

Umgang mit elektronischen Medien

(Fernsehen, Video/DVD, PC, Internet, Handy, Spielkonsolen)

Ein Leitfaden für Eltern

MEDIENKONSUM BEI KINDERN UND JUGENDLICHEN

Medienkonsum (Fernsehen, Video- und PC-Spiele, Chatten,...) kann zu Gesundheits- und Verhaltensproblemen führen.

Aber nicht ein totales Medienverbot, sondern Kontrolle und Einschränkungen sind notwendig.

Medien sind in der Gehirnentwicklung bei Klein- und Vorschulkindern nachweislich schädlich und sollten vermieden werden.

- Eltern müssen wissen, welche Medieninhalte ihre Kinder konsumieren, denn es ist nicht gleichgültig, mit was sich Ihr Kind beschäftigt.
- Wer lernt, dass Gewalt und Hass gewinnen, wird Gewalt anwenden. Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind mehr gewaltfreie Konfliktlösungen kennen lernt!
- Ein Fernseher stellt ein kleines Kind lediglich ruhig.

INTERNET UND ONLINE-SPIELE

Eltern und Kinder müssen lernen das Medium Internet sinnvoll zu nutzen.

Übermäßiger Umgang mit Onlinespielen verstärkt die Gefahr einer Abhängigkeit, da das Spielen vielfältig belohnt wird.

Bestimmte Online-Spiele wie z. Bsp. World of Warcraft® haben ein hohes Suchtpotential. Internet/Computerspielsucht ist behandelbar.

Andere Spiele verringern das Einfühlungsvermögen, fördern eine gefühlsmäßige Abstumpfung und erhöhen die Gewaltbereitschaft. Killerspiele (insbesondere Ego-Shooter) tragen zu aggressivem Verhalten bei.

Die Auswahl der Spiele und die Nutzungsdauer dürfen Kindern und Jugendlichen daher nicht allein überlassen bleiben.

Noch etwas: Erwachsene werden von Kindern und Jugendlichen nur dann ernst genommen, wenn sie über entsprechendes Wissen und Fertigkeiten im Umgang mit Medien verfügen.

WARNZEICHEN FÜR SCHÄDLICHEN ODER SÜCHTIGEN UMGANG MIT MEDIEN

- Kontrollverlust: Schwierigkeiten, den Medienkonsum hinsichtlich Zeitpunkt, Beendigung und Dauer zu kontrollieren
- Entzugerscheinungen: Körperliche Begleiterscheinungen bei Verzicht auf die Medien wie Nervosität, Gereiztheit
- Einengung des Handlungsspielraums: Zunehmendes Desinteresse an alternativen Tätigkeiten (sonstige Hobbys, Sozialkontakte, Sport, Musik etc.)
- Erhöhte zeitliche Beschäftigung mit den Medien
- Vernachlässigung der Körperpflege
- Negative Konsequenzen: Fortsetzung des Konsums trotz offensichtlich schädlicher Folgen (Streit in der Familie)
- Vernachlässigung und Verlust von Freundschaften
- Leistungsabfall in der Schule
- Starkes Verlangen oder empfundener Zwang, Medien konsumieren zu wollen oder zu müssen
- Weitere psychische Zeichen: Konzentrationsmangel, Schlafstörungen, allgemeine Lustlosigkeit.

Beobachten Sie mehrere dieser Zeichen, ein entsprechendes Verhalten oder Verhaltensänderungen bei Ihren Kindern, wenden Sie sich an nachstehende Beratungseinrichtungen.

Auch wenn Sie unsicher sind, was in der kindlichen Entwicklung und Pubertät „normal“ ist oder schon auffällig bzw. möglicherweise krankhaft, lassen Sie sich beraten!

INFORMATION, BERATUNG, HILFE

Haben Sie Fragen?

- Welche Inhalte und Spiele gefährden mein Kind?
- Ist mein Kind internetsüchtig?
- Wie kann ich den PC meines Kindes sicherer machen?

Bitte nehmen Sie die Beratungs- und Informationsangebote wahr. Wenden Sie sich an die Lehrkräfte Ihres Kindes, die Schulsozialarbeit, die Beratungslehrer oder die Schulleitung.

Der unabhängige und kostenlose Schulpsychologische Dienst ist immer für Sie da:

Schulpsychologische Beratungsstelle

Mail: SPBS@ssa-bk.kv.bwl.de,
Tel.: 07191/3454-141 oder -140

Schulpsychologisches Beratungszentrum Winnenden im Container im Stadtgarten

Mail: bsw@win.ssa-bk.kv.bwl.de
Tel.: 07195/1398887

Aktion Jugendschutz Landesarbeitsstelle Baden-Württemberg,

Jahnstr. 12, 70597 Stuttgart,
Tel.: 07 11/2 37 37 11, Fax: 07 11/2 37 37 30

Landesmedienzentrum Baden-Württemberg

Internet: www.lmz-bw.de
Rotenbergstraße 111, 70190 Stuttgart,
Telefon: 0711/2850-6, Telefax: 0711/28 50-780

Informationen zu Vorträgen über Medien, Sucht finden Sie in den Tageszeitungen, im Programm der VHS Winnenden, am Schwarzen Brett der Beratungsstelle des Aktionsbündnisses Amoklauf Winnenden, Stiftung gegen Gewalt an Schulen,

Wallstr. 28, 71364 Winnenden

Telefon: 07195 - 589 570 Fax: 07195 - 589 571
info@aktionsbuendnis-amoklauf.de

Zum Weiterlesen (empfehlenswert):
Manfred Spitzer: „Vorsicht Bildschirm!“ (dtv).

V. i. S. d. P. die Schulleiterinnen und Schulleiter der Schulen in Winnenden und Umgebung
Fachliche Beratung: PD Dr. Dr. Peter Kaiser

Empfehlungen der Winnender Schulen für den Gebrauch von Medien

(TV, PC, Playstation, Internet, Online-Spiele etc...)

	Alter/ Schuljahr	Empfehlungen zum Medienkonsum pro Tag	Empfehlungen und Hinweise
Kleinkindalter und Kindergarten	0-2 Jahre Kleinkindalter	Kein TV, kein Video, kein DVD-Konsum, kein PC, keine Playstation, ...	Das Kind braucht das Gespräch, die Aufmerksamkeit und gemeinsames Spielen in der Familie. So lernt Ihr Kind zu sprechen, genau zu zuhören, selbständig zu denken und zu handeln. Es lernt gemeinsam mit anderen etwas zu tun.
	2-6 Jahre Kindergarten	max. 20 min TV-, Video-, DVD-, PC-Konsum	Schauen Sie und spielen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind. Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber! Überprüfen Sie, ob das Kind den Inhalt versteht! Erklären Sie, welche Sachverhalte und welches Verhalten richtig oder falsch sind! So entwickelt Ihr Kind eigene Ideen, Werte, Vorstellungen, Neugierde und Freude etwas zu lernen. Dadurch hat es auch einen guten Start in der Schule.
Grundschule	6-8 Jahre	max. 30 min TV-, Video-, DVD-, PC-Konsum	Kinder, die viel vor dem Bildschirm sitzen, lernen viel langsamer das Sprechen, das Denken und das Rechnen. Sie können sich schlechter etwas merken und haben beim Lernen große Probleme. Je weniger sich Ihr Kind mit Medien beschäftigt, desto größer ist die Chance auf einen Erfolg in der Schule.
	8 – 10 Jahre	max. 45 min TV-, Video-, DVD-, PC-Konsum	Beschäftigen Sie sich gemeinsam mit Ihrem Kind. Sinnvoller Umgang mit den Medien ist wichtig. Zeigen Sie positive Beispiele!
Weiterführende Schule	10 – 12 Jahre	max. 60 min TV-, Video-, DVD-, PC-Konsum	Ihr Kind braucht ausreichend Zeit und Ruhe für das schulische Lernen, Zeit für Freunde und vor allem viel Zeit für das Lesen, Zeit für Sport, Musik und Gemeinsames mit der Familie.
	12 – 14 Jahre	max. 90 min TV-, Video-, DVD-, PC-Konsum	
	14 – 16 Jahre	max. 120 min TV-, Video-, DVD-, PC-Konsum	

Weitere Empfehlungen

- Im Kinderzimmer sollte kein Fernseher aufgestellt sein.
- Gewaltvideos, gewaltverherrlichende Onlinespiele (z.B. Ego-Shooter-Spiele) sind unter 18 Jahren tabu.
- Der PC sollte regelmäßig auf seinen Inhalt hin kontrolliert werden. Besonders kritisch im rechtlichen wie im ethischen Sinne ist die Teilnahme an Tauschbörsen.
- Bleiben Sie als Eltern mit den Jugendlichen bezüglich Medien im regen Austausch, sprechen Sie darüber, was, wie viel und warum konsumiert wird.