

## **Bildschirmmedien bremsen Kinder aus**

SpongeBob- Schwammkopf- den kennt fast jedes Kind ab 3 Jahre und kann den Namen aussprechen, auch wenn es sonst nicht viel redet. Wenn man geschickt hin- und herzappt kann man bis zu 6mal am Tag SpongeBob anschauen, 6mal 20 Minuten, 2 Stunden Fernsehen. In 99% aller Haushalte in denen Jugendliche leben, gibt es einen PC oder Laptop, mit Internetzugang 96%. Der Fernseher steht in diesen Haushalten zu 98% zur Verfügung, wobei bei vielen, sprich 40% schon mehr als ein Fernsehgerät steht. Prof. Manfred Spitzer (Studium der Medizin, Psychologie und Philosophie in Freiburg und bekannt durch seine wissenschaftlichen Studien zur Hirnentwicklung in Zusammenhang mit Bildschirmmedien) beschreibt in seinem Buch „Vorsicht Bildschirm“ die Auswirkungen der Bildschirmmedien auf unsere körperliche und seelische Gesundheit und vor allem auf die unserer Kinder:

Untersuchungen haben nachgewiesen, dass Kinder, die im ersten und zweiten Lebensjahr Fernsehen schauen, ein deutlich höheres Risiko hatten mit 7 Jahren unter Aufmerksamkeitsstörungen zu leiden. Auch führt der Fernsehkonsum im Vorschulalter (4-6 Jahre) zu Lese- und Rechtschreibstörungen im 3. Schuljahr.

Säuglinge und Kleinkinder entwickeln ihre Aufmerksamkeit und Konzentration durch das Wahrnehmen der direkten Umwelt. Sie sehen Gesichter, lesen von den Lippen ab, sie tasten, riechen, schmecken und alles wird im Gehirn gespeichert. Sie benötigen greifbare Objekte und Szenen, um die Welt zu verstehen. Spitzer: „Bildschirme liefern eine flache verarmte Welt, insbesondere dann, wenn der Benutzer die Welt noch nicht kennt und Objekte oder Szenen beim Betrachten des Bildschirms eben gerade nicht aufgrund von Vorerfahrungen ergänzen kann“.

Fernsehen macht dick und gewalttätig. Die Langzeitstudie aus den USA legt eindeutig dar, dass eine klare „Dosisabhängigkeit“ des Körpergewichtes von der Zeit vor dem Fernseher besteht: Je länger und intensiver die Bildschirmmedien benutzt werden, desto höher ist das Körpergewicht, der Cholesterinspiegel steigt und die Fitness sinkt. In nahezu 79 Prozent aller Fernsehsendungen kommen Gewaltszenen vor. Die Gewalt in den Medien schadet ganz besonders Kindern, die noch Schwierigkeiten haben, zwischen Realität und Phantasie zu unterscheiden. Wer Gewaltfilme sieht, der lernt Gewalt.

Fernsehen macht dumm: In dem Buch „Gott-gen und Großmutterneuron“ von Spitzer wird auf eine Studie verwiesen, die einen klaren Zusammenhang zwischen täglichem Fernsehkonsum und beruflicher Qualifikation im Alter von 26 Jahren belegen: je weniger Fernsehen täglich geschaut wird, desto höher ist das erreichte Bildungsniveau im Erwachsenenalter.

Was tun?

Sendungen für Kleinkinder nicht als medienpädagogisch sinnvoll erklären, sondern als „Einstiegsdroge“ betrachten.

Auf die Menge des Bildschirmkonsums bei den Kindern achten, Fernsehtagebuch führen, Zeitbegrenzungen festlegen oder den Fernseher verbannen.

Nicht gleichgültig sein: Eltern stehen in der Verantwortung darauf zu achten, was von ihren Kindern angeschaut wird und mit welchen Video- und Computerspielen sie sich beschäftigen.  
Innerhalb der eigenen vier Wände als Vorbild fungieren.  
Von öffentlich-rechtlichen Medienanbietern verbesserte Programme einfordern.

Wie viel TV wäre vertretbar?

Spitzer sagt, dass eine Viertelstunde Fernsehen im Grundschulalter nicht viel Schaden anrichtet. Ab der 5. Klasse hält er eine halbe Stunde und ab der 11. eine dreiviertel Stunde täglich für vertretbar.

Grundsätzlich gilt:

Jede Minute, die man ein Kind motivieren kann andere Dinge zu tun als fern zu sehen, ist ein Gewinn!  
Denn die große Gefahr des Fernsehen ist: Es nimmt Kindern Zeit, die Millionen andere Dinge, die für das Leben wichtig sind, gründlich zu lernen.

*Birgit Pils*