

Bildschirmmedien und die kindliche Entwicklung

Zahlreiche Untersuchungen der letzten Jahre zeigen immer deutlicher, dass der Umgang mit Medien (Fernseher, PC, Tablet und Handy) nicht spurlos an dem noch unreifen Gehirn des Kindes vorbeigeht.

Grundsätzlich lernt das Kind (auch schon im Bauch der Mutter) „**Wahrnehmen**“ über alle Sinneskanäle (Hören, Sehen, Fühlen, Riechen, Schmecken). Im Gehirn werden diese Sinneseindrücke gespeichert und untereinander verknüpft. Diese Verknüpfungen sind auch wichtig für das Erlernen von Bewegung, die zunächst grob ist und im Verlauf des Lernens immer feiner und zielgerichteter wird. Das erfordert Konzentration und Üben.

Zur Förderung der Entwicklung von Kindern sind gute erwachsene Vorbilder notwendig. Es ist wichtig, sich dem Kind zuzuwenden, mit ihm zu sprechen, mit ihm zu spielen und Bewegungsabläufe einzuüben.

Ein Fernseher oder andere Medien ersetzen diese Vorbildfunktion nicht, sondern können die Lernprozesse des kindlichen Gehirns empfindlich stören.

Kindliche Entwicklung

0 - 3 Jahre:

Entwicklungsschritte: Das Baby lernt im ersten Lebensjahr seinen Körper kennen, begreifen und entdecken seine Umwelt. Der enge Kontakt zu Ihnen ist sehr wichtig für seine Bindungsfähigkeit. Im 2. Lebensjahr geht Ihr Kind in Kontakt zu seiner Umwelt durch seine zunehmende Mobilität (Krabbeln, Sitzen, Laufen) und den beginnenden Spracherwerb. Es kann eigene Gefühle wahrnehmen und die anderer. Mit 2 - 3 Jahren wird der Erfahrungskreis Ihres Kindes größer. Es schließt erste Freundschaften.

Bildschirmmedien verdrängen zwischenmenschliche Kontakte, können von dem in der Entwicklung befindlichen Gehirn nicht eingeordnet werden.

4 - 6 Jahre:

Entwicklungsschritte: Ihr Kind wird mobiler, lernt hüpfen, klettern, springen und malen. Auch die Sprache entwickelt sich rasant weiter wie auch die Gefühlswelt. Wichtig sind Kontakte zu Gleichaltrigen, um die Welt im Kleinen zu (er)leben. Rollenspiele, Verkleiden und Gedankenaustausch helfen dabei. Sie können Ihr Kind in dieser Zeit durch Ansprache, Vorlesen, und Spielen unterstützen.

Bildschirmmedien nehmen Zeit zum kreativen Spielen weg. Es werden nicht alle Sinneskanäle angesprochen. „Parken“ vor dem Fernseher verstärkt körperliche Unruhe.

7 - 9 Jahre:

Entwicklungsschritte: Ihr Kind geht zur Schule und lernt neben den üblichen Unterrichtsfächern den Umgang mit anderen Kindern und Erwachsenen; es löst sich zunehmend. Vorbilder sind gefragt und geben dem Kind in der Auseinandersetzung die Möglichkeit, sich zu einem selbstbewussten Menschen zu entwickeln.

Bildschirmmedien werden sicherlich wichtiger, der Umgang damit sollte aber eng von Erwachsenen begleitet werden. Achten Sie auf kindgerechte Seiten und Filme. Geben Sie klare Zeitbegrenzungen vor. Ein Medienkonsum über 5 Stunden pro Woche wirkt sich negativ auf die Lesefähigkeit und das Sprachverständnis aus.

Tipps für den Umgang von Kindern mit Bildschirm-Medien

1. Fernseher, Computer, Spielkonsolen o. Ä. gehören **nicht** ins Kinderzimmer!
2. Die Nutzung der Bildschirm-Medien muss von Ihnen als Eltern eindeutig festgelegt und kontrolliert werden. Kinder sind damit überfordert, kleine Kinder sind „gefesselt von der Flut der Bilder, die auf bzw. über sie einströmt.“
3. Überprüfen Sie kritisch Ihren eigenen Fernsehkonsum. Der Fernseher sollte nur gezielt angestellt werden und nicht einfach nur nebenher laufen gelassen werden.

Er soll nicht zum Mittelpunkt der Wohnung werden.

4. Die konsequente Kontrolle des Medienkonsums ist ganz wichtig.

Kinder unter 3 Jahren	überhaupt <u>keine Bildschirmzeit</u>
3 - 5 Jahre	höchstens 30 Minuten/Tag
6 - 9 Jahre	höchstens 60 Minuten/Tag
10 - 13 Jahre	höchstens 90 Minuten/Tag
über 13 Jahre	höchstens 120 Minuten/Tag

5. Kinder unter 3 Jahren sollten überhaupt nicht fernsehen, weil in dieser Zeit die empfindlichste Sprachentwicklungsperiode liegt, die durch Bildschirm-Medien gestört werden kann.

Mit Vorschulkindern sollte möglichst nur gemeinsam ferngesehen werden

6. Durch Fernsehen erlernt Ihr Kind keine Sprache!

Die beste „Sprachschule“ ist das Vorlesen und die gemeinsame Unterhaltung.

7. Gemeinsame Mahlzeiten sind wichtig, Sie sollten dabei viel miteinander sprechen. Kein Fernsehen beim Essen, kein Essen beim Fernsehen, denn „Fernsehen macht dick“.
8. Kein Fernsehen morgens vor dem Frühstück, dem Kindergarten oder der Schule.
9. Bei Schulkindern: Vor den Hausaufgaben keine Nutzung von Computer oder Fernseher, da das Erlernte vom Schultag wieder vergessen werden kann.
10. An Stelle der Bildschirm-Medien für eine aktive Freizeit sorgen (Sport, Hobbys, Verabredung mit Freunden)

Internet-Hinweis: www.schau-hin.info
www.kindergesundheit-info.de
www.no-zoff.de
www.medienratgeber-fuer-eltern.de

Literatur: Heute mal Bildschirmfrei (Paula Beckmann/Ingo Leipner) Knauer Verlag

Gerne geben wir Ihnen weitere Auskünfte!

Kinder- und Jugendgesundheit
Nikolaus-Dürkopp - Str. 5 - 9
33602 Bielefeld
Tel: 0521 51-3878
KJGD@bielefeld.de

