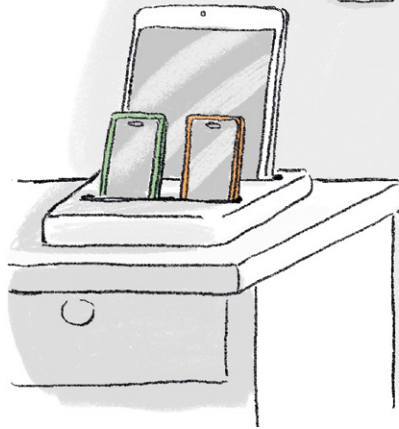




Smartphones im Familienleben

Ein guter Start

Was braucht dein Kind? Es braucht DICH.



Dein Kind sieht dich an.
Du siehst dein Kind an.



Dein Kind macht Geräusche.
Du sprichst mit deinem Kind.

Du siehst, was dein Kind macht.
Du sprichst darüber.



Mach viel mit deinem Kind zusammen!

- Das ist gut für eure Bindung.
- Dein Kind fühlt sich sicher.
- Das ist gut für sein Gehirn.
- Dein Kind lernt besser sprechen.

Du bist am Smartphone. Was passiert?



Dein Kind sieht dich an.
Du merkst es oft nicht.



Dein Kind macht Geräusche.
Du sagst nichts.



Dein Kind zeigt dir etwas.
Du siehst es nicht.

Dein Kind braucht deine Aufmerksamkeit.

Ein kurzer Blick auf dein Smartphone
ist okay.

Bist du viel am Smartphone, ist das nicht gut
für dein Kind.

Mama und Papa am Smartphone? Das ist gefährlich.



Dein Smartphone lenkt dich mehr ab als andere Sachen,
z. B. kochen oder lesen.

Manchmal kann dir das Smartphone auch helfen.



Zum Beispiel: Dein Baby schläft.

Jetzt kannst du mit Freunden schreiben.

Jetzt kannst du Termine ausmachen.

Jetzt kannst du...

Zeit für dich ist wichtig.

Du fühlst dich besser.

Du hast dann wieder

Kraft für dein Kind.

Weniger Zeit am Smartphone. So kann es klappen:

Du bist viel am Smartphone.
Das möchtest du jetzt ändern.
Dein Kind merkt das und es tut ihm gut.



- Du legst dein Smartphone an einen festen Platz in der Wohnung, z. B. in den Flur.
- Du hast dein Smartphone nicht am Esstisch.
- Du hast dein Smartphone nicht beim Spielen dabei.
- Du machst die Töne von deinem Smartphone aus.

Das ist gut für Kinder:



Zeit zusammen



Spielen



Langeweile



Bewegung



Vorlesen



Draußen sein



Trösten



Genug Schlaf

Dein Kind ist viele Stunden am Smartphone? Das ist schlecht.



Viele Babys und kleine Kinder:

- schlafen dann schlecht oder haben Angst.
- bewegen sich dann zu wenig und werden dick.
- lernen nicht so gut sprechen.

So hilfst du deinem Kind:



Dein Kind schaut nie TikTok oder YouTubeShorts, weil das zu schnell und sehr aufregend ist.

Das ist schlecht für kleine Kinder.

Das Gehirn muss sich noch entwickeln.



Sehr einfache und ruhige Geschichten sind besser, z. B. *Peppa Wutz* oder *Die Sendung mit dem Elefanten*.

Vielleicht schaut dein Kind sehr viel und du willst das ändern.

Das könnt ihr schaffen!

Weniger Zeit am Smartphone tut deinem Kind gut. Es entwickelt sich besser.

Kein Smartphone bei schweren Gefühlen!



Dein Kind ist **wütend**. Es braucht **DICH**.



Gib deinem Kind jetzt nicht das Smartphone.



Du bist jetzt für dein Kind da.
Du tröstest dein Kind.



Das Smartphone kann deinem Kind nicht helfen. Jetzt braucht dein Kind DICH!



Dein Kind isst.



Dein Kind ist müde.



Dein Kind ist traurig.



Dein Kind will kuscheln.



Dein Kind hat Angst.

Das Smartphone lenkt
dein Kind nur ab.

Dein Kind lernt nicht:
Was fühle ich?
Was brauche ich?

So hilfst du deinem Kind bei schweren Gefühlen:



Du siehst dein Kind an.
Du nimmst dein Kind in den Arm.
Du sagst, wie das Gefühl heißt.

Du weißt:
Es geht deinem Kind gleich wieder besser.
Das sagst du deinem Kind.

Du suchst mit deinem Kind nach einer Idee,
wie es sich wieder besser fühlt.



Dein Kind lernt viel von dir. Nicht vom Smartphone.



Beim Kochen



Beim Spielen

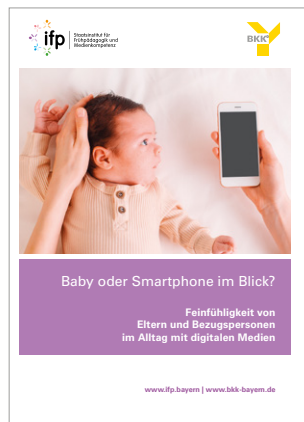


Beim Einkaufen



Zusammen mit anderen

Du willst mehr wissen?



Broschüre



Animationsfilm



Podcast Kitaradio



Impressum

Herausgeber:

Staatsinstitut für Frühpädagogik und Medienkompetenz
(IFP Bayern)

Text und Konzeption:

Dr. Anne-Kristin Cordes, Fabienne Körner & Dr. Julia Berkic

Kontakt: babyodersmartphone@ifp.bayern.de

Gestaltung: fsg3

Illustrationen: Jutta Wetzel

Druck: Humbach & Nemazal

1. Auflage: Juli 2026

© 2026 IFP Bayern. Alle Rechte vorbehalten.
Nutzung in Bildungskontexten ausdrücklich
gestattet. Nachdrucke und Übersetzungen nur
mit vorheriger schriftlicher Genehmigung.