

## Smartphone, Internet, Mediennutzung – Tipps und Wissenswertes für Eltern

*Dies ist die Zusammenfassung eines Vortrags, der für die Eltern der Klassenstufe 7 im Rahmen eines Elternabends gehalten wurde. Ich habe versucht, die wichtigsten Inhalte und Gedanken knapp zusammenzufassen. Bei Fragen, Anregungen oder Kritik dürfen Sie gerne auf mich zukommen.*

*(Matthias Johler, im April 2015)*

### Welche Medien spielen heute eine Rolle?

Die Medien, mit denen unsere Kinder heutzutage umgehen, sind v.a. das Radio, Fernsehen und in stark zunehmendem Maße das Internet. Vor allem die Nutzung von Smartphones hat in letzter Zeit enorm zugenommen.

### Radio hören

Radio hören stellt im Grunde kein Problem dar, da im Radio nichts gesendet wird, das gefährlich oder schädlich für die Kinder wäre (von schlechter Musik mal abgesehen... :-).

Ein Aber gibt es dennoch: Lernen und Musik verträgt sich nicht!

Die Theorie dazu: Es gibt nur *einen* Weg ins Gehirn (den wir durch Konzentration fokussieren können). Ist dieser Weg schon von Musik „verstopft“, kann kein Lernstoff ins Gehirn gelangen. Deshalb gilt: Keine Musik beim Lernen oder Hausaufgaben machen!

### Kinder am Bildschirm

***Ein alarmierender Befund: Ein Kind in Deutschland verbringt täglich 4 Stunden (!) vor irgendeinem Bildschirm (im Durchschnitt!!)***

*Siehe hierzu auch einen Artikel aus der Schwäbischen Zeitung vom 27. März 2015<sup>1</sup>*

Wir beobachten hier in letzter Zeit eine Verschiebung der Probleme. War früher noch der Fernseher das Lieblingsmedium der Schüler (vgl. Aktionen wie „Kein Fernseher im Kinderzimmer!“), so hat sich die Mediennutzung der Kinder deutlich zum Smartphone hin verschoben.

---

<sup>1</sup> **Internetnutzung: Täglich mehr als dreieinhalb Stunden (Schwäbische Zeitung - 27. März 2015)**

Berlin/Hamburg - Drei Stunden und 40 Minuten beträgt die durchschnittliche tägliche Surfzeit von Internetnutzern in Deutschland. Das geht aus einer Ipsos-Umfrage hervor. In der Altersgruppe der 16- bis 29-Jährigen sind es im Schnitt sogar viereinhalb Stunden. Selbst die 50- bis 70-Jährigen liegen mit einer Surfzeit von drei Stunden und 10 Minuten nur knapp unter dem Durchschnitt.

Am Internet hängen daheim aber längst nicht mehr nur Desktop-Rechner oder Notebooks, sondern immer häufiger mobile Geräte. Ganz vorne bei der Vernetzung dabei ist der Studie zufolge das Smartphone, das zwei Drittel (67 Prozent) per WLAN ans Internet angebunden haben. Befragt wurden im Auftrag von Kabel Deutschland 1000 Internetnutzer zwischen 16 und 70 Jahren.

## Macht Fernsehen dumm?

Man kann sich das Gehirn wie einen Muskel vorstellen: Wird er trainiert und beansprucht, wird er stärker und leistungsfähiger. Hat er keine Herausforderungen mehr, baut er ab. So ist es im übertragenen Sinn auch mit dem Gehirn. Ein Gehirn will ständig herausgefordert und beansprucht werden, ansonsten baut es ab, man wird „dümmer“.

Aus diesem Grund kann man Lernen auch mit dem Schwimmen gegen den Strom vergleichen: Wer aufhört zu lernen, driftet langsam ab, verlernt langsam alles wieder, was er sich angeeignet hat.

Salopp zusammengefasst kann man sagen: Wenn ich fernsehe, werde ich blöder, wenn nicht, schlauer!

## Aber beim Fernsehen kann man doch auch was lernen?!

Kann man durch Fernsehen etwas lernen? Einiges spricht dagegen:

- Zunächst müsste die richtige Auswahl getroffen werden. Das ist extrem schwierig angesichts eines gigantischen Angebots an „Mist“: RTL II nachmittags, scripted reality... (Achtung: Viele Sender, die sich als „Kindersender“ bezeichnen, senden absolut nichts Kindgerechtes!)
- „Aber was ist mit Sendungen wie „Galileo“?“ Galileo ist letztlich Infotainment! Vorrangiges Ziel solcher Sendungen ist die Unterhaltung, nicht die Wissensvermittlung.. Wichtige, nützliche Informationen kommen eher selten, stattdessen sucht ein dicklicher Moderator den „leckersten“ Burger...
- „Aber was ist mit Sendungen wie „Wissen macht Ah“?“ Solche Sendungen sind grundsätzlich natürlich in Ordnung. Jedoch sollte man nicht davon ausgehen, dass beim Schauen solcher Sendungen ein aktives, belastbares und transferierbares Wissen entsteht.

Beim Schauen einer Fernsehsendung wird kaum Wissen oder Information längerfristig gespeichert. Das liegt v.a. daran, dass das Gehirn beim Glotzen nicht gefordert wird, es bekommt sozusagen alles in kleinen, mundgerechten Häppchen vorgekaut. Der „Muskel Gehirn“ trainiert also nichts. Das Gehirn ist in einem Zustand, der dem beim Schlafen sehr ähnlich ist (Allerdings ohne die Erholungswirkung von Schlaf...).

Man kann das selber testen: Fragen Sie jemanden 5 Minuten nach dem Schauen einer Nachrichtensendung, über welche Themen denn heute berichtet wurde. Er/Sie wird sich höchstens an zwei, drei Eckpunkte erinnern. Fragen Sie sich selbst: Was haben Sie vor eine Woche, einem Monat in den Nachrichten gesehen? Beim Fernsehen entsteht kein nachhaltiges Wissen, wenn überhaupt, dann ein diffuses (mitunter gefährliches) Halbwissen: Man hat eine vage Vorstellung von Wissen, weiß aber in Wirklichkeit kaum etwas genau!

Ein Aber gibt es auch hier: Wenn man beim Fernsehen etwas lernen will, dann kann man das, muss aber *aktiv* werden: Papier und Bleistift bereithalten, Stichworte aufschreiben, nacharbeiten, Wissen einsortieren, Wiederholung (vgl. Spitzer: Gedankenpfade werden durch Wiederholung zu Autobahnen!).

# „Macht dick, dumm, krank und traurig“

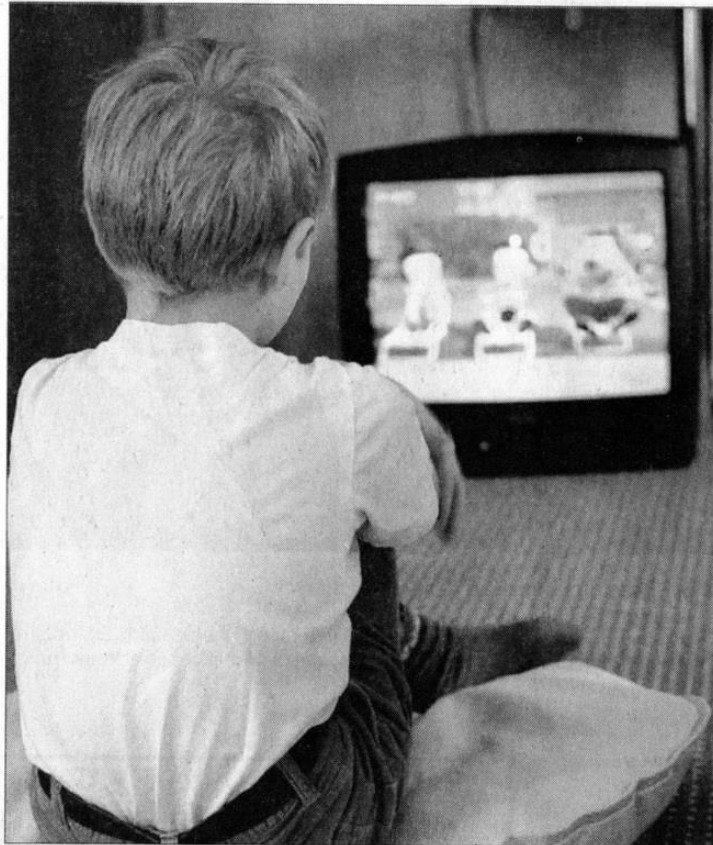
*Dass zu langes Sitzen vor dem Fernsehgerät oder dem Computer für die Entwicklung von Kindern nicht dienlich ist, wird immer wieder behauptet. Neue Studien belegen die Befürchtungen jetzt eindeutig.*

Von dpa-Mitarbeiterin  
Andrea Barthélémy

Kleine Kinder, die abends um 22 Uhr noch vor dem Fernsehschirm hocken, sollten die Ausnahme sein – so meint man. Doch in Deutschland werden viele sogar eine Stunde später noch davon berieselt. Jugendliche schauen im Schnitt täglich 3,5 Stunden fern, die meisten Erwachsenen ebenso. „Mittlerweile verbringen wir zehn Mal mehr Zeit vor dem Bildschirm als mit körperlicher Bewegung an frischer Luft. Und das hat einen gravierenden Einfluss auf die körperliche und geistige Entwicklung“, sagt Professor Manfred Spitzer, Leiter der Psychiatrischen Klinik an der Universität Ulm.

## 23 000 Kinder befragt

„Ein Übermaß an Medienkonsum macht dick, dumm, krank und traurig“, sagt Christian Pfeiffer, Chef des Kriminologischen Forschungsinstituts Niedersachsen. Er hat 23 000 Kinder und Jugendliche zwischen zehn und 15 Jahren befragt und präsentierte jüngst eindeutige Ergebnisse: Je mehr Zeit sie vor dem Fernseher oder der Playstation verbrachten, desto



Das Fernsehgerät sollte den Babysitter nicht ersetzen.

Foto: dpa

schlechter sind die Noten. Spitzer wiederum beruft sich außerdem auf neue Studien aus den USA. In der weltweit

ersten Geburtsjahrgangsstudie zu den Auswirkungen des Fernsehens von Kindern und Jugendlichen auf deren

Bildungsniveau als Erwachsene wurden etwa 1000 Kinder bei der Geburt erfasst und dann in Abständen von zwei bis drei Jahren in ihren Familien untersucht. Das Ergebnis, unter Berücksichtigung von niedrigerem IQ und einfacherem sozialem Status: Je mehr die Probanden als Kinder ferngesehen hatten, umso niedriger war ihr Bildungslevel mit 26.

Besonders deutlich war die Wirkung bei Kindern mit mittlerem Intelligenzniveau. „Der gering Begabte hat eher keinen Abschluss, der Hochbegabte landet an der Universität – mit oder ohne viel Fernsehkonsum. Was aber mit der breiten Masse in der Mitte geschieht, hängt sehr wesentlich davon ab, wie viel ferngesehen wird“, sagt Spitzer. Eine zweite US-Studie zeigt den negativen Einfluss auf Schulleistungen, wenn ein TV-Gerät im Kinderzimmer war.

## Alle Sinne erfahrbar machen

Die Ursachen dafür werden nach Ansicht des Experten schon sehr früh und neurophysiologisch gelegt: „Im Gehirn prägt sich besonders gut ein, was über mehrere Sinne hineingelangt.“ Das heißt: Übers Hören und Sehen, aber auch Riechen, Schmecken und Fühlen. „Je mehr solcher Erfahrungen ein kleines Kind macht, desto mehr und deutlichere Spuren bilden sich im Gehirn. Die Welt des Fernsehens ist aber arm verglichen mit der wirklichen Welt.“ Wichtige Nervenbahnungen, so die Folgerung, fehlen dem kleinen TV-Gucker für die Zukunft.

## Internet

Das Internet ist eine tolle Sache, aber es gibt auch sehr viel wirklich gefährliche Inhalte: Pornografie, Darstellung von (reeller!) Gewalt, Spiele, Chats...

### Da hilft nur eines: Die Kontrolle durch Eltern

Es reicht schon ein „Sich-kontrolliert-fühlen“, dazu sollten Sie mit Ihrem Kind vereinbaren:

- Kein Löschen der History/Verlauf/Chronik im Browser! So können Sie (theoretisch) noch nach Tagen auf die Seiten surfen, die zuvor ihre Kinder besucht haben.
- Kein „Better Privacy“ in Firefox.
- Kein PC zur eigenen, freien (v.a. unbeaufsichtigten) Verfügung!
- Monitor einsichtig aufstellen, so dass Sie immer wieder auch mal einen Blick auf den Monitor werfen können.
- Verbieten Sie das „Zocken“ anstatt (draußen und mit Freunden) Spielen!
- Und wenn doch: Interessieren Sie sich für die Spiele Ihrer Kinder! Lassen Sie sich erklären, was sie spielen und worum es in diesen Spielen jeweils geht!
- Und bei Spielen: Beachten Sie die FSK-Freigabe!

## Smartphone

Was leider viele Eltern übersehen: Kinder sind mit dem, was ein Smartphone alles kann, völlig überfordert!

- Kinder haben in der Regeln kein Gespür für Urheberrechte (Bsp.: mp3s, Videos weitergeben) oder Persönlichkeitsrechte (Bsp.: Umgang mit den Apps für Bilder und Video: Was, wann, wie, wo darf ich filmen? Was darf ich mit den Filmen machen? Was auf keinen Fall?)
- Kinder geben ohne Kontrolle sämtliche Dinge von sich selber preis (!): Sie posten Bilder, Infos, Adressen. Das kann unter Umständen in die falschen Hände geraten und gefährlich werden. Oft stellen sich Kinder auf ihren Profilbildern auch gerne besonders „sexy“ dar...

## Mobbing per Whatsapp

Fast in allen Klassen kommt es früher oder später zum Mobbing über Whatsapp. Das hat mehrere Gründe, wie z.B.:

- Es geht so einfach und schnell! Ein Klick, und der fiese Kommentar oder ein unvorteilhaftes Foto ist verschickt!
- Das Internet vergisst nichts: Was erst einmal verschickt wurde, kann so gut wie nie wieder zurückgeholt werden. Man leitet es weiter, irgendwo bleibt fast alles gespeichert und taucht wieder auf.
- Die Beleidigungen liegen „schwarz auf weiß“ vor, d.h. sie können immer wieder gelesen oder neu hervorgeholt werden. Eine mündliche Beleidigung könnte man hingegen mit der Zeit vergessen.
- Man muss nicht mehr persönlich seine Beleidigung aussprechen, das senkt die Hemmschwelle. Man ist schnell dabei, etwas Gemeines zu schreiben – oder auch, wenn jemand den Anfang gemacht hat, weiteres zu ergänzen. So entwickeln Mobbingattacken oft eine üble Eigendynamik.

## Was können Eltern tun?

Eigentlich müsste die Überschrift heißen: Was **müssen** Eltern tun, denn:

**Eltern, die ihrem Kind ein Smartphone geben, sind auch dafür verantwortlich, was es damit macht!!!**

Es geht darum:

- Was wird mit dem Smartphone gemacht?
- Wie oft wird es genutzt?
- Wie lange wird es täglich genutzt?

Die Wissenschaft weiß inzwischen, dass Smartphones die Denkstruktur (zum Negativen) verändern (vgl. „Digitale Demenz“; Spitzer).

Noch einmal: Es ist die Pflicht der Eltern die Nutzung des Smartphones ihrer Kinder zu kontrollieren. Die Schule kann hier nur aufklären, die Sozialarbeit mitunter die Folgen abmildern. Da in der Schule die Handynutzung untersagt ist, geschieht das Mobbing in der Freizeit. Hier können nur die Eltern eingreifen!

## Regeln können helfen

Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind Regeln für die Handynutzung, am besten *bevor* es ein Smartphone bekommt.

Folgende Dinge sollten geregelt werden:

- erst die Pflichten, dann das Handy
- Kontrolle durch Mama/Papa jederzeit möglich, Chats dürfen gelesen werden, Chats werden auch nicht gelöscht
- Ab 19.00 Uhr abends liegt das Handy an einem vereinbarten Platz (nicht im eigenen Zimmer).
- Eltern fragen, bevor Apps geladen werden
- Wohin darf das Handy mitgenommen werden?
- Geschwister (v.a. jüngere): Kein Zugriff!
- tägliche Nutzungsdauer: Wie lang? In welchem Zeitraum?
- jederzeit auch Abnahme, wenn Regeln verletzt werden; auch, wenn es Ärger in der Schule geben sollte (Mobbing, aber auch schlechte Zensuren, Strafarbeiten, Mesch...)

Schließlich ist es auch möglich im Router Einstellungen vorzunehmen: Dauer und Zeitraum der Nutzung kann man für jedes Gerät einzeln einstellen.