

# KINDGERECHTER UMGANG MIT DEM TV

Tipps & Anregungen für Eltern





## RICHTIG FERNSEHEN

# Kinder anleiten

Kinder müssen den richtigen Umgang mit Medien erst lernen, deshalb helfen generelle Fernsehverbote wenig. Ein klares „Nein“ ist wichtig, wenn bestimmte Fernsehbeiträge für Kinder ungeeignet sind. Erklären Sie Ihrem Kind unbedingt, warum Sie es ihm verbieten.

Bieten Sie Ihrem Kind Alternativen zum Fernsehen, es soll nicht die einzige Freizeitbeschäftigung sein. Helfen Sie Ihrem Kind, Werbung und Programme klar voneinander zu trennen. Denken Sie sich zum Beispiel gemeinsam mit Ihrem Kind einen Werbespot aus.

### UNSER TIPP:

Im öffentlich-rechtlichen  
Kinderprogramm gibt es  
**keine Werbung!**

Suchen Sie gemeinsam  
mit Ihrem Kind dessen  
Lieblingssendungen aus  
und tragen Sie diese in  
einen Stundenplan ein!



## Liebe Leserin, lieber Leser,

Das Fernsehen ist für Kinder eine Möglichkeit, in immer neue Welten einzutauchen. Es erzählt unendlich viele Geschichten, lustige, spannende, lehrreiche und manchmal auch traurige. Es unterhält, vertreibt Langeweile und schafft gemeinsame Familiereignisse. Aber nicht alles ist auch für Kinder geeignet. Den sinnvollen Umgang mit dem Fernsehen müssen Kinder erst lernen, und zwar von Ihnen.

SCHAU HIN! möchte Ihnen helfen, ihre Kinder „fit“ für den Umgang mit dem Fernseher zu machen.





DAUER

## Wie lange ist zu lange?

Dafür gibt es keine Faustregeln, aber pädagogische Empfehlungen:

- Kinder unter drei Jahren brauchen kein Fernsehen.
- 4- bis 5-Jährige können bis zu 30 Minuten am Tag fernsehen, am besten mit einem Erwachsenen.
- 6- bis 9-Jährigen reichen fünf Stunden pro Woche.
- 10- bis 13-Jährige übernehmen immer mehr eigene Verantwortung. Achten Sie darauf, was und wie lange Ihre Kinder fernsehen.



### Tipp:

Setzen Sie das Fernsehen nicht als Mittel für Belohnung oder Strafe ein! Damit geben Sie ihm eine viel zu große Bedeutung.



**TIPP:**  
Planen Sie das Programm gemeinsam mit Ihrem Kind!

SENDUNGEN &amp; INHALTE

## Wie erkenne ich kindgerechte Formate?

Was Kinder sehen, muss den Eltern nicht immer gefallen, aber es sollte immer kindgerecht sein.

Spannende und entspannende Momente sollten sich abwechseln. Für Kinder ist ein Happy End wichtig. Ist dies einmal nicht der Fall, spinnen Sie die Geschichte weiter und führen Sie diese zu einem glücklichen Ende.

Weitere Tipps, wie Sie herausfinden, ob eine Sendung kindgerecht ist, finden Sie unter [www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info).



### TIPP:

Unterschätzen Sie nicht die Wirkung von Gewalt in den Nachrichten.

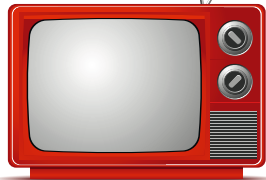
## MONSTER & CO.

### Was macht **Kindern Angst?**

Meist rufen bei Kindern realistisch dargestellte Gewalt, unheimliche Figuren oder ein gruseliger Ton Angst hervor. Dass sich Ihr Kind fürchtet, erkennen Sie daran, dass es Ihre Nähe sucht, sich die Augen zuhält oder Kissen und Kuscheltiere enger an sich heranzieht.

Wenn Sie merken, dass Ihr Kind sich fürchtet, schalten Sie den Fernseher ab und sprechen Sie mit ihm. Geben Sie ihm ein Gefühl der Geborgenheit. Durchleben Sie spannende Situationen gemeinsam und erklären Sie brenzlige Szenen.

Die größten Angstmacher finden sich im Erwachsenenprogramm. Achten Sie auf altersgerechte Sendungen und Sendezeiten.



## FERNSEHEN

### 5 Tipps am **Schluss**

1.

Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind klare Regeln, wann, wie lange und was es im Fernsehen gucken darf. Achten Sie darauf, dass Sie die Regeln einhalten!

2.

Erstellen Sie einen TV-Stundenplan. Suchen Sie dazu gemeinsam mit Ihrem Kind dessen Lieblingssendungen aus und tragen Sie diese in den Plan ein!

3.

Sie sind das Vorbild Ihrer Kinder. Achten Sie darauf, welches Fernsehverhalten Sie Ihren Kindern vorleben!

4.

Kinder orientieren sich mit zunehmendem Alter verstärkt an Freunden. Tauschen Sie sich deshalb mit anderen Eltern aus!

5.

Schauen Sie so oft es geht zusammen mit Ihrem Kind fern. Schaffen Sie so gemeinsame Familieneignisse!



Tipps und Anregungen, wie Sie Ihre Kinder „fit“ für den Umgang mit elektronischen Medien wie Fernsehen, Games, Internet oder Handy machen, finden Sie auf

[www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info).

Unsere SCHAU HIN! Hotline ist werktags von 9-18 Uhr für Sie da:

**030/4000 599 59**

Hier erhalten Sie auch SCHAU HIN! Infolyer zu weiteren Themen, Informationen zu Publikationen und Informationsangeboten der Initiativen-Partner sowie Hinweise auf weiterführende Beratungsangebote.



TV



Internet



Games



Handy

## Impressum

Herausgeber: Projektbüro  
„SCHAU HIN! Was Deine  
Kinder machen.“  
c/o komm.passion GmbH  
Luisenstraße 41  
10117 Berlin

Redaktion:  
komm.passion GmbH

Gestaltung und  
Produktion:  
shr communication GmbH