persönliche Fotos sollte Ihr Kind nur nach Absprache mit Ihnen weitergeben dürfen.



mitglied

**#nautikuss**  
Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum & Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Exkurs: Mehr Videos zu KI - Künstliche Intelligenz

Neben **Nachricht von Ella** (<https://www.youtube.com/watch?v=bu-fR8nrwjs>)  
möchten wir auf folgende Videos verweisen:

## Humanoide Roboter

<https://youtu.be/g6qRJFgINmE?si=eibnJ88UygkpQ3c4>, 2:01 Min., 2024-05-12,  
2024-09-15

## KI bei Welt.de

[https://youtu.be/33MSho3FkYg?si=s7P5sWq\\_Nolq3ncm](https://youtu.be/33MSho3FkYg?si=s7P5sWq_Nolq3ncm), 2:41 Min., 2024-05-15,  
2024-09-15



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum*



*Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

## Links zu ....

Infos zur Sicherheit im Internet [www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at)  
Eltern-Vlog, den ich mitgestalten durfte >>>>

[www.saferinternet.at/services/video-elternratgeber-frag-barbara/](http://www.saferinternet.at/services/video-elternratgeber-frag-barbara/)

Informationen zu Angeboten für die Schule

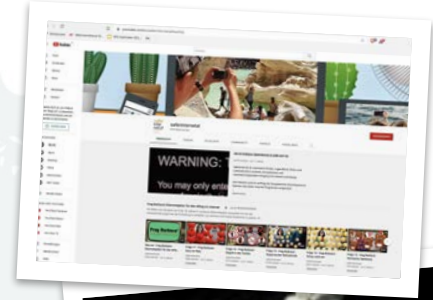
[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)

[www.fame-filmen-als-methode.com](http://www.fame-filmen-als-methode.com)

[www.filmsagebuch.at](http://www.filmsagebuch.at)

[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

[www.4youcard.at](http://www.4youcard.at)



# DANKE!

## Fürs Daseindürfen und Eure Aufmerksamkeit!



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als Methode

Member of

*Traum*



*Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV

# Workshops und Vorträge speziell für die Schule & Umfeld

- **Medienheldinnen und Medienhelden auf der Spur**
- **"Desinformationen & (Fake)News - Der Einfluss von Medien auf Menschen"**
- **YouTube & Smartphone – im Unterricht und zu Hause**
- **So erkenne ich gefälschte Bilder & Filme**
- **Bodyshaming und Schönheitsideale**
- **Bibliothek / Gemeinde / Verein ... goes Cinema! (mit FAME)**
- **Mein Leben in der Blase :-)** Der Einfluss von Medien auf Menschen
- **Hass im Netz**
- **Mobbing / Cybermobbing**
- **So mache ich gute Filme mit dem Handy**  
Workshop inkl. Software für Schnitt- und Videonachbearbeitung
- **Kostenlos, werbefrei, virenfrei und sehr gut!**  
Vortrag (Programme für jeden Zweck und jedes Betriebssystem...)
- **Schulungen zu Open Source Programmen**
- **Handy und PC "kindertauglich" machen**  
Workshop (Schritt für Schritt-Anleitung für Handy und Computer...)
- **Alte, ausrangierte Computer fit und sicher machen**

**>>>> Alle Themen für die Klasse, als Elternabend und Schulinterne Lehrer\*innenfortbildung :-)))**



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer  
www.sissikaiser.com  
www.nautikuss.at

**FAME**  
Filmen Als METHode

Member of

*Traum* & *Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV



“Dein Abo” gggg :-))

[mail@sissikaiser.com](mailto:mail@sissikaiser.com)



mitglied

**#nautikuss**

Gesundheitskompetenz  
Medienpädagogik

Sissi Kaiser & Tom Beyer

[www.sissikaiser.com](http://www.sissikaiser.com)  
[www.nautikuss.at](http://www.nautikuss.at)

**FAME**  
Filmen Als Methode

Member of

*Traum*



*Wahnsinn*  
MEDIENKOLLEKTIV