



TikTok

TikTok – Tipps für Eltern und Jugendliche

Ein praktischer Leitfaden zur
Navigation digitaler Plattformen



Inhaltsübersicht



Einleitung	4
Was bedeutet Digital Wellbeing?	6
Tipps für das Gespräch mit Jugendlichen	10
Was ist TikTok und wie kann ich es nutzen?	12
Wie kann ich die Nutzung von TikTok sicher und gut gestalten?	18
Welche Rolle spielt Vielfalt auf TikTok?	24
Wie gehe ich mit Hass und verletzenden Kommentaren um?	30
Checkliste Digital Wellbeing	38
Häufige Fragen von Eltern	42
Tipps von einem Creator-Vater	44
Glossar	46
Weitere Ressourcen	47



Online-Plattformen nehmen einen immer wichtigeren Platz in unserem Alltag ein – für Jugendliche als auch für Erwachsene. Sie erlauben uns, in Kontakt miteinander zu treten, uns miteinander auszutauschen und uns kreativ auszudrücken.

Dabei stehen wir alle vor der großen Herausforderung, wie wir unsere Zeit online bewusst und gut gestalten, um digitale Aktivitäten zu einem positiven Bestandteil unseres Lebens zu machen.

Für Eltern gilt es darüber hinaus, dieses Thema mit ihren heranwachsenden Kindern zu besprechen und sie an eine verantwortungsvolle Mediennutzung heranzuführen. Dieser Ratgeber soll bei all diesen Fragen in Bezug auf TikTok Hilfestellung leisten und aufzeigen, welche Funktionen zur Verfügung stehen, um eine bewusste und positive Nutzung von Online Plattformen zu gewährleisten.

TikTok ist die führende Plattform für mobile Kurzvideos und gehört zu

den weltweit am häufigsten heruntergeladenen Apps. Wir möchten mit unserer Plattform Menschen inspirieren und bereichern, indem sie ihrer Kreativität bei uns freien Lauf lassen können. Für ein positives Erlebnis der TikTok Creator spielt der Aspekt des **Digital Wellbeings**, also der verantwortungsvollen und sicheren Nutzung der App, eine maßgebliche Rolle. Wir stellen zahlreiche Funktionen bereit, um einerseits eine bewusste Nutzung der App und andererseits

souveräne Entscheidungen über die eigene Darstellung auf der Plattform sowie die Interaktion mit anderen Nutzern zu ermöglichen.

In diesem Leitfaden geben wir Eltern Impulse für den Dialog mit ihren Kindern, ermöglichen Einblicke in die verschiedenen Funktionen und Einstellungsmöglichkeiten von TikTok, geben **konkrete Tipps und Tricks rund um das Thema Digital Wellbeing** und lassen Vertreter unserer Creator-Gemeinschaft zu Wort kommen.



Was bedeutet Digital Wellbeing?



Wir alle verbringen zunehmend Zeit online. Auch Jugendliche beschäftigen sich bereits mehrere Stunden am Tag mit digitalen Inhalten. Wie bei allen Medien ist es wichtig, sie von Anfang an bei ihrer Mediennutzung anzuleiten und ihnen so nachhaltig zu ermöglichen, bewusst und verantwortungsvoll selbstständige Entscheidungen zu treffen.

Genau darum geht es beim Thema Digital Wellbeing: Statt unüberlegt unbegrenzte Zeit mit verschiedenen Apps und Plattformen zu verbringen, sollten sich Eltern wie Jugendliche mit folgenden Fragen beschäftigen und einen gemeinsamen Ansatz erarbeiten, der im Alltag gelebt wird: Wie viel Zeit möchte ich mit digitalen Inhalten verbringen? Welche Art von Inhalten möchte ich

konsumieren beziehungsweise wie kann ich mich vielleicht sogar selbst kreativ im digitalen Raum verwirklichen? Hat das im digitalen Raum Erlebte eine Auswirkung auf mein Verhalten anderen gegenüber? Wie kann ich mich sicher auf Apps und Plattformen bewegen, wie gehe ich mit Kritik und vielleicht sogar verletzenden Kommentaren um?

Gerade für den Dialog mit Jugendlichen über eine vernünftige Mediennutzung ist für Eltern wichtig zu verstehen, auf welchen Plattformen sich ihr Nachwuchs bewegt und wofür er diese nutzt. **Im Folgenden möchten wir zunächst erläutern, wie TikTok funktioniert und welche Aspekte insbesondere für das Gespräch mit jungen Menschen über ihre Mediennutzung relevant sind.**

Tipps für das Gespräch mit Jugendlichen

Interessieren Sie sich und fragen Sie nach

Finden Sie im Gespräch mit Ihrem Kind heraus, welche Apps und Plattformen in der Schulklasse und im Freundeskreis aktuell sind und genutzt werden. Welche Apps hat Ihre Tochter oder Ihr Sohn bereits? Was macht den besonderen Reiz des jeweiligen Angebots aus?

Informieren Sie sich

Laden Sie die entsprechenden Apps selbst herunter und verschaffen Sie sich eine eigene Vorstellung davon, in welchem Umfeld sich Ihr Kind bewegt und welche Inhalte dort zu finden sind. Nutzen Sie die Informations-Ressourcen, welche die Betreiber der Plattformen für Eltern anbieten und besuchen Sie Portale wie www.klicksafe.de und www.jugendschutz.net (Links unter "Weitere Ressourcen"). Dort finden Sie Angaben nicht nur zum empfohlenen Mindestalter, sondern auch medienpädagogische Einordnungen der jeweiligen Angebote.



Treffen Sie Vereinbarungen

Besprechen Sie mit Ihrer Tochter oder Ihrem Sohn, welche Dienste sie oder er nutzen darf und in welchem Rahmen. Dabei sollte selbstverständlich dem Alter Ihres Nachwuchses entsprechend Rechnung getragen und ihm mit zunehmender Reife mehr Freiraum eingeräumt werden. Die entsprechende Vereinbarung sollte deutlich kommuniziert, eventuell schriftlich festgehalten und auch nachverfolgt werden. Ideen für entsprechende Mediennutzungsverträge finden Sie beispielsweise unter mediennutzungsvertrag.de (Link unter "Weitere Ressourcen").

Seien Sie Vorbild

Bedenken Sie, dass Sie Ihrem Kind mit Ihrem eigenen Mediennutzungsverhalten direktes Vorbild sind. Werden beispielsweise handyfreie Zeiten wie das gemeinsame Abendessen oder Familienaktivitäten vereinbart, gelten die Regeln selbstverständlich auch für Sie.



Was ist TikTok und wie kann ich es nutzen?



TikTok präsentiert in kurzen Videos die unterhaltsamen und anregenden Momente aus dem Leben der globalen Community der Plattform. In **15- oder 60-sekündigen Clips** können TikTok Nutzer (Creator) ihre **kreativen Ideen einem großen Publikum präsentieren**, wobei hierfür nicht wie bei anderen Plattformen entscheidend ist, wie viele Follower man hat. Stattdessen wählt der Algorithmus der App die besten Videos aus und präsentiert sie einer größtmöglichen Zahl von Nutzern in

deren Feed. **Maßgeblich dafür, welche Inhalte Nutzer in ihrem Feed sehen, sind ihre jeweiligen Vorlieben.** Wenn Sie sich beispielsweise in der Vergangenheit besonders gerne Comedy-Clips angesehen und diese geliked haben, zeigt der Algorithmus Ihnen weitere Videos, die Ihnen gefallen könnten.

Die TikTok-Community steht für viele **verschiedene Inhalte wie Musik, Tanz, Comedy, Beauty oder Reisen.** Auch Themen wie **Umweltschutz**

und Nachhaltigkeit sind den Nutzern wichtig. Noch nie war es so einfach, eigene Ideen mit Hilfe der verschiedenen Technologien auf der Plattform zu realisieren.

Die TikTok-App bietet verschiedene Funktionen wie Musik, Filter und Bildbearbeitungs-Features, welche die eigene Idee schnell und unkompliziert umsetzbar machen – ohne Bildbearbeitung oder Schnitt auf dem Rechner, ganz einfach am eigenen Smartphone.

Für den Erfolg eines Videos ist nicht entscheidend, ob es sich um ein technisch einfaches oder kompliziertes Video handelt. Besonders erfolgreich sind die Videos, in denen Creator eine innovative Idee ansprechend umsetzen und welche das Potenzial zur Nachahmung haben. So kann es passieren, dass ein Video mit dem entsprechenden Hashtag auf einmal auf der ganzen Welt gesehen wird und eine entsprechende Challenge Nachahmer auch auf der anderen Seite der Erde findet.



Tipps von @Paullinoo

Paul-Lino (@paullinoo), ist Singer-Songwriter aus Berlin und entdeckte TikTok für sich als perfekte Plattform, um mit seinen Fans in direkten Kontakt zu treten. Seine Follower unterhält er vor allem mit seinen beliebten Comedy-Sketchen, in denen seine Mutter regelmäßig prominente Gastauftritte übernimmt. Neben seiner Karriere als TikTok Creator arbeitet Paul-Lino aktuell an seinem ersten Album.

Was bedeutet für Dich Digital Well-being? Mir ist es persönlich wichtig, Ziele zu haben und mein Leben aktiv zu gestalten. Hierbei dienen mir das Internet und die Nutzung von Apps als Mittel zum Zweck. Ich ziehe aus TikTok beispielsweise Inspiration und die Ermutigung, selbst kreativ zu werden. Das sind für mich absolut positive Aspekte meines digitalen Lebens, die auch den analogen Teil bereichern.

Wie gehst Du mit Kritik anderer zu Deinen Posts um? Jeder Creator trägt Verantwortung für seinen Content

und meine Strategie ist es, positiv und aufbauend zu sein und Liebe zu geben – und das kommt in den Reaktionen größtenteils auch zurück. Ich empfehle allen, die selbst kreativ werden wollen, zu akzeptieren, dass man nie allen Menschen gefallen wird, aber dass Kritik auch nie zu ernst genommen werden sollte. Wer stets bei sich selbst bleibt, lässt sich auch von negativen Kommentaren nicht aus der Bahn werfen.

Was empfehlst Du Eltern, die mit ihren jugendlichen Kindern über

das Thema Apps und digitale Plattformen sprechen möchten? Ich glaube, dass generelle Verbote zu einer "jetzt erst recht" Reaktion führen können. Stattdessen ist es sinnvoller, genau hinzuschauen und darüber zu sprechen, welche Erfahrungen die Jugendlichen auf den Plattformen machen. Eltern sollten auch hinterfragen, ob ihre Kinder die Angebote ausschließlich nutzen, um zu konsumieren, oder ob sie dort Inspirationen finden, um selbst kreativ zu werden.

Wie viel Zeit am Tag verbringst Du mit Deinem Telefon? Ehrlich gesagt passiert es mir manchmal, dass ich stundenlang nicht auf mein Handy schaue, gerade wenn ich Musik mache. Die vermeintlich nötige ständige Erreichbarkeit ist ein Fake, dem wir alle aufgegeben sind und dem sollten wir uns nicht ergeben.

„Ehrlich gesagt passiert es mir manchmal, dass ich stundenlang nicht auf mein Handy schaue, gerade wenn ich Musik mache.“

A young man and woman are captured in mid-air, performing a backflip on a blue track. The man is in the foreground, wearing a red hoodie and blue jeans, with his back to the camera. The woman is behind him, wearing a yellow jacket and blue jeans, with her hair flying. The background is a blue mesh fence.

**Wie kann ich die Nutzung von TikTok
sicher und gut gestalten?**



Das sichere und positive Umfeld für alle Nutzer hat für TikTok höchste Priorität. Nutzer können eine Vielzahl von persönlichen Einstellungen vornehmen, um sicherzustellen, dass ihre Inhalte nur von dem von ihnen selbst bestimmten Personenkreis gesehen werden und dass nur ausgewählte Personen mit ihnen in Kontakt treten können.

Diese Einstellungen sind besonders wichtig für jüngere Nutzer, um zu gewährleisten, dass ihre Inhalte nicht öffentlich geteilt werden und dass sie nicht von Unbekannten angesprochen werden können.

Das Mindestalter für die Nutzung von TikTok ist **13 Jahre**. Jugendliche müssen in der Lage sein, eigenverantwortlich

die nötigen Entscheidungen über die Sicherheitseinstellungen ihres Profils zu treffen und auch umzusetzen.

Grundsätzlich empfehlen wir, das Profil von Jugendlichen auf privat zu setzen, so dass ihre Inhalte nur von freigegebenen Personen gesehen werden können. **Außerdem sollte die Möglichkeit der Kontaktaufnahme**

durch fremde Personen in den Einstellungen ausgeschlossen werden. Wird eine **Nutzungszeit für die App** vereinbart, kann diese in den **Digital Wellbeing-Einstellungen** vermerkt werden. Außerdem steht **mit dem eingeschränkten** Modus eine Funktion zur Verfügung, mit der Inhalte ausgeblendet werden, die nicht für Nutzer unter 18 Jahren geeignet sind.



Tipps von @Yasta

Aylin (@yasta) ist Creator auf TikTok mit Fokus auf Comedy & Kids. Parallel absolviert die Mutter einer ein-
einhalbjährigen Tochter ein Studium in den Bereichen Marketing/Technische BWL und Filmproduktion, arbeitet zusätzlich am Wochenende im Servicebereich und pendelt gemeinsam mit ihrer Tochter zwischen Hamburg und Mallorca. Aylin nimmt ihre Community nicht nur mit auf die spannende Reise durch ihr Leben, sondern macht diese dabei auch noch so unterhaltsam wie möglich.

Was bedeutet für Dich Digital Well-being? Mir ist es wichtig, dass jeder sicher sein kann, denn dafür gibt es die Einstellungen. Das ist einer der Hauptgründe, warum ich so gerne auf TikTok bin. Jeder Nutzer hat die Möglichkeit, sein Profil so einzustellen, dass es für ihn angenehm ist. Wenn man ein Problem hat, sich bedrängt fühlt oder einfach nur einen Tipp braucht, ist es wichtig, einen Ansprechpartner zu haben. Das bietet TikTok.

Nutzt Du selber Sicherheitseinstellungen? Tatsächlich nein, ich weiß aber sehr gut, dass es sie gibt. Auf mei-

nem Kanal gibt es wirklich nur wenige negative Kommentare, da ich hauptsächlich nur lustige Videos hochlade. Natürlich kommt da auch mal sowas wie "Du bist nicht schön" oder "Witzig ist was anderes", aber da gebe ich einfach contra und kommentiere etwas zurück. Das muss aber jeder selbst für sich entscheiden, wie er damit umgehen möchte.

Wie reagierst Du auf unangebrachte Kommentare auf anderen Profilen und was löst das in Dir aus? Wenn ich sehe, dass Menschen unangebrachte Kommentare unter einem Video pos-

ten, macht mich das im ersten Moment schon sauer, weil ich es einfach nicht nachvollziehen kann. Dann stelle ich mir die Frage warum sie wohl so sind. Ich bin aber auch so, dass ich die Kommentare auf anderen Profilen melde, weil ich der Meinung bin, dass es nichts auf der Plattform zu suchen hat. Das gebe ich auch meiner Community mit, wenn ich mal einen bösen Kommentar bekomme.

Setzt Du Dir selber Grenzen für die Nutzung der App?

Ich muss mir keine Grenzen setzen. Dadurch, dass ich Mutter bin, studiere und arbeite, ist meine Zeit begrenzt. Klar, bin ich auf der App unterwegs und schaue auch anderen Content an, aber das ist schon sehr begrenzt. Die Zeit offline mit meiner Tochter ist dafür auch viel zu wichtig. Wenn ich abends mal online bin, dann nur, wenn sie schläft.



„Wenn man ein Problem hat, sich bedrängt fühlt oder einfach nur einen Tipp braucht, ist es wichtig, einen Ansprechpartner zu haben.“



Welche Rolle spielt Vielfalt auf TikTok?



Die TikTok Gemeinschaft besteht aus Mitgliedern aus mehr als **150 Ländern**, die unterschiedliche kulturelle, soziale und religiöse Hintergründe haben. Entsprechend gestalten sie in der App mit ihren Videos ein **offenes und vielfältiges Abbild unserer Welt**. Wir fördern den **individuellen Ausdruck jedes einzelnen**

Menschen auf unserer Plattform und dulden entsprechend in unseren Gemeinschaftsrichtlinien (siehe Link in "Weitere Ressourcen") keinerlei Diskriminierung auf TikTok.

Wir ermutigen unsere Creator, in ihren Videos **sie selbst zu sein** und möchten ihnen hierfür einen

sicheren Raum bieten. Gerade für junge Menschen ist es wichtig, sich in **entscheidenden Phasen der Selbstfindung von verschiedenen Vorbildern inspirieren zu lassen und sich selbst ausprobieren zu dürfen**. TikTok Nutzer repräsentieren unterschiedlichste persönliche Situationen und Haltungen und bieten

mit ihren Geschichten positives Identifikationspotenzial. Creator mit **LGBTIQ+-Hintergrund, Body Positivity-Aktivist:innen, Umweltschützer:innen** – sie alle sind mit ihren Ideen auf TikTok willkommen und eingeladen, andere zu inspirieren und zu begeistern.



Tipps von @Leoobalys

Leonie (@leoobalys) ist Creator auf TikTok und geht parallel zur Schule, spielt Fußball und trifft sich mit ihren Freunden. Sie nimmt ihre Fans mit in ihre Welt voller cooler Outfits, Dance-Moves und lustigem Content. Sie verbringt zwar viel Zeit online, berichtet aber, welche Momente sie ganz ohne Handy genießt.

Wie bist Du auf TikTok gekommen und wen möchtest Du mit Deinem Content erreichen?

Mir ist es wichtig, kreativ sein zu können und Menschen mit meinem Content zu inspirieren. Meine Fans sind sehr unterschiedlich, daher versuche ich so viele unterschiedliche Videos wie möglich zu produzieren. Hauptsächlich folgen mir Mädchen, aber es werden auch immer mehr Jungs – das freut mich wirklich sehr!

Wie gehst Du mit negativem Feedback auf Deine Posts um?

Ich lasse mich davon nicht beeindrucken. Es gibt leider immer wieder Kommentare wie "Was hast du denn da an?" oder "Du kannst

den Text ja gar nicht.", wenn ich lipsynce. Ich ignoriere sie meistens, aber wenn ich sehe, dass jemand etwas ganz Negatives schreibt, dann lösche ich den Kommentar und blockiere die Person, so dass sie mein Profil gar nicht mehr sehen kann. Mir ist es wichtig, positive Stimmung auf meinem Account zu haben. Über konstruktive Kritik und Feedback freue ich mich immer sehr, denn dann kann ich auch an mir selbst und meinen Inhalten arbeiten.

Verbringst Du selber viel Zeit online und setzt Du Dir selber Grenzen?

Ich verbringe schon viel Zeit online, aber hauptsächlich um mir Inspiration zu

holen und selbst meine Videos zu erstellen. Es ist mir unheimlich wichtig zu sehen, wie andere etwas präsentieren oder welche Trends gerade im Kommen sind. Ich selbst setze mir keine direkte zeitliche Begrenzung, aber ich bin nicht immer am Handy und genieße die Zeit offline meistens mehr als online. Ich brauche kein Handy, wenn ich mit der Familie esse oder ich mich mit meinen Freunden treffe.

Welchen Accounts folgst Du auf TikTok?

Ehrlich gesagt folge ich jedem und allem, was mir gefällt und mich inspiriert. Ich schaue sehr gerne Beauty-, Comedy-, Dance- oder Lipsync-Videos an. Das macht mir einfach Spaß! Ich folge aber auch einigen Fußball-Accounts, denn ich spiele ja selbst auch. Tier-Content ist auch toll, das ist das Einzige, bei dem ich mir keine Inspiration hole, sondern das ich wirklich nur gerne anschau.



„Mir ist es wichtig, kreativ sein zu können und Menschen mit meinem Content zu inspirieren.“

Wie gehe ich mit Online-Hass und verletzenden Kommentaren um?



Online-Hass ist ein **mittlerweile weit verbreitetes Phänomen**, in dem sich Menschen unter Beiträgen über den Account-Inhaber oder dessen Inhalte lustig machen und Hass verbreiten. Die **vermeintliche Anonymität im Internet** führt in einigen Fällen dazu, dass Kritik schnell, leichtfertig und in derart verletzender Art und Weise geäußert wird, wie es sich der Kritisierende im echten Leben höchst-

wahrscheinlich **nicht trauen** würde. Es ist extrem wichtig, sich dieser Tatsache bewusst zu sein und die Bedeutung und Relevanz der verletzenden Äußerung für sich persönlich entsprechend einordnen zu können.

TikTok hat **sehr strenge Gemeinschaftsrichtlinien zum Thema Hate-Speech. Mobbing und Bedrohung sind auf der Plattform nicht erwünscht**

und es ist eine absolute Priorität für TikTok, eine sichere Umgebung und eine positive Erfahrung für die TikTok Community zu gewährleisten. **Bei Verstößen gegen die Gemeinschaftsrichtlinien haben die Nutzer jederzeit die Möglichkeit, sich im Safety Center (siehe Link in "Weitere Ressourcen") über ihre Optionen zu informieren.** Dort finden sich Anleitungen, wie verletzend oder

bedrohliche Kommentare sofort gelöscht und die Nutzer blockiert werden können. Außerdem sollten Verstöße jederzeit an das TikTok Moderatorenteam gemeldet werden, welches die betreffenden Posts beziehungsweise Nutzer überprüft und die betreffenden Posts beziehungsweise die Nutzeraccounts gegebenenfalls löscht.



Tipps von @midovibes

Mido (@midovibes) ist Creator auf TikTok, steht für alles, was irgendwie Spaß macht und ist dabei ironisch-provokant. Parallel macht er eine Ausbildung zum Groß- und Außenhandelskaufmann. Inspiration für seine Sketche holt er sich in allen Lebenslagen, ob auf der Straße, auf Reisen oder im Freundeskreis. Seit Anfang 2019 ist er TikTok Creator und begeistert seine stetig wachsende Zahl von Fans.

Hast Du selbst schon negative Kommentare auf TikTok erhalten? Ja, ich glaube, das liegt daran, dass ich einfach etwas provokant in meinen Clips bin. Meistens bekomme ich negative Kommentare, wenn ich zum Beispiel zwei Handymarken miteinander vergleiche und eine für besser befinde. Dann kommt schon mal was Böses, das berührt mich aber nicht, da ich ungerne negative Vibes an mich heranlasse.

Wie gehst Du mit solchen Kommentaren auf Deinem Profil um?

Ich lasse mich wie gesagt davon nicht beeindrucken. Es gibt leider immer Menschen, die neidisch sind oder einfach nur schlechte Laune haben. Ich entferne solche Kommentare nur, wenn sie mich wirklich stören oder persönlich angreifen. Dann blockiere ich auch die Accounts. Wenn ihnen mein Content keinen Spaß bereitet, werden die entsprechenden Nutzer so nicht mehr davon belästigt.

Was hältst Du von dem Phänomen, dass in der Online-Welt negative

Kommentare schnell eskalieren? Ich muss sagen, dass ich es nicht so ganz verstehen kann. Natürlich ist man online anonym unterwegs, aber deswegen muss ich ja keinen niedermachen. Viele Menschen, die online verletzend kommentieren, würden das im "echten Leben" niemals so sagen. Das finde ich traurig, aber man kann sein Profil ja auch auf privat stellen, dann weiß man, wen man in seiner Community hat und wen man reinlässt. Das wäre nichts für mich, aber nur, weil es mich eben nicht stört.

Benutzt Du eine der Sicherheitsfunktionen? Ich habe ziemlich lange die "Kommentare sperren"-Funktion verwendet, habe aber festgestellt, dass ich sie nicht brauche. Ich empfehle sie jedem, der sich von solchen negativen Kommentaren berühren lässt. Das ist schon ein echt guter Schutz.

„Viele Menschen, die online verletzend kommentieren, würden das im „echten Leben“ niemals so sagen.“



and
breathe



Checkliste Digital Wellbeing

Privatsphäre- und Sicherheitseinstellungen

Folgende Einstellungsmöglichkeiten in der App stehen dem Menüpunkt **“Privatsphäre und Sicherheit”** zur Verfügung, um das Profil Ihres Kindes sicher zu gestalten:

☐ “Privater Account”

Wenn das Konto auf “privat” gesetzt wird, können nur Follower und Freunde den veröffentlichten Inhalt sehen, liken oder kommentieren.

☐ “Anderen erlauben, mich zu finden”

Wenn diese Funktion deaktiviert wird, wird das Profil anderen Benutzern nicht vorgeschlagen.

☐ “Wer kann Kommentare veröffentlichen”

Hier kann eingestellt werden, ob alle Nutzer, nur Freunde oder niemand Kommentare zu den Inhalten hinterlassen können.

☐ “Wer mit dir ein Duett aufführen kann”

Auf TikTok besteht die Möglichkeit, dass Nutzer auf Videos antworten, was als Duett bezeichnet wird – das eigene Video erscheint dann rechts im Bildschirm, das Antwortvideo links. Auch hier kann ausgewählt werden, ob alle Nutzer ein Duett aufführen können, nur die eigenen Freunde oder ob niemand diese Funktion nutzen kann.

☐ “Wer auf deine Videos reagieren kann”

Hier kann festgelegt werden, ob alle Nutzer, nur Freunde oder niemand auf die eigenen Videos reagieren kann.

☐ “Wer dir Nachrichten senden kann”

Unter diesem Punkt kann festgelegt werden, wer dem Nutzer persönliche Nachrichten senden kann: Alle Nutzer, nur Freunde oder niemand.

☐ “Wer kann Videos sehen, die mir gefallen”

Diese Einstellung entscheidet darüber, ob die eigenen Aktivitäten für alle oder nur einen selbst sichtbar sind.

☐ “Kommentarfilter”

Der individualisierbare Kommentar-Filter stellt sicher, dass beleidigende Kommentare und Spam gefiltert werden und ermöglicht darüber hinaus die Definition von spezifischen Schlüsselwörtern, die aus den Kommentaren herausgefiltert werden sollen.

☐ “Sperrliste”

Es besteht die Möglichkeit, einzelne Nutzer zu sperren, so dass diese keinen Zugriff mehr auf das eigene Profil und die eigenen Inhalte haben und nicht mehr in Kontakt treten können.



Digital Wellbeing

□ "Bildschirmzeit"

Unter diesem Punkt kann eine individuelle Nutzungszeit festgelegt werden. Zum Aktivieren der Funktion muss ein Passcode erstellt werden, welcher nach Überschreiten der festgelegten Nutzungszeit erneut eingegeben werden muss, um die App weiter zu nutzen.

□ "Eingeschränkter Modus" Der eingeschränkte Modus filtert Inhalte, die möglicherweise nicht für Nutzer aller Altersgruppen geeignet ist. Das bedeutet, dass Inhalte, die möglicherweise erst für 16- oder 18-Jährige geeignet sind, nicht angezeigt werden.

Meldefunktion

Wenn Ihnen Inhalte auffallen, die unangemessen erscheinen, wie Missbrauch, Spam oder andere Inhalte, die gegen unsere Gemeinschaftsrichtlinien verstoßen, können diese direkt in der App gemeldet werden.

□ Wie melde ich ein Konto?

- Gehen Sie auf das Profil des Nutzers, welchen Sie melden möchten
- Klicken Sie auf die drei Punkte am oberen rechten Bildschirmrand
- Klicken Sie nun auf "Melden"
- Folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm

□ Wie melde ich ein Video?

- Wählen Sie das entsprechende Video aus
- Klicken Sie auf das Pfeil-Symbol am rechten Bildschirmrand
- Klicken Sie nun auf "Melden"
- Folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm

□ Wie melde ich einen Kommentar?

- Klicken Sie auf den Kommentar, den Sie melden möchten
- Klicken Sie nun auf "Melden"
- Folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm

□ Wie melde ich einen Nachrichtenverlauf?

- Öffnen Sie innerhalb der TikTok App den Nachrichtenverlauf, den Sie melden möchten
- Klicken Sie auf den Namen der Person oder der Gruppe (Betriebssystem iOS) beziehungsweise auf die dritte Schaltfläche des Menüs (Betriebssystem Android)
- Klicken Sie nun auf "Melden"
- Folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm

Konto löschen

□ Wie kann man ein Konto löschen?

- Gehen Sie auf die eigene Profilseite
- Klicken Sie auf die drei Punkte in der oberen rechten Ecke und wählen Sie "Mein Konto verwalten" aus
- Klicken Sie nun auf "Konto löschen"
- Folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm

Nachdem das Konto gelöscht wurde, kann man sich nicht mehr bei TikTok damit anmelden. Ebenfalls verliert man den Zugriff auf alle hochgeladenen Videos und es können keine Artikel zurückerhalten werden, die bereits gekauft wurden. Informationen, die nicht im Konto gespeichert sind, zum Beispiel Nachrichten, die mit einem anderen Nutzer ausgetauscht wurden, sind möglicherweise weiterhin für andere Nutzer sichtbar.

Das Löschen des Kontos kann nicht rückgängig gemacht werden.



Häufige Fragen von Eltern

Darf mein Kind TikTok nutzen? Die Nutzung von TikTok ist ab 13 Jahren erlaubt. Wir empfehlen, gerade Jugendliche bei der Nutzung von TikTok intensiv zu begleiten. Richten Sie den Account gemeinsam mit Ihrem Kind ein und achten Sie auf die richtigen Sicherheitseinstellungen. Begleiten Sie Ihr Kind bei den ersten Schritten, indem Sie sich die Videos, die Ihr Kind hochlädt, vorher ansehen. Schauen Sie sich auch die Kommentare zu den Videos an und besprechen diese mit Ihrem Kind.

Wie bespreche ich am besten die Mediennutzung meines Kindes mit ihm? Fragen Sie Ihr Kind, welche Medien es gerne nutzt, welche Apps und Plattformen im Freundeskreis und der Schulklasse beliebt sind. Vereinbaren Sie Verhaltensregeln für die Online-Kommunikation. Außerdem Nutzungszeiten, die zu Ihrem Familienalltag passen. Zudem sollte es klare Absprachen geben, wann das Smartphone ausgeschaltet werden muss. Hilfe finden Sie unter www.mediennutzungsvertrag.de (Link unter "Weitere Ressourcen").

Welche Bildschirmzeiten empfehlen Sie für welches Alter? Experten empfehlen unterschiedliche Nutzungszeiten und Zeitmodelle für verschiedene Altersgruppen beziehungsweise je nach Alter und Entwicklungsstand. Klicksafe.de, die EU-Initiative für mehr Sicherheit im Netz, hat Empfehlungen für Eltern zu diesem Thema zusammengefasst (Link unter "Weitere Ressourcen").

Wie erkenne ich, ob mein Kind durch die Nutzung von Apps oder digitalen Plattformen negativ beeinflusst wird? Beobachten Sie Ihr Kind. Kommt Ihnen etwas seltsam vor, dann sprechen Sie es gezielt auf Ihre Bedenken und Vermutungen an, so dass Sie ins Gespräch mit Ihrem Kind kommen.

Wie soll ich das Profil meines Kindes einstellen, um seine Privatsphäre zu schützen? Setzen Sie das Profil Ihres Kindes auf privat, so dass die Inhalte nur von freigegebenen Personen gesehen werden können. Unter dem Menüpunkt "Privatsphäre & Sicherheit" können Sie noch weitere Privatsphäre-Einstellungen vornehmen. Geben Sie wirklich nur so wenig wie möglich und so viel wie nötig preis, zum Beispiel kann der Benutzername ein Fantasie-name sein. Auch das Profilbild muss nicht zwingend Ihr Kind, sondern kann auch Landschaften oder Gegenstände zeigen.

Was kann ich unternehmen, wenn mein Kind unangemessene Kommentare zu seinen Inhalten oder Nachrichten erhält? Sie können Kommentare löschen und Personen blockieren, so dass das Profil Ihres Kindes nicht mehr einsehbar ist. Zudem haben Sie jederzeit die Möglichkeit, sich im TikTok Safety Center (Link unter Ressourcen) über Ihre Optionen zu informieren. Dort finden sich Anleitungen, wie verletzend oder bedrohliche Kommentare sofort gelöscht und die Nutzer blockiert werden können. Außerdem können Verstöße jederzeit an das TikTok Moderatorenteam gemeldet werden, welches die betreffenden Posts beziehungsweise Nutzer überprüft und die betreffenden Posts beziehungsweise die Nutzeraccounts gegebenenfalls löscht.

Was kann ich tun, wenn der Account meines Kindes gehacked wurde? Wenn Sie sich noch einloggen können, ändern Sie das Passwort und kontaktieren Sie TikTok. Wenn Sie sich nicht mehr einloggen können, gehen Sie auf „Passwort vergessen“, lassen sich ein neues zuschicken und kontaktieren dann TikTok. Ist all das nicht mehr möglich, müssen Sie TikTok direkt kontaktieren.

Wie kann ich den Account meines Kindes löschen? Öffnen Sie die Profilseite Ihres Kindes (unten rechts), dann klicken Sie auf die drei Punkte in der oberen rechten Ecke und wählen „Mein Konto verwalten“ aus. Anschließend klicken Sie unten auf der Seite „Konto löschen“. Folgen Sie dann den Anweisungen auf dem Bildschirm.



Andreas – Tipps von einem Creator-Vater

Andreas ist der Vater von Leonie (@leoobalys) und unterstützt Leonie bei ihrer TikTok Karriere.

Hat sich TikTok für Dich direkt erschlossen oder hat es Dir Leonie erklärt? Ehrlich gesagt musste es mir Leonie erklären, was ich aber gar nicht schlimm finde. Manchmal gibt es eben Sachen, die man erst noch lernen muss, da können einem die eigenen Kinder wirklich helfen. Mich hat es danach total begeistert und ich sehe, wie viel Spaß Leonie in der App hat und wie viel positives Feedback sie bekommt. Meine Tochter war

schon immer selbstbewusst, durch TikTok wurde sie aber noch mehr darin bestärkt, ihren Weg zu gehen und das zu machen, was ihr Spaß macht – nämlich kreativ zu sein.

Wie sehr bist Du in die Aktivitäten deiner Tochter auf TikTok involviert? Gibt es bei euch Vereinbarungen dazu? Als Leonie anfang, Content zu produzieren, habe ich immer darauf geachtet, was sie hochlädt und habe

mir wirklich jedes Video angesehen. Mittlerweile vertraue ich ihr aber total und weiß, dass sie mit ihren 15 Jahren selbst in der Lage ist zu entscheiden, was sie hochladen kann und was nicht. Wichtig ist uns als Familie, dass provokante Inhalte vorher diskutiert und abgesprochen werden. Leonie eckt manchmal mit ihren Outfits an, wenn das zu viel wird, sagen wir natürlich etwas und sprechen offen darüber.

Bist Du für Leonie in einer gewissen Art und Weise Vorbild?

Ich glaube, ja. Jedes Elternteil hat eine Vorbildfunktion für seine Kinder und sollte diese auch erfüllen können. Bei uns Zuhause ist alles recht entspannt, aber es gibt auch Regeln. Beim Essen beispielsweise wird das Handy weggelegt. Dadurch, dass das Handy von uns allen auch als Arbeitsgerät genutzt wird, schwimmt das Familienleben oft mit der Online-Welt. Das ist aber auch okay, denn wir haben alle Spaß dabei und können unsere Zeit offline immer noch genießen.

Welche Tipps und Tricks hast Du für Eltern? Am wichtigsten ist, dass man anfangs ein wirklich waches Auge auf die Nutzung von Online-Plattformen der Kinder hat. Leider sind nicht alle Menschen uneingeschränkt gut und schreiben teilweise negative Dinge in Privatnachrichten oder in die Kommentare. Ich hatte und habe immer noch die Zugangsdaten zu Leonies Account und schaue da auch ab und zu mal rein. Leonie ist glücklicherweise sehr verantwortungsvoll und weiß, welche Kommentare sie löschen sollte und welche harmlos sind. Wenn wir Kommentare löschen, blockieren wir auch den Nutzer.

Mein anderer Tipp ist, immer offen über Themen zu sprechen und auch zu diskutieren. Wir sind auch nicht immer einer Meinung, finden aber immer eine Lösung. Gerade wenn man merkt, dass das eigene Kind gerade betrübt ist, hilft es, darüber zu sprechen. Die Kinder können einen verstehen und wir sie auch.



Glossar

Account & Profil Der Account ist das persönliche Konto, mit welchem man sich bei TikTok angemeldet hat. Wichtig ist, gleich nach Erstellung eines Accounts die persönlichen Einstellungen zu Privatsphäre und Sicherheit vorzunehmen. Als Profil bezeichnet man die persönliche Seite auf TikTok, mit der man sich anderen Nutzern präsentiert. Diese kann je nach Wunsch individualisiert werden.

Challenge Im Rahmen einer Challenge ruft ein bekannter Creator mit einem Video die Community dazu auf, ein bestimmtes Thema selbst zu interpretieren. Eine Challenge ist meist mit einem Hashtag verbunden.

Community Jeden Tag kommen Nutzer auf TikTok zusammen, um Videos zu drehen, Inhalte zu teilen und sich gegenseitig zu inspirieren. Diese Community ist der Schlüssel zu unserer Plattform und jedes Video leistet einen wichtigen Beitrag dazu. Die Regeln für das gemeinsame Miteinander auf der Plattform sind in den Gemeinschaftsrichtlinien festgelegt.

Creator TikTok Nutzer gestalten die Erfahrungen der gesamten Community, indem sie jeden Tag ihre Inhalte teilen. Somit nehmen sie eine aktivere Rolle ein als der reine Nutzer. Deshalb schätzen wir sie als Schaffende und nennen sie Creator. Sie produzieren individuelle Kurzvideos, in denen sie besondere Momente, Erfahrungen oder Eindrücke des Tages teilen. In Musik, Tanz, Sport oder lustigen Sketchen zeigen sie ihre Kreativität.

Duette Kurzvideos können auch gemeinsam in Duetten kreiert werden. Eigene Inhalte können aufgenommen und mit den Inhalten anderer zusammengeführt, geschnitten und synchronisiert werden. Dies passiert natürlich nur mit der Erlaubnis dieser Mitglieder. Über die Privatsphäre- und Sicherheitseinstellungen haben Nutzer Kontrolle darüber, wer zusammen mit ihnen Duette aufführen darf.

Fans Sind Nutzer besonders begeistert von den Inhalten eines anderen Nutzers, können sie Fan werden und dessen Profil folgen. Auf diese Weise verpassen sie keine Aktivitäten ihrer liebsten Creator.

“Für Dich” Feed Der “Für Dich” Feed ist ein zentraler Bestandteil der TikTok Erfahrung aller Nutzer und Creator. Er basiert auf neuen Technologien und empfiehlt Videos, die für sie relevant sein könnten. Auf diese Weise können sich Nutzer von den Inhalten aller Mitglieder der TikTok Community inspirieren lassen.

Hashtag Ein Hashtag ist eine Kennzeichnung innerhalb der Beschreibung eines Videos. Mit einem Hashtag lässt sich gut eine Gemeinschaft bilden, welche dieselben Interessen vertreten.

Herzen Videos, die ihnen ausgesprochen gut gefallen, können Nutzer auch mit Herzen markieren (“likn”). Aus diesen Videos wird dann eine automatische Galerie im Profil des Benutzers erstellt und alle favorisierten Inhalte gesammelt – es sei denn, diese Funktion ist in den Einstellungen zu Privatsphäre und Sicherheit deaktiviert.

Kommentare Nutzer können nicht nur mittels Reaktionen, sondern auch mit Kommentaren auf Videos reagieren. In den Kommentaren haben sie die Möglichkeit, ihre Reaktionen in Worten zu beschreiben oder mit Emojis auszudrücken. Um die Kontrolle darüber zu haben, dass diese Gespräche konstruktiv und inspirierend bleiben, können Kommentare anhand von individuellen Schlüsselwörtern gefiltert oder Kommentare insgesamt deaktiviert werden.

Reaktionen TikTok lebt von Interaktionen. Mit der Funktion “Reaktionen” können Nutzer einander zeigen, wie sie auf bestimmte Inhalte reagieren. Sie haben die Möglichkeit, mit einem neuen Video auf die Inhalte anderer Nutzer zu antworten und zu zeigen, ob sie beispielsweise verblüfft, bewegt, erstaunt sind oder sich unterhalten fühlen. Auch diese Funktion ist nur mit der im Vorfeld eingestellten Erlaubnis eines Nutzers möglich.

Weitere Ressourcen



TikTok Nutzungsbedingungen

<https://www.tiktok.com/en-uk/terms-of-use>

TikTok Datenschutzerklärung

<https://www.tiktok.com/de/privacy-policy>

TikTok Gemeinschaftsrichtlinien

<https://support.tiktok.com/de/privacy-safety/community-policy-de>

TikTok Safety Center

<https://www.tiktok.com/de/safety>

TikTok Safety Videos @tiktoktipps

<https://www.tiktok.com/@tiktoktipps>
<https://www.klicksafe.de/themen/kommunizieren/apps/tiktok/was-ist-tiktok/tiktok-safety-videos/>

Klicksafe – Die EU-Initiative für mehr Sicherheit im Netz

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

Klicksafe Empfehlungen zu Nutzungszeiten:

<https://www.klicksafe.de/eltern/kinder-von-10-bis-16-jahren/nutzungszeiten-und-regeln/>

Mediennutzungsverträge

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

jugendschutz.net – Kindern ein sicheres Aufwachsen mit Medien ermöglichen

<http://www.jugendschutz.net/>

