KANTON
LUZERN

Bildungs- und Kulturdepartement
Kantonsschule Alpenquai Luzern

Dienstag, 03. November 2026

Digital aufwachsen
Jugendliche bei der Mediennutzung begleiten

*Informationsanlass der **KSA** in Zusammenarbeit mit **Akzent Prävention und Suchttherapie***

Petra Arnet, Prorektorin KSA

Nick Illi, Experte Akzent

Oria Curdicio, Fachstelle Psychologische Beratung

Adrian Häfliger, Pädagogischer ICT-Koordinator KSA

Patricia Kurt, interne Beratung für Schüler/-innen KSA

KANTON LUZERN

← ICT

Für Eltern / Erziehungsbe-rechtigte | LENO / BYOD

LENO: Lernenden-Notebooks

BYOD-Klassen

Themen Onlineschalter

Kantonsschule Alpenquai Luzern

Kanton › BKD › KS Alpenquai › ICT › Für Eltern / Erziehungsberechtigte | LENO / BYOD › LENO: Lernenden-Notebooks

LENO: Lernenden-Notebooks

LENO

LENO Regeln

→ Das Wichtigste in Kürze

Informationen der Schulleitung und der Dienststelle Gymnasialbildung

LENO-Website der Dienststelle Gymnasialbildung

Informationsschreiben zur Abgabe von Lernenden-Notebooks (LENO)

Checkliste: Übermässige Nutzung digitaler Medien

Checkliste: Gesprächsvorbereitung über die Nutzung digitaler Medien

LENO-Gerät zuhause einrichten

Anleitung zum Einrichten des LENO-Gerätes (1. Klassen)

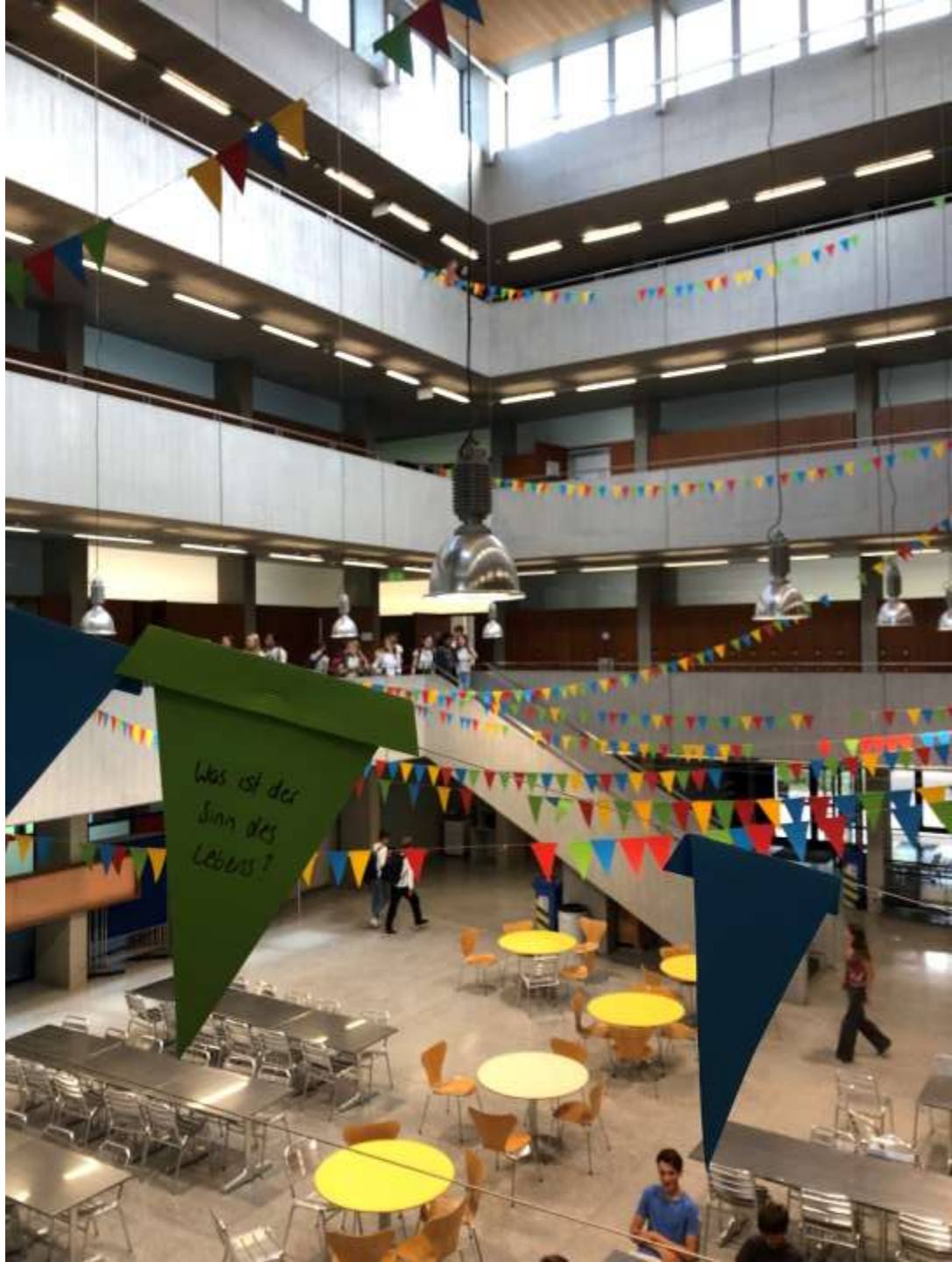
Informationsanlass «Digital aufwachsen», 3. November 2026

Präsentation Teil 1; Link folgt

KANTON
LUZERN

Ziele

- Sie sind über den Umgang der KSA mit digitalen Geräten und KI informiert.
- Sie reichern Ihr Wissen über Chancen & Risiken digitaler Medien an.
- Sie bauen Ihr Repertoire an pädagogischen Massnahmen im Umgang mit digitalen Geräten aus.
- Sie wissen, wo Sie sich zum Thema weitere Informationen finden und kennen Unterstützungsangebote.





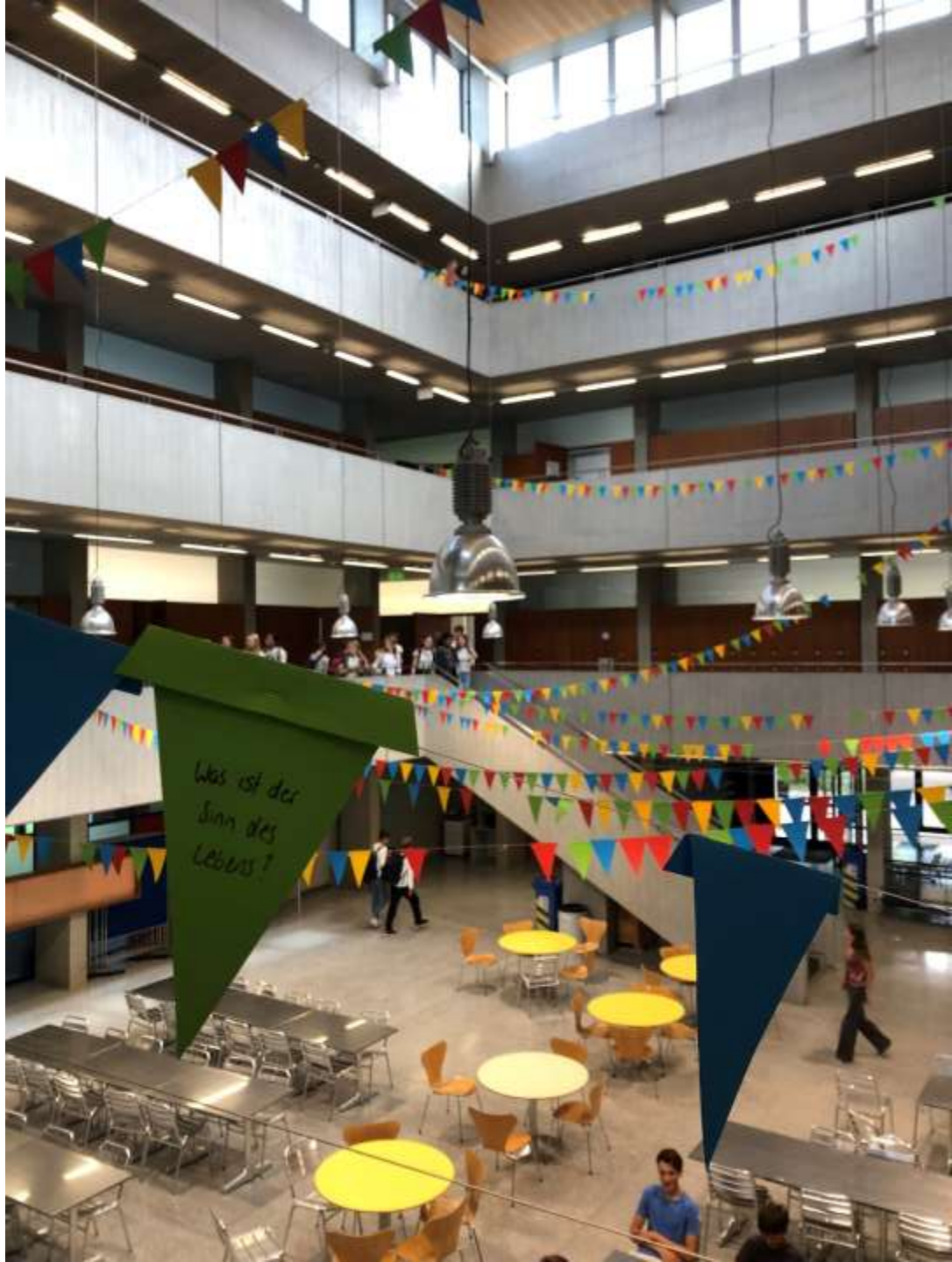
Bildquelle: Pixabay

KANTON
LUZERN

Teil 1

Fünf Dilemmata und erste Lösungsansätze

- **Handy** verbieten oder nicht?
- Zugang zu **Klassenchat** erlauben oder nicht?
- **digitale Games**: Kinder vor etwas Schädlichem schützen oder Lerngelegenheiten verpassen/Spass verderben?
- **LENO-Geräte**: Medienkompetenz fördern oder Schutz vor digitalen Inhalten aufweichen?
- **KI** einsetzen oder bewusst weglassen?



KANTON
LUZERN

Handy



verbieten oder nicht?

KANTON
LUZERN

Umgang mit Handys an der KSA

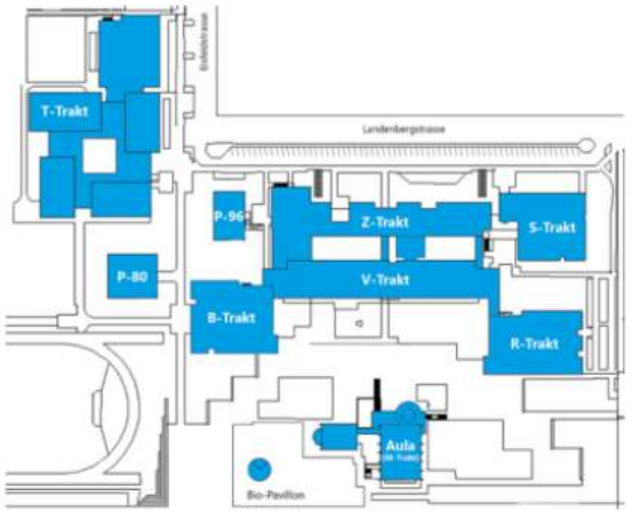
KANTON
LUZERN

Handyfreie Zonen

08 - 12 Uhr
13 - 17 Uhr

Schüler/-innen
Lehrer/-innen

Zwei-Faktor-Authentifizierung
Bezahlen in der Mensa



Kantonsschule Alpenquai Luzern
ksalpenquai.lu.ch

KANTON
LUZERN

Wir stärken die Schulgemeinschaft und ermöglichen persönliche Begegnungen.



KANTON
LUZERN

Klassenchat



Zugang erlauben oder nicht?

KANTON
LUZERN

Klassenchat

«Wir haben bemerkt, dass Klassenchats ausschliesslich über WhatsApp laufen. Anfänglich wollten wir nicht, dass unsere Kinder diese App installieren, da sie unsicher ist. Um zu verhindern, dass unsere Kinder ausgeschlossen werden, haben wir ihnen letztendlich dennoch die Nutzung von WhatsApp erlaubt.»

Mutter einer KSA-Schülerin, 2024

KANTON
LUZERN

Umgang mit Klassenchats & Social Media an der KSA

- Die **Privatsphäre** anderer respektieren
- Das **Recht** am **eigenen Bild** beachten
- **Keine** rassistischen, pornographischen & gewaltverherrlichenden Inhalte
- **Respektvoller** und **wertschätzender Umgang**
- **Soziale und rechtliche Konsequenzen von Cybermobbing kennen**: Absichtliches und wiederholtes Belästigen, Bedrohen oder Blossstellen einer Person durch die Verwendung digitaler Kommunikationsmittel wie social Media, E-Mails oder Chatdienste.

KANTON
LUZERN

digitale Games



Kinder vor etwas Schädlichem schützen oder Lerngelegenheiten verpassen/Spass verderben?

KANTON
LUZERN

Videospiele und In-App-Käufe



«Es scheint mir absurd, dass mein Sohn Geld dafür ausgibt, als bewaffnete Banane durch eine Fantasiewelt zu tanzen.»

Vater eines jugendlichen Fortnitespielers, Aarau 2019

Quelle: Schaffhauser Nachrichten 17.10.2019

KANTON
LUZERN

In-App-Käufe

> *„Epic hat ein geldgieriges System perfektioniert, bei dem Spieler, einschließlich Minderjähriger, dazu verleitet werden, In-Game-Lootboxen zu kaufen, um vorteilhafte Items zu erhalten. […] Haben sich die Spieler genügend mit dem Spiel vertraut gemacht, veranlasst Epic Games die Gamer, Lootboxen zu kaufen, um bessere Items zu erhalten. Dies bringt dem Unternehmen erhebliche Einnahmen.“*

(Quelle: casiononline.de, 05.03.2019)

KANTON
LUZERN

Videospiele und Gewalttätigkeit

„Ein Kopfschuss bewirkt mehr als ein Treffer auf dem Körper. Ziele auf den Kopf!“

(Spieltipp in Fortnite)

Neue Zürcher Zeitung

Videogames machen nicht gewalttätig

Hartnäckig hält sich die Ansicht, dass das Spielen von gewaltverherrlichenden Games Jugendliche aggressiver mache. Wissenschafter der University of Oxford haben nun in einer Studie keine Belege für diese Hypothese gefunden.

Jochen Siegle
15.2.2019, 14:00 Uhr

KANTON
LUZERN

Umgang mit digitalen Games an der KSA

z.B. Schulkonferenz, 23. Oktober 2025



KANTON
LUZERN

LENO-Geräte



Medienkompetenz fördern oder Schutz vor digitalen Inhalten aufweichen?

KANTON
LUZERN

Aufbau digitaler Kompetenzen an der KSA

- Informatikunterricht
- LENO-Halbtag (30. November 2026)
- Studienwoche Medienprojekte und Medienreflexion
- Digitale Heftführung schrittweise Einführung ab der 3. Klasse
- Medienbildung für Schülerinnen und Schüler und Lehrpersonen: Filmbegegnung, Radio Adrenalin, KI und Unterricht, Actionbound, Projekthalbtag zum Thema «Qualitätsjournalismus und Kriegsberichterstattung» (2024), Digi-Challenge usw.

KANTON
LUZERN

Nutzung LENO zu Hause



Wilfried Gebhard | Cartoons über Eltern und Kinder

KANTON
LUZERN

Nutzung des persönlichen Lernenden-Notebooks (LENO-Gerät)



Grundsätze

- Notebooks und alles mitgelieferte Zubehör bleiben im Besitz der KSA
- Computer und Office365 nach den Vorgaben der Schulleitung und der Lehrpersonen nur für schulische Zwecke nutzen
- für Arbeits- und Lernaufträge wird das Gerät auch zuhause verwendet

Pflichten der Schülerinnen und Schüler

- Notebook und alles Zubehör sorgfältig behandeln und sicher aufbewahren (Transport in der Tasche und von der Hülle geschützt)
- bei Diebstahl, Verlust, Beschädigung und/oder Vernachlässigung der Sorgfaltspflicht haften die Schüler/-innen
- Notebook aufgeladen in die Schule mitbringen

Dringende Empfehlung

- elektronische Unterrichtsmaterialien auf den von der Schule zur Verfügung gestellten Speicherorten (Office365) ablegen, dann ist bei einem Geräteverlust, -defekt oder -wechsel ein Backup vorhanden



Ausdrücklich verboten sind

- Filme, Spiele, Chats mit nichtschulischen Inhalten
- rassistische, pornografische oder gewaltverherrlichende Inhalte
- Missbräuche jeder Art (Hacken, Installieren von Male Ware etc.)

  → Link zu Reglementen, siehe Elternbrief

Kantonsschule Alpenquai Luzern | ksalpenquai.lu.ch

KANTON
LUZERN

Künstliche Intelligenz



KI einsetzen oder

bewusst weglassen?

KANTON
LUZERN

KI an der KSA

Eigenständiges Denken steht im Zentrum.

Gezielt einsetzen

Wir nutzen KI dort, wo sie das Lernen unterstützt. Lehrpersonen legen den Einsatz im Unterricht fest.

Kritisch prüfen

Jugendliche lernen, KI zu verstehen, Antworten zu überprüfen und mit Daten bewusst umzugehen.

Eigenständig lernen

Wir fördern eigenes Denken und Lernen auch ohne KI. Bei Arbeiten und Prüfungen zählt die Eigenleistung.

Sie als Eltern: im Gespräch bleiben und Lernwege erklären lassen.

«Wie bist du auf die Lösung gekommen?»

KANTON
LUZERN

Geschichten aus dem digitalen Alltag

Im Netz lauern Gefahren – und die Familie Webster stolpert mitten hinein: gefälschte Markenprodukte, fiese Deep Fakes, Mobbing in Online-Spielen oder unsichere Passwörter. In ihren neuen Comicabenteuern zeigt die Familie, wie man solche Situationen meistert und sicher durch den digitalen Alltag kommt. Die Serie ist Teil einer Schweizer Präventionskampagne und bietet Schulen wie Familien viele Tipps und Gesprächsanlässe. Alle Geschichten gibt es kostenlos und mehrsprachig auf



Herzlichen Dank



akzent prävention und suchttherapie

Digital aufwachsen

Kinder bei der Mediennutzung begleiten

Elternveranstaltung
Kanti Alpenqaui

Luzern, 03.11.2026



Bild: Hello I'm Nik on Unsplash

Vorstellung Akzent Prävention und Suchttherapie

Nick Illi

Ressort Jugendalter



Programm

- Mediennutzung
- Chancen, Risiken & Faszination
- Medienerziehung
- Unterstützungsmöglichkeiten
- Information und Unterstützung
- Austausch



Bild: Akzent

Mediennutzung in der Schweiz

Internetnutzungsdauer

Tabelle 3: Selbst eingeschätzte Internetnutzungsdauer

Internetnutzungsdauer	Median (MD)	Mittelwert (MW)
an einem Wochentag	3 Std. 7 Min.	3 Std. 41 Min.
an einem Tag am Wochenende	4 Std. 30 Min.	5 Std. 12 Min.

Quelle: James-Studie, 2024

Beliebteste Smartphone-Apps



Hinweis: Mindestalter Plattformen: Kinderschutz Schweiz, Quelle: James-Studie, 2024

Beliebteste Freizeitbeschäftigungen



(alleine)



(mit Freund*innen)

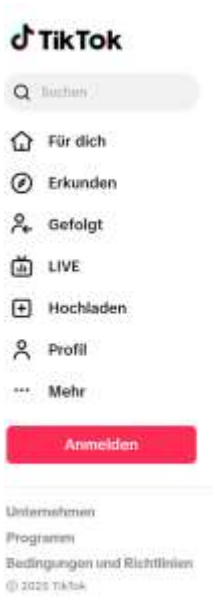
Quelle: James-Studie, 2024

Chancen und Risiken

Chancen	Risiken
Selbstwirksamkeit / Interessen	Suchtgefahr / Zeiträuber
Spass / Unterhaltung	Belohnungssysteme / Autoplay
Herausforderung / Wettkampf	In-App-Käufe
Orientierung an Vorbildern & Freund*innen	Vergleich & Selbstwert
Ausleben der Kreativität	Missbrauch persönlicher Daten
Informations- und Lernmöglichkeiten	ungeeignete Inhalte, Falschinformationen
Kontakte pflegen	Mobbing, Fakes, Grooming, ständige Erreichbarkeit

Eigene Darstellung, nicht abschliessend

Positive und negative Seiten













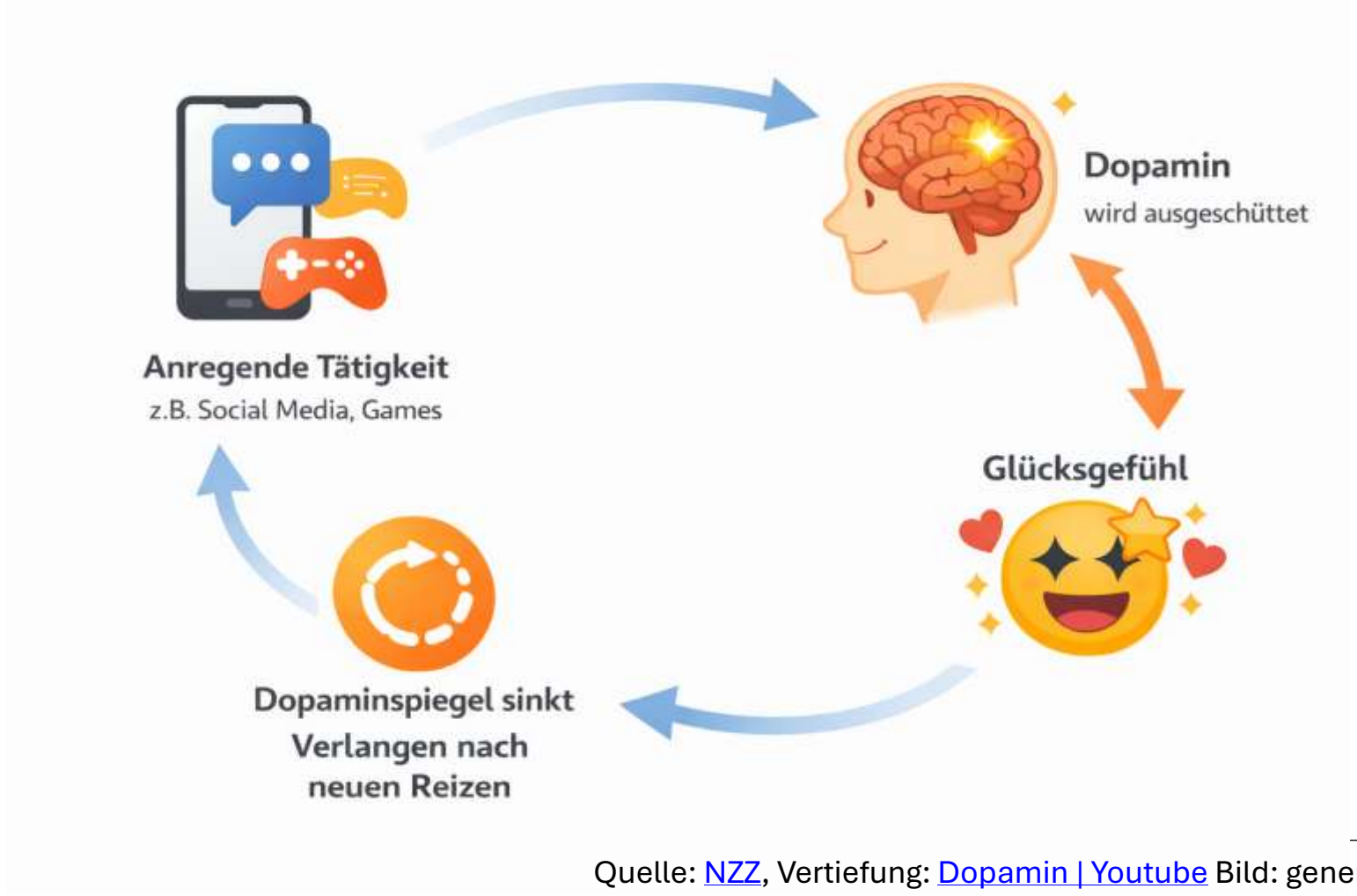
Bilder: Spiegel.de, TikTok Noah Bachofen, Landkreis Kassel, Handelsblatt Quelle: Shell Jugendstudie

Erreichbarkeit



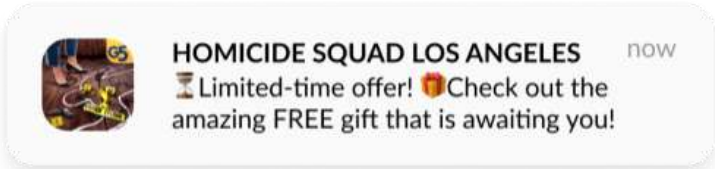
Bild: DAK-Gesundheit, Empfehlung: SRF Beitrag ständige ErreichbarkeitF

Dopamin-Kreislauf beim Medienkonsum

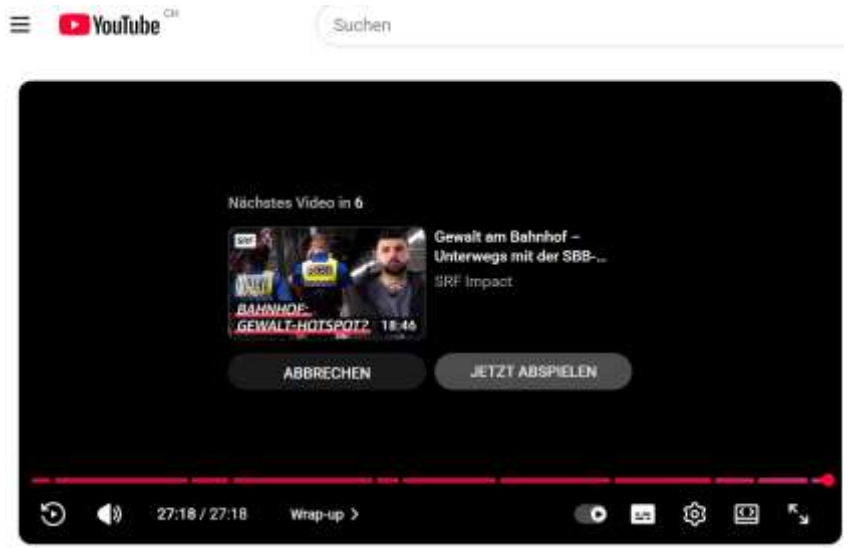


Quelle: NZZ, Vertiefung: Dopamin | Youtube Bild: generiert mit ChatGPT











Bilder: 20min.ch, youtube.com, ru.appodeal.com, reddit.com

Vergleich und Selbstwert



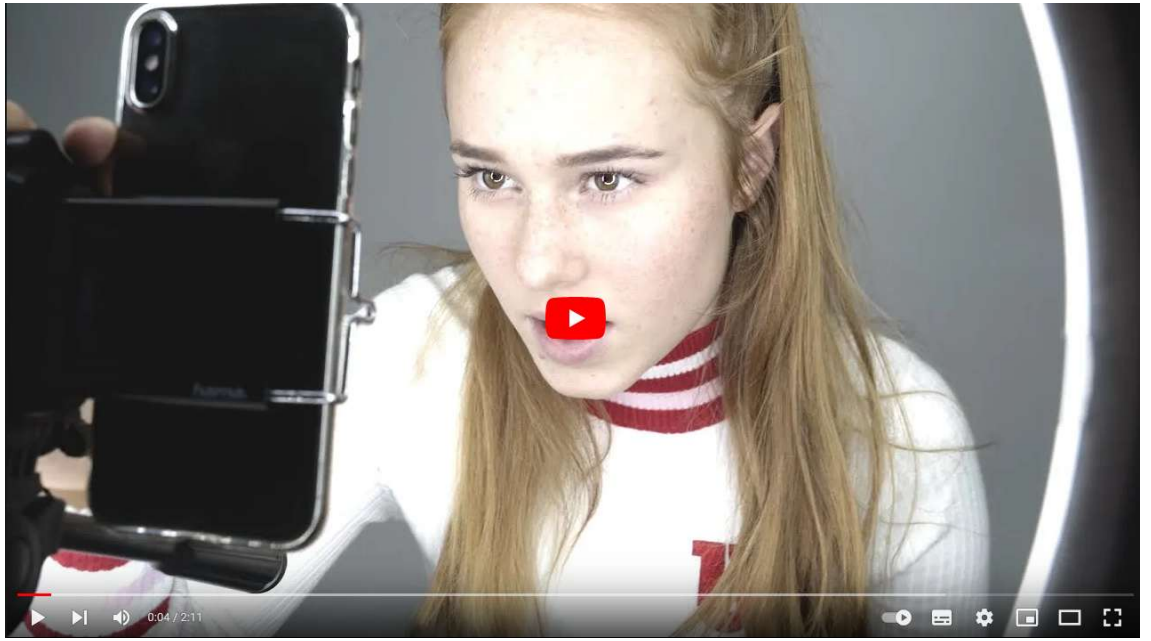


Bild: Glücksdetektiv.ch Video: YouTube

Faszination der Bildschirmmedien

Faszination der Bildschirmmedien

Psychologische Grundbedürfnisse:

- Zugehörigkeit
- Kompetenz
- Autonomie

Unterstützung in der Identitäts-entwicklung



Quelle: Deci und Ryan (2008), Bild: Unsplash

Medienerziehung

Aufgaben der Medienerziehung

Vorleben



Umfeld Beobachten

0 - 4 Jahre

Heranführen



Erfahrung Sammeln

4 – 8 Jahre

Begleiten



Unterscheiden Lernen

8 – 12 Jahre

Da sein



Kritisch hinterfragen

12 -18 Jahre

Bild: ymyphoto, AdinaVoicu, AlisaDyson, Pexels (Pixabay)

Aufgaben der Medienerziehung 12 – 18 Jahre

Die Kinder

- Selbstständiger werden, von Eltern abgrenzen
- Kritik üben
- Persönliche Vorlieben und Umgang entwickeln

Die Erziehungsberechtigten

- Offener Austausch, Interesse zeigen, verfügbar bleiben
- Regeln gemeinsam vereinbaren
- Strukturierung des Familienalltags
- Loslassen (den Kindern vertrauen, etwas zutrauen)

Da sein



Kritisch hinterfragen

3-6-9-12 Empfehlung für Bildschirmzeit

Alter des Kindes	Empfehlung
0 bis 3 Jahre	Wenn digitale Tools, dann nur in Begleitung
3 bis 6 Jahre	• **Medien gemeinsam nutzen** und darüber sprechen • Bildschirmzeit einschränken
6 bis 9 Jahre	• **Bildschirme zusammen mit dem Kind kreativ verwenden** • Internet erklären und Zugriff auf Bildschirmmedien beschränken
9 bis 12 Jahre	• Abmachungen/Regeln aushandeln, über digitales Erleben sprechen • Diskussion mit Kind über **eigenes Smartphone**
Ab 12 Jahre	• Kind surft alleine im abgemachten Zeitfenster • Über Downloads, Pornografie, Mobbing und Belästigung sprechen • Nachts Handys ausgeschaltet oder deponiert • **Bleiben Sie verfügbar**

Quelle: Link zum Artikel Pro Juventute Elternwelt

Bildschirmzeiten und Medieninhalt

- bis 5 Jahre: 30min am Tag
- bis 9 Jahre: eine Stunde am Tag
- ab 10 Jahre: Wochenkontingent (1h pro Lebensjahr in der Woche)

➢ **Individuell anpassen und Ausnahmen zulassen**

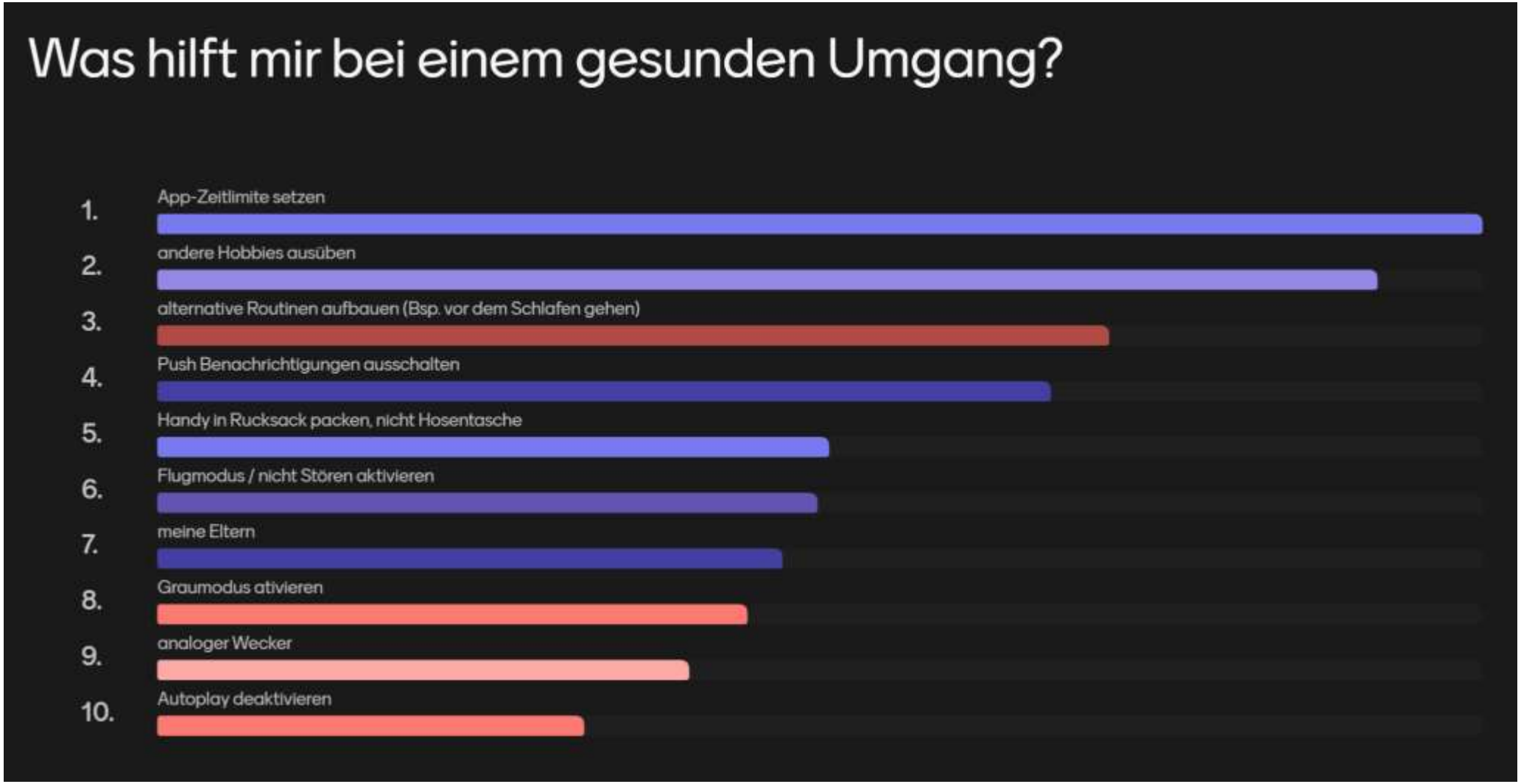


Quelle: Empfehlung von schauhin.info, Bild: Akzent

Non-Medial

Medial





Quelle und Bild: Akzent Workshop Kanti Reussbühl 2026

Green flags

„Zusammen Alternativen finden (z.B. Boardgames, backen…)"

„Hilfe anbieten. Das Kind soll sich trauen zu den Eltern zu kommen falls was ist, es soll keine Angst haben zu den Eltern zu kommen."

„Kommunikation + Verständnis. Freiheit lassen. Mit dem Kind Sachen machen (analog und digital). GESPRÄCHE!!!"

„Vor dem Schlafen Handy abgeben"

„Während Essen kein Handy"

Red flags

„Einfach nichts machen und denken, dass das Kind es schon alleine hinbekommt."

„Gar keine Bildschirmzeit, keine Limitierungen, Handy wegnehmen, immer alles kontrollieren."

„Nur auf Altersbeschränkungen schauen – einige Sachen sind schlecht Altersbegrenzt."

„Suchverlauf kontrollieren"

„Handy durchsuchen"

Quelle: Akzent Workshop Kanti Reussbühl 2026

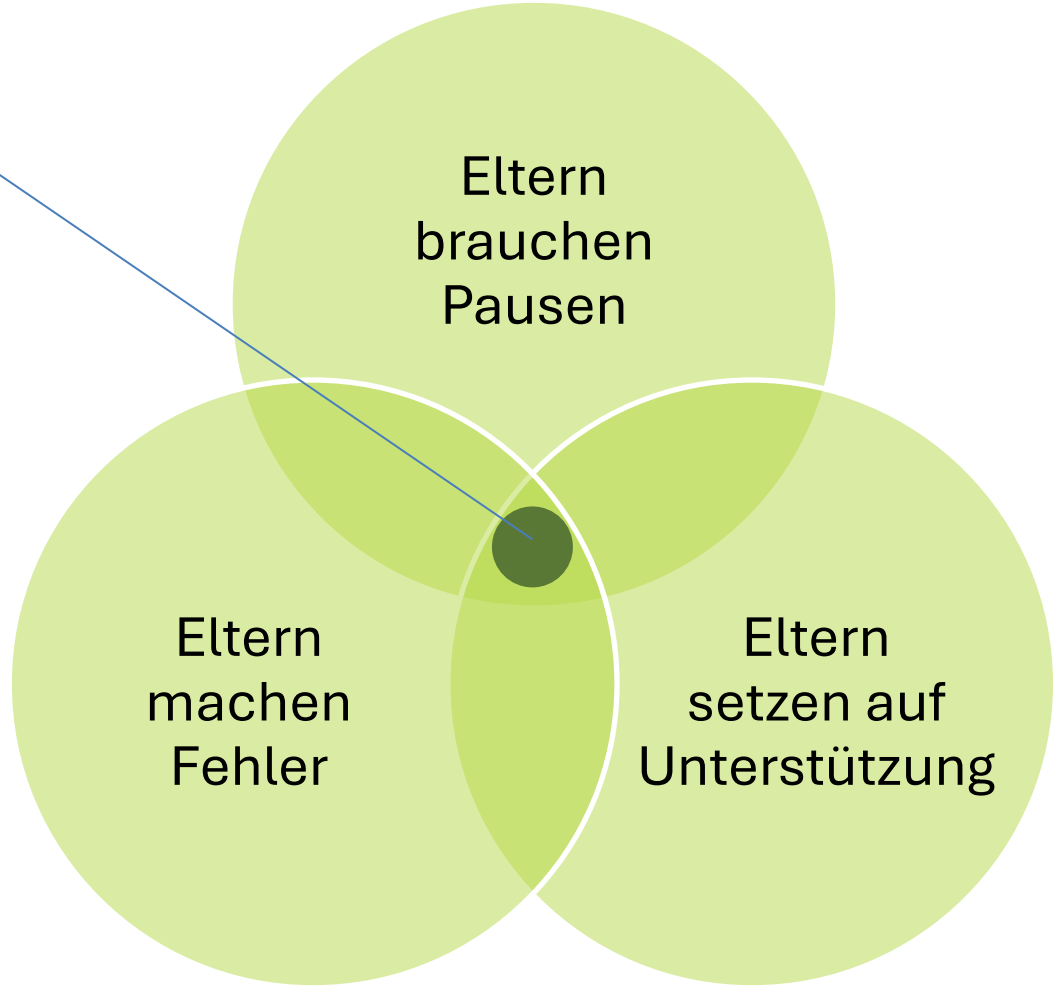
Wann wird’s kritisch?





Empfehlung: Checkliste erkennen – Akzent, Checkliste Gespräche führen – Akzent, Bild: generiert mit Copilot

Elterngesundheit



Hilfsmittel

Medienvereinbarung

- Medienregeln gemeinsam vereinbaren und mit KI als Plakat visualisieren.
- Ein Beispiel für mögliche Abmachungen.



Idee: mediennutzungsvertrag.de Bild: generiert mit Copilot

Infos zu Digitalen Medien

- **PEGI**: Gaming Richtlinien > Link & **Spieleratgeber NRW** > Link
- **Deutsches Jugendinstitut** > Link & **Schau hin** > Link
- **Medien Kindersicher** > Link
- **Klicksafe** > Link
- **Pro Juventute** > Link
- **Jugend und Medien** > Link

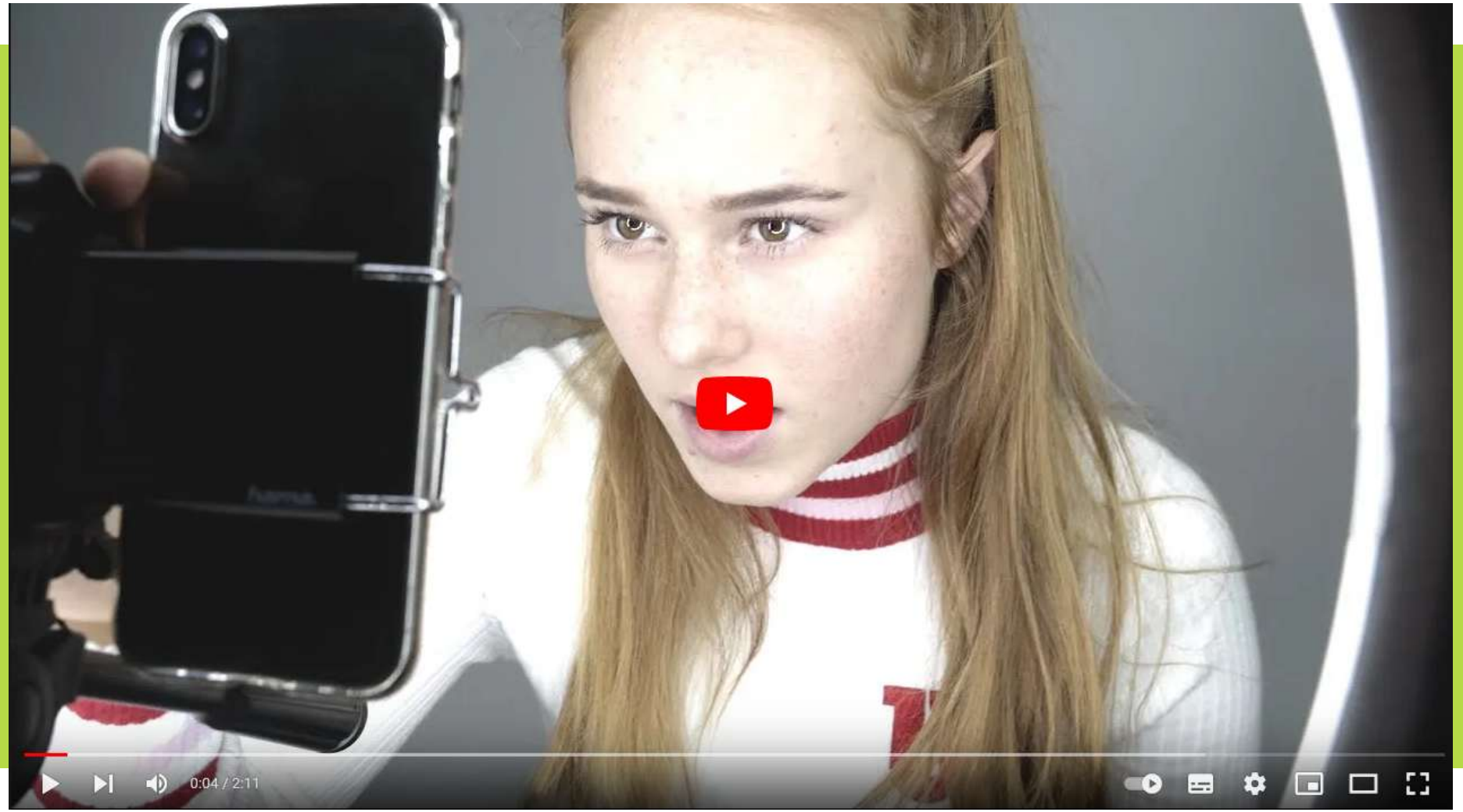
- **Kinder fragen!** > Kinder wissen was fasziniert

Gesprächseinladungen





Empfehlung: Klicksafe, Bild: Netflix, AR-PAY



Quelle: youtube.com Girl Gang Trailer.



Empfehlung: Anlaufstelle gegen Mobbing von Pro Juventute, Video: Pro Juventute



Empfehlung: 147 - Initiative gegen Mobbing. Meldeplattform auf Instagram, Meldeplattform auf TikTok, Quelle: JUUUPORT



Empfehlung: Manosphere.ch Bild: männer.ch

Gesetzliche Grundlagen

-> Strafmündig ab 10 Jahren !

- Cybermobbing
- Hate Speech
- Pornografie
- Sexting
- Gewaltdarstellungen
- Identitätsmissbrauch
- Recht am eigenen Bild



Empfehlungen: Sicher online: Alles was Recht ist / Take it down
Sexting/Racheporno neue Gesetzgebung 2024: Kinderschutz Schweiz

Information und Unterstützung

Beratung und Unterstützung

- Schule und Lehrpersonen: Link
- Interne Beratung (für SuS): Link
- Fachstelle Psychologische Beratung: Link
- Familien- & Jugendberatungsstellen: Link
- Elternberatung Pro Juventute: Link
- Online-Beratung zu Suchtfragen: Link



Bild: Matthew Waring on Unsplash

Mediothek in Luzern

- Elternbroschüren
- (Eltern-)Magazine
- Bilder- und Sachbücher
- Filme und Spiele
- Tagpacker

- > Kostenlose Ausleihe und Versand



Empfehlung: Akzent Mediothek Bild: Akzent

Fragen?

Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Nick Illi

Nick.illi@akzent-luzern.ch



Bild: NordWood Themes on Unsplash

Austausch in Themengruppen

KANTON
LUZERN

Teil 2: Austausch

Umgang mit Chats

Oria Cudicio, M0.1

Umgang mit KI

Adrian Häfliger, V1.24

Soziale Medien und psychische Gesundheit

Patricia Kurt, R0.8

Games/Videospiele

Nick Illi, M0.7

