

Herbert Renz-Polster

Smartphone-Nutzung macht Kinder glücklicher und gesünder



Derzeit macht eine Befragung zu Smartphone- und Social Media Benutzung von 11 bis 13-jährigen Kindern bzw. Jugendlichen die Runde. Ihr Ergebnis wird oft so zusammengefasst: Die Studie zeige, dass Smartphones gut für Kinder sind. Denn: den Kindern mit Smartphone gehe es insgesamt besser als denen ohne Smartphone.

Und so sehen die Meldungen dann aus:

Risiken aber auch positive Effekte für Kinder

Positive Studie zur Smartphone-Nutzung: Mehr Wohlbefinden für Kinder



Screenshot von iphone-ticker.de

Ich wundere mich, wie kritiklos diese Botschaft verbreitet wird.

Ich wundere mich deshalb, weil die zitierte Befragung diese Aussage gar nicht unterstützt.

Ein kurzer Blick auf [die Studie](#) : Ca 1500 Kinder von 11 bis 13 Jahren aus Florida/USA wurden per Fragebogen von einem Umfrageinstitut über ihre Mediennutzung und ihr Befinden befragt. Zudem machten deren Eltern Angaben zum sozialen Hintergrund der Kinder.

Verglichen wurden dann 2 Gruppen von Kindern: diejenigen, die ein Smartphone besitzen (fast 80 % der Kinder) und diejenigen, die keines besitzen.

Erstaunliche Ergebnisse

Hier die Ergebnisse, und ja, manche lesen sich vordergründig so, wie wenn es fast schon das Kindeswohl gefährde, wenn Kinder in diesem Alter KEIN Smartphone besitzen:

- ▶ Die befragten Kinder mit Smartphone haben mehr Sozialkontakte – sie treffen sich im echten Leben öfter mit Freunden!
- ▶ Die Kinder mit Smartphone sind auch psychisch gesünder. Während 26 % der Kinder ohne Smartphone von sich sagten, „das Leben ist oft sinnlos“, waren es bei den Smartphone-Besitzern nur 18 %

- ▶ Die Kinder mit Smartphone fühlen sich im Leben wohler als jene ohne Smartphone: 80 % der Smartphone-Besitzer sagten in der Umfrage, sie „fühlen sich gut“, bei den Kindern ohne Smartphone waren es nur 69 %
- ▶ Kids mit Smartphone haben sich laut dieser Umfrage auch besser im Griff, drehen seltener durch. „Ich werde sehr zornig und drehe oft durch“ – dem stimmten 34% der Nichtbesitzer zu, aber nur 23 % der Besitzer.
- ▶ Die Kids mit Smartphone berichten auch etwas seltener, dass sie deprimiert seien. Die Smartphone-Besitzer*innen sagten in 21 %, sie seien an den meisten Tagen des letzten Jahres deprimiert gewesen – bei den Kindern, die kein Smartphone besaßen waren es 26 %

Der Besitz eines Smartphones geht offenbar auf allen Ebenen mit einem besseren Befinden und Verhalten einher.

Aber es wird noch wunderbarer.

- ▶ Die Smartphonebesitzer*innen erleben laut dieser Umfrage WENIGER Online-Mobbing als die Kinder ohne Smartphone – und zwar deutlich weniger (um 50% weniger)!
- ▶ Und noch ein Wunder: Die Smartphonebesitzer*innen verbringen an den Wochentagen etwa viereinhalb Stunden am Smartphone, an den Wochenenden deutlich über sechs Stunden. Treiben die Smartphone-besitzenden Kinder nun deshalb vielleicht weniger Sport? Keinesfalls! Die Kids mit Smartphone treiben offenbar *genauso viel* Sport wie die Nichtbesitzer!
- ▶ Und es wird noch besser: Diejenigen Kinder, die *sehr viel* Social Media nutzen, treiben sogar *sehr viel häufiger* täglich Sport als diejenigen die Social Media seltener benutzen (50% vs. 31%). Machen die sozialen Medien den Kindern Beine?

Und dann geht es vollends ins Wunderland.

- ▶ Dass sich in dieser Studie manche Kinder darüber beklagen, *dass ihr Alltag durch Endgeräte beeinträchtigt sei*, das ist nachvollziehbar (ihr Konsum ist ja nicht ohne). Und tatsächlich führt etwa die Hälfte der befragten Kinder diese Klage. Seltsam nur, dass auch die Kinder, die gar kein Smartphone besitzen, *genau die gleiche Klage führen* – und zwar in *genau dem gleichen Maß!*
- ▶ Auch klagen beide Gruppen *gleichermaßen* darüber, dass sie wegen dieser Geräte Dinge nicht machen, die sie eigentlich machen sollten (etwa die Hälfte der Kinder und Jugendlichen klagen hierüber).

Hmmm.

Ein Blick unter die Motorhaube

Vielleicht ist es doch angebracht, die Studie einmal genauer anzuschauen.

1. Die Methodik : es handelt sich um eine einmalige Umfrage, also eine Querschnittsanalyse. Hierbei lassen sich Zusammenhänge (Assoziationen) erkennen. Ob diese *ursächlich* verbunden sind, lässt sich mit dieser Methodik nicht sagen.
2. Welche Gruppen von Kindern wurden nun in der Studie verglichen? Da wird es interessant. Verglichen wurde nicht etwa die *Medien-Nutzung der Kinder* (Nutzung bildschirmbasierter Medien, wie Smartphone, Tablet, Laptop, Playstation, TV etc). Verglichen wurde auch nicht die *Smartphone-Nutzung*. Verglichen wurde allein der Smartphone-**Besitz** (78% der Kinder besaßen eines, 22% besaßen keines).
3. Gleichzeitig ergab die Befragung aber eindeutig, dass der Nicht-Besitz eines Smartphones keineswegs bedeutet, dass im Alltag keine Smartphones verwendet werden – im Gegenteil: Insgesamt zwei Drittel der Nicht-Besitzer gibt in der

Umfrage an, dass sie *Smartphones* von „jemand anderem“ *benutzen oder mit jemandem „teilen“*. Zu den „Nicht-Besitzern“ eines Smartphones gehören auch die Kinder, die zwar kein Smartphone benutzen, aber dafür ein Tablet benutzen (das bekanntermaßen auch Internet kann). Verglichen wurden in dieser Studie also Kinder, die ein Handy besitzen, mit Kindern die keines besitzen, sehr oft aber ein solches benutzen – und die zudem vielleicht zwar kein Handy besitzen, dafür aber andere bildschirmbasierte Geräte mit Internetzugang. Hmmm.

4. Sehr wichtig für die Beurteilung auch das: **Es handelt sich bei dieser Veröffentlichung um keine wissenschaftliche Publikation.** Die Umfrage ist in keiner Fachzeitschrift erschienen, und wurde auch nicht von anderen Fachleuten beurteilt. Es handelt sich in Wirklichkeit um eine Zusammenfassung ausgewählter Umfrageergebnisse für die Presse bzw. die Öffentlichkeit generell. An solchen erweiterten Pressemeldungen ist nichts „falsch“ – man muss aber ihren Zweck kennen (dazu unten mehr)
5. **Viele Daten, die es zu einer Bewertung der Ergebnisse benötigen würde, sind in dieser Presseschau nicht enthalten, sie sind auch nicht zugänglich. Wer die Daten mit einem wissenschaftlichen Blick liest, vermisst gerade die Daten zu den grundlegenden Einflussgrößen.** So ist nicht ersichtlich, ob sich die Ergebnisse etwa für Jungs und für Mädchen unterschiedlich darstellen – in der Medienforschung eine wichtige Frage, die Botschaften manchmal schwierig macht, weil die Ergebnisse sich vielleicht unterscheiden. Genauso wenig wurden die Ergebnisse nach Alter der Kinder analysiert – die drei Jahrgänge wurden einfach in einen Topf geworfen, was die Interpretation weiter erschwert. Dasselbe bei der Nutzungsdauer – der Bericht enthält keinerlei Hinweise darauf, inwieweit die Ergebnisse (etwa mit dem Wohlbefinden der Kinder) mit der Nutzungsdauer des Smartphones korrelieren – dabei ist die Dosis-Antwort-Frage eine der entscheidenden Fragen, wenn es um die Frage einer möglichen Kausalität geht.
6. Apropos Wohlbefinden – hier stößt der methodenkritische Leser gleich auf den vielleicht schwerwiegendsten Bias¹: 31 % der Kinder aus Haushalten mit hohem Einkommen geben an, dass das Leben oft sinnlos sei (das muss man sich einmal vorstellen!). Bei den unteren Einkommensgruppen waren es dagegen nur 10 %. *Gleichzeitig* aber besaßen die Kinder aus den Haushalten mit hohem Einkommen deutlich *seltener* ein Handy als die Kinder der unteren Einkommensgruppen – *allein dadurch schon gibt es unter den Nicht-Besitzern eine große Gruppe von eher unglücklichen Kindern*. Im Grunde macht schon dieser Bias die Interpretation ohne weitere Adjustierung unmöglich (es sei denn, die betreffenden Kinder aus den höheren Einkommensgruppen betrachteten ihr Leben allesamt deshalb als sinnlos, weil sie mit 11 bis 13 Jahren noch kein Handy besitzen, was wahrscheinlich selbst den AutorInnen dieser Studies etwas weit hergeholt erscheinen dürfte).

Gehen wir aber noch einmal ins Wunderland.

Auffällig ist vor allem, dass die Ergebnisse bei den Smartphone-Besitzern *durchgängig* besser sind als bei den Nicht-Besitzern. Und das sogar dort, wo das Ergebnis eher wenig plausibel erscheint: Etwa, dass die Kinder ohne Smartphone *mehr Online-Bullying* erleben. Oder dass die Kinder ohne Handy sich im Alltag keinesfalls *mehr bewegen* als die Handynutzer -, sondern in etwa gleich viel. Oder, dass die Kinder ohne Handy sich durch digitale Geräte *genauso beeinträchtigt* fühlen wie diejenigen, die ein Smartphone besitzen.

Das stellt eine grundsätzliche Frage: Für welche Art von Leben steht in dieser Umfrage eigentlich der Nicht-Besitz eines Smartphones? Offenbar für ein Leben, in dem digitale Endgeräte nicht weniger eine Rolle spielen und in dem Cyber-bullying genauso Realität ist wie bei den Handy-BesitzerInnen. Unterscheidet sich die Gesamt***nutzung*** von onlinefähigen Endgeräten zwischen den Gruppen überhaupt? Das wird nicht angegeben, die genannten Assoziationen lassen es aber vermuten. Ja, die Nutzung digitaler Medien könnte in der Gruppe der Nicht-Besitzer von Handys sogar größer sein als in der der Smartphone-Besitzer*innen. So könnte es beispielsweise sein, dass sich unter den Kindern ohne Handy durchschnittlich mehr Kinder befinden, die eher Spielkonsolen nutzen oder vor dem TV abhängen – beides möglicherweise Marker für einen bestimmten (und nicht unbedingt günstigen) Lebensstil.

Äpfel und Birnen im Wunderland?

Damit zurück zum Grundproblem, es ist fast schon deprimierend. Die Studie wird oft so verbreitet (also mit der Annahme eines kausalen Zusammenhangs zwischen Handybesitz und Wohlbefinden):

Als Kind mit 11 bis 13 Jahren ein Handy zu besitzen ist besser als keines zu haben.

Das aber ist Unsinn, die Studie sagt das gar nicht aus, und sie kann das auch nicht. Eben weil offenbar Äpfel mit Birnen verglichen werden. Und eben weil sich die beiden verglichenen Gruppen in sehr viel mehr unterscheiden dürften als dem Besitz eines Handys.

Wenn etwa diejenigen Kinder in der Umfrage, die sehr viel Social Media nutzen, um Längen mehr Sport betreiben als diejenigen, die nur wenig Social Media konsumieren – heißt das, dass durch die Nutzung von Social Media die Lust auf Sport erwacht? Natürlich nicht! Es heißt eher, dass 11 bis 13 jährige Kinder, die ihre Bildschirmzeit mit viel Social Media verbringen, vielleicht mehr Sport treiben als 11 bis 13-jährige Kinder, die ihre Bildschirmzeit mit anderem verbringen, etwa mit Spielen. Und es heißt auch nicht, dass deshalb die starke Nutzung von Social Media von 11 bis 13-jährigen Kindern „gesund“ sei. Auch das ist eine unsinnige Interpretation.

Im Grunde trägt die Studie also zu der Frage der Eltern (soll ich meinem Kind ein Handy schenken? Und wenn ja, ab wann?) rein gar nichts bei.

Hilft die Umfrage also gar nicht weiter?

Doch, sie enthält sehr interessante Informationen. Nur, ich persönlich lese sie weniger positiv als die Berichte über diese Studie.

- ▶ Dass die 11 bis 13 jährigen Kinder und Jugendlichen im Durchschnitt 4,4 h an Schultagen und 6,3 Stunden an schulfreien Tagen am Handy verbringen, finde ich bedenklich (mit diesen Nutzungszeiten sind die Zeiten an anderen Endgeräten noch in keiner Weise erfasst)
- ▶ Dass die 11 bis 13 jährigen Kinder viel zu wenig Schlaf bekommen (etwas über 8 Stunden), und dies je nach Art des Medienkonsums in 34% bis 62% auf die Benutzung eines Endgeräts zurückführen – finde ich bedenklich. Etwa weil chronischer Schlafmangel in der Kindheit in sich selbst ein Risikofaktor für psychische Erkrankungen im Erwachsenenalter ist.
- ▶ Dass 44 % der Kinder, die sich an sozialen Medien durch Kommentieren oder Posten beteiligen, berichten, dass sie oft ängstlich und deprimiert seien – finde ich bedenklich
- ▶ Dass 34 % der Kinder berichten, ihr Medienkonsum beeinträchtigt ihr Alltagsleben – finde ich bedenklich
- ▶ Dass mehr als die Hälfte der Kinder (51%) sagen, dass sie lieber mehr Zeit online verbringen würden als mit Leuten auszugehen, finde ich bedenklich
- ▶ Dass mehr als die Hälfte der Kinder (57%) berichten, in den letzten 3 Monaten mindestens einmal Opfer von Online-Bullying geworden zu sein – finde ich bedenklich.

Kurz: ich finde, dass der Inhalt dieser Umfrage unglaublich einseitig, lückenhaft und unwissenschaftlich dargestellt wird.

Der tiefere Boden der Umfrage

Warum wird diese Studie dann jetzt so oft besprochen?

Warum fallen so viele KommentatorInnen auf die Aufhänger-Botschaft herein?

Zum einen, weil sie die Ergebnisse womöglich gar nicht lesen. Und weil wissenschaftliche Methodik nicht ihr Fach ist. Das ist verständlich. Aber man kann sich auch da einlesen.

Um aber den Buzz wirklich zu verstehen, der hier entstanden ist, muss man den Hintergrund dieser Umfrage kennen. Mit dieser Umfrage soll nämlich eine Längsschnittstudie begründet werden, die 25 Jahre lang den Mediengebrauch bei einer großen Kohorte von Kindern und Jugendlichen erfragen und auswerten soll. Das ist ein millionenschweres Unterfangen, das nur mit finanzkräftigen Sponsoren/Stiftungen zu bewältigen ist. Diese Umfrage ist sozusagen die kick-off Veranstaltung für dieses riesige Projekt. Sozusagen das Bewerbungsschreiben an mögliche Sponsoren. **Hier steht im Vordergrund der Beweis, dass mit diesem Projekt eine große Öffentlichkeit erreicht werden kann, denn vor allem daran sind die entsprechenden Stiftungen interessiert.**

Und ja, dieser Schaulauf ist gelungen

Tatsächlich war der Aufwand der Öffentlichkeitsarbeit für diese Umfrage immens. Und der Aufhänger war offenbar sehr präzise gewählt, er wurden in praktische allen News outlets immer wieder mit dem gleichen Spin verbreitet:

Study suggests smartphones may benefit kids

Dass der Hauptautor der Studie, Justin Martin, selbst ein gut vernetzter Journalist ist, hat dabei sicher geholfen. Auch ist Justin Martin dafür bekannt, dass er solche Projekte stemmen kann, denn er hat ähnlich Umfragen schon lange Jahre an der Northwestern University in Katar gemacht – und dafür auch erfolgreich Sponsorengelder eingeworben, nämlich bei der Qatar Foundation (die Wissenschaft durchaus nicht ohne Lobbyinteressen betreibt).

Wir dürfen auf die weiteren Veröffentlichungen und ihr Framing also gespannt sein.

Vielleicht noch kurz ein persönlicher Kommentar: ich schreibe über diese Umfrage nicht, weil ich dagegen wäre, dass 11 bis 13 jährige Kinder- und Jugendliche ein eigenes Smartphone haben.

Ich schreibe ihn, weil ich denke, dass diese Frage so komplex ist, dass wir unterkomplexe Beiträge nicht zur Grundlage der Diskussion machen sollten.

Meine eigene Meinung zur Medienfrage behandle ich in [meinem Buch „Mit Herz und Klarheit“](#).

Anmerkungen

1. mögliche Verzerrung

"Mit Herz und Klarheit – Wie Erziehung heute gelingt und was eine gute Kindheit ausmacht" ist soeben erschienen. Dieses Buch ist ein Wegweiser für eine erfüllende und gelingende bedürfnisorientierte Familienzeit.

