SHIA e.V.
SelbstHilfeInitiative
Alleinerziehender

Lobby, Beratung und
Unterstützung
für Einelternfamilien

# KINDER VOR DER KISTE

## Ratgeber für Eltern zu Kindern und Fernsehen

FERNSEHEN GEHÖRT DAZU

## Liebe Eltern,

Kindern macht Fernsehen großen Spaß. Darüber sind sich Kinder schnell einig. Anders die Eltern, die bei diesem Thema häufig unsicher sind. Während Eltern das Fernsehangebot ganz selbstverständlich nutzen, haben sie bei ihren Kindern Bedenken. Differenzen bei Eltern und Kindern darüber, was, wann und wie lange gesehen werden darf, sind so alt wie das Fernsehen selbst. Auseinandersetzungen in der Familie sind anstrengend, aber notwendig, denn Kinder brauchen auch im Umgang mit dem Fernsehen Begleitung und Anleitung.

Einfach „laufen lassen" ist keine Lösung. Kinder können und sollen den Umgang mit dem Fernsehen in der Familie lernen. Deshalb will dieser Ratgeber Ihnen helfen, den Fernseher in der Familie sinnvoll und kritisch zu nutzen. Wir können Ihnen keine Patentrezepte anbieten, jedoch Hintergrundinformationen und nützliche Tipps geben.
Viel Spaß beim Lesen
wünscht SHIA

## Inhalt


Ein lieb gewordenes Familienmitglied 3
Wissensdurst und Abenteuerlust - Warum Kinder fernsehen 4
Sponge Bob oder Sesamstraße - Welche Programme Kinder bevorzugen 5
Das ist doch nur ein Film? - Wie Kinder fernsehen 6
90 Minuten täglich - Wie lange Kinder fernsehen 8
Immer wieder sonntags - Wann Kinder fernsehen 9
Superman am Abendbrotstisch - Wie Kinder ihre Fernseherlebnisse verarbeiten 10
Alle anderen in der Klasse dürfen das sehen! - Tipps zum Umgang mit dem Fernsehen in der Familie 12
Bitte Papi, nur noch einen Film! - Wie lange und wann Kinder fernsehen sollten 13
Sitz nicht so still! - Wie Kinder fernsehen sollten 14
Reden, malen, spielen... - Wie ich meinem Kind bei der Verarbeitung seiner Eindrücke helfe 16
Albträume - Wenn Fernsehen Angst macht 18
Bitte! Kauf mir das... - Kinder und Werbefernsehen 20
Literatur zum Weiterlesen, Internetadressen 22
Quellen 23
Impressum 24

## Ein lieb gewordenes Familienmitglied

Fernsehen gehört heute zu unserem Alltag. In fast 100% aller deutschen Haushalte steht mindestens ein Fernsehgerät. Häufig gibt es ein Zweitgerät und auch in immer mehr Kinderzimmern steht inzwischen ein Apparat. Es gibt keinen Sendeschluss mehr und wir empfangen immer mehr Sender. Das Programm wird immer bunter, schneller und lauter. Wenn wir uns heute alte Filme und Serien anschauen, erscheinen uns diese oft langweilig. Wir haben uns an das neue, schnelle Tempo und die rasanten Schnitte gewöhnt.

Das Zurechtfinden im „Fernsehdschungel" wird immer schwieriger. Sogar Erwachsene sind dabei oft überfordert. Für Kinder ist es noch viel schwieriger, sich in der Fernsehlandschaft zu orientieren. Oft sind sie fasziniert davon, besitzen aber noch nicht alle Fertigkeiten, das Gesehene zu verstehen und zu verarbeiten. Sie müssen lernen, wie sie das Fernsehen nutzen können. Dafür brauchen sie  die Hilfe und Anleitung von Erwachsenen.

Sie können Ihr Kind nicht dauerhaft vom Fernsehen abhalten. Ihr Kind wird überall mit Figuren und Inhalten aus dem Fernsehen konfrontiert: auf Plakaten, im Kaufhaus und beim Gespräch in der Schule oder mit anderen Kindern. Verbote machen das Fernsehen oft erst recht interessant und reizvoll.

# Wissensdurst und Abenteuerlust

Warum Kinder fernsehen

Kinder sitzen meist gebannt vor dem Bildschirm. Da werden ihnen bunte, bewegte Bilder angeboten und spannende Geschichten erzählt. Kinder liebten fantastische Welten schon lange, bevor es das Fernsehen gab. In den früheren Großfamilien übernahmen die Großeltern die Rolle der Erzähler. In den Kleinfamilien von heute übernimmt häufig das Fernsehen diese Aufgabe. Die Medienerzähler haben zwar keine persönliche Note, dafür aber eine ganze Palette raffinierter Möglichkeiten, die Geschichten spannend zu gestalten: durch Geräusche, Musik, Schnitte und anderes mehr. Das Fernsehen spricht Auge und Ohr an und ist damit, nicht nur für Kinder, attraktiv und glaubwürdig.

Das Eintauchen in Fantasiewelten, das Miterleben von Abenteuern und Märchen hilft Kindern auch bei der Bewältigung von Alltagsproblemen. Auch Kinder wollen manchmal ihrem Alltag in eine Traumwelt entfliehen.

**Es ist heute mehr denn je unsere Aufgabe, Kinder beim Fernsehen zu unterstützen und zu begleiten.**

Außerdem ist das Fernsehen ein „Fenster zur Welt". Kinder sind neugierig, sie haben ein Bedürfnis nach Information. Das Fernsehen kann diese Bedürfnisse stillen.

Kinder sehen auch aus vielen anderen Gründen fern. Sie nutzen es zur Steuerung von Stimmungen. „Heile-Welt"-Erfahrungen dienen zur Kompensation von „rauen" Alltagserfahrungen, Identifikation mit einer starken Figur kann zum Abbau von Unsicherheiten und Ängsten beitragen. Im regelmäßigen Sehen von Serien können sie ihre Bedürfnisse nach Orientierung an Vertrautem und Bewährtem befriedigen. Fernsehen kann für Kinder wichtige soziale Funktionen übernehmen. Es liefert Gesprächsstoff und regt zu gemeinsamem Spiel an.

# Sponge Bob oder Sesamstraße

Welche Programme Kinder bevorzugen

Kinder sind mit Sendungen oder Filmen für Erwachsene meist überfordert. Programme wie Krimis und Actionserien spiegeln nicht die Wirklichkeit von Kindern wider.

Kinder bevorzugen Sendungen, die lustig und unterhaltsam sind oder solche, die ihre Neugier befriedigen. Deswegen sind Wissenssendungen oder Zeichentrickfilme bei ihnen so beliebt.

Die meisten Kinder zwischen 3 und 13 Jahren haben eine Lieblingssendung. Die Vorlieben sind dabei sehr unterschiedlich. Sendungen, die an die tägliche Lebenswelt oder die Fantasien und Träume der Kinder anknüpfen, sprechen besonders an. Dabei werden Themen bevorzugt, die einen direkten Bezug zum Leben als Kind haben, z.B. Großwerden, Junge/Mädchen sein oder die Angst vorm Verlassen werden.

Kinder lieben Serien, weil die Figuren dort immer wiederkehren und so die Bindungen bei den Kindern stabilisieren.
Die Wahl des Medienhelden oder der -heldin ist verbunden mit den Bedürfnissen und Interessen der Kinder. Sie mögen Figuren, mit denen sie sich identifizieren können oder die es ihnen ermöglichen, über sich hinaus zu wachsen und in völlig andere Rollen zu schlüpfen.
Kleine Kinder (3 bis 5 Jahre) schauen am liebsten Sendungen, bei denen sie etwas lernen können, z. B. „Die Sendung mit der Maus" und Zeichentrickfilme, die sie in Märchen- und Abenteuerwelten entführen. Sie mögen Sendungen, in denen der Konflikt groß/klein oder gut/böse im Vordergrund steht.
Ab etwa dem Alter von 6 Jahren entwickelt sich der Medienkon-

**Verurteilen Sie das Fernsehen nicht pauschal, sondern betrachten Sie die Möglichkeiten, die es bietet. Gemeinsames Fernsehen kann ein Freizeitvergnügen sein.**

sum bei Mädchen und Jungen unterschiedlich. Während Jungen dann besonders gern Actionfilme sehen, bevorzugen Mädchen Show- und Musikprogramme sowie Serien, in denen Familie und Tiere eine wichtige Rolle spielen.

Im Alter von ungefähr 12 Jahren interessieren sich Kinder mehr und mehr auch für Musiksendungen und Serien über Jugendliche und Liebe.

**Wie Kinder Fernsehen wahrnehmen, hängt in erster Linie von ihrer Lebenssituation ab. Natürlich spielt das Alter eine entscheidende Rolle, aber auch Geschlecht, Familie und deren Umgang mit Medien.**

## Das ist doch nur ein Film?

Wie Kinder fernsehen

Das Fernseherleben von Kindern ist ganzheitlich. Sie lachen, schreien, trampeln mit den Füßen, sprechen, erröten, erblassen, sie halten

Augen und Ohren zu, verstecken sich hinter dem Sessel oder gehen auf und ab.
Viele Fernsehbilder überfordern die visuellen und akustischen Verarbeitungskapazitäten von Kindern. Während ihre körpernahen Sinne (Tast-, Bewegungs- und Gleichgewichtssinn) keine Anregungen empfangen, werden sie mit Bildern und Geräuschen regelrecht überflutet.

Das schnelle Tempo heutiger Sendungen erschwert das Verständnis und die Speicherung von Informationen. Die Zuschauenden, v.a. Kinder, können sich nach kurzer Zeit nicht mehr an Inhalt und Aussage des Geschehens erinnern. Aber auch viele Dinge, die Kinder beim Fernsehen verstehen, vergessen sie wieder. Inhalte und Fakten verschwinden aus der Erinnerung; jedoch nicht die damit verbundenen Gefühlseindrücke.

Die Konzentrationsfähigkeit und die Fähigkeit zur Verarbeitung sind vom Alter abhängig. Kinder zwischen 2 und 3 Jahren sind noch nicht in der Lage, ein (bewegtes) Bild als Ganzes zu erfassen. Beim Zuschauen erkennen sie bekannte Bildeindrücke, z.B. Ball, Hund, können diese aber nicht zu einer Handlung verbinden. Sie halten die Darstellungen im Fernsehen für reale Abbildungen, sogar Zeichentrickfilme. Sie schauen hinter den Apparat, um zu erkunden, wo die Figuren „wohnen".

Kinder zwischen 3 und 5 Jahren können kurzen Filmhandlungen besser folgen als langen. Deshalb haben viele Vor- und Grundschulsendungen Magazin-Charakter: in mehreren, kurzen Episoden werden Geschichten erzählt, z.B. „Sesamstrasse". Längere Geschichten werden nur dann verstanden, wenn sie eine fortlaufende Handlung haben („Wenn-Dann-Geschichte"). Die Fähigkeit zur Abstraktion ist noch nicht entwickelt. Kinder können zwischen Realität und „Fernsehwirklichkeit" nicht immer unterscheiden.

5 bis 7jährige Kinder erkennen Zeichentrick als irreal, halten aber andere Sendeinhalte immer noch für real. Vorschulkinder erkennen nur einfache Gefühlsäußerungen, sie nehmen Beziehungen in einem „Gut-Böse-Schema" wahr.

Grundschulkinder ab etwa 7 Jahren unterscheiden zunehmend zwischen Fiktion und Wirklichkeit. Schauspieler und Schauspielerinnen werden als solche erkannt. Filmische Montagetechniken, wie z.B. Zeitsprünge, sind noch nicht völlig nachvollziehbar, aber die Kinder beginnen, dies zu begreifen. Zwischen 7 und 9 Jahren entwickelt sich das konkret-logische Denken. Einzelheiten eines bewegten Bildes können erfasst und ihre

Wichtigkeit für das Gesamtgeschehen beurteilt werden. Filmhandlungen können Kinder nun über längere Zeit verfolgen, auch wenn die Geschichte aus verschiedenen Perspektiven erzählt wird.

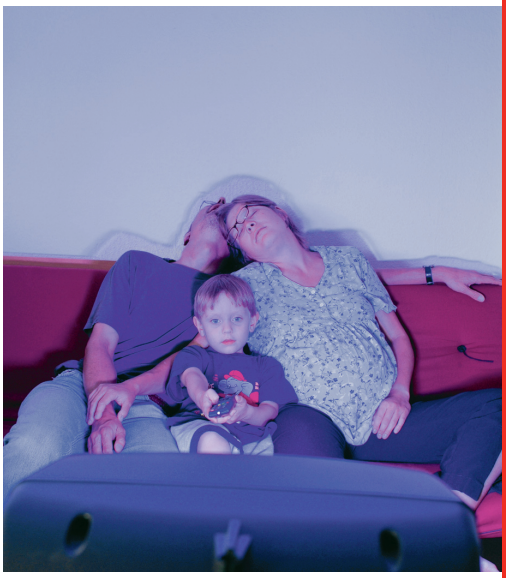
Bei Kindern im Alter von 9 bis 11 Jahren hat sich Abstraktionsvermögen entwickelt. Sie können filmische Stilmittel, wie z.B. Rückblenden, einordnen, komplexere Handlungsabläufe verstehen und Wirklichkeit und Fiktion zuverlässig voneinander unterscheiden. Es kann eine Distanzierung vom Gesehenen erfolgen. Allerdings nehmen sie erfundene Geschichten oft nicht weniger ernst als reale Ereignisse. Es ist nicht so, dass Sendungen Kindern nun nichts mehr „anhaben" könnten.

## 90 Minuten täglich

Wie lange Kinder fernsehen

Die Zeit, die Kinder zwischen 3 und 13 Jahren in Deutschland mit Fernsehen verbringen, ist seit einigen Jahren gleichbleibend und liegt bei durchschnittlich 90 Minuten täglich. Jeden Tag bzw. fast jeden Tag sehen etwa 75% aller 3- bis 13jährigen Kinder fern. Ca. 5% dieser Kinder haben den Fernseher täglich 5 Stunden und länger eingeschaltet. Kinder, die mehr als 3 Stunden täglich fernsehen, bezeichnet man als Vielseher. Es sind meistens Kinder zwischen 10 und 13 Jahren. Sie verbringen mehr Zeit vor dem Bildschirm als mit anderen Tätigkeiten (Schule, Spielen, Freundschaften). Studien haben ergeben, dass sich übermäßiger Fernsehkonsum negativ auf die Intelligenz, Sprachentwicklung

und Konzentrationsfähigkeit von Kindern auswirkt. In Sprach- und Lesetests erbrachten die Vielseher die schwächsten Leistungen. Warum das so ist, darüber gibt es unterschiedliche Meinungen. Eine besagt, dass das Fernsehen das Lesen verdrängt und dadurch die Sprachentwicklung negativ beeinflusst. Eine andere geht davon aus, dass die tägliche Flut von Bildern eine Überforderung der kindlichen Sinne darstellt. Eine weitere bemerkt, dass Kinder, die viel fernsehen, oft andere Interessen und Bedürfnisse vernachlässigen. Wenn Kinder häufig überdreht sind, unter Konzentrationsstörungen leiden oder sogar verängstigt sind, kann das vom übermäßigen Fernsehkonsum herrühren.



Erwachsene nutzen den Fernseher täglich durchschnittlich 150 Minuten und damit fast doppelt so lange wie Kinder.

## Immer wieder sonntags...

Wann Kinder fernsehen

Innerhalb der Woche gilt der frühe Vorabend als Hauptsendezeit, in der die Familie gemeinsam fernsieht. Deshalb strahlen die Sender zwischen 18 und 20 Uhr meist Familienserien aus, die sich Eltern und Kinder gemeinsam anschauen können. Da oft die ganze Familie den frühen Abend vor dem Fernseher verbringt, ist er auch für die Werbebranche interessant, die dann Werbung für Kinder und Eltern zeigt.

Nach 20 Uhr sehen kleine Kinder nur selten fern; diese Sendezeit nutzen Erwachsene.
Aber es gibt auch Zeiten, zu

denen der Fernseher bevorzugt von Kindern genutzt wird, nämlich der Samstag- und der Sonntagvormittag. Wie wir haben auch die Kinder am Wochenende mehr Zeit. Während die Eltern am Sonntagvormittag ausschlafen, sehen die Kinder fern.

**Unterschätzen Sie nicht Ihre eigenen Fähigkeiten. Sie kennen Ihr Kind und können beurteilen, was es verarbeiten kann und was nicht.**

## Superman am Abendbrotstisch

Wie Kinder ihre Fernseherlebnisse verarbeiten

Kinder eignen sich die Welt an, indem sie verschiedene Rollen und Verhaltensweisen ausprobieren. Das geschieht vor allem im Spiel. Im Laufe ihrer Entwicklung gibt es bei Kindern verschiedene Stadien, in denen sie Sozialverhalten einüben und ein Selbstbild entwickeln, wie sie sein wollen und sollen. Vor allem die Eltern und später auch andere Bezugspersonen erklären Kindern die Welt und geben Verhaltensweisen vor.

Aber Kinder werden in ihrer Entwicklung auch vom Fernsehen beeinflusst. Sie sind dabei vielfältigen Eindrücken ausgesetzt, die sie verarbeiten müssen.

Sie tun dies durch Gespräche, auch mit sich selbst. Je jünger Kinder sind, desto schwerer fällt es ihnen, sich sprachlich auszudrücken. Deshalb bevorzugen sie Spiele oder Zeichnungen, um Erlebnisse darzustellen und zu bearbeiten.

Nicht nur die starken Gefühlserlebnisse überfordern Kinder oft, sondern auch die einseitigen Sinneseindrücke. Kinder leben heute in einer Welt, in der es immer weniger Frei- und Spielräume für sie gibt. Hiervon sind vor allem Stadtkinder betroffen. Sie können sich oft nicht mehr so austoben wie es nötig wäre, um wichtige Bewegungs-

erfahrungen zu machen. Stattdessen überwiegen Seh- und Hörerfahrungen. Kinder brauchen ausreichend Möglichkeiten, sich zu bewegen. Gerade kleinen Kindern fällt es schwer, lange still zu sitzen und nur zuzuschauen. Wundern Sie sich also nicht, wenn Ihre Kinder als „Schlümpfe" oder „Bibi Blocksberg" herumtoben. Das ist ihre Form der Verarbeitung.

**Warum das Fernsehen genutzt wird, wie häufig und wie lange, hängt u. a. von den Anregungen ab, die die nichtmediale Umwelt Kindern bietet. Wir Erwachsene sind den Kindern Vorbild.**

# Alle anderen in der Klasse dürfen das sehen!

Tipps zum Umgang mit dem Fernsehen in der Familie

Eltern bekommen heute von vielen Seiten Empfehlungen, welche Sendungen für ihr Kind geeignet sind. Wichtig ist die gemeinsame Auswahl der Sendungen. Schon jüngere Kinder wollen mitreden, also entscheiden Sie nicht allein über das, was angesehen wird. Nehmen Sie Ihre Kinder auch beim Thema Fernsehen als Gesprächspartner ernst. Informieren Sie sich über kindgerechte Sendungen. Diese sollten verständlich, altersentsprechend, lehrreich, gewaltfrei, unterhaltsam und lustig sein. Sie sollten dem Entwicklungsstand des Kindes entsprechen. Das Kind soll der Geschichte folgen können und emotional nicht überfordert sein.

**Setzen Sie klare Grenzen und wählen Sie Kinderprogramme für 3- bis 13jährige entsprechend aus. Sprechen Sie mit Ihrem Kind über die Gründe, warum es eine bestimmte Sendung nicht sehen darf.**

In vielen Programmzeitschriften sind Empfehlungen abgedruckt und Kindersendungen gekennzeichnet. Eine spezielle Programmzeitschrift für Kinder heißt „Flimmo". Wo Sie sie bekommen können, erfahren Sie unter „ Internetadressen" am Ende dieser Broschüre.

Sie sollten die Inhalte kennen, um mitreden zu können. Respektieren Sie den eigenen Geschmack des Kindes, auch wenn Sie die Vorlieben nicht immer nachvollziehen können. Sprechen Sie über unterschiedliche Meinungen, aber werten Sie die Lieblingssendungen Ihres Kindes nicht ab. Denken Sie an Ihre eigene Kindheit zurück und versetzen Sie sich in die Lage des Kindes, um dessen Vorlieben besser verstehen zu können. Zeigen Sie Bereitschaft, von Kindern und Jugendlichen zu lernen: Wenn Sie sich für die Sendungen und Lieblingsfiguren Ihrer Kinder interessieren, werden Sie dabei viel über sie erfahren.

## Bitte Papi, nur noch einen Film!

Wie lange und wann Kinder fernsehen sollten

Die empfohlenen Sehzeiten richten sich nach dem Alter:
Kinder bis zu 3 Jahren sind mit dem Fernsehen meist überfordert. In diesem Alter ist es ratsam, sehr wenig, wenn überhaupt, fernzusehen. Für Kinder im Vorschulalter sind nicht mehr als 15 bis 30 Minuten tägliches Fernsehen empfehlenswert. Grundschulkinder können bis zu 60 Minuten und ältere Kinder ab 12 Jahren nicht über 90 Minuten den Fernseher nutzen. In diese Zeiten sind auch andere Medienaktivitäten der Kinder einzurechnen, z.B. Computerspiele.

**Lassen Sie vom Fernseher nicht Ihren Tagesablauf bestimmen. Wenn Sie etwas anderes vorhaben, nutzen Sie die Möglichkeit, Sendungen aufzuzeichnen und zu einem selbstbestimmten Zeitpunkt anzuschauen.**

Diese Zeitempfehlungen sind Richtlinien und müssen nicht in jedem Fall eingehalten werden. Wenn Ihr Kind eine Sendung sehen will, die länger ist, können Sie das ausnahmsweise erlauben. Schalten Sie nicht während einer Sendung den Fernseher ab, denn die Kinder wollen diese selbstverständlich zu Ende anschauen und sind sonst vielleicht enttäuscht und verärgert.

Kinder sollten nicht schon morgens fernsehen, weil sie durch die Fernseherlebnisse oft zu stark beeindruckt werden und dadurch morgens schon „den Kopf voll

haben". Sie sind dann im Kindergarten oder in der Schule unkonzentriert und innerlich noch mit dem Gesehenen befasst.
Auch abends kurz vor dem „Ins-Bett-Gehen" sollten Kinder nicht fernsehen, denn oft können sie danach nicht einschlafen oder sie träumen vom Fernsehgeschehen.

**Setzen Sie den Fernseher nicht als Belohnung oder Strafe ein. Seine Bedeutung wird dadurch überbewertet. Ihr Kind glaubt dann, Fernsehen sei besonders erstrebenswert.**
**Außerdem steht der Fernseher in keinem Zusammenhang mit der Handlungsweise des Kindes, für die es belohnt oder bestraft werden soll.**

Kinder brauchen nach dem Fernsehen genug Zeit, das Gesehene zu verarbeiten.
Lassen Sie ihnen mindestens eine halbe Stunde Zeit, über das Gesehene zu reden oder sich auszutoben. Auch wenn es beim Spielen laut wird und „hoch hergeht", sollten Sie das Spiel fördern.

Um die Sehzeiten Ihrer Kinder zu begrenzen, können Sie auch technische Hilfsmittel einsetzen. Es gibt Timer, mit denen sich das TV-Gerät abschließen lässt. Allerdings kann damit kein ausreichender Kinder- und Jugendschutz erreicht werden. Sie sind immer nur eine zusätzliche Maßnahme.

Generelle TV-Verbote helfen nicht. Sie schließen Ihre Kinder damit von Erlebniswelten aus, die für andere Kinder und die meisten Erwachsenen selbstverständlich zum Leben dazugehören. Die Bedeutung des Fernsehens wird durch solche Verbote überhöht und oft steigern sie sogar das Interesse der Kinder am Fernsehen.

## Sitz nicht so still!

Wie Kinder fernsehen sollten

Sie sind das Vorbild für Ihr Kind, auch beim Fernsehen. Nutzen Sie den Fernseher nicht aus Langeweile oder als Ersatz für ein persönliches Gegenüber, sonst wird Ihr Kind dieses Verhalten unkritisch übernehmen. Dazu gehört, dass der Fernseher nicht als „Babysitter" oder „Tröster" fungieren sollte.

Mit jüngeren Kindern, bis zum Grundschulalter, sollte man generell gemeinsam fernsehen, denn gerade sie brauchen Begleitung beim Fernsehen. Kinder ab etwa 6 Jahren kann man auch einmal alleine oder mit Freunden und Freundinnen fernsehen lassen. Machen Sie aber immer Angebote für gemeinsames Fernsehen und zeigen Sie Gesprächsbereitschaft. Kinder wollen sich über das Fernsehen austauschen. Sie brauchen Kontakt mit anderen Menschen, um Spannungen und Ängste abbauen zu können. Das gilt ebenso für ältere Kinder ab etwa 13 Jahren, die selbstverständlich auch alleine oder mit anderen Kindern fernsehen wollen. Jugendliche brauchen mit zunehmendem Alter Freiräume. Sie sollten aber als Ansprechperson zur Verfügung stehen.

**Fernsehen soll gemütlich sein, aber nicht das Zentrum Ihres Familienlebens. Fernsehgeräte gehören nicht in die Zimmer jüngerer Kinder.**

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die Raumsituation. Überprüfen Sie Ihre eigene einmal: Wo steht der Fernseher? Ist das Familienleben auf ihn ausgerichtet?

Bei älteren Kindern, etwa ab 13 Jahren, sollte in der Familie besprochen werden, ob ein eigener Apparat notwendig ist. Vielleicht genügt ein Zeitplan für den Fernseher, in dem festgelegt ist, wer wann und wie lange den Fernseher nutzen kann. Dabei müssen auch Sie Kompromisse eingehen.

Lassen Sie Ihre Kinder während des Fernsehens reden, herumlaufen und -toben. Es fällt ihnen schwer, über längere Zeit ruhig und konzentriert dem Geschehen zu folgen. Oder sie sind von dem Gesehenen so beeindruckt, dass sie sofort reagieren. Mit zunehmendem Alter steigt die

Konzentrationsfähigkeit, allerdings darf man diese nicht überschätzen. Haben Sie den Eindruck, dass Ihr Kind unter dem Fernsehkonsum leidet, wenn es z.B. schlecht schläft, Konzentrationsstörungen oder sogar Kopfschmerzen hat, lassen Sie das TV-Gerät eine Zeitlang ausgeschaltet. Diese Entscheidung sollte aber keinen strafenden Charakter haben. Besprechen Sie mit Ihrem Kind die Gründe.

**Fernsehen kann Spaß machen, aber machen Sie es nicht zur wichtigsten Freizeitbeschäftigung in Ihrer Familie. Verbringen Sie gemeinsam Zeit mit Ihrem Kind und regen Sie es an, sich mit anderen Freizeitaktivitäten zu beschäftigen.**

## Reden, malen, spielen...

Wie ich meinem Kind bei der Verarbeitung seiner Eindrücke helfe

Kinder sind durch die Inhalte und das konzentrierte Schauen angespannt und müssen diese Spannung wieder abbauen. Geben Sie Ihrem Kind die Möglichkeit, beim Fernsehen entstandene Gefühle abzureagieren. Zu den Verarbeitungsmöglichkeiten zählen Körperkontakt, Gespräche, Spiele, Toben, Zeichnen oder Basteln. Besprechen Sie gemeinsam Fernsehinhalte. Fragen Sie Ihr Kind, was es gesehen und was es dabei empfunden hat, welche Szenen ihm besonders nahe gingen und welche es erfreuten. Im Gespräch kann auch eine Handlung „weitergesponnen" werden. Wenn die Fernsehgeschichte keinen guten Ausgang hatte, können Sie mit Ihrem Kind einen dazu erfinden, denn Kinder lieben ein „Happy End".Vor allem negative Medieninhalte, wie Gewalt, sollten gemeinsam besprochen werden. Erklären Sie Ihrem Kind, warum Sie diese Inhalte ablehnen.

Jüngere Kinder, die sich sprachlich noch nicht so gut ausdrücken können, brauchen zusätzlich andere Verarbeitungsmöglichkeiten, z.B. das Zeichnen.

Auch das Spiel gehört immer dazu. Rollenspiele fördern die Verarbeitung des Gesehenen. Kinder erproben dabei spielerisch verschiedene Handlungsmuster. Außerdem fördert das Spiel die körperliche Aktivität von Kindern.

Wenn die Möglichkeit besteht, probieren Sie einmal mit Ihrem Kind zusammen, eigene Filmszenen zu drehen. Vielleicht haben Sie eine Videokamera oder können sich eine ausleihen. Sie können sich dabei verkleiden und schminken. Die Kinder lernen, wie sich Film und Wirklichkeit unterscheiden. Sie können sehen, wie anders aufgenommene Szenen dann beim Anschauen wirken.

Pflegen Sie auch Kontakte zu anderen Eltern und Institutionen, z.B. Kindertagesstätte oder Schule, um sich auszutauschen. Sie können sich hierbei gegenseitig über das Verhalten der Kinder informieren und eventuell gemeinsame Vorgehensweisen in Bezug auf das Fernsehen besprechen.

**Machen Sie Alternativangebote: Kinder brauchen Zeit für Spiel, Sport und Freundschaften.**
**Sie brauchen reale Erlebnisse und zwischenmenschliche Erfahrungen, um die Welt begreifen zu können.**

Mit diesen realen Erfahrungen können sie dann ihre Fernseherlebnisse vergleichen. Kinder, die ihre Fernseherlebnisse nicht an der Realität messen können, haben oft eine eingeschränkte oder sogar beeinträchtigte Sichtweise.

# Albträume

Wenn Fernsehen Angst macht

Ängste gehören zum Leben von Kindern dazu. Fast alle Kinder haben Angst: vor dem Alleinsein, vor dem Verlassen werden. Aber sie kennen auch andere reale

**Beobachten Sie Ihr Kind beim Fernsehen und achten Sie auf Signale. Sie selbst kennen Ihr Kind am besten und können einschätzen, wann und wovor es sich ängstigt.**

Ängste: vor Gewitter oder Dunkelheit, vor Fremden oder mysteriösen Dingen. Ängste entstehen also nicht nur durch das Fernsehen, sondern vor allem, wenn sich das Fernseherlebnis mit den vorhandenen, realen Ängsten und Unsicherheiten verbindet. Was bei Kindern beim Fernsehen Ängste auslösen kann sind: Monster, Ungeheuer, Gespenster, bedrohliche Tiere, Fabelwesen und Meldungen über Krieg, Katastrophen oder andere Gewalttaten. Aber auch laute, plötzliche Geräusche können ängstigen. Außerdem Streitszenen, Schmerzen und das Mitfühlen und -leiden mit Figuren. Wenn Angst entstanden ist, sollten Sie nicht einfach abschalten, außer, wenn Ihr Kind dies ausdrücklich verlangt. Nehmen Sie seine Ängste ernst, sonst wird es künftig versuchen, diese zu verstecken. Auch ältere Geschwister sollten sich dann nicht lustig machen.

Kinder erleben das Filmgeschehen intensiv mit. Wenn für sie die Ängste unerträglich werden, beginnen sie, sich die Ohren oder Augen zuzuhalten, herumzulaufen oder hinauszugehen. Helfen Sie Ihrem Kind, Ängste zu verarbeiten, indem Sie es z.B. in den Arm nehmen. Körperkontakt vermittelt den Kindern das Gefühl von Geborgenheit und Nähe. Durchleben Sie mit Ihrem Kind gemeinsam die spannenden Szenen.

**Konflikte und Streit gehören zum Alltag dazu. Sie sollten Ihren Kindern zeigen, dass diese nicht durch Gewalt gelöst werden können.**
**Aggressionen können durch Spielen und Toben abgebaut werden. Geben Sie Ihrem Kind Möglichkeiten dazu.**

Kinder können es aber auch genießen, sich Ängsten und Nervenkitzel auszusetzen. Sie bringen sich gerne in Situationen, in denen sie die Angst gerade noch aushalten und sie als kribbelndes

Gefühl erleben. Dabei überwinden sie, wenigstens für eine bestimmte Zeit, diese Ängste und erfahren ihre eigenen Grenzen. Auch beim Ansehen von spannenden Inhalten werden Ängste überwunden. Dazu ist aber unbedingt eine glückliche Auflösung der Handlung notwendig, damit die aufgebaute Spannung abgebaut wird. Sie oder andere erwachsene Bezugspersonen sollten dabei immer gesprächsbereit in der Nähe sein. Die starken Gefühle, die beim Fernsehen entstehen, können noch lange in den Köpfen der Kinder nachwirken, selbst wenn darüber gesprochen wurde. Wenn Ihr Kind wieder und wieder auf eine bestimmte Szene zurückkommt, hat es diese noch nicht verarbeitet und braucht Ihre Hilfe.

Die Bedeutung und die Wirkungen von Gewaltdarstellungen im Fernsehen auf die Entwicklung von Kindern lassen sich nicht verallgemeinern. Bereits bei der Definition von Gewalt gehen die Meinungen auseinander. Was für den einen gerade noch zumutbar scheint, ist für einen anderen unannehmbar. Es greift zu kurz, dem Fernsehen angstmachendes und aggressionsförderndes Potenzial zuzuschreiben.

Kinder sind nicht nur beim Fernsehen mit Gewalt konfrontiert. Jedes Kind entwickelt in der Auseinandersetzung mit der Familie und anderen Menschen eine eigene Gewaltvorstellung. Dieses im Alltag geprägte Gewaltverständnis wird beim Fernsehen zugrunde gelegt. Die Gewaltdarstellungen im Fernsehen werden demnach von jedem Kind sehr unterschiedlich wahrgenommen. Besonders nah geht ihnen dokumentarisch gezeigte Gewalt, wie z. B. in Nachrichtenbeiträgen.

Gewalttätiges Verhalten bei Kindern resultiert nicht aus dem Anschauen bestimmter Fernsehinhalte, sondern basiert auf den realen Gewalterfahrungen, die das Kind erlebt. Es ist also nicht davon auszugehen, dass jedes Kind, das gewalttätige Inhalte ansieht, deswegen auch selbst Gewalt ausübt. Das Fernsehen kann bestehende Tendenzen verstärken. Neigt Ihr Kind sowieso schon zu Aggressivität, kann das Sehen von Sendungen mit Gewaltdarstellungen zu einer höheren Gewaltneigung führen. Anzeichen für einen übermäßigen Konsum gewaltvoller Bilder sind z.B. Verschlossenheit, Verängstigung, Essens- oder Schlafstörungen. Viele bei Kindern beliebte Sendungen beinhalten Gewaltdarstellungen, die Erwachsene abschrecken. Manchmal werden sie aber von den Kindern nicht als beängstigend wahrgenommen. Diese Sendungen haben ein einfaches Strickmuster, das am Ende immer Entspannung verspricht. Meist kämpft „Gut" gegen „Böse" oder „Gross" gegen „Klein". Die Kinder stellen sich auf die Seite der Kleinen und sind erfreut, dass diese die Chance haben, gegen die Großen zu bestehen oder sogar zu gewinnen.

## Bitte! Kauf mir das...

Kinder und Werbefernsehen

Genauso wie das Fernsehen gehört auch Werbung zu unserem Leben dazu. Die meisten Kinder mögen Werbung, besonders dann, wenn ihnen das beworbene Produkt gefällt. Eingängige Sprüche und Lieder, die gleich mitgesungen werden können, machen die

Faszination der Werbespots aus. Kinder interessieren sich dabei in erster Linie für Produkte wie Spielzeug, Süßigkeiten und Markenkleidung. Da Kinder vielfach über eigenes Taschengeld verfügen und oft auch die Kaufentscheidungen in der Familie mit beeinflussen, sind sie für die Werbebranche eine wichtige Zielgruppe.

Es ist besser, nicht einfach Verzicht zu fordern, sondern gemeinsam mit dem Kind zu überlegen, ob und wozu es ein Produkt braucht. Sprechen Sie aber ein klares „Nein" aus, wenn Sie ein Produkt aus guten Gründen ablehnen. Erklären Sie Ihre Entscheidung. Wenn Kinder nicht lernen, ein „Nein" zu akzeptieren, entwickeln sie möglicherweise eine „Haben-Wollen-Mentalität". Auch andere Kinder beeinflussen die Konsumwünsche. Viele Kinder wollen etwas haben, weil andere es auch besitzen. Natürlich können und sollten Sie nicht alle Wünsche Ihres Kindes erfüllen. Aber gehen Sie ab und zu darauf ein, sonst fühlt Ihr Kind sich womöglich ausgeschlossen.

Werbung vermittelt meist stereotype Geschlechterdarstellungen. Werbespots, die sich an Mädchen richten, sind in sanften Farben gehalten und mit einschmeichelnder Musik unterlegt. Die darin angepriesenen Spielzeuge haben einen häuslichen oder sozialen Charakter. Die Werbung, die sich an Jungen richtet, ist demgegenüber kontrastreicher und schneller geschnitten, die Produkte haben oft einen Bezug zu Abenteuern oder der späteren Berufswelt. Durch diese plakativen, vereinfachten Darstellungen können Kinder auf bestimmte Verhaltensmuster festgelegt werden. Diese Festlegung schränkt aber die freie Entwicklung der Persönlichkeit des Kindes ein. Sie sollten sich die Werbung einmal unter diesem Aspekt ansehen. Achten Sie beim nächsten Kauf auch darauf, dass das Spielzeug den Interessen Ihres Kindes entspricht und nicht, ob es sich um „Mädchen-" oder „Jungenspielzeug" handelt.

**Wichtig ist, Ihr Kind zu einem kritischen Umgang mit der Werbung zu erziehen. Stärken Sie das Selbstbewusstsein und den Eigensinn Ihres Kindes. Lassen Sie Ihr Kind Werbung und Wirklichkeit miteinander vergleichen.**

Es stellt sich schnell heraus, dass Werbung maßlos übertreibt. Sie können Ihrem Kind dabei helfen, Fehler und Widersprüche herauszufinden. Ihr Kind wird nach und nach lernen, die Werbebotschaften kritisch einzuordnen.

## Literatur zum Weiterlesen

Die nachfolgenden Broschüren können unter der angegebenen Adresse kostenlos oder gegen Erstattung des Portos angefordert werden.

- Geflimmer im Zimmer
  Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend,
  11018 Berlin, www.bmfsfj.de
- Über Medien reden
  Bundeszentrale für politische Bildung (BpB), Koordinierungsstelle
  Medienpädagogik, Berliner Freiheit 20, 53111 Bonn, www.bpb.de
- Mit Kindern fernsehen. Fernsehratgeber.
  Fachstelle für Medienarbeit der Diözese Rottenburg-Stuttgart
  Tel. 0711/16463; Fax 0711/1646444

Bücher:

- Jan Uwe Rogge: Kinder können fernsehen. Vom Umgang mit der Flimmerkiste
  Rowohlt Tb 1999; ISBN 3499607530
- Jochen Korte: Wie Kinder weniger fernsehen. Ein praktischer Leitfaden für Eltern.
  Herder Verlag 2007; ISBN 3451057476
- Herbert Heinzelmann: Was ist was?, Bd. 112, Fernsehen.
  Tessloff Verlag 2005; ISBN 3788606754

## Internetadressen

- www.flimmo.de (Programmzeitschrift für Kinder)
- www.kindernetz.de (Programmhinweise und Informationen)
  http://medienmami.uni-ulm.de (Studenten und Studentinnen der Uni Ulm informieren und geben Hilfestellungen per E-Mail)
- www.blinde-kuh.de/medien/fernsehen.html (Fernsehtipps für Kinder)
- www.schau-hin.info (Kinder- und Jugendschutz)
- www.isi-tv.de (Fernsehen von Kindern)
- www.kika.de (Internetseite des gleichnamigen Fernsehsenders)

# Quellen


- Hüther/Schorb (Hrsg.): Grundbegriffe Medienpädagogik; kopaed-Verlag 2005; ISBN: 3-938028-07-6
- KIM-Studie 2006, Basisuntersuchung zum Medienumgang 6- bis 13-jähriger; Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest
- Reiner Engelmann (Hrsg.): Alles so schön bunt hier. Texte über den Umgang mit den Medien; Arena Tb 1996; ISBN 0518-4002
- Günter Anfang (Hrsg.): Von Jungen, Mädchen und Medien; kopaed-Verlag 2005; ISBN 3-938028-31-9
- Helga Theunert: Gewalt in den Medien – Gewalt in der Realität; kopaed-Verlag 1996; ISBN: 3-929061-18-X
- www.bpb.de (Bundeszentrale für politische Bildung)
- www.ifak-kindermedien.de

# Impressum

**S**elbst**H**ilfe**I**nitiative **A**lleinerziehender e.V.,
Landesverband Berlin / Herausgeber
Rudolf-Schwarz-Str. 29 / 31
10407 Berlin
Tel/Fax: 030 / 425 11 86
kontakt@shia-berlin.de www.shia-berlin.de

| | |
|---|---|
| Redaktion: | Dr. Martina Krause |
| Text: | Sabine Schuder |
| Fotos: | Markus Brehm |
| Layout: | blau-visavis, Annette Filitz |
| Druck: | LASERLINE, Berlin |
| Auflage: | 1000 |

Wir danken all jenen Kindern und Eltern, die mit Spaß, Ausdauer und Fantasie zum Gelingen der Fotos beitrugen.

SHIA e.V.
SelbstHilfeInitiative
Alleinerziehender

Lobby, Beratung und
Unterstützung
für Einelternfamilien