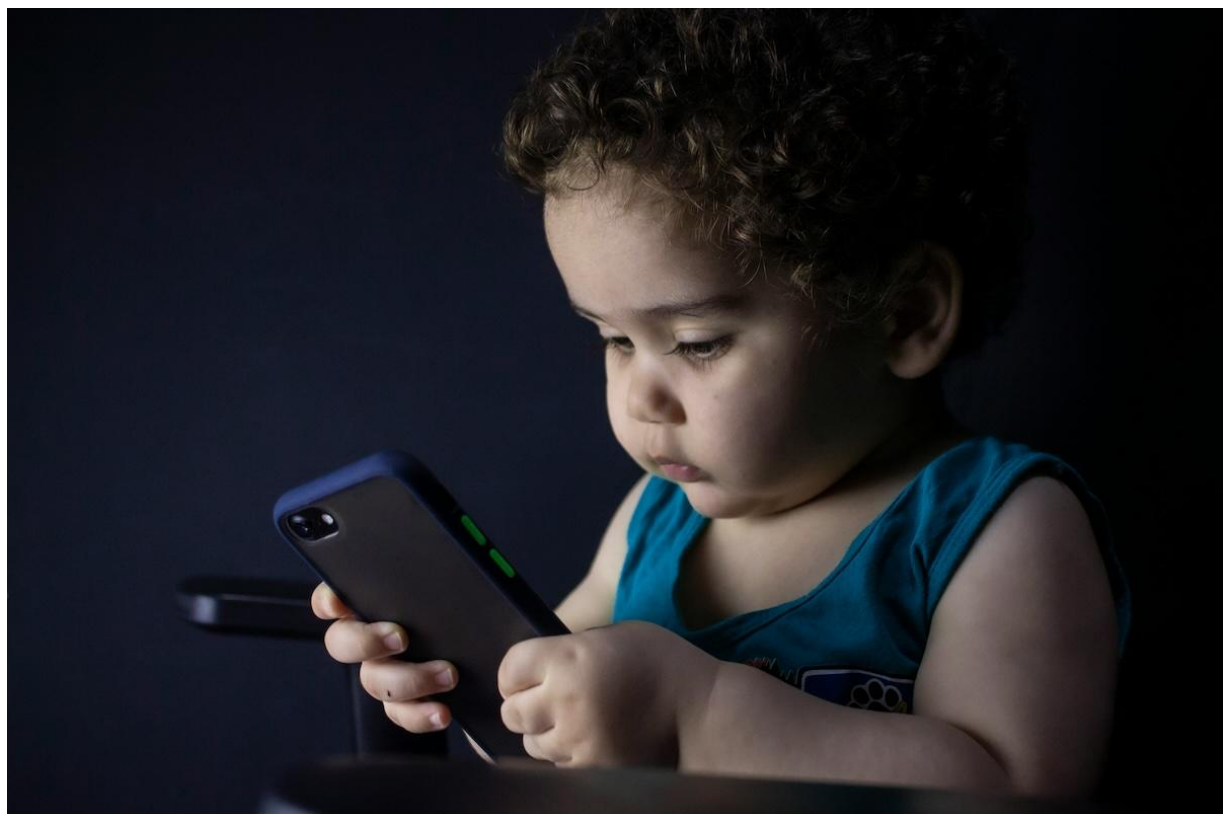




News aus der Wissenschaft

Ausgabe 1/2026 – Bildschirmnutzung in der frühen Kindheit

Präsentiert von Alliance Enfance und der Swiss Society for Early Childhood Research



News aus der Wissenschaft

Liebe Leserinnen und Leser

Wir freuen uns, Ihnen mit dieser PDF-Publikation die neunte Ausgabe von «News aus der Wissenschaft» präsentieren zu können. Mit dieser Reihe möchten Alliance Enfance und die Swiss Society for Early Childhood Research (SSECR) Wissen aus der Schweizer Forschung rund um die Frühe Kindheit mit einem breiten Publikum teilen.

Diese Ausgabe von «News aus der Wissenschaft» widmet sich mit drei Beiträgen dem Thema «Bildschirmnutzung in der frühen Kindheit». Sie befassen sich mit der Wirkung der Bildschirmnutzung durch Eltern und die Kinder selbst auf die kindliche Entwicklung sowie mit den neusten Erkenntnissen zur Nutzung digitaler Medien von jungen Kindern in der Schweiz.

Die früheren Ausgaben als PDF sowie die einzelnen Artikel finden Sie auf unseren Websites:

- [Alle Ausgaben im Überblick bei Alliance Enfance](#)
- [Alle Ausgaben im Überblick bei der SSECR](#)
- [Herausforderungen rund um die Geburt \(2/2025\)](#)
- [Spiel in der frühen Kindheit \(1/2025\)](#)
- [Emotionale Entwicklung in der frühen Kindheit \(2/2024\)](#)
- [Sprachentwicklung in der Frühen Kindheit \(1/2024\)](#)
- [Inklusion in der Frühen Kindheit \(2/2023\)](#)
- [Digitale Medien in der Frühen Kindheit \(1/2023\)](#)
- [Gesundheit in der Frühen Kindheit \(2/2022\)](#)
- [Integration in der Frühen Kindheit \(1/2022\)](#)

Wir freuen uns über Ihre Rückmeldungen zu dieser Publikation und über Anregungen oder Themenwünsche für kommende Ausgaben. Gerne gehen wir auch Partnerschaften mit weiteren Organisationen ein, um uns spezifischen Themen anzunehmen.

Wir wünschen Ihnen gute Lektüre und spannende Einsichten!

Alliance Enfance und SSECR

Bildschirme in den ersten Lebensjahren: Was sagt die Forschung?

Ein Beitrag von Fabio Sticca (a, b), Valérie Brauchli (b, c) und Patricia Lannen (b)

a) Interkantonale Hochschule für Heilpädagogik, Zürich, b) Marie Meierhofer Institut für das Kind, Zürich, c) Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften

Smartphones, Tablets und Fernseher sind fester Bestandteil des Alltags vieler Familien. Selbst sehr junge Kinder verbringen oft Zeit vor Bildschirmen. Eine neue Übersichtsarbeit fasst zusammen, was die Forschung darüber aussagt, wie die Nutzung von Bildschirmgeräten mit der Entwicklung von Kindern in den ersten drei Lebensjahren zusammenhängen könnte.

Warum das Thema der frühen Bildschirmnutzung wichtig ist

Die ersten Lebensjahre sind eine Schlüsselphase für die Entwicklung von Kindern. In dieser Zeit lernen Babys und Kleinkinder durch Interaktion, Spiel, Bewegung und Kommunikation mit Bezugspersonen. Da digitale Medien im Alltag immer präsenter werden, fragen sich Eltern und Fachleute zunehmend, wie die Bildschirmzeit mit der Entwicklung von Kindern zusammenhängen könnte.

Was die Studien zeigen

In dieser Übersichtsarbeit haben Sticca und seine Kolleginnen 158 internationale Studien zusammengefasst, die Zusammenhänge zwischen der Bildschirmzeit und der Entwicklung von Kindern im Alter von 0 bis 3 Jahren untersuchten. Die Studien betrachteten verschiedene Bereiche wie Schlaf, Sprachentwicklung, Lernen, motorische Fähigkeiten sowie soziale und emotionale Entwicklung.

Von über 500 Ergebnissen wiesen etwa 42 % auf unerwünschte Zusammenhänge hin (z. B. schlechterer Schlaf oder geringere motorische Fähigkeiten), während nur circa 9 % auf wünschenswerte Zusammenhänge hindeuteten. Die restlichen circa 49 % der Ergebnisse wiesen auf keinen klaren Zusammenhang hin. Dies legt nahe, dass die Zusammenhänge nicht immer eindeutig sind.

Die Ergebnisse deuten zudem darauf hin, dass die Bildschirmnutzung weniger problematisch sein kann, wenn bestimmte Bedingungen erfüllt sind. So fallen die Zusammenhänge tendenziell weniger ungünstig aus, wenn der Inhalt der Bildschirmnutzung altersgerecht und lehrreich ist, wenn Kinder gemeinsam mit Erwachsenen schauen und über das Gesehene sprechen, und wenn die Bildschirmnutzung andere wichtige Aspekte wie ausreichend Bewegung und Schlaf, soziale Interaktionen und gesunde Ernährung nicht verdrängt.

Was dies für Familien und Fachkräfte bedeutet

Zusammenfassend zeigt die Übersicht, dass die Bildschirmzeit in den frühen Jahren differenziert betrachtet werden sollte. Nicht nur die Menge der Bildschirmnutzung, sondern auch der Inhalt und die Situation, in der Medien genutzt werden, scheinen wichtig zu sein. Gleichzeitig ist mehr Forschung nötig, um besser zu verstehen, wie sich die Bildschirmnutzung auf junge Kinder auswirken kann und wie Eltern und Fachkräfte eine gesunde Entwicklung in einer digitalen Welt unterstützen können

Referenz:

Sticca, F., Brauchli, V., & Lannen, P. (2025). 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*, 2:1439040. doi.org/10.3389/fdpys.2024.1439040

Link (open access):

www.frontiersin.org/journals/developmental-psychology/articles/10.3389/fdpys.2024.1439040/full

Wie kleine Kinder in der Schweiz digitale Medien nutzen: Ergebnisse einer nationalen Studie

Ein Beitrag von Nevena Dimitrova, Hochschule für Soziale Arbeit in Lausanne (HES-SO)

Die digitalen Medien gehören heute zum Alltag – sogar für Kleinkinder. Bis vor Kurzem gab es jedoch nur wenige Daten über die Art und Weise, wie Kinder im Vorschulalter in der Schweiz Bildschirme tatsächlich nutzen. Es ist wichtig, diese Nutzung besser zu verstehen, um Eltern, Fachpersonen in Bildung und Betreuung und politische Verantwortliche dabei unterstützen zu können, realistische und angemessene Empfehlungen zu erarbeiten.

Mediennutzung von kleinen Kindern

Die nationale SWIPE-Studie bietet den ersten vollständigen Überblick über die Nutzung digitaler Medien bei Schweizer Kindern im Alter von 0 bis 5 Jahren. Sie zeigt auch, wie Bildschirme in den Alltag der Familien integriert werden. Insgesamt 4'173 Eltern aus allen Sprachregionen der Schweiz haben eine Online-Umfrage über die digitalen Gewohnheiten ihrer Kinder beantwortet.

Dabei wurden verschiedene Aspekte beleuchtet: der Zugang zu Geräten (Smartphones, Tablets usw.), die Nutzungsdauer, die Art der digitalen Aktivitäten und die Situationen, in denen Bildschirme genutzt werden.

Die Ergebnisse zeigen, dass die Kinder digitale Medien durchschnittlich 71 Minuten am Tag nutzen und dass diese Dauer mit zunehmendem Alter steigt. Dabei sind Smartphones und Tablets die am häufigsten genutzten Geräte. Für rund die Hälfte der Medienaktivitäten der Kinder, wie Musik oder Geschichten hören, ist kein Bildschirm erforderlich.

Die Eltern erklären, dass sie die digitalen Medien vor allem für Bildungszwecke einsetzen, um die Kinder zu unterhalten oder sich selbst Zeit zu verschaffen, um den Haushalt zu erledigen. Meistens nutzen die Kinder Bildschirme gemeinsam mit den Eltern, doch rund 17 % nutzen sie alleine.

Oft werden sie bei Wartezeiten oder in der Freizeit genutzt, zum Beispiel morgens oder – häufiger – nachmittags. Rund 20 % der Kinder nutzen Bildschirme jedoch auch vor dem

Schlafengehen, was sich negativ auf die Schlafqualität auswirken kann.

Auswirkungen für die Familien und die Politik

Insgesamt kommt die Studie zum Schluss, dass die Bildschirmzeit kleiner Kinder in der Schweiz in der Regel den Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation entspricht, die weniger als eine Stunde am Tag für Kinder zwischen zwei und sechs Jahren vorschlägt.

Kinder unter zwei Jahren verbringen jedoch durchschnittlich rund 20 Minuten pro Tag vor einem Bildschirm. Dies deutet darauf hin, dass die Empfehlung, bei Kindern in den ersten zwei Lebensjahren von jeglicher Bildschirmnutzung abzusehen, weniger strikt befolgt wird.

Diese Ergebnisse zeigen, dass es wichtig ist, sich nicht nur auf die Bildschirmzeit, sondern auch auf die Qualität der Inhalte und den Kontext, in dem Bildschirme verwendet werden, zu konzentrieren. Sie betonen auch die Notwendigkeit, die Eltern besser zu begleiten, und eine familienfreundliche Politik zu entwickeln, zum Beispiel, indem der Zugang zu Betreuungslösungen erleichtert wird, mehr kindergerechte öffentliche Bereiche bereitgestellt und alternative Aktivitäten für die Jüngsten angeboten werden.

Referenz:

Schmid, J., Unternährer, E., Benecchi, E., Bernath, J., Boltz, M., Burkhardt Bossi, C., Iskrzycki, K., Mazzoni, P., Steiner, O., Sticca, F., & Dimitrova, N. (2025). Digital Media Use in 0–5 Year-Old Children in Switzerland. *Swiss Psychology Open*, 5(1): 4, 1–16.

Link (open access):

doi.org/10.5334/spo.89

Eltern und Bildschirme – Muster elterlicher Bildschirmnutzung und kindliche Entwicklung

Ein Beitrag von Eva Unternährer, Kinder- und jugendpsychiatrische Forschungsabteilung, Universitäre Psychiatrische Kliniken, Universität Basel, und Katherine T. Cost, Department of Psychology, University of Waterloo, Kanada

Während Bildschirmnutzung insbesondere von jungen Kindern bei vielen Fachleuten Besorgnis hervorruft, widmen wir der elterlichen Bildschirmnutzung im Allgemeinen weniger Aufmerksamkeit. Die Studie von Unternährer und Cost untersuchte daher, wie elterliche Bildschirmnutzungsprofile mit der Bildschirmnutzung der Kinder und deren emotionalen Wohlbefinden zusammenhängen.

Die Untersuchung umfasste eine Kohorte von 867 kanadischen Eltern von 5-jährigen Kindern.

Muster elterlicher Bildschirmnutzung

Die Forscherinnen fanden sechs verschiedene Nutzungsprofile basierend auf elterlicher Nutzung von mobilen (z. B. Smartphones) und nicht-mobilen Bildschirmen (z. B. Fernsehen). Die Nutzungszeiten der unterschiedlichen Gruppen reichte von relativ geringer Bildschirmzeit (etwa 1 Stunde pro Tag) bis hin zu hoher Bildschirmzeit (etwa 4,5 Stunden pro Tag). Dabei unterschieden sich die Gruppen hauptsächlich hinsichtlich der mobilen Nutzung, nicht aber der Fernsehnutzung:

- Profil 1: Wenig Bildschirmnutzung (37,3 % der Eltern) mit durchschnittlich 55 Minuten Fernsehen und 2 Minuten Nutzung von Mobilgeräten pro Tag.
- Profil 2: Mehr Fernsehen als Mobilgeräte (30,1 % der Eltern) mit durchschnittlich 62 Minuten Fernsehen und 30 Minuten Nutzung von Mobilgeräten pro Tag.
- Profil 3: Gleiche Nutzung von Fernsehen und Mobilgeräten (20,4 % der Eltern) mit durchschnittlich 65 Minuten Fernsehen und 60 Minuten Nutzung von Mobilgeräten pro Tag.
- Profil 4-6: Höhere Nutzung von Mobilgeräten als Fernsehen mit höheren Gesamtnutzungszeiten (jeweils 6,6 %, 4,4 % und 1,3 % der Eltern). Durchschnittlich 64, 87 und 97 Minuten Fernsehen und 84, 120 und 174 Minuten Nutzung von Mobilgeräten pro Tag.

Alleinerziehende Eltern hatten ein höheres Risiko, in die Gruppen mit höherer Bildschirmzeit

zu fallen. Ebenso war ein niedrigeres Haushaltseinkommen mit einigen der Profile höherer Mobilnutzung verbunden, was möglicherweise auf einen begrenzten Zugang zu sozialer Unterstützung und alternativen Unterhaltungsformen zurückzuführen ist.

Eltern als Vorbilder für ihre Kinder

Die Ergebnisse zeigten, dass Kinder, deren Eltern in die Nutzungsprofile mit höherer mobiler Nutzung fielen, selbst mehr Zeit vor Bildschirmen verbrachten. Ausserdem wiesen Kinder von Eltern im höchsten Nutzungsprofil höhere Raten an sozio-emotionalen Schwierigkeiten auf.

Implikationen

Bildschirmnutzung von Kindern kann nicht isoliert betrachtet werden und spiegelt auch elterliche Nutzungsmuster und breitere familiäre Umstände wider. Das Verständnis dieser Dynamiken ist entscheidend, um Familien Orientierungshilfe zu bieten, die sich in einer zunehmend digitalen Welt zurechtfinden müssen.

Die Ergebnisse unterstreichen die Notwendigkeit gezielter Unterstützung vulnerabler Familien, die von zusätzlichen Ressourcen und Anleitung rund um einen gesunden Umgang mit Technologie profitieren könnten. Schliesslich ist die elterliche Bildschirmzeit ein relevanter Faktor in der frühkindlichen Entwicklung, der sowohl in der klinischen Praxis als auch in politischen Diskussionen Aufmerksamkeit verdient.

Referenz:

Cost, K. T.*, Unternährer, E.*, Tsujimoto, K., Vanderloo, L. L., Birken, C. S., Maguire, J. L., Szatmari, P., & Charach, A. (2023). Patterns of parent screen use, child screen time, and child socio-emotional problems at 5 years. *Journal of Neuroendocrinology*, 35(7), e13246.

* geteilte Erstautorenschaft

Link (open access):

doi.org/10.1111/jne.13246

Herausforderungen rund um digitale Medien in der frühen Kindheit – ein wichtiges Thema für Alliance Enfance und SSECR

Digitale Medien sind Teil des Alltags von Eltern und Kindern – auch bereits der kleinsten Kinder. In der öffentlichen Diskussion wird zumeist vor negativen Folgen der Nutzung digitaler Medien für die kindliche Entwicklung gewarnt. Auch in der Forschung wurden bislang vor allem negative Entwicklungsverläufe untersucht. Allerdings zeigen sich diese nur in etwa der Hälfte der Studien. Eine Vielzahl an Faktoren scheint die Auswirkungen digitaler Medien auf die Kinder zu beeinflussen, darunter die Qualität der Inhalte, der Kontext, in dem digitale Medien genutzt werden, und das Nutzungsverhalten der Eltern.

Um diese Faktoren in der Schweiz genauer zu untersuchen, hat sich in diesem Jahr eine Interessengruppe für digitale Medien (Digital Media SIG) innerhalb der SSECR gegründet. Die Gruppe hat zum Ziel, Forscher:innen aus verschiedenen Disziplinen, wie Pädiatrie, Entwicklungspsychologie, Erziehungswissenschaft, Medienwissenschaft etc., zu vernetzen.

Nachdem die bisherige Forschung sich vor allem auf die Dauer der Bildschirmzeit konzentriert hat, ist es das Ziel der Digital Media SIG, genauer zu beschreiben, unter welchen Bedingungen und für welche Kinder in der Schweiz die Nutzung welcher digitalen Medien die kindliche Entwicklung negativ oder auch positiv beeinflussen kann. Die drei hier versammelten Beiträge wenden genau diesen differenzierten Blick an. Dies auch mit dem Ziel, aus den wissenschaftlichen Erkenntnissen ebenso differenzierte und effektive Massnahmen abzuleiten, die sich am Wohlergehen der Kinder ausrichten und nicht an diffusen Ängsten der Erwachsenen.

Alliance Enfance befasst sich in unterschiedlichen Projekten mit dem Thema «Digitale Medien» in der frühen Kindheit und darüber hinaus. So flossen die Entwicklungen der digitalen Transformation in die neue, erweiterte Version des Orientierungsrahmens für Bildung und Betreuung von Kindern ein.

Verschiedentlich haben wir auch zum Wissenstransfer zwischen Forschung, Praxis und Politik beigetragen, sei es mit der vorliegenden Publikationsreihe oder einer Session am Annual Meeting der SSECR 2025 zum Thema «Aufwachsen im digitalen Zeitalter».

Zudem beobachten wir die politische Entwicklung in diesem Zusammenhang, z. B. was die Regulierung von sozialen Plattformen oder Apps für Kinder angeht. Auf unserer Website berichten wir regelmässig über neue Erkenntnisse aus der Wissenschaft, Positions- und Haltungspapiere und praktische Hilfsmittel für Fachpersonen und Eltern zum Thema – wie die neuen Empfehlungen des Marie Meierhofer Instituts für das Kind zu Bildschirmmedien in der Frühen Kindheit.

Impressum

Herausgeber	Alliance Enfance Glockengasse 7 4051 Basel www.alliance-enfance.ch	Swiss Society for Early Childhood Research SSECR Pädagogische Hochschule Thurgau Unterer Schulweg 3 8280 Kreuzlingen www.earlychildhoodresearch.ch
Autor:innen	Valérie Brauchli, Katherine T. Cost, Nevena Dimitrova, Patricia Lannen, Fabio Sticca, Eva Unternährer	
Redaktionelle Begleitung	Eliane Fischer, Alliance Enfance	
Erscheinungsdatum	April 2026	

Charta zum Wissenstransfer

Kennen Sie schon unsere Charta «Wissenstransfer zwischen Wissenschaft, Praxis und Politik in der Frühen Kindheit»? Sie bietet Akteurinnen und Akteuren aus Wissenschaft, Praxis und Politik die Gelegenheit, sich zu gemeinsamen Grundsätzen zur Wissensmobilisierung und Wissensgenerierung zu bekennen und damit den Wissenstransfer in alle Richtungen zu stärken.



Charta

**Wissenstransfer zwischen
Wissenschaft, Praxis und Politik
in der Frühen Kindheit**



Basel, Lausanne, Zürich, im Juli 2023

Jetzt lesen und unterzeichnen!