



The World Foundation for Natural Science

The New World Franciscan Scientific Endeavour of The New World Church

Restoring and Healing the World through Responsibility and Commitment in accord with Natural and Divine Law!

European Headquarters ✦ PO Box 7995 ✦ 6000 Lucerne 7, Switzerland ☎-Tel: 41(41)798 0398 ☎-Fax: 41(41)798 0399
World Headquarters ✦ PO Drawer 16900 ✦ Washington DC, 20041, USA ☎-Tel: 1(703)631-1408 ☎-Fax: 1(703)631-1919 ✦ www.naturalscience.org

Freitag, 20. November 2020

Digitale Eingeborene – die verlorene Generation? – Teil I von II

Junge Menschen, die nach 1980 geboren wurden, werden in der Fachliteratur gerne als „digital natives“ („Digitale Eingeborene“) bezeichnet, da sie ebenso selbstverständlich mit Computern und Internet groß geworden sind wie früher andere Generationen mit Wasser, Strom und später auch dem Fernseher.¹⁾ „Der Begriff des *Digital Native* leitet sich von der Bezeichnung *Native Speaker* (Muttersprachler) ab und verdeutlicht die Tatsache, dass man die Muttersprache anders als auch intensiver gelernt hat und beherrscht als beispielsweise eine Fremdsprache. Man denkt und träumt in der Muttersprache und hat die damit einhergehende Weltsicht ohne jede Kritik übernommen, man ist Teil dieser Kultur.“²⁾ Dies erklärt, warum junge Menschen sich so spielerisch und selbstverständlich in der digitalen Welt zu bewegen und ihre Heimat in der modernen Welt der Informationstechnologie zu haben scheinen.

Der Wissenschaftler Chris Jones publizierte 2011 einen Überblick über das bereits damals enorme Ausmaß der durchschnittlichen Online-Aktivitäten eines 21-jährigen *digital native* (beruhend auf einer Umfrage von 2008): Er hat in seinem bisherigen Leben insgesamt rund 250'000 E-Mails oder Kurznachrichten (SMS) gesendet oder empfangen, 10'000 Stunden mit seinem Handy verbracht, 5'000 Stunden Videogames gespielt und sich 3'500 Stunden in Sozialen Netzwerken aufgehalten.³⁾

Der bekannte Ulmer Gehirnforscher und Hochschullehrer Professor Manfred Spitzer fügt dem hinzu, **dass junge Menschen während ihres gesamten Tagesablaufs beinahe durchweg oder teilweise online sind.** So werden sie beispielsweise vom Handy geweckt, checken die E-Mails und das Wetter, um sich entsprechend anzuziehen, stehen permanent mit Freunden und Familie durch SMS,

E-Mail oder Soziale Netzwerke in Verbindung, hören mehrere Stunden pro Tag Musik und lassen sich dann am Abend vom iPod in den Schlaf säuseln, nachdem gegen 23 Uhr die letzte SMS geschrieben wurde. Das Besondere daran ist aber, dass dies auch neben anderen Tätigkeiten, dem Fernsehen, dem Unterricht, dem Hausaufgabenmachen, dem Essen und sogar beim Treffen mit Freunden geschieht. Die perfekten Multi-Tasker!?



Ein maßvoller Umgang mit Bildschirmmedien

Was tun, um diesen inzwischen unter Heranwachsenden weit verbreiteten „Lebensstil“ und die damit verbundenen Auswirkungen langfristig richtig zu kanalisieren? Es geht hier keineswegs um die Verurteilung oder das Verteufeln einer medialen Entwicklung, die für Kinder und Eltern durchaus viel Positives bergen kann, allerdings nur dann, wenn einige Spielregeln eingehalten werden. Ziel ist es, Eltern dabei zu helfen, eine starke innere Haltung zum Bildschirmmedienkonsum ihrer Kinder zu entwickeln und ihre Kinder beim Erlernen des maßvollen Umgangs mit diesen Medien zu unterstützen und zu begleiten.

Der deutsche Medienpädagoge Winfried Brüning und seine Frau, die Illustratorin Astrid Brüning, haben sich über viele Jahre mit dem Thema „Digitale Medien“ befasst und intensiv Fachliteratur und Studien durchforstet. Anhand ihrer Recherchen und eigener Beobachtungen, die sie im Rahmen ihrer Arbeit mit Kindern und Jugendlichen machen konnten, und nicht zuletzt als Eltern zweier

medienbegeisterter Jungs haben sie ein „Neuronenschutzprogramm“ für die neue Generation und deren sich in Entwicklung befindliche Gehirne erarbeitet.⁴⁾



Der Anspruch ihrer Arbeit besteht darin, all die Erkenntnisse und Modelle zum Thema des Einflusses digitaler Medien auf die sich in Entwicklung befindlichen Gehirne junger Menschen in eine verständliche Sprache zu fassen. Des Weiteren wollen sie ein nachvollziehbares und praxisnahes Konzept anbieten, das Eltern hilft, sich gegenüber den Anforderungen der Erziehung im digitalen Zeitalter zu behaupten. Ein solches Konzept ist das Bild der 2-Welten-Waage.⁵⁾

Die zwei Welten der *Digital Natives*

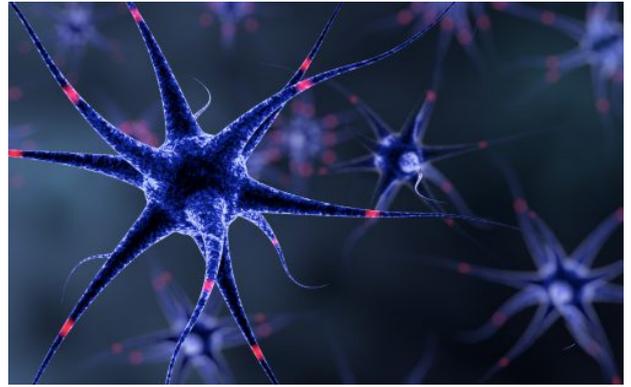
Junge Menschen wachsen in zwei Welten auf. Da ist zum einen die reale Welt, in der sie zur Schule gehen, mit ihren Freunden im Verein Fußball, Handball oder Schach spielen, musizieren, reiten, ihr Haustier versorgen, Ballett oder Hiphop tanzen oder einfach nur gemeinsam abhängen, sich austauschen und „chillen“. Die andere Welt, in der sie sich mit zunehmend mehr Zeit und mit scheinbarer Leichtigkeit bewegen, ist die virtuelle Welt. Sie besteht in Videospielen, Serien schauen, Musikhören, dem Googlen von Inhalten, online shoppen, dem Chatten mit Freunden und dem Folgen von Influencern auf einschlägigen Onlinekanälen.

Medienpädagoge Brüning empfiehlt nun das Ausbalancieren dieser beiden Lebenswelten, das heißt, dem digitalen Erleben muss reales Erleben gegenübergestellt werden. Dabei lautet die „Faustregel“ der 2-Welten-Waage:

- **Hält sich ein Grundschulkind 10 Minuten am Bildschirm auf, so sollte es diese Zeit durch 30 Minuten reales Erleben ausgleichen, beispielsweise in Form von Spielen in der Natur, Basteln, Sport u.v.m.**
- **Für Kinder an weiterführenden Schulen bis zum 18. Lebensjahr wird zum Ausgleich von 10 Minuten an Bildschirmen noch 20 Minuten Bewegung draußen oder ein anderweitiger Ausgleich in der realen Welt empfohlen.**

Die „Königsklasse des Denkens“ und Zeitfenster der Entwicklung

Es ist wichtig, über die Besonderheiten des menschlichen Gehirns Bescheid zu wissen und darüber, unter welchen Bedingungen sich die Gehirne unserer Kinder am besten entwickeln können. Mit der „Königsklasse des Denkens“ ist das vernetzte Denken



gemeint. Damit dieses überhaupt stattfinden kann, ist insbesondere das Zeitfenster der frühen Kindheit von entscheidender Bedeutung.

Die „Denkmaschine“ eines Kindes muss erst noch in Gang gebracht werden, das heißt, es muss dafür gesorgt werden, dass sich viele seiner Neuronen in „Wissensmacher“ verwandeln. Damit dies geschieht, **ist es unerlässlich, dass Kinder gerade in den ersten 7 Lebensjahren zahlreiche Erfahrungen mit all ihren Sinnen machen.** So werden diese Erfahrungen in den Nervenzellen (Neuronen) gespeichert und die Informationen gelangen dann vom Arbeitsgedächtnis geradewegs ins Langzeitgedächtnis.

Erfahrungen mit möglichst vielen Sinnen (Riechen, Schmecken, Sehen, Hören, Tasten/Fühlen, Gleichgewichts- und Bewegungssinn...) sind die Grundlage dafür, dass bei Kindern zahlreiche Gedächtnisspuren gelegt werden und viele Informationseinheiten vom Arbeitsgedächtnis (respektive Kurzzeitgedächtnis) ins Langzeitgedächtnis überführt, dort in den Nervenzellen (Neuronen) abgespeichert und fest verankert werden können. Je mehr Sinne ihre Informationen beisteuern z. B. zu einer Kirsche, indem sie Sinneseindrücke wie rot (Sehsinn), süß (Geschmackssinn), glatte Oberfläche, weiches Inneres, harter Kern (Tastsinn) sammeln, desto genauer wird die Beschreibung der Kirsche im Gehirn verankert, denn Neuronen sind Teamplayer ...

Die daraus hervorgehenden, zahlreichen neuronalen Verbindungen und Vernetzungen bilden ein stabiles Fundament, auf welches ein Mensch dann zeitlebens zurückgreifen kann und an das er jederzeit mit neuen Erfahrungen „andocken“ kann. Damit wird die Grundlage für das vernetzte Denken oder die „Königsklasse des Denkens“ gelegt.

Neuronen, die in diesem Zeitfenster der Kindheit nicht in Anspruch genommen werden, die aufgrund fehlender oder mangelnder Erlebnisse und damit verbundener Sinneseindrücke und -erfahrungen sozusagen „arbeitslos“ sind,

sterben jedoch wieder ab. Ein Kind, bei dem ein Großteil des Gehirnareals ungenutzt geblieben ist, und das folglich kein umfangreiches Fundament aufbauen konnte, hat zeitlebens Schwierigkeiten, dies nach- und aufzuholen.

Zum Leid der Eltern ziehen Kinder die von ihnen heißgeliebten „magischen“ Bildschirmmedien sogar freiwillig den Abenteuern in der Natur, auf dem Fußballplatz und dem Treffen mit Freundinnen und Freunden vor. **Die Medien stehen also in direkter Konkurrenz zu dem Erleben mit allen Sinnen, was eine gesunde Hirnentwicklung von Kindern stark beeinträchtigt.** Denn sobald Kinder vor einem Bildschirm sitzen, werden nur noch der Seh- und der Hörsinn genutzt. Die anderen 3 Sinne, nämlich der Tast-, der Riech- und der Geschmacksinn, bleiben außen vor.



Bei Bildschirm-Medien-Kindern, die in der sensiblen Phase der Gehirnentwicklung zu Hause mit Spielekonsolen und Smartphones oder im Kindergarten mit Tablets aufwachsen und von ihnen unterhalten werden, und bei denen daher oft nur zwei Sinne angesprochen und aktiviert werden, ist deshalb das Fundament zur Abspeicherung von Sinneserfahrungen und

damit verbundenen Daten im Langzeitgedächtnis bedeutend geringer als bei Kindern, die sich ihrer fünf Sinne als Teamplayer bedienen können. **Hat ein überwiegend real spielendes Kind die Möglichkeit, bis zum Beginn der Grundschulzeit bis zu 60 Milliarden Neuronen erfolgreich zu aktivieren, so sind es bei Bildschirm-Medien-Kindern nur 30 Milliarden Neuronen.** Deshalb ist es nicht erstaunlich, dass Bildschirm-Medien-Kinder tendenziell einfach strukturiere Gehirne aufweisen und deshalb später in Schule und Beruf schneller an ihre Grenzen kommen.

„Digitalkompetenz“ ist eine Illusion

„Ein Kind muss die Dinge anfassen, es muss mit den Dingen umgehen lernen. Und wenn heute die Kinder an die Schule kommen und können keinen Griffel mehr halten, weil sie sich nur noch mit Wischen über eine Glasoberfläche beschäftigt haben und ihre Hand damit weder motorisch noch sensorisch in irgendeiner Weise vernünftig trainiert haben, dann haben die einen Nachteil, und zwar einen großen Nachteil. **Wir ziehen uns eine Generation von Behinderten heran,** ich sage es mal drastisch. Je mehr Fingerspiele sie im Kindergarten machen, desto besser sind sie

mit 20 in Mathematik, weil die Zahlen über die Finger und deren komplexen Gebrauch ins Hirn kommen. **Wenn sie nur wischen als Kindergartenkind, endet ihre Karriere als Putzfachkraft.** Das sollte man einfach nicht machen“, so der deutsche Psychiater und Neurowissenschaftler Prof. Manfred Spitzer in einem Radiointerview über den frühen Einsatz von digitalen Medien in Kindergärten und Grundschulen.⁶⁾

Angesprochen auf das von zahlreichen Medienbefürwortern genannte Argument der von der jungen Generation zu erwerbenden „Digitalkompetenz“ meint Spitzer: „Sie können mit einem Dreijährigen nicht über Bonbons reden und sagen, hey, hier hast du einen Stapel Bonbons, jetzt geh‘ mal verantwortungsvoll damit um. Das ist Nonsense. Sie können mit Pubertierenden, die gerade anfangen, in alle möglichen Dinge sich einzudenken und einzufühlen, nicht sagen: ‚Benutz‘ dein Smartphone, aber bitte nur in ganz verantwortlicher Weise.‘ Vor 100‘000 Jahren, wenn sich zwei hinterm Busch gebalgt oder gepaart haben, da hat jeder hingeguckt. Wir wissen doch, wie wir Menschen uns verhalten, und **Sex and Crime ist nach wie vor der Hauptinhalt des Internet** und natürlich dessen, was man im Smartphone mit dem Internet machen kann. 14-Jährige sind so, genauso wie Dreijährige, die Süßes mögen, weil diejenigen, die vor 100‘000 Jahren nichts Süßes gegessen haben, so viel es gab, die waren beim nächsten Hunger tot. Deswegen sind wir auch als Dreijährige unempfindlich gegenüber Süß, damit wir so viel essen können, wo es Erwachsenen schon schlecht wird.“

Wie Professor Spitzer ausführt, kann man Kinder und Jugendliche nicht einfach gewähren lassen, weil sie der Thematik alters- und reifemäßig noch nicht gewachsen sind. Belegt wird dies auch durch die von Kinderärzten durchgeführte BLIKK-Studie (2019), die zeigt, dass 13-Jährige sich vom Smartphone überfordert fühlen und schnell die Kontrolle darüber verlieren, weil dieses **erwiesenermaßen suchterzeugende Eigenschaften** hat. Professor Spitzer: „In Korea gab es über 30 Prozent Süchtige, wir [in Deutschland] sind bei acht Prozent. Da können wir nicht sagen, geh‘ damit um!“

Tipps für den sinnvollen Umgang mit digitalen Medien

Das Anliegen des Projekts „BLIKK-Medien“ (BLIKK: **B**ewältigung, **L**ernverhalten, **I**ntelligenz, **K**ompetenz, **K**ommunikation) besteht vor allem darin, den Konsum von Bildschirmmedien zeitlich zu begrenzen und Kindern zu zeigen, welche Freude es macht, mit allen Sinnen die reale Welt und das reale Miteinander mit Freunden zu erleben. **Denn, verankert in der Wirklichkeit, können Kinder und Jugendliche später auch mit Medienwelten selbstbestimmter umgehen.**⁷⁾

Eltern sollten also dafür sorgen, dass ihre Kinder viel Gelegenheit zu realem Erleben haben. Der Möglichkeiten gibt es viele: ein Blütenalbum von Pflanzen durch die Jahreszeiten hindurch anfertigen, die Familie bekochen lernen mithilfe eines Kinderkochbuchs, mit Naturmaterialien Jahreszeitendekoration basteln, sich zum Töpferkurs anmelden, die Jahreszeiten mit allen Sinnen auskosten: Im Winter einen Schneemann und ein Iglu bauen, im Sommer schwimmen gehen im Fluss und See, nicht nur im Schwimmbad, angeln, draußen im Zelt oder unter freiem Himmel übernachten (im sicheren Garten), eine Radtour durch einen heimischen Wald oder die Umgebung machen, Wanderungen in die Berge, einen Astronomiekurs besuchen und abends eigene Himmels-Beobachtungen machen, Vogelstimmen kennen lernen, sich das Stricken, Häkeln und Nähen beibringen lassen oder selbst aneignen, bei einem Skikurs und Schwimmkurs anmelden, sich Bastelsets besorgen und kreativ werden, mit Knete arbeiten ...

Eine BLIKK-Broschüre gibt Eltern zudem folgende weiteren wertvollen Tipps für die sichere Durchquerung des Medien-Dschungels und einen sinnvollen Umgang mit digitalen Medien:

SELBST ACHTSAM MIT MEDIEN UMGEHEN

- ✓ Machen Sie sich bewusst: Sie sind Vorbild für Ihr Kind, es wird Sie nachahmen.
- ✓ Verwenden Sie selbst technische Geräte zielorientiert und nicht aus Langeweile.
 - ✓ Essen Sie ohne Bildschirmmedien und nutzen Sie Bildschirmmedien, ohne dabei zu essen.
- ✓ Ermöglichen Sie gesunden Schlaf: Bildschirmfreie Einschlafrituale und bildschirmfreie Schlafräume sind dafür notwendig.

VORFAHRT FÜR WIRKLICHKEIT VOR MEDIEN

- ✓ Ermöglichen Sie sich und Ihren Kindern reale Erfahrungen mit anderen Menschen und allen Sinnen.
 - ✓ Sprechen Sie mit Ihrem Kind, und hören Sie ihm aufmerksam zu.
 - ✓ Ermöglichen Sie Ihrem Kind, kreativ zu werden, indem Sie ihm weniger vorgeben.
 - ✓ Vermeiden Sie Bildschirmmedien bei unter Dreijährigen.
 - ✓ Sorgen Sie in der Freizeit für mehr Bewegungszeit als Bildschirmzeit.

ERSTE FILMERFAHRUNGEN (TV/ONLINE)

- ✓ Begleiten Sie Filmerfahrungen Ihres Kindes: Unterbrechen Sie anfangs bei Rückfragen, sprechen Sie mit Kindern über Gesehenes.

✓ Wählen Sie ruhige, altersgerechte Fernsehsendungen ohne Gewalt, überlassen Sie die Fernbedienung nicht Ihren Kindern.

✓ Machen Sie den Werbeblock zur Pause, schalten Sie den Ton aus.

INTERNET UND AUFKLÄRUNG

✓ Sorgen Sie für eine sexuelle Aufklärung Ihres Kindes, bevor es sich diese aus dem Internet holt.

✓ Sprechen Sie mit Ihrem Kind über Datenschutz, soziale Medien, Gewalt, Pornographie, Glücksspiel; beginnen Sie damit, bevor Sie ihm einen eigenen Internetzugang ermöglichen.

✓ Lassen Sie sich auch von Ihrem Kind zeigen und erklären, wofür es sich im Internet interessiert.

BILDSCHIRMMEDIEN IN ALTERSENTSPRECHENDEN GRENZEN NUTZEN

✓ Stellen Sie klare Regeln auf, und begrenzen Sie die Nutzungszeit von Bildschirmmedien vor dem Einschalten.

✓ Halten Sie Altersbeschränkungen für Computerspiele, Filme und soziale Medien ein.

✓ Besprechen Sie mit Ihrem Kind klare Regeln für die Nutzung des Smartphones, zum Beispiel mithilfe eines Handynutzungsvertrages.

✓ Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind die Handyregeln der Schule einhält.

NUTZEN SIE BILDSCHIRMMEDIEN NICHT ALS ERZIEHUNGSHELFER

✓ Keine Bildschirmmedien zur Belohnung, Bestrafung oder Beruhigung einsetzen!

OHNE ELEKTRONISCHE NABELSCHNUR

✓ Erlauben Sie sich und Ihrem Kind, auch unerreichbar zu sein.

✓ Bestärken Sie Ihr Kind, unabhängig vom Smartphone zu bleiben.

✓ Unterstützen Sie Kommunikation ohne elektronische Geräte.

✓ Wagen Sie eine Familien-DETOX-Zeit!

Gönnen Sie sich und Ihrer Familie einen Digital Detox-Tag oder -Abend, sprich, eine kurzfristige „Entgiftung“ von allem Digitalen (Kein Smartphone, kein Tablet, kein YouTube, kein WhatsApp, kein Instagram, keine Social Media). Einer aktuellen Studie von Bitkom Research⁸⁾ zufolge hat sich immerhin jeder zehnte deutsche Bundesbürger ab 16 Jahren (11 Prozent) für das Jahr 2020 einen Digital Detox vorgenommen. Das Jahr ist noch nicht zu Ende ...

Machen Sie mit, fahren Sie den PC herunter und genießen Sie Zeit mit Ihren Lieben, im Familien- und Freundeskreis, „face to face“ in der realen Welt!

Ende Teil I – Fortsetzung folgt

References

- 1 Spitzer, Manfred: Digital Demenz. Wie wir uns und unsere Kinder um den Verstand bringen; Droemer Verlag, München 2012, S. 204
- 2 Jones, Christian: Students, the net generation and digital natives. In: Thomas M (Hrsg): Deconstructing digital natives, 30-45, Routledge, New York
- 3 Vgl. Spitzer, Manfred: Digital Demenz, S. 204
- 4 <https://www.bruening-film.de/filme/zwischen-zwei-welten.html>, (zuletzt aufgerufen am 9.11.2020)
- 5 Film: Zwischen Zwei Welten – Kinder im medialen Zeitalter, BRÜNING FILM Neuauflage 2020
- 6 Deutschlandfunk: „Psychiater: Wenn Kinder nur wischen, haben sie einen Nachteil“ vom 08.03.2018 Interview Tobias Armbrüster mit Manfred Spitzer https://www.deutschlandfunk.de/digitales-klassenzimmer-psychiater-wenn-kinder-nur-wischen.694.de.html?dram:article_id=412480 (zuletzt aufgerufen am 9.11.2020)
- 7 <https://www.stiftung-kind-und-jugend.de/projekte/blick-studie/> (zuletzt aufgerufen am 9.11.2020)
- 8 <https://unternehmer.de/studie/240179-digital-detox-studie>

Veröffentlicht am Freitag, 20. November 2020 in den Kategorien Mikrowellen & Mobilfunk, Internet & Social Media, Jugend & Handys

<https://www.naturalscience.org/de/news/2020/11/digitale-eingeborene-die-verlorene-generation-teil-i-von-ii/>