

Digitale Medien im Kinderzimmer

Babys und Kleinkinder erwerben die wichtigste Fähigkeit in dieser Zeit – nämlich die Empathiefähigkeit. Das bedeutet die Kinder lernen Empfindungen, Emotionen (lachen, weinen...), Gedanken, Motive und Persönlichkeitsmerkmale einer anderen Person zu erkennen, zu verstehen und nachzuempfinden. Dies passiert indem sie das Verhalten ihrer Eltern (Bezugsperson) spiegeln. Dabei kommt es im Gehirn zur Ausschüttung von Glückshormonen – den sogenannten Endorphinen. Diese Glückshormone wirken sich positiv auf uns und unser Gehirn aus. Diese Empathiefähigkeit kann ausschließlich nur mit realen Personen erlernt werden – über Bildschirm, TV und Computer kann dies nicht erlernt werden.

Digitale Medien funktionieren so gut, weil das Belohnungszentrum im Gehirn ständig getriggert und belohnt wird. Die Computerspiele sind so aufgebaut, dass kleine Aufgaben schnell gelöst werden können und diese Aufgaben immer komplizierter werden und die Kinder „gezwungen“ werden, weiterzumachen, um eine weitere Aufgabe lösen zu können und belohnt zu werden – sie steigen dann ins nächste Level auf. Das Kind wird immer wieder belohnt und setzt dabei Endorphine aus. Jedoch erlöschen diese Glücksmomente sehr schnell. Also müssen die Kinder weiterspielen. Dies kann dann auch zur Sucht führen, wenn Eltern nicht rechtzeitig und früh genug auf diese Art von Spiel einwirken.

In den ersten Lebensjahren sollten Kinder gar keine digitalen Spiele oder TV benutzen. Kreative Spiele – vor allem draußen in der Natur im realen Leben – sind viel wichtiger. Diese fördern die Kreativität der Kinder aber auch Sprache, Motorik, Entwicklung und Kommunikationsfähigkeit. Ganz wichtig: auch Langeweile darf sein, oft entsteht dabei sehr viel Kreativität. Diese Kreativität nimmt ab, durch vermehrten TV Konsum und digitale Spiele.



TV und digitale Spiele sollten frühestens ab einem Alter von 5 Jahren stattfinden und dann nur in ganz kurzen Sequenzen. Achten Sie unbedingt auf die Altersbegrenzung bei allen digitalen Medien.

Ganz wichtig: ohne Lebenskompetenz keine Medienkompetenz! Dies kann sich nur entwickeln, wenn der Medienkonsum der Kinder begleitet und gemeinsam reflektiert wird.

Vorlesen und Anschauen von Bilderbüchern ist sehr wichtig für Babys und Kleinkinder. Vor allem das Vorlesen von Mama oder Papa abends als Ritual, regt die Sprache des Kindes an und dient dazu das Kind zu beruhigen, damit es gut in den Schlaf finden kann.

Kinder lernen am Modell ihrer Eltern. Das Risiko ist groß, wenn Eltern viel vor TV und PC sitzen, dass sie dies auch übernehmen. Bieten sie ihrem Kind gemeinsame Unternehmungen an: gemeinsames Spiel abends, Spaziergänge in der Natur oder sportliche Aktivitäten dem Alter entsprechend.

Zusammenfassend kann gesagt werden: Für Kinder unter 3 Jahren ist es wichtiger, erstmal die reale Welt mit allen Sinnen zu entdecken und eine Empathiefähigkeit entwickelt zu haben, bevor sie elektronische Medien entdecken.

Hilfreiche Tipps für Eltern finden Sie unter:

www.bupp.at

www.pegi.info

www.handywissen.at

Literatur:

Renate Zimmer - Erziehungswissenschaftlerin mit Schwerpunkt frühe Kindheit:

„Bewegung und Erleben“ 0 - 3 Jahren, Freiburg: Verlag Herder (2021)

Emmi Pikler - Ungarische Kinderärztin, die im 20. Jh. neue Wege in der Kleinkindpädagogik ging, mit viel Liebe und Achtsamkeit.

Für Kinder:

www.blinde-kuh.de

www.klick-tipps.net