

Und im Hintergrund dudelt "Paw Patrol"

Screenzeit für Kinder nur in Maßen, klar. Aber was ist mit den ständig im Hintergrund laufenden Hörspielen? Wie sie Konzentration und Entspannung beeinflussen.

Von Ines Schipperges

26. Juni 2024, 19:29 Uhr

▶ 10 Min.  4  Verschenken

Als mein ältester Sohn ein Kleinkind war, hatten wir ein Ins-Bett-geh-Ritual. Jeden Abend lasen wir ihm ein, oft auch zwei, drei oder vier Bücher vor, danach sangen wir mindestens zwei, meist eher fünf, sechs, sieben Gutenachtlieder. Inzwischen ist mein Sohn acht Jahre alt, hat zwei Geschwister und unser Ritual ist dort, wo auch zuckerfreie Ernährung, die "Kein Bildschirm bis drei Jahre"-Regel und der Vorsatz, niemals Wenn-Dann-Drohungen auszusprechen, gelandet sind: versunken im Sumpf des Elternalltags, verschwunden im Tal der Realität. Stattdessen hören die Kinder zum Einschlafen ein Hörspiel.

Pettersson und Findus, Pumuckl, Dino Ranch, Feuerwehrmann Sam oder, wenn wir Eltern ganz tapfer sind, auch mal *Paw Patrol*.

Bis ich Kinder bekommen habe, war mir gar nicht klar, welchen Stellenwert Hörspiele im Familienkosmos einnehmen. Dabei bin ich selbst mit Kassetten aufgewachsen, *Hanni & Nanni, die Drei ???, Momo*. Heute können dank kostspieligen Produkten schon die Kleinsten ihr Lieblingsgedudel in Dauerschleife abspielen. Bei uns wohnt, seit mein Sohn zwei Jahre alt ist, so ein Gerät, ein Hörbert. Und manchmal habe ich das Gefühl, laut schreien zu müssen, wenn ich noch ein einziges Mal zuhören muss, wie Bobo Siebenschläfer ganz alleine aufsteht.

Dabei geht es mir nicht nur um mein eigenes Seelenwohl. Ich frage mich, ob diese ständige Beschallung nicht auch für Kinder schädlich ist. Wir sind nicht die einzige Familie mit permanentem Geräuschpegel im Kinderzimmer: Rund 35 Prozent der Kinder [<https://de.statista.com/statistik/daten/studie/1299712/umfrage/haeuft>

[igkeit-der-nutzung-von-audiomedien-durch-kleinkinder/](#) zwischen zwei und fünf Jahren konsumieren laut einer Befragung aus dem Jahr 2020 jeden oder fast jeden Tag Hörspiele, Hörbücher und Podcasts. Im Vergleich zu 2014 mit 17 Prozent ist die Tendenz eindeutig steigend. Bei den Sechs- bis 13-Jährigen sind es laut der KIM-Studie von 2022 vor allem Musik und Radio, die häufig genutzt werden, immerhin 28 Prozent konsumieren auch in dieser Altersgruppe noch mindestens einmal wöchentlich Hörbücher oder Hörspiele.

Tendenziell sind Eltern entspannter, wenn es bei Medien ums Hören statt ums Sehen geht. Klar, während Hörspiele laufen, hängen Kinder zumindest nicht vor Bildschirmen und können nebenher sogar noch malen, Bauklötze stapeln, sich anziehen oder aufräumen (haha). Aber ist es für die Konzentration oder die Entspannung überhaupt förderlich, all das mit Hintergrundgeräuschen zu tun? Täte Ruhe den Kindern nicht ab und zu gut?

Sandra Niebuhr-Siebert, Professorin für Erziehungswissenschaft mit Schwerpunkt Erziehung und Bildung im Kindesalter an der Humanistischen Hochschule Berlin, forscht unter anderem zu medialen Einflüssen auf die Entwicklung von Kindern. Sie sieht einen wichtigen Vorteil von Hörspielen genau darin, was Eltern wie mir auf die Nerven geht: Dass Kinder ein und dasselbe Hörspiel immer wieder hören, bis zu hundert Mal, wie sie aus ihrer Forschung weiß. "Dadurch memorieren sie die Inhalte – und das tut ihnen gut", sagt sie. "Zu hören, was sie schon kennen, hilft ihnen, die Kontrolle zu behalten, sich als Experten ihrer Welt zu fühlen." Das Vorhersehbare entlastet und beruhigt Kinder, was wichtig sei in einem Alltag, in dem sie ständig so viel Neues erleben.

Jedes Medium, sagt Sandra Niebuhr-Siebert, habe sein eigenes Potenzial. Das von Audiomedien bestehe darin, dass nur ein Kanal beansprucht wird: der des Hörens. "Das hilft uns, mithilfe unserer Fantasie ganz andere Bilder entstehen zu lassen, als wenn auch das Visuelle vorgegeben wird." Auch die komplexe Sprache und die Art, wie die Geschichte dramaturgisch aufgebaut wird, ist laut Niebuhr-Siebert ein großes Plus bei Hörspielen und Hörbüchern: "Wenn ich Bilder vor Augen habe, genügt es zu sagen: 'Schau mal dort, links in der Ecke!'" Bei reinen Audiomedien dagegen müsse genau beschrieben werden, wo man sich gerade befindet, was zu sehen ist. "Das führt dazu, dass Raum und Zeit ähnlich wie bei schriftlichen Texten in einen Kontext gebracht werden." Auch die Grammatik, wie der Gebrauch des Präteritums, sei häufig dem Schriftlichen nachempfunden. Darum seien Hörspiele und Hörbücher, ebenso wie Bücher, sehr hilfreich für die kreative und kognitive Entwicklung.

Dass Hörspiele für kleine Kinder besser geeignet sind als rein erzählende Hörbücher, liegt auf der Hand: Es platscht, wenn der Frosch in den Teich springt. Es klirrt, wenn die Tasse auf dem Boden zerspringt. Mit einem Rums

fällt die Tür ins Schloss, mit einem Plumps fällt das Kind auf den Po. "Die Möglichkeit, mit Stimmen und Geräuschen zu arbeiten, zudem mithilfe von Musik die Stimmung zu untermalen, hilft Kindern, das Gehörte zu verstehen, und lenkt die Aufmerksamkeit immer wieder auf den Text", sagt Pädagogin Niebuhr-Siebert. Gerade Geräusche, die Kinder aus ihrem eigenen Alltag kennen, seien dabei nützlich, um das Geschehen einordnen zu können.

Auch mal die Stille aushalten

Ein Qualitätsmerkmal von Hörspielen sei es, wenn unbekannte Begriffe benutzt und erklärt werden: "Wenn es zum Beispiel heißt 'Da kommt ein grüner Skarabäus', dann erklärt wird, dass das ein Mistkäfer ist, und das Wort danach immer wieder verwendet wird, bis die Kinder sich den Begriff gemerkt haben." Das heutige Bedürfnis, Inhalte medial immer kürzer, simpler und schneller darzustellen, sieht die Expertin kritisch. Hörspiele seien ein gutes Medium, um komplexe Inhalte auf spielerische, interessante Weise umzusetzen. Sprachlastigen Medien gelinge es im stärkeren Maße als bildlastigen Medien, die Aufmerksamkeit auf die Sprache zu lenken. So fand Niebuhr-Siebert in einer Studie mit ihrer Kollegin Ute Ritterfeld heraus, dass Hörspiele bei Kindern im Alter von drei bis vier Jahren die Sprachentwicklung fördern können.

Allerdings warnt sie auch vor einer pauschalen Ablehnung von Fernsehen oder Videos. "Die bildbasierten Medien haben ihre Berechtigung, weil Kinder die visuelle Unterstützung brauchen, um sich in der Wirklichkeit zurechtzufinden, und der Zugang über Audiomedien oft schwieriger ist." Ob ein Medium gut oder schlecht für Kinder sei, kann nicht generalisiert werden: Studien haben gezeigt, dass für die Effekte eine Wechselwirkung aus Medieninhalten, dem Kontext der Mediennutzung, aus Eigenschaften des Kindes und des Mediums selbst entscheidend sei. Gerade für Kinder mit Sprachentwicklungsstörungen ist das Sehen sogar oft eine wichtige Hilfe. Wissenschaftler und Studien weisen zudem darauf hin, dass Kinder sich die genauen Wörter oft besser merken, wenn Inhalte audiovisuell statt rein auditiv präsentiert werden. Das Erinnern von Inhalten und Informationen war jedoch beim reinen Hören meist genauso gut oder sogar besser.

Erziehungswissenschaftlerin Niebuhr-Siebert rät Eltern, beim Mediengebrauch auf ihr eigenes Bauchgefühl zu hören. "Ich erlebe häufig, dass Eltern sich in ihrer Erziehung gerne durch Studien absichern – aber tatsächlich ist in der Pädagogik die Vision genauso wichtig wie die Empirie." Sprich: Eltern sollten eine Vorstellung davon haben, wie der Familienalltag idealerweise aussehen könnte. Und wenn die Realität zu stark davon abweicht, ist es vielleicht Zeit, zu intervenieren. "Wenn Eltern zum Beispiel das Gefühl haben, mein Kind

schottet sich nur noch mit Kopfhörern ab, das tut mir nicht gut, das tut meinem Kind nicht gut – dann brauchen sie keine Studie, um sagen zu dürfen: Ich wünsche mir eine Veränderung."

Die Kinder lassen sich den ganzen Tag bedudeln, und auch die Eltern laufen rund um die Uhr mit Knopf im Ohr herum? "Wir alle verlernen, auch mal die Stille auszuhalten", sagt die Expertin. Ein Zuviel an Medien, an Geräuschen, an Inhalten könne sogar psychische Erkrankungen wie Depressionen oder Burn-out hervorrufen.

Den Medienkonsum für Erwachsene und für Kinder [<https://www.zeit.de/digital/internet/2024-02/medienkonsum-kinder-jugendliche-social-media-sucht>] einschränken sollte man darum generell, sagt sie, wenn er auf Kosten der Gesundheit, der Glücksgefühle und der Gemeinschaft geht. Die elterliche Sehnsucht nach Ruhe habe dabei genauso viel Gewicht wie der kindliche Wunsch nach ständiger Beschallung. Wichtig sei umgekehrt jedoch ebenfalls, dass Eltern es sich nicht übel nehmen, wenn sie ihrem Ideal von medienfreien Zeiten im Alltag [<https://www.zeit.de/2024/10/bildschirmzeit-kinder-jugendliche-gesundheit-studien>] eben doch nicht immer gerecht werden.

Der omnipräsente Knopf im Ohr sorgt zudem dafür, dass sich Menschen, in der Öffentlichkeit sowie in Familien, immer stärker in ihre eigene Welt zurückziehen: ihr Hörspiel, ihre Musik, ihren Podcast, ihre Serie nur für sich alleine anhören oder anschauen. Dabei fehle der Austausch und das Gemeinschaftsgefühl, sagt Niebuhr-Siebert, die eine immer stärkere Vereinzelung der Menschen beobachtet. Deshalb plädiert sie dafür, Medien öfter einmal zusammen zu konsumieren – um gleich im Anschluss einzuräumen, wie schwierig das in der Realität sein kann. "Meine Kinder sind jetzt 15 und 17 und wir schaffen es kaum, uns abends mal auf einen Film zu einigen, weil jeder seine Serie weiterschauen will." Bei Medien gehe es jedoch auch ums Kinoerlebnis: gemeinsam zu lachen, zu weinen, zu lästern, sich zu erschrecken. Vielleicht ist das auch ein Problem der Hörspiele? Während die meisten Eltern mehrmals pro Woche mit ihren Kindern fernsehen, nutzen Kinder laut MiniKIM-Studie die Audiomedien mehrheitlich alleine. Doch es sei wichtig, sagt Niebuhr-Siebert, sich Hörspiele und Hörbücher auch mal zusammen anzuhören und im Anschluss mit den Kindern darüber zu sprechen. Gerade bei Podcasts sieht die Pädagogin das Problem darin, dass jede und jeder einen Podcast aufnehmen und Meinungen öffentlich verbreiten kann. "Aus Kinderperspektive wird dadurch eine Professionalität assimiliert: Sie glauben, dass jemand allein deshalb eine Instanz ist, weil er oder sie einen Podcast hat." Für Eltern bestehe die Aufgabe darin, den Zugang zu Medien nicht zu verhindern, aber zu kontrollieren: "Egal, ob Podcast, Radio oder Hörspiel, die Eltern sollten Bescheid wissen, was die Kinder sich da täglich anhören."

Oder auch: abendlich anhören. Schlechte Nachrichten für alle Eltern: Die Expertin warnt davor, Hörspiele allzu fest mit dem Schlafen zu verbinden, weil das zu einer Konditionierung führen könnte. Besser sei es, Hörspiele zwar an einem ruhigen und gemütlichen Ort, aber im wachen und aufmerksamen Zustand zu hören. Mein Sohn fragte neulich selbst, wieso wir eigentlich jeden Abend ein Hörspiel anhören – das sei doch auf Dauer langweilig. "Wir könnten ja mal was singen", schlug er stattdessen vor.