

# Kleinkinder brauchen bildschirmfreie Lebensräume!

Kinder brauchen für ihre Entwicklung emotionale Geborgenheit, Zuwendung und Zwiesprache mit einer Bezugsperson. Der zunehmende Kontakt der Babys und Kleinkinder mit Bildschirm-Medien bedeutet eine grosse Herausforderung für die Eltern und fordert einen sensiblen Umgang.

## Babys und Kleinkinder reagieren auf Bildschirm-Medien

Kleinkinder bekommen, ganz nebenbei, viel vom Mediengebrauch der Familie mit, denn Bildschirm-Medien gehören zum Alltag einer Familie. Oft erleben die Kleinen, dass den Geräten mehr Aufmerksamkeit geschenkt wird, als ihnen. Achten Sie deshalb auf einen verantwortungsvollen Umgang mit Medien:

- lassen Sie sich nicht ständig von Ihrem Handy ablenken.
- surfen Sie nicht im Beisein Ihres Kindes im Internet.
- schenken Sie sich eine Medienpause, wenn Sie mit Ihrem Kind unterwegs sind.
- beschäftigen und beruhigen Sie Ihr Kind nicht mit Bildschirm-Medien.

## Kinder brauchen

- ungeteilte Aufmerksamkeit und Blickkontakt.
- verlässliche Beziehungen.
- Ruhe und Erholung.
- eigene Sinneserfahrungen.
- viel freie Bewegungsmöglichkeiten und frische Luft.

## Spielen ist Lernen mit allen Sinnen und fördert die gesamte Entwicklung

Im Haushalt gibt es viele spannende Dinge, die sich zum Spielen eignen.

Das Kleinkind kann zum Beispiel:

- eine Petflasche mit Wäscheklammern füllen.
- mit Kochlöffeln und einer alten Pfanne spielen.
- sich mit einem Klettverschluss aus einem alten Kleidungsstück beschäftigen.
- verschieden grosse Kartonschachteln aufeinander oder ineinander stapeln, oder ein- und austräumen.
- etc.

**Draussen** gibt es ebenfalls viele interessante Dinge, welche alle Sinne – Hören, Sehen, Riechen, Schmecken und Fühlen – ansprechen und schärfen, zum Beispiel:

- versuchen, verschieden grosse Steine aufeinander zu stapeln.
- an alten Holz- und Rindenstücken und an dünnen Blättern riechen.
- die schöne, glatte Oberfläche von frisch gefallenen Kastanien fühlen.
- im Sand (oder Lehm) buddeln.
- einen Regenwurm beobachten und betasten.
- etc.

Dieser Flyer ist entstanden in Kooperation mit der Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich, der Fachstelle für Säuglingsfragen Zürich mit diversen Fachpersonen und der Mitarbeit mit dem Schweizerischer Verband der Mütterberaterinnen.

### Lesetipp

[jugendundmedien.ch](http://jugendundmedien.ch) bündelt das Wissen rund um die Chancen und Gefahren von digitalen Medien. Eltern, Lehr- und Betreuungspersonen finden auf der Internetplattform des Nationalen Programms **Jugend und Medien** Informations- und Beratungsangebote in ihrer Nähe.



elternbildung.ch

Elternbildung CH  
Steinwiesstrasse 2  
8032 Zürich  
Tel. 044 253 60 60

info@elternbildung.ch  
www.elternbildung.ch



Stadt Zürich  
Suchtpräventionsstelle

