

Ärzte Zeitung online, 18.02.2019 09:37

Entwicklungsstörung

Viel Fernsehen verzögert die kindliche Entwicklung

Schauen Kinder sehr früh und sehr viel auf Fernseher-, Handy- oder andere Bildschirme, verzögert dies offenbar ihre Entwicklung. Darauf deutet eine Analyse, nach der ein hoher Medienkonsum Entwicklungsstörungen vorausgeht.

Von Thomas Müller



Gehirnentwicklung: Ein hoher Medienkonsum in jungen Jahren geht einer Studie zufolge mit Entwicklungsverzögerungen einher.

© taa22 / stock.adobe.com

Das Wichtigste in Kürze

Frage: Wie hängen Bildschirmzeit und Entwicklung bei Kindern bis zu fünf Jahren zusammen?

Antwort: Eine übermäßige Mediennutzung im Alter von zwei bis drei Jahren geht mit Entwicklungsverzögerungen zu späteren Zeitpunkten einher, umgekehrt führen Entwicklungsprobleme nicht zu einer vermehrten Bildschirmnutzung.

Bedeutung: Viel Zeit vor dem Bildschirm scheint Entwicklungsprobleme zu begünstigen.

Einschränkung: Die Daten beruhen ausschließlich auf subjektiven Angaben.

CALGARY. Kinder mit hohem Medienkonsum schneiden in Tests auf körperliche und kognitive Fähigkeiten oft schlechter ab als Kinder, die wenig Zeit vor Bildschirmen verbringen, auch sind sie häufiger verhaltensauffällig. Wie so oft stellt sich die Frage, was zuerst kommt: Verhaltensprobleme, die zu einem höheren Medienkonsum führen, weil es den Eltern damit besser gelingt, die Kinder zu beschäftigen, oder ein hoher Medienkonsum, der Entwicklungsverzögerungen verursacht.

Offenbar ist Letzteres der Fall, schließen Psychologen und Pädiater um Dr. Sheri Madigan von der Universität in Calgary, Kanada, aus einer Kohortenstudie ([JAMA Pediatr 2019, online 28. Januar](#)).

2450 Kinder befragt

Für ihre Analyse haben die Forscher Angaben einer prospektiven Schwangerschaftskohorte mit rund 2450 Kindern ausgewertet. Die Mütter füllten zwei, drei und fünf Jahre nach der Geburt einen Entwicklungsfragebogen mit 30 Fragen zur motorischen, kognitiven und sozialen Entwicklung aus (Ages and Stages Questionnaire, ASQ-3).

Zugleich sollten sie auch angeben, wie oft ihr Kind vor dem Fernseher saß oder sich mit elektronischen Bildschirmspielen beschäftigte und wie oft es körperlich aktiv war.

Bei der ersten Befragung waren die Mütter im Schnitt 30 Jahre alt und fast ausschließlich gut situiert (Haushaltsjahreseinkommen zu 90 Prozent über 53.000 Euro). Ihre Kinder schauten im Alter von zwei Jahren im Schnitt bereits 17 Stunden pro Woche auf Bildschirme, 25 Stunden mit drei Jahren und noch knapp 11 Stunden mit fünf Jahren – der Rückgang wird mit dem Beginn der Schule begründet. Zum Vergleich: Die US-Pädiatergesellschaft rät bei Kindern unter acht Jahren zu nicht mehr als sieben Bildschirmstunden pro Woche.

Signifikant schlechtere Werte beim ASQ-3-Test

Die Forscher um Madigan schauten sich sowohl die Zusammenhänge zwischen Bildschirmzeit und Entwicklung zwischen den Kindern als auch im zeitlichen Verlauf der einzelnen Kinder an. Insgesamt erreichten dabei Kinder mit hoher Bildschirmzeit im Schnitt sowohl zu den jeweiligen als auch zu späteren Zeitpunkten signifikant schlechtere Werte beim ASQ-3-Test, wobei es deutliche Schwankungen gab, also auch Kinder mit hoher Bildschirmnutzung und besonders guter Entwicklung.

Analysierten die Forscher bei den einzelnen Kindern die Bildschirmzeit mit zwei Jahren und die Testergebnisse mit drei und fünf Jahren, so hatten Kinder mit hoher Bildschirmnutzung als Zweijährige eine signifikant langsamere Entwicklung mit drei und fünf Jahren – sie machten in dieser Zeit also weniger Entwicklungsfortschritte als Kinder mit geringer Nutzung. Ähnlich sah auch das Ergebnis aus, wenn die Forscher die Bildschirmzeit mit drei Jahren und die ASQ-3-Werte mit fünf Jahren verglichen.

Einen umgekehrten Zusammenhang konnten die Forscher aber nicht beobachten: Ein niedriger ASQ-3-Wert mit zwei Jahren korrelierte nicht mit erhöhter Bildschirmzeit bei späteren Befragungen. Die Forscher hatten bei ihren Berechnungen sämtliche bekannten Variablen wie Geschlecht, Haushaltseinkommen oder körperliche Aktivität berücksichtigt.

Was erhöht den ASQ-3-Wert?

Insgesamt war der ASQ-3-Wert umso höher, je öfter die Eltern ihren Kindern vorlasen, je mehr die Kinder schliefen und je mehr Zeit diese mit körperlichen Aktivitäten verbrachten. Davon unabhängig bestand jedoch ein stabiler inverser Zusammenhang mit der Bildschirmzeit.

Da eine hohe Bildschirmzeit den Entwicklungsverzögerungen vorausgeht, vermuten die Forscher um Madigan, dass zu viel Zeit vor dem Bildschirm die Entwicklung von Kindern beeinträchtigt. Wenn Kinder ohne jegliche Interaktion auf Bildschirme starren, fehlt diese Zeit nicht nur für Bewegung, auch kommt es zu weniger Interaktionen mit den Eltern. Dadurch können sich die motorischen, sprachlichen und sozialen Fähigkeiten nicht so gut entwickeln, geben sie zu bedenken.

Dies scheint jedoch nicht auf alle Kinder zuzutreffen. Offenbar gibt es auch Schutzfaktoren, etwa Eltern, die sich trotz hoher Bildschirmzeit viel mit ihren Kindern beschäftigen und dadurch die negativen Effekte kompensieren, oder Eltern, die zusammen mit ihren Kindern am Bildschirm spielen und dabei interagieren.

Die Forscher empfehlen Eltern, einen Nutzungsplan für Bildschirmmedien zu erstellen. Dieser sollte eine exzessive Nutzung vermeiden und die persönliche Kommunikation nicht beeinträchtigen.

Lesen Sie dazu auch den Kommentar:

[Kommentar: Alarmierende Signale](#)

Copyright © 1997-2019 by Springer Medizin Verlag GmbH