



# AWERNESS ALERT



Forschungsbasierte Informationen für Behörden und politische Entscheidungsträger zur Förderung der optimalen Entwicklung von Kindern im Alter von 0 bis 3 Jahren

**Der direkte und indirekte Kontakt mit digitalen Geräten ist mit ernsthaften Entwicklungsrisiken für Babys und Kleinkinder verbunden**

**3 von 4 Kindern unter 2 Jahren überschreiten die Richtlinien für die Bildschirmzeit, aber Betreuer, die sich der spezifischen Empfehlungen bewusst sind, lassen kleine Kinder deutlich weniger Zeit mit digitalen Geräten verbringen als Eltern, die sich dessen nicht bewusst sind.**

Die Zeit von der Geburt bis zum dritten Lebensjahr ist eine außerordentlich sensible Phase, in der 85 % der Gehirnentwicklung eines Kindes stattfindet. Um zu wachsen und sich gut zu entwickeln, brauchen Babys und Kleinkinder reaktionsreiche persönliche Interaktionen mit Menschen sowie die Möglichkeit, sich frei zu bewegen und alle ihre Sinne einzusetzen.

Während digitale Geräte aus dem Leben von Erwachsenen nicht mehr wegzudenken sind, haben umfangreiche weltweite Forschungsergebnisse frühere Erkenntnisse bestätigt, dass häufiger und längerer Kontakt mit bildschirmbasierten digitalen Produkten bei Kindern im Alter von 0 bis 3 Jahren ihre kognitive, körperliche, sprachliche und sozial-emotionale Entwicklung beeinträchtigen kann. Darüber hinaus verändern Produkte mit künstlicher Intelligenz rasch die reale und mediale Umgebung von Kleinkindern, obwohl für die meisten Produkte kaum oder gar keine wissenschaftlichen Belege dafür vorliegen, dass sie für Kinder unter 5 Jahren sicher sind.

Eine stärkere Nutzung bildschirmbasierter digitaler Geräte in der frühen Kindheit steht im Zusammenhang mit:

- einer verminderten Qualität der Bindung und Interaktion zwischen Bezugsperson und Säugling.
- Eine atypische Gehirnentwicklung.
- Sprachverzögerung.
- Autismusähnlichen Symptomen.
- Eine atypische sensorische Verarbeitung.
- Schwache exekutive Funktionen und Problemlösungsfähigkeiten.
- Probleme bei der Sozialisierung mit Gleichaltrigen.
- Verminderte Schlafquantität und -qualität.
- Verminderte motorische Fähigkeiten.
- Erhöhtes Risiko für Unfallverletzungen.

„Was [Eltern] brauchen, sind leicht verständliche, einfache Informationen, die erklären, wie Bildschirme das sich entwickelnde Gehirn eines Kindes stören können und warum das Gehirn von Kindern anfällig für diese Art von Schäden durch Bildschirme ist. Das müssen sie wissen. Und dann müssen sie, falls nötig, wissen, wie sie das rückgängig machen können.“

- Kommentar einer Mutter, die ihren 18 Monate alten Sohn von der Bildschirmabhängigkeit entwöhnt hat, indem sie den Kontakt mit digitalen Geräten unterband und sein Spielen ohne Technik sowie die persönliche Interaktion mit Menschen deutlich verstärkte.

Die Nutzung digitaler Geräte durch Bezugspersonen in Anwesenheit von Kindern (allgemein als „Technoference“ bezeichnet) kann bei Säuglingen eine Stressreaktion auslösen und die Wortschatzentwicklung beeinträchtigen. Wenn Technologie die Reaktionen von Erwachsenen auf die Aufmerksamkeitssignale sehr kleiner Kinder stört, kann dies dazu führen, dass Erwachsene weniger sprechen, Kinder weniger Laute

Kinderaugen  
leuchten  
**Offline**  
heller

**CNAPA**  
Centre National  
de Prévention des Addictions

ënnerstëtzt von  
**œuvre nationale**

**INITIATIV LIEWENSUFANK**  
DEBUT DE LA VIE - BEGINNING OF LIFE

  
mybabygains.org

  
Eltereschool Janusz Korczak

von sich geben und es zu weniger Gesprächen zwischen Erwachsenen und Kindern kommt.

Die Nutzung digitaler Geräte durch Bezugspersonen in Anwesenheit von Kleinkindern ist zudem mit einer schwächeren Bindung zwischen Bezugsperson und Kind, einer Verschlechterung der kognitiven und sozial-emotionalen Gesundheit der Kinder, einer erhöhten Nutzung digitaler Geräte durch die Kinder und einer schlechteren Sprachentwicklung verbunden.

Die häufige Nutzung digitaler Geräte zur Beruhigung sehr kleiner Kinder ist mit einer Zunahme ihrer emotionalen Reaktivität verbunden und kann ihre Möglichkeiten zum Erlernen von Strategien zur Emotionsregulation einschränken.

Ein laufender Fernseher lenkt Kleinkinder vom Spielen ab, führt zu weniger Interaktionen zwischen Bezugspersonen und Kindern, kann ihr oppositionelles und trotzig-aufmüpfiges Verhalten verstärken und den Spracherwerb beeinträchtigen. Die intensive Tablet-Nutzung durch Kleinkinder steht im Zusammenhang mit vermehrten Wutausbrüchen im Laufe der Zeit.

Im Vergleich zum persönlichen Lernen von Babys wird ein Lerndefizit mit dem Betrachten von Medieninhalten auf bildschirmbasierten Geräten durch Babys in Verbindung gebracht. Mobile Apps, die sich an sehr junge Zuschauer richten, können zudem manipulative Designtechniken einsetzen, um Kinder zum Weiterschauen zu bewegen. Videochats zwischen kleinen Kindern und Angehörigen fördern zwar nachweislich Beziehungen, doch sind persönliche soziale Interaktionen vorzuziehen.

**Maßnahmen zur Vorbeugung von Schäden, die mit der Nutzung digitaler Geräte und der Exposition gegenüber diesen bei Kleinkindern verbunden sind, können dazu beitragen, den rasch wachsenden Bedarf an kostspieligen Sprach-, Verhaltens- und anderen therapeutischen Interventionen zu verringern.**

**Diese Maßnahmen können dazu beitragen, die Kluft zwischen dem, was Forscher wissen, und dem, was die Öffentlichkeit weiß, zu schließen:**

- Informieren Sie Betreuungspersonen darüber, was Babys für eine gesunde frühe Gehirnentwicklung benötigen. Dazu gehören sanfte Berührungen; das Reagieren auf Gurren, Plappern und Weinen; der Einsatz von Worten, die sich an das Baby und dessen Interessen richten; gemeinsames Lesen; das Anbieten von Spielzeit im Innen- und Außenbereich sowie von nicht-elektronischem, nicht-technischem Spielzeug wie Bällen, Bauklötzen, Töpfen und Löffeln; und fantasievolles Spielen, beispielsweise mit Puppen, Stoffstücken, Wasser, Sand, Schlamm und leeren Kartons.
- Bieten Sie Betreuungspersonen Strategien an, um ihren eigenen Technologiegebrauch zu steuern, z. B. das Stummschalten und das Aus-dem-Sichtfeld-Räumen ihrer digitalen Geräte, wenn sie mit kleinen Kindern interagieren. Ermutigen Sie alle Betreuungspersonen, einschließlich werdender Eltern, der qualitativ hochwertigen, persönlichen Interaktion mit ihren kleinen Kindern Vorrang einzuräumen, z. B. durch bestimmte Tageszeiten (wie Mahlzeiten) und Bereiche im Haus (wie Schlafzimmer), die für alle Familienmitglieder technikfrei sind.
- Wenn Bildschirmnutzung erlaubt ist, sollten die Betreuungspersonen das Gerät bedienen. Es wird davon abgeraten, dass Kleinkinder eigene digitale Geräte besitzen oder diese selbstständig nutzen dürfen.
- Stellen Sie sicher, dass Ärzte und andere Fachkräfte die Empfehlungen zur Nutzung digitaler Geräte kennen und dass Betreuungspersonen unterstützt und darüber informiert werden, dass digitale Interaktionen in der frühen Kindheit mit schlechteren Entwicklungsergebnissen in Verbindung stehen.

**Kinderaugen  
leuchten  
Offline  
heller**

**CNAPA**  
Centre National  
de Prévention des Addictions

ënnerstëtzt von  
**œuvre  
nationale**

**INITIATIV LIEWENSUFANK**  
DEBUT DE LA VIE - BEGINNING OF LIFE

  
mybabygains.org

  
Eltereschool Janusz Korczak

- Ermutigen Sie Ärzte und Pflegekräfte, Betreuungspersonen unterstützende und einfühlsame Anleitung zum Umgang mit digitalen Geräten zu geben. Wenn der Verdacht besteht, dass die Nutzung digitaler Geräte negative Auswirkungen auf die Entwicklung eines Kindes hat, hat es sich als hilfreich erwiesen, die Nutzung digitaler Geräte durch das Kind einzustellen und das Spielen ohne Technik sowie persönliche zwischenmenschliche Interaktionen deutlich zu verstärken.
- Es wurden Bedenken hinsichtlich KI-gestützter Produkte geäußert, darunter die Auswirkungen von minderwertigen, KI-generierten Medieninhalten auf die Wahrnehmung von Säuglingen. Das Aufhalten von Säuglingen in Umgebungen mit KI-gestützten Produkten (wie intelligenten Wiegen) birgt das Risiko, die frühe Beziehungsfähigkeit zu beeinträchtigen, da es die beruhigende Zuwendung der Eltern verringert, die für die frühe Bindung entscheidend ist. Es gibt kaum bis gar keine wissenschaftlichen Belege für die Auswirkungen von KI-gestütztem Spielzeug auf die Entwicklung von Kindern im Alter von fünf Jahren und jünger, doch erste Forschungsergebnisse zeigen, dass die Produkte die emotionalen Signale von Kindern falsch interpretieren können und bei der Förderung des für die Entwicklung entscheidenden Spiels unwirksam sind. Bis mehr über die Auswirkungen von KI-Produkten bekannt ist, können die Leitlinien der britischen Regierung als Vorbild dienen, wonach Kleinkinder den Umgang mit KI-Spielzeug, KI-Apps, KI-Tools, Robotern, Chatbots und Smart Speakern vermeiden sollten.
- Vermitteln Sie Richtlinien zur Nutzung digitaler Geräte. Die Empfehlungen variieren je nach Land. Die meisten raten davon ab, dass Kinder bis zum Alter von mindestens 2 Jahren digitale Geräte nutzen oder in deren Nähe sind, mit Ausnahme kurzer Videochats mit fürsorglichen Erwachsenen. Das französische Gesundheitsministerium und die deutschen nationalen Richtlinien empfehlen, dass Kinder unter 3 Jahren den direkten und indirekten Kontakt mit digitalen Geräten vermeiden sollten.

Die Weltgesundheitsorganisation empfiehlt, dass Kinder unter 2 Jahren keine sitzende Bildschirmzeit (wie Fernsehen oder Videos anschauen, Computerspiele spielen) haben sollten und dass Kinder im Alter von 2 bis 5 Jahren nicht mehr als 1 Stunde (oder vorzugsweise weniger) sitzende Bildschirmzeit pro Tag haben sollten.

- Alle digitalen Medien, die von kleinen Kindern genutzt werden, sollten ein gemächliches Tempo haben, altersgerecht und gewaltfrei sein und idealerweise gemeinsam mit einem aufmerksamen Erwachsenen angesehen werden.
- Erwachsene sollten eine längere Nutzung digitaler Geräte in Anwesenheit von kleinen Kindern vermeiden und akustische Benachrichtigungen auf ein Minimum beschränken.
- Unterstützen Sie die psychische Gesundheit der Betreuungspersonen, indem Sie Stressquellen angehen, die möglicherweise zu einer erhöhten Nutzung digitaler Geräte durch Betreuungspersonen oder Kinder führen können.
- Verstärken Sie die Richtlinien zur Nutzung digitaler Geräte und unterstützen Sie die Betreuungspersonen, die diese befolgen, indem Sie erschwingliche Krippen, Kindertagesstätten und Vorschulen fördern, in denen keine auf Kinder ausgerichteten digitalen Geräte erlaubt sind.
- Klären Sie Schüler der Primar- und Sekundarstufe über die Entwicklung des Gehirns auf und zeigen Sie ihnen, wie sie schädliche Auswirkungen von Technologie vermeiden können.
- Schaffen Sie sichere öffentliche Räume, darunter Spielplätze, Parks, Gehwege und Gemeindezentren. Richten Sie Leihbibliotheken für Bücher und nicht-technisches Spielzeug ein.
- Kennzeichnen Sie Verpackungen digitaler Produkte und digitale Medien mit Hinweisen auf die Risiken für Kleinkinder.

- Initiieren Sie Kampagnen im Bereich der öffentlichen Gesundheit, die:
- Bei der Ausarbeitung von Richtlinien unabhängige Forschung priorisieren und von der Industrie finanzierte Studien sorgfältig prüfen.

(1) innerhalb von Familien den persönlichen, unterstützenden Umgang mit Babys und Kleinkindern sowie unterhaltsame, kostengünstige, nicht-technische Spiele und Aktivitäten fördern

(2) Aufzeigen, wie sich der Umgang mit digitalen Produkten negativ auf die Entwicklung und das Wohlbefinden von Kleinkindern auswirken kann und dass die Sicherheit von Produkten mit künstlicher Intelligenz für Kleinkinder nicht nachgewiesen ist.

### Prävention ist die Lösung.

Das öffentliche Bewusstsein für das Bedürfnis kleiner Kinder nach Spiel und persönlicher, fürsorglicher menschlicher Interaktion sowie für die mit digitalen Produkten verbundenen Gefahren bildet eine solide Grundlage für gedeihende Bürger und eine gesündere Welt.

Erstellt von GAINING – The Global Alliance for Inspiring Non-Tech Infant Nurturing and Growth.  
Aktuelle Meldungen, Forschungsergebnisse und mehr unter [MyBabyGains.org](https://www.mybabygains.org)

Kinderaugen  
leuchten  
**Offline**  
heller

**CNAPA**  
Centre National  
de Prévention des Addictions

ënnerstëtzt vun  
**œuvre  
nationale**

**INITIATIV LIEWENSUFANK**  
DEBUT DE LA VIE - BEGINNING OF LIFE

  
mybabygains.org

  
Eltereschool Janusz Korczak