



## Fernsehen und Computer

Liebe Eltern,

wir leben in einer Welt voller Medien, Computer und Fernsehen sind ein Teil davon. Auch unsere Kinder werden darüber beeinflusst und wir Erwachsene tragen die Verantwortung, ob die Medien unsere Kinder prägen und miterziehen oder ob wir unsere Kinder fit machen können im kritischen Umgang mit dieser Medienwelt.

**Elektronische Medien bieten Chancen**, über altersgerechte Informationen gezielt zu lernen, auch das Spiel am Computer kann helfen, den Umgang mit dieser Technik leicht zu erlernen und spannende Spiele zu erleben.

### Was sind die Gefahren?

Fernsehen und Computeranwendungen sind bequem, Langeweile und Einsamkeit werden scheinbar verdrängt, Kinder lassen sich damit gut „ruhigstellen“. Eine Kommunikation findet meist nicht statt, soziale Erfahrungen bleiben aus. Nicht selten wenden sich besonders Kinder mit sprachlichen Problemen und fehlenden Freunden dem Fernsehen und Computerspiel zu, damit vereinsamen diese Kinder weiter.

Studien haben gezeigt, dass mit steigendem Fernseh- oder Computerkonsum die Lernleistungen und sozialen Kompetenzen der Kinder nachlassen.

Wir müssen uns immer wieder hinterfragen, ob unser Kind altersgerechte Informationen erhält. Mediale Vermittlung von Gewalt, von Menschenverachtung beeinflusst das kindliche Denken und Handeln sehr stark. Gewaltdarstellungen führen einerseits zu einem Angstverhalten andererseits zum Verlust der eigenen Hemmschwelle: Kinder wenden selbst Gewalt an!

Bis zum Schulalter können Kinder zwischen Medienhandlung und der Wirklichkeit nicht unterscheiden, Verzweiflung, Angst und Aggressionen können die Folge sein.

Im Schulalter häufen sich abhängig von der Fernsehdauer und vom Inhalt Konzentrations- und Lernstörungen, Schlafprobleme und Gewaltäußerungen.



## Was können Eltern tun?

- Gestalten Sie gemeinsam mit dem Kind die Freizeit, lassen Sie Zeit für Bewegung und Kreativität – sie sind die wichtigen Entwicklungsimpulse für Ihr Kind
- Begrenzen Sie die tägliche Fernseh- und Computerzeit: für 3- bis 5jährige Kinder maximal 30 Minuten, 6- bis 9jährige Kinder 60 Minuten und 10- bis 13jährige 90 Minuten
- Fernsehen und Computer sollen nicht als Lob- und Strafmittel eingesetzt werden, denn damit würden diese Medien an zusätzlicher Bedeutung gewinnen
- Suchen Sie mit dem Kind gemeinsam Fernsehsendungen und Computerspiele heraus, sprechen Sie darüber mit Ihrem Kind und geben Sie dem Kind Gelegenheit, Gefühle zu zeigen und abzureagieren
- Im Kinderzimmer sollte kein Fernseher stehen – das Fernsehen ist kein „Babysitter“
- Vorbild prägt die Kinder: Je bewusster Eltern mit dem Fernseher und Computer umgehen, umso mehr vermitteln sie dies ihren Kindern
- Reden Sie mit Ihrem Kind über Werbungen, helfen Sie ihm dabei, Fehler und Widersprüche zu erkennen
- Gewaltdarstellung in den Medien bedrohen die kindliche Entwicklung: Meiden Sie Sendungen mit Gewalt, führen Sie Ihr Kind ab etwa 10 Jahren an die Nachrichtensendungen heran und bleiben Sie bei ihm, um darüber zu sprechen
- Computergebrauch sollte sozial eingebunden sein, gestalten Sie ihn als Spiel mit Freunden: Zusammen darüber reden, Wünsche und Interessen austauschen
- Verbote und Drohungen helfen nicht, sie werden durch Heimlichkeiten umgangen, sprechen Sie mit Ihrem Kind und finden Sie einen gemeinsamen Weg

