

KINDER UND MEDIEN

Auch wenn es einige Daten gibt, daß kluge Kinder von einem guten Fernsehprogramm (früher Sesamstraße) etwas lernen können, werden die Kinder heute in einer Welt medialen Überangebotes groß, die Sie als Eltern dazu zwingt, dieses Angebot zu regulieren.

Dies ist bis zur Pubertät allein Ihre Verantwortung als Eltern! Kleinkinder können noch nicht die Uhr lesen, also müssen sie auch nicht alleine wissen, wann die Viertel-Stunde vorbei ist.

Klare Regeln einhalten:

KEIN Fernsehen / You tube "sehen" / Smartphone in die Hand bis 3 Jahre!

KEIN tägliches Fernsehen/ Youtube/ Computerspielen bis 5 Jahre, 2 Tage pro Woche Bildschirmfrei.

6 bis 9 Jahre maximal 30 Minuten/Tag im Durchschnitt, gerne 2 Tage Bildschirmfrei.

10 bis 13 Jahre maximal 60 Minuten/Tag im Durchschnitt, gerne 1 Tag Bildschirmfrei.

Über 13 Jahre maximal 2 Stunden/Tag im Durchschnitt.

„im Durchschnitt“ heißt: Wenn der 7 Jährige einen Film von 90 Minuten gesehen hat, gibt es dafür 2 Tage NULL Minuten.

Je unruhiger das Kind, desto weniger Bildschirm, umso mehr raus ins Grüne.

KEIN Fernsehen / YouTube / Computer etc. morgens vor Kindergarten / Schule!

Bei Grundschulkindern erst Hausaufgaben, dann Fernsehen / Computer / PSP / Wii ...

Der Fernseher darf nicht den Tagesablauf bestimmen (nicht das Abendessen nach dem Sandmännchen ausrichten). Wenn es nur Schrott gibt, wird nicht geguckt.

KEIN Fernsehen / You tube / Smartphone / Computer etc. bei Mahlzeiten! Auch nicht die Eltern!

Den Fernseher nicht im Hintergrund laufen lassen.

Bei übergewichtigen Kinder KEINERLEI Essen bei Fernsehen / Computer etc. (außer Rohkost).

KEIN Fernseher / Computer / Konsole / PSP etc. im Kinderzimmer!

KEIN Smartphone im Grundschulalter!

KEINE Inhalte mit Gewalt vor dem Schulalter (auch nicht Trickfilme, z.B. Simpsons/Tom&Jerry). Keine Inhalte mit brutaler Gewalt (z.B. Herr der Ringe, Star Wars) im Grundschulalter.

KEINE Filme unter der Altersempfehlung – nicht im Fernsehen, nicht zuhause auf DVD, nicht im Kino! Alle Geräte, die das Kind ohne ihre direkte Aufsicht benutzt, müssen Kinderfilter haben.

Bei Jugendlichen: Bleiben Sie informiert, was und wie viel Ihr Kind sieht / spielt. Bleiben Sie im Gespräch über kritische Medieninhalte in Fernseher/Computer/Handys wie Gewalt / Pornos / Egoshooter / Cybermobbing.

Fernsehen oder auch Internet-Daddeln soll gemeinsame Tätigkeit sein, d.h. Sie sollen mitgucken und sich beteiligen. Nur so können Sie beurteilen, was das Kind sieht und im gemeinsamen Gespräch dabei/danach das Gesehene für das Kind nutzbar machen. Die Kinder NICHT vorm Gerät parken, damit Sie Ihre Ruhe haben.

Öfter mal (vor)lesen! Öfter mal zusammen spielen (Mensch ärgere Dich und Co. für die älteren)! Öfter mal zusammen malen / zeichnen!

Öfter mal rausgehen zum Spaziergehen / Radfahren / Spielplatz – auch bei schlechtem Wetter!

Es gibt auch gute Radioprogramme zum Hören.

Gehen Sie mit gutem Vorbild voran!

(Machen Sie ein Experiment: Versuchen Sie mal drei Tage ohne Fernsehen/YouTube/DVD.

Und schauen Sie nur auf Ihr Handy, wenn es klingelt.)