UNIVERSITÄT LEIPZIG

Medizinische Fakultät

Mediengebrauch bei unseren LIFE Child-Kindern: Was wir schon erforscht haben

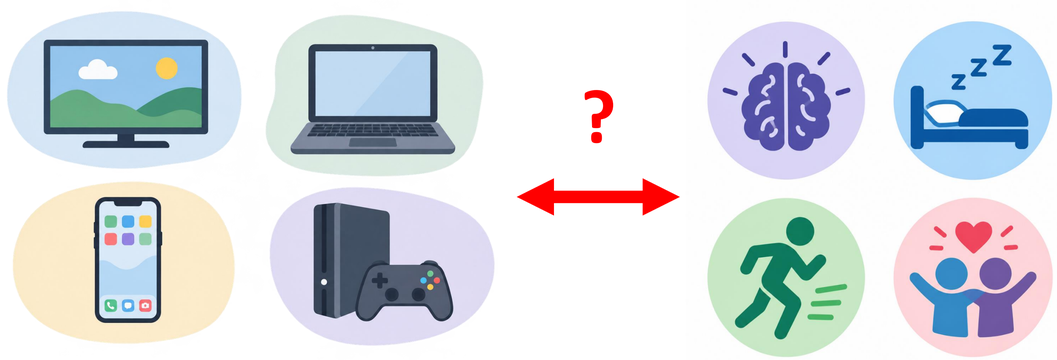
Tanja Poulain und das LIFE Child-Team

Universität Leipzig, Medizinische Fakultät, Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendmedizin, Pädiatrisches Forschungszentrum (CPL), LIFE Child, Philipp-Rosenthal-Straße 27, 04103 Leipzig, Deutschland

Deutsches Zentrum für Kinder- und Jugendgesundheit (DZKJ), Standort Leipzig/Dresden, Leipzig, Deutschland

Was haben wir erforscht?

Wie lange beschäftigen sich Kinder unterschiedlichen Alters mit verschiedenen Medienaktivitäten und wie hängt die Nutzung mit Gesundheit, Wohlbefinden und kognitiven Fähigkeiten zusammen?

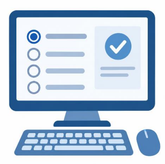


Wie haben wir geforscht?

Fragebögen (z.B. zu Mediennutzung, Schlaf, Wohlbefinden)



Tests (z.B. Entwicklungstest, Aufmerksamkeitstest)



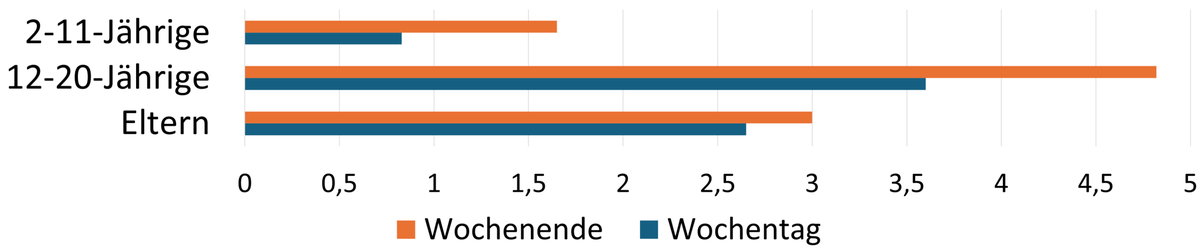
Körperliche Untersuchungen (z.B. Körpervermessung)



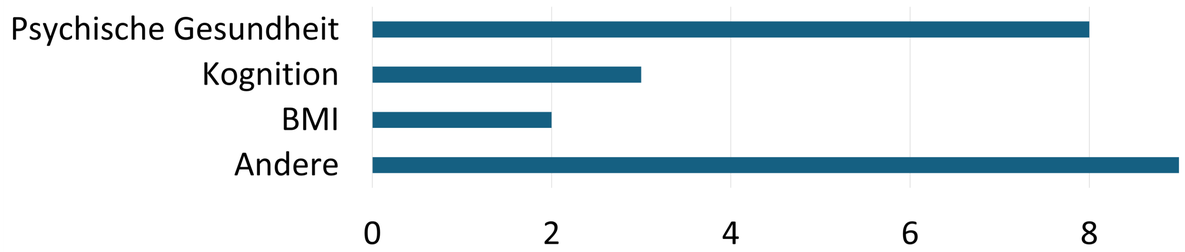
Unsere seit 2011 bestehenden Medien-Fragebögen wurden insgesamt **9900** mal von Kindern ausgefüllt. Eltern berichteten schon **10.500** mal über ihren eigenen Mediengebrauch und **18.200** mal über den ihrer Kinder.

Was haben wir herausgefunden?

So sahen 2025 die durchschnittlichen Bildschirmzeiten in unseren LIFE Child-Familien aus (in Stunden/Tag):



So viele Artikel konnte LIFE Child schon zu unterschiedlichen Themen im Bereich Mediengebrauch veröffentlichen (insgesamt 22):



Unsere wichtigsten Ergebnisse:

Die Bildschirmzeit von Kindern ist höher, wenn sie in einem bildungsferneren Umfeld aufwachsen und auch ihre Eltern eine hohe Bildschirmzeit zeigen.

Gesundheitliche Auffälligkeiten und Mediengebrauch bedingen sich gegenseitig.

Eine längere Bildschirmzeit, vor allem auf mobilen Endgeräten wie Smartphones, hängt zusammen mit:

- mehr Schlafauffälligkeiten
- geringerer Lebensqualität
- mehr Verhaltensauffälligkeiten
- mehr körperlichen Beschwerden
- geringerer Sprachfähigkeit
- geringerer Aufmerksamkeitsleistung
- einem höheren BMI

