

# Inhalt

Vorwort zur Neuausgabe dieses Buches .....	9
<b>1. Sehen und Fernsehen .....</b>	<b>16</b>
Das aktive Auge 16	
Vom Ich willentlich geführt 18	
Elektronische Bilder sind keine gewöhnlichen Bilder 21	
Zwangsbeschuss der Netzhaut 23	
Der gefrorene Blick 25	
Der Alphazustand 28	
Weniger Kalorienverbrauch als beim Nichtstun 30	
Die Blickmarionette 32	
Illusion von Eigenaktivität 33	
Flachbildschirme – Lösung des Problems? 34	
Die fehlende Halbsekunde 38	
Der Bildschirm als Drogenproduzent 40	
Unterschwellige Meinungssteuerung durch die Kamera 41	
Fernsehen – sehr geeignet für politische Manipulation 44	
Gefühle auf Festplatte 46	
<b>2. Fernsehkultur – Mythos und Realität .....</b>	<b>48</b>
Der elektronische Hausaltar 48	
Im Nebel der Illusionen 49	
Endstation Sucht 60	
Was bedeutet Medienkompetenz? 64	
<b>3. Wie gehe ich als Erwachsener mit dem Fernsehen um? .....</b>	<b>67</b>
Totaler Verzicht? 67	
Pflöcke einschlagen in das Meer der Passivität! 68	
Aufmerksamkeit statt Wegdämmern 70	
Gegengewichte schaffen! 71	
<b>4. Was brauchen Kinder für ihre Entwicklung? .....</b>	<b>73</b>
Kinder sind keine Mini-Erwachsenen 73	

Lineares Denken in der Pädagogik	74
Entwicklung in Verwandlungsstufen	76
Polarität und Steigerung	77
Nachhaltigkeit statt Verfrühung	78
Basiskompetenzen – Lernen mit allen Sinnen	80
Lernen am und mit dem Leib	83
Das kleine Kind – ganz und gar Sinnesorgan	85
Sehen lernen – ein langer Prozess	86
<b>5. Kinder vor dem Bildschirm .....</b>	<b>88</b>
Bildschirm an – Körpererfahrung aus	88
Beziehungslose Wahrnehmungssplitter	89
Gehirnentwicklung nach dem dritten Lebensjahr	92
Der Fernseher als Kinder-Abschaltmaschine?	95
Kinder sehen ganz anders	97
Kinder vor dem Fernseher nicht allein lassen!	99
Abwägen der Prioritäten	101
Die Sehzeit begrenzen und Eigenaktivität anregen!	103
Ist eine fernsehfreie Kindheit praktikabel?	104
Übergang zum Jugendarter	106
<b>6. Bildschirmmedien und Gesundheit .....</b>	<b>109</b>
Der elektronische Angriff auf die frühe Kindheit	109
Das Gehirn als «Sozialorgan»	113
Verhinderte Ankunft im Leib	114
Gestohlene Körper-Lernzeit	119
Schwächung der Imaginationsfähigkeit	123
Fernsehen und ADHS	125
Werbebotschaften, die dick machen	128
Grassierende Fettsucht	129
Die Myrtek-Studie: Gefühlte Entspannung, in Wirklichkeit Stress	132
Die Hancox-Studie zur Langzeitwirkung von Fernsehen	135
Fernsehen verkürzt die Lebenszeit	137
<b>7. Bildschirmmedien und Gewalt .....</b>	<b>138</b>
Kindheit mit 8.000 Morden	138
Mechanismen der Verdrängung	141
Risiko ab einer Stunde pro Tag	146

Verdeckte Meinungssteuerung	149
Wenn Kinder zu Killern werden	151
Erfurt, Emsdetten, Winnenden, Ansbach: Schüler-Amokläufe in Deutschland	155
Was wurde geändert?	158
Symptombekämpfung statt Ursachenforschung	161
«Was hat denn das Leben bitte für einen Sinn? Keinen!»	163
«Ich hasse es, überflüssig zu sein»	167
Abschließende Bemerkungen	172
 8. Kindheit verstummt – Sprache im Medienzeitalter .....	174
Funktionale Analphabeten – ein neues Massenphänomen	174
Sprache verstummt	177
Gestörte Sprachentwicklung	179
Epidemische Ausbreitung von Sprachentwicklungsstörungen	181
Zwölf Minuten Sprache am Tag	184
Fernsehen schadet der Sprachentwicklung	186
Baby Einstein – ein Flop	188
 9. Sprache als gestaltende Kraft .....	192
Fatale Folgen eines falschen Denkmodells	192
Sprache ist kein Taxi	194
Sprache ist Bewegungskunst	196
Der Hörende tanzt die Laute mit	198
Sprache durchklingt den ganzen Menschen	202
Spracherwerb und Gehirnbildung	203
Defizite des Lautsprechers	204
Sprachmusikalität – Lebenselement der Kinder	205
Wortbilder als seelengestaltende Kraft	207
Ein neuer «Unterton» in den Worten	209
Im Anfang ist das Wort	211
 Anmerkungen .....	213
Literatur .....	227