

Die telefonbasierte Kindheit und ihre Folgen für die mentale Gesundheit

Infomaterial: Berichte, Studien und praktische Tipps

1. Der Kaleido-Bericht und das Webinar

Kaleido-Bericht: „Die telefonbasierte Kindheit und ihre Folgen für die mentale Gesundheit“

<https://www.kaleido-ostbelgien.be/aktuelles/detail/die-telefonbasierte-kindheit-und-ihre-folgen-fuer-die-mentale-gesundheit>

Aufzeichnung des gleichnamigen Kaleido-Webinars

<https://www.kaleido-ostbelgien.be/aktuelles/detail/die-telefonbasierte-kindheit-und-ihre-folgen-fuer-die-mentale-gesundheit>

2. Berichte, Studien und Artikel

Wir möchten Ihnen nachstehend einige Studien vorstellen, falls Sie sich weiter einlesen möchten.. Wir beschränken uns auf die Studien und Berichte, die uns ganz besonders interessant erscheinen.

Britisches Parlament, Mai 2024: “Screen time: impacts on education and wellbeing”

Komplettfassung: (Englisch)

<https://publications.parliament.uk/pa/cm5804/cmselect/cmeduc/118/report.html>

Zusammenfassung (Englisch)

<https://publications.parliament.uk/pa/cm5804/cmselect/cmeduc/118/summary.html#>

Anmerkung: Ein hochinteressanter Bericht, der uns beim Erstellen unseres Kaleido-Berichtes noch nicht bekannt war – die Empfehlungen sind aber quasi deckungsgleich.

Jonathan Haidt: “Generation Angst: “Wie wir unsere Kinder an die virtuelle Welt verlieren und ihre psychische Gesundheit aufs Spiel setzen” (Buch)

Organisation « The anxious generation »: “The evidence” <https://www.anxiousgeneration.com/research/the-evidence>

Anmerkung: zahlreiche Grafiken und Zahlen

Bündnis gegen Cybermobbing, Oktober 2024: “Cyberlife V - Spannungsfeld zwischen Faszination und Gefahr - Cybermobbing bei Schülerinnen und Schülern”
https://buendnis-gegen-cybermobbing.de/wp-content/uploads/2024/10/Cyberlife_Studie_2024_Endversion.pdf

Iain Mansfield; Dr Sean Phillips and Niamh Webb: “Disconnect – The case for a smartphone ban in schools”
<https://policyexchange.org.uk/wp-content/uploads/Disconnect.pdf>

Sara Abrahamsson (Norwegian Institute of Public Health): “Smartphone Bans, Student Outcomes and Mental Health”
https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=4735240

Quan Chen; Zheng Yan; Mariola Moeyaert; Robert Bangert-Drowns: „Mobile multitasking in learning: A meta-analysis of effects of mobilephone distraction on young adults’ immediate recall”
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563224003005>

Layan Azem; Rafea Al Alwani; Augusto Lucas; Balqes Alsaadi; Gilbert Njihia; Bushra Bibi; Mahmood Alzubaidi und Mowafa Househ: “Social Media Use and Depression in Adolescents: A Scoping Review“
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10294999/>

Adrian F. Ward; Kristen Duke; Ayelet Gneezy; Maarten W. Bos: “Brain Drain: The Mere Presence of One’s Own Smartphone Reduces Available Cognitive Capacity“
<https://www.journals.uchicago.edu/doi/full/10.1086/691462>

Ellen Beate Hansen Sandseter; Leif Edward Ottesen Kennair: „Children’s Risky Play from an Evolutionary Perspective: The Anti-Phobic Effects of Thrilling Experiences”

[Children's risky play from an evolutionary perspective: the anti-phobic effects of thrilling experiences - PubMed \(nih.gov\)](#)

Alfonso Pellegrino; Alessandro Stasi; Veera Bhatiasevi: „Research trends in social media addiction and problematic social media use: A bibliometric analysis“

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9707397/>

“Sociale media jagen jonge vrouwen naar de operatietafel: “Ze kloppen vaak aan met onrealistische, bijna absurde vragen”

https://www.standaard.be/cnt/dmf20240905_96142173

Jean M. Twenge: „Here are 13 Other Explanations for the Adolescent Mental Health Crisis. None of Them Work.“

<https://www.afterbabel.com/p/13-explanations-mental-health-crisis>

Wall Street Journal; “The facebook files

” <https://www.wsj.com/articles/the-facebook-files-11631713039>

“Les smartphones bientôt interdits dans le réseau Wallonie-Bruxelles Enseignement”

<https://bx1.be/categories/news/les-smartphones-bientot-interdits-dans-le-reseau-wallonie-bruxelles-enseignement/>

BBC: “I blew the whistle on Meta, now I won't work again”

<https://www.bbc.com/news/technology-67343550>

Derek Thompson (The Atlantic): „It Sure Looks Like Phones Are Making Students Dumber

<https://www.theatlantic.com/ideas/archive/2023/12/cell-phones-student-test-scores-dropping/676889/>

Astrid Ebenführer (Der Standard): „Smartphone erst ab 14, Social Media erst ab 16, fordert Soziologe Rausch in der "ZiB 2"“

<https://www.derstandard.at/story/3000000227991/smartphone-erst-ab-14-social-media-erst-ab-16-fordert-soziologe-rausch-in-der-zib-2>

Jean M. Twenge: „Have Smartphones Destroyed a Generation?“

<https://www.theatlantic.com/magazine/archive/2017/09/has-the-smartphone-destroyed-a-generation/534198/>

3. Praktische Infos und Tipps

Nachstehend einige Links mit konkreten Infos und Tipps.

NB: Die in den Artikeln erwähnten Produkte werden von uns selbstverständlich nicht aktiv beworben.

Das Fundament

Dr. Becky Kennedy, „5 Strategien für Eltern“

[GI_AnxiousGenGuide_2024.pdf](#)

Anmerkung: Bevor es um „technische Fragen“ geht, geht es Haltung und Erziehung.

Dr. Becky Kennedy, renommierte klinische Psychologin und New York Times #1 Bestseller-Autorin schildert 5 Grundstrategien. Sie gibt zudem sehr konkrete Kommunikationsbeispiele für die Familie.

Technische Alternativen zu Smartphones und Smartwatches, technische Hilfestellungen

Price, Catherine: “The Choose-Your-Own-Adventure Guide to Smartphone Alternatives”

<https://catherineprice.substack.com/p/82ff183e-70c3-4974-8839-372eb8dc8dd3>

Anmerkung: eine wahre Fundgrube mit Alternativen zu Smartphones und Smartwatches, praktischen Infos...

Kinder wieder mehr zutrauen, Spielen im Freien...

Spielen im Freien

<https://www.outsideplay.org/>

Anmerkung: eine weitere Fundgrube, dieses Mal aus Kanada: konkrete „Werkzeuge“ mit kurzen Videos, Studien u.v.m.

„Let Grow - movement for childhood independence“

<https://letgrow.org>

Anmerkung: Auch diese Organisation liefert konkrete Ideen und Infos für Familien und Schulen.

Die handyfreie Schule

Mileva Repasky: „Transform Your School: The Complete Guide to Going Phone-Free“

<https://www.afterbabel.com/p/phone-free-school-toolkit>

Anmerkung: Grundschulen – und Sekundarschulen müssen komplett handyfrei werden! Aber wie? Hier finden Sie einen Leitfaden.

Verschiedenes

Eine Fülle weiterer Infos, Videos, Podcasts... - für Familien und Schulen

<https://www.anxiousgeneration.com/resources#parent>