

## Fernsehen, Computer und Smartphone – wie damit umgehen?

Medien sind Teil unserer Welt. Kinder gehen damit selbstverständlich um, wollen sie entdecken und ausprobieren. **Zugleich ist wichtig, dass Kinder erfahren: Es gibt sehr viele andere Möglichkeiten, sich zu informieren, zu unterhalten und zu entspannen. Etwa indem man ein Buch oder eine Zeitschrift liest, sich mit Freunden und Freundinnen trifft, gemeinsam etwas unternimmt, spielt, Sport betreibt, Musik macht, malt, mit einem Hund spazieren geht oder Ähnliches** – damit sich der Blick nicht nur auf die Medien richtet.

Kinder müssen erst allmählich lernen, aus dem riesigen Angebot der Medienwelt eine sinnvolle Auswahl zu treffen. Dabei brauchen sie die Unterstützung und das Vorbild der Eltern. Selbstständigkeit und Selbstverantwortung lernt man auch beim Mediengebrauch am besten, wenn die Grenzen nicht zu eng und nicht zu weit gesetzt werden und die **Kinder einen überschaubaren Spielraum haben, in dem sie sich frei bewegen können.**

Natürlich sollten Siebenjährige vorwiegend Kinderprogramme beziehungsweise kindgerechte Sendungen sehen. **Ein Kind nimmt anders wahr als Erwachsene. So können Szenen aus einem Film, die für Erwachsene harmlos wirken, oder Nachrichtensendungen Kinder in diesem Alter erschrecken und belasten.** Daher ist es wichtig, dass sie über das Gesehene reden können. **Wenn Sie die Sendungen oder Spiele, die Ihrem Kind gefallen, nicht so gut finden, sollten Sie seinen Geschmack nicht schlechtmachen, sondern neugierig sein, warum es diese Sendungen so sehr liebt oder bestimmte Computerspiele immer wieder spielen will.** Vielleicht haben Sie als Eltern auch mal Lust mitzuspielen oder mitzuschauen.

Wenn Sie als Eltern Zeitumfang und Art des Programms festgelegt haben, dann sollten Sie Ihrem Kind zugestehen, dass es selbst auswählt, was es davon interessiert. Das gilt entsprechend auch für Computerspiele.



Besprechen Sie, was Ihnen wichtig ist, zum Beispiel, welche Spiele Sie sinnvoll finden, etwa Lernspiele oder gemeinschaftsstärkende Spiele.

Oder ob es eine Art von Spielen gibt, die Sie keinesfalls erlauben werden, etwa Ballerspiele, bei denen auf Lebewesen geschossen wird, oder Spiele, in denen weibliche oder männliche Figuren auf eine Art und Weise dargestellt werden, mit der Sie nicht einverstanden sind.

In vielen Bibliotheken gibt es eine Auswahl an interessanten Computerspielen. Diese können auch mit Freundinnen oder Freunden getauscht werden.

**Um unsere Welt zu verstehen, sind Kinder auf Erwachsene angewiesen, die ihnen ihre Weltsicht vermitteln, ohne zu behaupten, dass sie die einzig mögliche ist.** Das erfordert Zeit und Geduld und auch einen eigenen, überlegten Umgang mit Fernsehen, Handy und Computer.

### Und wie soll ich das richtige Spiel aussuchen?

Viele Kinder wünschen sich Spiele und Zusatz-Tools für den Computer. Eltern berichten, dass sie aufgrund der Fülle an Angeboten gar nicht wissen, was sie für ihr Kind am besten auswählen sollen, sich verunsichert fühlen und sich am liebsten nicht mit dem Thema beschäftigen würden.

**Es kann spannend sein, gemeinsam mit den Kindern neugierig zu sein und sich von ihnen zeigen zu lassen, was sie interessiert. So können Sie sich auch ein Bild davon machen, welche Spiele am Computer Ihre Tochter oder Ihr Sohn kennen, mit wem sie spielen und welche Themen sie besonders interessieren.** Eigene Internetseiten geben Eltern Informationen zu Computerspielen, deren Inhalten und Altersfreigaben, so unter anderem: [www.internet-abc.de](http://www.internet-abc.de), [www.games-wertvoll.de](http://www.games-wertvoll.de). Empfehlenswert sind auch kindgerechte Suchmaschinen wie zum Beispiel [www.helles-koepfchen.de](http://www.helles-koepfchen.de), [www.blinde-kuh.de](http://www.blinde-kuh.de), [www.interauten.de](http://www.interauten.de)

Sollte Ihr Kind hin und wieder an Ihrem Smartphone spielen, gibt es dafür eine große Auswahl an Lern- und Spiele-Apps, die altersgerecht aufgebaut, übersichtlich und werbefrei sind. Wenn Sie sich Zeit nehmen, gemeinsam mit Ihrem Kind zu spielen und sich ein eigenes Bild von den Programmen machen, erfahren Sie gleichzeitig, wie Ihr Kind damit umgeht. Infos auch unter: [www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info)

### Medien und Gewalt

Kinder sehen in den verschiedenen Medien viele Bilder, in denen Gewalt vorkommt: an Menschen, Tieren, der Natur. Kinder können diese Informationen und Eindrücke nicht verarbeiten, sie reagieren überfordert, einige aggressiv, andere werden gefühllos. **Je mehr Bilder mit Gewalt Kinder sehen umso mehr wird Gewalt für sie etwas Selbstverständliches.** Das ist gefährlich für sie.

Kindern tut es gut, wenn Sie als Eltern entscheiden, welche Sendungen und Filme sie sich ansehen dürfen. Sie beschützen Ihr Kind vor Bildern, die es nicht verarbeiten kann.



## Infos & Anregungen

- Meist ist es für Kinder einfacher zu akzeptieren, noch kein Handy oder keinen Computer zu haben, als vereinbarte Regeln einzuhalten.
- **Für Kinder ab neun, zehn Jahren kann ein wöchentlicher Gesamt-Zeitrahmen für Fernsehen und Computerspiele festgelegt werden.** Dieser Zeitraum wird dann auf die ausgewählten Sendungen und Spiele verteilt (das ist auch eine gute Rechenübung!). Das erspart tägliches Feilschen um die Fernseh- und Computerzeit. Gelegentliche Ausnahmen sind erlaubt.
- Noch wichtiger als die Dauer ist der Grund für die Nutzung von Medien: Handelt es sich um eine Pause oder füllt Ihr Kind damit Langeweile? Recherchiert Ihr Kind für einen Vortrag in der Schule? Interessiert es sich gerade brennend für ein bestimmtes Thema? Ist sein/ihr Freundeskreis rund um die Uhr online? Oder nutzt es den PC für eine kreative Tätigkeit?
- Davon können Sie dann auch die Dauer der Nutzung abhängig machen.
- Bis zu 60 Minuten täglich für alle Medien wie Computer, Fernseher, eventuell Smartphone zusammen können es als Orientierungsrichtlinie für Kinder zwischen sieben und zehn Jahren sein.
- **So ein Wochenplan kann auch einen medienfreien Tag enthalten – vielleicht sogar für die ganze Familie? Das gibt Gelegenheit eine bewusste Auswahl zu üben und zusammen alternative Möglichkeiten der Freizeitgestaltung zu erleben. Das Vorbild der Erwachsenen und Eltern ist auch hier wirksamer als isolierte Regeln für das Kind.**
- Versuchen Sie Ihre gemeinsamen Familienmahlzeiten ohne Fernsehen oder Radio zu verbringen, lebendige Bilder und Wortbeiträge lenken allzu sehr ab.
- Günstig ist es, mit dem Kind gemeinsam festzulegen, welche Art von Sendungen beziehungsweise Spiele es ansehen oder spielen darf. Gemeinsam erstellte Regeln, vielleicht in einem kleinen von beiden Seiten unterschriebenen „Vertrag“, werden meist eher eingehalten.
- **Fernsehgerät oder Computer gehören nicht ins Kinderzimmer! Vereinbaren Sie, wann Kinder Zugang zum Internet haben. Filtereinstellungen und Kinderbrowser können hilfreich sein, sind aber kein verlässlicher Schutz. Wichtig ist ein Vertrauensverhältnis, bei dem sich Kinder über Ihre Surferfahrungen im Internet mit Eltern austauschen.**
- Je länger Kinder vor dem Fernsehgerät sitzen, desto seltener nutzen sie die Chance, selbst spielend etwas von der Welt zu entdecken. Sie erfahren das Leben nur noch aus zweiter Hand. **Das natürliche kindliche Verlangen, Neues zu entdecken, verkümmert und fehlt ihnen in ihrer Entwicklung. Zusätzlich macht Fernsehen Kinder zu „Sitzkindern“:** Sie sitzen in der Schule, sie sitzen vor dem Fernsehgerät, sie sitzen vor dem Computer, sie sitzen mit dem Smartphone. Kindern verlieren zum Teil Ihre Geschicklichkeit, es fällt ihnen schwer zu balancieren, rückwärts zu gehen oder zu klettern, auf einem Bein zu hüpfen oder hochzuspringen.
- Kinder, die in ihrer Freizeit übermäßig viele Medien konsumieren, leiden oft unter Konzentrationsschwäche.
- Überlegen Sie gut, was sie über ihre Kinder in den sozialen Medien berichten oder ob sie Fotos von ihnen posten. Es ist wichtig, die Privatsphäre Ihrer Kinder gut zu schützen. Was einmal im Internet veröffentlicht wurde, ist nur schwer wieder zu löschen.

## Ein eigenes Handy – ab wann?

Viele Grundschul Kinder wünschen sich ein eigenes Handy. Sie sehen, wie größere Kinder und Erwachsene mit ihren Handys telefonieren, spielen oder sich informieren. Das fasziniert sie natürlich. Für Sie als Mutter und Vater ist es vielleicht beruhigend, Ihr Kind immer erreichen zu können, wenn es den Schulweg alleine bewältigt oder Freunde besucht. Doch: **Kinder unter zehn Jahren brauchen eigentlich kein Handy.** Ein Smartphone empfiehlt sich erst dann, wenn Sie sicher sind, dass Ihr Kind die Gefahren des Internets kennt und weiß, wie es sich schützt, also ungefähr im Alter von zwölf Jahren.

Sollten Sie daran denken, Ihrem Kind bereits vorher ein Handy zu schenken, sollten Sie überlegen: Ist es das einzige in seiner Klasse, das dann ein Handy hat? Das kann – ebenso wie im umgekehrten Fall – zu Schwierigkeiten mit den Freundinnen und Freunden führen. Ist Ihr Kind schon fähig, auf einen kostspieligen Gegenstand aufzupassen? Ist eine ständige Kontrolle durch die Eltern gut und in Ihrem Fall notwendig? Wenn Sie sich schließlich entscheiden, Ihrem Sohn, Ihrer Tochter bereits so früh ein Handy anzuvertrauen, dann legen Sie unbedingt im Voraus Regeln fest, etwa: Welche Nummern darf es wählen? Wann muss das Handy eingeschaltet sein, wann ausgeschaltet? Zum Beispiel im Schulunterricht, beim gemeinsamen Essen, bei Familienfeiern oder gemeinsamen Unternehmungen. Sie können sich überlegen, das Handy selbst zu verwalten, das Kind bekommt es dann, wenn es untertags selbstständig unterwegs ist. **Ansonsten sollten die Kinder das Handy möglichst wenig nutzen, Sieben- bis Achtjährige höchstens zehn Minuten, Neun- bis Zehnjährige höchstens 20 Minuten täglich.** In der Nacht sollten alle elektronischen Geräte aus der Schlafumgebung entfernt oder komplett abgeschaltet werden. Sich gut über die Tarife des Handys zu informieren zahlt sich aus, ebenso, das Kind dabei mit einzubeziehen. So lernt es, sein Handy zu schätzen und es sinnvoll einzusetzen. Bei der Auswahl des Handys sollte auch darauf geachtet werden, dass es möglichst strahlungsarm ist. Vor Strahlungseinflüssen kann man sich auch schützen, indem man es erst nach aufgebauter Verbindung ans Ohr hält oder ein Headset benutzt.



Videotipp:

### **Der böse Wolf im Internet. Gefahren im Internet**

*Karamela und Schokola, die beiden Clowns, sind stolze Besitzer eines Smartphones und posten, oder pusten, wie sie es nennen, dumme Videos und Fotos ohne Unterlass und senden sie in die Welt hinaus. Dass das mitunter auch gefährlich sein kann, bekommen sie leider sehr bald am eigenen Leib zu spüren.*

*Der Südtiroler Kurzfilm beschreibt in kindgerechter Form mögliche Gefahren im Umgang mit Fotos und Kurzfilmen im Internet und wie Kinder Gefahren meiden können. [www.youtube.com/watch?v=jzpwk80qc](http://www.youtube.com/watch?v=jzpwk80qc)*



### Gefahren im Internet – Sexting und Cybermobbing

Werden im Internet Nachrichten mit erotischen Inhalten oder Nacktaufnahmen, auch einzelner Körperteile verschickt, wird das **Sexting** genannt. Häufig erhalten Kinder und Jugendliche solche Nachrichten von Freunden und Freundinnen weitergeleitet. Solche Mails oder Nachrichten auf dem Handy können Kinder verunsichern und erschrecken. Falls Ihr Kind Ihnen davon erzählt, nehmen Sie sich Zeit zuzuhören und gemeinsam zu überlegen, wie Sie und das Kind reagieren.

**Die Postpolizei (Polizia Postale e delle Comunicazioni), Tel. 0471 531413 oder [www.commissariatodips.it](http://www.commissariatodips.it), bietet Informationen zum Gebrauch des Internets sowie die Möglichkeit, Unrechtmäßiges anzuzeigen.**

**Cybermobbing** bezeichnet Beschimpfungen, Ausgrenzungen und das Bloßgestelltwerden durch Kommentare und Bilder mithilfe von Medien. Kinder und Jugendliche sind sich als Täter meist nicht bewusst, was sie damit beim Opfer auslösen, dass sie sich strafbar machen und auch ausgeforscht werden können. Wer Opfer wird, benötigt unbedingt Unterstützung.

Sollten Sie Verdachtsmomente oder Straftaten im Internet entdecken und ein Kind ist betroffen und in Gefahr, sollten Sie sich an die Postpolizei [www.commissariatodips.it](http://www.commissariatodips.it) oder an die Nummer **114** „Emergenza infanzia“ wenden, ein italienweites Angebot, das von der Vereinigung Telefono azzurro geleitet wird.