

Bei dem Licht der Welt, das ein Neugeborenes redenswürdig erblickt, handelt es sich heutzutage oft um den kalten Schein eines Handybildschirms. Schließlich legt manch werdender Vater das Gerät auch im Kreißsaal nicht aus der Hand. Zumindest nicht freiwillig, wie Kinderärztin Christina Gugg weiß. Ein Fall hat sich ihr besonders eingeprägt. Eine Entbindung per Kaiserschnitt war das. Gugg begleitete sie als Medizinerin der Eltern-Kind-Station an der Universitätsklinik Salzburg. Der Vater war anwesend. „Er hat alles gefilmt, ich glaube, es war sogar ein Videotelefonat“, erinnert sich Gugg. Als er zum Baby durfte, habe er es nur durch den Bildschirm angeschaut. „Ich habe ihm das Handy weggenommen“, sagt Gugg. „Dann habe sie ihm das Kind in den Arm gelegt. Kurze Zeit später hielt der Vater das Smartphone wieder in der Hand.“

Man kann darin den vielleicht verständlichen Wunsch sehen, die ersten Augenblicke seines Kindes festzuhalten. Gugg sieht darin ein problematisches Muster. Wenn sie zu stillenden Müttern ins Zimmer komme, hätten die oft ein Smartphone in der Hand. Beim Füttern das gleiche Bild. Dabei sei es wichtig, dass sich die Eltern dabei auf das Kind konzentrieren. Schon die Kleinsten würden versuchen, die Aufmerksamkeit der Mutter zu bekommen. „Sie weinen, lachen, grimassieren“, sagt Gugg. Doch diese natürliche Reaktion stoßt auf eine technologisch bedingte Barriere. „Die Mama ist weit weg, wenn sie in den sozialen Medien gefangen ist.“ Für die Ärztin ähnelt das Verhalten der Mutter dem einer postpartalen Depression: „Die Smartphone-Nutzung führt zu einem ähnlichen Bild.“

Gugg zählt nicht, wie häufig sie solche Situationen mitbekommt. Aber eine kleine Beobachtungsstudie aus den Vereinigten Staaten zeigt, dass das Smartphone sich häufig zwischen Eltern und Kind drängt. Darin wurde die Handynutzung von 58 Eltern mit ein bis fünf Jahre alten Kindern genau überwacht. Mutter und Vater hielten das Gerät pro Tag im Schnitt 67 Mal für insgesamt vier Stunden hervor. Befragungen zeigten: 70 Prozent der Eltern geben zu, ihr Handy während des Spielens oder der gemeinsamen Mahlzeiten zu verwenden. 89 Prozent nutzen es täglich im Beisein ihrer Kinder.

Langsam wird klar, welche Folgen das haben kann. In einer Arbeit aus dem „Journal of Child and Family Studies“ ist zu lesen: „Die übermäßige Nutzung digitaler Geräte im Familienalltag hat die Eltern-Kind-Beziehungen grundlegend verändert, was zu einer zunehmenden Entfremdung innerhalb der Familie geführt hat und eine Generation von Kindern hervorgebracht hat, die inmitten der allgegenwärtigen Technologie um die Aufmerksamkeit ihrer Eltern konkurrieren.“

Doch wann wird aus der legitimen Verwendung von Technologie eine „übermäßige“ Nutzung? Mussten Kinder nicht schon immer um die Aufmerksamkeit ihrer Eltern ringen? Was sollte man Eltern raten? Mit diesen Fragen sieht sich Antonia Dinzinger ständig konfrontiert. Sie forscht am Institut für Early Life Care der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität in Salzburg. Hier werden Experten für die ersten Lebensjahre ausgebildet: Kinderärzte, Hebammen, Krankenpfleger. Aber sie stoßen mit ihrem Wissen an Grenzen, wenn sie merken, wie sich das Smartphone zwischen Kindern und Eltern drängt.

Um ihnen bessere Ratschläge zu geben, untersucht Dinzinger das Phänomen in einem Labor für Eltern und Kinder: Kameras und Mikrofone zeichnen alles auf, Sensoren messen die Herzraten. In einem Experiment sollten Mütter von Säuglingen ein Kreuzworträtsel auf dem Handy lösen. Dinzinger und ihre Kollegen notierten die Reaktion der Kinder: Ihr Herz

begann schneller zu schlagen, sie weinten und bäumten sich auf oder sie versuchten sich selbst zu beruhigen, indem sie ihre Händchen aneinanderrieben. Eine so heftige Stressreaktion kennen die Wissenschaftler eigentlich nur bei Early Life Care der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität in Salzburg. Hier werden Experten für die ersten Lebensjahre ausgebildet: Kinderärzte, Hebammen, Krankenpfleger. Aber sie stoßen mit ihrem Wissen an Grenzen, wenn sie merken, wie sich das Smartphone zwischen Kindern und Eltern drängt.

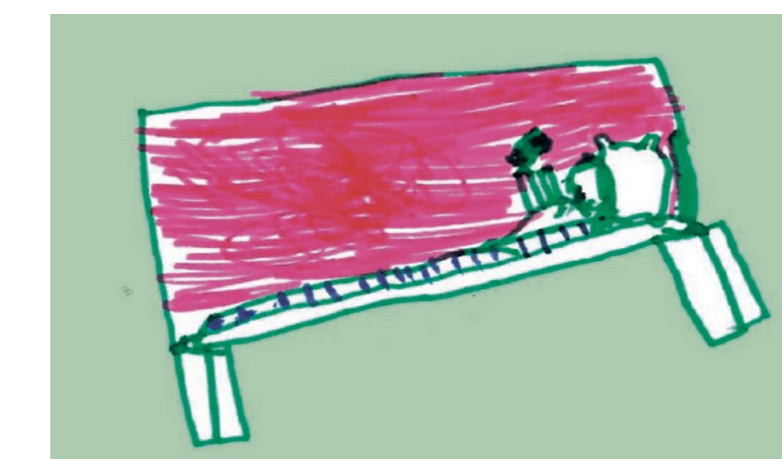


Bildschirm- oder Essenszeit? Ein Elternteil schaut während des Abendbrot Films mit dem Kind.

an“, und die Mutter ist total auf dieses Kreuzworträtsel fixiert“, sagt die Forscherin. Das Smartphone gefährde die Feinfühligkeit der Eltern, die daraus besteht, die Zeichen der Kinder wahrzunehmen, sie zu interpretieren und prompt und angemessen zu reagieren. Das ist bedrohlich, denn Feinfühligkeit ist gerade die Voraussetzung dafür, dass sich zwischen Mutter und Kind ein enges emotionales Geflecht, eine Bindung entwickle. „Kinder sind nicht nur auf jemanden angewiesen, der Windeln wechselt und sich um Schlaf und Nahrung kümmert, sondern auch auf eine Bindungsperson, die emotional verfügbar ist“, sagt Dinzinger.

Die Erkenntnisse aus diesen Experimenten decken sich weitgehend mit denen anderer Versuche. Aktuell wertet Dinzinger ein ähnliches Experiment in Neuseeland erforscht diese. Sie hat beispielsweise 20 Kinder zwischen sechs und neun Jahren nach ihren Erfahrungen befragt.

ergebnisse dünner“, sagt Dinzinger. Vergangenes Jahr ist die erste große Übersichtsarbeit erschienen. Sie zeigte, dass sich die elterliche Handynutzung negativ auf das geistige Vermögen, das Sozialverhalten und die Fähigkeit, die eigenen Emotionen zu regulieren auswirkt. Insgesamt waren die Effekte zwar signifikant, aber klein. Zudem beantworten sie die Frage nach der Ursache und Wirkung nicht: Ist die Smartphone-Nutzung ausschlaggebend? Oder greifen Eltern, die von ihrer Rolle emotional überfordert sind, eher zum Smartphone? Bei der Frage, was die Smartphone-Nutzung langfristig, also auch mit dem späteren Leben der Kinder macht, ist deren Perspektive ein wichtiges Element. Die Entwicklungspsychologin Cara Swit von der Universität Canterbury in Neuseeland erforscht diese. Sie hat beispielsweise 20 Kinder zwischen sechs und neun Jahren nach ihren Erfahrungen befragt.



Beobachtung im Schlafzimmer: Eine Mutter liegt mit dem Handy im Bett.

an“, und die Mutter ist total auf dieses Kreuzworträtsel fixiert“, sagt die Forscherin. Das Smartphone gefährde die Feinfühligkeit der Eltern, die daraus besteht, die Zeichen der Kinder wahrzunehmen, sie zu interpretieren und prompt und angemessen zu reagieren. Das ist bedrohlich, denn Feinfühligkeit ist gerade die Voraussetzung dafür, dass sich zwischen Mutter und Kind ein enges emotionales Geflecht, eine Bindung entwickle. „Kinder sind nicht nur auf jemanden angewiesen, der Windeln wechselt und sich um Schlaf und Nahrung kümmert, sondern auch auf eine Bindungsperson, die emotional verfügbar ist“, sagt Dinzinger.

Die Erkenntnisse aus diesen Experimenten decken sich weitgehend mit denen anderer Versuche. Aktuell wertet Dinzinger ein ähnliches Experiment in Neuseeland erforscht diese. Sie hat beispielsweise 20 Kinder zwischen sechs und neun Jahren nach ihren Erfahrungen befragt.

an“, und die Mutter ist total auf dieses Kreuzworträtsel fixiert“, sagt die Forscherin. Das Smartphone gefährde die Feinfühligkeit der Eltern, die daraus besteht, die Zeichen der Kinder wahrzunehmen, sie zu interpretieren und prompt und angemessen zu reagieren. Das ist bedrohlich, denn Feinfühligkeit ist gerade die Voraussetzung dafür, dass sich zwischen Mutter und Kind ein enges emotionales Geflecht, eine Bindung entwickle. „Kinder sind nicht nur auf jemanden angewiesen, der Windeln wechselt und sich um Schlaf und Nahrung kümmert, sondern auch auf eine Bindungsperson, die emotional verfügbar ist“, sagt Dinzinger.

Die Erkenntnisse aus diesen Experimenten decken sich weitgehend mit denen anderer Versuche. Aktuell wertet Dinzinger ein ähnliches Experiment in Neuseeland erforscht diese. Sie hat beispielsweise 20 Kinder zwischen sechs und neun Jahren nach ihren Erfahrungen befragt.

an“, und die Mutter ist total auf dieses Kreuzworträtsel fixiert“, sagt die Forscherin. Das Smartphone gefährde die Feinfühligkeit der Eltern, die daraus besteht, die Zeichen der Kinder wahrzunehmen, sie zu interpretieren und prompt und angemessen zu reagieren. Das ist bedrohlich, denn Feinfühligkeit ist gerade die Voraussetzung dafür, dass sich zwischen Mutter und Kind ein enges emotionales Geflecht, eine Bindung entwickle. „Kinder sind nicht nur auf jemanden angewiesen, der Windeln wechselt und sich um Schlaf und Nahrung kümmert, sondern auch auf eine Bindungsperson, die emotional verfügbar ist“, sagt Dinzinger.

Die Erkenntnisse aus diesen Experimenten decken sich weitgehend mit denen anderer Versuche. Aktuell wertet Dinzinger ein ähnliches Experiment in Neuseeland erforscht diese. Sie hat beispielsweise 20 Kinder zwischen sechs und neun Jahren nach ihren Erfahrungen befragt.



Enttäuschte Erwartung: Ein Elternteil mit Handy und ein Kind mit traurigem Gesicht, weil niemand mit ihm ein Brettspiel spielen möchte.



Besseres zu tun: Ein Kind möchte spielen. Der Vater ist beschäftigt. „Ich weiß, dass er nur am Handy sitzt und SMS schreibt“, kommentiert das Kind.



Wunsch nach Aufmerksamkeit: Ein Kind auf der Rutsche, während ein Elternteil auf der Bank sitzt und aufs Handy schaut.

# Mama, siehst du mich?

Wenn Eltern ständig auf ihr Smartphone starren, schadet das dem Nachwuchs und der familiären Bindung. Gibt es eine gute Balance zwischen Techniknutzung und Kindeswohl? Von Piotr Heller



Beruf und Familie: Das Kind liegt krank im Bett (oben links), während ein Elternteil am Laptop arbeitet.

gilt das als normales Verhalten“, sagt sie. Diese dritte Stufe kann die Beziehung zwischen Eltern und Kind stark belasten. Sie signalisiert, dass die Eltern weder geistig noch emotional für sie da sind. Wie sollte man diesen Risiken begegnen? Sie komplett zu beseitigen, indem man auf digitale Technologien verzichtet, ist unrealistisch. Keine der Expertinnen aus diesem Artikel fordert das. Dafür ist die Technologie zu nützlich für die Eltern: Handys sind Informationsquelle, Arbeitsgerät, Kontakt zur Außenwelt – und ja, auch Stressbewältigung. Das hat Lara Wolfers von der Universität Basel in Interviews mit Eltern belegt. Eine Mutter, die ihr Leben als „totales Chaos“ beschrieb, erzählte etwa, Kartenspiele auf dem Handy gäben ihr ein Gefühl von Kontrolle. „Das klang, als würde es ihr helfen“, sagt Wolfers. Sie haben viele ähnliche Dinge gehört, etwa von Eltern, die sich vor dem Alltag kurz in soziale Medien flüchten. Gleichzeitig ärgerten sie sich aber über die Smartphone-Nutzung anderer Eltern. „Die eigenen Handynutzung erscheint sinnvoll, die der anderen wird als negativ empfunden“, sagt Wolfers. Diese Beobachtung habe sie dazu gebracht, über Normen und Schuldgefühle von Eltern zu forschen. Ein zweischneidiges Schwert, sagt sie. Zwar könnten Schuldgefühle helfen, die Smartphone-Nutzung einzuschränken. Problematisch sei aber, wenn Eltern sich schuldig fühlen, es aber nicht schaffen, ihr Verhalten zu ändern. Das könne die durchaus vorhandene positive Wirkung des Smartphones schwächen. Schlimmer noch: Schuldgefühle trieben Eltern dazu, ihre Smartphone-Nutzung nicht anzupreschen, so zu tun, als sei nichts – was dem Rat entgegenwirkt, sie anzukündigen. Doch während die Ankündigung „Ich muss eine E-Mail für die Arbeit beantworten“ vernünftig wirkt, ist fraglich, ob man einen Kind den Satz zumuten sollte: „Papa braucht jetzt fünf Minuten Videos auf TikTok.“ Die Antwort von Cara Swit ist eigentlich einfach: alles zu seiner Zeit. „Das Ziel lautet nicht: keine Handynutzung in der Nähe von Kindern“, sagt sie. Das sei für viele Familien unrealistisch. Das Ziel laute eher: Handy weg während wichtiger Zeit mit dem Kind, etwa beim Stillen, beim Spielen, beim Abendessen. Swit nennt es „bewusster Umgang“.

Aber so simpel die Antwort klingt, verlangt sie dem Einzelnen viel ab. „Smartphones spielen eine Rolle bei der Arbeit, bei Kontakten, der Organisation des Alltags und der Bewältigung emotionaler Herausforderungen“, sagt Swit. Alles Faktoren, auf die individuelle Eltern kaum Einfluss haben. Man müsse die Sache auch gesellschaftlich sehen, indem man betont, wie wichtig die Aufmerksamkeit für Kinder ist. Erwartungen an ständige Verfügbarkeit auf der Arbeit seien und auch die Mechanismen der sozialen Medien stärker hinterfragt. Lara Wolfers spricht sich ebenfalls für eine gesellschaftliche Lösung aus. Ohnehin seien Eltern, die ihre Handynutzung hinterfragten, bereits auf dem richtigen Weg. Bei einer wirklich exzessiven Nutzung hätten die Eltern Schwierigkeiten, überhaupt zu erkennen, dass es ein Problem gibt.

Das Risiko für Entwicklungsstörungen steigt bei mehr als zwei Stunden am Tag. Es ist gut belegt, dass die Sprachentwicklung beeinträchtigt sein kann und Aufmerksamkeitssteuerung, Daueraufmerksamkeit, Konzentrationsfähigkeit leiden. Da ist egal, was man nutzt: Smartphone, Tablet oder Fernseher. Doch während die Ankündigung „Ich muss eine E-Mail für die Arbeit beantworten“ vernünftig wirkt, ist fraglich, ob man einen Kind den Satz zumuten sollte: „Papa braucht jetzt fünf Minuten Videos auf TikTok.“ Die Antwort von Cara Swit ist eigentlich einfach: alles zu seiner Zeit. „Das Ziel lautet nicht: keine Handynutzung in der Nähe von Kindern“, sagt sie. Das sei für viele Familien unrealistisch. Das Ziel laute eher: Handy weg während wichtiger Zeit mit dem Kind, etwa beim Stillen, beim Spielen, beim Abendessen. Swit nennt es „bewusster Umgang“.

Aber so simpel die Antwort klingt, verlangt sie dem Einzelnen viel ab. „Smartphones spielen eine Rolle bei der Arbeit, bei Kontakten, der Organisation des Alltags und der Bewältigung emotionaler Herausforderungen“, sagt Swit. Alles Faktoren, auf die individuelle Eltern kaum Einfluss haben. Man müsse die Sache auch gesellschaftlich sehen, indem man betont, wie wichtig die Aufmerksamkeit für Kinder ist. Erwartungen an ständige Verfügbarkeit auf der Arbeit seien und auch die Mechanismen der sozialen Medien stärker hinterfragt. Lara Wolfers spricht sich ebenfalls für eine gesellschaftliche Lösung aus. Ohnehin seien Eltern, die ihre Handynutzung hinterfragten, bereits auf dem richtigen Weg. Bei einer wirklich exzessiven Nutzung hätten die Eltern Schwierigkeiten, überhaupt zu erkennen, dass es ein Problem gibt.

Natürlich kann man mit kleinen Kindern auch mal Fotos auf dem Smartphone machen. Aber es ist ein bisschen anders. Das Risiko für Entwicklungsstörungen steigt bei mehr als zwei Stunden am Tag. Es ist gut belegt, dass die Sprachentwicklung beeinträchtigt sein kann und Aufmerksamkeitssteuerung, Daueraufmerksamkeit, Konzentrationsfähigkeit leiden. Da ist egal, was man nutzt: Smartphone, Tablet oder Fernseher. Doch während die Ankündigung „Ich muss eine E-Mail für die Arbeit beantworten“ vernünftig wirkt, ist fraglich, ob man einen Kind den Satz zumuten sollte: „Papa braucht jetzt fünf Minuten Videos auf TikTok.“ Die Antwort von Cara Swit ist eigentlich einfach: alles zu seiner Zeit. „Das Ziel lautet nicht: keine Handynutzung in der Nähe von Kindern“, sagt sie. Das sei für viele Familien unrealistisch. Das Ziel laute eher: Handy weg während wichtiger Zeit mit dem Kind, etwa beim Stillen, beim Spielen, beim Abendessen. Swit nennt es „bewusster Umgang“.

Natürlich kann man mit kleinen Kindern auch mal Fotos auf dem Smartphone machen. Aber es ist ein bisschen anders. Das Risiko für Entwicklungsstörungen steigt bei mehr als zwei Stunden am Tag. Es ist gut belegt, dass die Sprachentwicklung beeinträchtigt sein kann und Aufmerksamkeitssteuerung, Daueraufmerksamkeit, Konzentrationsfähigkeit leiden. Da ist egal, was man nutzt: Smartphone, Tablet oder Fernseher. Doch während die Ankündigung „Ich muss eine E-Mail für die Arbeit beantworten“ vernünftig wirkt, ist fraglich, ob man einen Kind den Satz zumuten sollte: „Papa braucht jetzt fünf Minuten Videos auf TikTok.“ Die Antwort von Cara Swit ist eigentlich einfach: alles zu seiner Zeit. „Das Ziel lautet nicht: keine Handynutzung in der Nähe von Kindern“, sagt sie. Das sei für viele Familien unrealistisch. Das Ziel laute eher: Handy weg während wichtiger Zeit mit dem Kind, etwa beim Stillen, beim Spielen, beim Abendessen. Swit nennt es „bewusster Umgang“.

Natürlich kann man mit kleinen Kindern auch mal Fotos auf dem Smartphone machen. Aber es ist ein bisschen anders. Das Risiko für Entwicklungsstörungen steigt bei mehr als zwei Stunden am Tag. Es ist gut belegt, dass die Sprachentwicklung beeinträchtigt sein kann und Aufmerksamkeitssteuerung, Daueraufmerksamkeit, Konzentrationsfähigkeit leiden. Da ist egal, was man nutzt: Smartphone, Tablet oder Fernseher. Doch während die Ankündigung „Ich muss eine E-Mail für die Arbeit beantworten“ vernünftig wirkt, ist fraglich, ob man einen Kind den Satz zumuten sollte: „Papa braucht jetzt fünf Minuten Videos auf TikTok.“ Die Antwort von Cara Swit ist eigentlich einfach: alles zu seiner Zeit. „Das Ziel lautet nicht: keine Handynutzung in der Nähe von Kindern“, sagt sie. Das sei für viele Familien unrealistisch. Das Ziel laute eher: Handy weg während wichtiger Zeit mit dem Kind, etwa beim Stillen, beim Spielen, beim Abendessen. Swit nennt es „bewusster Umgang“.

Natürlich kann man mit kleinen Kindern auch mal Fotos auf dem Smartphone machen. Aber es ist ein bisschen anders. Das Risiko für Entwicklungsstörungen steigt bei mehr als zwei Stunden am Tag. Es ist gut belegt, dass die Sprachentwicklung beeinträchtigt sein kann und Aufmerksamkeitssteuerung, Daueraufmerksamkeit, Konzentrationsfähigkeit leiden. Da ist egal, was man nutzt: Smartphone, Tablet oder Fernseher. Doch während die Ankündigung „Ich muss eine E-Mail für die Arbeit beantworten“ vernünftig wirkt, ist fraglich, ob man einen Kind den Satz zumuten sollte: „Papa braucht jetzt fünf Minuten Videos auf TikTok.“ Die Antwort von Cara Swit ist eigentlich einfach: alles zu seiner Zeit. „Das Ziel lautet nicht: keine Handynutzung in der Nähe von Kindern“, sagt sie. Das sei für viele Familien unrealistisch. Das Ziel laute eher: Handy weg während wichtiger Zeit mit dem Kind, etwa beim Stillen, beim Spielen, beim Abendessen. Swit nennt es „bewusster Umgang“.

## Symptome wie bei Autismus

Arnika Thiede behandelt Kinder, die exzessiv am Smartphone hängen. Hier erklärt sie, wie man Bildschirmzeit gestaltet und warum das Handy auch mal als Belohnung durchgeht.

Frau Thiede, sehen Sie Kindern an, ob sie zu häufig Medien nutzen? Wir sind eine Spezialambulanz für Kinder mit Kommunikationsstörung. Oft fragen Eltern: „Warum spricht mein Kind nicht? Warum interessiert es sich nicht für andere Kinder?“ Das sind typische Symptome von Autismus. Aber wir merken: Hopp! da reagieren schon, die nehmen Blickkontakt auf, und die interessieren sich für Spielzeug. Dann entsteht der Verdacht: Das könnte mit der Mediennutzung zusammenhängen.

Kinder, die zu viel auf dem Smartphone spielen, wirken zunächst, als seien sie von Autismus betroffen? Ja. Manche Kinder plaudern in einer Sprache vor sich hin, die keiner versteht, deren Melodie sich aber wie ein Youtube-Lied oder eine Kinderserie anhört. Oder das Kind hört nicht auf seinen Namen. Das hat es nicht gelernt, weil Medien einen nicht rufen. Der Unterschied zu Autismus ist: Wenn man sich dem Kind wirklich zuwendet und den Medienkonsum reduziert, kommt man zu ihm durch.

Sie sind seit 30 Jahren Kinderärztin. Werden solche Fälle häufiger? Wir sehen das etwa seit 2017 vermehrt. Scheinbar ist die Generation, die mit dem Smartphone aufgewachsen ist, selbst zu Eltern geworden. Das sind Menschen, die selbst viel an digitalen Medien konsumieren. Einen zusätzlichen Anstieg gab es während Corona. Da folgte ein Rückzug in den digitalen Raum.

Ab wann gilt denn bei Kindern die Mediennutzung als exzessiv? Das Risiko für Entwicklungsstörungen steigt bei mehr als zwei Stunden am Tag. Es ist gut belegt, dass die Sprachentwicklung beeinträchtigt sein kann und Aufmerksamkeitssteuerung, Daueraufmerksamkeit, Konzentrationsfähigkeit leiden. Da ist egal, was man nutzt: Smartphone, Tablet oder Fernseher.

Fachgesellschaften empfehlen: Bis zu einem Alter von drei Jahren gar keine Mediennutzung. Dann höchstens 30 Minuten am Tag. Doch schon kleine Kinder sitzen deutlich länger vor Bildschirmen. Was bringen die Empfehlungen überhaupt? Sie bieten Orientierung und Klarheit. Eltern geben Kindern ein Smartphone, damit sie 20 Minuten beschäftigt sind. Daraus werden 60 Minuten. Empfehlungen machen klar, dass ewiges Rumwischen auf dem Handy schlecht ist.

Da gibt es keine Ausnahme? Natürlich kann man mit kleinen Kindern auch mal Fotos auf dem Smartphone machen. Aber es ist ein bisschen anders. Das Risiko für Entwicklungsstörungen steigt bei mehr als zwei Stunden am Tag. Es ist gut belegt, dass die Sprachentwicklung beeinträchtigt sein kann und Aufmerksamkeitssteuerung, Daueraufmerksamkeit, Konzentrationsfähigkeit leiden. Da ist egal, was man nutzt: Smartphone, Tablet oder Fernseher.

Was, wenn die Begrenzung der Bildschirmzeit zum Streit führt? Man sollte bereits früh Bildschirmzeiten einführen. Hier ist eine transparente Regelung hervorzuheben, dadurch minimieren sich familiäre Diskussionen.

Das Kind mit dem Handy ruhigzustellen ist nun mal sehr verlockend. Welche Alternative empfehlen Sie? Eltern erinnern sich heute offenbar nicht mehr daran, wie sie als Kinder gespielt haben. Sie haben oft keine Idee, was Spielen bedeutet. Man kann sich einfach mit dem Kind und ein paar Spielzeugautos auf den Fußboden setzen. Das Kind soll die Spielfiguren gestalten. Der Erwachsene kann sie mit Vorschlägen erweitern. Das ist ein phantastisches Erlebnis für viele Kinder.

Das Ruhigstellen passiert oft im Restaurant. Dann sitzen die Kinder am Smartphone – und die Eltern auch. Früher hatte man einen Block und Buntpunkte oder ein Kartenspiel. Das geht heute auch.

Manche nutzen das Smartphone als Belohnung: Du warst brav, jetzt darfst du 20 Minuten lang etwas spielen. Ist das ein Problem? Nein, wenn es bei Ausnahmen bleibt. Man sollte nicht jedes positive Verhalten eines Kindes damit belohnen, dass es am Handy spielen kann.

Mit welchen Hürden sehen sich Eltern konfrontiert, die die Mediennutzung ihrer Kinder einschränken wollen? Die Hauptürde ist die eigene Handynutzung. Natürlich kann ich die Mediennutzung des Kindes kaum einschränken, wenn dieses kleine blinkende, piepsende oder vibrierende Kästchen ständig zwischen dem Kind und mir ist. Das Kind muss um die Aufmerksamkeit der Eltern mit dem Gerät konkurrieren. Wissen Sie, ein Säugling schläft 13 Stunden am Tag. Ich sage vielen jungen Eltern: Da haben Sie doch 13 Stunden Zeit, auf Handy zu gucken. Die Fragen stellt Piotr Heller.

Manche nutzen das Smartphone als Belohnung: Du warst brav, jetzt darfst du 20 Minuten lang etwas spielen. Ist das ein Problem? Nein, wenn es bei Ausnahmen bleibt. Man sollte nicht jedes positive Verhalten eines Kindes damit belohnen, dass es am Handy spielen kann.

Mit welchen Hürden sehen sich Eltern konfrontiert, die die Mediennutzung ihrer Kinder einschränken wollen? Die Hauptürde ist die eigene Handynutzung. Natürlich kann ich die Mediennutzung des Kindes kaum einschränken, wenn dieses kleine blinkende, piepsende oder vibrierende Kästchen ständig zwischen dem Kind und mir ist. Das Kind muss um die Aufmerksamkeit der Eltern mit dem Gerät konkurrieren. Wissen Sie, ein Säugling schläft 13 Stunden am Tag. Ich sage vielen jungen Eltern: Da haben Sie doch 13 Stunden Zeit, auf Handy zu gucken. Die Fragen stellt Piotr Heller.