# FAMILIE|Die große Ausnahme: Wie viel EM Kinder schauen dürfen

Berlin (dpa/tmn) - Die Spiele der Fußball-EM ziehen Eltern und Kinder gleichermaßen vor den Fernseher. Daraus kann ein Gemeinschaftserlebnis für die Familie werden, sagt Kristin Langer, Mediencoach der Initiative «Schau hin! Was dein Kind mit Medien macht». Hier einige Tipps:

TV-Picknick und Wettspiele: Wenn klar ist, welche Partien die Familie zusammen anschaut, kann man sich überlegen: Was wollen wir dazu essen? «Das darf als Ausnahme dann auch mal gemütlich vor dem Fernseher sein», sagt Langer. Wichtig ist, dass alle mithelfen und sich die Kinder nicht einfach bedienen lassen. Noch spannender werden die Spiele, wenn Kindern mit Familienmitgliedern oder Verwandten Wettgemeinschaften bilden.

Kinder mitentscheiden lassen: Eines ist klar - die meisten Kinder überschreiten ihr Zeitbudget fürs Fernsehgucken während der EM deutlich. «Da ist es an den Eltern, Leitlinien zu setzen», rät Langer. Das könne beispielsweise heißen: Nach der ersten Halbzeit müssen die Kinder ins Bett, die zweite wird nachträglich in der Mediathek geguckt. Außerdem sollten Eltern dem Nachwuchs bewusstmachen, dass die Zeit, die ins Fußballgucken investiert wird, an anderer Stelle abgezogen wird. Das kann bedeuten: Keine anderen Filme, Spiele am Computer und Smartphone für die restlichen Tage. Wenn Kinder vor dieser Abwägung stehen, entscheiden sich manche dann doch gegen die Partie am Abend. Auch sollten Eltern frühzeitig mit ihren Kindern klären, welche Spiele sie im Fernsehen schauen möchten. Ein Kompromiss kann zum Beispiel sein, dass Kinder bei Spielen der deutschen Mannschaft länger wachbleiben dürfen.

Langer empfiehlt Eltern, ihr Kind genau zu beobachten: Wirkt es am nächsten Tag nach dem Spiel unkonzentriert und schlecht gelaunt? Stehen wichtige Tests in der Schule an? Im Zweifel müssen einzelne Partien dann doch ausfallen oder nachträglich geschaut werden.

Gruppendruck rausnehmen: Stoff für Diskussionen gibt es immer, wenn viele Mitschüler das Spiel sehen durften - das eigene Kind aber nicht. Wenn möglich, sprechen sich Eltern untereinander ab, wie das in anderen Familien gehandhabt wird. Im Zweifel kann das aber auch heißen, dass Mutter und Vater ihre Linie verteidigen müssen: «Bei anderen mag das so sein, in unserer Familie gelten aber diese Regeln.» Oft reicht es aus, Kinder morgens beim Frühstück mit den wichtigsten Infos zu versorgen: Spielergebnis, Torschützen und andere Highlights. Mit diesem Grundwissen fühlen sich die meisten auf dem Schulhof nicht als Außenseiter.