Kleinkinder nicht an den Bildschirm!

geschrieben von Redakteur | Juni 7, 2021



Auf kindergesundheit-info.de finden sich viele wichtige Tipps für Eltern und pädagogische Fachkräfte

Wenn es um Digitalisierung geht, wurde der frühkindliche Bereich bisher ausgespart. Schließlich ist nicht nur der pädagogische Nutzen stark umstritten, sondern die gesundheitlichen Risiken für Kinder sind im Zusammenhang mit der Bildschirmnutzung groß. Seit vielen Jahren schon weisen die Weltgesundheitsorganisation (WHO), Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) oder der Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte (BVJK) darauf hin. Sie stützen sich dabei auf zahlreiche wissenschaftliche Studien. Auf ihrer Website hat die BZgA unter der Überschrift **„Kinder und Medien“** Empfehlungen für Eltern zusammengefasst, damit diese Kinder in die Welt der digitalen Medien sinnvoll begleiten können. Da pädagogische Einrichtungen genauso zur Lebenswelt der Kinder zählen, gelten diese Empfehlungen ebenso für pädagogische Fachkräfte.

Grundsätzliches zum Thema Bildschirm

Ob Fernseher, Computerbildschirm, Tablet oder Smartphone. All diese Geräte haben Bildschirme. Kinder im Alter bis drei Jahren sollten laut Empfehlung der BZgA diese Geräte am besten gar nicht nutzen, Kinder von drei bis sechs Jahren höchstens 30 Minuten am Tag. Im Alter von sechs bis zehn Jahren höchstens 45 bis 60 Minuten. Und das auch nicht täglich. Dass dies angesichts der ständigen Präsenz der Bildschirmgeräte im Alltag nur schwer einzuhalten ist, wissen auch die Experten. Dennoch sollten sich alle Erziehenden möglichst darum bemühen, Bildschirme von den Kindern fernzuhalten, geschweige denn den Umgang mit Ihnen zu fördern. Das betrifft auch so genannte Bilderbuch-Apps, zu denen es bisher auch keine echten wissenschaftlichen Studien für den frühpädagogischen Bereich gibt. Zahlreiche Studien weisen darauf hin, dass eine stärkere Nutzung als die Empfohlene zu Konzentrations- bzw. Wahrnehmungsstörungen oder -veränderungen, ADHS, Schlafproblemen und anderen gesundheitlichen Einschränkungen und Entwicklungsstörungen führen kann.

„Tipps und Regeln für Fernsehen und Computer“ hat die BZgA in einem PDF zusammengefasst, das Sie **hier downloaden** können. Empfehlungen zum Umgang mit Medien speziell für Kinder bis zu einem Alter von drei Jahren finden Sie **hier**.

Empfehlungen zu den täglichen Mediennutzungszeiten von Kindern

Alter	Bilderbücher/ Bücher	Hörmedien **(Musik-CDs, -Dateien, Hörgeschichten)**	Bildschirmmedien **(Fernsehen, Video, Computer, Spielekonsolen, Tablets, Smartphones)**
0–3 Jahre	regelmäßig Bilderbücher anschauen und vorlesen (ab etwa 6 Monate)	höchstens 30 Minuten	am besten gar nicht
3–6 Jahre	regelmäßig Bilderbücher anschauen und vorlesen	höchstens 45 Minuten	zusammen höchstens 30 Minuten
6–10 Jahre	regelmäßig vorlesen / lesen	höchstens 60 Minuten	zusammen höchstens 45–60 Minuten

Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)/ https://www.kindergesundheit-info.de/themen/medien/alltagstipps/mediennutzung/hoechstdauer/ *(**Auszug**) CC BY-NC-ND*

Empfehlungen für Erwachsene

Die BZgA weist auch darauf hin, dass Babys und Kleinkinder schon sehr viel davon mitbekommen, wie in der Familie Medien genutzt werden. Das gilt auch für die pädagogische Einrichtung. Die Kinder merken dabei auch, wenn diesen Geräten mehr Aufmerksamkeit geschenkt wird als ihnen. Dabei kann es

sein, dass sich die Kinder für diese Medien begeistern und „mitspielen“ wollen. Es kann aber auch sein, dass sie auf die Medienumgebung nervös, wütend oder erschöpft reagieren. Beides ist bestimmt nicht im Sinne des Kindes. Bevor sie sich also mit den digitalen Medien beschäftigen, beschäftigen sie sich besser mit dem Kind.

Bilderbücher sind auch Medien

Kinder erforschen mit allen Sinnen die Welt. Und digitale Geräte können niemals reale Erfahrungen ersetzen. Wenn es aber um Medien geht, sollten Sie nie vergessen, dass auch Bilderbücher Medien sind, die Sie immer einsetzen können. Natürlich gibt es auch hier gute und schlechte. Aber das Erlebnis, zusammen zu sitzen oder gar zu kuscheln, etwas vorgelesen zu bekommen und gemeinsam die Bilder zu betrachten, lässt sich durch nichts ersetzen. Zudem unterstützen Sie damit die Begeisterung für Bücher und unterstützen die **Sprachbildung**. Und gerade die letzte Auswertung der so genannten PISA-Studie hat deutlich gezeigt, **dass Kinder, die Gedrucktes Lesen, besser abschneiden**.



„Gut hinsehen, gut zuhören, aktiv gestalten!“

Die BZgA hat unter dem Titel „Gut hinsehen, gut zuhören, aktiv gestalten!“ einen Ratgeber zum Thema „Mediennutzung in der Familie“ herausgebracht. Darin finden sich viele gute Tipps zum Umgang mit Medien innerhalb der Familie. Das PDF steht gratis zum Download bereit.

RatgeberBZgAHerunterladen