

Fernsehkonsument bei Kindern



Das Thema Fernsehkonsum bei Kindern sorgt in vielen Familien für Streit zwischen Eltern und Kinder. Insbesondere die vielen politisch links-geprägten Kindersendungen der öffentlich-rechtlichen Sender (z.B. ARD, ZDF) sorgen für große Probleme in objektiven Elternhäusern. Doch wie lange darf mein Kind fernsehen und ab welchem Alter ist der Fernsehkonsum bei Kindern überhaupt sinnvoll? Grundsätzlich ist das Fernsehen aus dem Familienleben kaum mehr wegzudenken. Via Internet sehen Kinder und Jugendliche heute Filme, Videoclips und Sendungen auf Computern und mobilen Medien wie Handys, Notebooks, Tablets und Smartphones. Kinder und Eltern informieren sich aus dem vielseitigen Angebot und genießen die gemeinsame Unterhaltung. Kinder müssen den sinnvollen Umgang mit dem Fernsehen erst lernen. Dabei brauchen sie Unterstützung und vor allem aber ein gutes Vorbild in Punkte Fernsehkonsum.

Wieviel Fernsehkonsum ist gut für mein Kind?

- Kinder unter drei Jahren sollten **gar nicht fernsehen**, da es ihrer Entwicklung schadet: Sie können noch nicht zwischen Realität und Fiktion unterscheiden und das Gesehene nicht verarbeiten.
- Wenn Kinder im Alter von drei bis fünf Jahren den Wunsch äußern, fernzusehen, und Eltern damit einverstanden sind, sollte sich dies auf **höchstens eine Sendung am Tag beschränken (20 bis 30 Minuten)**. Wichtig ist, dass Kinder nur Sendungen schauen, die für ihre Altersgruppe entwickelt wurden. Zusammen mit den Eltern oder einer anderen Bezugsperson fühlen sie sich sicher. Sie können über das Gesehene sprechen und Fragen stellen.
- Kinder im Alter von sechs bis neun Jahren sollten **nicht länger als fünf Stunden pro Woche** fernsehen. Sie brauchen Unterstützung, um aus der breiten Angebotsvielfalt gezielt Sendungen auszuwählen, die ihrem Alter und ihren Interessen entsprechen.
- Auch wenn ältere Kinder schon mehr Verantwortung für sich selbst übernehmen können, sollten gemeinsam klare Vereinbarungen über Dauer und Inhalt des wöchentlichen Fernsehkonsums getroffen werden.

(adsbygoogle = window.adsbygoogle || []).push({});

Kindgerechter Fernsehkonsum

Als kindgerechter Fernsehkonsum gelten Sendungen, die kindliche Bedürfnisse ernst nehmen, Kinder nicht ängstigen oder überfordern und in ihrer Handlung für Kinder nachvollziehbar und verständlich sind. Eltern sollten unbedingt im Blick behalten, was ihre Kinder sich im Fernsehen ansehen. Viele Sendungen – vor allem im Abendprogramm – sind für Kinder **nicht geeignet**. Gewaltdarstellungen, aber auch die Schilderungen in den Nachrichten können Kindern Angst machen. Wenn Eltern gemeinsam mit ihren Kindern ausgewählte Sendungen anschauen, können Inhalte besser abgeschätzt und später besprochen werden. Wird eine bestimmte Sendung verboten, ist es für die Kinder wichtig, dass ihnen die Gründe erklärt werden. Kinder erlernen den Umgang mit

dem Fernsehen vor allem in der Familie. Deshalb ist es wichtig, dass Eltern sich für die Medienthemen und den Mediengebrauch Ihrer Kinder interessieren und den Fernsehkonsum mit den Kindern diskutieren.

Wichtig: Fernseher ist KEIN Babysitter!

Auch wenn es gerade für Alleinerziehende häufig schwierig ist, das Kind / die Kinder in Vollzeit zu betreuen, eines ist ganz wichtig: Der Fernseher eignet sich nicht als „Babysitter“. Vor allem jüngere Kinder sind auf die Unterstützung und Anregung durch ihre Eltern angewiesen. Sie brauchen direkte Zuwendung, aktives Spielen und Gespräche. Und sie freuen sich, wenn ihre Eltern sich für ihre Geschichten interessieren. Sicher können Kinder mit zunehmendem Alter und zunehmender Fernseherfahrung bekannte Formate und Filme auch allein ansehen. Vorausgesetzt, die Eltern wissen, dass sie diese gut verkraften. Selbst ältere Kinder freuen sich, gemeinsam mit ihren Eltern einen gemütlichen Fernsehabend zu verbringen. Dass gelegentlich Filme oder Fernsehsendungen genutzt werden, während Eltern zum Beispiel mit Hausarbeit beschäftigt sind, ist an sich unproblematisch, wenn die Sendungen bekannt sind. Doch ein dauerhafter regelmäßiger Einsatz sollte unbedingt vermieden werden. Und: Kleinkinder haben alleine vor dem Fernseher nichts zu suchen. Kinder sollten immer wieder motiviert werden, sich selbstständig ohne Medien zu beschäftigen.

Fernsehkonsum bei Kindern: Klare Regeln

- Nach dem Computerspielen kein Fernsehen (und/oder umgekehrt)
- Auf Altersfreigaben und Sendezeiten achten. Dem Kind keine Sendungen oder Filme zugänglich machen, die es womöglich nicht verkraftet
- Fernsehen gezielt zu einzelnen Sendungen an- und abschalten
- Wöchentliche Bons verteilen für 1/2 Stunde Fernseh- oder Computerspielzeit (z.B. 7 Bons für Fünfjährige, 10 Bons für Achtjährige)
- Wenn überhaupt, so wird der Fernseher im Kinderzimmer nur für ganz bestimmte Sendungen oder DVDs und einen ganz bestimmten Zeitrahmen genutzt
- Fernsehen und Computerspielen finden in zentral gelegenen Räumen und nicht im Kinderzimmer statt
- Bevor die Kinder schlafen, gibt es eine Lesezeit (je nach Alter Vorlesen oder eigenständiges Lesen)
- Mindestens ein Nachmittag/Abend ist wochentags für andere gemeinsame Familienaktivitäten eingeplant
- Nach einem intensiven Fernsehtag gibt es am folgenden Tag eine Fernsehpause
- Fernsehen, Soziale Netzwerke oder Handys sind beim Lernen für die Schule/ während der Hausaufgaben ausgeschaltet.

Die Beispiele zeigen: Fernsehen in Familien kann unterschiedlich genutzt und geregelt werden. Fernsehregeln beziehen dabei jeweils die spezielle Situation der einzelnen Familien ein. Unabhängig von Regelungen gilt: Kinder können durch das Fernsehen Anregungen zur Bearbeitung aktueller Themen und Gefühlslagen erhalten. Sie können Orientierung und Lösungsmöglichkeiten für eigene Konflikte und Probleme finden und in phantastische Welten eintauchen, die ihr Spiel inspirieren.

(adsbygoogle = window.adsbygoogle || []).push({});

Fernsehkonsum bei Kindern: Statistik spricht Bände

Jüngere Kinder wenden sich verstärkt dem Fernsehen zu: Im Jahr 2010 schauten Kinder im Alter von drei bis fünf Jahren am Tag **durchschnittlich 82 Minuten** fern (2007 waren es noch 73 Minuten). Der Fernsehkonsum der Jüngsten unterscheidet sich nunmehr kaum von dem der Sechs- bis Neunjährigen, die es **täglich auf 84 Minuten** brachten (2007: 83 Minuten). Bei den 10- bis 13-Jährigen ist auch ein leichter Anstieg zu verzeichnen, schauten sie 2007 noch durchschnittlich 101 Minuten täglich, so waren es 2010 **107 Minuten**. In dieser Altersgruppe sind auch die meisten sogenannten „vielsehenden“ Kinder, die **täglich mehr als drei Stunden** vor dem Fernseher verbringen. **45 Prozent**, fast die Hälfte aller 6- bis 13-Jährigen Kinder in Deutschland, haben einen eigenen **Fernseher im Zimmer**. Bei den 12- bis 19-Jährigen sind es **52 Prozent**.

Internet

Experten raten, dass Eltern feste Zeiten vereinbaren sollten, die ihre Kinder am Computer verbringen dürfen. Die Initiative „Schau hin!“ empfiehlt folgende Altersstaffelung:

- bis 7 Jahre: 30 Minuten täglich
- 8 bis 9 Jahre: 45 Minuten täglich
- 10 bis 11 Jahre: 60 Minuten täglich
- 12 bis 13 Jahre: 75 Minuten täglich.

Darüber hinaus sollten sich die Eltern dafür interessieren, womit sich ihre Kinder im Internet beschäftigen. Um einen sorgfältigen Umgang mit dem Medium zu vermitteln, ist es beispielsweise sinnvoll, gemeinsam im Netz zu surfen.

Soziale Netzwerke und andere interaktive Angebote

Vor allem Jugendliche nutzen soziale Netzwerke wie Facebook, Twitter, SchülerVZ oder StudiVZ um mit ihren Freunden in Kontakt zu sein. 70 Prozent nutzen sie täglich oder mehrmals pro Woche. In „Online-Communities“ können sie Kontakte aufbauen, festigen und entwickeln, sich in neuen Rollen ausprobieren und ein Profil erstellen. Neben Chancen gibt es aber auch eine Reihe von Risiken. Was überwiegt, hängt vom eigenen Verhalten ab und welche persönlichen Angaben veröffentlicht werden. Wenn Kinder und Jugendliche beginnen, diese Angebote zu nutzen, ist Unterstützung wichtig, damit sie lernen, was bei der Nutzung von Web 2.0-Angeboten zu beachten ist.

Computerspiele und Spielekonsolen

Computerspiele und Spielkonsolen sind höchst unterschiedlich. Vor dem Kauf oder Download sollten sich Eltern über das konkrete Spiel informieren, beispielsweise ob es den Werten entspricht, die in der Familie gelebt werden. Altersfreigaben geben einen Hinweis, welche Spiele geeignet sind. Wichtig ist, dass Eltern Regeln und feste Zeiten vorgeben, Interesse an den Spielen zeigen, sie sich erklären lassen und – zumindest ab und an – zusammen mit den Kindern spielen.

wir-sind-alleinerziehend: **Wir lieben Alleinerziehende!**

Quelle: [Bundesministerium für Familie, Dr. Verena Wittke, eigene Recherchen](#)