

## Elternbrief Medienkonsum und Kinder

### Liebe Eltern,

nach unserem Online-Workshop Digitale Medien erhielten wir die Rückmeldung, dass dieser inhaltlich sehr interessant war. Leider aufgrund der Uhrzeit einige Eltern nicht teilnehmen konnten. Wir möchten insbesondere die Eltern der Vorschulkinder, die beim nächsten Workshop nicht mehr da sein werden, mit diesem Elternbrief informieren.

#### Machen Digitale Medien unsere Kinder dumm?

Unsere pädagogische Sicht ist, dass bei der Entwicklung ihres Kindes die sinnlich erfahrbare Welt an erster Stelle steht. Anfassen, schmecken, riechen, ertasten kann vor dem Bildschirm nicht geschehen, ist aber so wichtig um Dinge und Räume zu erfahren und Intelligenz aufzubauen.

Weiterhin weisen wir auf Gefahren in Zusammenhang mit hohem Konsum von Medien hin:

- *Störungen im Gehirn* werden nachgewiesen: Das betrifft z.B. Hirnbereiche, die mit Sprache und dem Erlernen von Schreiben und Lesen verbunden sind. Hier entwickeln sich weniger Neuronen (geringere Neuronendichte). Verlangsamtes Denken oder sprachliche Defizite treten auf.
  - *Störungen der Sozialen Entwicklung*: Selbstkontrolle erlernt ein Kind zunehmend ab dem 4. Lebensjahr. So beim gemeinsamen Spielen, Singen und Basteln immer wieder auf andere Rücksicht zu nehmen, also sich selbst zu kontrollieren. Diese Entwicklung dauert mehr als drei Jahre. Diese wichtige Fähigkeit muss auch im Grundschulalter immer wieder durch das gemeinsame Spiel trainiert werden, um sich zu stabilisieren (vgl. Butzmann, 2020).
- Die aktuelle BLIKK-Studie der Bundesregierung und des Berufsverbands der Kinder- und Jugendärzte (BVKJ) 2022 zeigt:
- Bei Kindern bis zum 6. Lebensjahr, die mehr als eine halbe Stunde täglich digitale Medien nutzen, treten vermehrt *Hyperaktivität, Konzentrationsschwäche* und *Sprachentwicklungsstörungen* auf.
  - Lernen Kinder nicht den Umgang mit digitalen Medien, gemeint ist sinnvoll, konstruktiv und kritisch, besteht ein erhöhtes Risiko für die sogenannte *Internet- und Onlinesucht*. Die Jugendlichen geben selbst an, dass sie die Internetnutzung schwer kontrollieren können!
  - Bei vermehrter Nutzung von Handy etc. durch die Eltern sind selbst bei *Babys Probleme beim Füttern und Einschlafen* zu beobachten (vgl. hkk Magazin 2022).

#### Was ist für mein Kind im Umgang mit Digitalen Medien gut?

☺ Eigene Haltung entwickeln und vorleben

Ihr Kind beobachtet Sie und lernt von Ihnen. Verwehren Sie den Kontakt zu Handy / TV während Sie selbst darauf schauen, kann ihr Kind nichts lernen. Günstiger ist, dem Kind mal ein Foto auf dem Handy zu zeigen, mal die Stimme von jemandem zu hören. Gehen Sie mit gutem Beispiel voran. Etwa: Kein Smartphone am Esstisch oder beim Spaziergang. Bieten Sie vielfältige Möglichkeiten für die Freizeit, ein Hobby Musik oder Sport kann ein Ausgleich sein. Finden Sie mit und für ihr Kind alternative Angebote.

Informieren Sie sich auch über die momentan angesagten digitalen Spiele. [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)  
Wenn Sie das Wissen haben, können Sie auch besser Verbote begründen oder den Medienkonsum begleiten. Tauschen Sie sich mit anderen Eltern aus. Auch ihr Kind hört von Freunden von Sendungen oder Spielen.

☺ Wofür interessiert sich ihr Kind gerade?

Beobachten und fragen Sie, z.B. beim gemeinsamen Abendbrot. Was war heute schön für dich/ hat dich gefreut? Was war heute doof/ hat dich verärgert/ traurig gemacht? Was möchtest du spielen? Was gefällt dir? Auch Digitale Medien gezielt nach den Interessen ihres Kindes nutzen.

☺ Klare Regeln umsetzen

Der Mediennutzungsvertrag kann Ihnen dabei helfen, für den Medienkonsum Regeln aufzustellen. Vergessen Sie nicht, Kinder brauchen Klarheit. Manchmal müssen Sie mit Hilfe der Regeln einfach konsequent (hart) bleiben. [www.mediennutzungsvertrag.de](http://www.mediennutzungsvertrag.de)

☺ Bildschirmzeiten berücksichtigen

Es geht um ein überschaubares Maß, damit keine Gefährdung für ihr Kind entsteht. Nicht unbedingt täglich an den Bildschirm! Möchte man es auf den Tag bemessen, so werden bis zu 20 Minuten pro Tag am Bildschirm als ungefährlich empfohlen. Besser noch: Mit einer Wochenbildschirmzeit (140 Minuten) können Sie flexibler auf ihr Kind / Situationen eingehen, z.B. an einem Tag keine Bildschirmzeit und am anderen Tag mehr (etwa bei der Fahrt in den Urlaub o.a.).

☺ Bildschirmzeit begleiten

Begleiten Sie ihr Kind bei seinem Konsum. So erkennen Sie, wann es ihrem Kind nicht gut tut. Wirkt es zum Beispiel aufgedreht, brechen Sie an geeigneter Stelle ab. Geben Sie die Möglichkeiten über das Gesehene, Gespielte zu erzählen, also als Sprachanlass zu nutzen. Sie können den Bildschirm/Laptop auch an einen für Sie einsehbaren Ort in der Wohnung bereit stellen, z.B. im Wohnzimmer. So sehen Sie, was ihr Kind sieht und wie es ihm damit geht.

### ©Altersgerechte Inhalte bereit stellen

Leider gibt es auch Spiele ohne offizielle Altersprüfung, die jedoch völlig ungeeignete Bilder und Inhalte enthalten und zu Angstzuständen bei Kindern führen! Ihre Aufgabe als Eltern ist es, ihr Kind so gut es geht zu schützen. Beachten Sie die Altersfreigabe nach USK- und FSK-Kennzeichnung und nutzen Sie pädagogische Bewertungen, wie den NRW Spieleratgeber.

<https://www.spieleratgeber-nrw.de/Spielesuche.4579.de.html>

FSK ab 0 bedeutet: Freigegeben ohne Alterbeschränkung in Bezug auf den Inhalt. Kinder bis zum Alter von 6 Jahren identifizieren sich vollständig mit der Spielehandlung und den Figuren. Es fällt Ihnen oft schwer zu begreifen, dass es nur erdachte / Fantasie-Figuren sind. Bedrohliche Situationen werden direkt auf ihr Kind übertragen und es ist direkt betroffen, alarmiert, verängstigt, verwirrt. Bereits dunkle Szenen, schnelle Schnittfolgen, laute, bedrohliche Geräusche können Ängste hervorrufen. Ein 6-jähriges Kind taucht noch ganz in die Filmhandlung ein, leidet und fürchtet mit den Figuren. Für FSK 6 ist maßgebend, dass Spannungsmomente nicht zu lange/nachhaltig wirken und Konflikte positiv aufgelöst werden.

Tipps für Gute Apps, Spiele oder TV-Angebote finden Sie anbei im [Paddlet Gute Apps, Spiele TV-Angebote...des Medienkulturzentrums](#).

### © Schutz ihres Kindes: Auf Nummer sicher gehen

Bei Smartphone und Tablet werden der Kika-Player und andere Player der öffentlich-rechtlichen Sendeanstalten als sicher empfohlen.

NICHT sicher! ist beispielsweise You-Tube Kids, dies besser gemeinsam anschauen und Autoplay deaktivieren. Tipps für Sicherheitseinstellungen finden Sie im [Paddlet Sicherheitseinstellungen des Medienkulturzentrums](#).

Für die Sicherheit in Surfraum/Internet finden Sie hier Hinweise: [www.schau-hin.info/sicherheit](http://www.schau-hin.info/sicherheit).

### Quellen:

2017\_ Studie: Zu viel Smartphone-Nutzung kann Kinder krank machen - eSport Community Lost Boys.

<https://www.lost-boys.info/article/28-studie-zu-viel-smartphone-nutzung-kann-kinder-krank-machen/>

2020\_Butzmann, Dr. Erika: Der Einfluss digitaler Medien auf die Gehirnentwicklung der Kinder.

<https://www.erzieherin.de/der-einfluss-digitaler-medien-auf-die-gehirnentwicklung-der-kinder.html>

2022\_hkk-magazin Kinder: zu viel Medienkonsum schadet.

<https://dock.hkk.de/familie/kinder-zu-viel-medienkonsum-schadet#:~:text=Sprachentwicklungs-%20und%20Konzentrationsst%C3%B6rungen%20aber%20auch,ein%C3%BCben>

2022\_Workshop Mediennutzung im Kita-Alter. Medienkulturzentrum Dresden, Kristina Richter, Kita Roquettestraße 16 in Dresden