

Kleinkinder und digitale Medien

Warum weniger Bildschirm mehr Sprache bedeutet

Vielleicht haben Sie sich auch schon gefragt, ob und wieviel digitale Medien ihrem Kleinkind (unter 3 Jahre) guttun. Können Tablets, Handys oder Fernseher die Entwicklung unterstützen- oder schaden sie eher?

Als Logopädin beschäftige ich mich täglich mit der frühen Sprachentwicklung von Kindern. Die gute Nachricht: Die Fähigkeit Sprache zu lernen ist angeboren. Damit sich Sprache jedoch gesund entwickeln kann, braucht es bestimmte Voraussetzungen:

- intakte Sinnesfunktionen (Sehen, Hören)
- eine unauffällige motorische und geistige Entwicklung
- **vor allem: intensive, echte Kommunikation mit Bezugspersonen**

Sprache entsteht im Miteinander

Schon in den ersten Lebenstagen äussert das Kind einzelne Laute. Die Eltern reagieren darauf intuitiv: Sie lächeln, antworten, wiederholen Laute, schauen ihr Kind an. So entsteht Kommunikation. Beim Wickeln, Füttern oder Spielen hört das Kind die Stimmen der Eltern, es sieht ihre Gesichter, beobachtet Mimik und Gestik und ahmt diese mit der Zeit nach. Es erlebt: Meine Laute bewirken etwas. Das ist der Grundstein für die Kommunikation.

Die Entdeckung der Sprache

Um den ersten Geburtstag herum sprechen viele Kinder ihre ersten Wörter. Dabei ist es wichtig zu verstehen: Sprechen ist nicht das Gleiche wie Sprache. Wenn ein Kind „Ball“ sagt, hat es ein Wort gelernt. Sprache bedeutet jedoch mehr. Das Kind versteht, dass ein Wort für etwas steht- auch wenn es gerade nicht sichtbar ist- und dass andere Menschen dieses Wort ebenfalls verstehen. Dies lernt ein Kind nur durch echte Erfahrungen:

- Dinge sehen, anfassen, in den Mund nehmen, fallen lassen, auf vielfältige Weise erkunden
- Reaktionen von Erwachsenen beobachten
- Wörter hören, die zu den Erlebnissen passen

Diese Erfahrungen kann kein Bildschirm ersetzen.

Warum Bildschirme Sprache nicht fördern

Ein Kind kann noch so viele Bilder oder Videos sehen- es entdeckt dadurch keine Sprache. Für die Sprachentwicklung braucht es ein Gegenüber, welches

- reagiert
- zuhört
- einfache, passende Wörter anbietet
- gemeinsam mit dem Kind entdeckt und erlebt

Deshalb gilt:

Gemäss Richtlinien des Schweizerischen Bundesamtes für Gesundheit (BAG,2022) wird derzeit empfohlen, **dass Kinder unter drei Jahren noch keinen Zugang zu digitalen Medien haben sollten.**

Auch wichtig: Die Mediennutzung der Eltern

Nicht nur der Medienkonsum der Kinder ist entscheidend- auch derjenige der Eltern.

Wenn Eltern häufig am Smartphone sind, fehlt dem Kind die ungeteilte Aufmerksamkeit. Die Forschung spricht hier von «Technoferenz»: Kommunikation wird durch technische Geräte unterbrochen.

Kinder brauchen jedoch viel Zeit, in denen Erwachsene

- präsent sind
- reagieren
- Blickkontakt halten
- zuhören
- mitspielen

Das stärkt die Bindung – und damit auch die Sprachentwicklung

Was fördert die Entwicklung Ihres Kindes?

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt für Kinder unter fünf Jahren:

- viel Bewegung
- wenig sitzende Tätigkeiten
- ausreichend Schlaf

Für Kinder unter drei Jahren wird von sitzender Bildschirmzeit vollständig abgeraten.

Bezüglich körperlicher Aktivität gilt: je mehr, desto besser.

Nutzen Sie die täglichen Routinen wie Essenszeit, Badezeit, Schlafenszeit, Wickeln etc. als Gelegenheiten, sich mit ihrem Kind durch Gespräche und spielerische Interaktionen zu verbinden. Für ein Kleinkind ist es zum Beispiel unglaublich spannend, Schubladen auszuräumen, Plastikdosen zu stapeln, Geräusche zu entdecken, Dinge ein- und auszuräumen und auszuprobieren. Der ganz normale Familienalltag ist ein riesiges Lernfeld.

Nutzen Sie die Zeit mit ihrem Kind direkt und ohne technische Geräte. Sie werden beide davon profitieren.

Cécile Unternährer, dipl. Logopädin EDK