



«Digitaler Nuggi» zum Einschlafen

In Nidwalden diskutierten Experten am Netzwerktreffen Frühe Kindheit die Folgen des Medienkonsums via Smartphone & Co.

Marion Wannemacher

Die Zahlen sprechen eine deutliche Sprache. Praktisch von Geburt an kommen viele Säuglinge mit digitalen Medien in Berührung. Danach liegt die durchschnittliche Nutzungsdauer bei Kindern bis zu einem Jahr bereits bei 22 Minuten am Tag, bei 2- bis 3-jährigen bei 37 Minuten und bei 5- bis 6-jährigen bei 47 Minuten. 50 Prozent der 2-jährigen haben bereits digitale Geräte, also Smartphones, Fernsehgeräte oder Tablets, benutzt. Die Ergebnisse der gerade erschienenen Swipe-Umfrage unter 4200 Eltern zur Mediennutzung von der Hochschule für Soziale Arbeit und Gesundheit Lausanne sind zwar schweizweit, dürften aber auch für unsere Region zutreffen.

Um Folgen und Risiken des digitalen Konsums bei Kleinkindern sowie Möglichkeiten für die Sensibilisierung in der Beratung ihrer Eltern ging es am Netzwerktreffen frühe Kindheit kurz vor Ostern in Stans im Culinarium Alpinum. 64 Fachpersonen aus den Bereichen Soziales, Gesundheit und Bildung waren zusammengekommen, um Erfahrungen aus dem Berufsalltag auszutauschen und sich praktische Tipps für den Umgang mit betroffenen Eltern und Kindern zu holen.

«Das Kind schläft erst nachts um 2 Uhr ein»

In Arbeitsgruppen konnten sich die Expertinnen und Experten miteinander austauschen. Alarmierend klangen die Berichte

der Fachpersonen aus ihrem Berufsalltag. So schilderte Erika Liem Gander von der Mütter- und Väter-Beratung bei der Spitex Nidwalden unter anderem eine Situation, in der die Eltern einem zweijährigen Kind als Einschlafhilfe ein Smartphone überliessen. «Das hat bei diesem Kind einen direkten Einfluss auf das Schlafverhalten», berichtet sie. «Das Kind schläft erst nachts um 2 Uhr ein.»

Insgesamt seien viele Fachpersonen der Ansicht, dass Kinder durch häufige Medienutzung «schlechter reguliert» seien, berichtete Erika Liem Gander. «Sie lernen weniger schnell, mit Frust umzugehen und eine gesunde Frustrationstoleranz zu entwickeln.»

Carole Bodenmüller, Kinderärztin in Stans, schilderte Eindrücke aus ihrem Praxisalltag. «Ich habe das Gefühl, dass Familien in den vergangenen zehn Jahren mehr und mehr vom Medienkonsum betroffen sind. Kinder wachsen mit Tablets und Smartphones auf.» Häufig seien Mütter beim Stillen am Handy.

Auch stelle sie fest, dass die Mutter während der Nutzung des Smartphones nicht bemerke, wenn ihr Kind versuche, Kontakt mit ihr aufzunehmen. «Es gibt weniger Interaktion zwischen Kindern und Eltern und den Eltern untereinander», beobachtet die Kinderärztin. Die sprachliche Entwicklung der Kinder leide unter dem Medienkonsum, aber auch die emotio-

nale Entwicklung. «Regulationsstörungen treten bereits im Babyalter auf.»

Und auch diesen Fall konnten viele Netzwerk-Teilnehmerinnen und -Teilnehmer: Das Kind hat einen Wutanfall und wird mit dem Smartphone «ruhiggestellt», es hat keine Chance, eigene Strategien zu entwickeln, um sich zu beruhigen. Jasmin Thom, diplomierte Kindheitspädagogin und Leiterin des Hausbesuchsprogramms «schritt:weise» beim Verein «a:primo», sprach in ihrem Referat vom «digitalen Nuggi».

Medien seien praktisch, weil sie die Kinder beschäftigten, sagte sie. «Das ist verlockend für die Eltern.» Kinder brauchten für ihre Entwicklung aber vor allem sinnliche Erfahrungen und

freies Spiel, feinfühlig und verlässliche Bezugspersonen, echte Dialoge mit einem menschlichen Gegenüber sowie Bewegung, Erholung und Schlaf. «Durch die Zeit am Bildschirm haben sie weniger Zeit, sich zu entwickeln, zu erholen und zu bewegen», warnte die Expertin. «Sie als Fachpersonen haben eine Schlüsselrolle bei der Sensibilisierung und Unterstützung der Eltern», appellierte sie an die Teilnehmenden.

Thema sei schambehaftet

Sie riet, den Eltern mit einer wertschätzenden Grundhaltung und nicht belehrend zu begegnen. «Das Thema ist schambehaftet», sagte sie. «Erkennen Sie die Lebenssituation der El-

tern an, aber stellen Sie die kindlichen Bedürfnisse in den Vordergrund», riet sie. Die Eltern sollten motiviert werden, ihre Kinder beim Medienerlebnis zu begleiten, im Vorhinein zu schauen, was das Kind konsumiere, sowie die Bildschirmzeit zu begrenzen.

Martina Durrer, Fachverantwortliche Frühe Kindheit der Gesundheitsförderung und Integration Nidwalden, zog nach dem Treffen eine positive Bilanz: «Der Austausch am Netzwerktreffen hat die Fachpersonen gestärkt, wie sie den Umgang mit digitalen Medien bei Eltern ansprechen und unter-

stützend begleiten können.» Die Teilnehmenden sprachen sich dafür aus, die breite Öffentlichkeit in einer Kampagne zu sensibilisieren, Eltern in Geburtsvorbereitungskursen und Elternbildungsanlässen auf das Thema hinzuweisen und Fachpersonen weiter zu schulen.



Teilnehmerinnen und Teilnehmer einer Arbeitsgruppe am Netzwerktreffen Frühe Kindheit.

Bild: Marion Wannemacher (Stans, 16. 4. 2025)

