



## Die Auswirkungen von Bildschirmen auf Kinder und wie man in diesen Zeiten der Quarantäne damit zurechtkommen kann

Fachleute prangern seit einiger Zeit an, dass die übermäßige Exposition von Kindern gegenüber Bildschirmen eine gesundheitliche Katastrophe ist. Ja, aber in diesen Zeiten der Eindämmung hat die Dauer, die auf diesen famosen Bildschirmen verbracht wird, zugenommen. Sie sind vorteilhaft geworden. Sie ermöglichen es Ihnen, mit der Klasse Schritt zu halten, mit Familie und Freunden Kontakte zu knüpfen, aufrecht zu erhalten und sich zu beschäftigen.

Was ist also zu tun? Das Schlüsselwort ist Kontrolle: Kontrolle über die aufgewendete Zeit und den Inhalt, ob es sich nun um das Internet oder um Spiele handelt. Es gibt in der Tat so etwas wie eine Bildschirm-Sucht. Für Jungen wird es vor allem eine Sucht nach Videospiele sein, für Mädchen eine Sucht nach sozialen Netzwerken und für sie alle wird es das Surfen in Bereichen wie Youtube sein.

Kurz gesagt, das Schlüsselwort lautet KENNTNIS.

### Wovor sollten wir uns in Acht nehmen?

#### 1. Video-Spiele

Die Rolle der Eltern besteht darin, ihr Kind bei der Entdeckung dieser Welten zu begleiten und zu kontrollieren, ob die Inhalte an das Alter des Kindes angepasst sind.

Fortnite zum Beispiel ist ein Spiel, das bei jungen Menschen zwischen 7 und 25 Jahren in aller Munde ist. Allerdings gibt es hier bereits ein Problem, da dieses Spiel normalerweise für Personen über 12 Jahre gedacht ist.

Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass Videospiele wie "Shoot them all" auf den Präfrontallappen des Gehirns wirken und die Fähigkeit zur Empathie zugunsten des für unsere Überlebensfähigkeit verantwortlichen Hirnteils erheblich vermindern und dadurch Aggressivität und Gewalt entwickeln. Das erklärt, warum ein Kind aggressiv reagiert, wenn man es zwingt, mit dem Spielen aufzuhören.

Wenn das Kind eine Zeit lang aufhört zu spielen, werden Sie eine Verbesserung seines Sozialverhaltens feststellen.

Auf den Verpackungen oder Informationsseiten sind Hinweise darüber zu finden, ab welchem Alter das Spiel für den Benutzer geeignet ist. Es ist wichtig, ihr Kind bei der Auswahl der Spiele, die es spielt, zu kontrollieren und zu begleiten und die Zeit, die es damit verbringt, zu begrenzen. Bei Online-Spielen, die praktisch kein Ende haben, ist die Aufgabe komplizierter.



Interessante Internetseiten:

- <https://www.futura-sciences.com/sante/actualites/medecine-jeux-video-violents-alterent-certaines-fonctions-cerebrales-35035/>

## 2. Soziale Netzwerke

Die Abhängigkeit von sozialen Netzwerken lässt sich durch die Angst erklären, wichtige Informationen zu verpassen und über die Überprüfung ihrer Popularitätsrate.

Abgesehen von einer Beschränkung der Zeit, die Jugendliche auf ihrem Smartphone verbringen (die meiste Zeit), ist es notwendig, sie über die Realität dieser Netzwerke zu begleiten, ihre Bedeutung zu relativieren, die Bedeutung des Wortes Freund zu überdenken, die Wichtigkeit oder nicht, populär zu sein, die Qualität der Informationen, die dort gefunden werden können, usw.

- Youtube

Youtube ist eine Website, auf der Benutzer Streaming-Videos senden, ansehen, kommentieren, bewerten und freigeben können. Junge Menschen sind fasziniert von dieser neuen Generation von Youtube-Benutzern/Influenzern. Sie verbinden damit mehr und mehr einen Beruf, den sie gerne ausüben würden, ohne die Realität hinter der Fassade der Leichtigkeit und Popularität zu kennen, insbesondere die äußerst flüchtige Seite der Sache.

Youtube bietet Videos an, die sich auf das beziehen, was die Person gerade angeschaut hat, was zwei Probleme mit sich bringt: Das erste ist die unendliche Zeit, die man damit verbringen kann, und die Inhalte, die für Kinder ungeeignet sein können. In der Tat kann man alles und jeden finden, vom Gruseligen bis zum Biest, über Erziehungstipps, Lustiges, Gewalttätiges, Niedliches, Nachdenkliches, ...

Es ist notwendig, ihr Kind bei der Anwendung dieses Instruments zu begleiten, zu erziehen und aufmerksam nachzufragen, was es sehen oder hören kann. Es ist auch wichtig, die auf dieser Website verbrachte Zeit zu begrenzen.

- Tik Tok

Kennen Sie Tik Tok? Das ist ein soziales Netzwerk, in dem Sie Videos austauschen und Konten verfolgen können... Sein Hauptmerkmal ist, dass es sich um Musikvideos handelt: Die Nutzer singen in Playback zu bekannten Liedern oder Tonausschnitten.

Die App ist ein Hit bei jungen Leuten, die Facebook verlassen haben, seit ihre Eltern der Anwendung beigetreten sind. Nach Snapchat und Instagram ist es Tik Tok, das ihre Unterstützung gewinnt, mit mehr als 1 Milliarde Nutzern weltweit bis Ende 2019.



Es gibt einen Wettlauf um Gleich-sein und eine Form von verschärftem Narzissmus. Das Ziel ist es wirklich, sich selbst auf die Bühne zu stellen und Kommentare, Zustimmung zu sammeln, indem man berühmte Persönlichkeiten imitiert, die auch sehr jung sind. Je mehr Jugendliche sich einbringen, desto mehr Sympathien erreichen sie, was zu einer Hyper-Sexualisierung der Inhalte führt.

Junge Kinder, 9 oder 10 Jahre alt, posieren, während sie sich theoretisch nicht einmal auf der Plattform registrieren dürfen...

Das zieht natürlich auch Menschen mit bösen Absichten an. Man kann sie an ihren sehr unfeinen Kommentaren erkennen oder an ihren Bemerkungen, die sich auf das Aussehen beziehen, auch wenn die Kinder weniger als 10 Jahre alt sind. Sie sind eindeutig Raubtiere, die junge Menschen ermutigen, mehr zu tun, weiter zu gehen und die diese Art von Inhalten im Laufe der Zeit sammeln. Hinzu kommt auch noch die Problematik des Cybermobbings.

Tic Toc erscheint wie ein harmloses Netzwerk, was es aber – wie jedes andere soziale Netzwerk - nicht ist. Es gilt also, sein Kind beim Gebrauch dieses Netzwerkes zu begleiten und zu überwachen, was es dort einstellt. Auch das entschlüsseln von erhaltenen Kommentaren ist wichtig.

Interessante Internetseiten:

- <https://www.cnetfrance.fr/news/les-dangers-de-tik-tok-pour-vos-enfants-et-comment-s-en-premunir-39876613.htm>
- <https://www.3-6-9-12.org/>
- [info@bee-secure.lu](mailto:info@bee-secure.lu)
- [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)
- [www.bildungsserver.de](http://www.bildungsserver.de)
- [www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)
- [www.saferinternet.org.uk](http://www.saferinternet.org.uk)
- [www.childnet.com](http://www.childnet.com)