

Digitale Medien

Zum ersten Umgang mit TV, Handy und Internet



Die Nutzung von TV, Handy und Internet beginnt heute immer früher.

Schon Babys halten das Natel einer Bezugsperson in der Hand und sind fasziniert von den Fotos und bewegten Bildern. Das ist ganz natürlich: Was sich bewegt, erregt die Aufmerksamkeit des Menschen, unabhängig vom Alter.

Mit ein paar Tipps und Tricks und etwas Hintergrundwissen vermitteln Eltern ihren Kindern eine gute Medienkompetenz, damit sie sich im Dschungel der digitalen Medien nicht verirren.

Babys lernen durch Beobachten und Kopieren. Wer immer das Natel in den Fingern hat, muss sich nicht wundern, wenn es der Nachwuchs genau so tut. Durch Nachahmung lernen sie die Welt zu verstehen und sich darin zu bewegen. Sie finden es interessant zu erfahren, was sie mit einer bestimmten Handlung auslösen, auch via Smartphone.



Schenken Sie Ihrem Kind die ungeteilte Aufmerksamkeit!

Für die Entwicklung des Kindes ist es wichtig, dass sich eine erwachsene oder jugendliche Bezugsperson voll und ganz dem Kleinkind widmet, es anschaut, mit ihm spricht, es berührt – ohne dass sie dabei ständig aufs Natel schaut.

Die Zahlen sind erschreckend.

Studien belegen: 70% der Kinder von 2-5 Jahren nutzen das Smartphone ihrer Eltern mehr als eine

halbe Stunde täglich. 48% der 6-13-Jährigen haben schon ihr eigenes Handy. 44% der 2-5-Jährigen schauen praktisch täglich fern, 21% schauen in diesem Alter meist alleine Videos und DVDs. Und obwohl 90% der Eltern das Internet als zu gefährlich für Kleinkinder einstufen, bewegen sich 29% der 6-7-Jährigen mindestens einmal pro Woche online.

Wichtig ist auch medienfreie Zeit: Immer auf Empfang zu sein oder pausenlos zu surfen, ist für alle persönlich, aber auch für die sozialen Beziehungen belastend.

Bildschirmzeit: Wie lange ist zu lange?

Zentral für die Beantwortung dieser Frage ist, was das Kind sonst in seiner Freizeit macht. Trifft es Freunde, betreibt es Sport, musiziert es? Dann hat es vermutlich genug sozialen Ausgleich und ausreichend Bewegung. Und es fragt sich auch, wofür ein Kind ein Medium nutzt. Es gibt Online-Games, mit denen Kinder Französisch-Wörtchen oder alles über die alten Römer lernen können. Die Altersempfehlungen sind demnach als Richtwerte zu verstehen.

Wichtig ist: Planen Sie bildschirmfreie Zeit für sich und Ihr Kind ein! Zum Beispiel beim Morgen- und Abendritual und bei den Mahlzeiten.

Vereinbaren Eltern eine beschränkte Nutzungszeit, sollten alle Medien einbezogen werden: TV, Games, Handy und Internet. Wenn also ein Kind beispielsweise die gesamte vorgegebene Zeit schon vor dem Fernseher verbringt, dann ist das Handy an dem Tag tabu.

Grundsätzlich gilt: Die Medien sollten nicht als Belohnung verwendet werden, ihr Entzug nicht als Bestrafung, denn das steigert nur deren Bedeutung. Und die Medien sollten nicht im Kinderzimmer konsumiert werden.

Bei Langeweile sollten keine Medien benutzt werden, Kinder müssen auch mit langweiligen Momenten selbst

umgehen und sie aushalten können. Im Übrigen gibt es drinnen und draussen tausend Dinge, mit denen ein Kind spielen kann: Kartonschachteln türmen, Steine stapeln, Käfer beobachten und vieles mehr. Langeweile kann auch die Phantasie anregen.





Kinder unter 3 Jahren sind zu klein für alle Arten von Medien.

Sie gehören nicht vor den Fernseher, auch Kindersendungen überfordern sie durch ihre schnelle Bildfolge und allenfalls eine Sprache, die sie nicht verstehen (Hochdeutsch). Die Reizüberflutung kann zu Stress und Unruhe führen, was sich in zu langen Wachzeiten bemerkbar machen

kann. Auch Apps mit Lernangeboten für Kinder unter 3 haben kaum pädagogischen Nutzen, sondern ziehen lediglich den Eltern das Geld aus der Tasche.

Kinder in diesem Alter brauchen vor allem **echte soziale Kontakte** und **Zeit zum freien Spielen**. Damit wird ihre kognitive, sprachliche, soziale und emotionale Entwicklung gefördert und nicht mit dem Konsum von Medien. Für die Entwicklung des Hirns brauchen Kinder die direkte Begegnung mit Objekten. Das Smartphone ist kein Spielzeug. Auch wenn wegen der einfachen Bedienung schon Kleinkinder viele Funktionen ausprobieren und lernen können, was sie mit ihren Handlungen bewirken, brauchen sie «echte» Objekte, die sie ertasten und erfahren können.

Auch brauchen Kinder genügend Bewegung für ein gesundes Leben und das kann mit digitalen Medien nicht erreicht werden. Für ihre sensomotorische Entwicklung ist Bewegung an der frischen Luft unerlässlich.

Das wichtigste Medium für Kinder ab 6 Monaten sind Bilderbücher aus Papier, die sie gemeinsam mit jemandem anschauen und sich erklären lassen, was auf den Bildern zu sehen ist.

Höchstens altersgerechte DVDs, die gestoppt und bei Fragen oder Unklarheiten noch einmal angeschaut werden können, können Kinder unter 3 Jahren verstehen. Wiederholungen sind für kleine Kinder wichtig, weil sie dadurch Dinge verstehen lernen.

Bei 3-5-Jährigen sollte die tägliche Bildschirmzeit 30 Minuten nicht überschreiten.



Sie sollten dabei ständig von Erwachsenen begleitet werden, Medien sind keine Babysitter. Gemeinsames Fernsehen zu festen Zeiten kann zu einem Ritual werden, das auch das Wir-Gefühl stärkt. Das Fernsehen bekommt damit auch seinen festen Platz und wird bewusst konsumiert.

Mediennutzung bei Schulkindern schrittweise erhöhen.

Auch wenn die grösseren Kinder heute den Erwachsenen technisch im Umgang mit den neuen Medien manchmal überlegen sind, so können sie doch die vermittelten Inhalte noch nicht so gut kritisch hinterfragen, wie das die Erwachsenen können. Vor allem Kleinkinder können nicht zwischen Realität und Fiktion unterscheiden, sie glauben, was sie sehen. Vergessen Sie nicht, dass viele Inhalte bei Kindern jeden Alters Ängste und Unsicherheiten auslösen können – nicht nur bei kriminellen oder pornografischen Inhalten.

Bei 6-9-Jährigen sollte die wöchentliche Bildschirmzeit maximal 5 Stunden betragen. Beachten Sie auch, dass Kinder gerne TV-Helden und -Heldinnen nachahmen. Sie probieren in der Realität aus, was sie aus einem Film kennen. Fragen Sie Ihr Kind doch einmal, was sie an dem Helden oder der Heldin so gut findet!

Es wird empfohlen, erst **Kindern ab 9 Jahren** ein eigenes Handy zu ermöglichen. Und sie erst dann, in Begleitung, ans Internet zu lassen. Übrigens gibt es bei Mädchen und Jungen grosse Unterschiede bei der Mediennutzung. Ganz allgemein gesprochen sind Mädchen bei der Mediennutzung eher zurückhaltender.



Kurz vor dem Schlafengehen sollten Kinder keine TV-Sendungen mehr schauen und keine Games oder Apps konsumieren, damit sie zur Ruhe kommen.

Übrigens wissen Kinder auch nicht, dass die Mediennutzung Kosten verursacht. Sie sollten Ihr Kind auch darauf hinweisen. Bei grösseren Kindern eignet sich eine Prepaid-Karte fürs Handy, die irgendwann aufgebraucht sein darf.

Erwachsene sollen die Kinder während der Mediennutzung begleiten.

Es ist keine Lösung, den Kindern die Mediennutzung komplett zu verbieten. Denn schon Kleinkinder kommen mit digitalen Medien in Berührung. Kinder sollen aber schon früh den richtigen Umgang mit den Medien kennen lernen,



sie sollen sich Medienkompetenz aneignen. Wichtig ist, dass Eltern ihre Kinder darin begleiten, damit sie sehen, was ihre Kinder interessiert, damit sie Grenzen setzen, welche Inhalte die Kinder sehen dürfen und wie lange. Dabei können auch Konflikte entstehen, aber es ist wichtig, dass Eltern sich mit den Kindern auseinandersetzen und auch ein offenes Ohr für deren digitale Welten haben. Als Faustregel gilt: Kinder im Vorschulalter sollten Medien nur punktuell und nie allein konsumieren!

Was Menschen im Leben gerne tun, das können sie heute auch online: sich unterhalten, mit andern Menschen interagieren, Neues lernen. Man kann spielen, Videos schauen, Musik hören, sich in sozialen Netzwerken austauschen, nach Informationen suchen und vieles mehr. Aber weil es halt auch viel Unsinniges, ja sogar Gefährliches im World Wide Web gibt, ist es wichtig, dass Eltern wissen, was ihre Kinder online machen und mit ihnen vor allem zu Beginn gemeinsam im Internet surfen.

Bilder teilen heisst allen weltweit verteilen.

Eltern sollten mit Vorsicht Fotos ihrer Liebsten auf Facebook, Instagram oder sonst ins Internet stellen oder per Whatsapp verschicken. Das Netz vergisst nichts (Stichwort: digitaler Fussabdruck)! Im schlimmsten Fall landen sie in Pädophilen-Foren oder das Kind wird ein Opfer von Cyber-Mobbing. Infos: netzbilder.net.



Bei der Mediennutzung können auch Konflikte entstehen, denen sich die Eltern stellen sollten.

Gemeinde Reinach

Hauptstrasse 10

4153 Reinach

Tel. +41 61 511 60 00

Mail info@reinach-bl.ch

www.reinach-bl.ch

Kostenlose App „Reinach“

Telefonsprechstunden

Mo-Do 8.30-10 Uhr

Beratungen nach Vereinbarung

Mo, Di, Do 10.30-12 und 13.30-17 Uhr

Ansprechperson

Beatrix Wichtermann

Mütter-/Väterberaterin

Schulgasse 1, 4153 Reinach

Tel. direkt +41 61 511 64 11

Mail beatrix.wichtermann@reinach-bl.ch

August 2019

