

Fantasie an Nintendo verkauft

Von **Sophia Bernhardt** (Frankfurter Neue Presse" vom 28.09.2011)

Warum Medienkonsum im Kindesalter so schädlich ist und was Eltern beachten müssen

Rund 30 Prozent der Jugendlichen gelten heute als nicht mehr ausbildungsfähig. Schuld daran ist der stundenlange Medienkonsum von Kindern an. Warum das schädlich ist, erläutert der Medienpädagoge und Film-/Buchautor Wilfried Brüning (Bild re.).



Vor dem PC ist Robert ein Held, da besiegt er gefährliche Feinde und rettet die Welt vor dem Bösen. Doch im wirklichen Leben nützt das dem 12-jährigen überhaupt nichts. Längst schon haben sich seine Noten in der Schule dramatisch verschlechtert. Und das hat mit dem langen Medienkonsum zu tun, der oft auch noch zur falschen Zeit erfolgt, sagt Wilfried Brüning beim Vortrag in der Ketteler-Francke-Schule.

Denn Fernsehen nach der Schule, auch nur zehn Minuten zur Entspannung, lösche das gerade in der Schule erworbene Wissen wieder aus. Das Wissen kann nicht ins Langzeitgedächtnis, und "die Kompetenzen aus der virtuellen Welt, die die Kinder an der Playstation lernen, sind nicht in die reale Welt übertragbar", betont Brüning in seinem Vortrag über die Gefahren des Medienkonsums. Mit Medienkonsum meint er die Nutzung von TV, DVD, Nintendo und das Chatten. Dabei betont er, dass es ihm nicht um eine Ver-teufelung der modernen Medien gehe. Aber um den Konsum. "Die Medienzeit muss eingeschränkt werden", fordert er. Und zwar zum Wohl der Kinder, auch wenn das einen täglichen Kampf bedeute, wie er als Vater von zwei Jugendlichen wisse.

Medienzeit begrenzen

Einen begrenzten Medienkonsum täglich durchzusetzen, falle Eltern jedoch extrem schwer. Der Hauptgrund: Wenn die Kinder vor dem PC sitzen, haben die Eltern ihre Ruhe. Ohne Begrenzung gehe es aber nicht, denn die Faszination ist groß. PC-Spiele entzündeten bei Jugendlichen ein Glücksfeuerwerk ("Flow"). "Sobald die Kinder vor dem PC sitzen, steigt der Dopaminspiegel um 50 Prozent an, bei Gewaltspielen sogar um 100."

Die Folgen eines übermäßigen Konsums seien verheerend. "Er verhindert die nachhaltige Reifung der kindlichen Psyche. Das Gehirn bleibt einfacher strukturiert. Lernen zu lernen wird unattraktiv", fasst es Brüning zusammen. Die Krux: Man merke das zunächst nicht. Die Auswirkungen träten nämlich verzögert ein.

Die Gefahr des Medienkonsums für Kinder und Jugendliche sei in der Gesellschaft nicht angekommen, kritisiert Brüning. Während es Konsens sei, dass Alkohol für Kinder und Jugendliche schädlich sei, gebe es kein Gesetz für eine Medienzeit-Begrenzung. Dabei "ist der Medienkonsum mindestens genauso schädlich". Vor dem Fernsehen oder der Spielkonsole komme der Ton immer von einer Stelle, sitze man die gesamte Zeit und betätige allenfalls ein paar Knöpfe, lediglich Hör- und Sehnerv seien aktiv. "Die Kinder schalten vor dem TV auf Low Level." Anders beim Fußballspielen. Dort ist der ganze Körper in Bewegung, muss taktisch gedacht, schnell reagiert und im Team gespielt werden. Dabei lerne man etwa Frustrationstoleranz, Durchhaltevermögen, Teamfähigkeit, Herausforderungen anzunehmen und Selbstvertrauen. "Der (übermäßige) Medienkonsum liefert schwach machende Erfahrungen, die Wirklichkeit liefert stark machende Erfahrungen." Wenn ein Kind beispielsweise im Sport Erfolg habe, dann könne es diesen zum Beispiel auf Mathe übertragen. Denn vom Sport, wisse es, dass es sich lohne, sich anzustrengen. Solche Kompetenzen – im Fachjargon Metakompetenzen – seien "die Statik für das Selbstvertrauen". Und sie seien auch in Zukunft im Beruf immer entscheidender, so Brüning.

Drei Stunden? Zu viel!

Den Eltern empfahl er: "Bevor Sie Ihrem Kind morgen Medienkonsum erlauben, fragen Sie sich, wie viel Zeit an Nicht-Entwicklung will ich meinem Kind zumuten? Zwei bis drei Stunden am Tag sind entschieden zu viel. Sie fehlen, um eigene Talente auszubilden", betonte der Experte und fügte hinzu: "Ein Gramm Erfahrung ist besser als eine Tonne Theorie".