

POSITIONSPAPIER

Digitale Medien und frühe Kindheit

**Forschungsstand,
Wirkungen
und Empfehlungen**

2. überarbeitete Auflage



GAIMH
GERMAN SPEAKING ASSOCIATION FOR
INFANT MENTAL HEALTH

POSITIONSPAPIER

Digitale Medien und frühe Kindheit

Forschungsstand, Wirkungen und Empfehlungen

Paula Bleckmann (Alfter)
Valérie Brauchli (Zürich)
Elisabeth Denzl (Alfter)
Marion Hantinger (Salzburg)
Barbara von Kalckreuth (Freiburg)
Annette M. Klein (Berlin)
Larissa Schneebeil (Zürich)
Lieselotte Simon-Stolz (Homburg)
Fabio Sticca (Zürich)
Claudia Uhler (Freiburg)
Martina Wolf (München)
Agnes von Wyl (Zürich)

GAIMH
German-Speaking Association for Infant Mental Health
Tochtergesellschaft der **WAIMH**
World Association for Infant Mental Health

IMPRESSUM

Herausgeber, Medieninhaber und Hersteller

Gesellschaft für Seelische Gesundheit in der Frühen Kindheit e.V.

Vereinssitz: München

VR: 15530

Hersteller- und Verlagsort: Wien

Geschäftsstelle und Zustelladresse:

GAIMH

Hernalser Hauptstraße 15/2/9

A - 1170 Wien

www.gaimh.org

info@gaimh.org

Layout

Daniela Koller

Grafik & WebDesign

www.danielakoller.at

Druck



Eigner Druck GmbH, UW 981; Gedruckt nach der Richtlinie
„Schadstoffarme Druckerzeugnisse“ des Österreichischen
Umweltzeichens, www.eigner-druck.at

Alle Rechte vorbehalten. Eine Verwertung (auch auszugsweise) ist nur mit schriftlicher Zustimmung des Medieninhabers zulässig.

© Juli 2024 GAIMH, 2. überarbeitete Auflage

ISBN: 978-3-00-079075-1

Inhalt

1	Zusammenfassung	5
2	Einleitung	7
3	Medienausstattung und Medienexposition	10
4	Entwicklungsbedürfnisse und Entwicklungsaufgaben	12
5	Spannungsfeld Bildschirmmedien und Entwicklungsbedürfnisse von Kindern	16
5.1	Direkte Mediennutzung durch Kinder	18
5.1.1	Sozio-emotionale Kompetenzen und Wohlbefinden	18
5.1.2	Kognitive, motorische und sprachliche Fähigkeiten	21
5.1.3	Übergewicht & Fitness, Entwicklung der Augen	24
5.1.4	Schlaf	25
5.1.5	Spiel und innere Vorstellungskraft	26
5.1.6	Belohnungssystem, Suchtverhalten, Online-Sucht	28
5.2	Einflüsse der elterlichen Mediennutzung	29
5.2.1	Technoferenz, Background Media-Exposition, Homeoffice	29
5.2.2	Funktionen der Mediennutzung	32
5.2.3	Digitale Dauerüberwachung und Verletzung der Privatsphäre	35
5.3	Interventionsstudien	36
5.4	Zusammenfassung der aktuellen Forschungslage	37
5.5	Zusammenfassung der GAIMH-Perspektive	39
6	Empfehlungen der GAIMH	40
6.1	Für die Praxis	40
6.2	Prävention, Beratung, Begleitung und Therapie	44
6.3	Basiswissen für qualifizierte Fachkräfte	45
6.4	Kinderschutz	47
7	Ideen für die praktische Arbeit mit Eltern und Kindern	48
7.1.	Drei Zugangswege zur Reflexion des eigenen Gebrauchs von Bildschirmmedien	49
7.1.1.	Bildschirmfreie Alternativen im Alltag mit Kindern	50
8	Freiräume für Eltern	53
9	Nachwort	54
10	Laufende Forschungsprojekte mit Beteiligung von GAIMH-Mitgliedern	55
11	Literatur	56

1 Zusammenfassung

Digitale Medien und Bildschirme sind zu einem festen Bestandteil des Alltags von Familien geworden. Ihre Wirkung auf die Eltern-Kind-Interaktion, das gesamte Familienleben und die körperliche, sozio-emotionale, kognitive, motorische und sprachliche Entwicklung von Kindern wird weltweit untersucht. Bei 0-3-jährigen Kindern zeichnet sich ab, dass deren Entwicklungsbedürfnisse durch einen zeitlich ausufernden, inhaltlich ungeeigneten und in seiner Funktion problematischen Konsum von Bildschirmmedien, sowie durch die Ablenkung der Eltern nicht befriedigt werden. Babys und Kleinkinder brauchen vielmehr präsente, emotional verfügbare Bezugspersonen, die regulierend und anregend wirken und damit als sichere Basis für die Exploration der Welt mit allen Sinnen zur Verfügung stehen.

Digitale Medien haben ihren berechtigten Platz in der beruflichen und privaten Welt der Eltern. Sie sind eine zuverlässige Ressource bei der Bewältigung des Familienalltags. Allerdings zeigen sich zwei Risikobereiche: Eltern, wie alle Menschen, werden durch digitale Medien abgelenkt und entziehen dadurch dem Kind oftmals völlig unvermittelt Zuwendung und Aufmerksamkeit. Und sie delegieren Aufgaben an die verschiedenen Geräte, die eigentlich zu ihren persönlichen Aufgaben gehören, beispielsweise wenn das Smartphone zum Babysitter oder zum Mittel für Bestrafung oder Belohnung wird. Die kurzfristige Wirkung trägt langfristig nicht zur emotionalen Reifung und psychosozialen Entwicklung bei (Chaudron, 2015).

Mediennutzungspfade werden in der frühen Kindheit geprägt und sind später schwer zu verändern. Werdende Eltern und Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren sollten daher frühzeitig über die Wirkung digitaler Medien informiert werden und ihren eigenen Gebrauch reflektieren und kontrollieren. Informationsmöglichkeiten bieten sich in Geburtsvorbereitungs-

kursen, Spielgruppen, Kinderkrippen, Kindergärten, bei Arztbesuchen und in anderen Kontexten. Änderungsschritte können am besten innerhalb bestehender Alltagsroutinen und in Gruppen angeregt und angeleitet werden (Frieden, 2010).

Die GAIMH empfiehlt daher, das Thema ins öffentliche Bewusstsein zu bringen. Es geht dabei nicht um Kritik an den Eltern, sondern um das Vermitteln von grundsätzlichen Kenntnissen über die Auswirkungen digitaler Medien auf die Entwicklung von Kindern. Das Entdecken eigener Ressourcen und bildschirmfreier Alternativen mit oder ohne fachliche Begleitung sollte zu einem „medienkontrollierten Alltag“ führen.

Ein veränderter, reflektierter und kritischer Umgang mit Bildschirmmedien kann zunächst als Verzicht und Verlust von Lebensqualität befürchtet, erlebt und abgelehnt werden. Auf der Basis einer vertrauensvollen Beziehung zwischen Eltern, Kind und professioneller Begleitung können neue Erfahrungen ohne Bildschirm gemacht werden und schrittweise Veränderungen beginnen.

Alle Fachkräfte, die im Bereich der frühen Kindheit in Begleitung, Beratung und Therapie tätig sind, sollten daher in der Aus-, Weiter- und Fortbildung umfassend informiert werden und sich mit dem Thema auseinandersetzen. Dazu ist die Reflexion des eigenen Gebrauchs digitaler Medien, privat und professionell, ein geeigneter Ausgangspunkt.

Die Datenlage zur Präsenz digitaler Medien und zu den Auswirkungen des Gebrauchs für Kinder von 0 bis 3 Jahren erweitert und verbessert sich zunehmend, sodass wissenschaftlich begründete Aussagen vermehrt möglich sind. Die Komplexität der bio-psycho-sozialen Entwicklung eines Kindes, die zudem kulturelle und religiöse Einflüsse erhält, sollte bei allen Studien berücksichtigt werden.

Eine erste S2K-Leitlinie „Zur Prävention von dysreguliertem Bildschirm-

mediengebrauch in Kindheit und Jugend“ ist 2023 von der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin und der Universität Witten/Herdecke veröffentlicht worden.

Die GAIMH sieht es auch als eine Aufgabe der Politik an, die Öffentlichkeit umfassend zu informieren. Dazu gehört das Verbot von irreführender Werbung für Bildschirmmedienprodukte, sofern deren Entwicklungs- und Bildungsförderung nicht durch qualifizierte wissenschaftliche Untersuchungen belegt ist.

2 Einleitung

Als Gesellschaft für seelische Gesundheit in der frühen Kindheit wollen wir mit dem vorliegenden Positionspapier zu einer kritischen Auseinandersetzung mit dem Thema Bildschirmmediennutzung beitragen. Dabei geht es um die direkte Nutzung digitaler Medien durch Kinder von 0 bis 3 Jahren und um die Nutzung durch die Bezugspersonen im Beisein von Kindern, sowie die allgemeine Präsenz im Alltag. Als interdisziplinäre Fachgesellschaft wenden wir uns an alle Professionen und Entscheidungsträger, die mit der frühen Kindheit, von der Schwangerschaft bis zum dritten Lebensjahr, befasst sind.

Bildschirmmedien, darunter in zunehmendem Maße Smartphones und Tablets, gehören zur Grundausstattung nicht nur jeden Haushalts, sondern auch annähernd jeder erwachsenen Person. 2019 besaßen in Deutschland 93% aller Jugendlichen und 99% aller Haushalte ein Smartphone, 96% aller Haushalte ein Fernsehgerät und 63% ein Tablet (Feierabend et al., 2020). Die Situation in Österreich (Saferinternet.at, 2020) und der Schweiz (Waller et al., 2019) ist vergleichbar. Eine aktuelle online Umfrage mit 600 Teilnehmern (4. miniKIM-Studie 2023) zeigt die

Zunahme von Verfügbarkeit und Nutzungsdauer digitaler Geräte in der Hand von 2- bis 5-Jährigen. Jedes fünfte Kleinkind verfügt über ein eigenes Tablet und bereits jedes zehnte Kind über ein Handy oder Smartphone. Die Mehrheit der befragten Eltern sieht die Nutzung von Smartphones durch Kinder jedoch eher kritisch und ist der Ansicht, dass das Gerät für Kinder viele Gefahren birgt und Smartphones generell nichts für Kinder sind. Etwa die Hälfte der Haupterziehenden sieht aber auch Vorteile, was die Nutzung der Geräte durch Kinder betrifft, um Neues zu erfahren oder spielerisch zu lernen. Die Bedienung von Tablets und Smartphones ist so einfach, dass bereits Kinder unter 3 Jahren in der Lage sind, feinmotorisch einfache Aktivitäten wie Wischen und Entsperren auf diesen Geräten auszuführen (Ahearne et al., 2015). Bei jüngeren Kindern überwiegt die rezeptive Nutzung von Bildschirmmedien (Video, Film) gegenüber der interaktiven Nutzung (Apps, Computerspiele). Bei älteren Kindern ist es umgekehrt. Die zunehmende Digitalisierung aller Lebensbereiche hat dazu geführt, dass der Zugriff auf Smartphones und Tablets für Eltern und Kinder einfach geworden ist. Während der pandemiebedingten Einschränkungen haben sich die Bildschirmzeiten bei Kindergartenkindern verlängert (DAK-Studie 2021). Das trifft besonders auf benachteiligte soziale Gruppen zu (Langmeyer et al., 2020). Aus den Hilfesystemen wird über eine Zunahme problematischer Entwicklungsverläufe bei Kindern von 0 bis 3 Jahren berichtet. Lange Bildschirmzeiten und Verhaltensauffälligkeiten stehen in einem direkten Zusammenhang (Heffler, 2023) und lassen sich durch Reduktion der Bildschirmzeiten weitgehend normalisieren.

Der von Bildschirmmedien geprägte Familienalltag stellt Eltern und Fachkräfte ständig vor neue Situationen und Fragen nach einer angemessenen Erziehungshaltung: Wieviel Zeit dürfen Kinder mit Bildschirmmedien verbringen und wie wirkt sich das auf ihre Entwicklung aus? Wie gehen Eltern und Fachkräfte selbst mit diesen Medien um? Aus welchen Gründen nutzen sie selbst und ihre Kinder Bildschirmmedien? Wie wird die Beziehungs- und Bindungsqualität zwischen Eltern und Kindern von

0 bis 3 Jahren dadurch beeinflusst? Welche Strategien sind nachhaltig wirksam, um in Familien den Konsum von Bildschirmmedien auf ein Maß zu beschränken, das die Entwicklung nicht stört? Und wie können Fachkräfte den Eltern informierend, anleitend und unterstützend zur Seite stehen?

Die Debatte über Digitalisierung und Prägung des privaten und gesellschaftlichen Lebens mit digitalen Medien bewegt sich in einem Spannungsfeld zwischen Euphorie über neue, ungeahnte Möglichkeiten, von Bildungschancen, aber auch Befürchtungen bis hin zu Kulturpessimismus. Dabei gehört die Auseinandersetzung mit neuen Kulturtechniken, von der Schrift über das Buch und den Fernsehapparat sowie den digitalen Medien, zu den Aufgaben der Menschheit.

Das vorliegende Dokument setzt sich aus einer transdisziplinären, abwägend-kritischen Perspektive mit den oben genannten Fragen auseinander. Die aktuelle Studienlage aus Sicht verschiedener Fachdisziplinen, wie der Medienwirkungsforschung, der Entwicklungspsychologie, der Bindungsforschung und der Neuropsychologie, wird in Verbindung mit dem langjährigen Erfahrungswissen von Praktikern aus der GAIMH dargestellt. Wo es möglich ist, werden Lösungsansätze formuliert, ergänzt durch Anregungen und Empfehlungen für die Praxis.

Die Betrachtungen konzentrieren sich auf die Zeit vom Beginn der Schwangerschaft bis zum dritten Lebensjahr. Wenn notwendig, wird auch zu höheren Altersstufen Bezug genommen. Das Verhalten der Eltern ist angesichts der Abhängigkeit der Kinder ebenfalls Gegenstand der Betrachtungen.

Der Überblick über den Forschungsstand umfasst Studien, die sich auf Kinder mit einer Entwicklung im Normbereich beziehen. Spezielle Fragen für Kinder mit besonderem Förderbedarf werden nicht behandelt.

3 Medienausstattung und Medienexposition

Einen Überblick über Medienausstattung und Mediennutzungsverhalten von Kindern und Jugendlichen in Deutschland verschafft der Medienpädagogische Forschungsverbund Südwest (MPFS) mit regelmäßigen repräsentativen Studien. Die miniKIM-Studie erfasst 2- bis 5-jährige Kinder, die KIM-Studie 6- bis 13-Jährige, die JIM-Studie Jugendliche im Alter von 12 bis 19 Jahren. Für die miniKIM-Studie wurden im Jahr 2020 insgesamt 623 Eltern befragt (Kieninger et al., 2021). Danach besaßen nahezu alle Haushalte mindestens ein Fernsehgerät, einen Computer sowie ein Handy oder Smartphone. 2- bis 3-jährige Kinder haben noch ein überschaubares Spektrum an Geräten, das sich seit 2014 aber vervielfacht hat: Kindercomputer von 3% auf 15%, Tablet-PCs von 2% auf 10%, Fernsehgeräte von 2% auf 11%. Erwartungsgemäß hat sich die Gesamt-Bildschirm-

Tabelle 1
Eigener Gerätebesitz von Kindern und Jugendlichen in Deutschland (miniKIM, KIM, JIM Studien).

	miniKIM 2020		KIM 2020	JIM 2020
	2-3 J.	4-5 J.	6-13 J.	12-19 J.
CD-/MP3-/...Player	13%	20%	38%	n.a
Spielkonsole	1%	8%	41%	42%
Kindercomputer	15%	23%	14%	n.a
Handy/Smartphone	3%	5%	50%	94%
Computer/Laptop	n.a	n.a	18%	72%
Fernsehgerät	11%	16%	34%	50%
Tablet-PC	10%	18%	9%	38%

Anmerkungen:
 mpfs.de, www.mpfs.de/studien/minikim-studie/2023/

zeit zwischen 2014 bis 2020 auf 68 Minuten fast verdoppelt, wozu auch die Pandemie beigetragen hat. Die 4. MiniKIM-Studie 2023 hat diesen Trend bestätigt.

Die Zahlen aus Deutschland zur Medienausstattung und -exposition sind mit repräsentativen Studien aus der Schweiz vergleichbar. Die ADELE+-Studie erfasst Kinder im Alter von 4 bis 6 Jahren, die MIKE-Studie 6- bis 13-Jährige und die JAMES-Studie Jugendliche von 12 bis 19 Jahren. Die Altersstufe von 0 bis 3 Jahren fehlt. Die Zahlen zur Geräteverfügbarkeit im Kinderzimmer sowie zum Gerätebesitz in den verschiedenen Altersgruppen sind in Tabelle 2 dargestellt. Bei der Medienexposition ist Fernsehen die wichtigste bildschirmbezogene Tätigkeit, gefolgt von Videospielen sowie Beschäftigung mit Tablets und Handys. Die Bildschirmzeit beträgt durchschnittlich 56 Minuten pro Tag (Bernath, Waller et al., 2020).

Schweizer ForscherInnen verschiedener Hochschulen haben im Januar 2023 die SWIPE Onlinestudie gestartet, bei der Exposition und Nutzung

Tabelle 2
Geräteverfügbarkeit im Kinderzimmer (ADELE+) und Gerätebesitz von Kindern und Jugendlichen (MIKE & JAMES)

	ADELE+ 2018	MIKE 2019	JAMES 2018
	4-6 J.	6-13 J.	12-19 J.
Musik-Player (CD/Kassette)	52%	56%	n.a
Spielkonsole (fest / tragbar)	2%	27%	39%/37%
Kindercomputer	10%	n.a	n.a
Handy/Smartphone	1%	47%	99%
Computer/Laptop	0	14%	73%
Fernsehgerät	1%	n.a	26%
Tablet-PC	2%	2%	34%

von Bildschirmmedien von Kindern von 0-5 Jahren erfragt werden (www.swipe-study.ch).

Die Präsenz digitaler Medien sollte nicht nur an Ausstattung und Nutzungsdauer gemessen werden, sondern das Kind, den Inhalt und den Kontext, die drei „C“: Child, Content, Context, zusammen betrachten (Sticca et al., 2020).

4 Entwicklungsbedürfnisse und Entwicklungsaufgaben

In den ersten drei Lebensjahren sind Säuglinge und Kleinkinder ganz besonders auf die feinfühlige Interaktion mit ihren Bezugspersonen angewiesen, um sich sozio-emotional, kognitiv und körperlich gut zu entwickeln. Im Folgenden werden einige der wichtigsten Prozesse kurz dargestellt, um eine Grundlage für die Einordnung der Befunde zur Bildschirmnutzung zu schaffen.

Selbst wenn zum Termin geboren, ist der Säugling unreif und daher auf eine haltende, schützende, nährende und ausgleichende Umgebung zur Unterstützung der noch gering ausgeprägten **Regulationsfähigkeit** angewiesen. Säuglinge bringen von Geburt an Interesse an sozialen Interaktionen mit und wenden ihre Aufmerksamkeit bevorzugt menschlichen Gesichtern sowie Stimmen zu. Die Eltern ihrerseits weisen eine universelle, biologisch verankerte intuitive Begabung zur Kommunikation mit dem Baby auf, die es ihnen ermöglicht, die Signale des Babys zu verstehen und sich selbst verständlich zu machen („intuitive parenting“). Diese Fähigkeit ist allerdings sehr unterschiedlich ausgeprägt. Das Baby erlebt eine Vielzahl an Sinneseindrücken und immer wieder überwälti-

gende Emotionen und Spannungszustände. Die aufmerksamen und zugewandten Eltern helfen dem Baby, damit umzugehen, und aus solchen wiederholten Interaktionen entwickelt sich allmählich die Fähigkeit des Babys zur Selbstregulation.

Die feinfühligkeitsvolle Aufmerksamkeit und Haltung der Eltern wird auch mit **Containment und Mentalisierung** beschrieben. Darunter versteht man die Fähigkeit der Bezugsperson, durch ihre körperliche und emotionale Anwesenheit dem Geschehen Halt (Containment) und Sinn (Mentalisierung) zu geben. Wenn das Baby z. B. sehr angespannt ist oder von Emotionen überwältigt wird, fängt die Bezugsperson diese emotionale Überflutung des Babys oder Kleinkinds auf, hält sie aus (Containment) und bringt sie in einen Sinnzusammenhang (Mentalisierung). Je nach Situation kann die Anspannung des Babys durch Füttern, Wiegen, Umhertragen oder Schlafenlegen herunterreguliert werden. Der unerträgliche Zustand kann abflauen, bis schließlich Beruhigung und Wohlbefinden erreicht sind. Diese wiederholten Erfahrungen der Co-Regulation werden vom Baby und Kleinkind internalisiert und gehen nach und nach in die Fähigkeit zur Selbstregulation über.

Auch in Bezug auf die sich entwickelnde **Bindung** des Kindes in den ersten Lebensjahren spielen Feinfühligkeit, Containment und Mentalisierungsfähigkeit der Bezugspersonen eine wichtige Rolle. Kinder, die sich an eine emotional verfügbare Bezugsperson wenden können, entwickeln überwiegend eine sichere Bindung, die wesentlich zu einer gesunden physischen und psychischen Entwicklung von Kindern beiträgt (Grossmann, Grossmann & Waters, 2006). Sicher gebundene Kinder haben es später leichter bei der emotionalen Verarbeitung von stressvollen Ereignissen und zeigen bessere kognitive Leistungen (Weinfield et al., 2008). Weitere Bindungsformen sind die unsichere Bindung, mit den Anteilen vermeidend und ambivalent (Ainsworth et al., 1978), und das desorganisierte Verhalten in Stresssituationen (Main & Salomon, 1990), welches eine ungünstige Entwicklungsprognose hat.

Bei der **Mentalisierungsfähigkeit** geht es um die Möglichkeit, sich im Bewusstsein eigener Bedürfnisse in die Wünsche, Absichten, Gefühle und Gedanken einer anderen Person hineinversetzen und z. B. die Innenwelt des Säuglings empathisch verstehen zu können. Stimmungsausdrücke des Babys können auf dessen Bedürfnisse zurückgeführt und beantwortet werden. Das wiederkehrende, kommentierende Spiegeln und Reflektieren der Emotionen und Gedanken des Kindes helfen ihm zunehmend, die eigenen Gefühle zu verstehen und zu regulieren (Sharp & Fonagy, 2008; Meins et al., 2001).

Im Begriff der **Feinfühligkeit** der Eltern werden verlässliche Wahrnehmung, richtige Interpretation sowie prompte und angemessene Reaktion auf kindliche Signale zusammengefasst (Ainsworth et al., 1978; De Wolff & Ijzendoorn, 1997; Verhage et al., 2016). Die **emotionale Verfügbarkeit** beschreibt zusätzlich zur Feinfühligkeit von Mutter und Vater die Strukturierung in der Eltern-Kind-Interaktion sowie Unaufdringlichkeit und fehlende Feindseligkeit. Weiterhin wird der Beitrag des Kindes in der Interaktion einbezogen, d.h. Reaktionsbereitschaft auf die Bezugsperson und Einbeziehen der Bezugsperson durch das Kind (Biringen, 2008). Die Fähigkeit der Bezugsperson besteht darin, sich auf die ständig wachsenden Fertigkeiten des Kindes einzustellen und diese in das eigene elterliche Verhalten einzubeziehen. Natürlich kommt es in den Interaktionen zwischen Bezugsperson und Kind immer wieder zu Fehlinterpretationen von kindlichen Signalen und zu Missverständnissen kommen. Es ist jedoch entscheidend, ob der Erwachsene in der Situation fähig ist, diese Diskrepanz zu erkennen, darauf wiederum feinfühlig zu reagieren und die Interaktion befriedigend fortzusetzen. Eine geduldige, neugierige und versöhnliche Haltung und die Beruhigung in der missverständlichen Situation tragen letztlich zur Entstehung einer sicheren Bindung bei. Langanhaltende Diskrepanzen, die nicht aufgelöst werden, belasten das Kind und die Bezugspersonen.

Auch für **Spiele und Lernen** sind Geborgenheit und Sicherheit in der Beziehung zu den Bezugspersonen wichtig. Fühlt sich das Kind emotional ausgeglichen, z. B. in vertrauter Umgebung, gewohnten Situationen oder im Beisein der Bezugspersonen, kann es sich intensiv mit dem Erkunden der Umwelt beschäftigen, spielen und neue Erfahrungen sammeln. In Stresssituationen, wozu auch dauerhafte emotionale Belastung gehört, hört das Kind auf zu explorieren und sucht Nähe und Kontakt zu seiner Bezugsperson, bis es das innere Gleichgewicht durch ihre Unterstützung wiederhergestellt hat.

Entwicklung ist ein komplexes Geschehen, in dem sich bestehende und neu erworbene Fähigkeiten gegenseitig beeinflussen. So ermöglichen **motorische Fähigkeiten kognitive Fortschritte** und diese wiederum fordern die Motorik heraus. Das Greifen eröffnet vielfältige Möglichkeiten zur Exploration von Objekten und im Stehen wird der Raum neu erlebt, was jeweils kognitive Fortschritte anregt. Grob- und Feinmotorik ermöglichen das Ergreifen und Begreifen der Umgebung, das Erkunden von Gegenständen und das „Experimentieren“ mit diesen. Schon früh entdecken Babys Beziehungen zwischen eigenem Verhalten und seinen Konsequenzen – z. B. das von ihnen erzeugte Geräusch beim Schütteln der Rassel – und erleben so Selbstwirksamkeit. Dieses Gefühl wiederum ermutigt zu weiterer Exploration.

Frühkindliche Bildungsprozesse werden in anregender Umgebung durch das Kind selbst initiiert. Das Erleben von Selbstwirksamkeit beim aktiven Problemlösen in der Auseinandersetzung mit der Welt spielt eine bedeutende Rolle beim Wissenserwerb.

5 Spannungsfeld Bildschirmmedien und Entwicklungsbedürfnisse von Kindern

Forschungsdesign, Forschungsstand und Forschungslücken

Forschungsdesign

Um die wirklichen Ursachen von Phänomenen und Ereignissen zu verstehen, ist es wichtig, Aussagen über Kausalitäten machen zu können. Kausalität bezieht sich auf die Beziehung zwischen Ursache und Wirkung in einem Forschungszusammenhang. Wenn eine Studie den Nachweis von Kausalität erbringen möchte, bedeutet dies, dass sie die Fähigkeit hat, eine tatsächliche kausale Verbindung zwischen einer unabhängigen Variable (Ursache) und einer abhängigen Variable (Wirkung) herzustellen. Dieser Nachweis ist entscheidend, um zu zeigen, dass Veränderungen in der unabhängigen Variable tatsächlich Veränderungen in der abhängigen Variable verursachen und nicht nur aufgrund von Zufall oder anderen Faktoren auftreten.

Hinsichtlich des Nachweises von Kausalität von Forschungsergebnissen gibt es verschiedene wissenschaftliche Forschungsdesigns unterschiedlicher Stärke:

Experimentelle Studien:

Experimentelle Studien sind ein etabliertes Forschungsdesign, um kurzfristige kausale Zusammenhänge nachzuweisen, sofern geeignete Kontrollgruppen gewählt werden. Im besten Fall werden Teilnehmer zufällig einer Kontrollgruppe ohne Intervention, einer Interventionsgruppe und einer alternativen Interventionsgruppe zugeordnet. Die unabhängige Variable wird in den Interventionsgruppen gezielt manipuliert, während die Kontrollgruppe unverändert bleibt. Durch diese gezielte Manipulation und Randomisierung kann ein direkter Ursache-Wirkungszusammen-

hang zwischen der unabhängigen und abhängigen Variable aufgeklärt und die Kausalität belegt werden.

Längsschnittstudien:

Längsschnittstudien sind Beobachtungsstudien, bei denen Daten über einen längeren Zeitraum von denselben Teilnehmern erhoben werden. Dadurch können Forscher Veränderungen in einem Zeitraum verfolgen und mögliche Kausalzusammenhänge erkennen. Obwohl sie wichtige Einblicke liefern können, sind längsschnittliche Beobachtungen allein nicht ausreichend, um eine Kausalität zu belegen, da andere Faktoren die beobachteten Veränderungen beeinflussen könnten.

Pseudo-Längsschnittstudien:

Pseudo-Längsschnittstudien ähneln Längsschnittstudien, unterscheiden sich jedoch dadurch, dass Daten der abhängigen Variable (z.B. der Sprachentwicklung eines Kindes) lediglich zum letzten Messzeitpunkt vorhanden sind. Da keine Daten zu früheren Messzeitpunkten vorliegen, kann die Veränderung der abhängigen Variable im statistischen Modell nicht kontrolliert werden. Forschende können somit zwar spätere Zusammenhänge (Korrelationen) zwischen Variablen analysieren, jedoch sind Aussagen über Veränderungen in einem bestimmten Zeitraum nicht möglich.

Querschnittstudien:

Querschnittstudien sind Beobachtungsstudien, bei denen Daten zu einem bestimmten Zeitpunkt von verschiedenen Teilnehmenden erhoben werden. Hier werden zeitgleiche Zusammenhänge oder Korrelationen zwischen verschiedenen Variablen analysiert. Querschnittstudien können Hinweise auf mögliche Assoziationen geben, aber sie können keine Aussagen über Ursache-Wirkungs-Beziehungen treffen.

5.1 Direkte Mediennutzung durch Kinder

Die aktuellen Forschungsergebnisse zur **direkten** Nutzung von Bildschirmmedien durch Kinder, „**foreground exposition**“, und die Wirkung auf die frühkindliche Entwicklung sollen im Folgenden unter sechs Aspekten dargestellt werden. Dabei liegt der Fokus auf relevanten Studien ab 2007, dem Jahr der Einführung des iPhones.

1. Sozio-emotionale Kompetenzen und Wohlbefinden
2. Kognitive, motorische und sprachliche Fähigkeiten
3. Übergewicht & Fitness, Entwicklung der Augen
4. Schlaf
5. Spiel und innere Vorstellungskraft
6. Belohnungssystem, Suchtverhalten, Online-Sucht

5.1.1 Sozio-emotionale Kompetenzen und Wohlbefinden

Es besteht ein Zusammenhang zwischen der Bildschirmzeit und verminderten Fähigkeiten zur Regulation von Emotionen (Fitzpatrick et al., 2023, Brauchli et al., 2023, 2024).

Lange Bildschirmzeiten führen zu schwächeren sozialen Kompetenzen, mehr Aggression unter Gleichaltrigen, erhöhter relationaler, nicht aber physischer Aggression, sowie vermehrt externalisierendem Verhalten und geringerer Selbstkontrolle (Hinkley et al., 2018; McArthur et al., 2021, Ostrov, Gentile & Mullins, 2013; Pagani, Fitzpatrick & Barnett, 2013; Corkin et al., 2021; Twenge & Campell, 2018, Swider-Cios et al., 2023).

Eine aktuelle Übersichtsarbeit mit 24 Studien aus fünf Jahren (Heffler et al., 2023) beschreibt signifikante Zusammenhänge zwischen längeren Bildschirmzeiten von unter Dreijährigen und einer Autismus-Diagnose

(10 Studien), Autismus-ähnlichen Symptomen (8 Studien), sowie anderen Symptomen (6 Studien).

In zwei Längsschnittstudien (Heffler et al., 2020 und Kushima et al., 2022) wurde ein Zusammenhang zwischen Bildschirmzeit im ersten Lebensjahr und Autismus-ähnlichen Symptomen ein bzw. zweieinhalb Jahre später festgestellt.

In den sieben vorliegenden Interventionsstudien, zwischen 2017 und 2022 (Heffler et al., 2023) wird von einem Rückgang dieser Symptome bei konsequenter Reduktion der Bildschirmzeit berichtet.

Bei den Querschnittstudien lässt sich die Frage, ob mehr Bildschirmzeit zu mehr Autismus-ähnlichen Symptomen oder umgekehrt Autismus-ähnliche Symptome zu mehr Bildschirmzeit führt, nicht klären.

Die Bezeichnung dieses noch weiter ausdifferenzierenden Symptomenkomplexes reicht von Pseudoautismus, virtuellem Autismus, über Autismus-ähnliche Symptome bis zu den am weitesten gefassten Begriffen des Electronic Screen Syndrome, ESS, und des „digitally induced developmental disorder“ DIDD. Wir schlagen daher als vorläufigen Arbeitsbegriff „Autismus-ähnliche Störungen der sozio-emotionalen Entwicklung“ vor.

Der Einsatz des Smartphones als Belohnung, Ablenkung oder Beruhigung, sowie die daraus resultierende Abhängigkeit vom Smartphone beeinträchtigt die Selbstregulation (Fitzpatrick et al., 2023, Ponti, 2023).

In einer kanadischen Studie (frontiers 2024) nutzten 65% der befragten Eltern Smartphone und TV als Regulationshilfe für das Kind in der Öffentlichkeit. Der „digitale Schnuller“ oder „Screen instead of Scream“ (Brauchli 2022) verhindert die Entwicklung der Selbstregulation. Die Abhängigkeit von den digitalen Medien wird dadurch früh gebahnt. Die „Screen tantrums“, d.h. Wutanfälle bei Entzug des Bildschirms, sind eine

Folge der Abhängigkeit. Das Selbstregulationsthema betrifft auch die Eltern, die zunehmend selbst mit weitreichendem Medienkonsum aufgewachsen sind und diese für ihre persönliche Regulation gebrauchen. Der Teufelskreis zu immer mehr Bildschirmkonsum ist geschlossen. Lit.:<https://bit.ly/4dmitQl>

Darüber hinaus gibt es Hinweise auf einen Zusammenhang zwischen langer Bildschirmzeit und psychosozialer Entwicklungsverzögerung (Fitzpatrick et al, 2023, McArthur et al, 2021, Swider-Cios et al, 2023). Allerdings ist nicht klar, ob die erhöhte Bildschirmzeit zu einer psychosozialen Entwicklungsverzögerung führt, oder ob Kinder, die eine Entwicklungsverzögerung haben öfter Bildschirmmedien benutzen (Swider-Cios et al, 2023). Sicher ist, dass Bildschirmzeit die Zeit für den unmittelbaren Kontakt mit Bezugspersonen und der Umwelt verdrängt.

Als Video-Defizit-Effekt wird die Beobachtung bezeichnet, dass Kinder weniger vom Bildschirm lernen, als durch reale, interaktive Erfahrungen (Anderson & Pempek, 2005).

Keine signifikanten Zusammenhänge zwischen Bildschirmzeit und externalisierendem Verhalten, Resilienz und Neugier sowie Problemen mit Gleichaltrigen oder der Selbstwirksamkeit sind von Hinkley et al., 2014; Przybylski & Weinstein, 2019; Tansriratanawong et al., 2017 berichtet worden.

Einige Vorteile der Nutzung von Bildschirmmedien hatten Kinder, die in Armut oder sozial schwachen Verhältnissen leben. Bei gezieltem Einsatz von Apps und Tablets zur Förderung der expressiven Sprache, von Spiel und Kreativität wurden positive Effekte gefunden (Ponti, 2023).

Kinderfreundliche Programme helfen nur sehr wenig beim sozialen Lernen, wenn junge Kinder diese allein ansehen. Wenn Eltern und Kinder gemeinsam beteiligt sind, können Kinder aus den Medieninhalten

lernen und das Gelernte auf neue Situationen übertragen (Swider-Cios et al., 2023).

Die Hälfte der 2- bis 5-jährigen Kinder hat die erlaubte Bildschirmzeit um 50% überschritten. Diese Kinder reagierten nach Angaben der Eltern mit Hyperaktivität (Riedel, Büsching & Brand, 2016).

GAIMH-Perspektive

In den ersten Lebensjahren treten häufig heftige und rasch wechselnde emotionale Zustände auf, die durch die empathische Zuwendung der Bezugspersonen aufgefangen, ausgeglichen und für das Kind erträglich gemacht werden. Diese primären Erfahrungen tragen dazu bei, dass das Kind sich zunehmend selbst regulieren und empathisch auf die Personen seiner Umgebung reagieren kann. Wenn diese regulierende Zuwendung ausbleibt (Tronick et al., 1978) oder unterbrochen wird (5.2.1 Technoferenz), bleibt das Kind im Stress, der sich in Unruhe, negativen Affekten oder Rückzug zeigt, aber oft nicht als Stress erkannt wird (Fraiberg, 2003). Bei häufiger Wiederholung kann daraus eine unsichere Bindungsbeziehung entstehen (Madigan et al., 2006), die die gesamte Entwicklung belastet.

5.1.2 Kognitive, motorische und sprachliche Fähigkeiten

Die berichteten Zusammenhänge zwischen der Nutzung digitaler Medien und Merkmalen kognitiver, sprachlicher und motorischer Entwicklung sind heterogen, wobei überwiegend negative Assoziationen berichtet wurden. Diese betreffen die allgemeine kognitive Entwicklung, Gesamt-IQ-Werte, mathematische Kompetenzen, sowie exekutive Funktionen (Aishworiya et al., 2019; Madigan et al., 2019; McHarg et al., 2020; van den Heuvel et al., 2019).

Dem gegenüber stehen Studien, die keine signifikanten Zusammenhänge fanden, auch mit Blick auf lese- und visuell-motorische Kompetenzen (Antrilli & Wang, 2018; Neuman et al., 2014; Taylor, Monaghan & Westermann, 2018). In einer Meta-Analyse aus dem Jahr 2022 wurden keine signifikanten Einflüsse auf kognitive Fähigkeiten sowie exekutive Funktionen gefunden (Mallawaarachchi et al., 2022).

In einer brasilianischen Studie mit zwei- bis vierjährigen Mittelstandskindern hatten qualitativ hochwertige interaktive Medien einen positiven Effekt auf die Entwicklung (Nobre et al., 2019).

Langdauernder Mediengebrauch mit 6 Monaten und verminderte kognitive und sprachliche Entwicklung mit 14 Monaten waren das Ergebnis einer Längsschnittstudie (Tomopoulos 2010).

Medienkonsum im 3. Lebensjahr kann sich negativ auf die Ausdruckssprache, nicht aber auf das Sprachverständnis junger Kinder auswirken (Dydia et al., 2021).

Vorlesen aus einem E-Book bewirkt weniger verbalen Austausch und weniger Interaktion zwischen Eltern und Kleinkindern als Vorlesen aus einem gedruckten Buch (Munzer et al., 2019).

Zu beachten ist, dass die Effekte vom Alter des Kindes, vom Inhalt und vom Kontext abhängen, von den drei C: Child, Content, Context, (Guernsey et al., 2007). Eine Metaanalyse zeigte, dass Bildschirmzeit und Fernsehen im Hintergrund mit schlechteren Sprachleistungen in Verbindung standen. Angemessene Bildungsinhalte, Co-Viewing und ein späterer Einstieg in die Bildschirmnutzung waren mit besseren Sprachfähigkeiten verbunden (Madigan et al., 2020).

Das Lernen neuer Wörter aus Videos wurde in experimentellen Studien untersucht. Kinder im Alter von 30 bis 35 Monaten konnten neue

Wörter aus Videos nur mit Live-Interaktion aufnehmen, während Kinder im Alter von 36 bis 42 Monaten das allein mit Videos konnten (Roseberry et al., 2009, Hirsh-Pasek & Golinkoff 2014). Die Beobachtung, dass Kinder durch Bildschirmvermittlung weniger effektiv lernen, wird als Video-Defizit-Effekt bezeichnet. Ausgleichend können verschiedene kontext- und inhaltsbezogene Faktoren wirken: verbale Interaktionen während der Bildschirmzeit und Co-Viewing (Mendelsohn et al., 2010), abgestimmte sprachliche Impulse (Lauricella et al., 2016), angemessene Medieninhalte (Tomopoulos et al., 2010), Wiederholung (Krcmar, 2010; Vandewater et al., 2010, Barr et al., 2007), abgestimmte soziale Interaktionen (Lauricella et al., 2010; Myers et al., 2017) sowie die Vertrautheit mit der Person oder Figur, die die Aufgabe präsentiert (Howard Gola et al., 2013).

In den wenigen Studien, die Zusammenhänge zwischen Bildschirmkonsum und motorischer Entwicklung untersucht haben, fand sich kein Zusammenhang zwischen früher bzw. vermehrter Nutzung digitaler Medien und dem Erreichen von Entwicklungsmeilensteinen wie z.B. Laufen (Bedford et al., 2016). Etwas bessere feinmotorische Fähigkeiten wurden bei 24- bis 42-monatigen Kindern gefunden, die regelmäßig ein Tablet nutzten, wobei bei 80% der Kinder ein Elternteil beteiligt war (Souto et al., 2019).

GAIMH-Perspektive

Bildschirmmedien sprechen als rezeptive Medien vor allem zwei Sinnesorgane, Augen und Ohren, an und als interaktive Medien mit Wischen und Klicken auch die Haptik sowie minimal die Feinmotorik, beschränkt auf eine zweidimensionale Oberfläche (Koch, Herbert & Bleckmann, 2017). Drei- und mehrdimensionale Eindrücke und Erfahrungen mit realen Gegenständen schrumpfen also auf zwei Dimensionen, auch wenn sich die Bilder bewegen. Die sogenannten Lerninhalte sind durch das Programm vorstrukturiert, sodass selbst-

initiierte, selbstgesteuerte, kreative Explorationen und Erfahrungen mit Ansprache aller Sinne dadurch weitgehend ausgeschlossen sind. In Anwesenheit einer Bezugsperson wird die Anwendung etwas belebt. Sie erreicht aber nicht die Wirkung von selbstinitiiertem Lernen mit emotionaler Resonanz, die zur Integration des Gelernten beiträgt. Der Gebrauch digitaler Medien kann diese Erfahrungs- und Erlebniswelt nicht eröffnen. Die lebendige Interaktion mit Bezugspersonen und die Möglichkeit der Exploration der Umgebung ist für die gesamte Entwicklung essentiell und ausreichend. Gerechte Bildungschancen werden immer wieder als Argument für den Einsatz digitaler Medien in den ersten Lebensjahren, insbesondere in Kindertageseinrichtungen, angeführt. Dabei wird außer Acht gelassen, dass eine sichere Bindung an die Bezugsperson die Spiel- und Explorationsfreude unterstützt und frühe Formen des Lernens ermöglicht.

5.1.3 Übergewicht & Fitness, Entwicklung der Augen

Eine Langzeitstudie mit Kindern im Alter von 0-6 Jahren in Singapur hat einen Zusammenhang von Bildschirmzeit mit 2-3 Jahren und der verminderten Bewegungsfreude mit 5,5 Jahren erfasst (Law 2023). Ungesunde Ernährung und fehlende regelmäßige Mahlzeiten führen zu Gewichtszunahme, weniger Bewegung und geringerer Fitness (Bozi Chen, 2020; Fitzpatrick et al., 2012; Padmapriya et al., 2019; Sisson et al., 2012). Eine Meta-Analyse zeigt, dass das Risiko für Adipositas bei Kindern mit jeder zusätzlichen Stunde TV-Zeit am Tag um 13% ansteigt (Zhang et al., 2016).

Keine bedeutsamen Zusammenhänge zwischen der TV-Zeit und verschiedenen körperbezogenen Parametern (BMI) haben Saldanha-Gomes et al. (2017) festgestellt.

Die Frage, ob und wie sich das länger anhaltende Fokussieren auf einen Bildschirm auf die Entwicklung von Kurzsichtigkeit auswirkt, ist für unter 3-Jährige nicht untersucht (Lagrèze, 2021; Wang, 2020; Wong et al., 2021).

In den WHO-Empfehlungen zu Bewegung, Bildschirmnutzung und Schlaf für Babys und Kleinkinder von 3-4 Jahren sind wesentliche präventive Maßnahmen zusammengefasst: Täglich drei Stunden Aufenthalt im Freien, um vom günstigen Einfluss des Tageslichts auf die Entwicklung der Augen zu profitieren, viel und auch anstrengende Bewegung, keine Bildschirmzeit unter zwei Jahren und maximal eine Stunde mit drei bis vier Jahren, 10 bis 13 Stunden erholsamer Schlaf (WHO 2019). Dazu gehört die Empfehlung, dass eine Stunde vor dem Schlafen kein Bildschirmkontakt stattfindet da neben der Stimulation die Produktion des Schlafhormons Melatonin durch das abgestrahlte blaue Licht vermindert wird.

GAIMH-Perspektive

Bildschirmzeit ist oft verbunden mit Naschen, wodurch die gesundheitsfördernden Pausen zwischen den Mahlzeiten nicht mehr eingehalten werden. Zusammen mit der fehlenden Bewegung kann es zu Übergewicht kommen, was wiederum die Bewegungsfreude mindert. Die Entwicklung einer Kurzsichtigkeit durch langzeitiges Fokussieren des Bildschirms betrifft ältere Kinder und Jugendliche.

5.1.4 Schlaf

Eine aktuelle Übersichtsarbeit (Janssen et al., 2020) zum Einfluss der Bildschirmzeit tagsüber und abends auf den Schlaf von unter 5-jährigen Kindern hat unterschiedliche Ergebnisse gebracht. Die Bildschirmzeit,

insbesondere mit Smartphone und Tablet, stand in Zusammenhang mit weniger erholsamem Schlaf bei Säuglingen (0 bis 1 Jahre), Kleinstkindern (1 bis 2 Jahre) und Kleinkindern (3 bis 4 Jahre) (z. B. Staples et al., 2021; Twenge et al., 2019). Bei Säuglingen und Kleinstkindern wurde der wichtige Tagesschlaf verdrängt und der Nachtschlaf vermehrt (Kahn et al., 2021). Eine Meta-Analyse aus dem Jahr 2022 hat die überwiegend negativen Auswirkungen der Bildschirmzeit junger Kinder auf unterschiedliche Schlafparameter bestätigt (Mallawaarachchi et al., 2022).

GAIMH-Perspektive

Schlaf ist ein rhythmisches Geschehen, das leicht störbar ist. Aus unregelmäßigen kurzen Schlafepisoden nach der Geburt entwickeln sich mit Unterstützung der Bezugspersonen, der zunehmenden Nahrungsmengen pro Mahlzeit und des wechselnden Lichts im Tag-Nacht-Rhythmus längere Schlafenszeiten. Der Aufenthalt im Freien, ob schlafend im Kinderwagen oder mit eigener Bewegung, wirkt sich positiv auf den Schlaf aus. Das gilt für alle Altersstufen. Auch hier ist die sichere Basis der Beziehung wegbereitend und unterstützend. Der Gebrauch digitaler Medien bedeutet Stimulation, was den Weg in den Schlaf erschwert und die Schlafqualität vermindert. Mindestens eine Stunde vor dem Schlafengehen sollen daher alle Bildschirme außer Sichtweite sein.

5.1.5 Spiel und innere Vorstellungskraft

Der Zusammenhang zwischen direktem Bildschirmmedienkonsum und dessen Wirkung auf Spiel und innere Vorstellungskraft ist für den Altersbereich 0-3 Jahre in der Singapur-Studie (Law 2023) als Verminderung des freien Spiels beschrieben.

Zur Wirkung von „background media exposition“ und Spiel gibt es experimentelle Studien. Sie zeigen, dass der Bildschirm im Hintergrund bzw. in der Hand der Bezugsperson die Dauer des kindlichen Spiels (Evans Schmidt et al., 2008) und die Aufmerksamkeitsspanne während des Spiels (Courage et al., 2010; Evans Schmidt et al., 2008) verkürzt.

Eine der wenigen Studien, die unter anderem 2-jährige Kinder einschloss, wies Unterschiede in der Spielweise mit einem iPad im Vergleich zum nicht digitalen Spiel auf (Samuelsson et al., 2022). Ohne iPad zeigten die Kinder mehr exploratives Spielverhalten, versuchten mehr Probleme zu lösen, lernten mehr neue Fertigkeiten und waren phantasievoller. Diese Unterschiede schienen bei 2-jährigen Kindern stärker ausgeprägt zu sein als bei 4- bis 5-jährigen. Die langfristige Wirkung der unterschiedlichen Spielweisen ist noch nicht bekannt.

GAIMH-Perspektive

.....
Spielen ist ein elementares Bedürfnis zur Aneignung der Welt mit allen Sinnen. Im sicheren Beziehungs- und Resonanzraum kann sich das Kind mit seiner Umgebung beschäftigen (Papousek, 2001). Eltern wissen oft nicht, wie vielfältig und anregend, also entwicklungsfördernd, der Alltag und insbesondere das kindliche Spiel aus der Perspektive des Kindes sein kann, wenn es beteiligt wird oder in Sicherheit seiner Neugier folgen kann. Viele Eltern, die bereits selbst mit Bildschirmmedien aufgewachsen sind, sind ratlos oder fühlen sich unter Druck bei der Vorstellung, mit dem Kind spielen zu müssen. Die kommerziell angebotenen Spielmaterialien, teilweise mit Förderprädikat, werden in dieser Unsicherheit eingesetzt. Sie können aber selten Spiel im oben genannten Sinn initiieren. Daher macht es Sinn, im Rahmen von Spielgruppen, bei Hausbesuchen oder anderen Kontakten das Spiel von Eltern und Kind zu beobachten, Anregungen zu geben und Alternativen ohne Bildschirm auszuprobieren.
.....

5.1.6 Belohnungssystem, Suchtverhalten, Online-Sucht

Es liegen bisher keine Studien vor, die die Nutzung digitaler Medien bei 0- bis 3-jährigen und suchtartiger Nutzung in späteren Jahren untersucht haben. Forschungsbefunde und politische Handlungsoptionen zur Mediensucht bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen finden sich bei Evers-Wölk & Opielka (2019), Ältere Kinder und Heranwachsende während der Corona-Pandemie werden bei Marciano et al., 2021 und Han et al., 2022 erfasst.

Die seit 2019 laufende Längsschnittstudie der DAK zur Mediensucht bei Kindern und Jugendlichen von 10-17 Jahren empfiehlt dringend eine frühe Prävention durch das Vorbild der Eltern/Bezugspersonen. Das wird in einer Studie von Martin (2023) bestätigt.

Die Diagnostik im Suchtbereich ist im ICD-11 erweitert worden. Es gibt eine „Internet Gaming Disorder for Mortality and Morbidity Statistics“. Für andere Bereiche wie „Social Media Addiction“, „Streaming Addiction“ oder „Internet Pornography Addiction“, die eventuell die Eltern betreffen könnten, liegen noch keine einheitlichen Diagnosekriterien vor. Krisenhafte Situationen bei kleinen Kindern mit heftigen Protesten beim Entzug von Bildschirmgeräten im familiären und pädagogischen Alltag („Toddler Tech Tantrums“) sind bekannt. Erste systematische Beschreibungen mit möglichen Prädiktoren liegen vor (u.a. Coyne, 2021).

2023 wurden Leitlinien zur „Prävention von dysreguliertem Bildschirmmediengebrauch im Kindes- und Jugendalter“ veröffentlicht. Sie enthalten konkrete Handlungsmöglichkeiten mit drei Schwerpunkten:

1. Begrenzende Regeln, die eingehalten und kontrolliert werden sollen, ergänzt durch technische Schutzmaßnahmen.
2. Stärkung der Erziehungskompetenz der Eltern mit dem Ziel, die Einsatzbereiche der Bildschirmmedien durch alltagstaugliche Alternativen zu ersetzen.
3. Regulierung des elterlichen Konsums (AWMF Leitlinie 2023).

GAIMH-Perspektive

Die Entstehung von Sucht und die Verstärkung der Suchtgefahr durch den frühen Kontakt mit digitalen Medien beschäftigt Eltern und Fachkräfte. Eine Diagnose nach ICD-11 für Internet- und Computerspielsucht gibt es erst für Jugendliche und Erwachsene, obwohl suchtartige Verhaltensweisen auch bei jüngeren Kindern beobachtet werden. Längsschnittstudien zu erhöhtem Bildschirmkonsum und Online-Sucht sind dringend notwendig. Die Analyse der Wirkfaktoren aus dem klassischen Suchtdreieck, bestehend aus veranlagungsbedingter Persönlichkeit, Mediensozialisation und Charakteristika der genutzten Medien, kann zur Entwicklung präventiver Konzepte beitragen.

5.2 Einflüsse der elterlichen Mediennutzung

5.2.1 Technoferenz, Background Media-Exposition, Home-Office

Bildschirmmedien ziehen die Aufmerksamkeit der Eltern intensiv auf sich und entziehen sie gleichzeitig dem Kind. Sie stören die Eltern-Kind-Interaktion und das Spiel des Kindes (Waldenfels, 2016; Dwyer, Kusklev & Dunn, 2018; Misra et al., 2016; Przybylski & Weinstein, 2019). Diese technologiebedingte Unterbrechung wird als **Technoferenz** bezeichnet (McDaniel & Coyne, 2016a). Ein umfassender Überblick dazu mit mehreren Dutzend Einzelstudien und Empfehlungen für Interventionen findet sich bei McDaniel (2020). Die durch Technoferenz entstehende neue Situation wird als **abwesende Anwesenheit** bezeichnet, da die Bezugsperson körperlich anwesend bleibt, sich aber dem Bildschirm vollständig zuwendet, ähnlich der Still-Face-Situation (Gergen, 2002). Die starke Sogwirkung, die die unzähligen Möglichkeiten der digitalen Welt ausüben wird als

Immersion oder **Absorption** bezeichnet. So entstehen oftmals unvermittelt Phasen, in denen ein Elternteil für das Kind physisch vorhanden, aber nicht oder nur teilweise zugänglich und verfügbar ist. Ablenkung schafft bereits ein Fernsehapparat, der lediglich im Hintergrund läuft. Bezugspersonen sind dann weniger aufmerksam und kommunizieren weniger, verbal und non-verbal (Kirkorian et al., 2009; Christakis et al., 2018) Auch ein stummer, aber sichtbarer Bildschirm, kann die Qualität einer Face-to-face-Interaktion beeinflussen. Das ist der **Mere-Presence-Effekt**. Diese Situationen prägen den modernen Alltag.

Ob die Verminderung von Feinfühligkeit bei elterlicher Smartphone-Nutzung in Anwesenheit der Kinder ein vorübergehender oder dauerhafter Befund ist, ist noch unklar.

Im Homeoffice erleben die Kinder alle Phänomene: **Technoferenz, abwesende Anwesenheit, Immersion, Absorption, und Mere-Presence-Effekt**.

Die Autoren eines Reviews (Braune-Krickau et al., 2021) kommen zu dem Schluss, dass die Absorption einen stärkeren Einfluss auf die elterliche Sensitivität und Responsivität hat als kurze Technoferenzen, also Unterbrechungen der Interaktion. In einer Langzeitstudie korrelierten aber höhere Technoferenz-Werte mit Berichten der Eltern über ihre eigene zwanghafte oder problematische Mediennutzung. Die Kinder zeigten in der weiteren Entwicklung häufiger externalisierendes Verhalten (McDaniel & Radesky, 2018b; Reed, Hirsh-Pasek & Golinkoff, 2017; Alvarez Gutierrez & Ventura, 2021).

Die Nutzung des Smartphones durch Mütter war mit weniger Blickkontakt und weniger verbalem und non-verbalem Austausch mit dem Kind verbunden (Radesky et al., 2015).

Auch beim Stillen oder Füttern mit der Flasche sprachen Mütter weniger mit ihrem Baby, wenn sie digital abgelenkt waren (Ventura, Levy & Sheeper, 2019).

Beim Still-Face-Experiment wurde für Mutter oder Vater die Phase des starren Gesichtsausdrucks durch eine Phase der Interaktion mit dem Smartphone ersetzt, wobei in dieser Zeit nicht auf das Baby reagiert werden sollte (Myruski et al., 2018; Stockdale et al., 2020). Während der Smartphone-Phase nahmen die Kinder weniger Kontakt auf und zeigten weniger positive und mehr negative Affekte. Das Verhalten in der Wiedervereinigungsphase war weniger fordernd, möglicherweise aufgrund früherer Frustrationserfahrungen bei der Wiederherstellung von Kontakt mit einem an das Smartphone gebundenen Elternteil. Bei einer intensiveren Smartphone-Nutzung der Mütter im Alltag zeigten die Kinder ebenfalls weniger positive Affekte während der Still-Face-Phase. Die Wiedervereinigung war schwierig (Myurski et al., 2018). Diese Mütter waren auch weniger in der Lage, ihr Kind nach einer Stresssituation zu beruhigen (Myruski et al., 2018).

Eltern, die ihr Smartphone während der Eltern-Kind-Interaktion benutzen, wurden als weniger feinfühlig eingestuft und reagierten sowohl verbal als auch nonverbal weniger auf die Aufmerksamkeitswünsche ihrer Kinder. Gemäß der „**Displacement**“-Hypothese verdrängt und verringert die Bildschirmzeit die „Quality Time“, also die bewusste Eltern-Kind-Beziehungszeit (Coyne et al., 2014) und die Qualität der Interaktionen (Kildare & Middlemiss, 2017).

Intensive elterliche Smartphone-Nutzung und Verhaltensauffälligkeiten, Schlaf- und Essstörungen beim Kind konnten in einigen Studien in einem Zusammenhang gesehen werden (McDaniel & Radesky, 2018a; Riedel, Büsching & Brand, 2016).

Eine Beobachtungsstudie auf einem Spielplatz hat gezeigt, dass eine längere Nutzung des Smartphones durch Mütter/Väter mit geringerer elterlicher Feinfühligkeit einherging (Wolfers et al., 2019). Kindliche Signale werden dann nicht oder nur teilweise wahrgenommen und nicht oder nur teilweise angemessen befriedigt. Daraus können gefährliche Situationen entstehen.

GAIMH-Perspektive

Die lebendige Interaktion mit Bezugspersonen ist Basis für die komplexe Entwicklung eines Kindes. Das hohe Ablenkungspotential führt immer wieder zu Unterbrechungen der Interaktion, die für das Kind überraschend und oftmals unpassend auftreten, es irritieren und im Stress allein lassen.

Viele Eltern machen mit dem Wechsel ins Homeoffice und der gleichzeitigen Betreuung ihrer Kinder während der Corona-Zeit eine völlig neue Lebenserfahrung. Dabei interferiert die Betreuung jüngerer Kinder mit der notwendigen Konzentration auf die berufliche Arbeit. Beengte Wohnverhältnisse und fehlende Entlastungsmöglichkeiten verstärken diesen Konflikt (Bujard et al., 2020). Der Abzug der Aufmerksamkeit der Bezugsperson ohne einen Beziehungszusammenhang löst bei Babys Unruhe und schließlich Resignation aus (Fraiberg, 2003, Spitz, 1965). Welche langfristigen Folgen dies für die Bindungsqualität, die psychische und körperliche Gesundheit der Kinder haben wird, ist derzeit noch nicht absehbar.

Eine Anleitung für die Strukturierung des Alltags mit Homeoffice in Anwesenheit eines Babys oder/und Kleinstkindes ist daher notwendig.

5.2.2 Funktionen der Mediennutzung

Die Nutzung digitaler Medien sollte wertfrei beobachtet und differenziert bewertet werden, selbst wenn sie offensichtlich dysfunktional erscheint. Neben der notwendigen Nutzung des Smartphones im Beruf, erfüllt das Smartphone im Privatleben wichtige Funktionen: Aufrechterhalten von Sozialkontakten (Wyl, 2021), Spannungsabbau/Emotionsregulation im Erziehungsalltag und kurzfristige virtuelle Flucht vor dem Erziehungsalltag (McDaniel, 2019, 2020). Eltern finden Anregungen für die

Beschäftigung mit dem Kind und für eine effektivere Elternschaft und werden an positive Aspekte des Elternseins und positive Eigenschaften ihres Kindes erinnert (McDaniel, 2021).

Für dysfunktionales Nutzungsverhalten, z. B. suchtartiges Aufsuchen sozialer Netzwerke, wurden Beratungsmodelle entwickelt (Olson et al., 2021; Brevers & Turel, 2019). Die Zielgruppe junger Eltern könnte vom Beratungsmodell für digitale Süchte erreicht werden (Bleckmann & Mößle, 2014).

Eltern, die sich mit Hilfe digitaler Medien in einem labilen Gleichgewicht halten, sollten frühzeitig erkannt und angemessen unterstützt werden. Die Kinderkommission im Deutschen Bundestag nimmt Stellung zu einer angemessenen Prävention und Regulierung im Umgang mit digitalen Medien und Internet (Kinderkommission 2019).

GAIMH-Perspektive

Eltern suchen, wie alle Menschen, nach einem Gegenüber, nach Anerkennung für Leistung, nach Zugehörigkeit und Autonomie. Diese Bedürfnisse stehen in Konkurrenz zu den primären Bedürfnissen eines Babys und Kleinstkindes. Hier stellt sich die Frage, welche realen Möglichkeiten zur Befriedigung dieser gegensätzlichen Grundbedürfnisse gefunden und gestärkt werden können. Wie sehr Eltern dabei auf eine unterstützende Gemeinschaft angewiesen sind, kommt in dem nigerianischen Sprichwort „Um ein Kind aufzuziehen, braucht es ein ganzes Dorf“ zum Ausdruck. Eltern in der Kleinfamilie und vor allem Alleinerziehende sind oftmals überfordert, verunsichert, einsam und suchen Ausgleich durch Kontakt, Information und Entspannung. Das Smartphone und andere digitale Medien sind immer zur Hand und funktionieren gut als Stressregulatoren. Dagegen ist einzuwenden, dass die Abwendung meist so unvermittelt und für das

Kind nicht nachvollziehbar geschieht, dass es in Stress gerät und allein bleibt. Die berechnete Nutzung digitaler Medien durch die Eltern sollte also abgegrenzt sein von der Versorgung und anderen Interaktionen mit dem Kind. Nicht alles lässt sich in den Schlafenszeiten des Kindes erledigen, zumal diese zu Beginn noch sehr unregelmäßig sind. Die Abwendung sollte also in einem geeigneten Moment erfolgen, dem Kind angekündigt und zeitlich begrenzt werden. Ein Küchenwecker kann dabei hilfreich sein.

Wenn also Eltern immer wieder durch digitale Medien abgelenkt sind, unterbricht das die Aufmerksamkeit, den Blick, die Sprache, kurz die gesamte Interaktion. Die Abwendung der Bezugsperson, die für das Kind zwar körperlich anwesend bleibt, emotional aber nicht erreichbar ist, ist verwirrend und löst Stress aus. Die Reaktion des Kindes mit Schreien und Unruhe wird dann nicht selten mit dem Smartphone besänftigt, aber nicht gelöst, was den Eltern oft nicht bewusst ist. Eine App, die Häufigkeit und Dauer der Smartphone-Nutzung anzeigt, kann Eltern zu einem kontrollierten Einsatz des Smartphones anleiten.

Belastete Eltern halten sich oftmals mit intensiver Nutzung von Bildschirmmedien in einem labilen Gleichgewicht. Die anhaltende Bildschirmpräsenz und Nicht-Verfügbarkeit der Eltern stellt ein emotionales Risiko und Gefahrenpotential für die Kinder dar und ist ein Thema im Kinderschutz.

5.2.3 Digitale Dauerüberwachung und Verletzung der Privatsphäre

Die digitale Überwachung durch ein Babyphone mit eingebauter Kamera oder einen GPS-Tracker öffnet den Raum zum ungeschützten Internet. Das ist vielen Eltern nicht bewusst. Trotz häufiger Nutzung ist die Durchlässigkeit für private Inhalte noch wenig untersucht.

Das „**Sharenting**“ – aus „share“ (teilen) und „parent“ (Elternteil) – bezeichnet das Verbreiten von Kinderfotos oder Videos durch die Eltern über die sozialen Netzwerke. Sharenting bringt Eltern mit anderen Eltern zusammen, die sich in ähnlichen Situationen befinden und sich evtl. gegenseitig stützen und entlasten können (Robiatul Adawiah et al., 2022). Sie erleben das Teilen des Familienlebens als soziale und emotionale Unterstützung und nutzen es bei Erziehungsfragen. Sie erleben diesen Weg als hilfreicher, als eine persönliche Beratung bei Erziehungsfragen (Cataldo et al., 2022), vermutlich wegen der relativen Anonymität.

Während Sharenting Vorteile für Eltern zu haben scheint, bringt es verschiedene Nachteile für Kinder mit sich. Kinder können Ziel von Online-Kriminalität werden. Durch die Online-Identität eines Kindes geht die Privatsphäre des Kindes verloren und es kann beispielsweise Opfer von Identitätsdiebstahl oder -missbrauch werden, mit Auswirkung auf die psychische Verfassung des Kindes (Donovan, 2020, Robiatul Adawiah et al., 2022). In einem Bericht der UNICEF aus dem Jahr 2017 wird vor diesen Gefahren des Sharentings gewarnt. Eine Warnung vor dem Hochladen von Kinderfotos im Internet kommt auch vom Kinderschutz Schweiz. Selbst harmlos wirkende Kinderfotos können in falsche Hände geraten und für sexualisierte Kontexte missbraucht und verbreitet werden. Eine Checkliste für Eltern wurde zum Schutz des Kindes zusammengestellt (Kinderschutz Schweiz).

Eine Studie hat ergeben, dass über 80% europäischer Eltern persönliche Informationen über ihre Kinder auf Social-Media hochluden, ohne diese um Erlaubnis gefragt zu haben. Dabei stellt sich die Frage: Was, wenn die Kinder in Zukunft mit dem, was geteilt wurde, nicht mehr einverstanden sind? Denn der „digitale Fußabdruck“ bleibt dauerhaft im Netz (Garmendia et al., 2022). Junge Kinder und Babys sind auf die Urteilskraft der Eltern angewiesen (Unicef, 2017). Eltern sollten sich im Klaren sein, dass das Selbstbestimmungsrecht rückwirkend eingefordert werden kann (Robiatul Adawiah et al., 2022). Die meisten Jugendlichen sind nicht mit Sharenting einverstanden, finden es unnötig und peinlich (Verswijvel et al., 2019). Achtsames Sharenting sollte also zum Grundwissen von Eltern gehören (Walrave 2023).

GAIMH-Perspektive

Ein juristischer Aspekt ist der Schutz der Privatsphäre. Grundsätzlich muss davon ausgegangen werden, dass bei jeder Gelegenheit Daten gesammelt werden. Ihre Verwertung zu kommerziellen und missbräuchlichen Zwecken ist möglich. Eltern sollten über dieses Datenleck und entsprechende Schutzmaßnahmen informiert werden.

5.3 Interventionsstudien

Die Verkürzung der Bildschirmzeit („Screen Time Reduction“) ist ein wichtiges Anliegen. Dazu liegen vier Übersichtsarbeiten vor, in denen Reduktionseffekte nachgewiesen werden konnten (DeMattia, Lemont & Meurer, 2006; Maniccia et al., 2011; Schmidt et al., 2012, Heffler et al., 2023). In einer fünften Übersichtsarbeit konnten, trotz einzelner wirkungsvoller Interventionen, keine Reduktionseffekte ermittelt werden (Wahi et al., 2011).

In einer aktuellen Übersicht über Interventionsstudien bei 2- bis 14-jährigen Kindern hat die Reduktion der Bildschirmzeit eine frühere Zubettgezeit und eine Zunahme der Schlafdauer, insbesondere an Wochenenden, bewirkt (Martin, Bednarz & Aromataris, 2020).

Bei jüngeren Kindern wirkt sich die Zeitverdrängung deutlich auf die Entwicklung aus (Mößle 2012). Bildschirmmedien regen weniger Sinne und weniger Interaktion an (s. 5.1., Koch, Herbert & Bleckmann, 2017) und verdrängen andere, entwicklungsförderlichere Aktivitäten.

Studien zur Reduktion entwicklungsbeeinträchtigender Medieninhalte liegen derzeit nicht vor. Das gilt auch für dysfunktionale Nutzungsmuster, die als Frühzeichen einer Suchtentwicklung angesehen werden.

5.4 Zusammenfassung der aktuellen Forschungslage

Die methodisch verschiedenen Forschungsergebnisse lassen sich in folgenden Aussagen zusammenfassen:

Die direkte Interaktion mit digitalen Medien hat negative Auswirkungen auf die körperliche, sozio-emotionale kognitive und sprachliche Entwicklung.

Digitale Medien ziehen die Aufmerksamkeit von Kind und Eltern auf sich. Kind und Eltern sind damit von anderen entwicklungsrelevanten Aufgaben abgelenkt.

Das betrifft auch die Aufsichtspflicht der Eltern.

Digitale Medien verdrängen die regulierenden und anregenden Interaktionen von Bezugsperson und Kind.

Digitale Medien reduzieren die Exploration der Welt auf wenige Sinnesreize.

Schwach positive Effekte lassen sich nur nachweisen, wenn die Nutzung digitaler Medien gemeinsam mit einer anteilnehmenden Bezugsperson stattfindet.

Für die Erfassung von Bildschirmmediennutzung und -exposition im Familienalltag in der frühen Kindheit kann man den Empfehlungen des CAFE Consortium (Comprehensive Approach of Family Media Exposure; Barr et al., 2020) und den Kriterien von Bleckmann und Mößle (2014) folgen:

- Welche Nutzungszeiten liegen vor?
- Wie lang sind die nicht unterbrochenen Zeitintervalle?
- Welche Inhalte werden genutzt?
- Welche Funktionen/Ziele hat die Nutzung: dysfunktionale Stimmungsregulation, Babysitter, Sozialkontakte? Wessen Bedürfnisse werden durch das digitale Gerät gestillt, die des Kindes, die der erwachsenen Bezugspersonen?
- Handelt es sich um Foreground/Background Exposition oder um Technoferenz?

Nach den Erfahrungen aus mehreren Jahrzehnten (Kinder-)Medien-Wirkungsforschung (Mößle, 2012) hängen Chancen und Risiken ab:

- vom Alter: je jünger, desto schlechter
- von der Dauer: je länger, desto schlechter
- von Alltags- vs. Laborsetting: Die Wirkung im Alltag ist weniger wünschenswert als jene, die aufgrund von experimentellen Studien vermutet werden könnte.
- vom Zeitraum der Erfassung der Folgen: kurzfristig besser, langfristig schlechter
- von Verarbeitungshilfen: die unbegleitete kindliche Nutzung ist schlechter.

5.5 Zusammenfassung der GAIMH-Perspektive

Die anwachsenden Forschungsergebnisse müssen mit Vorsicht interpretiert und durch qualitativ sichere Studien erweitert werden.

Die Exploration der Welt mit allen Sinnen wird in Begleitung und mit der Resonanz einer feinfühligsten Bezugsperson zu einer Erfahrung von Selbstwirksamkeit und ein dauerhafter Entwicklungsimpuls. Das Erleben mit digitalen Medien wird auf Hören, Sehen und in geringem Maß auch Feinmotorik reduziert. Und zudem wird das Kind oftmals mit dem Bildschirm alleine gelassen, ohne die Möglichkeit, das Erlebte zu verarbeiten.

Die Omnipräsenz von Bildschirmmedien im direkten und indirekten Modus und ihre Wirkung auf Kinder erfordert von Eltern und Fachpersonen eine kritische Reflexion des eigenen Gebrauchs.

Mit Blick auf die Bedürfnisse des Kindes sollte ein strukturierter und dosierter Gebrauch entwickelt werden. Die Veränderung der gewohnten Mediennutzung sollte frühzeitig, z.B. während der Schwangerschaft, begonnen werden. Grundsätzlich ist aber jeder Zeitpunkt geeignet.

Der Gebrauch digitaler Medien durch Eltern/Bezugspersonen sollte nicht in Anwesenheit von Baby und Kleinkind erfolgen. Die Abwendung zum Bildschirm kann angesagt und kurzgehalten werden.

Bildschirmkontakte mit Familienangehörigen, insbesondere entfernt lebenden, und das Betrachten von Familienfotos, sind von dieser Beschränkung ausgenommen.

Für Kinder mit besonderem Förderbedarf haben die digitalen Medien im Alltag, in Begleitung, Beratung und Therapie ihren definierten Platz.

6 Empfehlungen der GAIMH

6.1 Für die Praxis

Die bisherige Erfahrung zeigt, dass das Etablieren einer bewussten reflektierten Nutzung von Bildschirmmedien nicht einfach ist. Da Bildschirmmedien selbstverständlicher und notwendiger Bestandteil des modernen Alltags sind, muss das Interesse der Eltern für dieses Thema erst geweckt werden. Dabei geht es nicht um Kritik, sondern um wissenschaftlich begründete Information, mit der die Eltern Konzepte für ihren individuellen Alltag entwickeln können. Die grundsätzliche Haltung der informierenden Fachpersonen, gleich in welchem Kontext, sollte wertschätzend und respektvoll sein. Auch ein dysfunktionaler Gebrauch zeigt elterliches Engagement, das für die gemeinsame Entdeckungsarbeit von bildschirmfreien Alternativen im Alltag genutzt werden kann.

Trotz überzeugender wissenschaftlicher Argumente und der Einsicht von Eltern gelingt die Veränderung des alltäglichen Gebrauchs von Bildschirmmedien nur langsam. Für Verhaltensänderungen ist das weitgehend normal. Im Fall digitaler Medien aber besonders schwierig, weil es um einen Verzicht geht, der bewussten und unbewussten Widerstand erregt, den auch gut formuliertes und ansprechend gestaltetes Informationsmaterial nicht überwinden kann. Erst durch persönliche Vermittlung, eine vertrauensvolle Beziehung und kontinuierliche Begleitung sind Veränderungen in kleinen Schritten möglich.

Die allgemeine Präsenz und der alltägliche Gebrauch von Bildschirmmedien haben mittlerweile eine Reihe von Ratgebern hervorgebracht:

1. Elternbriefe www.bildschirmfrei-bis-drei.de von der Universität Witten-Herdecke zusammen mit dem Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte BVKJ.
2. www.klicksafe.de und www.saferinternet.at für 3-6 Jahre, Informatio-

- nen, die von Anfang an passen und auf Augenhöhe informieren.
3. Eine Broschüre der Aktion „Echt dabei“ www.echt-dabei.de.
 4. Eine Plakatserie des Sozialministeriums Baden-Württemberg: Heute schon mit ihrem Kind gespielt/gesprochen? Die Resonanz ist eher ablehnend, da sich Eltern bloßgestellt fühlen. www.online-pause.de
 5. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA verweist für die frühe Kindheit auf den Elternbrief des bayerischen Erziehungsratgebers. Er umfasst die Altersstufe 0-6 Jahre und ist speziell für unseren Fokus 0-3 Jahre eher tolerant, möglicherweise mit Blick auf Geschwisterkonstellationen. www.bzga.de
 6. www.medien-kindersicher.de und www.betterinternetforkids.eu. Letztere ist Teil der Gesamtstrategie für die Rechte des Kindes.
 7. www.schau-hin.info „SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht.“ ist eine gemeinsame Initiative des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, der beiden öffentlich-rechtlichen Sender ARD und ZDF sowie der AOK – Die Gesundheitskasse.
 8. Auf Suchtfragen gibt das Beratungsportal am Deutschen Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters (DZSKJ) Antwort. www.mediensuchthilfe.info/beratungsstellen
 9. Das Informationsblatt „Digitale Medien in der frühen Kindheit“ gibt einen sehr guten Ein- und Überblick mit weiteren Vernetzungsadressen. <https://bit.ly/3yeLmPk>
 10. Die WHO-Empfehlungen beinhalten allgemeine Hinweise für ein gesundes Aufwachsen mit der Betonung von Bewegung, Spiel, Schlaf und Interaktion. <https://bit.ly/3JWSv9y>

Alle Eltern wollen das Beste für ihre Kinder. Das macht sie zugänglich und gleichzeitig höchst kränkbar. Die Selbstverständlichkeit ihres Gebrauchs digitaler Medien und die positiven eigenen Erfahrungen übertragen Eltern oftmals auf ihre Kinder. Und die Attraktivität der digitalen Medien für die Kinder scheint den Eltern Recht zu geben. Die Erkenntnis, dass das ein Trugschluss ist und der Alltag mit Kindern medienarm ablaufen sollte, erfordert Begleitung und Anleitung.

Ein Schlüssel für den Zugang zu Eltern ist ein vertrauter und geschützter Rahmen, wie ihn eine gewachsene, verbindliche Beziehung, z.B. mit Fachpersonen, bietet. Hier können Interesse und Kooperationsbereitschaft geweckt werden. In einer Gruppe kommen die horizontalen Beziehungen und die Erfahrungen der anderen Teilnehmenden motivierend und unterstützend noch dazu.

Ein zweiter Schlüssel ist eine wertschätzende Haltung den Eltern gegenüber, selbst wenn der Gebrauch digitaler Medien offensichtlich dysfunktional ist. Mit dieser Haltung kann das Thema in der beobachtbaren Interaktion feinfühlig eingeführt werden. Information, Anleitung und Ermutigung zu konkreten Spiel- und Beschäftigungsmöglichkeiten können angenommen werden. Weitere Alltagssituationen, die bisher mit Hilfe digitaler Medien bewältigt wurden, z. B. Essen, Schlafen, Schreien, Trotzanfälle können durchgesprochen und ausprobiert werden.

Spielgruppen, Hausbesuche und Beratungskontakte sind gute Gelegenheiten, den dysfunktionalen Einsatz digitaler Medien zu beobachten und das Thema anzusprechen und zu informieren. Das gilt auch für gynäkologische und kinderärztliche Vorsorgeuntersuchungen. Die Beobachtungen können wertschätzend in Worte gefasst werden. Je nach zeitlichen Möglichkeiten können alltagstaugliche Anleitungen zu einem medienreduzierten Verhalten gegeben und erprobt werden. Mit der Sicherheit der Fachkraft können dem Kind auch frustrierende Erfahrungen zugemutet werden, die sonst mit medialer Ablenkung vermieden werden. Das Erleben, dass Kinder medienfrei essen, spielen und sich beruhigen können, ist eine überraschende Erfahrung und ein Entwicklungsimpuls für Eltern und Kind. Rückfragen der Fachperson nach der Alltagstauglichkeit der Empfehlungen und Maßnahmen kann die Motivation zum Durchhalten stärken.

Das Thema „Bildschirmmedien“ ist in Deutschland erstmals bei der Früherkennungsuntersuchung U7a mit 3 Jahren vorgesehen, sollte aber bereits bei der U3 mit 4 bis 6 Wochen angesprochen werden, da Säuglinge und Kleinkinder zunehmend aktiv und passiv mit Bildschirmmedien

konfrontiert sind. Die Fragen nach dem Medienkonsum im persönlichen und beruflichen Alltag der Eltern und der Exposition des Kindes, sollten Bestand der Anamnese werden.

Ein Fragebogen dazu könnte bereits im Wartezimmer ausgefüllt werden:

- Welche digitalen Medien sind vorhanden? Wo stehen die Geräte? Wie leicht/schwer sind sie erreichbar?
- In welchen Situationen setzen die Eltern Smartphone, Tablet, Computer, Fernsehapparat ein?
Fürs Kind: Belohnung/Bestrafung, Stimmungs- und Selbstregulation, Beruhigung, Ablenkung, Beschäftigung (Babysitter), Konfliktlösung, Bildung.
Für die Eltern: Arbeitsmittel, Kommunikation, Information, Ablenkung, Entspannung, ...
- Wieviel Zeit verbringen die Eltern und Geschwister insgesamt mit Medien: Smartphone, Tablet, Computer, TV?
Wieviel davon in Anwesenheit des Kleinkinds (0 bis 3 Jahre)?
- Gibt es Regeln für die Mediennutzung in der Familie? Können sie eingehalten werden?
- Welche Geräte darf das Kind nutzen?
- Wissen die Eltern, was das Kind wann anschaut, womit es spielt? Sind sie dabei?
- Wie oft und wie lange nutzt das Kind digitale Medien?
- Welche Alternativen zum Bildschirmmediengebrauch können die Eltern sich vorstellen?
- Welche Hindernisse sehen/erleben die Eltern?

6.2 Prävention, Beratung, Begleitung und Therapie

Aus der Sicht der GAIMH ergeben sich aus den vorausgegangenen Ausführungen folgende Empfehlungen und Forderungen:

- Vermittlung von Kenntnissen und Fähigkeiten rund um das Thema „Digitale Medien und frühe Kindheit“ als verpflichtender Bestandteil der Aus-, Weiter- und Fortbildung der Berufsgruppen, die in Begleitung, Beratung und Therapie mit der frühen Kindheit befasst sind.
- Integration einer Medienanamnese und Medienberatung in die Schwangerenvorsorge für werdende Mütter und Väter mit Aufnahme der Empfehlungen in die Mutterschaftsrichtlinien.
- Integration einer Medienanamnese und Medienberatung in die Kinder-Früherkennungsuntersuchungen bereits ab der 4. bis 6. Lebenswoche (in Deutschland U3) und Aufnahme der Empfehlungen in die Kinder-Richtlinien des Gemeinsamen Bundesausschusses G-BA. Inhalte sollten Zweck und Dauer des Gebrauchs digitaler Bildschirmmedien durch das Kind, die indirekte Exposition (Background Exposition) und die Nutzung digitaler Medien durch die Eltern sein.
- Stärkung des präventiven Kinderschutzes durch frühzeitige Einschätzung elterlicher Überforderung, auch mit Hilfe von Informationen aus der Schwangerschaft (Mutterpass) und der Erfassung der aktuellen psychosozialen Lebenssituation.
- Anerkennung und Finanzierung von qualifizierter Medienanamnese und Medienberatung als Primärprävention durch die zuständigen Kostenträger, wie Krankenkassen, kommunale Träger und andere.
- Heraufsetzen der Alterskennzeichnung „ohne Altersbeschränkung“ auf „ab 3 Jahren“, wie es bei der PEGI-Kennzeichnung (Pan European

Game Information) bereits heute umgesetzt ist. Die PEGI bietet Alters-einstufungen für Videospiele in 38 europäischen Ländern an.

- Kontrolle der Werbung für Bildschirmmedienprodukte für Kinder von 0 bis 3 Jahren. Ohne wissenschaftliche Grundlage sollten die Produkte nicht als entwicklungsförderlich bezeichnet werden dürfen. Entwicklungsförderliche Effekte sollten in qualitativ hochwertigen Längsschnittstudien mit einer nicht-digitalen Kontrollgruppe nachgewiesen werden.
- Finanzierung belastbarer transdisziplinärer Forschung zu Auswirkungen digitaler Mediennutzung durch Kinder und Bezugspersonen unter Einbeziehung des Erfahrungswissens von Praktikern (vgl. 7).
- Finanzierung von Interventionsforschung mit den Themen: Erreichen unterschiedlicher sozialer Gruppen und Bildungsniveaus, Zugang zu hoch belasteten Eltern, sprachliche und kulturelle Barrieren.
- Finanzierung von zahlenmäßig ausreichenden und inhaltlich qualifizierten Beratungsstellen.

6.3 Basiswissen für qualifizierte Fachkräfte

Die Vermittlung grundlegender Kenntnisse und Fähigkeiten sollte verpflichtender Bestandteil von Ausbildung und Studium sein. Weiter- und Fortbildungsmöglichkeiten für bereits tätige Fachkräfte sollten um diese Themen erweitert werden.

Wissenschaftlich begründetes Grundwissen (Kapitel 3-5) zusammen mit dem Blick auf den eigenen Gebrauch digitaler Medien ermöglicht und erleichtert einen wertschätzenden Zugang zu den Eltern. Der eigene

Gebrauch von Bildschirmmedien sollte so erfasst und reflektiert werden wie bei der Empfehlung für die Eltern. Erinnerungen an den Gebrauch als Kind und im Jugendalter (biographische Medienanamnese) können aktuelle Gewohnheiten erklären und leichter verändern.

Die beobachtende, wertschätzende, nicht belehrenden Grundhaltung der Fachperson gibt Raum für die Vielfalt und die unterschiedlichen Bedürfnisse und Voraussetzungen von Kindern und Eltern. Verschiedene Zugangswege zu den Eltern werden im Folgenden dargestellt. Alltagspraktische Tipps und eigene Entdeckungen für bildschirmfreie und entwicklungsfördernde Alternativen ermöglichen Eltern die Erfahrung von Selbstwirksamkeit und Kompetenz (Kapitel 7).

Alle in Begleitung, Beratung und Therapie tätigen Fachkräfte im Bereich der frühen Kindheit sollten sich mit dem Thema „Digitale Bildschirmmediennutzung in Familien mit Babys und Kleinkindern“ auseinandersetzen. Dabei handelt es sich um ein emotional hoch besetztes Thema, dessen Betrachtung als Kränkung, Kritik oder Kontrolle aufgefasst und abgelehnt werden kann.

Das Basiswissen sollte umfassen:

- Kenntnisse über die Auswirkung von direkter und indirekter Bildschirmmediennutzung auf die Entwicklung von Babys und Kleinkindern (5.1.).
- Kenntnisse über die Auswirkung der elterlichen Bildschirmmediennutzung auf das Kind. Background Media Exposition, Technoferenz, Homeoffice (5.2.).
- Kenntnisse über Funktionen der Mediennutzung im Alltag (5.2.2.).
- Kenntnisse über digitale Dauerüberwachung und Verletzung der Privatsphäre (5.2.3.).
- Kenntnisse über offene und verdeckte Werbe- und Manipulationsstrategien (5.2.3.).

6.4 Kinderschutz

Der Kinderschutz wird hier gesondert hervorgehoben, da Gefährdungszeichen oftmals schwer zu erkennen sind. Die Symptomatik des Kindes kann auf belastete Eltern hinweisen, die auf digitale Medien zurückgegriffen haben und eigentlich Zuwendung, Anleitung und Unterstützung brauchen. Kinder können in unmittelbare Gefahr geraten, wenn die Aufmerksamkeit von Eltern durch den Bildschirm absorbiert wird. Darauf sollte auch in den AWMF-Leitlinien für den Kinderschutz hingewiesen werden.

Aus den USA kommt eine Übersicht über die verschiedenen Unfallmöglichkeiten mit Smartphones und Kindern von 0-3 Jahren. Sie reicht vom Fallen eines Smartphones auf ein Kind, elektrische Schläge bis zum Verschlucken oder Aspirieren von kleinen Teilen.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7597570/>

7 Ideen für die praktische Arbeit mit Eltern und Kindern

Begleitung, Beratung und Therapie bieten vielfältige Kontaktmöglichkeiten von Fachpersonen mit Eltern und Kindern: im Einzelgespräch, insbesondere bei Hausbesuchen, in Eltern-Kind-Gruppen, in Kitas und bei Tagesmüttern/Vätern, bei der Frühförderung, Physiotherapie und Logopädie bei älteren Kindern, sowie in der Säuglings-Kleinkind-Eltern-Psychotherapie.

Die Einführung des Themas ist nicht einfach, da Bildschirmmedien fest und nützlich im modernen Alltag junger Eltern verankert sind und die Empfehlung: „Bildschirmfrei unter Drei“ zunächst undenkbar erscheint. Der Gebrauch sollte nicht kritisiert werden. Vielmehr sollte gemeinsam überlegt werden, wie es ohne Bildschirm weitergehen könnte. Im günstigen Fall können Eltern selbst eine bildschirmfreie Alternative finden und dabei ihre Selbstwirksamkeit erleben. Dieses Gefühl wirkt wie eine Belohnung, ein Energiereservoir, das für andere, noch unbearbeitete Alltagssituationen zur Verfügung steht. Wenn es gelingt, eine oder mehrere Alltagssituationen mit den Eltern durchzuspielen und sie dann selbst ausprobieren und üben, ist ein Weg zum achtsamen Umgang mit dem Bildschirm gebahnt.

In einer Eltern-Kind-Gruppe kann der horizontale Informationsaustausch der Eltern untereinander als Verstärker wirken.

Die Reflexion des eigenen Mediengebrauchs der Eltern, sowie eine Medienanamnese sollte erst erfolgen, wenn ein tragfähiger Kontakt zur Familie entwickelt wurde. Ohne positive und ermutigende Vorerfahrungen können sich Eltern rasch gekränkt fühlen, sich beschämt oder vorwurfsvoll zurückziehen. Denn Eltern geben bereits alles, was sie können und was sie als das Beste für ihr Kind ansehen.

Zur Ermutigung und Motivation der Eltern kann auch gehören, dass die Fachperson ihre eigenen Schritte und Schwierigkeiten vom bildschirmreichen zum bildschirmreduzierten Alltag einfließen lässt.

Ein Newsletter aus der Pädiatrie der Universität Witten-Herdecke enthält Information und praktische Anleitung für den analogen Alltag. www.bildschirmfrei-bis-3.de.

7.1. Drei Zugangswege zur Reflexion des eigenen Gebrauchs von Bildschirmmedien

Für Familien unterschiedlicher Herkunft und mit unterschiedlichem Bildungsniveau wurden drei Zugangswege entworfen (Arnegger et al.). Sie sind für Einzelberatung, Hausbesuche, Spielgruppen und Informationsveranstaltungen geeignet und können individuell variiert werden.

- Im **autobiographischen Erzählspiel** kommen emotionale Erinnerungen und Erfahrungen mit elektronischen und digitalen Medien zur Sprache und regen zur Selbstreflexion an. Daraus kann sich ein bewusster Umgang mit digitalen Medien entwickeln. Die Erarbeitung einer eigenen Position zum persönlichen Konsum, sowie Kenntnisse über dessen Wirkung auf Kinder, ermöglichen verantwortungsvolle Entscheidungen und allmähliche Veränderungen mit dem Ziel eines kontrollierten, dosierten Gebrauchs.
- Die Übung **Zeitkuchen** macht sichtbar, mit welchen Aktivitäten Alltag und Freizeit der Eltern ausgefüllt sind und wie sie die Zeit verteilen. Das gilt auch für die Kinder. Eine kritische Reflexion über den Raum, den digitale Medien für Kind und Eltern einnehmen sollen, kann so eingeleitet und lebendig gehalten werden.
- Die **Achtsamkeitsübung mit einem Apfel** überzeugt durch den überraschenden Vergleich vom Bild eines Apfels mit dem Apfel in der Hand, also Bildschirm Erfahrung und vielfältigem Sinneseindruck. Die

Erkenntnis entsteht ausgehend vom emotionalen Erleben über die Reflexion zur Verantwortung, dem Kind den Zugang zur Welt mit allen Sinnen offen zu halten. Die Suche nach bildschirmfreien Alternativen und die Erprobung im Alltag kann von Fachkräften in verschiedenen Kontexten angeregt, angeleitet und begleitet werden.

7.1.1. Bildschirmfreie Alternativen im Alltag mit Kindern

Die Frage nach alltagstauglichen Alternativen zum digitalen Mediengebrauch stellt sich jedem praktisch Tätigen, nicht nur im Bereich der frühen Kindheit. Die folgenden Anregungen richten sich an Eltern und sind als erweiterungsfähige Grundlage für die Arbeit vor Ort gedacht.

Lehrreicher Alltag

Kinder lieben es, „dabei“ zu sein, zu tun, was die Erwachsenen machen. Sie lernen am Modell. So früh wie möglich an den Alltagshandlungen spielerisch beteiligt zu sein, macht also nicht nur Spaß, sondern ist richtig lehrreich. Ein paar Schauplätze:

Die **Küche** bietet mit ihren vielfältigen, oft bunten Gerätschaften immer neue Spielimpulse:

- Aus- und Einräumen, Suchen und Finden, Entdecken vielfältiger Verpackungen
- Kochen ist voller sensomotorischer, kognitiver und emotionaler Erfahrungen
- Tischdecken kann vom Aufzählen der Personen in die abstrakte Welt von Zahlen und Mengen führen.
- Wasser und ein paar Becher
- Alltagsgegenstände zum Hantieren und Verwandeln, der Schneebeesen wird zum Mikrophon oder zur Handpuppe

Sonstiges:

- Malen am vorbereiteten Platz
- „Comeback“ von Spielsachen, die langweilig oder aus dem Blick geraten sind

Der Umgang mit **Wäsche** spricht viele Sinne an:

- bunte Wäsche klammern werden zu sprechenden Wesen, zusammengesteckt auch zu Drachen o. Ä.
- Stoffe fühlen sich unterschiedlich an und haben verschiedene Farben
- die Suche nach der passenden Socke
- der Wäschekorb als Spiel-Raum: Schiff, Wohnung, Höhle, Versteck, Aufstiegshilfe beim Stehen und Laufen lernen

Blumengießen und **Tiereversorgen** entwickelt und stärkt das Verantwortungsgefühl des Kindes.

Allen genannten Tätigkeiten und Beteiligten gemeinsam ist das bestätigende Gefühl der Selbstwirksamkeit, woraus neue Aktivitäten entstehen.

Unternehmungen im Alltag

Eine Liste für Unternehmungen in der Umgebung senkt die Schwelle für die Umsetzung in die Tat: Spielplätze, Wald, Wiese, Wasser, Bauernhof und Tiergehege, erreichbare Eltern-Kind-Angebote.

Rhythmischer Alltag

Kinder lieben Medien. Deswegen ist es sinnvoll, feste Regeln für deren Nutzung zu haben. Die Klarheit darüber erleichtert dem Kind die allmähliche Akzeptanz und den Eltern das Aushalten des Protests beim Abschalten.

Drei Hilfen:

- Ein Wecker, der das Ende der Bildschirmzeit einläutet.
- Die Wiederholung einer Sequenz erfreut durch das Wieder-Sehen, regt zum Nach- und Weitererzählen an, was den Protest beim Abschalten erträglich machen kann

- Der kritische Blick auf die eigenen Gewohnheiten: Wie oft, wie lange, wofür nutze ich selbst Medien?

Aus den Augen, aus dem Sinn

Bildschirmmedien sollten nicht ständig sichtbar oder hörbar sein. Auch ein stummer Bildschirm zieht die Aufmerksamkeit auf sich. Das gilt für Kinder und Erwachsene. Ein Tuch verbirgt ihn effektiv.

Trost, Belohnung, Langeweile

Bildschirmmedien sind effektive Helfer bei der Regulation des stressigen Alltags. Sie löschen Konflikte kurzzeitig, lösen sie aber nicht. Die Selbstregulation des Kindes - und der Eltern - wird an den Bildschirm delegiert. Medienfreie, interaktive Möglichkeiten zur Lösung emotional schwieriger Situationen im Sinne von Auffangen (Containment) und Verstehen (Mentalisierung) sollten angeleitet und ausprobiert werden. Eltern können sich dafür Rat und Beistand holen.

Langeweile gehört zum Leben und ermöglicht das Entstehen von etwas unerwartet Neuem, wenn die vorübergehende Frustration ausgehalten wird. Im Wartezimmer oder im Auto kann eine vorbereitete, bildschirmfreie Beschäftigung hilfreich sein. Mit Rate- und Fingerspielen oder Erzählen können Wartezeiten zu Zuwendungs- und Spielzeiten werden.

Bezugspersonen statt Bildschirm

Kinder brauchen lebendige Interaktion und Resonanz. Sie lernen durch den Dialog und das Teilen von Erfahrungen, Gefühlen und Wissen. Eine emotional verfügbare Bezugsperson unterstützt die gesamte Entwicklung. Diese Aufgabe kann nicht an Bildschirmmedien delegiert werden.

8 Freiräume für Eltern

Im Familienleben geht es um die Abstimmung der unterschiedlichen Bedürfnisse von Eltern und Kindern. Erziehungsarbeit ist anstrengend und erfordert Pausen, in denen sich Eltern ihren Aufgaben und Interessen zuwenden. Die Verführung ist groß, bei Engpässen kurzzeitig den Bildschirm einzusetzen. Der bewusste Einsatz, der geeignete Inhalt und die begrenzte Zeit sind dafür wichtige Voraussetzungen. Die Suche nach bildschirmfreien Alternativen sollte aber beibehalten werden.

9 Nachwort

Mit diesen Informationen aus Wissenschaft und Praxis möchten wir Ihnen eine sichere Basis für die Erarbeitung und Umsetzung des entwicklungsrelevanten Themas **„Digitale Medien und frühe Kindheit“** geben. Seit der ersten Ausgabe des Positionspapiers 2022 hat sich die Forschung intensiviert. Wir haben relevante neue Studien integriert. Unsere Grundaussage, so wenig Bildschirm wie möglich, bleibt weiterhin gültig. Die Vermittlung der Erkenntnisse bleibt eine dauerhafte Forderung.

Wir werden den Text bei neuen Forschungsergebnissen aktualisieren. Ihre Rückmeldungen und Anregungen dazu sind willkommen:
info@gaimh.org

10 Laufende Forschungsprojekte mit Beteiligung von GAIMH-Mitgliedern

Kinder und digitale Medien (KiDiM)

Marie Meierhofer Institut für das Kind, Zürich

Dr. Fabio Sticca und Valérie Brauchli (M.Sc)

https://www.mmi.ch/uploads/Forschung/KiDiM/3_KiDiM_Flyer.pdf

Smart.Baby

Paracelsus Medizinische Universität Salzburg, Institut für Early Life Care

Dr. Beate Priewasser

www.pmu.ac.at/early-life-care/smartbaby.html

ECHT DABEI

Prof. Dr. Paula Bleckmann und Prof. Dr. Eva-Maria Bitzer

www.echt-dabei.de

Smart-Start

Zürcher Hochschule der Angewandten Wissenschaften (ZHAW)

Prof. Dr. Agnes von Wyl, Larissa Schneebeil (M.Sc) und KollegInnen

<https://bit.ly/3uopont>

Smart-Toddlers

Zürcher Hochschule der Angewandten Wissenschaften (ZHAW)

Prof. Dr. Agnes von Wyl, Larissa Schneebeil (M.Sc) und KollegInnen

<https://bit.ly/36IcyrI>

SEMKI-Studie zum Einfluss des Multitaskings auf die Mutter-Kind-Interaktion

Internationale Psychoanalytische Universität Berlin

Prof. Dr. Annette Klein und Aleksandra Mikić (M.A. Psych.)

<https://bit.ly/4bx80R4>

11 Literatur

AAP Council on Communications and Media. (2016). Media and young minds. *Pediatrics*, 138, e20162591.

Ahearne, C., Dilworth, S., Rollings, R., Livingstone, V. & Murray, D. (2015). Touch-screen technology usage in toddlers. *Archives of disease in childhood*, 101(2), 181–183. <https://doi.org/10.1136/archdischild-2015-309278>

Ainsworth, M., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. N. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. New York: Psychology Press.

Aishworiya, R., Cai, S., Chen, H. Y., Phua, D. Y., Broekman, B. F. P., Daniel, L. M., Chong, Y. S., Shek, L. P., Yap, F., Chan, S.-Y., Meaney, M. J. & Law, E. C. (2019). Television viewing and child cognition in a longitudinal birth cohort in Singapore: The role of maternal factors. *BMC Pediatrics*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12887-019-1651-z>

Alvarez Gutierrez, S. & Ventura, A. K. (2021). Associations between maternal technology use and perceptions of infant temperament, feelings of attachment, and adaptation to motherhood during early infancy. *Early Human Development*, 154. <https://doi.org/10.1016/j.earlhumdev.2021.105305>

Anderson, D. R., & Pempek, T. A. (2005). Television and very young children. *American Behavioral Scientist*, 48(5), 505–522. <https://doi.org/10.1177/0002764204271506>

Ante-Contreras, D. (2016). Distracted parenting: How social media affects parent-child attachment. (Unveröffentlichte Masterarbeit). California State University, San Bernardino, CA. Verfügbar unter: <http://scholarworks.lib.csusb.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1338&context=etd>

Antrilli, N. K. & Wang, S. (2018). Toddlers on touchscreens: Immediate effects of gaming and physical activity on cognitive flexibility of 2.5-year-olds in the US. *Journal of Children and Media*, 12(4), 496–513. <https://doi.org/10.1080/17482798.2018.1486332>

Arnegger, M., Uhler, C., Vogler, J., Wenzler K. Kleine Kinder und Bildschirmmedien. Ein Sensibilisierungskonzept im Kontext Frühe Hilfen.

Barr, R., Kirkorian, H., Radesky, J., Coyne, S., Nichols, D., Blanchfield, O., Rusnak, S., Stockdale, L., Ribner, A., Durnez, J., Epstein, M., Heimann, M., Koch, F.-S., Sundqvist, A., Thornberg, U., Konrad, C., Slussareff, M., Bus, A., Bellagamba, F. & Fitzpatrick, C. (2020). Beyond Screen Time: A Synergistic Approach to a More Comprehensive Assessment of Family Media Exposure During Early Childhood. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01283>

Barr, R., Muentener, P., Garcia, A., Fujimoto, M., & Chávez, V. (2007). The effect of repetition on imitation from television during infancy. *Developmental Psychobiology*, 49(2), 196–207. <https://doi.org/10.1002/dev.20208>

Bedford, R., Saez de Urabain, I. R., Cheung, C. H., Karmiloff-Smith, A., & Smith, T. J. (2016). Toddlers' (2016) Fine motor milestone achievement is associated with early touchscreen scrolling. *Frontiers in Psychology*, 7, Article 1108. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01108>

Bernath, J., Suter, L., Waller, G., Külling, C., Willemse, I. & Süss, D. (2020). *JAMES – Jugend, Aktivitäten, Medien – Erhebung Schweiz*. Zürich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.

Bernath, J., Waller, G. & Meidert, U. (2020). ADELE+. Der Medienumgang von Kindern im Vorschulalter (4–6 Jahre). Chancen und Risiken für die Gesundheit (*Obsan Bericht 03/2020*). Neuchâtel: Schweizerisches Gesundheitsobservatorium.

Biringen, Z. (1990). Direct observations of maternal sensitivity and dyadic interactions in the home: Relations to maternal thinking. *Developmental Psychology*, 26, 278–284. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.26.2.278>

Biringen, Z. (2008). The Emotional Availability (EA) Scales Manual (4. Aufl.). Unveröffentlichtes Manual. *International Center for Excellence in Emotional Availability*, Boulder.

Bleckmann, P. & Jukschat, N. (2015). The integrated model of (dys)functionality: Reconstructing patterns of gaming as self-medication in biographical interviews with video game addicts. *FQS – Forum qualitative Sozialforschung*, 16(3). <https://doi.org/10.17169/fqs-16.3.2276>

Bleckmann P. & Mößle T (2014). Position zu Problemdimensionen und Präventionsstrategien der Bildschirmnutzung. *Sucht*, 60(4), 235–247. <https://doi.org/10.1024/0939-5911.a000313>

Block, R. (2007, 9. Januar). Live from Macworld 2007: Steve Jobs keynote. *Engadget*. Verfügbar unter: <https://www.engadget.com/2007/01/09/live-from-macworld-2007-steve-jobs-keynote/>

Brauchli, V., Sticca, F., Edelsbrunner, P., von Wyl, A., & Lannen, P. (2023). Are screen media the new pacifiers? The role of parenting stress and parental attitudes for children's screen time in early childhood. *Computers in Human Behavior*, 108057. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.108057>

Brauchli, V., Edelsbrunner, P. A., Castro, R. P., Barr, R., von Wyl, A., Lannen, P., & Sticca, F. (2024). Screen time vs. scream time: Developmental interrelations between young children's screen time, negative affect, and effortful control. *Computers in Human Behavior*, 108138. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2024.108138>

Braune-Krickau, K., Schneebeli, L., Phelke-Milde, J., Gemperle, M., Koch, R. & von Wyl, A. (2021). Smartphones in the nursery: Parental smartphone use and parental sensitivity and responsiveness within parent–child interaction in early childhood (0–5 years): A scoping review. *Infant Mental Health Journal*, 42(2), 161–175. <https://doi.org/10.1002/imhj.21908>

Brevers, D. & Turel, O. (2019). Strategies for Self-Controlling Social Media Use: Classification and Role in Preventing Social Media Addiction Symptoms. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(3), 554–563. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.49>

Bujard et al. (2020). Eltern während der Corona-Krise. BiB.Bevölkerungs.Studien 1/2020. Wiesbaden: Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung.

Chaudron, S. (2015). Young Children (0–8) and Digital Technology. A qualitative exploratory study across seven countries. Joint Research Centre. Luxembourg: Publications Office of the European Union. <https://doi.org/10.2788/00749>

Christakis, E. (2018, Juli/August). The dangers of distracted parenting. *The Atlantic*. Verfügbar unter: <https://www.theatlantic.com/magazine/archive/2018/07/the-dangers-of-distracted-parenting/561752/>

Cino, D. (2021). Beyond the surface: Sharenting as a source of family quandaries. Mapping parents' Social Media Dilemmas. *Western Journal of Communication* (Vordruck). <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.32249.29285>

Collings, P. J., Kelly, B., West, J., & Wright, J. (2018). Associations of tv viewing duration, meals and snacks eaten when watching tv, and a tv in the bedroom with child adiposity. *Obesity*, 26(10), 1619–1628. <https://doi.org/10.1002/oby.22288>

Corkin, M., Peterson, E., Henderson, A., Waldie, K., Reese, E. & Morton, S. (2021). Preschool screen media exposure, executive functions and symptoms of inattention/hyperactivity. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 73. 101237. [10.1016/j.appdev.2020.101237](https://doi.org/10.1016/j.appdev.2020.101237)

Courage, M. L., Murphy, A. N., Goulding, S. & Setliff, A. E. (2010). When the television is on: The impact of infant-directed video on 6- and 18-month-olds' attention during toy play and on parent-infant interaction. *Infant Behavior & Development*, 33(2), 176–188. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2009.12.012>

Coyne, S. M., Padilla-Walker, L. M., Fraser, A. M., Fellows, K., & Day, R. D. (2014). “Media time = family time”: Positive media use in families with adolescents. *Journal of Adolescent Research*, 29(5), 663–688. <https://doi.org/10.1177/0743558414538316>

Coyne, Sarah M.; Shawcroft, Jane; Gale, Megan; Gentile, Douglas A.; Etherington, Jordan T.; Holmgren, Hailey; Stockdale, Laura (2021): Tantrums, toddlers and technology: Temperament, media emotion regulation, and problematic media use in early childhood. In: *Computers in Human Behavior* 120, S. 106762. DOI: 10.1016/j.chb.2021.106762.

De Craemer, M., Lateva, M., Iotova, V., De Decker, E., Verloigne, M., De Bourdeaudhuij, I., Androustos, O., Socha, P., Kulaga, Z., Moreno, L., Koletzko, B., Manios, Y. & Cardon, G. (2015). Differences in Energy Balance-Related Behaviours in European Preschool Children: The ToyBox-Study. *PLOS ONE*, 10(3). e0118303. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0118303>

De Jong, M. T. & Bus, A. G. (2002). Quality of book-reading matters for emergent readers: An experiment with the same book in a regular or electronic format. *Journal of Educational Psychology*, 94(1), 145–155. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.94.1.145>

DeMattia, L., Lemont, L. & Meurer, L. (2006). Do interventions to limit sedentary behaviours change behaviour and reduce childhood obesity? A critical review of the literature. *Obesity Reviews*, 8(1), 69–81. <https://doi.org/10.1111/j.1467-789X.2006.00259.x>

De Wolff, M. & Ijzendoorn, M. (1997). Sensitivity and attachment: A meta-analysis on parental antecedents of infant attachment. *Child Development*, 68(4), 571–591.

Dynia, J. M., Dore, R. A., Bates, R. A., & Justice, L. M. (2021). Media exposure and language for toddlers from low-income homes. *Infant Behavior & Development*, 63, 101542. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2021.101542>

Dwyer, R. J., Kushlev, K. & Dunn, E. W. (2018). Smartphone use undermines enjoyment of face-to-face social interactions. *Journal of Experimental Social Psychology*, 78, 233–239. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2017.10.007>

Elias, N., Lemish, D., Dalyot, S. & Floegel, D. (2020). “Where are you?” An observational exploration of parental technofence in public places in the US and Israel. *Journal of Children and Media*, 15(3), 376–388. <https://doi.org/10.1080/17482798.2020.1815228>

Enthoven, C. A., Tideman, J. W. L., Polling, J. R., Yang-Huang, J., Raat, H. & Klaver, C. C. W. (2020). The impact of computer use on myopia development in childhood. The generation R study. *Prev. Med.*, 132. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2020.105988>

Evans Schmidt, M., Pempek, T. A., Kirkorian, H. L., Lund, A. F., & Anderson, D. R. (2008). The effects of background television on the toy play behavior of very young children. *Child Development*, 79(4), 1137–1151. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2008.01180.x>

Evers-Wölk, M. & Opielka, M. (2019). Neue elektronische Medien und Suchtverhalten, Forschungsbefunde und politische Handlungsoptionen zur Mediensucht bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Baden-Baden: Nomos Verlag.

Fankhauser, R. & Fischer, N. (2017). Kinderfotos auf Facebook oder wenn Eltern die Persönlichkeitsrechte ihrer Kinder verletzen. In I. Schwander, R. Reusser & R. Fankhauser (Hrsg.), *Brennpunkt Familienrecht. Festschrift für Thomas Geiser zum 65. Geburtstag* (1. Aufl., S. 193–217). Zürich/St. Gallen: Dike Verlag AG.

Feierabend, S., Rathgeb, T., Kheredmand, H. & Glöckler, S. (2020). JIM-Studie 2020. *Jugend, Information, Medien. Basisuntersuchung zum Medienumgang 12- bis 19-Jähriger*. Stuttgart: Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest

Feierabend, S., Rathgeb, T., Kheredmand, H. & Glöckler, S. (2021). KIM-Studie 2020. *Kindheit, Internet, Medien. Basisuntersuchung zum Medienumgang 6- bis 13-Jähriger*. Stuttgart: Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest.

Feil, C. (2014). Digitale Medien in der Lebenswelt von Klein- und Vorschulkindern. *Frühe Bildung*, 3(2), 116–118.

Fitzpatrick, C., Pagani, L. S. & Barnett, T. A. (2012). Early childhood television viewing predicts explosive leg strength and waist circumference by middle childhood. *Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9(1). <https://doi.org/10.1186/1479-5868-9-87>

Fraiberg, S. (2003). Pathologische Schutz- und Abwehrreaktionen in der frühen Kindheit. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 52(8), 560–577.

Frieden, T. R. (2010). A framework for public health action: the health impact pyramid. *American journal of public health*, 100(4), 590–595. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2009.185652>

Galovan, A. M., & Drouin, M. (2020). Daily technofence, technology use during couple leisure time, and relationship quality. *Media Psychology*, 1–29.

Gaßner, R. (1989). Computer und Veränderungen im Weltbild ihrer Nutzer: Eine qualitative Längsschnittanalyse bei jugendlichen und erwachsenen Computerkursteilnehmern. Frankfurt: Peter Lang.

Gergen, K. J. (2002). The challenge of absent presence. In J. E. Katz & M. Aakhus (Hrsg.). *Perpetual contact: Mobile communication, private talk, public performance* (S. 227– 241). Cambridge: Cambridge UP. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511489471.018>

Greenfield, P., Farrar, D. & Beagles-Roos, J. (1986). Is the Medium the Message? Effects of Radio and Television on Imagination. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 7(3), 201–218. [https://doi.org/10.1016/0193-3973\(86\)90029-8](https://doi.org/10.1016/0193-3973(86)90029-8)

Grossmann, K. E., Grossmann, K. & Waters, E. (2006). *Attachment from infancy to adulthood: The major longitudinal studies*. Guilford Press.

Guernsey, L., & Seal-Wanner, C. (2007). *Into the minds of babes: How screen time affects children from birth to age five*. New York: Basic Books.

Han, Tae Sun; Cho, Heejun; Sung, Dajung; Park, Min-Hyeon (2022): A systematic review of the impact of COVID-19 on the game addiction of children and adolescents. In: *Frontiers in psychiatry* 13, S. 976601. DOI: 10.3389/fpsyt.2022.976601.

Hiniker, A., Sobel, K., Suh, H., Sung, Y. C., Lee, C. P. & Kientz, J. A. (2015). Texting while parenting: How adults use mobile phones while caring for children at the playground. In *Proceedings of the 33rd Annual ACM Conference on Human Factors in Computing Systems* (727–736). Seoul Republic of Korea: ACM.

Hinkley, T., Brown, H., Carson, V. & Teychenne, M. (2018). Cross sectional associations of screen time and outdoor play with social skills in preschool children. *PLOS ONE*, 13(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0193700>

Hinkley, T., Verbestel, V., Ahrens, W., Lissner, L., Molnár, D., Moreno, L. A., Pigeot, I., Pohlabein, H., Reisch, L. A., Russo, P., Veidebaum, T., Tornaritis, M., Williams, G., Henauw, S. D. & Bourdeaudhuij, I. D. (2014). Early childhood electronic media use as a predictor of poorer well-being: A prospective cohort study. *JAMA Pediatrics*, 168(5), 485–492. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2014.94>

Howard Gola, A. A. H., Richards, M. N., Lauricella, A. R., & Calvert, S. L. (2013). Building meaningful parasocial relationships between toddlers and media characters to teach early mathematical skills. *Media Psychology*, 16(4), 390–411. <https://doi.org/10.1080/15213269.2013.783774>

Hu, J., Ding, N., Yang, L., Ma, Y., Gao, M. & Wen, D. (2019). Association between television viewing and early childhood overweight and obesity: A pair-matched case-control study in China. *BMC Pediatrics*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12887-019-1557-9>

ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics (2021): Version: 05/2021. 6C51 Gaming disorder. Online verfügbar unter <https://icd.who.int/browse/2024-01/mms/en#1448597234>

Intusoma, U., Mo-suwan, L., Ruangdaraganon, N., Panyayong, B. & Chongsuvivatwong, V. (2013). Effect of television viewing on social-emotional competence of young Thai children. *Infant Behavior & Development*, 36(4), 679–685. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2013.07.001>

Janssen, X., Martin, A., Hughes, A. R., Hill, C. M., Kontronoulas, G. & Hesketh, K. (2020). Associations of screen time, sedentary time and physical activity with sleep in under 5s: A systematic review and meta-analysis. *Sleep Medicine Reviews*, 49. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2019.101226>

Kahn, M., Barnett, N., Glazer, A., & Gradisar, M. (2021). Sleep and screen exposure across the beginning of life: Deciphering the links using big-data analytics. *Sleep*, 44(3), Article zsaal58. <https://doi.org/10.1093/sleep/zsaal58>

Kieninger J & Feierabend S.(2021). Medienumgang 2- bis 5-Jähriger in Deutschland. Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest

Kildare, C. A. & Middlemiss, W. (2017). Impact of parents mobile device use on parent-child interaction: A literature review. *Computers in Human Behavior*, 75, 579–593. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.06.003>

Kinderkommission im Deutschen Bundestag (2019). Stellungnahme „Kindeswohl und digitalisierte Gesellschaft – Chancen wahrnehmen, Risiken bannen“. Verfügbar unter: <https://bit.ly/3wkswa>

Kirkorian, H. L., Pempek, T. A., Murphy, L. A., Schmidt, M. E. & Anderson, D. R. (2009). The impact of background television on parent-child interaction. *Child Development*, 80(5), 1350–1359. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2009.01337.x>

Koch, S. C., Herbert, B. M. & Bleckmann, P. (2017). Leiblichkeit und die Sinne im digitalen Zeitalter: Gefahren der Überreizung, Verkümmern und Inkongruenz. In: J. Weinzirl, P. Lutzker & P. Heusser (Hrsg.). *Bedeutung und Gefährdung der Sinne im digitalen Zeitalter. Witterter Kolloquium für Humanismus, Medizin und Philosophie* (Bd. 5, S. 81–114). Würzburg: Verlag Königshausen & Neumann.

Krcmar, M. (2010). Can social meaningfulness and repeat exposure help infants and toddlers overcome the video deficit? *Media Psychology*, 13(1), 31–53. <https://doi.org/10.1080/15213260903562917>

Langmeyer, A., Guglhör-Rudan, A., Naab, T., Urlen, M. & Winklhofer, U. (2020). Kind sein in Zeiten von Corona. Ergebnisbericht zur Situation von Kindern während des Lock-downs im Frühjahr 2020 (Deutsches Jugendinstitut (DJI), Hrsg.). München. Verfügbar unter: https://www.dji.de/fileadmin/user_upload/dasdji/news/2020/DJI_Kindsein_Corona_Ergebnisbericht_2020.pdf

Lauricella, A. R., Barr, R., & Calvert, S. L. (2016). Toddler learning from video: Effect of matched pedagogical cues. *Infant Behavior & Development*, 45(Part A), 22–30. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2016.08.001>

Lauricella, A. R., Pempek, T. A., Barr, R., & Calvert, S. L. (2010). Contingent computer interactions for young children's object retrieval success. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 31(5), 362–369. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2010.06.002>

Law E. 2023 Study: Infants exposed to excessive screen time show differences in brain function beyond eight years of age. JAMA

Lemish, D., Elias, N. & Floegel, D. (2020). “Look at me!” Parental use of mobile phones at the playground. *Mobile Media & Communication*, 8(2), 170–187. <https://doi.org/10.1177/2050157919846916>

Levin, D. E. & Kilbourne, J. (2009). So Sexy So Soon. The New Sexualized Childhood and What Parents Can Do to Protect Their Kids. New York: Ballantine Books.

Madigan, S., Bakermans-Kranenburg, M. J., Van Ijzendoorn, M. H., Moran, G., Pederson, D. R. & Benoit, D. (2006). Unresolved states of mind, anomalous parental behavior, and disorganized attachment: A review and meta-analysis of a transmission gap. *Attachment & Human Development*, 8(2), 89–111. <https://doi.org/10.1080/14616730600774458>

Madigan, S., Browne, D., Racine, N., Mori, C. & Tough, S. (2019). Association between screen time and children's performance on a developmental screening test. *JAMA Pediatrics*, 173(3), 244–250. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2018.5056>

Madigan, S., et al., (2022) Assessment of changes in child and adolescent screen time during the COVID-19 pandemic: A systematic review and metanalysis, *JAMA Pediatrics* 2022 Dec.1, 176 (12):1188-1198

Madigan, S., McArthur, B. A., Anhorn, C., Eirich, R., & Christakis, D. A. (2020). Associations between screen use and child language skills. *JAMA Pediatrics*, 174, 665–675. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2020.0327>

Main, M. & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. In: M. T. Greenberg, D. Cicchetti & E. M. Cummings (Hrsg.). *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (S. 121–160). Chicago: University of Chicago Press.

Maniccia, D. M., Davison, K. K., Marshall, S. J., Manganello, J. A. & Dennison, B. A. (2011). A meta-analysis of interventions that target children's screen time for reduction. *Pediatrics*, 128(1), 193–210. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-2353>

Marciano, Laura; Ostroumova, Michelle; Schulz, Peter Johannes; Camerini, Anne-Linda (2021): Digital Media Use and Adolescents' Mental Health During the Covid-19 Pandemic: A Systematic Review and Meta-Analysis. In: *Frontiers in public health* 9, S. 793868. DOI: 10.3389/fpubh.2021.793868.

Martin, M.(2023). Medienabhängigkeit: Die Bildschirmsucht nimmt zu. *Dtsch.Aerzteblatt* 2023; 120(14): A-612 / B-525

Martin, K., Bednarz, J. & Aromataris, E. (2020). Interventions to control children's screen use and their effect on sleep: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Sleep Research*, 30(2). <https://doi.org/10.1111/jsr.13130>

McDaniel, Brandon T. (2019): Parent distraction with phones, reasons for use, and impacts on parenting and child outcomes: A review of the emerging research. In: *Human Behav and Emerg Tech* 1(2), S. 72–80. DOI: 10.1002/hbe2.139.

McDaniel, B. (2020). Technoference: Parent mobile device use and implications for children and parent-child relationships. *Zero To Three*, 41(2), 30–36.

- McDaniel, B. T. & Coyne, S. (2016a). "Technoference": The Interference of Technology in Couple Relationships and Implications for Women's Personal and Relational Well-Being. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), 85–98. <https://doi.org/10.1037/ppm0000065>
- McDaniel, B. T. & Coyne, S. M. (2016b). Technology interference in the parenting of young children: Implications for mothers' perceptions of coparenting. *The Social Science Journal*, 53, 435–443. <https://doi.org/10.1016/j.soscij.2016.04.010>
- McDaniel, B. T., Galovan, A. M., Cravens, J. & Drouin, M. (2018). Technoference and implications for mothers' and fathers' couple and coparenting relationship quality. *Computers in Human Behavior*, 80, 303–313. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.11.019>
- McDaniel, B. T. & Radesky, J. S. (2018a). Technoference: Parent distraction with technology and associations with child behavior problems. *Child Development*, 89(1), 100–109. <https://doi.org/10.1111/cdev.12822>
- McDaniel, B. T. & Radesky, J. (2018b). Technoference: Parent technology use, stress, and child behavior problems over time. *Pediatric Research*, 84, 210–218.
- Meins, E., Fernyhough, C., Fradley, E. & Tuckey, M. (2001). Rethinking maternal sensitivity: Mothers' comments on infants' mental processes predict security of attachment at 12 months. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 42(5), 637–648. <https://doi.org/10.1111/1469-7610.00759>
- Mendelsohn, A. L., Brockmeyer, C. A., Dreyer, B. P., Fierman, A. H., Berkule-Silberman, S. B. & Tomopoulos, S. (2010). Do verbal interactions with infants during electronic media exposure mitigate adverse impacts on their language development as toddlers? *Infant & Child Development*, 19(6), 577–593.
- Misra, S., Cheng, L., Genevie, J. & Yuan, M. (2016). The iPhone Effect. *Environment and Behavior*, 48(2), 275–298. <https://doi.org/10.1177/0013916514539755>
- Mößle, T. (2012). „dick, dumm, abhängig, gewalttätig?“ Problematische Mediennutzungsmuster und ihre Folgen im Kindesalter. Ergebnisse des Berliner Längsschnitt Medien (1. Aufl.). Baden-Baden: Nomos Verlag.
- Mößle, T. & Föcker, J. (2021). Der Einfluss der Medien auf die kindliche und jugendliche Psyche. In: J. Fegert, F. Resch, P. Plener, M. Kaess, M. Döpfner & K. Konrad (Hrsg.). *Psychiatrie und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters* (S. 1–11). <https://doi.org/10.1007/978-3-662-49289-5>
- Mößle, T. & Rehbein, F. (2013). Predictors of Problematic Video Game Usage in Childhood and Adolescence. *Sucht*, 59, 153–164. <https://doi.org/10.1024/0939-5911.a000247>
- Munzer T. et al. (2019). Difference in Parent-Toddler interaction with E-Books versus Print Books (April 2019). *Ped.*, 143(4). <https://pediatrics.aappublications.org/content/143/4/e20182012>

Myers, L. J., LeWitt, R. B., Gallo, R. E., & Maselli, N. M. (2017). Baby FaceTime: Can toddlers learn from online video chat? *Developmental Science*, 20(4), e12430. <https://doi.org/10.1111/desc.12430>

Myruski, S., Gulyayeva, O., Birk, S., Pérez-Edgar, K., Buss, K. A. & Dennis-Tiway, T. A. (2018). Digital disruption? Maternal mobile device use is related to infant social emotional functioning. *Developmental Science*, 21(4). <https://doi.org/10.1111/desc.12610>

Neuman, S. B., Kaefer, T., Pinkham, A. & Strouse, G. (2014). Can babies learn to read? A randomized trial of baby media. *Journal of Educational Psychology*, 106(3), 815–830. <https://doi.org/10.1037/a0035937>

Nievar, M. A., Van Egeren, L. A. & Pollard, S. (2010). A meta-analysis of home visiting programs: Moderators of improvements in maternal behavior. *Infant Mental Health Journal*, 31(5), 499–520. <https://doi.org/10.1002/imhj.20269>

Nobre, J. N. P., Vinolas Prat, B., Santos, J. N., Santos, L. R., Pereira, L., Guedes, S. da C., Ribeiro, R. F. & Moraes, R. L. de S. (2019). Quality of interactive media use in early childhood and child development: A multicriteria analysis. *Jornal de Pediatria*, 96(3), 310–317. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2018.11.015>

Nunez-Smith, M., Wolf, E., Huang, H. M., Chen, P. G., Lee, L. Emanuel, E. J. & Gross, C. P. (2008). Media and child and adolescent health. A systematic review. Washington, D. C.: Common Sense Media. Verfügbar unter: https://www.medpagetoday.com/upload/2008/12/5/TV_backup1.pdf

O'Hara, L., Smith, E., Barlow, J., Livingstone, N., Herath, N., Wei, Y., Spreckelsen, T. & Macdonald, G. (2019). Video feedback for parental sensitivity and attachment security in children under five years. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 11(5). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD012348.pub2>

Olson, J. A., Sandra, D. A., Chmoulevitch, D., Raz, A. & Veissiere, S. P. L. (2021). A ten-step behavioural intervention to reduce screen time and problematic smartphone use (Preprint 04.01.2021). <https://doi.org/10.31234/osf.io/tjynk>

Ostrov, J. M., Gentile, D. A. & Mullins, A. D. (2013). Evaluating the effect of educational media exposure on aggression in early childhood. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 34(1), 38–44. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2012.09.005>

Padmapriya, N., Aris, I. M., Tint, M. T., Loy, S. L., Cai, S., Tan, K. H., Shek, L. P., Chong, Y. S., Godfrey, K. M., Gluckman, P. D., Lee, Y. S., Saw, S. M., Yap, F., Kramer, M. S., Bernard, J. Y. & Müller-Riemenschneider, F. (2019). Sex-specific longitudinal associations of screen viewing time in children at 2–3 years with adiposity at 3–5 years. *Journal of Obesity*, 43(7), 1334–1343. <https://doi.org/10.1038/s41366-019-0344-x>

Pagani, L. S., Fitzpatrick, C. & Barnett, T. A. (2013). Early childhood television viewing and kindergarten entry readiness. *Pediatric Research*, 74(3), 350–355. <https://doi.org/10.1038/pr.2013.105>

Papousek, M. (2001). Die Rolle des Spiels für die kindliche Entwicklung. *Archiv frühe Kindheit*, Ausgabe 4/01. <http://liga-kind.de/fk-401-papousek/>

Pfeiffer, C., Mößle, T., Kleimann, M. & Rehbein, F. (2008). Die PISA-Verlierer und ihr Medienkonsum. Eine Analyse auf der Basis verschiedener empirischer Untersuchungen. In U. Dittler & M. Hoyer (Hrsg.). *Aufwachsen in virtuellen Medienwelten. Chancen und Gefahren digitaler Medien aus medienpsychologischer und medienpädagogischer Perspektive* (S. 275–306). München: Kopaed.

Przybylski, A. K. & Weinstein, N. (2019). Digital screen time limits and young children's psychological well-being: Evidence from a population-based study. *Child Development*, 90(1), e56–e65. <https://doi.org/10.1111/cdev.13007>

Radesky, J. S. & Christakis, D. A. (2016). Increased screen time: Implications for early childhood development and behavior. *Pediatric Clinics of North America*, 63(5), 827–839. <http://dx.doi.org/10.1016/j.pcl.2016.06.006>

Radesky, J., Miller, A.L., Rosenblum, K. L., Appugliese, D., Kaciroti, N. & Lumeng, J. C. (2015). Maternal mobile device use during a structured parent–child interaction task. *Academic Pediatrics*, 15(2), 238–244. <https://doi.org/10.1016/j.acap.2014.10.001>

Radesky, J. S., Peacock-Chambers, E., Zuckerman, B. & Silverstein, M. (2016). Use of mobile technology to calm upset children: Associations with social-emotional development. *JAMA pediatrics*, 170(4), 397–399. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2015.4260>

Radesky, J. S., Silverstein, M., Zuckerman, B. & Christakis, D. A. (2014). Infant self-regulation and early childhood media exposure. *Pediatrics*, 133(5), e1172–e1178. <https://doi.org/10.1542/peds.2013-2367>

Reed, J., Hirsh-Pasek, K. & Golinkoff, R. M. (2017). Learning on hold: Cell phones side-track parent-child interactions. *Developmental Psychology*, 53(8), 1428–1436. <https://doi.org/10.1037/dev0000292>

Riedel, R., Büsching, U. & Brand, M. (2016). BLIKK Medien-Studie 2016: Erste Ergebnisse von 3.048 Kindern. *BMG-Sucht-Kongress*. Verfügbar unter: https://www.rfh-koeln.de/sites/rfh_koelnDE/myzms/content/e380/e1184/e29466/e34095/e34098/20161121_BLIKK_Pressemitteilung_Aend_VJ_ger.pdf

Roseberry, S., Hirsh-Pasek, K., & Golinkoff, R. M. (2014). Skype me! Socially contingent interactions help toddlers learn language. *Child Development*, 85(3), 956–970. <https://doi.org/10.1111/cdev.12166>

Roseberry, S., Hirsh-Pasek, K., Parish-Morris, J., & Golinkoff, R. M. (2009). Live action: Can young children learn verbs from video? *Child Development*, 80(5), 1360–1375. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2009.01338.x>

Rothstein, T. M. (2018). The presence of smartphones and their impact on the quality of parent-child interactions (Masterarbeit). California State University, Stanislaus. Verfügbar unter: <http://scholarworks.csustan.edu/handle/011235813/1324>

Saferinternet.at (2020). Studie: 72 Prozent der 0- bis 6-Jährigen im Internet. Verfügbar unter: <https://www.saferinternet.at/news-detail/studie-72-prozent-der-0-bis-6-jaehri-gen-im-internet/>

Sasaki, A., Yorifuji, T., Iwase, T., Komatsu, H., Takao, S. & Doi, H. (2010). Is there any association between tv viewing and obesity in preschool children in japan? *Acta Medica Okayama*, 64(2), 137–142. <https://doi.org/10.18926/AMO/32854>

Saldanha-Gomes, C., Heude, B., Charles, M.-A., de Lauzon-Guillain, B., Botton, J., Carles, S., Forhan, A., Dargent-Molina, P., & Lioret, S. (2017). Prospective associations between energy balance-related behaviors at 2 years of age and subsequent adiposity: The EDEN mother–child cohort. *International Journal of Obesity*, 41(1), 38–45. <https://doi.org/10.1038/ijo.2016.138>

Schmidt, M. E., Haines, J., O'Brien, A., McDonald, J., Price, S., Sherry, B. & Taveras, E. M. (2012). Systematic review of effective strategies for reducing screen time among young children. *Obesity*, 20(7), 1338–1354. <https://doi.org/10.1038/oby.2011.348>

Schor, J. (2005). Born to Buy: The Commercialized Child and the New Consumer Culture. New York: Scribner.

Schuster, A. K., Krause, L., Kuchenbäcker, C., Prütz, F. G., Elflein, H. M., Pfeiffer, N. u.a. (2020). Prevalence and Time Trends in Myopia Among Children and Adolescents. *Dtsch Arzteblatt Int.*, 117(50), 855–860.

Sharp, C. & Fonagy, P. (2008). The parent's capacity to treat the child as a psychological agent: Constructs, measures and implications for developmental psychopathology. *Social Development*, 17(3), 737–754. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00457.x>

Shulevitz, Judith. (2013, 29. Oktober). Big Mother is Watching You. Technology now lets you spy on your kids all the time. Why you shouldn't. *The New republic*. Verfügbar unter: <https://newrepublic.com/article/115347/parental-surveillance-creepy-new-ways-spy-your-kids>

Sisson, S. B., Shay, C. M., Broyles, S. T. & Leyva, M. (2012). Television-viewing time and dietary quality among U. S. children and adults. *Journal of Preventive Medicine*, 43(2), 196–200. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2012.04.016>

Slade, A., Grienberger, J., Bernbach, E., Levy, D. & Locker, A. (2005). Maternal reflective functioning, attachment, and the transmission gap: a preliminary study. *Attachment & Human Development*, 7(3), 283–298. <https://doi.org/10.1080/14616730500245880>

Southerton, C., Damkjaer, M. S. & Albrechtslund, A. (2019). Photosharing as Participatory Surveillance. In B. Eriksson, C. Stage & B. Valtysson (Hrsg.), *Cultures of Participation. Arts, Digital Media and Cultural Institutions* (Kapitel 7). London: Routledge.

Souto, P. H. S., Santos, J. N., Leite, H. R., Hadders-Algra, M., Guedes, S. C., Nobre, J. N. P., Santos, L. R. & Morais, R. L. de S. (2019). Tablet use in young children is associated with advanced fine motor skills. *Journal of Motor Behavior*, 1, 1–8. <https://doi.org/10.1080/00222895.2019.1602505>

Spitzer M. (2021). Open schools! Weighing the effects of viruses and lockdowns on children. *Trends Neurosci Educ.*, 22, 100–151.

Staples, A. D., Hoyniak, C., McQuillan, M. E., Molfese, V., & Bates, J. E. (2021). Screen use before bedtime: Consequences for nighttime sleep in young children. *Infant Behavior and Development*, 62, Article 101522. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2020.101522>

Sticca, F., Brauchli, V., & Lannen, P. (under review). Screen on = development off? A systematic scoping review on the associations between children's screen media use and early childhood development.

Stockdale, L. A., Porter, C. L., Coyne, S. M., Essig, L. E., Booth, M., Keenan-Kroff, S. & Schvaneveldt, E. (2020). Infants' response to a mobile phone modified still-face paradigm: Links to maternal behaviors and beliefs regarding technofence. *Infancy*, 25(5), 571–592. <https://doi.org/10.1111/inf.12342>

Stupica, B. (2016). Rounding the bases with a secure base. *Attachment & Human Development*, 18(4), 1–18. <https://doi.org/10.1080/14616734.2016.1170052>

Suggate, S. & Martzog, P. (2020). Screen-Time Influences Children's Mental Imagery Performance. *Developmental Science*, 23(6). <https://doi.org/10.1111/desc.12978>

Suter, L., Waller, G., Bernath, J., Külling, C., Willemse, I. & Süss, D. (2018). JAMES – Jugend, Aktivitäten, Medien – Erhebung Schweiz. Zürich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.

Tansriratanawong, S., Louthrenoo, O., Chonchaiya, W. & Charnsil, C. (2017). Screen viewing time and externalising problems in pre-school children in Northern Thailand. *Journal of Child and Adolescent Mental Health*, 29(3), 245–252. <https://doi.org/10.2989/17280583.2017.1409226>

Taylor, G., Monaghan, P. & Westermann, G. (2018). Investigating the association between children's screen media exposure and vocabulary size in the UK. *Journal of Children and Media*, 12(1), 51–65. <https://doi.org/10.1080/17482798.2017.1365737>

Tiwari, S. Understanding the 3Cs: Child, Content, and Context in Children's Educational Media. *TechTrends* 64, 348–350 (2020). <https://doi.org/10.1007/s11528-020-00482-8>

Tomopoulos, S., Dreyer, B. P., Berkule, S., Fierman, A. H., Brockmeyer, C., & Mendelsohn, A. L. (2010). Infant media exposure and toddler development. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 164(12), 1105–1111. <https://doi.org/10.1001/archpediatrics.2010.235>

Tronick, E., Als, H., Adamson, L., Wise, S. & Brazelton, T. B. (1978). The infant's response to entrapment between contradictory messages in face-to-face interaction. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 17(1), 1–13. [https://doi.org/10.1016/s0002-7138\(09\)62273-1](https://doi.org/10.1016/s0002-7138(09)62273-1)

Twenge, J. M. & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological wellbeing among children and adolescents: Evidence from a population-based study (Systematic review and meta-analysis). *Prev Med Rep.*, 12, 271–283.

Twenge, J. M., Hisler, G. C. & Krizan, Z. (2019). Associations between screen time and sleep duration are primarily driven by portable electronic devices: Evidence from a population-based study of U. S. children ages 0–17. *Sleep Medicine*, 56, 211–218. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2018.11.009>

UNICEF: The State of the World's Children 2017 – Children in a Digital World, New York (USA), Dez.2017

Vanden Abeele, M. M., Abels, M. & Hendrickson, A. T. (2020). Are parents less responsive to young children when they are on their phones? A systematic naturalistic observation study. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 23(6), 363–370. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0472>

van den Heuvel, M., Ma, J., Borkhoff, C. M., Koroshegyi, C., Dai, D. W. H., Parkin, P. C., Maguire, J. L., Birken, C. S. & TARGet Kids! Collaboration. (2019). Mobile media device use is associated with expressive language delay in 18-month-old children. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 40(2), 99–104. <https://doi.org/10.1097/DBP.0000000000000630>

Vandewater, E. A., Barr, R. F., Park, S. E., & Lee, S.-J. (2010). A US study of transfer of learning from video to books in toddlers. *Journal of Children and Media*, 4(4), 451–467. <https://doi.org/10.1080/17482798.2010.510013>

Ventura, A. K., Levy, J. & Sheeper, S. (2019). Maternal digital media use during infant feeding and the quality of feeding interactions. *Appetite*, 143. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.104415>

Vereinigung deutscher Wissenschaftler (2019). VDW-Jahrestagung 2019. Die Ambivalenzen des Digitalen: Mensch und Technik zwischen neuen Möglichkeits(träumen und (un)bemerkbaren Verlusten. Verfügbar unter: <https://vdw-ev.de/wp-content/uploads/2019/09/VDW-Positionspapier-Digitalisierung-Jahrestagung-2019.pdf>

Verhage, M. L., Schuengel, C., Madigan, S., Fearon, R. M. P., Oosterman, M., Cassibba, R., Bakermans-Kranenburg, M. J. & van, I. M. H. (2016). Narrowing the transmission gap: A synthesis of three decades of research on intergenerational transmission of attachment. *Psychol Bull*, 142(4), 337–366. <https://doi.org/10.1037/bul0000038>

Wahi, G., Parkin, P. C., Beyene, J., Uleryk, E. M. & Birken, C. S. (2011). Effectiveness of Interventions Aimed at Reducing Screen Time in Children: A Systematic Review and Meta-analysis of Randomized Controlled Trials. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 165(11), 979–986. <https://doi.org/10.1001/archpediatrics.2011.122>

Waldenfels, B. (2016). Geweckte und gelenkte Aufmerksamkeit. In J. Müller, A. Nießeler & A. Rauh (Hrsg.), *Aufmerksamkeit* (S. 25–45). Bielefeld: Transcript. <https://doi.org/10.14361/9783839434819-001>

Waller, G., Suter, L., Bernath, J., Külling, C., Willemse, I. Martel, N. & Süss, D. (2019). *MIKE - Medien, Interaktion, Kinder, Eltern. Ergebnisbericht zur MIKE-Studie 2019*. Zürich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.

Walrave M, Robbé S, Staes L, Hallam L. Mindful sharenting: how millennial parents balance between sharing and protecting. *Front Psychol*. 2023 Jul 25; 14:1171611.

Wang, J., Lin, M., Zhu, D., Cao, Y. (2020). Smartphone Overuse and Visual Impairment in Children and Young Adults: Systematic Review and Meta-Analysis. *J Med.Internet Res.*, 22(12). e21923

Ward, A. F., Duke, K., Gneezy, A. & Bos, M. W. (2017). Brain drain: The mere presence of one's own smartphone reduces available cognitive capacity. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 140–154. <https://doi.org/10.1086/691462>

Weinfeld, N. S., Sroufe, L. A., Egeland, B. & Carlson, E. (2008). Individual differences in infant-caregiver attachment: Conceptual and empirical aspects of security. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Hrsg.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (S. 78–101). New York: Guilford Press.

Wolfers, L., Kitzmann, S., Sauer, S. & Sommer, N. (2019). Phone use while parenting: An observational study to assess the association of maternal sensitivity and smartphone use in a playground setting. *Computers in Human Behavior*, 102, 31–38. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.08.013>

Wong, C. W., Tsai, A., Jonas, J. B., Ohno-Matsui, K., Chen, J., Ang, M. et al.,(2021). Digital Screen Time During the Covid 19 Pandemic: Risk for a Future Myopia Boom? *A. J Ophthalmol.*, 223, 333–337

Zhang, G., Wu, L., Zhou, L., Lu, W., & Mao, C. (2016). Television watching and risk of childhood obesity: A meta-analysis. *European Journal of Public Health*, 26(1), 13–18. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckv213>

Wyl v., A.; Braune-Krickau, K.; Schneebeil, L.; Pehlke-Milde, J. (2021): Smartphones können die frühe Eltern-Kind-Interaktion stören. In: *Pädiatrie* (3), S. 11–15. Online verfügbar unter https://www.zhaw.ch/storage/psychologie/upload/forschung/psychotherapie/smart-toddlers/2021_vonWyl_etal_Paediatrie.pdf, zuletzt geprüft am 13.09.2022.

www.berlin-suchtpraevention.de/wp-content/uploads/2022/03/220324_Infoblatt_Medien_Fruehe_Kindheit_FINAL_web.pdf (<https://bit.ly/44G5172>)

www.bildschirmfrei-bis-drei.de

www.bzga.de

www.dak.de/dak/download/studie-mediensucht-ergebnisse-2508664.pdf

www.frontiersin.org/journals/child-and-adolescent-psychiatry/articles/10.3389/frcha.2024.1276154/full (<https://bit.ly/4dmitQl>)

www.kinderschutz.ch

www.mpfs.de/studien/minikim-studie/2023/

www.online-pause.de

www.researchgate.net CAFE -Consortium

www.sos-kinderdorf.de/kinderdorf-saarbruecken/aktuelles/auch-spielen-will-gelernt-sein-43512 (<https://bit.ly/3WJnw84>)

www.who.int/news-room/detail/24-04-2019-to-grow-up-healthy-children-need-to-sit-less-and-play-more (<https://bit.ly/3wvrgjc>)

