



EVANGELISCHER REGIONALVERBAND  
Frankfurt am Main

Evangelisches Zentrum für

**BERATUNG  
UND THERAPIE  
AM WEISSEN STEIN**

Familien-, Erziehungs- und  
Jugendberatung

evangelisch.....  
... INTERKULTURELL

## Behalten Sie Ihr Kind gut im Blick - Smartphones in der Eltern-Kind-Beziehung

Smartphones nehmen in unserem Alltag eine wichtige Rolle ein und erleichtern uns Vieles, gleichzeitig werden sie zunehmend Gegenstand der Forschung zum Aufwachsen von Kindern in digitalisierten Zeiten. Sie sind in unserem Leben nicht mehr wegzudenken. Jeder kennt das Bild eines Kinderwagen-schiebenden Elternteils, der etwas in sein Smartphone spricht oder tippt, während das Kind ruhig schläft oder neugierig die Welt erkundet.

Welche Auswirkungen hat das auf die Eltern-Kind-Beziehung und wie kann man Medienerziehung und Bindung in Zeiten der Digitalisierung gut gestalten?

Grundsätzlich gilt: je kleiner die Kinder, desto weniger Smartphone sollte zwischen Eltern und Kind in den wachen Zeiten stehen. Babys benötigen den spiegelnden Augenkontakt zu ihren Bindungspersonen, um Geborgenheit, Schutz, Zuwendung, emotionale Regulation und Selbstbestätigung zu erfahren. Und Kinder brauchen die Sicherheit, dass Eltern präsent sind und sie gut im Blick haben. Eltern sollten ihren Kindern widerspiegeln, dass sie ihnen wichtiger sind als das Smartphone selbst.

Gelingt die Bindungsgestaltung nicht stabil, so können Kinder Entwicklungsstörungen wie Schlaf- oder Fütterprobleme entwickeln, aber auch unruhig werden. Kinder, die emotional irritiert und verunsichert reagieren, kämpfen verzweifelt um Aufmerksamkeit. Die Entwicklung ihres Konzentrations- und Aufmerksamkeitsverhaltens kann eingeschränkt sein. Auch spätere Schwierigkeiten in der Schule werden damit in Verbindung gebracht.

Für Kinder ist es sehr wichtig, dass während eines Gesprächs oder einer Spielsequenz nicht parallel auf das Smartphone geschaut wird, sondern dem Gegenüber ungeteilte Aufmerksamkeit zukommt. Das verhindert nicht nur Missverständnisse und Missachtung, sondern ebenso unterstützt der aufmerksame Blick der Bezugspersonen die Kinder in ihren Fähigkeiten, Situationen adäquat einzuschätzen, neue Erfahrungen zu machen, sich voran zu trauen – oder auch bei Gefahr stehen zu bleiben.

Aber nicht nur in der Kleinkindzeit ist ein reflektierter Umgang mit Smartphones und anderen digitalen Medien wichtig. Während des Heranwachsens fungieren die Eltern als Vorbilder im Umgang mit diesen Medien.

Neuere Studien belegen, dass mit dem Verlassen der Grundschule ca. 90% der Kinder über ein Mobiltelefon, häufig auch schon über ein Smartphone verfügen. Doch was tun, wenn Ihr Kind ein Smartphone haben will? Als Eltern oder Erziehungsberechtigte sollten Sie zunächst bewerten, ob ein Smartphone für Ihr Kind notwendig ist, oder ob ein einfaches Mobiltelefon für Anrufe und SMS noch ausreichend ist. Wenn die Zeit für ein Smartphone gekommen ist, vereinbaren Sie gemeinsam mit Ihrem Kind Regeln für dessen Nutzung. Wo befindet sich das Gerät in Pausenzeiten, beim gemeinsamen Essen, während der Hausaufgaben oder in der Nacht? Achten Sie auch darauf, ob Sie selbst diese Regeln einhalten.

Bleiben Sie im Kontakt mit Ihrem Kind und interessieren Sie sich, wozu es sein Smartphone nutzt. Erzählen Sie auch von Ihren eigenen Erfahrungen und sprechen Sie Themen wie Mobbing und ungewollte Weitergabe von Daten und Bildern an. Sollten begründete Sorgen zur Nutzung des Smartphones entstehen, schauen Sie sich die betreffenden Apps gemeinsam mit Ihrem Kind an, aber stöbern Sie nicht hinter dem Rücken Ihres Kindes in dessen Smartphone herum. Nicht zuletzt ist auch die Kostenseite zu beachten. Wählen Sie einen passenden Vertrag und besprechen Sie mit Ihrem Kind, wodurch bei der Nutzung Kosten entstehen können bzw. blockieren Sie bestimmte Dienste um Kostenfallen aus dem Weg zu gehen.

Bei Interesse finden Sie hier weiterführende Informationen:

<https://www.khbrisch.de/presse-news-archiv/presse-archiv-2017-2015/zeitschrift-zukunft-mit-kindern-baby-gegen-smartphone-interview-mit-prof-kh-brisch/>

<https://www.bzga.de/infomaterialien/kinder-und-jugendgesundheit/gut-hinsehen-und-zuhoeren-ratgeber-fuer-eltern/>