

Kicken statt Klicken, Paddeln statt Daddeln: Geht es nach Experten, sollten Smartphones für Kinder weniger wichtig sein als Sport und Spiel im Freien. Die Realität sieht oft anders aus - mit gravierenden Folgen.

Bei täglicher Smartphone-Nutzung steigt bei Kindern und Jugendlichen das Risiko von Konzentrationsschwäche und Hyperaktivität. So ist das Risiko von Konzentrationsstörungen bei täglichem Smartphone-Gebrauch von mehr als einer halben Stunde bei 8- bis 13-Jährigen sechs Mal höher als üblich.

Das geht aus einer am Montag in Berlin vorgestellten Studie hervor, bei der mehr als 5.500 Kinder und Eltern zum Thema befragt wurden.

### **Kein Smartphone beim Stillen**

Motorische Hyperaktivität ist bei 2- bis 5-Jährigen bei einer Smartphone-Nutzung von mehr als einer halben Stunde pro Tag 3,5 mal häufiger als normalerweise. Mehr als 16 Prozent der 13- und 14-Jährigen gaben an, Probleme zu haben, die eigene Internetnutzung selbstbestimmt zu kontrollieren.

Aber auch schon für die Kleinsten kann ein Smartphone laut der Studie zum Problem werden.

**Wenn die Mutter während des Stillens oder der Betreuung von Säuglingen parallel digitale Medien nutzt, gibt es demnach messbare Hinweise auf Bindungsstörungen.**

**"Kinder trinken nicht richtig, sie schlafen schlecht", sagte die Bundesdrogenbeauftragte Marlene Mortler (CSU) bei der Vorstellung der Daten.**

Mortler mahnte Eltern, mehr auf die Mediennutzung ihrer Kinder zu achten. Experten gingen von etwa 600.000 Internetabhängigen und 2,5 Millionen problematischen Internetnutzern in Deutschland aus. "Sechs Prozent der 12- bis 17-Jährigen in unserem Land sind definitiv behandlungsbedürftig", sagte Mortler.

### **Grenzen der Nutzung abstecken**

Uwe Büsching vom Vorstand des Berufsverbands der Kinder- und Jugendärzte sagte, Kinder sollten vor dem zwölften Geburtstag kein Smartphone bekommen. Ähnlich wie im Straßenverkehr brauche es so für die Mediennutzung klare Regeln.

Vor dem Kauf eines Handys für Minderjährige sollten Eltern mit ihren Kindern einen Vertrag über Grenzen der Nutzung abschließen. Wichtig sei, dass Kinder nicht unbeaufsichtigt im Internet surfen und dass es eine automatische Abschaltfunktion nach einer bestimmten Dauer gebe.

**Studienautor Rainer Riedel, Direktor des Instituts für Medizinökonomie und medizinische Versorgungsforschung Köln, plädierte zudem dafür, dass Eltern etwa bei Klassenchats per Smartphone mitlesen.**

Das könne die Minderjährigen vor Mobbing schützen. Gut seien auch handyfreie Zonen etwa am familiären Esstisch. Neben der Nutzung digitaler Medien sollten auch Freiräume etwa zum Klettern, Malen oder Schwimmen bestehen. "Kicken statt Klicken" könne etwa das Motto lauten, wenn Kinder gern Fußball spielen.

Mortler riet Eltern, auf die wahren Bedürfnisse ihrer Kinder zu achten. "Das Kind schreit nach der Milch der Mutter und der Liebe der Mutter, aber es hat mit Sicherheit keinen Durst nach Smartphones." © dpa 29.5.2017 15:18 h