

Stellungnahme der Österreichischen Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie (ÖGKJP) und der Österreichischen Gesellschaft für Kinder- und Jugendheilkunde (ÖGKJ) zum Thema

„Mediennutzung und -konsum bei Kindern und Jugendlichen“

Kinder und Jugendliche wachsen in einer medialisierten Welt auf. Der Bildschirmmedienkonsum mittels Smartphone, Tablet, Spielekonsole, Fernsehgerät und Computer spielt dabei bereits in den ersten Lebensjahren eine erhebliche Rolle.

Aktuelle Studienergebnisse verweisen auf Zusammenhänge zwischen Entwicklungsauffälligkeiten und der Nutzungsdauer digitaler Medien bei (Klein-)Kindern und Jugendlichen. So finden sich über alle Altersgruppen hinweg gesundheitsrelevante Zusammenhänge zwischen dem digitalen Medienkonsum (Nutzungsdauer und dysregulierte Internetnutzung) und Entwicklungsauffälligkeiten wie Sprachentwicklungsstörungen, motorischer Hyperaktivität, Konzentrationsstörungen, Körpergewichtszunahme und Kontrollverlust bei Mediennutzung (Büsching & Riedel, 2017).

Je mehr Zeit Vorschulkinder täglich vor dem Bildschirm verbringen, umso häufiger leiden sie unter Schlafproblemen, wie Ein- und Durchschlafproblemen, schlechterer Schlafqualität oder Tagesmüdigkeit (Bernath, Waller & Meidert, 2020; Genuneit, Brockmann, Schlarb & Rothenbacher, 2018; Maaß, Hahlweg, Heinrichs, Kuschel & Döpfner, 2010; Büsching & Riedel, 2017). Ebenso geht ein höherer Bildschirmmedienkonsum mit vermehrt aggressiven Verhaltensweisen und Aufmerksamkeitsproblemen sowie Hyperaktivität im Kindergarten- und Grundschulalter einher (Maaß et al., 2010; Bernath, Waller & Meidert, 2020; Büsching & Riedel, 2017). Längere Bildschirmzeiten sind zudem mit höheren BMI-Werten. (Bernath, Waller & Meidert, 2020; Büsching & Riedel, 2017) und einer deutlichen Zunahme an Kurzsichtigkeit bei Kindern (Saxena et al. PLoS One 2017, Wang et al, 2021) assoziiert.

Generell gilt: Je jünger das Kind, desto wichtiger die bildschirmfreie Zeit (Büsching & Riedel, 2017). Ebenso fordert die American Academy of Pediatrics **eine Limitation der Bildschirmzeit**

für Kinder bis zum sechsten Lebensjahr auf max. 1 h pro Tag und spricht sich gegen jegliche Bildschirmzeit bei Kindern unter 2 Jahren aus (Reid Chassiakos, Radesky, Christakis et al., 2016).

Erste Langzeitstudien (Skalicka et al., 2019) verweisen bei hohem Medienkonsum von 4-Jährigen auf ein schlechteres Emotionsverständnis mit 6 Jahren. Klare Regeln zur Dauer der Mediennutzung und eine inhaltliche Begleitung dieser erscheinen als essentiell.

Die WHO-Empfehlungen für Kinder entsprechen der Datenlage – **so belaufen sich die Empfehlungen für Säuglinge (bis zum vollendeten 12. Lebensmonat) auf 0 Minuten Bildschirmzeit, bei Kindern bis zu einem Alter von zwei Jahren sollte die sitzende Bildschirmzeit nicht mehr als 60 Minuten in Begleitung einer Bezugsperson betragen. Bei Kleinkindern im Alter von drei bis vier Jahren wird nicht mehr als 60 Minuten Bildschirmzeit pro Tag empfohlen.**

Der Unterschied zwischen den 2-Jährigen und den 3-4-Jährigen liegt darin, dass bei unter 2-Jährigen eine erwachsene Bezugsperson ständig anwesend sein soll.

Altersgerechte Inhalte, eine Begrenzung (z.B.; „bildschirmfreie“ Kinderzimmer) und Begleitung des Medienkonsums durch Erwachsene und insbesondere viel Bewegung und Erfahrungen im realen Leben erscheinen als maßgeblich für eine gesunde Entwicklung.

Die Österreichische Gesellschaft für Kinder- und Jugendheilkunde hat im Jahr 2017 ähnliche Empfehlungen herausgegeben (Sauseng et al., 2017).

In einer Pressemeldung in der „Kleinen Zeitung“ vom 30.04.2021 wird nunmehr berichtet: Eine Gruppe italienischer Parlamentarier hat der Abgeordnetenversammlung einen Gesetzesentwurf vorgelegt, um bei Kindern unter zwölf Jahren die Nutzung von Smartphones und Tablets stark einzuschränken. Eltern, die sich nicht an die Vorschriften halten, müssen demnach mit Geldstrafen zwischen 300 und 1500 Euro rechnen. Laut dem Vorschlag soll in den ersten drei Lebensjahren des Kindes ein absolutes Verbot der Nutzung elektronischer Geräte gelten.

Wenn auch inhaltlich nachvollziehbar, ist eine Regulierung der Bildschirmzeiten mittels Strafandrohungen an die Eltern unserer Meinung nach nicht zielführend. Kinder und Jugendliche sollen vielmehr dabei begleitet und unterstützt werden, gesunde Mediennutzungsgewohnheiten zu etablieren (Abschalten von Medien 60 Minuten vor dem zu Bett gehen, kein Medienkonsum während des Essens, kein Medienkonsum zur Emotionsregulation) (*American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 2020*).

Dazu bedarf es Präventions- und Interventionsmaßnahmen für Eltern und Kinder aller Bevölkerungsgruppen (insbesondere auch für sozial benachteiligte Familien).

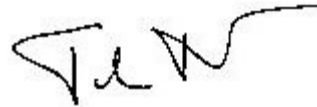
„Klassische“ Beratung erscheint dafür allerdings nicht ausreichend, erforderlich sind wahrscheinlich **innovative Ideen und Angebote**. Denkbar wären z. B. Handy-Gratisverträge für Kinder bzw. ein „Kinder-Billigtarif“, der z.B. mit einer zeitlichen Limitierung von 60 Minuten pro Tag verknüpft ist. Eine weitere Möglichkeit wäre eine „Kinder-App“ mit Zeitähler, eingblendeter Warnung und automatischer Abschaltung der Internetnutzung nach einer vorgegebenen Zeit.

Technisch müssten derartige Präventionsmaßnahmen relativ leicht umsetzbar sein, wichtig wäre es, die Mobilfunkbetreiber für diese Art des „Kinderschutzes“ zu gewinnen.

Wir stehen für Fragen jederzeit zur Verfügung und verbleiben
mit freundlichen Grüßen,



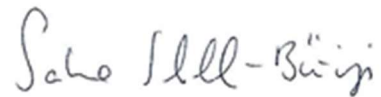
Univ.-Prof. Dr. Kathrin Sevecke
Präsidentin der ÖGKJP / in Vertretung des Präsidiums



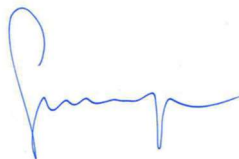
Univ.-Prof. Dr. Paul Plener, MHBA
Vizepräsident der ÖGKJP



Dr. Klaus Kapelari
Leiter Kinderschutzgruppe Klinik Innsbruck



Priv.-Doz. Dr. Sabine Scholl-Bürgi
ÖGKJ Erste Sekretärin



Assoz.-Prof. PD Dr. Volker Strenger
Leiter / AG Infektiologie der ÖGKJ



Priv.-Doz. Dr. Hans Jürgen Dornbusch
Leiter / Impfreferat der ÖGKJ



A.Univ.-Prof.Dr.Daniela Karall
Präsidentin der ÖGKJ



Univ.-Prof.Dr.Reinhold Kerbl
Generalsekretär der ÖGKJ

07. Mai 2021