

A1 BesserOnline

Smartphone-Vereinbarung



Für 14- bis 15-Jährige

Hey! Ab jetzt bist du nicht mehr nur „User:in“, sondern Gestalter:in deiner digitalen Welt. Dieser Vertrag ist unser gemeinsamer Leitfaden für Respekt, Fairness und Sicherheit – für dich und für uns als Familie.

💡 Regeln dürfen sich ändern – redet immer wieder drüber!

Eigenverantwortung & Vertrauen

- Ich weiß, dass ich für das, was ich online tue, selbst verantwortlich bin.
- Ich spreche ehrlich an, wenn mir etwas online unangenehm ist oder ich Hilfe brauche.
- Wir reden regelmäßig offen über unsere digitalen Erfahrungen, Trends und Fragen.

Social Media, Gruppenchats & Respekt

- Ich verhalte mich in Chats und Sozialen Netzwerken fair, freundlich und respektvoll.
- Kein Cybermobbing, keine Weiterleitung von Gerüchten, keine Bloßstellung anderer.
- Wenn ich Zeuge von Grenzüberschreitungen werde, hole ich mir Unterstützung.

Finanzen & In-App-Käufe

- Ich frage vorher, bevor ich Geld für Apps/In-App-Käufe ausbebe.
- Ich informiere meine Eltern über unerwartete Kosten oder verdächtige Nachrichten.

Datenschutz & Privatsphäre

- Ich wähle sichere Passwörter, teile sie mit niemandem und ändere sie regelmäßig.
- Ich entscheide bewusst, welche Bilder, Stories und Videos ich online teile.
- Ich respektiere die Privatsphäre anderer – keine Weitergabe von Fotos, Screenshots oder Chats ohne deren Einverständnis.

Zeitmanagement & Pausen

- Ich kann mein Handy eigenverantwortlich nutzen – Schule, Schlaf und echte Treffen gehen aber immer vor.
- Nach spätestens 60-90 Minuten am Stück mache ich eine Pause.
- Nachts (ab ___ Uhr) bleibt das Handy außerhalb meines Schlafzimmers / im Flugmodus.

Was tun, wenn's schief geht?

Fehler passieren. Wichtig ist, ehrlich zu sein und Hilfe zu holen. Wir suchen gemeinsam eine Lösung.

Zusätzliche Regeln, die wir gemeinsam festlegen:

-
-
-
-
-
-



Unterschrift Jugendliche:r

Datum:



Unterschrift Eltern

Datum: