Noise-Cancelling-Kopfhörer: Ein Risiko für Kinder?

Sie sind schick, sie sind praktisch – und doch sollten Kinder und Jugendliche lieber öfter auf Noise-Cancelling-Kopfhörer verzichten. Denn für ihre Entwicklung ist es wichtig, dass sie im Alltag viele Geräusche hören.

Eine Tür wird **zugeschlagen**, ein Telefon klingelt, jemand hustet oder spricht laut: Sind zu viele Geräusche um uns herum, kann das sehr anstrengend sein. Der Lärm stört uns, wenn wir uns konzentrieren wollen oder in Ruhe Musik oder einen Podcast hören möchten. In solchen Situationen **setzen** viele Menschen spezielle „Noise-Cancelling-Kopfhörer" **auf**. Sie reduzieren zum Teil aktiv die **Nebengeräusche** und **blenden** so die Umgebung **aus**.

Es gibt jedoch gute Gründe, auch im lauten Alltag nicht immer gleich zu Noise-Cancelling-Kopfhörern zu greifen – denn sie **stehen im Verdacht**, Hörprobleme zu verursachen. Jüngere Menschen könnten sogar eine sogenannte „**Auditive Verarbeitungs- und Wahrnehmungsstörung**" (AVWS) entwickeln, wenn sie solche Kopfhörer sehr häufig und lange nutzen. Sie können dann zwar noch gut hören, sogar leise Geräusche. Allerdings verstehen sie das Gehörte und vor allem das Gesagte nicht richtig.

Für das menschliche **Gehirn** ist es allgemein schwierig, zwischen wichtigen Geräuschen und störenden Nebengeräuschen zu unterscheiden. Etwa ab dem Alter von fünf Jahren beginnt die Entwicklung der Fähigkeit, sinnvolle von sinnlosen **Reizen** zu unterscheiden. Bis zum Ende der **Pubertät** ist diese Entwicklung abgeschlossen. „Fehlen in dieser **Phase** die **akustischen** Angebote, die die Unterscheidung zwischen Stör- und Nutz**schall** notwendig machen, kann unser Gehirn dies nicht lernen", erklärt die Fachärztin Dr. Christine Schmitz-Salue.

Bei Kindern und Jugendlichen kann es **dazu führen**, dass sie unaufmerksam werden und sich nicht konzentrieren können. Ihr Gehirn weiß einfach nicht, wie es **mit** Störgeräuschen **umgehen** soll. Deshalb sollte man gut überlegen: Wann nutze ich Noise-Cancelling-Kopfhörer und wann nicht? Schmitz-Salue rät, sie nur in Situationen zu tragen, in denen der Lärm „wirklich **tierisch nervt**" – oder aber eine Einstellung beim Noise Cancelling zu wählen, die Störgeräusche zumindest teilweise durchlässt.

Autor/Autorin: Alexander Freund, Janna Degener-Storr

Glossar

Noise-Cancelling (n., aus dem Englischen, nur Singular) – die Tatsache, dass man Nebengeräusche technisch ausblendet, sodass man sie (fast) nicht mehr hört

Kopfhörer, - (m.) – ein technisches Gerät, das man auf oder in die Ohren setzt, um Musik oder andere Audioinhalte zu hören

etwas zu|schlagen – hier: etwas mit Kraft und Schnelligkeit zumachen

etwas auf|setzen – etwas (z. B. einen Kopfhörer) auf den Kopf setzen

Nebengeräusch, -e (n.) – ein Geräusch, das stört und das man nicht hören will

etwas aus|blenden – hier: etwas nicht mehr hörbar machen

im Verdacht stehen – so, dass man von einer Sache oder Person etwas (meist Negatives) vermutet, das man aber noch nicht vollständig beweisen kann

Auditive Verarbeitungs- und Wahrnehmungsstörung (f., nur Singular) – eine Störung, bei der das Gehörte nicht richtig verarbeitet wird

Gehirn, -e (n.) – der Teil des Körpers im Kopf, mit dem der Mensch denkt

Reiz, -e (m.) – hier: das Geräusch; etwas, das von außen einen Einfluss auf den Körper oder die Wahrnehmung hat

Pubertät (f., nur Singular) – die Zeit im Leben, in der man körperlich vom Kind zum Erwachsenen wird; das Teenageralter

Phase, -n (f.) – der Zeitabschnitt

akustisch – so, dass etwas hörbar ist

Schall (m., nur Singular) – hier: die Geräusche; der Lärm

zu etwas führen – ein bestimmtes Ergebnis haben; etwas zur Folge haben

mit etwas um|gehen – auf eine bestimmte Situation reagieren

tierisch – hier umgangssprachlich für: sehr

jemanden nerven – jemanden stören