



Kinder und Medien

Medien wie Fernseher, Computer, Handy oder Playstation nehmen im Kinderalltag immer mehr Raum ein. Damit stellen sich Fragen in der Erziehung, die vor Jahren noch nicht einmal abzusehen waren. Erschreckend viele Kinder verbringen einen Großteil ihrer freien Zeit am Computer oder vor dem Fernseher. Nicht selten muss dabei schon von Internetsucht/ Fernsehsucht gesprochen werden. Medien gehören zum Alltag dazu, sie sollten den Alltag jedoch nicht komplett bestimmen.

- Wie kann man Kinder einen angemessenen Umgang mit den Medien beibringen?
- Wie viel fernsehen am Tag ist für mein Kind noch gut?
- Welche Sendungen sind zu empfehlen?
- Ab wann sollte mein Kind einen Computer nutzen?
- Welche Spiele fördern das Lernverhalten?

Es gibt eine Reihe guter Empfehlungen oder Informationsmöglichkeiten, auf die ich an dieser Stelle verweisen möchte.

www.schau-hin.info

Ein Informationsangebot des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend zum Umgang mit Medien.

www.flimmo.de

TV Programmberatung für Eltern

www.bmfsfj.de

Unter der Rubrik Publikationen gibt es diverse Broschüren zum Herunterladen und bestellen:

Geflimmer im Zimmer?

Der richtige Dreh im WWW.?

Ein Netz für Kinder-Surfen ohne Risiko?

Handy ohne Risiko? Mit Sicherheit mobil - ein Ratgeber für Eltern?

Buchtipp

Kinder in der Mediengesellschaft

Fernsehen, Computer und Erziehung

Welche Fernsehsendungen sind geeignet für mein Kind? Dürfen meine Teenager allein im Internet surfen? Welche Auswirkungen haben Computerspiele? Bekannte Experten haben Stellung genommen und liefern wichtige Hintergrundinfos. Dieses Buch gibt Eltern und Pädagogen wertvolle Tipps und liefert Orientierung in unserem von Medien überfluteten Alltag. (Quelle: Amazon)

Hänssler ISBN 3-7751-4575-3

Regeln für die PC Nutzung

1. Vereinbaren Sie mit ihrem Kind klare Regeln und Zeiten für die Computernutzung. Vorschulkinder max. 30 min.
2. Halten Sie diese Regeln ein!
3. Nehmen Sie die Alterskennzeichnung von Spielen als Richtlinie und beurteilen Sie zusätzlich selbst die Spiele, bevor Ihr Kind diese nutzt.
4. Spielen Sie gelegentlich auch mit dem Kind gemeinsam.
5. Lassen Sie sich mitteilen, wie oft Ihr Kind auch bei Freunden am Computer sitzt. Tauschen Sie sich mit anderen Eltern aus.
6. Benutzen Sie den Computer nicht als Belohnungs- oder Bestrafungsmittel. Auch nicht als Babysitter.
7. Kinder können noch nicht klar zwischen Realität und Fiktion unterscheiden. Besonders bei den sogenannten Ego-Shootern sollten Sie auf die Alterskennzeichnung achten.
8. Wenn Ihr Kind zu einer LAN-Party gehen möchte, erkundigen Sie sich beim Veranstalter, welche Spiele dort gespielt werden, wie viele Kinder teilnehmen, wer die Aufsicht führt. Auch bei einer LAN-Party müssen die Alterskennzeichnungen der USK beachtet werden. Fragen Sie Ihr Kind, was es an diesen Treffen gut findet. Ob Sie Ihrem Kind die Teilnahme erlauben, müssen Sie im Einzelfall entscheiden, denn niemand kennt Ihr Kind besser als Sie!
9. Nach der Computernutzung sollte immer für körperlichen Ausgleich gesorgt werden. Jede Stunde sitzend vor dem Rechner, geht der körperlichen Entwicklung verloren.

Regeln für die Internetnutzung

1. Installieren Sie eine Schutzsoftware, die einschlägige Internetseiten sperrt.
2. Kinder sollten nicht allein surfen. Seien Sie in der Nähe um Hilfen zu geben. Kinder, die noch nicht richtig lesen können sollten nichts ins Internet gehen.
3. Treffen Sie die Vereinbarung mit ihrem Kind, dass alles gezeigt wird, was angstmachend oder unbehaglich ist. Besprechen Sie das gezeigte ausführlich und äussern Sie ihre Meinung über schlechte Seiten.
4. Vereinbaren Sie Zeiten in denen gesurft werden darf. Halten Sie sich an diese Zeiten.
5. Kindgerechte Seiten können in einem Adressverzeichnis gesammelt werden. Das vermeidet wahlloses herumsurfen und suchen.
6. In der E-Mail-Adresse ihres Kindes sollte nicht der Name erkennbar sein. Schutz vor Spam-Mails.
7. Machen Sie Ihr Kind mit den Sicherheitsregeln im Internet vertraut. Dazu gehört, dass persönliche Daten über sich und die Familie nicht online weitergegeben werden dürfen.
8. Treffen Sie die Absprache, dass Bestellungen oder Downloads nicht allein getätigt werden dürfen.
9. Erkundigen Sie sich über die Internetfreunde Ihres Kindes.

Regeln für die Fernsehnutzung

1. Vereinbaren Sie feste begrenzte Zeiten für das Fernsehen. (z.B. eine bestimmte Sendung) Bei der Festlegung der Zeit vor dem Fernseher sollten Zeiten am Computer oder Spielkonsolen mit berücksichtigt werden. Grundschulkinder sollten nicht länger als 30-45 Minuten insgesamt damit verbringen.
2. Beobachten Sie ihr Kind auch nach dem Fernsehen, wenn es zappelig und unausgeglichen ist, war die Zeit vor dem Fernseher vermutlich zu lang.
3. Sorgen Sie stets für Ausgleich durch Sport und Bewegung.

4. Informieren Sie sich über Inhalte von Sendungen oder Filmen. Schauen Sie nach Möglichkeit mit ihrem Kind gemeinsam, damit anschliessend Inhalte besprochen werden können. Eine kritische Auseinandersetzung mit den Inhalten bringt ihren Kindern die Unterscheidung von Phantasie und Realität bei. Auch Werbungen sollten hinterfragt werden.
5. Gute Freunde gehen immer vor! Machen Sie andere Aktivitäten für das Kind interessant. Jede Stunde vor dem Fernseher raubt Zeit für Bewegung und spielerisches Lernen.
6. Benutzen Sie den Fernseher nicht als Belohnungs- und Bestrafungsmittel oder als Babysitter. Der Fernseher ist auch keine Einschlafhilfe!!!

Ihr Team vom Kinder- und Jugendgesundheitsdienst
kjgd@minden-luebbecke.de

