

DIGITALE MEDIEN IN DER FREIZEIT – SEGEN ODER FLUCH?

Wer kennt es nicht, dieses vertraute «Pling», mit dem ein «Hausgenosse» um Aufmerksamkeit bettelt und sie oft umgehend erhält? Und zwar ein «Hausgenosse», den viele Eltern gern so lange wie möglich aus dem Lebensalltag ihrer Kinder verbannen würden, in das er sich erst eingeschlichen und in dem er sich dann recht «breitgemacht» hat.

Die Rede ist vom Handy.

Und lässt sich in den unteren Primarschulklassen die «Abstinenz» noch einigermaßen durchhalten, so wird es spätestens dann schwierig, wenn die Gspänli sich vernetzt haben.

Ganz «ohne» scheint es also nicht mehr zu gehen – aber wie geht es «mit»?

Schnell wird klar, dass die beiden Referenten, die durch den Elternvortrag «Digitale Medien in der Freizeit» führen, Fabio Martins und Nicole Schira von zischtig.ch, mit dem Thema ihres Vortrages sehr vertraut sind – so vertraut, dass einige etwas «analoger veranlagte» Eltern ein wenig Mühe haben, ihrem schnellen «Move» konzentriert zu folgen. In der Folge erhalten wir eine Art «Gebrauchsanleitung» und nützliche Tipps für den Umgang mit der «Generation Handy».

Beispielsweise, so erfahren wir, gibt es Apps wie «Bupp.at» oder «Flimmer.tv», die als Orientierungshilfe Informationen zu empfehlenswerten digitalen Spielen geben.

Was die Zeitdauer der Beschäftigung mit dem Handy angeht, empfehlen die beiden Referenten 5 Stunden «Handyzeit» pro Woche für die Unterstufe. In der Mittelstufe sind es dann bereits 10 Stunden pro Woche.

Einen Anhaltspunkt dafür, ob das eigene Kind schon gut mit einem Handy umgehen kann, bietet hierbei der sogenannte «Handytest». Je

nach Testergebnis ist das Kind bereits bereit für den Besitz eines Handys – oder eben noch nicht.

Kinder, so Martins, durchschauen leider auch noch nicht den Suchtfaktor, auf den App-Entwickler bewusst setzen. So ist das Belohnungssystem vieler Apps dergestalt entwickelt, dass es auf den Dopaminausstoss im kindlichen Gehirn abstellt und den Wunsch nach «mehr» befeuert. Hiergegen können sich Kinder oft schwer wehren – selbst Erwachsenen gelingt das bekanntlich nicht immer.

Nicht mit der Stoppuhr ...

Kurz unterbrechen die Referenten den Vortrag, um den Anwesenden Gelegenheit zu geben, sich in Kleingruppen über ihre Erfahrungen mit der Handynutzung ihrer Kinder auszutauschen. Es ergeben sich sehr angeregte Gespräche – was zeigt, dass das ein «heisses» Thema ist.

Wenn man die Handyzeit des eigenen Kindes begrenzen möchte, empfiehlt es sich, nicht «mit der Stoppuhr» vorzugehen. Das schafft nur Frust und schlechte Stimmung – und wer von uns würde nicht ungehalten reagieren, wenn man uns den Fernseher beim «Tatort» just zu dem Moment ausstellen würde, in dem der Mörder dingfest gemacht wird – nur weil die Zeit um ist?

Besser, als mit dem Entzug des Handys zu drohen, seien daher positive Botschaften und sinnvolle Alternativvorschläge. So kann man z.B. das gemeinsame Spielen eines

Brettspiels anregen oder einen Besuch in der Badi.

Aber auch andere Gefahren und Fallstricke lauern in der digitalen Welt. Einmal gibt es z.B. bei TikTok problematische Challenges wie das Verspeisen der «schärfsten Chili der Welt» – eine Challenge, in deren Folge es immer wieder zu Notarzteinsätzen kam.

Und «Pornographie» beispielsweise ist etwas, das man als Eltern von Primarschulkindern nicht unbedingt «auf dem Schirm» hat – aber man müsse sich, so Martins, im Klaren darüber sein, dass selbst Fünft- und Sechstklässler bereits problematische Inhalte verschicken können – was gerade dann zum Problem wird, wenn entsprechende Bilder einer Person unter 16 Jahren – dem Schutzalter – versendet werden.

Als Fazit bleibt festzuhalten: Auch beim Handy macht die Dosis das Gift – und zusätzlich muss man die Problembereiche und die suchtfördernden Mechanismen kennen – dann ist man für die «digitale Zeit» gewappnet und kann sein Kind gut begleiten.

Weitere Infos, teilweise mit Karikaturen ansprechend und treffend gestaltet, findet man auf den Seiten von zischtig.ch. Viel Spass beim Stöbern!

Für das Elternforum Henggart
Margit Schellhaass

