

Die kleinen Hände können das Smartphone kaum greifen, aber schon Vorschulkinder wissen, wie sie durch Wischen und Tippen Bildchen oder Spiele auf den Bildschirm zaubern. Smartphone, Tablet oder Laptop gehören zum Familienalltag. Die Kleinen werden damit groß. Viele Eltern verunsichert das. Schadet der frühe Mediengebrauch den Kindern oder können sie sogar davon profitieren? Verbieten, kontrollieren oder fördern?

Jutta Wiesemann, Professorin an der Universität Siegen, kennt die Sorgen von Eltern – und die Diskussionen, die daraus folgen. Als Pädagogin und Wissenschaftlerin fordert sie zunächst eines: Genau hinschauen, was in den Familien mit den Neuen Medien passiert. Das tut sie zusammen mit Kollegen in dem Forschungsprojekt „Frühe Kindheit und Smartphone“. Seit über einem Jahr begleiten die Wissenschaftler 17 Familien mit Kindern im Alter von null bis sechs Jahren. Die in dieser intensiven Form bislang einmalige Untersuchung ist Teil des Sonderforschungsbereichs „Medien der Kooperation“ an der Universität Siegen. Sie lässt neue Einsichten in die Veränderungen unserer Kommunikations- und Lebensweise erwarten.

„Natürlich sind Smartphones für Kinder interessant. Nicht nur, weil sie leuchten und interaktiv sind, sondern auch, weil sie für die Eltern und deren Alltag eine zentrale Rolle spielen“, sagt Wiesemann. „Wir beobachten, wie Smartphones und Tablets im Familienalltag konkret genutzt werden, welche Routinen sich in den Familien eingestellt haben.“ Regelmäßig ist das Forscher-Team dazu in Familien zu Gast, manchmal über mehrere Tage. Die Familien leben über ganz Deutschland verteilt, eine in der Schweiz. Bewusst wurden für das Projekt Eltern und Kinder mit unterschiedlichen sozialen Hintergründen ausgewählt, manche leben in Großstädten, andere auf dem Dorf. Bei ihren Besuchen haben die Wissenschaftler fast immer auch eine Kamera dabei. Das Ziel: an ganz realen Szenen aus dem Familienalltag zu forschen. Ethnografische Forschung nennt sich diese Methode. Das Projekt profitiert dabei von den langjährigen Erfahrungen der Kameraethnografin Dr. Bina Mohr.

Ein besonderes Interesse liegt auf der Entwicklung von Lernprozessen bei den Kindern, erklärt Wiesemann: „Wir möchten herausfinden, wie Smartphones diese Prozesse beeinflussen. Inwiefern lernen Kinder heute anders?“ Beispiels-

Selfie mit Baby

Forscher der Universität Siegen untersuchen, wie sich Smartphones auf die Entwicklung von Kindern auswirken

Von Tanja Hoffmann



Smartphones gehören heute ganz selbstverständlich zum Familienalltag. Foto: Bina Mohr

weise habe sich das Verständnis von „Anwesenheit“ und „Abwesenheit“ durch den alltäglichen Gebrauch von Smartphones und Tablets grundlegend verändert. „Früher war eine Bezugsperson weg, wenn sie den Raum verlassen hat. Heute kann sie für das Kind weiterhin anwesend sein – zwar nicht körperlich, aber eben via Skype oder Videoanruf über das Smartphone.“

Auch das Verhältnis zwischen Erwachsenen und Kindern verändert sich durch den Einzug der Geräte in den Familienalltag, haben die Forscher beobachtet. „Kinder hantieren häufig mehr oder weniger selbstständig mit den Smartphones. Die Erwachsenen sind damit nicht mehr die alleinigen Bedienungs- und Wissensmonopolisten“, stellt Wiesemann fest. Veränderungen, die selbstverständlich auch die Eltern und

Großeltern wahrnehmen. Viele vergleichen den heutigen Familienalltag mit der Art und Weise, wie sie selber aufgewachsen sind. „Das verunsichert“, weiß Wiesemann. „Aber diese Verunsicherung löst jedes neue Medium aus. Die gab es auch bezüglich Radio, Fernsehen, Video und natürlich bei den PCs.“

Man berufe sich dann gern auf die Überforderungsthese, nach der kindliche Interaktion mit dem Bildschirm grundsätzlich gefährlich ist. Sie mache die Kleinen dick, aggressiv, hibbelig und schlafgestört, wie vor Kurzem sogar die Bundesregierung aufgrund einer Studie, die im Auftrag der Drogenbeauftragten entstand, warnte. Wiesemann möchte wegkommen von der Frage: „Was schadet es?“ Stattdessen müssten die Neuen Medien als soziales Phänomen und ihre Rolle innerhalb der Familien akzeptiert

werden. „Wir können diese Entwicklung nicht zurückdrehen, aber es ist wichtig zu erkennen, wie sich Kindern durch Smartphones die Welt eröffnet, damit wir als Eltern, Pädagogen und Gesellschaft darauf reagieren können.“

Die Siegener Wissenschaftler fordern in diesem Zusammenhang einen differenzierteren Blick. „Man muss sehen, in welchen sozialen Kontexten Smartphones oder Tablets in der Familie genutzt werden“, so Wiesemann. Die Beobachtungen zeigen: Sie werden zum Musik hören, Filme gucken und Spiele spielen, als Bilder- oder Malbuch, zum Telefonieren, Fotos machen und als Fotoalbum eingesetzt. Sie bieten die Möglichkeit, Großeltern oder Freunde am Familienleben teilhaben zu lassen, obwohl sie weit entfernt leben. „Wir stellen fest, dass das Smartphone in den Familien im-

mer mehr zu einem Haushaltsgegenstand wird. Für niemanden tabu, auch nicht für die Kleinsten.“

Neben den Momentaufnahmen aus dem Alltag behalten die Wissenschaftler auch die Langzeitfolgen im Blick. Wie gehen Kinder heute mit Privatheit und Öffentlichkeit um? Wie verändern sich Identitätskonzepte, wenn sie sich selbst auf dem Smartphone in Filmen und Bildern beim Aufwachsen beobachten?

Wiesemann: „Wir wollen erfahren, was das Smartphone mit den Biographien der Menschen macht.“ Für die Eltern-Generation, die nicht mit dem Smartphone aufgewachsen ist, sehe das ganz anders aus, als für heutige Kinder. Wiesemann meint: „Sie kennen es nicht anders. Ihr Leben ist dokumentiert von Anfang an. Sie werden es später einmal in Bildern erzählen können.“

„Kein Mensch wird als Süchtiger geboren“

Prof. Falk Kiefer stellt neue Ergebnisse der Suchtforschung im Rahmen des Internationalen Science Festivals vor

Von Ingrid Thoms-Hoffmann

Warum ist es so schwer, mit dem Rauchen aufzuhören? Wann wird der Griff zur Schlaftablette zur Gewohnheit und das Gläschen Wein zum Problem? Wie erkennt man, ob man selbst noch aus Gewohnheit zu einem Suchtmittel greift oder schon abhängig ist? Und was passiert da im Gehirn? Prof. Falk Kiefer, Lehrstuhlinhaber für Suchtforschung an der Universität Heidelberg, beschäftigt sich mit diesen Themen. Und kommt zu überraschenden Erkenntnissen. Im DAI stellt er im Rahmen des Science Festivals die neuesten Forschungsergebnisse vor.

> Herr Prof. Kiefer, Sie sagten einmal: „Sucht wird regelrecht erlernt – wie Klavierspielen.“ Was trainieren wir denn da in unseren Köpfen?

Letztendlich trainieren wir das Gehirn, dass die Situationen, die mit dem Suchtmittelkonsum einhergehen, attraktiver sind als andere. Die erste Zigarette schmeckt oft nicht, das erste Glas Bier ist bitter. Aber die Gelegenheiten, bei denen Menschen rauchen oder trinken, empfinden sie als angenehm. Alkohol, Tabak und Drogen beeinflussen unsere Wahrnehmung dahingehend, dass alles, was mit ihrem Konsum einhergeht, der Ort und die Menschen, mit denen man zusammen ist, der Fußballabend oder die Party, eine positive Markierung bekommen. Bei Facebook würde man sagen: Sie bekommen ein „like“. Dies führt im Alltag dazu, dass Menschen zunehmend in einer subjektiven Welt leben, in der die Situationen, in denen man rauchen oder trinken kann, bevorzugt wahrgenommen werden.

> Gibt es ein Grundmuster für die Sucht? Ja, auf Verhaltensebene eine zunehmende Präferenz, eine Vorliebe für Menschen, Orte, Gelegenheiten, mit und an denen man konsumieren kann. Auf neurobiologischer Ebene ist es die Ausschüttung des Botenstoffs Dopamin und die Stimulation des „Belohnungssystems“, was eine Voraussetzung dafür ist, dass Stoffe wie Nikotin, Alkohol, Heroin oder Kokain, oder in Einzelfällen auch Verhaltensweisen wie Glücksspiel, abhängig machen.

> Das heißt, der Spielsüchtige hat im Grunde das gleiche Problem wie der Alkoholiker oder der Raucher?

Im Prinzip ja. Auch beim Spielsüchtigen kann die Sucht die Wahrnehmung und das Denken beherrschen. Verhaltenssüchte sind aber in ihrer Entstehung komplizierter als Süchte, die durch ein pharmakologisch wirksames Suchtmittel wie Nikotin, Alkohol oder Kokain ausgelöst werden. Unser Gehirn ist unter normalen Bedingungen relativ gut davor gefeit, sich



Falk Kiefer. Foto: dpa

natürlichen Belohnungen wie sozialer Zuwendung, Essen, Sexualität oder Geldgewinnen ganz auszuliefern. Hier müssen Schutzmechanismen des Gehirns gestört sein oder überwunden werden. Entsprechend vorsichtig sollten wir mit dem Begriff Sucht umgehen. Sehr schnell wird von Arbeitssucht, Sportsucht, Kaufsucht, usw. gesprochen. Aber nicht jedes exzessive Verhalten bedeutet gleich Suchtverhalten. Es kann auch einfach andere Probleme oder Bedürfnisse kompensieren.

> Und kann man Süchte auch wieder „weglernen“?

Ja, das geht. Aber es ist ein langwieriger Prozess. Bedenken Sie, dass die Suchtmittel, nehmen wir mal Alkohol oder Nikotin, in den Alltag eingebaut sind, zum Feiern oder Entspannen einfach dazu gehören. Das heißt, es muss eine Ent-

kopplung von den Alltagsaktivitäten stattfinden. Betroffene Menschen müssen sich wieder mit anderen Dingen beschäftigen, die nicht mit dem Suchtmittel verwebt sind, wie z.B. selbst Sport treiben, Bücher lesen, sich einen neuen Freundeskreis aufbauen, der nicht über das gemeinsame Trinken oder Kiffen zusammengehalten wird. Sie müssen lernen, den Alltag bewusster zu gestalten, achtsam mit sich umgehen. Ich vergleiche das gerne mit einem Fahranfänger, der sehr bewusst und vorausschauend fahren muss, der sich nicht provozieren lassen darf, und lieber einmal zu oft seine Route checkt, als von seinem Weg abzugeren.

> Früher hieß es immer, Sucht sei eine Charakterschwäche. Ist da was dran?

Nein, da ist überhaupt nichts dran. Das ist in wissenschaftlichen Untersuchungen längst widerlegt. Es gibt keine süchtige Persönlichkeit, kein Mensch wird als Süchtiger geboren. Allerdings gibt es gewisse Schutzfaktoren. Der beste hiervon ist die schlechte Verträglichkeit. Wem von Alkohol eher schwindlig oder übel wird als anderen, hat natürlich ein geringeres Risiko, Vieltrinker zu werden. Auch Menschen, die eher vorsichtig, weniger risikobereit und impulsiv sind, haben wohl ein geringeres Risiko, drogenabhängig zu werden.

> Kennt Sucht soziale Schranken?

Nein. Suchtmittelkonsum ist in allen gesellschaftlichen Schichten verbreitet. Entsprechend lernen Kinder innerhalb aller Milieus von ihren Eltern und ihren Freunden einen vermeintlich normalen Umgang mit Alkohol, Tabak oder Drogen. Wenn es in Familien zum Alltag gehört, dass getrunken und geraucht wird, führt dies oft sogar dazu, dass Betroffene keine Ahnung davon haben, dass sie eine Sucht entwickelt haben. Das merken sie erst, wenn sie aus irgendwelchen Gründen ihr Verhalten ändern wollen oder müssen.

> Welche Rolle spielt dabei die gesellschaftliche Anerkennung eines Suchtmittels?

Die spielt natürlich eine wesentliche Rolle. Je höher die Verfügbarkeit eines Suchtmittels in der Gesellschaft ist, um

so mehr Menschen konsumieren es und um so mehr Menschen werden am Ende abhängig. Nehmen Sie den Alkohol. Der ist bei uns leicht zu haben, immer verfügbar. Jeder Jugendliche wird mit diesem Suchtmittel konfrontiert. Dies führt dazu, dass über zehn Millionen Menschen in Deutschland einen gesundheitsschädigenden Alkoholkonsum betreiben und fast zwei Millionen Menschen darüber hinaus alkoholabhängig sind. Bei Männern sind laut Sucht- und Drogenbericht der Bundesregierung die psychischen und Verhaltensstörungen durch Alkohol inzwischen die häufigste stationäre Aufnahmeindikation in Krankenhäusern. Gleichzeitig ist der öffentliche Alkoholverbrauch kaum zu entgehen.

> Gibt es denn ein Alter, ab dem wir immun sind gegenüber der Gefahr von Süchten?

Nein, leider nicht. Wir wissen aber, dass Jugendliche und Jungerwachsene zwischen etwa 13 und 21 Jahren besonders gefährdet sind. In diesem Alter schließt die Hirnreifung ab und das Belohnungssystem justiert sich neu, langfristige Bindungen entstehen, zu Freunden, Musik, stabiler Vorlieben bilden sich heraus. In dieser Phase wirken Suchtmittel besonders prägend. Entsprechend lässt sich hier durch Prävention viel erreichen. In der Folge des Nichtraucherschutzgesetzes, mit dem das Rauchen zu jeder Zeit an jedem Ort in eine Abseitsposition geführt wurde, ist die Zahl der jugendlichen Raucher rapide gesunken. Heute rauchen von den 13- bis 19-Jährigen nur noch halb so viele wie noch um die Jahrtausendwende. Das ist ein unglaublicher Erfolg, der sich über viele Jahrzehnte bemerkbar machen wird.

Info: Prof. Falk Kiefer, Direktor der Klinik für Abhängiges Verhalten und Suchtmedizin am Zentralinstitut für Seelische Gesundheit Mannheim, Lehrstuhl für Suchtforschung der Universität Heidelberg, spricht am Sonntag, 15. Oktober im Heidelberger DAI, Sofienstraße 12. Der Vortrag des mehrfach international ausgezeichneten Facharztes für Psychiatrie und Psychotherapie beginnt um 17 Uhr. Der Eintritt ist frei.

Zucker geht gar nicht

Getränkekonzerne stellen Forschern Geld zur Verfügung

sal. Zucker ist völlig out – zu ungesund ist er und ein Dickmacher obendrein. Deshalb lassen immer mehr Menschen das Glas mit zuckerhaltiger Cola oder Limonade stehen und trinken lieber kalorienarme Getränke. Das tut den Getränkekonzernen ziemlich weh, und Marktgigant Coca Cola hat sich daher etwas einfallen lassen: In einem öffentlich ausgeschriebenem Wettbewerb lobt der Kon-



zern insgesamt eine Million US-Dollar, umgerechnet 830 000 Euro, Preisgeld aus für die Entwicklung eines neuen kalorienarmen beziehungsweise -freien Zuckerersatzes.

Auf der Homepage HeroX können Wissenschaftler noch bis zum 18. Januar 2018 ihre Ideen in der sogenannten Sweetener Challenge einreichen. Bis 2020 will der Getränkeriese den Zuckergehalt in seinem gesamten Getränkesortiment um zehn Prozent reduzieren, so die Ansage. „Wir sind immer auf der Suche nach neuen, besseren Zutaten für unsere Getränke und wir wissen genau, dass gute Ideen von überall kommen können“, unterstrich Coca-Cola-Manager Robert Long.

Nun ist es nicht so, dass Coca Cola nicht schon vor Jahren auf das Gesundheitsbewusstsein seiner Kunden reagiert hätte. Das Unternehmen hat mit einer Light-Version, einer Zero Sugar-Version und einer Stevia-haltigen Edition bereits drei kalorienreduzierte Produkte auf dem Markt. Voraussetzung für den neuen Stoff ist also: Er darf nicht von der Stevia-Pflanze oder der Mönchsfucht abstammen. Foto: pixabay