

A young woman with long dark hair is wearing a white Meta Quest VR headset and a white t-shirt. She is posing with her right arm raised and hand near her head, wearing several colorful beaded bracelets. The background shows a teal wall with colorful sticky notes, a white bookshelf with books, and a white door. The lighting is warm and indoor.

Meta Quest- Leitfaden für Eltern



Einleitung

[Meta Quest 2 und Meta Quest 3](#) schaffen mit bahnbrechender Mixed Reality neue und immersive Erlebnisse. Zur Auswahl stehen zahlreiche spannende und lehrreiche Erlebnisse mit der Kennzeichnung „E“ (für alle oder ab 10 Jahren). Familien können den tiefen Ozean erkunden, Machu Picchu oder die internationale Raumstation besuchen, Jupiter umkreisen oder einfach zusammen ihre Lieblingsspiele spielen.¹

Für uns hat es höchste Priorität, mit Meta Quest 2 und 3 sichere und positive Erlebnisse zu ermöglichen – für jeden und besonders für junge Menschen. Eltern möchten ihre Kinder schützen, wenn sie Geräte benutzen und spielen. Für Meta Quest 2 und 3 und Meta Horizon Worlds gibt es jetzt spezielle Konten und Tools für die Elternaufsicht, mit denen Eltern bestimmte Funktionen, Privatsphäre-Einstellungen und mehr verwalten können. Für viele Eltern und Erziehungsberechtigte ist dieses Thema aber völlig neu. Wenn du mit deiner Familie Virtual Reality (VR) oder Mixed Reality (MR) erleben möchtest, hilft dir dieser Leitfaden weiter. Er bietet dir Hilfestellung und Informationen, damit du die Nutzung von Meta Quest für Kinder und Jugendliche altersgerecht gestalten kannst.

1. Die meisten Inhalte im Meta Quest Store wurden vom Entertainment Software Ratings Board (ESRB) und der International Age Rating Coalition (IARC) für Kinder ab 10 Jahren freigegeben.

Durch Eltern verwaltete Konten und Elternaufsicht für Kinder von 10 bis 12 Jahren

[Durch Eltern verwaltete Konten](#) sind auf Meta Quest 2 und 3 für Kinder von 10 bis 12 Jahren (Alter kann je nach Land variieren) verfügbar. Diese Konten [müssen](#) von Eltern eingerichtet werden und haben zusätzliche Sicherheits- und Aufsichtsfunktionen:

Apps + Content

Eltern müssen genehmigen, welche Apps die Kinder nutzen dürfen.

Wenn Eltern den Meta Quest Browser freigeben, werden für Kinder bestimmte Content-Kategorien automatisch ausgeblendet (u. a. Glücksspiel, Waffen und sexuelle Inhalte).

Social Features

Meta [Horizon-Profil](#)e für Kinder von 10 bis 12 Jahren sind standardmäßig privat. Das bedeutet, dass die Kinder bzw. deren Eltern neue Follower*innen erst genehmigen müssen.

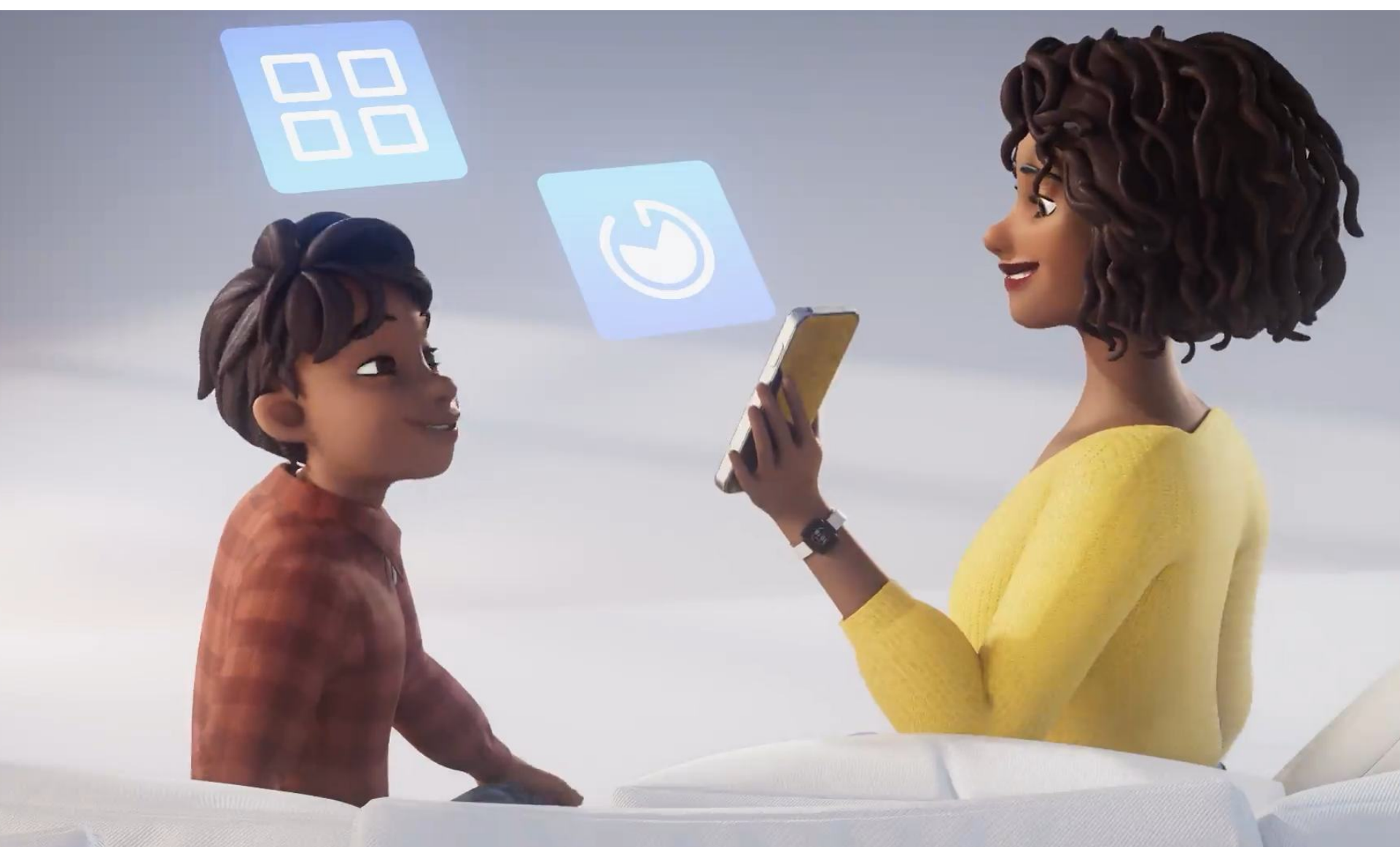
Bildschirmzeit

Eltern können überprüfen, wie viel Zeit ihr Kind in Meta Quest 2 und 3 verbringt, und Zeitlimits und Pausen festlegen.

Privatsphäre

Dieser Altersgruppe wird keine Werbung angezeigt.

Die Meta-Technologien erfassen über Meta Quest 2 und 3 Daten von Kindern, um ihnen im App-Store altersgerechte Erlebnisse bereitzustellen. Beispielsweise werden ihnen nur altersgerechte Apps empfohlen.



Elternaufsicht für Jugendliche von 13 bis 17 Jahren

Eltern können zusammen mit ihren jugendlichen Kindern die [Tools](#) für die Elternaufsicht anpassen, um ein altersgerechtes Erlebnis zu schaffen:

Apps + Content

Eltern entscheiden, ob Jugendliche Apps nutzen dürfen, die im Meta Quest Store für ihr Alter nicht freigegeben sind.

Bestimmte Apps können gesperrt werden.

Eltern können den Zugriff auf den Meta Quest Browser sperren oder Content-Filter einrichten (z. B. für Glücksspiel, Waffen und sexuelle Inhalte).

Social Features

Eltern können sehen, wem ihr Kind folgt und wer ihm folgt.

Sie können auch bestimmte Social Features von Meta Quest 2 und 3 sperren, z. B. Parties, Chats in VR, den Messenger und Beiträge auf Facebook über VR.²

Bildschirmzeit

Eltern können überprüfen, wie viel Zeit ihr jugendliches Kind in Meta Quest 2 und 3 verbringt, und Zeitlimits und Pausen festlegen.

Privatsphäre

Um auszuwählen, welche Werbung den Jugendlichen angezeigt wird, nutzen wir nur die Informationen „Alter“ und „allgemeiner Standort“. Erfahre [hier mehr dazu](#).

Alle Nutzer*innen von Meta Quest müssen unseren [Verhaltenskodex für VR-Erlebnisse befolgen](#).

2. Apps von Drittanbietern können eigene Social Features haben, die nicht über die Meta Quest Elternaufsicht verwaltet werden. Im Meta Quest Store können sich Eltern über die Funktionen der einzelnen Apps informieren.



Mit Streaming sehen, was dein Kind sieht

Das Erlebnis von Nutzer*innen auf Meta Quest 2 und 3 kann auf ein Smartphone, PC, TV oder Monitor gestreamt werden. So können andere in Echtzeit zusehen und zuhören.

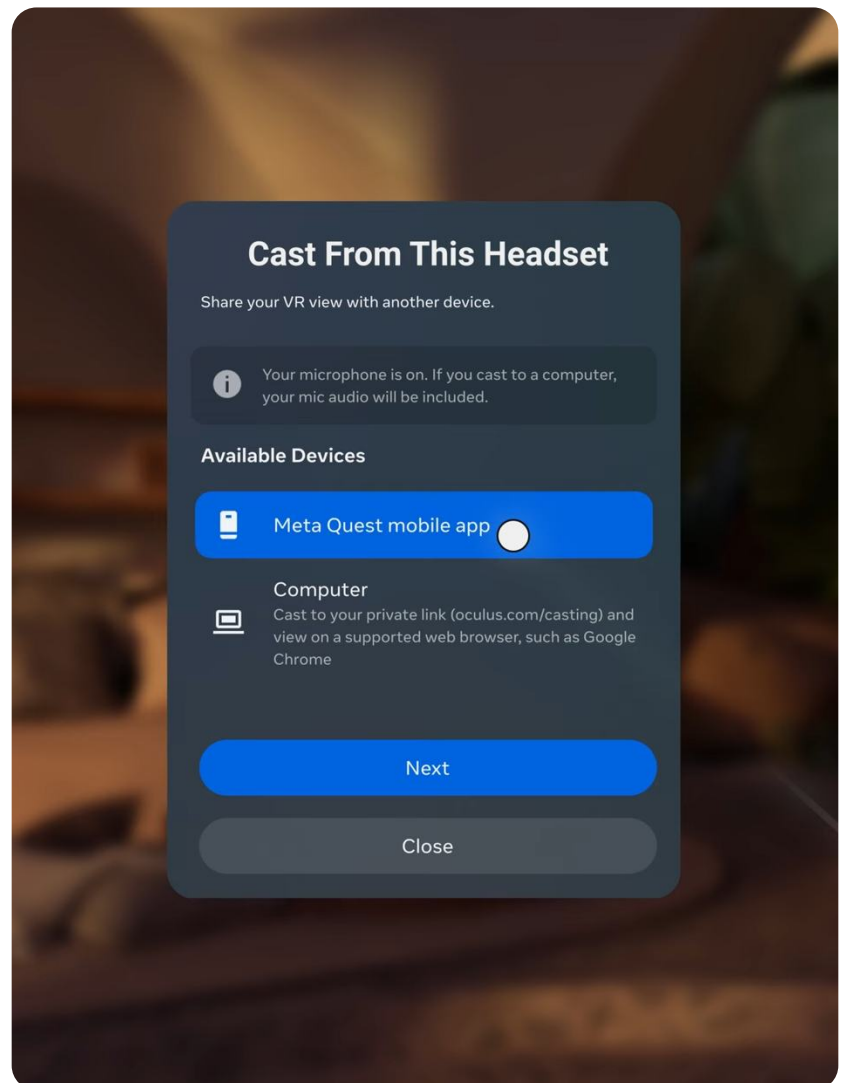
Für das Streaming benötigst du:

1

Ein Meta Quest-Headset, auf dem der*die Benutzer*in angemeldet ist

2

Die Meta Quest-App ([iOS](#), [Android](#)) auf einem Smartphone oder PC mit installiertem Browser oder auf einem verbundenen Smart-TV



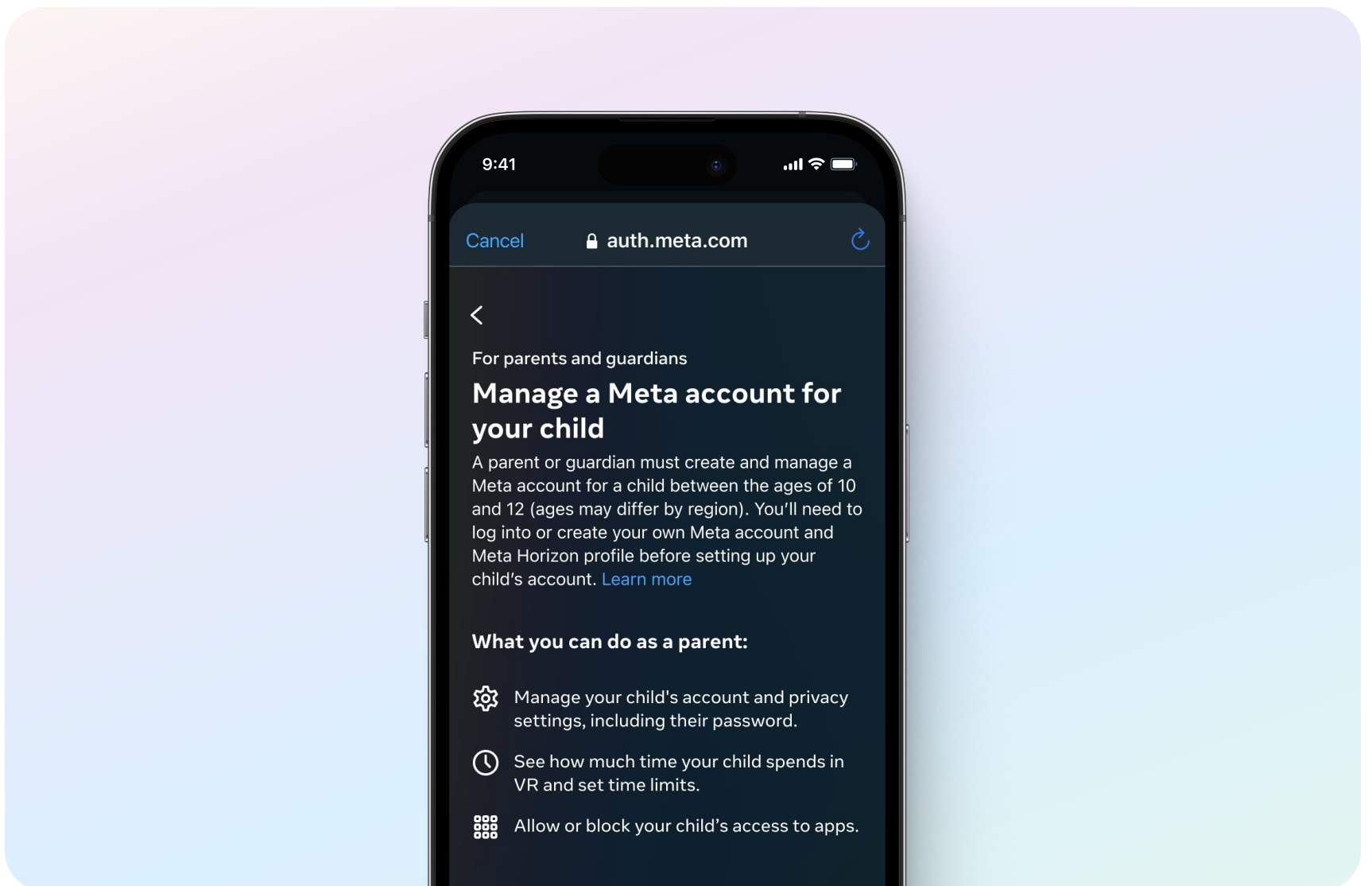
Nur das für eine Meta Quest 2 oder 3 festgelegte Hauptkonto kann auf Mobilgeräten streamen. Dazu muss das Hauptkonto sowohl auf der Meta Quest 2 oder 3 als auch auf der mobilen Meta Quest-App auf dem Mobilgerät angemeldet sein. Weitere Informationen zum Streaming findest du in unserem [Artikel im Hilfebereich](#).



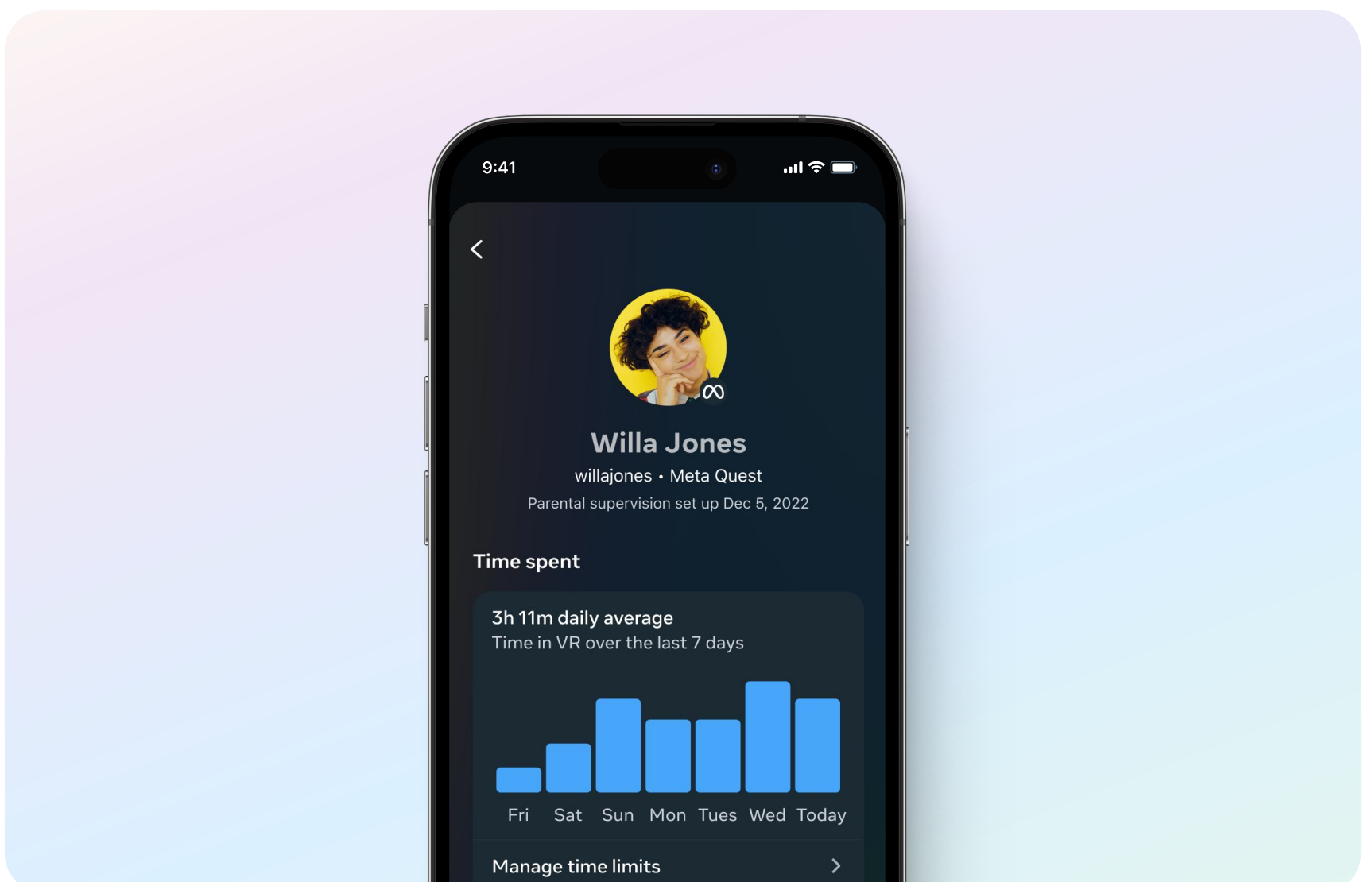
Erste Schritte beim Einrichten von Meta Quest 2 und 3 für Kinder von 10 bis 12 Jahren

Durch Eltern verwaltete Konten für 10- bis 12-Jährige

In unserem [Hilfereich](#) erfährst du, wie du im Web über den [Familienbereich](#) oder über die Meta Quest-App ein durch Eltern verwaltetes Konto einrichtest.



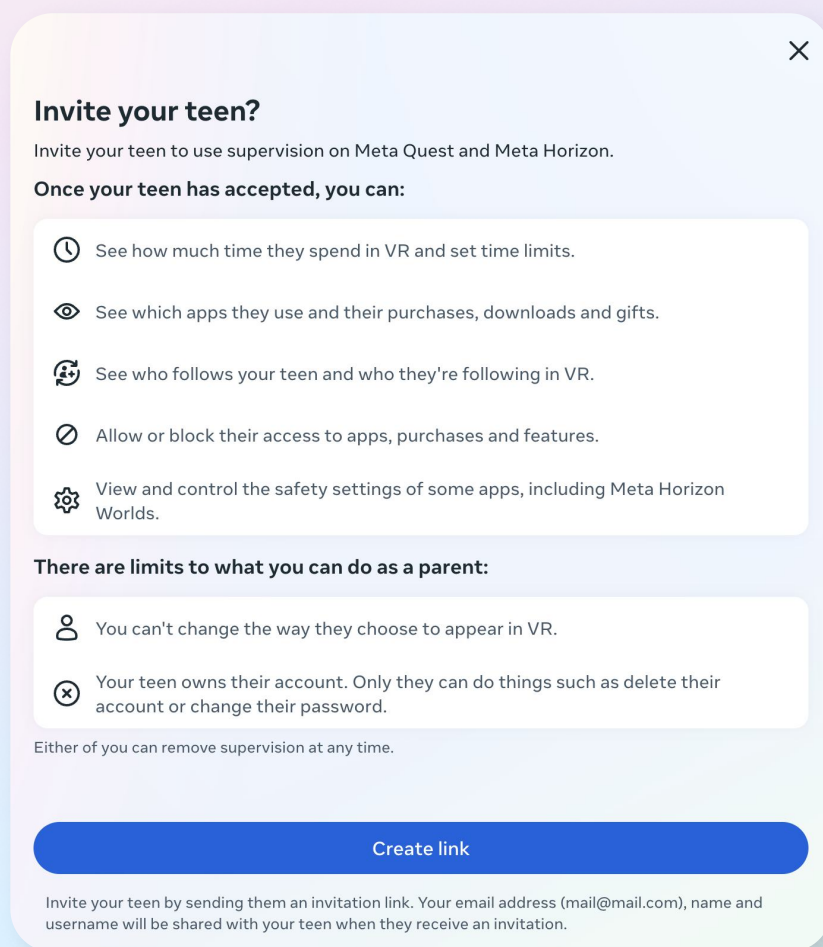
Durch Eltern verwaltete Konten müssen beaufsichtigt werden. Bei der Einrichtung sind zunächst alle Funktionen der Elternaufsicht automatisch aktiviert. Der Zugriff auf die Funktionen der Elternaufsicht ist über den [Familienbereich](#) im Web und über die Meta Quest-App ([iOS](#), [Android](#)) möglich.



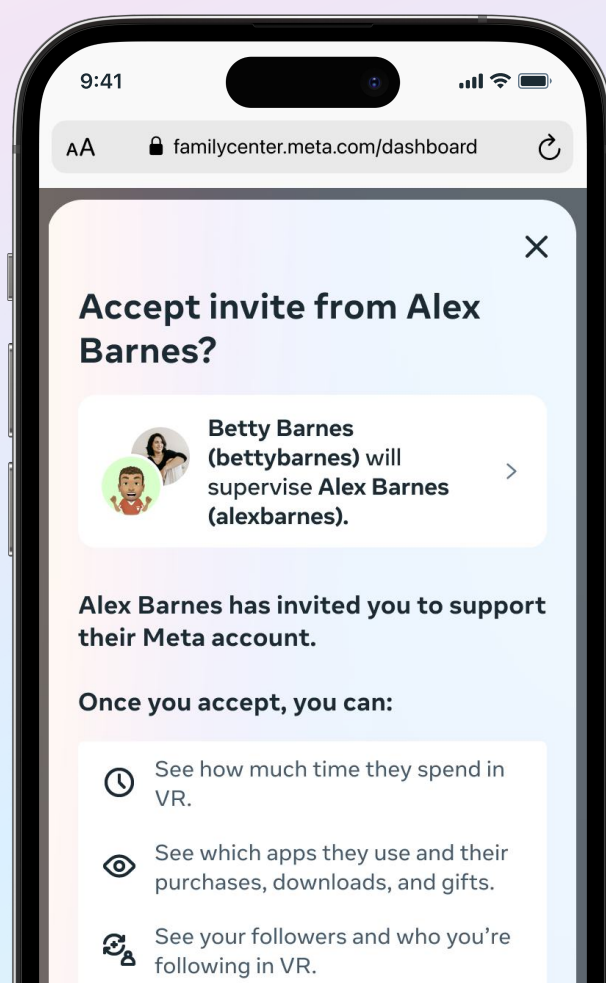
Erste Schritte beim Einrichten von Meta Quest 2 und 3 für Jugendliche von 13 bis 17 Jahren

Jugendliche

Für 13- bis 17-Jährige ist die Elternaufsicht optional. Das bedeutet, du musst dich mit deinem Kind absprechen. Zum Einrichten der Elternaufsicht kannst du von deinem Kind eingeladen werden, oder du forderst die Einladung von ihm an.



Wenn dein Kind dich zur Elternaufsicht einlädt, erhältst du einen Link, der dich zum Familienbereich weiterleitet. Dort kannst du die Einladung annehmen und dann entsprechende Einstellungen vornehmen. Weitere Informationen für die ersten Schritte findest du in unserem [Hilfebereich](#).



Zusätzliche Tools und Standardeinstellungen in Meta Horizon Worlds für Jugendliche von 13 bis 17 Jahren

Wenn Jugendliche Zugriff auf Meta Horizon Worlds haben, können Eltern auch dafür [Einstellungen der Elternaufsicht](#) vornehmen. Meta Horizon Worlds ist ein immersives Erlebnis. Personen ab 13 Jahren können dort Spiele spielen, Konzerte und Live-Comedy-Events besuchen, mit anderen auf der ganzen Welt in Kontakt kommen und sich selbst ausdrücken. Über Meta Quest, Mobilgeräte und das Web erschaffen Nutzer*innen ihre eigenen virtuellen Erlebnisse. Für 13- bis 17-Jährige gibt es in Horizon Worlds zusätzliche Standard-Tools und -Einstellungen:

Persönlicher Bereich

Standardmäßig sind persönlicher Bereich und Stimmenverfremdung aktiviert. Der persönliche Bereich hindert andere daran, dem Avatar von Jugendlichen zu nahe zu kommen. Die Stimmenverfremdung macht die Stimme für alle unverständlich, denen sie nicht folgen und die ihnen nicht auch folgen.

Chat-Filter

In den Horizon World-Chats sind standardmäßig die Funktionen „Unkenntliche Chats“ und „Chat-Filter“ aktiviert. Dadurch werden Nachrichten unkenntlich gemacht oder verborgen, die von unbekanntenen Personen kommen oder anstößig sein könnten.

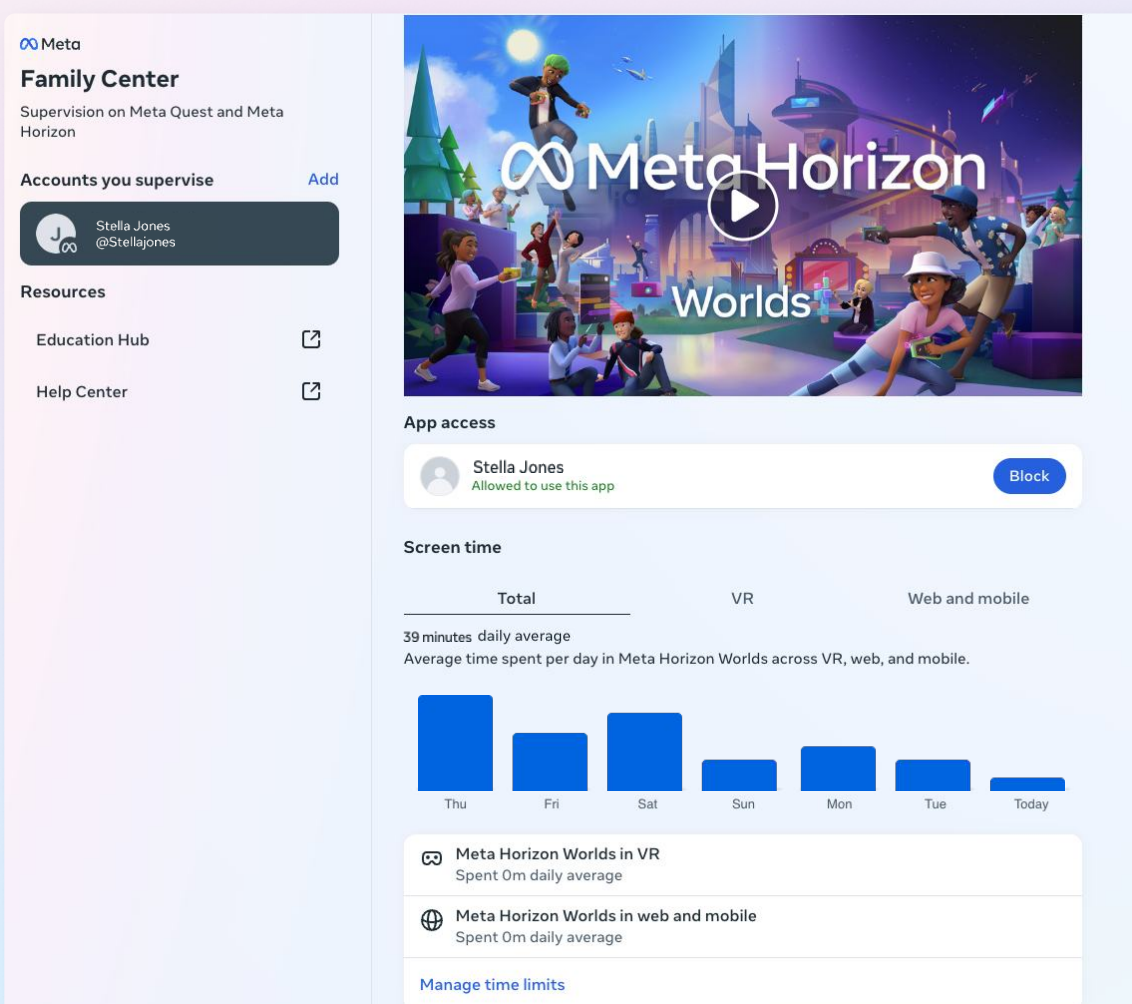
Altersgerechtes Erlebnis

Bestimmte Worlds und Events werden als „Inhalte für Erwachsene“ gekennzeichnet. Das verhindert, dass Jugendliche Bereiche mit [Erwachseneninhalten finden](#), sehen oder betreten können.

Tägliche Zeitlimits

Über die Elternaufsicht im Familienbereich oder die Meta Quest-App können Eltern tägliche Zeitlimits und Pausen für Jugendliche festlegen. Eltern können dort auch den Zugang zu Meta Horizon Worlds sperren.

Weitere Informationen zu den in Meta Horizon Worlds verfügbaren Sicherheits- und Privatsphäre-Tools für Jugendliche [findest du hier](#).



Abschluss

Wir hoffen, dieser Leitfaden hat dir weitergeholfen. Schau am besten im [Infoportal für Eltern](#), im [Familienbereich](#) und auf unserer [Seite für durch Eltern verwaltete Konten](#) vorbei, um noch mehr zu erfahren. Halte dich auch in Zukunft regelmäßig in den genannten Ressourcen auf dem Laufenden. Wir planen weitere Tools, die ein altersgerechtes Erlebnis für Kinder und Jugendliche auf Meta Quest ermöglichen. Auch auf [Meta Quest im Meta Store](#) informieren wir dich über Funktionen und Erlebnisse.

Weitere Ressourcen

[Nutzung des Virtual-Reality-Headsets von Kindern](#)

[Meta Quest im Meta Store](#)

[Seite zu verantwortungsvollen Innovationen](#)

[Hilfartikel für durch Eltern verwaltete Konten](#)

[ConnectSafely Leitfaden für Eltern](#)

