

# Aufwachsen

**mit**

Informationen für  
Fachpersonen sowie Eltern mit  
Kindern von 0 bis 4 Jahren

**digitalen**

**Medien**



**Digitale Medien sind fest in unserem Alltag verankert. Bildschirmmedien, darunter in zunehmendem Masse Tablets und Smartphones, gehören mittlerweile zur Grundausstattung nicht nur jeden Haushaltes, sondern auch annähernd jeder erwachsenen Person. Erwachsene sind heute ständig erreichbar und im Austausch mit ihrem Umfeld. Das Verhalten der Erwachsenen hat Auswirkungen auf Kinder, die im gleichen Haushalt leben, von ihnen betreut werden oder mit ihnen in Kontakt stehen.**

## **Was macht digitale Medien für Kinder so interessant?**

Bildschirmmedien ziehen die Aufmerksamkeit der Menschen auf sich. Das ist bei kleinen Kindern nicht anders als bei Erwachsenen. Kinder sind fasziniert von den schnell wechselnden Bildern und Toneffekten. Sie beobachten auch das Nutzungsverhalten ihrer Eltern und Bezugspersonen. **Je öfter Kinder sehen, dass ihre Eltern den Geräten ihre Aufmerksamkeit schenken, desto mehr Interesse zeigen sie selbst an den digitalen Geräten.** 1

## **Profitieren Kinder von digitalen Medien?**

**Kleinkinder profitieren vor allem von persönlichem Kontakt und freiem Spiel.**

Viele multimediale Anbieter werben mit digitalen Lernangeboten für Säuglinge und Kleinkinder. Dies kann bei den Eltern und Erziehungsbeteiligten schnell das Gefühl auslösen, dem Kind etwas Gutes zu tun, wenn sie entsprechende Apps oder Spielzeuge kaufen. Eine Studie der American Academy of Pediatrics zeigt jedoch, dass digitale Medien für Kinder in den ersten drei Lebensjahren kaum pädagogischen Nutzen haben. Für eine gesunde Entwicklung brauchen Kinder vor allem den Kontakt zu ihren Eltern und Bezugspersonen sowie die Möglichkeit zum freien Spiel. 2 3

## **Digitale Medien im Alltag: Warum ist es wichtig, mit Kindern darüber zu sprechen?**

Kinder nehmen Medien auch unbewusst und beiläufig wahr. Sie sehen nicht nur, wie Medien genutzt werden, sondern hören auch, wie darüber gesprochen wird, und beobachten, welche Reaktionen Medien auslösen. Aus diesem Grund ist es wichtig, mit Kindern altersgerecht über die Medien zu sprechen. Sie profitieren davon, wenn die Handlungen der Erwachsenen für sie nachvollziehbar sind. Dabei kann es sich um altersgerechte Gespräche oder Hinweise handeln oder um einfache, kurze Tätigkeiten,

die den Kindern einen Einblick in das Handeln der Erwachsenen geben.

**Kinder profitieren aber vor allem vom gemeinsamen Erleben und von der Kommunikation, die sich um die gemachten Erlebnisse mit Medien dreht.**

Die sogenannte «Anschlusskommunikation» hilft ihnen, die Mediennutzung, Inhalte und Geschichten durch Nacherzählen, Fragen, Spielen oder Malen zu verstehen und einzuordnen. Diese Aktivitäten und Gespräche ermöglichen ihnen, ein Gefühl für die Rolle der Medien in der Familie zu entwickeln. Das Sprechen über Medien wird so von klein auf eingeübt und wird Teil des Alltags.



# Welche Herausforderungen bringen digitale Medien für Kinder?

## Bindung und Eltern-Kind-Beziehung

In den ersten Monaten ist viel ungestörte Zweisamkeit zwischen Eltern und Kind notwendig, um eine gute Bindungsbeziehung aufzubauen. **Häufige Unterbrechungen durch digitale Medien stören die Interaktion zwischen Eltern und Kind und wirken sich negativ auf den Bindungsaufbau aus.** Säuglinge registrieren sogar kurze Ablenkungen. Anders als Erwachsene, können sie solche Unterbrechungen nicht einordnen, was bei ihnen zu Irritation und Stress führen kann. <sup>4</sup>

**Untersuchungen zeigen, dass sich der direkte Kontakt zwischen Eltern und Kind deutlich reduziert, wenn gleichzeitig ein digitales Medium in Betrieb ist.** Dies gilt auch dann, wenn das Medium nur im Hintergrund läuft. <sup>1</sup>

Auch später ist die ungeteilte Aufmerksamkeit der Eltern wichtig: Wenn ein gemeinsames Spiel oder ein Gespräch immer wieder durch das Signal einer Nachricht unterbrochen wird, können Kinder den Eindruck gewinnen, dass die Medien wichtiger sind als sie. Dies kann zu Frustration beim Kind führen und sich negativ auf die Eltern-Kind-Beziehung auswirken. <sup>5</sup>

## Lernen und Entwicklung

Täglicher, stundenlanger Konsum digitaler Medien kann die kognitive, sprachliche, soziale und emotionale Entwicklung verzögern.

Kinder lernen am besten in der Interaktion mit ihren Eltern und Geschwistern sowie beim freien Spiel. Beim freien Spiel können Kinder Objekte und ihre Eigenschaften mit allen Sinnen untersuchen und erfahren. Nimmt das Kind zum Beispiel eine Rassel in die Hand, dann lernt es viel über deren Eigenschaften: der lustige Ton beim Schütteln, der Geschmack im Mund, die Beschaffenheit des Materials und vieles mehr. Digitale Medien können das Kind zwar unterhalten und ihm ein Gefühl der Selbstwirksamkeit vermitteln, aber sie können diese haptische Erfahrung nicht ersetzen. Ein täglicher Konsum digitaler Medien über mehrere Stunden kann sogar zu einer Verzögerung der kognitiven, sprachlichen, sozialen und emotionalen Entwicklung führen. Auch die Fähigkeit, sich länger auf eine Sache zu konzentrieren, nimmt ab. <sup>2</sup>

## Körperliche Entwicklung

Bewegung fördert den Gleichgewichtssinn sowie eine gesunde Körperwahrnehmung und trägt zur Entwicklung des Gehirns und des Nervensystems bei. Deshalb ist es besonders wichtig, dass sich Säuglinge und Kleinkinder viel bewegen. **Sitzende Beschäftigungen sollten die Ausnahme bleiben.** Bildschirmzeit ist oft verbunden mit Naschen, wodurch die gesundheitsfördernden Pausen zwischen den Mahlzeiten nicht mehr eingehalten werden. Zusammen mit der fehlenden Bewegung kann es zu Übergewicht kommen, das wiederum die Bewegungsfreude mindert.

## Verarbeitung von Reizen

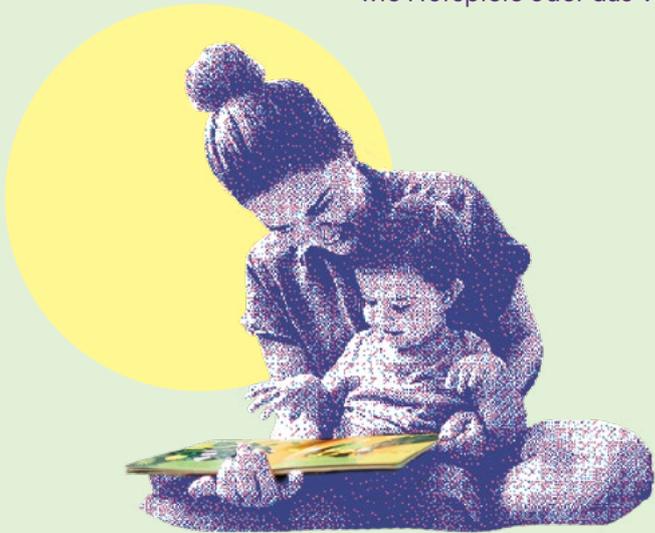
Säuglinge sind sensible Wesen, die noch lernen müssen, all die neuen Sinnesreize zu verarbeiten. **So können visuelle und akustische Reize von digitalen Medien eine Reizüberflutung auslösen.** Diese kann sich in Unruhe und verlängerten Wachzeiten äussern. Auch bei grösseren Kindern kann ein übermässiger Medienkonsum Stress auslösen, weil die Aufmerksamkeitsspanne überstrapaziert wird und zu viele Reize vorhanden sind.

## Angst

Viele Inhalte lösen bei kleinen Kindern Angst aus, denn sie besitzen noch nicht die Fähigkeit, zwischen einer erfundenen Handlung und einer wahren Begebenheit zu unterscheiden. Diese Fähigkeit entwickelt sich erst zu Beginn des Schulalters. **Wenn Kleinkinder beim Medienkonsum aktiv begleitet werden, können sie lernen, Inhalte besser einzuordnen.** Ebenso können sie sich in der Familie über Medieninhalte und Gefühle austauschen, die dabei auftauchen. [67](#)

## Schlaf

Digitale Medien können sich negativ auf den Schlaf auswirken. In einer Studie zeigten Kinder im Alter von 6–12 Monaten, die am Abend digitalen Medien ausgesetzt wurden, einen signifikant kürzeren Nachtschlaf als diejenigen, die keinen digitalen Medien ausgesetzt waren. Der Grund: Blaue Lichtwellen der Bildschirme hemmen die Ausschüttung des Schlafhormons Melatonin und unterdrücken so die Müdigkeit. Dieser Effekt bleibt auch bei älteren Kindern und Erwachsenen bestehen. [1](#) Inzwischen haben viele Geräte die Option «Nachtmodus», um diesen Effekt zu neutralisieren. Ruhigere und entspannende Medien, wie Hörspiele oder das Vorlesen einer Geschichte, sind digitalen Medien vorzuziehen.



# Welche Massnahmen können Eltern und Erziehungsbeteiligte ergreifen?

## Erlebnisse teilen und die Bindung zwischen Eltern und Kind fördern

**Das Kind braucht ungestörte Zeit, um eine gute Bindung zu den Eltern und Erziehungsbeteiligten aufzubauen.** 5 Auch ganz alltägliche Handlungen, wie beispielsweise Wickeln oder Pflege, tragen zur Stärkung der Bindung bei. Kleinkinder können sich noch nicht für längere Zeit alleine beschäftigen. Sie haben Freude daran, im Alltag mit dabei zu sein: Sie beobachten die Eltern beim Kochen, sind beim Einkaufen mit dabei und «helfen», die Wäsche in die Waschmaschine zu räumen. Auf diese Weise können die Kinder bei vielen Alltagsaktivitäten der Erwachsenen spielerisch mitmachen. Gemeinsame Mahlzeiten sowie Spiele und Vorlesen gehören ebenfalls dazu.

## Dem Kind Aufmerksamkeit schenken und Kontakte bewusst pflegen

Es ist besonders wichtig, auf die Signale des Kindes zu achten und auf seine Bedürfnisse einzugehen: Ob es nun hungrig, durstig oder müde ist, einfach nur Nähe oder eine frische Windel braucht. Selbst kleine Ablenkungen, wie das Schreiben einer Nachricht, nimmt das Kind wahr. Es beobachtet genau, wie die Erwachsenen mit Medien umgehen, und kopiert deren Verhalten.

Um eine starke Bindung zum Kind aufbauen zu können, ist es wichtig, medienfreie Zeiten einzuplanen, in denen dem Kind die volle Aufmerksamkeit geschenkt wird.

Auch kurze Ablenkungen sollten dem Kind kommuniziert werden. So kann es die Situation einordnen: «Ich schreibe kurz dem Grossmami.» Im Gegensatz zu alltäglichen Tätigkeiten, die beobachtet werden können, sieht das Kind nicht, was mit den Medien geschieht, und kann diese Ablenkung nicht entschlüsseln. Sie helfen dem Kind, wenn Sie das Kind altersgerecht und spielerisch an der Kommunikation teilhaben lassen.

Um eine starke Bindung zum Kind aufbauen zu können, ist es wichtig, medienfreie Zeiten einzuplanen, in denen dem Kind die volle Aufmerksamkeit geschenkt wird.

Viele Mütter und Väter mit Babys fühlen sich heutzutage überfordert, verunsichert und einsam und vermissen den Austausch mit Freunden und Freundinnen. Diese Kontakte reduzieren sich oftmals auf einen Austausch per Smartphone, was praktisch ist und, wie eine Studie bestätigt, auch das Wohlbefinden der Eltern positiv beeinflusst. Die gleiche Studie zeigt jedoch auch, dass Kinder auf diese Abwendung der Eltern mit auffälligen Verhaltensweisen reagieren, was wiederum zu Anspannungen bei den Eltern führt. 8 Daher ist eine Trennung der Zeiten, die der Nutzung digitaler Medien oder der Versorgung und Interaktion mit dem Kind gewidmet sind, wichtig.

## Freies Spiel und Lernen mit allen Sinnen ermöglichen

**Da Kinder am besten in der Interaktion mit der Familie und beim freien Spiel lernen, sind digitale Medien in diesem Alter überflüssig.** Kleinkinder entdecken ihre Umwelt spielend. Eine Decke am Boden mit einigen verschiedenen (ungefährlichen) Objekten, die zum Anfassen und Untersuchen anregen, reicht in der ersten Zeit völlig aus. Sie berühren Gegenstände, riechen und schmecken Dinge und gehen mit offenen Augen und Ohren durch die Welt. Alles wird untersucht und angeschaut, ob drinnen oder draussen in der Natur.



## Bewegungsdrang unterstützen

Kinder haben einen natürlichen Bewegungsdrang. Das Kind sollte die Möglichkeit haben, sich auf vielfältige Weise zu bewegen, sowohl drinnen als auch draussen an der frischen Luft: Nach einem Finger oder Spielzeug greifen, auf einer Decke strampeln, durchs Gras rollen oder auf einen Stein klettern. Für eine gesunde Entwicklung braucht das Kind mehrere Stunden Bewegung pro Tag. Diese unterstützt das Lernen und die Entwicklung. **9 10**



## Digitale Medien bewusst auswählen, gemeinsam entdecken und zeitlich begrenzen

Die wichtigsten Medien für Kleinkinder sind Pappbilderbücher, Bilderbücher und Hörmedien. Das gemeinsame Anschauen, Vorlesen und Hören fördert die Zweisamkeit, die Kreativität und die Sprachentwicklung.

Es wird empfohlen, Kinder von 0 bis 2 Jahren keinen digitalen Medien auszusetzen.

Es wird empfohlen, Kinder von 0 bis 2 Jahren keinen digitalen Medien auszusetzen. Denn in diesem Alter können sogar einfache Videos nicht verarbeitet werden und leicht zu Überreizung und Überforderung führen. Das Kind profitiert mehr vom freien Spielen und vom gemeinsamen Betrachten von Bilderbüchern.

Ab ca. 2 Jahren können gemeinsam mit einem Erwachsenen digitale Medien erkundet werden.

Ab ca. 2 Jahren kann das Kind zusammen mit den Eltern oder Erziehungsbeteiligten die Welt der digitalen Medien spielerisch entdecken: Sei dies mit einem kurzen Videoanruf an die Grosseltern oder einer einfachen, altersgerechten Spiele-App. Dabei sind die Begleitung und die Interaktion mit Erwachsenen wichtig. Das Kind sollte nicht alleine vor dem Bildschirm gelassen werden. Nur so können die Erwachsenen auf Fragen und Anmerkungen eingehen und die Signale des Kindes beobachten. Wirkt das Kind nervös oder ängstlich, sollte das Gerät ausgeschaltet werden. Bei Kindern unter 4 Jahren soll der Konsum von Bildschirmmedien eine Ausnahme bleiben und weniger als 30 Minuten dauern. **11 7**

Maximale Bildschirmzeit von 30 Minuten für Kinder unter 4 Jahren.

Die Auswahl aus der riesigen Menge von Medieninhalten überfordert ein Kleinkind. Wenn das Kind kurze Bildschirmzeiten erleben soll, wählen die Erwachsenen etwas Altersgerechtes ohne Werbung und in der Muttersprache des Kindes aus. Es sollten einfache, ruhige Bilder mit langsamen Bewegungen und bekannten Inhalten aus dem Alltag (des Kindes) sein. **12 6 7**

## Einen bildschirmfreien Alltag fördern und Familienregeln definieren

Es wird empfohlen, Familienregeln für den Umgang mit Medien festzulegen. In den ersten Lebenswochen des Kindes legen Erwachsene ihren eigenen Medienkonsum am besten auf die Zeiten, in denen das Kind schläft. Wenn Medien mit Ton konsumiert werden, schläft das Neugeborene idealerweise in einem anderen Zimmer. Es ist wichtig, Säuglinge nicht zu vielen Reizen auszusetzen und zu beobachten, wie sie auf die Medienumgebung reagieren.

Auch später sind regelmässige bildschirmfreie Zeiten wichtig, an die sich auch die Eltern halten müssen. **Erwachsene müssen sich ihrer Vorbildfunktion bewusst sein, denn kleine Kinder ahmen diese nach. Sie kopieren das Verhalten der Eltern und damit auch deren Mediennutzung.** Kinder müssen lernen, sich nicht von Medien ablenken zu lassen und bei einer Aktivität zu bleiben. Erwachsene sollten ihr Smartphone bewusst weglegen, um den Kindern für eine gewisse Zeit ihre volle Aufmerksamkeit zu schenken.

**Zum Beispiel können das Morgen- und Abendritual sowie alle Mahlzeiten als medienfreie Zeiten festgelegt werden. Generell sollte das Kinderzimmer immer frei von Bildschirmmedien sein.** **8** Abwechslungsreiche Aktivitäten in der Familie oder mit Freunden und Freundinnen helfen dabei, die bildschirmfreien Zeiten sinnvoll zu nutzen. Das Kind soll lernen, die digitale Welt zwar als Teil, aber nicht als Hauptschauplatz seines Lebens zu sehen. **6 7 8**

Mediennutzung sollte nicht als Druck- oder als Erziehungsmittel zur Belohnung oder Bestrafung eingesetzt werden. Das gibt den Bildschirmmedien eine zu grosse Bedeutung. Es kann verlockend sein, sich einen Moment Ruhe zu verschaffen, während das Kind vor dem Bildschirm ist. Diese Strategie sollte nur in Ausnahmefällen angewendet werden. Das Kind verpasst beim Stillsitzen vor dem Bildschirm viele wertvolle Erfahrungen, welche es ansonsten beim Spielen sammeln würde. 13

## Die Privatsphäre der Kinder schützen

Der Schutz der  
Privatsphäre des Kindes  
liegt in der  
Verantwortung der  
Erwachsenen.

Ein tolles Foto und die ersten Worte des Kindes sind schnell mit dem Smartphone festgehalten. Stolz und Freude verleiten rasch dazu, diese Inhalte über soziale Netzwerke zu teilen. Überlegen Sie dennoch gut, auf welchen Plattformen Sie diese veröffentlichen – oder ob manchmal eine persönliche SMS passender ist. Eltern sind nicht nur Medienvorbilder, sondern haben auch eine Verantwortung, die Rechte ihres Kindes auf Privatsphäre zu schützen. Die Gefahr besteht, dass die Bilder in falsche Hände gelangen oder diese Bilder ungewollt bis ins Erwachsenenalter der Kinder im Internet zirkulieren. 14

## Strahlenbelastung reduzieren

Die Auswirkungen der Strahlenbelastung werden seit Jahren kontrovers diskutiert. Es gibt weiterhin Unsicherheiten hinsichtlich möglicher Langzeitwirkungen auf Menschen und insbesondere auf Kinder. Um die Strahlenbelastung so gering wie möglich zu halten, sollte ein digitales Gerät immer genügend Abstand zum Kind haben. Alternativ kann auch der Flugmodus aktiviert werden. 15



### Quellen

- 1 Jago, R., Stamatakis, E., Gama, A., Carvalho, I. M., Nogueira, H., Rosado, V., & Padez, C. (2012). Parent and child screen-viewing time and home media environment. *American Journal of Preventive Medicine*, 43(2), 150–158. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2012.04.012>
- 2 Reid Cahssiakos, Y., Radesky, J., Christakis, D., Moreno, M., & Cross, C. (2016). Children and Adolescents and Digital Media. *Pediatrics*, 138(5). <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2593>
- 3 Council on Communications and Media, & Brown, A. (2011). Media use by children younger than 2 years. *Pediatrics*, 128(5), 1040–1045. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-1753>
- 4 McDaniel, B. T., & Radesky, J. S. (2018). *Technofence: longitudinal associations between parent technology use, parenting stress, and child behavior problems*. *Pediatric Research*, 84(2), 210–218. <https://doi.org/10.1038/s41390-018-0052-6>
- 5 Bowlby, J., Hillig A. & Hanf H. (2021). *Bindung als sichere Basis: Grundlagen und Anwendung der Bindungstheorie*. Ernst Reinhardt Verlag.
- 6 Tilemann, F. (2011). *Echt oder Spiel? – Medien durchschauen lernen*. «4 bis 8». Fachzeitschrift für Kindergarten und Unterstufen, 1 / 2, 19–21.
- 7 Oberlinner, A., Eggert, S., Schubert, G., Jochim, V., & Brüggem, N. (2018). *Medienrituale und ihre Bedeutung für Kinder und Eltern. Erster Bericht der Teilstudie «Mobile Medien und Internet im Kindesalter – Fokus Familie»*. München: JFF – Institut für Medienpädagogik in Forschung und Praxis.
- 8 Sundqvist, A., Heimann, M., & Koch, F.-S. (2020). *Relationship Between Family Technofence and Behavior Problems in Children Aged 4–5 Years*. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*. 23(6), 371–376. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0512>
- 9 Peduzzi, F., Soldini, N., & Miauton Espejo, L. (2022). *Bewegungstipps für Kinder mit den Eltern: 9 bis 18 Monate*. Lausanne: Paprica Petite Enfance.
- 10 PAPRICA Bewegungstipps für Kinder mit den Eltern (2022). *Gesundheitsförderung Schweiz*. <https://gesundheitsfoerderung.ch/news/kantonale-aktionsprogramme-kap/paprica-bewegungstipps-fuer-kinder-mit-den-eltern-neuaufgabe>
- 11 Bleckmann, P., et al. (2024). *Postionspapier Digitale Medien und frühe Kindheit. Forschungsstand, Wirkungen und Empfehlungen*. Wien: Gesellschaft für Seelische Gesundheit in der Frühen Kindheit e.V.
- 12 Lauffer, J., Röllecke, R., & Schill, W. (2019). *Gut hinsehen, gut zuhören, aktiv gestalten! Tipps für Eltern zum Thema Mediennutzung in der Familie*. Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung.
- 13 *Digitale Medien in der Kinderbetreuung*. (o.J.). Jugendundmedien.ch. <https://www.jugendundmedien.ch/medienkompetenz-foerdern/kinderbetreuung>
- 14 *Infomaterial – Bilder im Netz*. (o. J.). Netzbilder.net. <https://netzbilder.net/infomaterial/>
- 15 *Wissenschaftlich diskutierte biologische und gesundheitliche Wirkungen hochfrequenter Felder*. (o. J.). Bundesamt für Strahlenschutz. <https://www.bfs.de/DE/themen/emf/hff/wirkung/hff-diskutiert/hff-diskutiert.html>

## Literaturtipps

*Begleiten statt verbieten.*

*Als Familie kompetent und sicher in die digitale Welt.*

Leonie Lutz, Anika Osthoff. Kösel Verlag, 2022.

ISBN 978-3-466-31186-6

*MoFam – Mobile Medien in der Familie.*

*Grundlagen zur Medienerziehung in der Familie.*

Susanne Eggert, Ulrike Wagner, 2016. Online verfügbar unter:

<https://www.jff.de/veroeffentlichungen/detail/kurzfassung-der-studie-mofam-i/>

## Weiterführende Informationen

### Kantonsbibliothek Baselland

Medienflyer zum Download, empfehlenswerte Kinder-Apps, weiterführende Informationen und Veranstaltungen zur Medienkompetenzförderung.

[www.kbl.ch/medienbildung](http://www.kbl.ch/medienbildung)

### Gesundheitsförderung Baselland

Weiterführende Informationen zur Gesundheitsförderung sowie zur kindlichen Entwicklung im Zusammenhang mit dem Medienkonsum.

[www.gesundheitsfoerderung.bl.ch/digitalemedien](http://www.gesundheitsfoerderung.bl.ch/digitalemedien)

### Lerngelegenheiten für Kinder bis 4 Jahre

Kurzfilme über das frühkindliche Lernen im Alltag.

[www.kinder-4.ch](http://www.kinder-4.ch)

### JFF Kinder Medien Kompetenz

Ausführliche Infos und Tipps zum Aufwachsen mit Medien.

Anleitungen, wie erste gewinnbringende Erfahrungen mit Medien gemacht werden können.

[kinder.jff.de](http://kinder.jff.de)

## Haben Sie Fragen?

### Pro Juventute

Die Elternberatung der Pro Juventute hilft bei Erziehungsfragen und akuten Problemsituationen 24/7 per Chat und per Telefon.

[www.projuventute.ch](http://www.projuventute.ch)

### Mütter- und Väterberatung Baselland

Kostenloses Beratungsangebot für Eltern mit Kindern von 0–5 Jahren in allen Gemeinden in Baselland.

[www.muetterberatung-bl-bs.ch](http://www.muetterberatung-bl-bs.ch)

### Familien-, Erziehungs- und Jugendberatungsstellen beider Basel

Beratungsangebot vieler Gemeinden in Baselland und Basel-Stadt für Kinder, Jugendliche, Eltern und Lehrpersonen.

[www.fejb.ch](http://www.fejb.ch)

### Pädagogisch-Therapeutisches Zentrum für Kinder Baselland (Stiftung ptz)

Heilpädagogische Früherziehung sowie Beratung für Fachpersonen.

[www.ptz-bl.ch](http://www.ptz-bl.ch)

(Zuweisungsformalitäten sind auf der Website ersichtlich)

### Universitäts-Kinderspital beider Basel (UKBB)

Säuglings- und Kleinkindpsychosomatik – Sprechstunde für Familien mit Kindern von 0–4 Jahren mit Schrei-, Schlaf- und/oder Essproblemen.

[www.ukbb.ch](http://www.ukbb.ch)

(Anmeldung über die Kinderärztin / den Kinderarzt)

### Kinder- und Jugendpsychiatrie Baselland (PBL)

Ambulante und stationäre Therapien in Liestal, Binningen und Laufen. Kinder, Jugendliche und Eltern sowie Lehrpersonen, Ärztinnen und Ärzte, Spitäler und Behörden können sich direkt an die PBL wenden.

[www.pbl.ch](http://www.pbl.ch)

## Erstellt durch die Gesundheitsförderung, die Kantonsbibliothek und die Elternbildung des Kantons Basel-Landschaft



kantonsbibliothek  
baselland

BASEL  
LANDSCHAFT

### In Zusammenarbeit mit

Fachbereich Familien (Sicherheitsdirektion Basel-Landschaft), Fachbereich Kindes- und Jugendschutz (Sicherheitsdirektion Basel-Landschaft), Fachstelle Spielgruppen Baselland und Fricktal, Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin Regio Basel, kibesuisse (Verband Kinderbetreuung Schweiz), LRB – Logopädinnen- und Logopädenverband der Region Basel, Mütter- und Väterberatung Baselland, Schweizerischer Hebammenverband Sektion Beide Basel, Stiftung ptz (Pädagogisch-Therapeutisches Zentrum Baselland)

### Mit Unterstützung von

Gesundheitsförderung Schweiz

*Dieser Leitfaden entstand in Anlehnung an «Digitale Medien im Kleinkindalter» von Perspektive Thurgau, Gesundheitsförderung und Prävention.*



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera