



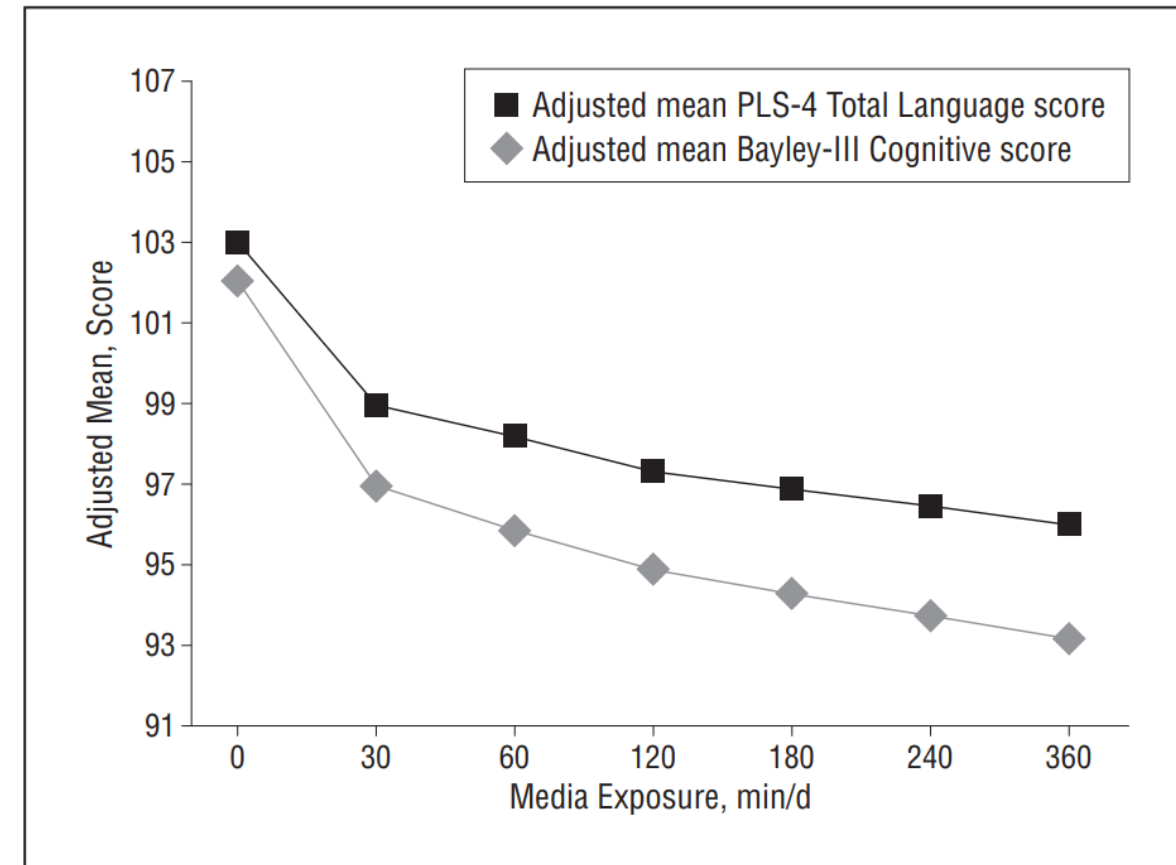
Bildschirmfrei bis 3

Deutschlandweite randomisiert kontrollierte
longitudinale Interventions-Studie



Hintergrund und Relevanz

- Bildschirmmediennutzung in frühen Lebensjahren steht im Zusammenhang mit sprachlichen und kognitiven Entwicklungsproblemen
- Schon **15 bis 30 Minuten** Bildschirmnutzung eines Kindes mit **6 Monaten** hat Auswirkung auf die kindliche Entwicklung. Hier Sprache und Kognition



Relationship between total duration of media exposure at age 6 months and predicted development scores at age 14 months. Bayley-III Cognitive indicates Bayley Scales of Infant and Toddler Development, 3rd edition, Cognitive; PLS-4, Preschool Language Scale-

Korrelationen zwischen Bildschirmnutzung im Kleinkindalter, EEG und exekutiven Funktionen

Prospektive Mutter-Kind-Kohortenstudie N= 506

Datenerhebung:

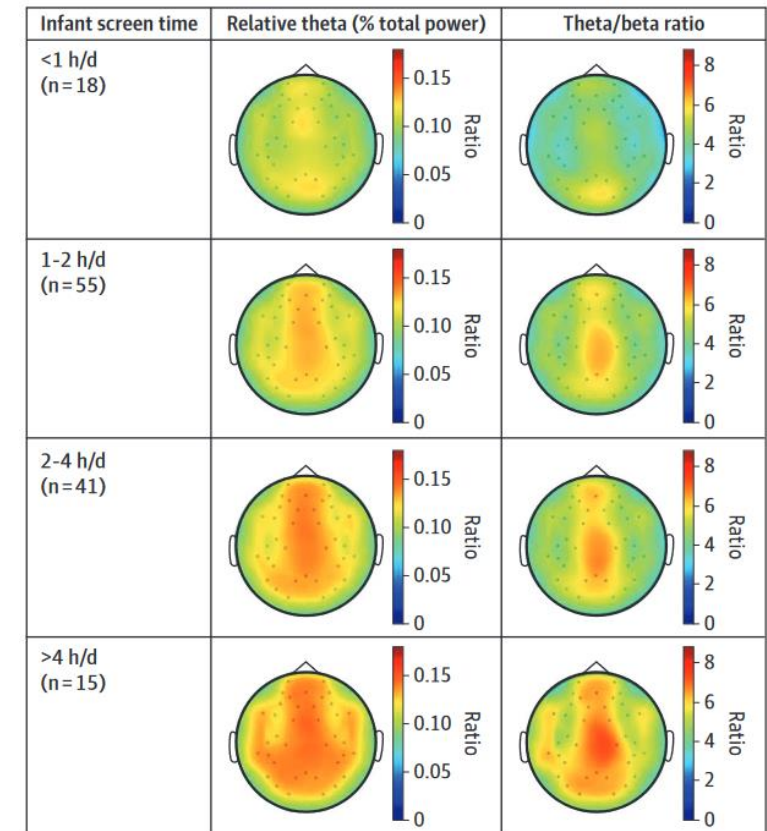
Alter der Kinder: 12, 18 Monate und 9 Jahre

- Bildschirmzeit: Erfassung durch Eltern mit 12 Monaten
- EEG: mit 18 Monaten
- Aufmerksamkeit und exekutiven Funktionen: Lehrer-Fragebögen mit 9 Jahren



Korrelationen zwischen Bildschirmnutzung im Kleinkindalter, EEG und kognitiven Funktionen

- Stichprobe: 437 Kinder und bei 157 Kinder wurde ein EEG gemacht (im Alter von 18 Monaten)
- Durchschnittliche Bildschirmzeit im Alter von 12 Monaten: 2 Stunden
- Diese Bildschirmzeit wirkte sich auf Aufmerksamkeits- und Exekutivfunktionen aus
- EEG in den frontozentralen und parietalen Regionen zeigt eine Korrelation mit Bildschirmnutzung im Alter von 12 Monaten
- Es gibt Zusammenhänge der Bildschirmnutzung von Kindern unter zwei Jahren mit deren exekutiven Funktionen im Schulalter

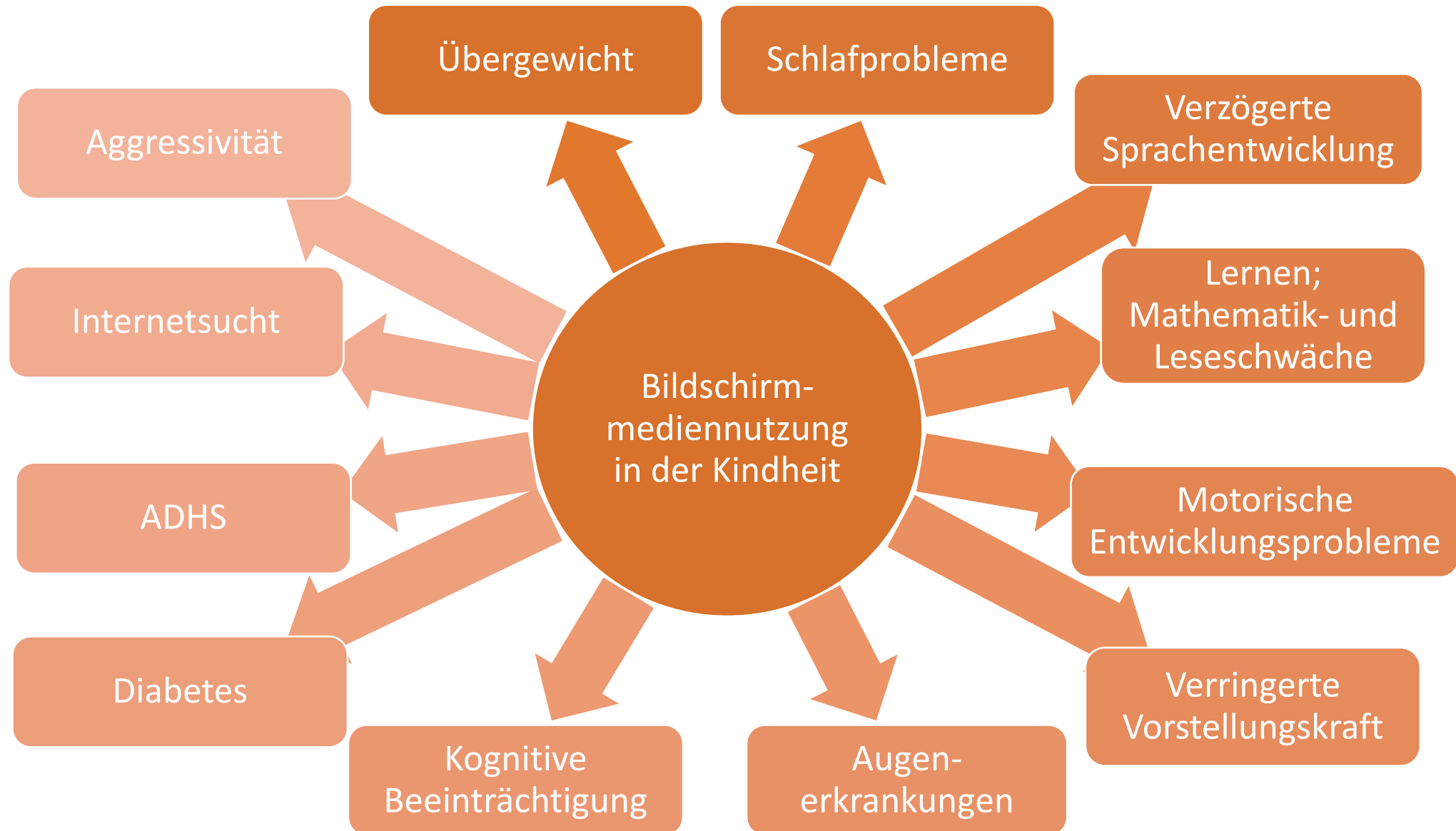


Brain Topographic Maps of Postulated Neural Correlates
Based on Infant Screen Time per Day

Phubbing als neue Form sozialer Interaktionsstörung

- Phubbing = („phone“ u. „snubbing“) plötzliche Nutzung des Smartphones mit Unterbrechen der Gemeinschaftlichkeit
- Negative Konsequenzen für
 - die emotionale Entwicklung des Kindes
 - das Selbstwertgefühl des Kindes
 - Responsivität und Sensitivität der Eltern
 - die verbale und gestische Kommunikation
 - die Bindungsentwicklung





Hintergrund und Relevanz

- Bildschirmnutzung in frühen Lebensjahren steht im Zusammenhang mit einem erhöhten Risiko für u. a.:
 - Sprachliche, feinmotorische und grobmotorische Entwicklungsverzögerungen
 - Verhaltens- und Bindungsstörungen
 - Lernprobleme
 - Kurzsichtigkeit
 - Schlafstörungen
 - Veränderte Gehirnaktivität
 - Ungesunde Ernährungsweise, Mehrgewichtigkeit und Adipositas



Li, C. et al. The Relationships between Screen Use and Health Indicators among Infants, Toddlers, and Preschoolers: A Meta-Analysis and Systematic Review. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 17 (19), E7324, (2020).

Spielen im Freien als mildernder Faktor für den Zusammenhang zwischen Bildschirmzeit bei Kleinkindern und neurologischen Entwicklungsergebnissen

- Mediationsanalyse (2021 bis 2022); 885 Teilnehmende Kinder (Geburtsjahrgang: 2007 bis 2012)
- Die hohe Bildschirmzeit mit zwei Jahren war mit folgenden Faktoren im Alter von vier Jahren assoziiert:
 - Geringere Ergebnisse für Kommunikation (b = -2,32; 95% CI, -4,03 bis -0,60)
 - Geringere Ergebnisse für Fähigkeiten im täglichen Leben (b = -1,76; 95% CI, -3,21 bis -0,31) -> 18% dieses Zusammenhangs wurde durch die Spielzeit im Freien gemildert
- Die Spielzeit im Freien mit zwei Jahren war mit der verbesserten Sozialisation (b = 2,73; 95 % KI, 1,06 bis 4,39) im Alter von vier Jahren assoziiert





Bildschirmfrei bis 3

Deutschlandweite
randomisiert
kontrollierte
longitudinale
Interventions-Studie

<https://bildschirmfrei-bis-3.de/>



**Praxisinitiative
Aufkleber / Poster**

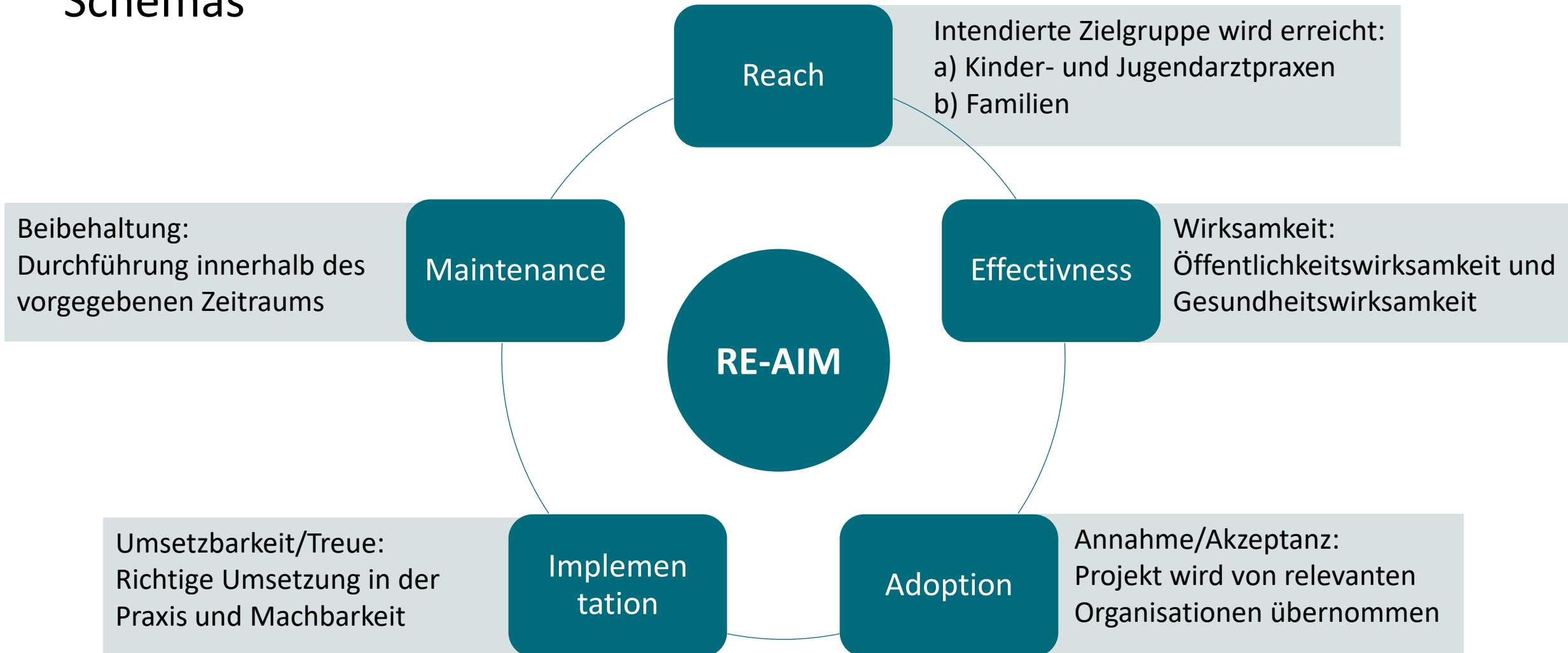
Evaluation via App



Schulung der Ärzt*innen

Projektwebsite mit Elternbriefen

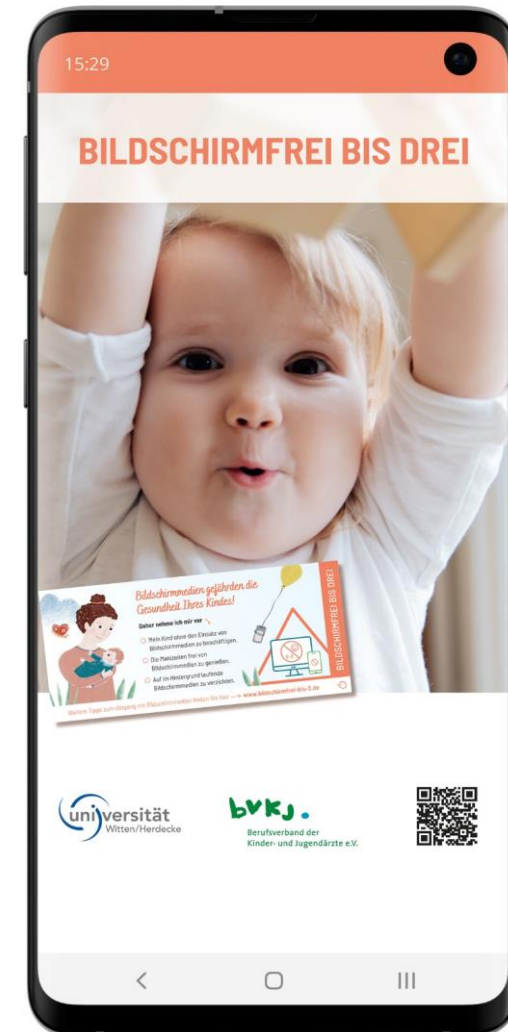
Prozessimplementierungsevaluation mithilfe des RE-AIM-Schemas



4 Evaluationswellen via KJA-App

PraxisApp
mein Kinder- und Jugendarzt

- Longitudinalstudie mit Eltern-Befragungen via App vor U5, U6, U7 und U7a:
 - Entwicklungsdiagnostische Fragestellungen
 - Fragen zur Mediennutzung



Befragungselemente in der App

4 Jahre Laufzeit: 01.06.2022 bis 31.05.2026

Soziodemographie

- **9** Fragen zur Soziodemographie
- **6** Fragen zu Vorerkrankungen in der Familie
- **8** Fragen zum Kind

U5

- **6** Fragen zur Mediennutzung
- **8** Fragen zur Entwicklung des Kindes
- **5** Fragen Selbsttest Internetnutzung (CIUS)

U6

- **6** Fragen zur Mediennutzung
- **13** Fragen zur Entwicklung des Kindes

U7

- **8** Fragen zur Mediennutzung
- **14** Fragen zur Entwicklung des Kindes

U7a

- **7** Fragen zur Mediennutzung
- **11** Fragen zur Entwicklung des Kindes
- **5** Fragen Selbsttest Internetnutzung (CIUS)

Fazit

- Die Teilnahmequote aller kontaktierten Kinder- und Jugendarztpraxen ist massiv höher, als die aus Studien erwartete Rekrutierungsrate (3% bis 4%)¹ von Hausarztpraxen
- App-basierte Elternumfrage U5 vor Start der Intervention zeigt einen hohen Anteil der Eltern mit Bildschirmzeiten im Beisein ihres Kindes
 - > Grund: Etablierung der Bildschirmmedien im Alltag der Eltern
 - > Das Risiko stellt zu diesem Zeitpunkt die Bildschirmnutzung der Eltern dar
Sie führt zu passiver Nutzung der Babys
- CIUS Daten der Mütter geben Anlass zu großer Sorge

Untersuchung im weiteren Verlauf der Studie

- Veränderung der Bildschirmzeiten der Eltern und der Kinder mit voranschreitendem Alter
- Unterschiede zwischen Bildschirmzeiten und Entwicklung der Kinder mit und ohne Intervention im Vergleich zur Kontrollgruppe

Weitere Ergebnisse

80 Praxen haben bereits die Studienmaterialien nachbestellt.

81 E-Mail-Anfragen haben uns erreicht. Davon haben 26 Kinder- und Jugendarztpraxen aus der Kontrollgruppe um Teilnahme gebeten.

Außerdem erreichen uns E-Mails von verschiedenen Institutionen:

Familienzentren, Gesundheits-
und Sozialämter

Elternberatung und
pädagogische Fachkräfte

Fachkräfte- und Eltern-
Fortbildung

Personen der Ergotherapie,
Logopädie, Augenmedizin,
Hebammenkunde

Bundesprogramm Sprach-Kitas,
Sozialpädiatrisches Zentrum

Mutter-Kind-Wohngruppen,
Kindertagesstätten

Projekt-Team



Franziska Hermann
Projektmitarbeiterin



Hanno Krafft
wiss. Mitarbeiter



Juliane Schemmer
wiss. Mitarbeiterin



Tobias Maurer
wiss. Mitarbeiter



Christel Schierbaum
Beratung, Kooperationen



Anne Krabbe
Projektmitarbeiterin

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

www.bildschirmfrei-bis-3.de



Dr. med. Silke Schwarz
Projektleitung

silke.schwarz@uni-wh.de



Prof. Dr. med. David Martin
Projektleitung

Leitlinie:

Prävention dysregulierten Gebrauchs digitaler Bildschirmmedien in der Kindheit

- **Klassifikation: S2k**
- **Anmeldedatum: 23.11.2020**
- **Geplante Fertigstellung: 31.12.2022**

www.medienfasten.org

MEDIEN  FASTEN *Einfach mal Abschalten*

[HOME](#)

[ÜBER UNS](#) ▾

[PROJEKTE](#) ▾

[KOOPERATIONEN & FREUNDE](#)

[CHISPA](#)

[TIPPS](#)

[SPENDEN](#)

[KONTAKT](#)

