

**Neue Idee für gestresste Eltern**

# Mit Talern gibts keinen Streit ums Fernsehen

70 Minuten sitzen 3- bis 5-Jährige jeden Tag vor dem TV. Zu viel! Richtig kritisch wird es ab zwei Stunden, warnen Experten. **Aber wie kriegt man die Kinder vom Programm weg?** Das Ehepaar Grimm fand eine Lösung

**S**o, jetzt ist Schluss“, sagt Katrin Grimm (35) und schaltet den Fernseher aus. „Du sitzt schon viel zu lange vor der Kiste.“ Aber da ist ihr kleiner Sohn Hannes (4) ganz anderer Meinung. Er schmeißt sich auf den Boden und brüllt: „Ich will aber noch Benjamin Blümchen gucken!“ Jeden Tag das gleiche Drama. Die Mutter ist genervt, das Kind wütend, der Vater ratlos. Für das Paar aus Ahrensburg (Schleswig-Holstein) steht fest: „So geht es nicht weiter.“

Bei einer Flasche Wein auf der Terrasse kommt Tomas Grimm (34) die Idee: Aus Pappe bastelt er Taler, so groß wie kleine Kekse. Davon bekommt Hannes pro Woche zehn Stück. Ein Taler hat den Wert einer Sendung von ca. 20 bis 30 Minuten. Die Eltern sind gespannt, ob das Prinzip tatsächlich funktioniert. Schließlich wissen sie: Hannes würde am liebsten von morgens bis abends seine



Er darf nur noch wenig fernsehen und ist trotzdem fröhlich: Hannes (4) hat eine neue Leidenschaft entdeckt – bunte Bilder malen!

Kinderfilme gucken. Wie bei den meisten hat sich diese übermäßige TV-Lust auch bei ihrem Sohn ganz langsam entwickelt. Katrin Grimm erklärt: „Ich dachte immer, eine halbe Stunde wird ihm schon nicht schaden, und ich kann in der Zeit in Ruhe duschen, kochen oder die Wäsche waschen.“ Aus der halben Stunde wurden dann aber schnell eine und bald sogar eineinhalb Stunden. „Wenn er einmal angefangen hat, dann ist es

jedes Mal schwer, wieder aufzuhören. Und zugegeben, manchmal ist es ja auch ganz praktisch.“ Der Fernseher als kurzer Babysitter-Ersatz – das hat mit Sicherheit jede Mutter schon mal genutzt. Und Katrin Grimm hatte zuerst auch kein schlechtes Gewissen. „Wir haben ja sonst ganz viel unternommen, sind nachmittags zum Turnen, Reiten oder Basteln gegangen. Und vormittags im Kindergarten hat er natürlich auch nicht fern-

gesehen.“ Trotzdem breitet sich seine TV-Zeit im Alltag immer weiter aus. „Viel zu viel für einen Vierjährigen“, findet seine Mutter jetzt.

Wie lange kleine Kinder vor dem Fernseher sitzen, hat eine Analyse der Arbeitsgemeinschaft Fernsehforschung (AGF) ergeben. Bei den Drei- bis Fünfjährigen sind es durchschnittlich 70 Minuten pro Tag. „Richtig gefährlich wird es, wenn Kinder über einen längeren Zeitraum mehr als zwei Stunden fernsehen“, sagt der Psychologe Dr. Marco Ennemoser. „Diese Kinder können sich schlechter konzentrieren, haben Probleme bei Sprach- und Lesetests.“ Er ist für kontrollierten Konsum: „Programme wie ‚Die Sendung mit der Maus‘, ‚Sesamstraße‘ oder ‚Löwenzahn‘ sind sogar gut. Aber es muss eben maßvoll sein.“



Trotzdem breitet sich seine TV-Zeit im Alltag immer weiter aus. „Viel zu viel für einen Vierjährigen“, findet seine Mutter jetzt. Wie lange kleine Kinder vor dem Fernseher sitzen, hat eine Analyse der Arbeitsgemeinschaft Fernsehforschung (AGF) ergeben. Bei den Drei- bis Fünfjährigen sind es durchschnittlich 70 Minuten pro Tag. „Richtig gefährlich wird es, wenn Kinder über einen längeren Zeitraum mehr als zwei Stunden fernsehen“, sagt der Psychologe Dr. Marco Ennemoser. „Diese Kinder können sich schlechter konzentrieren, haben Probleme bei Sprach- und Lesetests.“ Er ist für kontrollierten Konsum: „Programme wie ‚Die Sendung mit der Maus‘, ‚Sesamstraße‘ oder ‚Löwenzahn‘ sind sogar gut. Aber es muss eben maßvoll sein.“

## Er zappt nicht mehr wahllos

Auf diesem Weg sollen Hannes jetzt die Taler helfen. „Wir haben ihm erst erklärt, dass zu viel Fernsehen Kinder sogar krank machen kann. Deshalb müssen wir so auf ihn aufpassen. Trotzdem wollen wir diesen Dauerstreit nicht. Das fand er auch und war von seinen Fernseh-Talern begeistert.“

In einem Schälchen neben dem Fernseher lagert Hannes seine Münzen, weiß so immer genau, wie viel er noch gucken darf. Schnell lernt er auf bestimmte Sendungen zu verzichten, spart auch mal Taler für längere Filme. Statt

wie früher zehn Lieblings-sendungen hat er nur noch zwei bis drei. Dr. Marco Ennemoser: „Durch die Taler werden Kinder zu einer bewussten Nutzung erzogen. Sie sitzen nicht mehr vor dem Fernseher und zapfen ungezielt durch die Programme. Sie wissen: Ich muss mein Budget klug einteilen – und diese Leistung macht ihnen sogar Spaß.“

Auch wenn es bei Hannes jetzt gut klappt, ein Allheilmittel sind die Taler nicht. Tomas Grimm betont: „Die Eltern haben immer noch die Verantwortung, müssen darauf achten, was ihre Kinder gucken, und gute Alternativen



Stolz auf ihre Erfindung: Die Eltern Tomas und Katrin Grimm

bieten, z. B. zusammen malen oder lesen.“ Nur den akuten Stress um das Ein- und Ausschalten reduziert der Taler-Trick definitiv. „Er funktioniert so gut, dass wir dieses System noch ausgebaut haben. Für spezielle Anlässe gibt es bei uns nun auch Wunschtaler. Als Belohnung für besondere Aufgaben. Diese Taler sammelt er am liebsten. Seitdem deckt er morgens manchmal freiwillig den Frühstückstisch oder hilft ohne zu meckern im Garten. Katrin Grimm: „Hat er fünf dieser Taler zusammen, wird ein Wunsch erfüllt, z. B. ein neues Hörspiel, ein Zoobesuch oder ein Fahrrad-Ausflug. Und dann ist die ganze Familie begeistert dabei. Null Stress!“ **Julia Janczak**

Fotos: Axel Kirchhof

## Mit Talern bezahlen

Wer die Taler nicht selbst basteln will, kann sie auch bestellen. Die knallbunten Plastik-Teile gibts im Spielzeugladen (oder über [www.tina-taler.de](http://www.tina-taler.de), 10 Stück für 6,95 €). „Tina-Taler heißen sie übrigens, weil beides mit ‚T‘ anfängt, wir fanden, das hört sich süß an“, erklärt Tomas

