

Aufwachsen im digitalen Zeitalter

Bildschirmmedien und die Entwicklung von Motorik in der Frühen Kindheit

Dr. phil. Raquel Paz Castro
Senior Researcher MMI

Frühe Kindheit

Forschung-Praxis + Interdisziplinarität

Kompetenzzentrum + Good Practice Labor



Beratung



Bildung



Forschung



Wissen



MegaMarie

Richtlinien zu Bewegung und Bildschirmmedien: *WHO Guidelines for Sedentary Behaviour :*

- **Infants (less than 1 year)**

- **Children 1–2 years of age**

- **Children 3–4 years of age**

Starke Empfehlung, wenig Forschungsergebnisse

- 1) Was sagt die Forschung?**
- 2) Wie können Fachpersonen dieses Wissen nutzen, um die kindliche Entwicklung zu unterstützen?**

Wie häufig nutzen Kinder Bildschirmmedien? SWIPE - Ergebnisse

(Swiss Study on Preschool Screen Exposure)

- 50% der Zweijährigen haben noch nie ein digitales Gerät benutzt.
- Bildschirmzeit nach Alter:

0-1 Jahr: 22 min

1-2 Jahre: 19 min

2-3 Jahre: 37 min

3-4 Jahre: 39 min

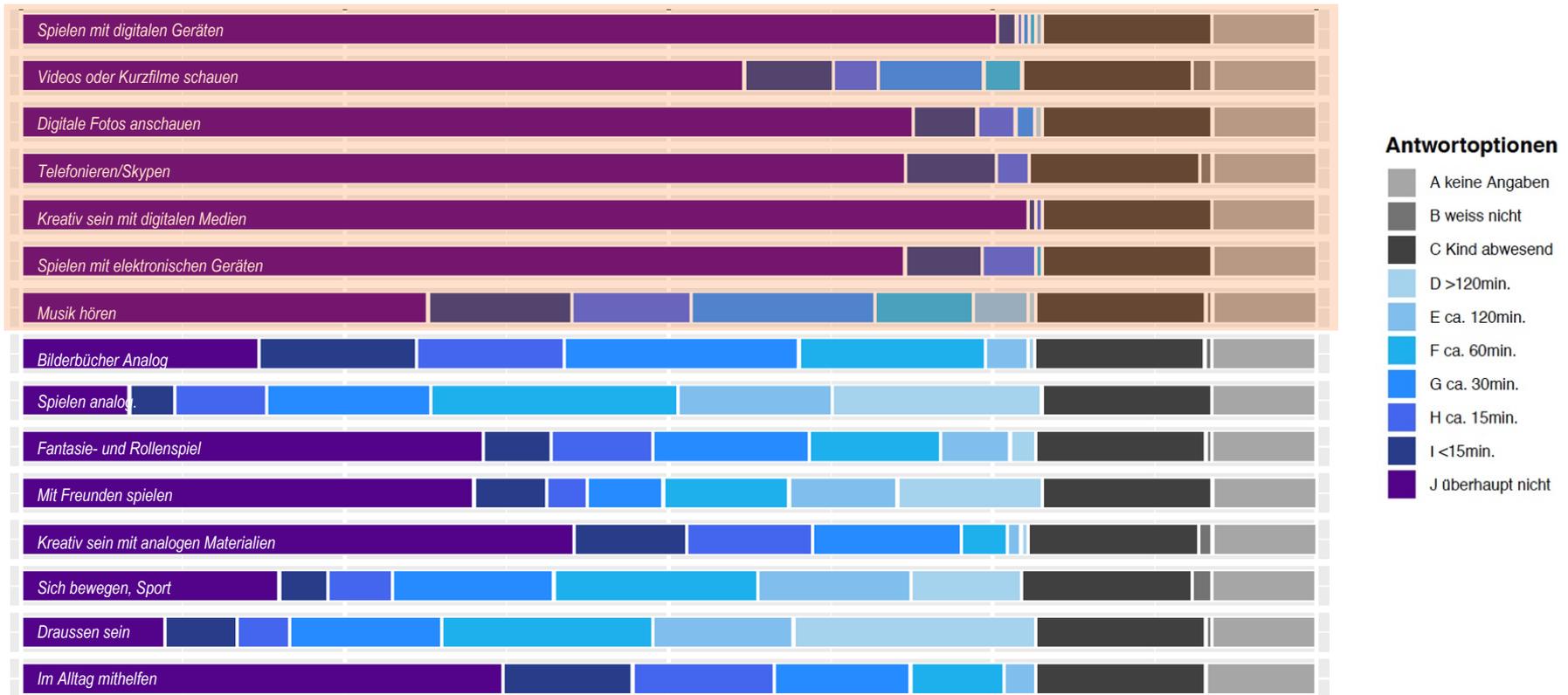
4-5 Jahre: 42 min

5-6 Jahre: 47 min



- Kinder werden bei der Bildschirmnutzung oft begleitet.
- Kinder von Eltern mit niedrigerem Bildungsniveau haben eine doppelt so häufige und hohe Bildschirmnutzung (Bernath et al., 2020).

Wie nutzen Kleinkinder Bildschirmmedien?



Haben Eltern ein Problembewusstsein?

Eltern berichteten über **50 Herausforderungen** im Alltagsumgang mit Bildschirmmedien:

- Regeln durchsetzen
- Einstellungs-Unterschiede in der Familie
- Hausarbeit erledigen ohne Bildschirmmedien- Einsatz
- Kind ohne Bildschirmmedien zum Essen / Anziehen / Zähneputzen bringen oder
- ein gutes Vorbild sein

Alle Eltern waren ähnlich bereit, etwas an der Mediennutzung ihres Kleinkindes zu ändern

Eltern mit geringeren sozio-ökonomischen Ressourcen waren weniger bereit, etwas an der eigenen Nutzung zu ändern

Wie wirken sich Bildschirmmedien auf die kindliche Entwicklung aus?

Entwicklungsbereiche	Experimente			Längsschnitt			Quasi-Längs.			Querschnitt			Total		
	-	=	+	-	=	+	-	=	+	-	=	+	-	=	+
Total Schlaf	0	5	0	7	9	0	1	0	0	31	34	0	57	47	0
Total körperliche Gesundheit	1	0	4	3	4	0	5	3	0	8	11	1	17	18	5
Total Kognition	0	4	0	4	3	0	15	20	2	6	13	0	25	40	2
Ergebnisse aus Total 8 Studien mit 0 – 36- monatigen Kindern:										0	0	0	17	34	12
Total Sprache	3	17	12	9	6	0	19	15	1	29	43	7	60	81	20
Total Motorik	0	0	0	2	5	0	1	3	0	1	7		4	15	2
Total Sozio-emotionale E.	0	0	1	5	7	0	11	11	0	0	0	0	25	21	1
Total Soziale Interaktion	17	3	3	4	1	0	1	0	0	3	2	0	25	6	3
Total Gesamt-Entwicklung	0	0	0	6	1	0	2	1	0	1	1	1	9	3	1
Gesamt-Total	38	63	32	44	36	0	58	53	3	85	117	11	225	268	46

“-,” undesirable association; “=,” non-significant association; “+,” desirable association.

Sticca, F., Brauchli, V., & Lannen, P. (2025). Screen on = development off? <https://doi.org/10.3389/fdpys.2024.1439040>

Was sagt die Forschung?

Takahashi et al. 2023:

Wer? 7'097 Kindern aus Japan

Wie? **Bildschirmzeit & motorische Entwicklung:**
1 Jahr; 2 Jahre; 3 Jahre

Was? Keinen Zusammenhang zwischen Bildschirmnutzung mit
1 Jahr und motorische Entwicklung mit 2 oder 3 Jahren

*Detail-Analysen zeigten: Kinder, die mit 1 Jahr >4h vor einem
Bildschirm verbrachten, wiesen doppelt so hohes Risiko für
eine schlechtere Feinmotorik mit 2 Jahren, nicht aber mit
3 Jahren*

2) Wie können Fachpersonen dieses Wissen nutzen, um die kindliche Entwicklung unterstützen?



- *Die Studien zeigen ein heterogenes Bild:*
 - *Die negativen Einflüsse bestätigen die Vorsichtshaltung:
Die Main Message sollte sein «Weniger ist mehr!»
An 0-Minute Grenze festzuhalten, kann Druck oder Unverständnis auslösen*
 - *Die vielen Null-Befunde sprechen dafür, dass man differenziert bleibt und das Gesamte im Auge behält:
Was macht das Kind sonst noch den ganzen Tag?
Wie wird die Mediennutzung begleitet?
Was schaut es sich genau an?*

- *Sprechen Sie im Team über Haltungen und Wege, Kinder in der Bildschirmnutzung zu begleiten: www.mekis.ch*
- *Eltern sind in der Lage, eine Vielzahl an Herausforderungen zu identifizieren!*
- *Eltern in diesen Alltagsproblemen zu unterstützen, kann vielerlei positive Auswirkungen haben:*
 1. *Die Eltern fühlen sich ernstgenommen & kompetent, um Veränderungen zu erreichen*
 2. *Das Vertrauen wird aufgebaut. Fachpersonen können darauf aufbauend andere Themen einbringen*

Besten Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Dr. phil. Raquel Paz Castro
pazcastro@mmi.ch



Abbildungen:
Anna-Lea Guarisco

Referenzen und Literatur-Tipps

Referenzen:

Bernath, J., Waller, G., Meidert, U. ADELE+. The media use of children of preschool age (4-6 years). Opportunities and risks for health. Swiss Health Observatory; 2020.

Dorsch (2024). Sozio-ökonomischer Status. <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/status-soziooekonomischer>

Grill P, Lannen P, Paz Castro R. Herausforderungen von Eltern mit Kleinkindern im Umgang mit digitalen Medien. KinderärzteSchweiz. 2025;(Nr. 1).

Schmid J, Unternaehrer E, Benecchi E, et al. Digital Media Use in 0-5 Year-Old Children in Switzerland. Swiss Psychol Open Off J Swiss Psychol Soc. 2025;5(1). doi:10.5334/spo.89

Sticca, F., Brauchli, V., & Lannen, P. (2024). Screen on = development off? A systematic scoping review and a developmental psychology perspective on the effects of screen time on early childhood development. Frontiers in Developmental Psychology, 2. <https://doi.org/10.3389/fdpys.2024.1439040>

World Health Organization. Guidelines on Physical Activity, Sedentary Behaviour and Sleep for Children under 5 Years of Age. World Health Organization, 2019. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/311664>.

Literatur-Tipps:

Barr, R., Kirkorian, H., Coyne, S., & Radesky, J. (2024). Early Childhood and Digital Media. Cambridge University Press.

Eggert, S., Oberlinner, A., Pfaff-Rüdiger, S., & Drexler, A. (2021). Familie digital gestalten: FaMeMo-eine Langzeitstudie zur Bedeutung digitaler Medien in Familien mit jungen Kindern. kopaed.

Kluczniok, K., Lehrl, S., Kruger, S., Rossbach H. G. Quality of the home learning environment during preschool age - Domains and contextual conditions. European Early Childhood Education Research Journal. 2013;21(3):423.

Schwarzer, R. (2008). Modeling Health Behavior Change: How to Predict and Modify the Adoption and Maintenance of Health Behaviors. Applied Psychology, 57(1), 1-29. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2007.00325.x>