

Fakten zum Thema

„Digitaler Mediennutzung im Kleinkindalter“

Immer häufiger sehen wir im alltäglichen Straßenbild schon Babys, die zur Beruhigung oder Bespaßung entweder ein buntes Spielzeughandy (oder -tablet) oder gar das echte Handy der Eltern in der Hand haben und begeistert darauf herumtippen.

Seit einigen Jahren beschäftigen sich diverse WissenschaftlerInnen damit, wie sich die Benutzung von digitalen Medien auf Babys und Kleinkinder auswirkt. Eines ist mittlerweile klar:

Die Benutzung digitaler Medien von Babys und Kleinkinder hat fatale Folgen für das heranwachsende Kind. Gerade Kinder bis drei Jahren sind besonders durch den Konsum digitaler Medien gefährdet.

Einige Studienergebnisse

Margarethe Bolten (Psychologin an der Universitätskinderklinik Basel) schreibt, dass

- das Gehirn von Kindern unter 3 Jahren noch gar nicht in der Lage ist mit den grellen Farben, den intensiven Tönen und schnellen Schnitten umzugehen
- und die exzessive Stimulation mit visuellen Reizen zu
 - Hyperaktivität
 - erhöhtem Risikoverhalten
 - Gedächtnisproblemen
 - Schädigung in Hirn- und Verhaltensentwicklung
 - Abhängigkeit
 - Verhaltenssucht (Apps und Filme für Kinder sprechen das Lustzentrum im Gehirn maximal an, das Dopaminsystem wird angeregt)
...führt.

Bolten warnt auch, dass speziell vermarktete Lernapps oder Bildungsvideos oft das Gegenteil der gut gemeinten Intention der Eltern bewirken.

Am Ende dieses Artikels finden Sie eine Linksammlung zu dem Thema. Dort führt ein Link sie auch zu einem hilfreichen Flyer, den Frau Bolten gemeinsam mit anderen Fachleuten im Hinblick auf den Konsum von digitalen Medien entwickelt hat.

Quelle: [Artikel von M. Bolten](#)

Die Deutsche Ophthalmologischen Gesellschaft (wissenschaftliche Fachgesellschaft für Augenheilkunde) empfiehlt, dass Kinder bis zu 3 Jahren keine Tablets, Smartphones und Computer benutzen sollen, da die Aufmerksamkeit für eine lange Zeit stark auf den Nahbereich fokussiert ist (weit mehr als beim Anschauen von Büchern).

Dadurch wächst der Augapfel, das Auge wird länger und als Folge resultiert eine **unumkehrbare** Kurzsichtigkeit. Diese birgt wiederum ein erhöhtes Risiko für:

- Netzhautablösung
- Schädigung der Makula (https://de.wikipedia.org/wiki/Gelber_Fleck)
- erhöhter Augeninnendruck/ grüner Star

Kinder müssen in ihrer frühen Entwicklung das räumliche Sehen erlernen. Dies ist an flachen Bildschirmen nicht möglich.

Quelle: <https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/98095/Smartphones-fuer-Kleinkinder-tabu>

Bei einer Studie von 2019 wurden 100 niedergelassene Kinderärzte über die Auswirkungen im Zusammenhang mit erhöhter Mediennutzung befragt. Dazu wurde der Zeitraum von den letzten fünf Jahren und die Untersuchungsergebnisse der U -Untersuchungen zur Grundlage gelegt.

Die Kinderärzte sahen:

- Übergewicht (75% der befragten Ärzte)
- Lern und Sprachentwicklungsverzögerung (59%)
- motorische Defizite (56%)
- soziale Isolation (82%)
- sozial auffälliges Verhalten (79%)
- stetig steigender Medienkonsum kann zu psych. Schäden führen, die Tragweite sei noch nicht abzusehen (90%)

(Quelle: [Smart aufwachsen](#))

Auch die [Blick Studie](#) vorgestellt in 2017, bestätigt Zusammenhänge zwischen Entwicklungsauffälligkeiten bzw. Störungen durch die Nutzung elektronischer Medien. Weitere dort aufgeführten Auswirkungen auf die Kinder:

- Konzentrationsschwäche
- Sprachentwicklungsverzögerung
- Hyperaktivität
- [BMI](#) erhöht

Leon Straker und Juliana Zabatiero (Prof. für Physiotherapie) weisen darauf hin, dass Kinder, die viel Zeit vor Touchscreens verbringen, sich durch das ständige Kopfbeugen über das Display in eine monotone Haltung begeben, die Nackenschmerzen, bis hin zu chronischen Beschwerden hervorruft.

Quelle:

<https://www.zeit.de/digital/mobil/2019-12/kinder-bildschirm-smartphone-tablet-schaeden-medienkonsum>

Manfred Spitzer (Neurowissenschaftler) schreibt aufgrund seiner Forschungen, dass die Nutzung von digitalen Medien ist der beste Weg ist, die Gehirne unserer Kinder verkümmern zu lassen. Bei Nutzung von Handys, Tablets und Co kann sogar die weiße Hirnmasse schrumpfen!

Außerdem schreibt Spitzer, dass Kinder bis zum 2. Geburtstag von digitalen Medien überhaupt nichts verstehen können.

Er warnt vor

- Sprachentwicklungsstörung
- geringe Aufmerksamkeitsspanne
- geringe Frustrationstoleranz
- je mehr Medienkonsum im Kindergartenalter, desto schlechter ist die Bildungskarriere.

(Quelle: zeit.de vom 15.12.2019)

Ein weiterer Standpunkt:

„Nicht das Smartphone, sondern Vernachlässigung ist katastrophal für die kindliche Entwicklung“

Das behauptet der Hirnforscher Gerald Hüther (Uni Göttingen).

Kinder brauchen für den Aufbau der wichtigen neuronalen Schaltkreise im Hirn vor allem Körper- und Sozialerfahrungen.

Diese sammelt der Nachwuchs nicht vor dem Bildschirm, ganz egal, welches Programm läuft. Sobald ein Kind vor dem Fernseher/ Tablet/ Handy sitzt, spürt es seinen Körper nicht mehr es wird nicht

- krabbeln
- springen
- balancieren
- klettern

es ist gestohlene Körperzeit....

Hüther nennt als Grund für die katastrophalen Folgen der kindlichen Entwicklung nicht die zu frühe Nutzung von Smartphones sondern die fehlende Körperlernzeit und die fehlende soziale Erfahrung durch „Parken“ des Kindes vor TV, Smartphone, Tablet, Spielkonsole (und damit zu Vernachlässigung seitens der Eltern).

Fühlen und Erleben statt wischen und tippen

Für alle Kinder, aber besonders für Kinder unter drei Jahren gilt es die reale Welt mit allen Sinnen zu erfahren (fühlen, sehen, riechen, schmecken, hören). Dies ist grundlegend und unersetzlich für die Entwicklung des kindlichen Gehirns.

Kinder erfahren ihre Umwelt ausschließlich durch Ausprobieren und Nachahmung. Dazu ist bestimmt kein Tablet oder Smartphone nötig oder auch nur in der Lage.

Auch die passiv erlebte Medienerfahrung birgt Gefahren für die Kinder.

Medien sollen nicht vom Stillen oder Füttern ablenken und die häufige Nutzung von Medien sollten auch nicht den Kindern als schlechtes Vorbild dienen....

Fazit: Medienkonsum – Auswirkung auf Säuglinge / Kleinkinder

- Reizüberflutung (Unruhe, Stress, verlängerte Wachzeiten)
- schwieriger Bindungsaufbau (Interaktion zwischen Eltern und Kind kann durch digitale Medien gestört werden)
- Angst (die Fähigkeit zwischen einer erfundenen Handlung und einer wahren Begebenheit zu unterscheiden, beginnt erst zu Beginn des Schulalters)
- körperliche Faktoren wie Verschlechterung des Gleichgewichts und der Körperhaltung und Gefahr des Übergewichts (schon bei Medienkonsum von 2 Stunden am Tag im Vorschulalter) durch hohes Maß an Medienkonsum
- Strahlenbelastung?
- Nackenbeschwerden bis hin zu chronischen Beschwerden
- Schlaf (Kinder im Alter von 6 bis 12 Monaten, die am Abend Medien ausgesetzt waren, wenn auch nur passiv, hatten einen signifikant kürzeren Nachtschlaf. Denn die blauen Lichtwellen der Medien aktivieren „Wachmacher“ im Gehirn...)
- Beziehungsstörungen (der direkte Kontakt zwischen Eltern und Kind ist deutlich reduziert, wenn ein digitales Medium in Betrieb ist...wenn auch nur im Hintergrund)
- Verzögerung der Sprach- und Bewegungsentwicklung
- Verlust von Mitgefühl, Auffälligkeiten im Sozialverhalten, verstärkte Aggression
- schlechte Leseleistung und allgemeine Schulleistung
- ADHS
- erhöhte Gefährdung für Alkoholabhängigkeit und Nikotinsucht
- Schrumpfen des Gehirns.

Weiterführende Links

[Tipps für Eltern](#)

[Studie zu Hirnforschung](#)

Impressum

Recherche: Hildegard Crampen, Familienhebammen im Kreis Heinsberg

Text und Redaktion: Dorothea Krollmann, Koordinierungsstelle

Frühe Hilfen im Kreis Heinsberg



Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend