

Herbert Renz-Polster

Die Not der Kinder – nimmt die Pandemie die Zukunft vorweg?



SHVETS production

Das Narrativ ist eindeutig. Den Kindern geht es schlecht. Und schuld daran ist - die Pandemie. Auch wenn da natürlich etwas dran ist: Es ist viel komplizierter. Wieder einmal.

Der Blick zurück

Ich will dazu eine Arbeit [1] vorstellen, die das wie in einem Brennglas zeigt. Nein, auch diese Arbeit ist nicht die definitive Weisheit, und sie hat Stärken und Schwächen. Zudem kommt sie von zwei WissenschaftlerInnen, die zwar zu den profiliertesten forschenden PsychologInnen unserer Zeit gehören – aber auch schon durch ziemlich pauschale Urteile aufgefallen sind (etwa Jean Twenges Kritik an der angeblich super-narzisstischen “Generation Ich”).

Trotzdem regt diese Arbeit zum Nachdenken an. Jean Twenge und Jonathan Haidt beschreiben anhand von länderübergreifenden Datensätzen, wie es den Kinder und Jugendlichen geht (wer eine englische Zusammenfassung lesen will, kann es in einem Essay in den New York Times [2] tun).

Was ich an der Arbeit besonders interessant finde: Sie betrachtet nicht die Pandemie-Jahre. Sondern die Jahre vor der Pandemie, seit der Jahrtausendwende. Und lässt vermuten, dass manche schwer wiegende Probleme unserer Kinder schon ein ganzes Stück vor der Pandemie begonnen haben.

Schon vor der Pandemie: eine Pandemie der seelischen Störungen

Das Autorenpaar beginnt mit einem Blick auf die USA. Hier werten sie einen großen Datensatz zum Befinden und

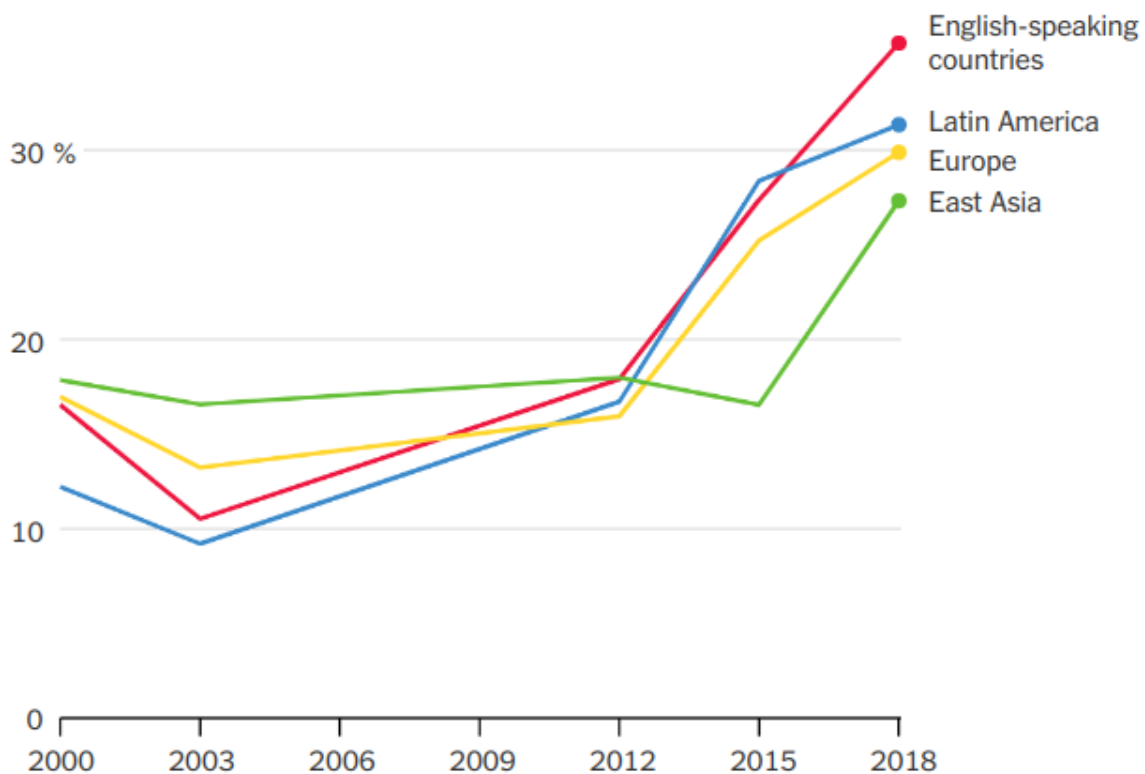
der seelischen Gesundheit der Jugendlichen und jungen Erwachsenen aus , der alle paar Jahre erhoben wird. Kurz zusammengefasst: Ab dem Jahr 2012 stiegen die Raten an Depression, Einsamkeit, Selbstverletzung und Selbsttötung unter Teenagern steil an. Bis zum Jahr 2019 – also noch vor dem Beginn der Pandemie – hatte sich die Rate an Depressionen unter Teenagern fast verdoppelt.

Nun könnte man sagen: ein US-amerikanisches Problem. Twenge und Haidt diskutieren das, sehen aber Hinweise, dass die Entwicklung die gesamte industrialisierte Welt betreffen dürfte.

Sie beziehen sich bei dieser Vermutung ausgerechnet auf die PISA-Studien, die alle drei Jahre seit der Jahrtausendwende auch Daten zur seelischen Verfassung der Schüler abfragen, wenn auch indirekt, und zwar über 6 Fragen zu “Einsamkeit” in der Schule. Nun ist Einsamkeit nicht das gleiche wie Depression, aber ein Zusammenhang dürfte bestehen, auch ist soziale Vereinsamung in sich ein entwicklungsrelevanter Faktor. Und das war das Ergebnis:

Lonely at School

The share of students reporting high levels of loneliness at school has increased sharply since the early 2010s.



By The New York Times | Note: English-speaking countries include Australia, Canada, Ireland, New Zealand, United Kingdom, United States. Source: “Worldwide increases in adolescent loneliness” by Jean M. Twenge, Jonathan Haidt, et al.

Grafik aus Jonathan Haidt und Jean M. Twenge (2021)

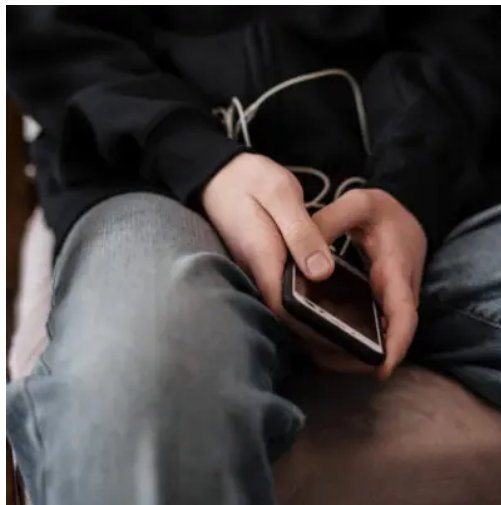
Auch im PISA-Datensatz zeigt sich also zwischen den Jahren 2012 und 2018 insgesamt eine Verdopplung der Zahl der betroffenen Jugendlichen. Und zwar in 36 der 37 teilnehmenden Länder.

Ein auffälliger Knick

Auch auffällig: Die Rate an Einsamkeit unter Teenagern war zwischen der Jahrtausendwende und 2012 relativ konstant – im Schnitt waren etwas unter 18% der Jugendlichen betroffen. Ein dramatischer Anstieg war dann auch hier ab 2012 zu verzeichnen. Und auch hier *verdoppelte* sich die Zahl der Betroffenen – sowohl in den englischsprachigen als auch den anderen Ländern.

Über ein Drittel der befragten Jugendlichen fühlte sich dort im Jahr 2018 einsam. Ein Jahr VOR Beginn der Pandemie.

Beide der analysierten Datensätze haben eines gemeinsam. Unter allen untersuchten Einflüssen –sozioökonomischen Indikatoren, Änderung der Familiengröße und Einkommensungleichheit – ließen sich die Änderungen nur mit *einem* Megatrend korrelieren: der Intensität der Nutzung von Internet und sozialen Medien.



cottonbro studio

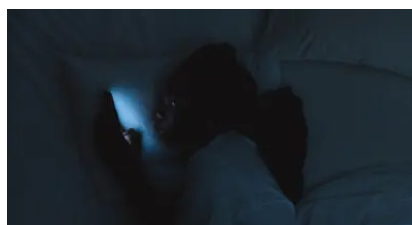
Nun bin ich nicht einer von denen, die pauschal annehmen, dass Handys dumm, dick und debil machen. Und ich weiß auch, wie schwer es ist, in dieser Frage eindeutig ursächliche Zusammenhänge herauszuarbeiten. Und vielleicht verbirgt sich hinter der Mediennutzung noch ein weiterer, bisher nicht gemessener oder berücksichtigter Einfluss? Wir werden auf diese spannende Frage gleich zurückkommen.

Methodisches Harakiri

Tatsächlich spielt sich rund um die Frage der “Schädlichkeit” intensiver Mediennutzung durch Teenager ein epischer Streit ab. Für die einen Wissenschaftler ist regelmäßig Kartoffeln zu essen genauso einflussreich auf das Wohlbefinden von Teenagern als ihr Mediengebrauch, kein Witz!

“The association of well-being with regularly eating potatoes was nearly as negative as the association with technology use, and wearing glasses was more negatively associated with well-being.”

Also: Wohlbefinden und regelmäßigem Kartoffelkonsum waren fast so negativ korreliert wie Wohlbefinden und Technologiegebrauch. Brillentragen hatte sogar eine negativere Korrelation mit dem Wohlbefinden. Das sagen Amy Orben and Andrew Przybylski in ihrer 2019 veröffentlichten Auswertung von an 355.000 Teenagern erhobenen Daten . [3]





SHVETS production

Rede und Gegenrede

Diese Aussage veranlasste andere Wissenschaftler (hier mit dabei wieder Jean Twenge und Jonathan Haidt, sowie Thomas Joiner and William Keith Campbell) sich denselben Datenbestand ebenfalls anzuschauen und mit den eigenen – natürlich für angemessener und “sauberer” empfundenen – Methoden zu analysieren. Und siehe da – das Ergebnis war ein völlig anderes. Und es wurde in der Replik auf Orben und Przybylski’s Studie in ebenso plakative Worte gepackt: Der Einfluss der sozialen Medien auf das Wohlbefinden sei zumindest bei den Mädchen durchaus mit Heroingebrauch vergleichbar [4].

“One could just as easily conclude that social media use is more important for well-being than hard drug use, exercise and obesity... For girls, social media use is far more important than exercise, or even than heroin use.”

Zu deutsch also: „Man könnte ebenso leicht schlussfolgern, dass der Konsum sozialer Medien einen wichtigeren Einfluss auf das Wohlbefinden hat als der Gebrauch harter Drogen, Sport und Übergewicht... Tatsächlich hat der Konsum sozialer Medien zumindest für die Mädchen einen stärkeren Einfluss auf das Wohlbefinden als Sport, ja sogar als Heroinkonsum.“

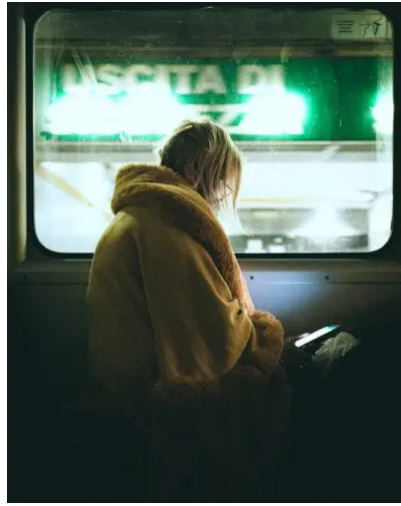


cottonbro studio

Was nun?

Wie gesagt: Beide Aussagen beziehen sich auf Analysen *desselben Datenbestands*. Wer „Studien“ als das ansieht, was sie sind, liegt also richtig – nämlich „skizzenhafte Vorarbeiten zu einem größeren Werk“ (so die Erklärung von Oxford Languages). Niemand würde mit seinem Auto über eine Brücke fahren wollen, die der Architekt als „Studie“ ausweist – wir sollten wissenschaftlichen Studien mit ähnlicher Vorsicht begegnen.

Aber zurück zum Thema. Das methodische Problem, das sich hier zeigt, ist tatsächlich gravierend und sorgt regelmäßig für widersprüchliche Ergebnisse in komplexen “real life” Fragestellungen, in denen Ursache und Wirkung oft nicht klar getrennt werden kann: Verbringen junge Erwachsene deshalb viel Zeit im Internet, *weil sie einsam sind*? Oder sind sie einsam, *weil sie dort viel unterwegs sind*? Um etwaige Zusammenhänge zu erkennen, werden zudem viele verschiedene Einflüsse auf das Wohlbefinden mathematisch verrechnet. Von vielen Einflüssen ist aber nicht einmal bekannt, auf welche Weise sie denn ihre Wirkung entfalten, und ob sie vielleicht nur *Marker für andere Einflüsse* sind. Einflüsse, die vielleicht in der jeweiligen Studie gar nicht untersucht wurden. Davon gleich mehr, denn einen spannenden Kandidaten gäbe es da schon ...



Luca Morvillo

Immerhin haben sich Wissenschaftler zuletzt neu mit dem Henne-Ei-Problem der Medien befasst, und zwar mit der naheliegenden Frage: Wenn wir nicht wissen, ob starker Mediengebrauch für Angststörungen und Depressionen verantwortlich sein kann – wollen wir nicht einfach mal schauen, was passiert, wenn Menschen mit Angststörungen und Depressionen ihren Mediengebrauch einschränken? Und so bildeten sich zwei Gruppen von 17 bis 25-Jährigen (70% von ihnen zwischen 17 und 19 Jahren alt). Die einen sollten weiterhin medial unterwegs sein wie vorher, die anderen ihren Mediengebrauch um eine Stunde kürzen. Nach 3 Wochen wurden sie über ihre Zufriedenheit mit ihrem Aussehen und Gewicht befragt. Und siehe da: Die Gruppe der jungen Menschen mit reduzierter Medienzeit war sowohl mit ihrem Aussehen als auch ihrem Gewicht zufriedener. Die Effekte wurden als leicht bis moderat beschrieben, für eine 3-wöchige Intervention gar nicht so schlecht.

Auch Logik hilft weiter

Man darf in komplexen Fragen aber auch durchaus seinen gesunden Menschenverstand einsetzen. Versuchen wir es mal mit Blick auf den Medienkonsum: Die **Dosis** dürfte eine Rolle spielen (“wer zu lange in der Badewanne sitzt, dem welt sich die Haut”, wie Tanja Dückers es einmal gesagt hat). Die **Inhalte** dürften eine Rolle spielen (schließlich kleiden die Nutzer damit ja auch zumindest teilweise die Innenwände ihrer Persönlichkeit aus). Und natürlich: **Was sonst noch im Leben läuft**, dürfte ebenfalls wichtig sein – vielleicht sogar entscheidend. Womit wir allerdings auch gleich wieder bei der Dosis wären – nimmt der Medienkonsum den ganzen Tag ein, läuft ansonsten nämlich: schlichtweg *nichts*.



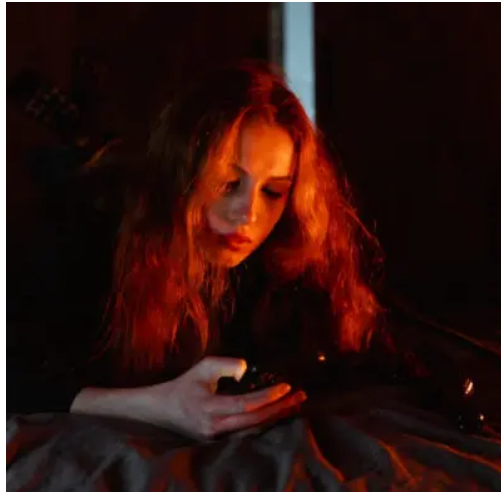
Ron Lach

Ich glaube deshalb auch nicht an das gerade in bindungsorientierten Familien manchmal zu hörende Narrativ: So lange das mit der Bindung gut läuft, sei auch in Sachen Medienkonsum alles in Ordnung. Dabei wird dann gerne auf das verwiesen, was aus der Forschung über die psychischen und sozialen Effekte der Mediennutzung bekannt ist. Nämlich, dass viele der Effekte der Mediennutzung tatsächlich von vorbestehenden Einflüssen abhängen. Zum

Beispiel von widrigen Kindheitserfahrungen, einem schwachen Beziehungsnetz und einem hohen Stresspegel in der Familie [5].¹

Ein Blick auf die kindliche Entwicklung hilft weiter

Natürlich ist das alles richtig, die Folgerung daraus allerdings ist es nicht – nämlich, dass sicher gebundene Kinder grundsätzlich vor den negativen Auswirkungen der sozialen Medien geschützt seien. Diesen wunderbar in Lebenswärme eingehüllten Kindern könne die Welt der sozialen Medien nichts anhaben, denn sie hätten ja eine gute Begleitung und damit Schutz. Das ist für mich Unsinn.

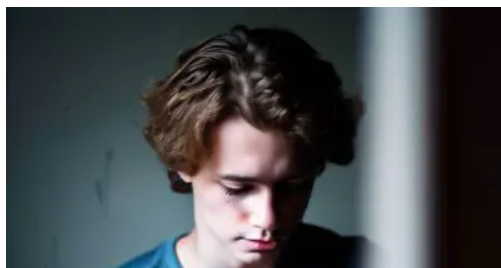


MART PRODUCTION

Schon deshalb – auch wenn ich mich hier wiederhole – weil der Tag nun einmal 24 Stunden hat, und intensive Mediennutzung eben auch in Konkurrenz mit anderen Erfahrungen und Entwicklungsgelegenheiten steht. Ein Blick auf die vielen Domänen der kindlichen Entwicklung macht das plausibel. Wie bauen Kinder etwa exekutive Kontrolle auf, ihren “Biss” und Durchhaltevermögen? Ganz bestimmt nicht, indem sie noch so hochwertige Serien schauen. ALLE Kinder brauchen einen Mix an Erfahrungen, ALLE haben auch einen Körper, der nach sinnlichen Erfahrungen giert und dem sie ein Leben lang zuhause sind – oder auch nicht. Und ALLE Kinder kleiden ihre Seele mit den Erfahrungen aus, die sie in der Welt machen – online oder offline. Und für manche Entwicklungsschritte, wie etwa den Aufbau sozialer Kompetenz, braucht es auch im 21. Jahrhundert reale, lebendige Menschen, offline. Echte Spielgefährten, echten Händel, echte Triumphe. Und auch wunderbar gebundene Kinder können in Entwicklungskrisen geraten, die sich durch den Rückzug in virtuelle Welten sicherlich nicht einfacher überwinden lassen. Kurz: ich glaube nicht an die These, nach der die gute Bindung ein Rundum-Sorglos-Paket darstellt.

Was steht hinter dem Trend zu Einsamkeit?

Und gerade deshalb will ich die These von Haidt und Twenge noch einmal genauer beleuchten. Für mich ist vor allem der Blick auf diesen sonderbaren Knick im Zeitverlauf der letzten Jahrzehnte interessant. Haidt und Twenge zeichnen in ihrer Diskussion nach, dass ab 2012 Smartphones nicht nur in praktisch allen Teenagerhänden waren, sondern dass sie dort auch immer intensiver genutzt wurden. Vor allem aber, dass sich ab 2012 die Erfahrungswelt im Internet und den sozialen Medien komplett verändert hat.





K.I. generiertes Bild (Dall-E)

Und zwar hin zu dem, was sie “engagement” nennen: Reingezogen-Werden, weil die Inhalte jetzt vor allem auf *Emotionen* abzielen und darauf zugespitzt werden. Mit Instagram etwa, 2012 gelauncht, wuchs auf einmal die Möglichkeit, dass sich Nutzer sozusagen von Tür zu Tür vergleichen – viel „echter“ und doch manipulierter als zuvor. “Compare and despair” war jetzt die unausgesprochene Botschaft – vergleiche Dich und verzweifle dabei. Like-Buttons, Flammen und sonstige Rückmeldungsbuttons in den sozialen Medien wurden nicht nur installiert um Nutzerdaten abzusaugen, sondern auch um die Nutzer zu *fesseln*. Und zwar **dich persönlich**. Kurz: die Online-Welt wurde auf einen Schlag idealer, bunter, schöner, und erfolgreicher (übrigens auch die Welt der Familien – auch die Vergleiche in diesem Universum sind heute persönlicher, ästhetischer und triumphaler).

Ein Rennen, das Kinder nicht gewinnen können

Mit dieser Polung auf „engagement“ wurde ein Rennen entfacht, das viele nur verlieren können (darunter übrigens deutlich mehr Mädchen als Jungs, was mich auch deshalb nicht überrascht, weil Mädchen insgesamt in der Pubertät einen größeren Selbstwert-Knick haben als Jungs).



Julia M Cameron

Haidt und Twenge fassen es so zusammen:

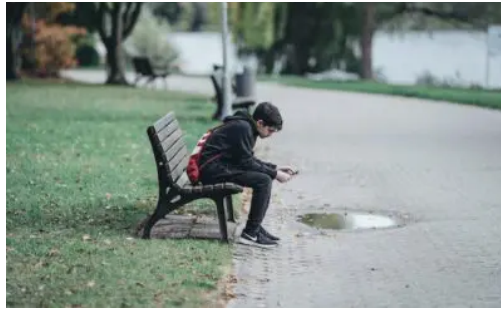
„By 2012 (...), the major platforms had created an outrage machine that made life online far uglier, faster, more polarized and more likely to incite performative shaming.“

Also: Bis zum Jahr 2012 haben die großen Internetplattformen eine Empörungsmaschine geschaffen, die das Online-Leben hässlicher, schneller und polarisierter gemacht hat und die Gefahr vergrößert hat, dass man für das eigene Tun und Lassen beschämt wird.

Ist die Erklärung plausibel?

Hier will ich kurz auf die Perspektive der Kinder eingehen, denn ich habe mich mit ihrem “sozialen Dilemma” oft beschäftigt (etwa in “Kinder verstehen”). Die Kinder entwickeln sich in einem Spannungsfeld von Individuation (sich selber werden) und Sozialisation (Teil der Gruppe werden). Und das hat es in sich, und wie. Kinder wollen, nein MÜSSEN, einerseits dazugehören, andererseits aber auch durch ihre jeweils besondere Eigenartigkeit herausragen. Sie müssen sich der Gruppe anpassen, aber auch durch eine eigene Rolle in der Gruppe “glänzen“. So leben sie im beständigen Spagat zwischen Gleichheit und Besonderheit. Und wer mit Teenagern lebt (gerade in der Anfangszeit der Pubertät), der weiss, wie schwierig diese Selbstfindung in diesem Entwicklungsabschnitt ist.





Omar Ramadan

Diese Aushandlung zwischen dem “Eigenen” und dem “Fremden”, der Individualität und der Gruppe ist im echten Leben schon ein echter Spagat. Er läuft über den eigenen Beitrag zum gemeinsamen Spass, über den “Ruf”, den man sich angesammelt hat, über gelungene Kooperation, über Konflikte und wie sie gelöst werden, über die persönlichen Ressourcen, die man einbringt, von Spielideen bis Streit schlichten können, oder Passwörter knacken können. Ein unglaublich vielfältiger Prozess, der auf Hunderttausenden von Interaktionen und Lernschritten beruht. Wie gesagt: Schon im echten Leben schwierig, zumal für Kinder, die wenig beflügelt zur Sache gehen müssen.

In einer immer konsequenter auf Vergleich und Bewertung getrimmten Kunstwelt müssen viele Kinder an diesem sozialen Dilemma verzweifeln. Sie geraten in einen Wettlauf um Anerkennung für das eigene Selbst, den sie kaum gewinnen können.

Und ja, das macht manche Kinder einsam.

Auch die Peergroup insgesamt verändert sich

Da ist aber noch ein zweiter Prozess, auf den Haidt und Twenge hinweisen. Dadurch, dass die immer intensivere Nutzung des virtuellen Sozialraums *die ganze Gruppe der Altersgenossen gleichermaßen* betrifft, verändert sich nicht nur die emotionale Welt des Einzelnen. Es ändert sich auch die Gruppe, in die jeder einzelne hineinwachsen muss. Was, wenn sich diese Gruppe auflöst in Menschen, die auch jeder für sich alleine “sozial” sein können? Wo bleiben dann irgendwann die echten sozialen Interaktionen, die wir alle brauchen um uns in unserer menschlichen Gemeinschaft wohl zu fühlen, eben weil wir in Abertausenden von Schritten gelernt haben, kompetent darin zu kommunizieren und zu agieren?

Klingt alarmistisch? Vielleicht. Ich will das, was ich hier schreibe aber eher in einem motivierenden Sinn verstanden wissen. In einem Sinn, der Verständnis fördert und den Blick auch über den Zeitrahmen der Pandemie hinaus lenkt: Ja, die Pandemie hat viele Probleme geschaffen. Nur: Die Kindheiten haben sich auch schon vorher verändert.

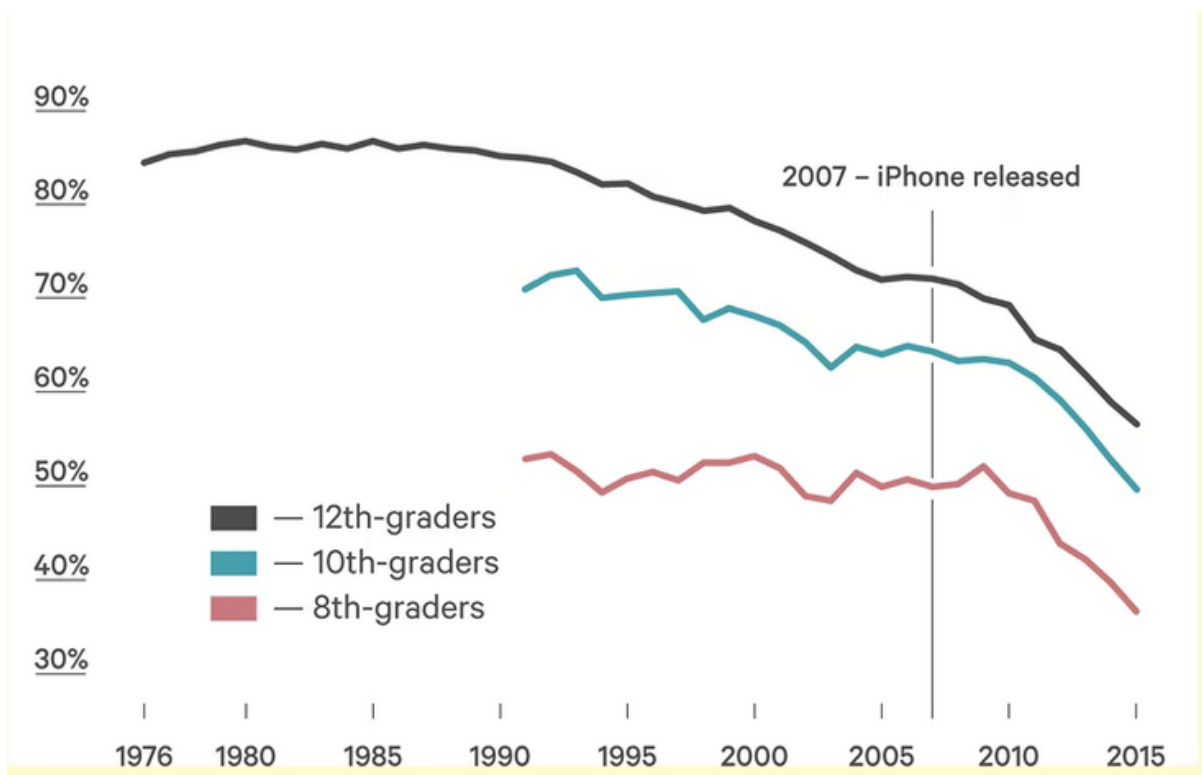
Ein noch größerer Zusammenhang?

Deshalb zum Schluss noch einmal ein paar Grafiken, die das vielleicht unterstreichen – sie stammen aus einer älteren Analyse aus den USA, die Jean Twenge in der Zeitschrift *The Atlantic* veröffentlicht [6] hat. Wieder: auch hier kann nicht jeder Zusammenhang gleich als “Beweis” für eine bestimmte Ursache genommen werden. Die Grafiken zeigen aber immerhin, wie stark sich das Sozialverhalten unter Teenagern schon in den Jahren vor der Pandemie verändert hat.

Nehmen wir diese Frage: Welcher Anteil der Teenager haben jemals ein (real life) Date? Dieser Anteil ist seit den 1990er Jahren gesunken, zuletzt drastisch (zumindest in den USA).

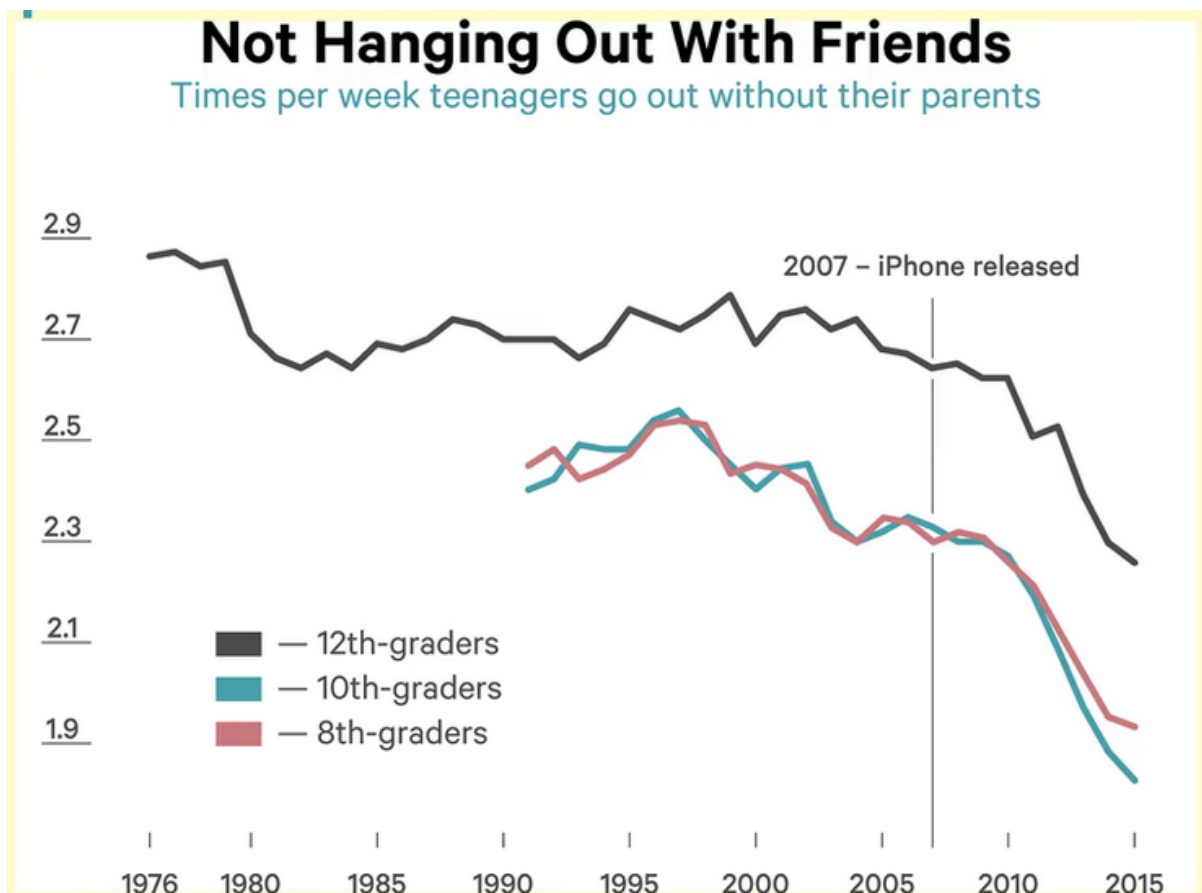
Less Dating ...

Percentage of teenagers who ever go out on dates



Grafik aus Jean M. Twenge (2017)

Oder diese Frage: Wie oft pro Woche treffen sich Teenager untereinander (im echten Leben)? Auch hier: ein deutlicher Knick schon lange vor der Pandemie.

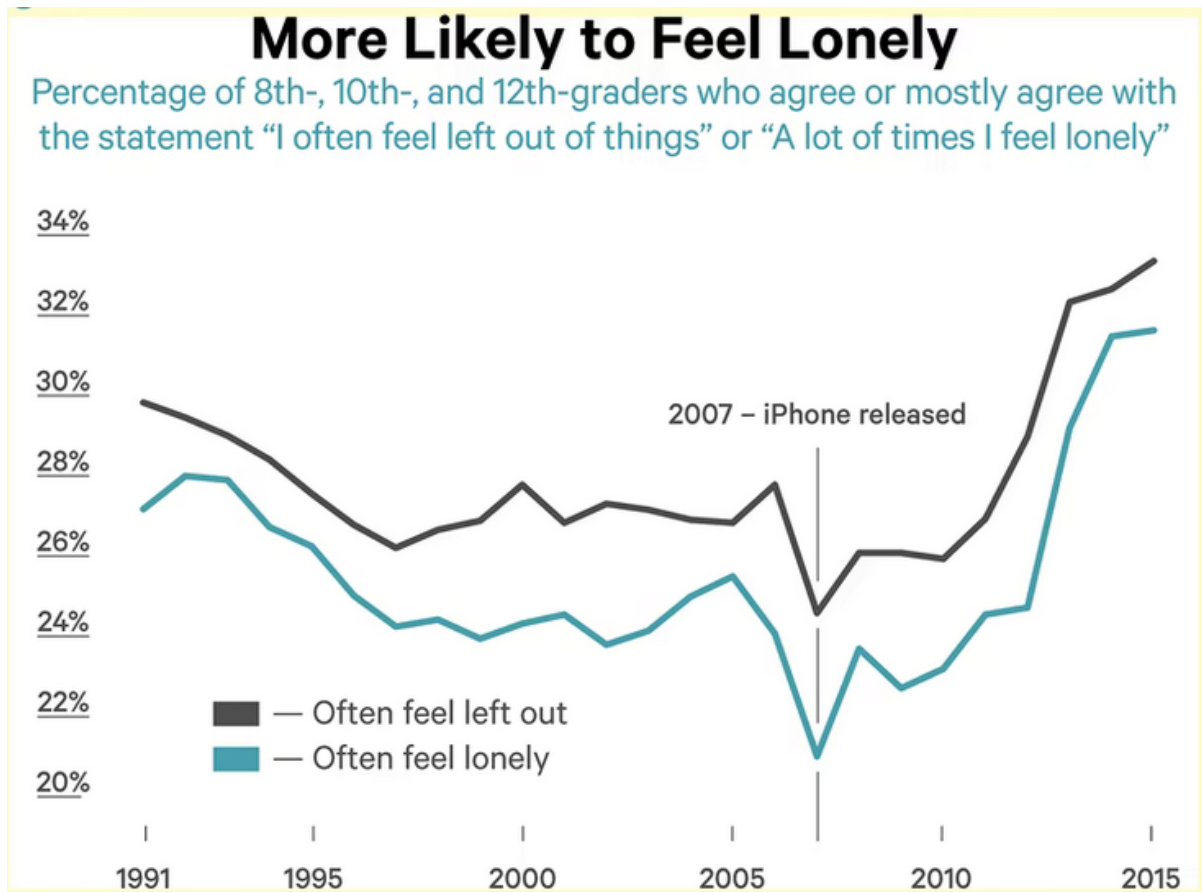


Grafik aus Jean M. Twenge (2017)

Nun könnte man sagen: das heißt noch lange nicht, dass die Jugendlichen sozial weniger unterwegs sind. Sie treffen sich jetzt eben häufiger Online.

Das Argument könnte stimmen. Aber es beruhigt mich nicht, ich habe die Gründe oben skizziert. Kinder brauchen ein reichhaltiges Miteinander im real life um ihr „Entwicklungshaus“ so zu bauen, dass es den Winden und Stürmen des Lebens standhalten kann. Ist einfach so.

Deshalb zur nächsten Grafik, die wieder den Befund vom Anfang dieses Beitrags aufgreift: Ein immer höherer Anteil der Jugendlichen fühlt sich in den letzten Jahren ausgeschlossen oder einsam (zumindest dieser Trend scheint auch direkt auf Europa übertragbar zu sein, siehe oben).



Grafik aus Jean M. Twenge (2017)

Könnte die Wurzelursache noch tiefer liegen?

Ich habe zuletzt in diesem Blog-Beitrag („Bedürfnisorientiert – haben wir da etwas vergessen?“) über die Grundlagenforschung zum Thema kindliches Spiel berichtet. Und zusammengetragen, wie unglaublich wichtig das selbst gestaltete Spiel für die kindliche Entwicklung ist – insbesondere für den Aufbau von Resilienz, Angstkontrolle und Selbstbewusstsein. Für mich gut zusammengefasst in dem Satz: das Gegenteil von Spiel heisst nicht Arbeit – sondern Depression. Und aus diesem Zusammenhang die Frage ableiten, ob die beobachteten Trends hin zu mehr Einsamkeit und mehr Angst unter Kindern und Jugendlichen nicht vor allem Änderungen in den Kindheiten insgesamt darstellen. Ein Medienkonsum von durchschnittlich 6 bis 8 Stunden für die Jugendlichen in den USA (ja, da sind wir in Deutschland noch nicht, aber auch wir werden das schaffen, keine Sorge) bedeutet ja viel mehr als dass nur 6 bis 8 Stunden meist passiven Mediengebrauchs – es bedeutet auch 6 bis 8 Stunden fehlender Zeit für Mensch-zu-Mensch-Interaktionen, aktives, kreatives Spiel, körperliche Erfahrungen, Abenteuer und Selbsterfahrung. Kurz, es bedeutet: ein fehlendes Stück Kindheit.

Die Pandemie erklärt nicht alles – vielleicht nimmt sie sogar nur die Zukunft vorweg?

Ich sage das alles nicht als: „jetzt haben wir endlich das Problem unserer Kinder gefunden.“ Das wäre Quatsch (zumal wenn alles dafür spricht, dass das Problem unserer Kinder unser eigenes Problem ist). Aber ich sage es als

noch einen Punkt, den wir auf die Agenda setzen sollten: Wir sollten unsere Kinder dabei unterstützen, den Draht zur realen Welt wieder zu finden.



Charlotte May

Mir persönlich ist klar, dass wir dabei viel radikaler sein müssen. Und dass Familien das nicht alleine schaffen. Vieles muss da zusammenkommen, auch Schulen, die das echte Leben überhaupt einmal in ihr Programm nehmen. Auch unser Blick auf das was *normal* ist gehört dazu. Nein, es ist *nicht normal*, dass unsere Kinder ihre Kindheit damit verbringen sich lustige Filmchen anzuschauen. Und es ist auch nicht normal, dass wir Erwachsenen nicht gemeinsam versuchen, das Ökosystem der Medien kindgerechter zu machen.

Gibt es einen Grund, Kindern zu ermöglichen, Stunden ihres Tages damit zu verbringen auf TikTok einen Clip nach dem anderen durchzunudeln? Ich bekomme inzwischen von Eltern nach Vorträgen immer öfter tränenvolle Kommentare: ich habe mein Kind längst an TikTok verloren. Die Schule: wird sie nimmer schaffen, dabei ist sie so ein begabtes Kind. Ihr Pferd ist ihr inzwischen sogar egal. Wegen immer besserer Schminktippis.

Was ist eigentlich unser Problem? Die chinesische Muttergesellschaft von TikTok, Douyin, hat ein Zeitlimit von 40 Minuten, danach ist die App für Nutzer unter 14 Jahren nicht mehr zugänglich (und zwar: NICHT MEHR ZUGÄNGLICH. PUNKT), auch nachts schaltet die App für diese Nutzergruppe einfach ab.

Können wir aber hier bei uns nicht machen. Denn dann käme jemand auf die Idee, dass das auch für Instagram gelten sollte.

Und dann wäre Zucker-Mark bestimmt böse, weil seine Werbeeinnahmen abnehmen.

Was wird also passieren? Nichts. Wir schauen lieber zu, wie unsere Kinder sich an Schminktippis und luschdigen Ereignissen überfressen.

Es gibt ja sonst nichts zu tun auf dieser Welt.

Und wir Erwachsene? Wir haben mit der Pandemie sozusagen einen Blick in die Zukunft werfen dürfen, einen erschreckenden Blick.

Werden wir daraus lernen und nach der Pandemie umso aufmerksamer hinschauen – auf das Spieldefizit unserer Kinder, auf ihren immer exzessiveren Medienkonsum? Ihre immer geringere Zufriedenheit in den Schulen?

Schön wärs. Leider erfordert auch das Schöne im echten Leben viel Haltung, Schweiss und Überzeugung.

Quellen

1. Jean M. Twenge et al, Worldwide increases in adolescent loneliness (2021), Journal of Adolescence, Volume 93, Pages 257-269, <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.06.006>
2. Jonathan Haidt und Jean M. Twenge, This Is Our Chance to Pull Teenagers Out of the Smartphone Trap, The New York Times (2021), <https://www.nytimes.com/2021/07/31/opinion/smartphone-iphone-social-media-isolation.html>
3. Orben, A., Przybylski, A.K. The association between adolescent well-being and digital technology use. *Nat Hum Behav* **3**, 173–182 (2019). <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0506-1>
4. Twenge, J.M., Haidt, J., Joiner, T.E. *et al.* Underestimating digital media harm. *Nat Hum Behav* **4**, 346–348 (2020). <https://doi.org/10.1038/s41562-020-0839-4>
5. Dylan B. Jackson, Alexander Testa, Bryanna Fox Adverse Childhood Experiences and Digital Media Use Among U.S. Children, American Journal of Preventive Medicine, Volume 60, Issue 4, 2021, Pages 462-470, <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2020.09.018> .
6. Jean M. Twenge, Have Smartphones Destroyed a Generation?, The Atlantic (2017), <https://www.theatlantic.com/magazine/archive/2017/09/has-the-smartphone-destroyed-a-generation/534198/>

Anmerkungen

- Hier wird dann zum Beispiel darauf verwiesen, dass diese Kinder ja auch besser in der Lage seien, Medien konstruktiv auszuwählen und kreativ zu nutzen, also qualitativ hochwertigen Konsum zu betreiben und die Inhalte kritisch zu reflektieren. Tatsächlich dürfte es einen großen Unterschied machen, ob jemand einen
1. Youtube-Kanal aufbaut, um so mit anderen seine Faszination für die Mechanik der Flügelschläge von Schmetterlingen zu teilen oder ob jemand den ganzen Tag auf TikTok durch die witzigsten Clips des Universums scrollt.

Ein Teil dieses Beitrags ist aus meinem Buch „Wie Kinder heute wachsen. Natur als Entwicklungsraum - ein neuer Blick auf das kindliche Lernen, Denken und Fühlen“ welches ich zusammen mit Prof. Gerald Hüther geschrieben habe. Dort befasse ich mich auch mit den Folgen der Pandemie.

