

WANN & WIE TECHNISCHE KINDERSICHERUNG SINNVOLL IST



Erstes eigenes Gerät / jüngere Kinder
Stärkerer technischer Rahmen:
App-Freigaben, Inhaltsfilter, Schlafenszeit,
überschaubare Nutzungszeiten.



Mehr Social Media & Gaming
App-Limits, Zeitbudgets und feste
Offline-Zeiten können unterstützen.



Zunehmende Selbstständigkeit
Weniger Kontrolle, mehr Eigenverantwortung –
Regeln regelmäßig überprüfen.



Konkrete Risiken
Bei Cybermobbing, Grooming, massiver
nächtlicher Nutzung etc. können
gezielte Schutzfunktionen sinnvoll sein.

VOR DEM EINRICHTEN FRAGEN

- ✓ Was möchte ich eigentlich erreichen?
- ✓ Welche Funktion brauche ich dafür wirklich?
- ✓ Was kann mein Kind bereits selbst regulieren?
- ✓ Welche Daten möchte ich als Elternteil überhaupt sehen?
- ✓ Wann können wir die Einschränkung wieder reduzieren?



Nicht das Alter allein entscheidet.
Wichtig sind Reife, Selbstregulation,
Nutzungsform und konkrete Risiken.

BEZIEHUNG ERHALTEN

5 GRUNDSÄTZE FÜR EINEN GUTEN UMGANG



1. TRANSPARENT EINSETZEN

Das Kind sollte wissen, was begrenzt wird
und was Eltern sehen können.



2. SO WENIG KONTROLLE WIE NOTIG

Eine Schlafenszeit ist ein geringerer Eingriff
als Standort- oder Chatüberwachung.



3. REGELN VORHER VEREINBAREN

Technische Sperren nicht spontan als Strafe
einsetzen. Vorhersehbare Regeln wirken besser.



4. MIT DEM KIND MITWACHSEN

Mit zunehmender Reife sollten Kontrolle und
Überwachung reduziert werden.



5. WARNUNGEN ALS GESPRÄCHSANLASS

Automatische Systeme können falsch liegen.
Ein Alarm ist kein Beweis.



**SO VIEL SCHUTZ WIE NOTIG –
SO VIEL SELBSTSTÄNDIGKEIT
WIE MÖGLICH.**



Technik schafft einen Schutzrahmen.
Medienkompetenz, Vertrauen und Hilfesuche
entstehen im Gespräch.

KINDERSICHERUNG AUF SMARTPHONE & TABLET

Technische Grenzen setzen –
Selbstständigkeit fördern



- ZEIT • APPS • INHALTE
- KOMMUNIKATION • SICHERHEIT



Welche technischen Möglichkeiten gibt es –
und welche passt zu meinem Kind
und unserer Familie?

Apple Bildschirmzeit • Google Family Link
Qustodio • Helmit • Mobicip

KOSTENLOSE BASISLÖSUNGEN

Der einfache Einstieg – oft reicht das schon.



Apple Bildschirmzeit

Kostenlos direkt in iPhone & iPad



Besonders gut für

- ✓ App-Limits (z. B. TikTok, Spiele)
- ✓ Auszeiten & Schlafenszeiten
- ✓ Käufe, In-App-Käufe & Installationen
- ✓ Inhalts- und Kommunikationsbeschränkungen

Zu beachten

Fernverwaltung am bequemsten innerhalb einer Apple-Familie.

System
iPhone & iPad

Einrichtung
Einstellungen → Bildschirmzeit → Code festlegen

Preis
kostenlos

Zur Website →



apple.com/de/family-sharing



Google Family Link

Kostenlos für Android-Familien



Besonders gut für

- ✓ Bildschirmzeit & tägliche Limits
- ✓ App-Limits & App-Freigaben
- ✓ Schlafenszeiten & Routinen
- ✓ Standort (optional)
- ✓ Google Play & Inhalte steuern

Zu beachten

Für ein iPhone des Kindes keine vollwertige Steuerung wie bei Android-Geräten.

System
vor allem Android

Einrichtung
Family Link App auf dem Eltern-Smartphone

Preis
kostenlos

Zur Website →



families.google/familylink/

MEHR ÜBERBLICK & STEUERUNG

Wenn Sie mehr Funktionen oder Details brauchen.



Qustodio

Überblick & Allround-Kontrolle



Besonders gut für

- ✓ Berichte & übersichtliches Dashboard
- ✓ Bildschirmzeit & Tageslimits
- ✓ Webfilter & Inhaltsfilter
- ✓ Standort (optional)
- ✓ App-Einblicke & Benachrichtigungen

Zu beachten

Auf iOS lassen sich nicht alle Apps oder Funktionen gleich umfassend steuern.

System
plattform-übergreifend

Preis
kostenpflichtig

Preise vor Abschluss prüfen.

Zur Website →



Mobicip

Feinsteuerung von Apps & Zeitregeln



Besonders gut für

- ✓ Individuelle App-Limits & App-Kategorien
- ✓ Schlafenszeiten & „Schul-/Hausaufgaben“-Zeiten
- ✓ Wochen- & Tagespläne
- ✓ Fernsperre & App-Blocking
- ✓ Webfilter & Sicherheitsregeln

Zu beachten

Oberfläche und Support überwiegend auf Englisch.

System
plattform-übergreifend

Preis
kostenpflichtig

Preise vor Abschluss prüfen.

Zur Website →



www.mobicip.com

DIGITALE GEWALT & RISIKEN

Wenn Schutz vor riskanter Kommunikation wichtig ist.



Helmit

Schutz vor digitaler Gewalt & riskanten Chats



Besonders gut für

- ✓ KI-gestützte Analyse riskanter Chats (z. B. Cybermobbing, Grooming, Sextortion, Hassrede, Betrug)
- ✓ App-Limits & Routinen
- ✓ App-/Webfilter
- ✓ Standort (optional)

Zu beachten

- Stärkerer Eingriff in die Privatsphäre.
- Deshalb transparent, altersangemessen und gezielt einsetzen.
- Chat-Analyse wahlweise lokal am Elterncomputer oder in der EU-Cloud.

System
plattform-übergreifend

Preis
kostenpflichtig

Preise vor Abschluss prüfen.

Zur Website →



helmit.org

WICHTIG IM ALLTAG

- ✓ **Transparent einsetzen:** Das Kind sollte wissen, welche Regeln und welche Daten Eltern sehen können.
- ✓ **So wenig Kontrolle wie nötig:** Nur Funktionen nutzen, die wirklich erforderlich sind.
- ✓ **Regeln gemeinsam vereinbaren:** So entsteht Verständnis und weniger Konflikte.
- ✓ **Mit dem Kind im Gespräch bleiben:** Technik schützt – aber Vertrauen und Medienkompetenz wachsen im Dialog.
- ✓ **Schutz mitwachsen lassen:** Regeln regelmäßig überprüfen und mit zunehmender Selbstständigkeit reduzieren.



Technische Lösungen schaffen einen Schutzrahmen.
Medienkompetenz, Vertrauen und Hilfesuche entstehen im echten Leben.



Bei akuter Gefahr nicht auf eine App verlassen –
direkt Hilfe holen!

Weiterführende Informationen,
Tipps & Orientierung →

