Der Pampers® Baby Report

Das Village-Barometer

Was könnte schöner, herausfordernder, emotionaler und erfüllender sein als die ersten 1.000 Tage mit einem Baby?

Es ist eine Zeit unglaublicher Veränderungen: Die Welt eines Babys wird jeden Tag größer, jeder kleine Schritt fühlt sich wie ein gewaltiger Sprung an, jedes Lächeln schenkt unendliche Freude … und jeder wunderschöne Meilenstein kann zugleich tausend neue Fragen aufwerfen.

An wen wenden sich Eltern, wenn diese Fragen auftauchen, ob um 15 Uhr oder um 3 Uhr morgens, mitten in einer weiteren schlaflosen Nacht?

Als Mutter von zwei Kindern habe ich es selbst erlebt: **Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind großzuziehen**. Und vielleicht hat sich das noch nie so wahr angefühlt wie heute. Noch nie gab es so viele Informationen, und Ratschläge kommen aus mehr Quellen denn je: von der Kinderärztin oder dem Kinderarzt der Familie und wohlmeinenden Großeltern bis hin zu vertrauenswürdigen Content Creators, die die Realität des Elternseins teilen. Das „Village“ eines Babys war noch nie so vielfältig und reich an Perspektiven.

Doch dieses sich wandelnde Umfeld kann auch Unsicherheit, Erschöpfung, widersprüchliche Ratschläge und Momente mit sich bringen, in denen Eltern sich fragen, ob sie genug tun oder wie sie ihr Baby am besten dabei unterstützen können, glücklich und gesund aufzuwachsen.

Seit mehr als 60 Jahren steht Pampers Babys und ihren Familien zur Seite. Wir haben erlebt, wie sich das Village mit jeder neuen Elterngeneration weiterentwickelt hat. Eines ist in all dieser Zeit unverändert geblieben: Babys entwickeln sich am besten, wenn sich die Menschen, die für sie sorgen, unterstützt, gut informiert und sicher fühlen, wenn ihr Village stark ist. Diese Überzeugung ist die Inspiration für den **Pampers Baby Report: Das Village-Barometer**.

Gemeinsam mit vertrauenswürdigen Partnern haben wir im Rahmen umfassender Studien in ganz Europa Tausende Eltern sowie Kinderärztinnen und Kinderärzte befragt. Dabei wollten wir einer einfachen, aber wichtigen Frage nachgehen: **Wie gut unterstützt fühlen sich Eltern während der ersten 1.000 Tage ihres Babys wirklich?**

Unsere Erkenntnisse sind zugleich ermutigend und nachdenklich stimmend.

Viele Eltern berichten, dass sie ein Village um sich haben. Doch diese Unterstützung ist nicht immer etwas, worauf sie sich im Alltag verlassen können. Viele erleben Einsamkeit, Erschöpfung, eine Flut an Informationen und Selbstzweifel. Das Village ist da, aber oft nicht überall gleich stark.

Bei Pampers sind wir überzeugt: Wenn wir Familien auf sinnvolle Weise unterstützen wollen, müssen wir ihnen zuhören und ihre Lebensrealität verstehen. Das ist Teil unseres langjährigen Versprechens, jeden Tag für jedes Baby unser Bestes zu geben. Mit diesem Bericht möchten wir die Welt, die Familien umgibt, noch besser verstehen und aufzeigen,

welche Bedingungen Babys und Eltern dabei helfen können, sich bestmöglich zu entwickeln.

Denn Babys brauchen keine perfekten Eltern. Sie brauchen liebevolle, feinfühlige Bezugspersonen, die sich selbst unterstützt, verbunden und sicher fühlen und die Raum haben, sich auszuruhen, zu erholen und die kostbaren Momente des Alltags gemeinsam zu genießen. So können sich Babys auf das konzentrieren, was sie am besten können: lieben, schlafen, spielen.

Ich hoffe, dass die Erkenntnisse dieses Berichts Gespräche anstoßen, zum Handeln inspirieren und unser gemeinsames Verständnis dafür vertiefen, was Familien heute brauchen. Vor allem hoffe ich, dass sie alle Eltern daran erinnern, dass sie nicht allein sind. Hinter jedem Baby steht ein Village. Und gemeinsam können wir dieses Village stärker, unterstützender und aufmerksamer machen, damit jedes Baby den bestmöglichen Start ins Leben erhält.

Das ist unser Versprechen bei Pampers: Teil dieses Village zu sein, auf jedem Schritt des Weges.

Federica Pompei
Senior Vice President, Baby Care Europe





Inhalt

01	Zusammenfassung	06
02	Die ersten 1.000 Tage brauchen ein Dorf	10
03	Wie sich das Dorf rund um Babys verän-dert hat	16
04	So funktioniert das Pampers Baby Barometer	20
05	Verbundenheit und Unterstützung: Menschen, die Babys und ihre Familien tragen	26
06	Sicherheit und Orientierung: Wenn zu viele Informationen Eltern verunsichern	32
07	Ruhe und Erholung: Familien durch die Nächte tragen, die ihre Tage prägen	38
08	Spielen und Bindung: Raum für alltägliche Momente der Nähe	44
09	Babyfreundliche Zukunft: Eine Welt, in der Babys gut aufwachsen können	54
10	Ein starkes Dorf für jedes Baby	60
11	Quellenangaben	66



01

Zusammenfassung

Das Pampers Baby Barometer ist ein neuer Weg, um die Unterstützung für Babys in ihren ersten 1.000 Tagen besser zu verstehen.

Das Pampers Baby Barometer basiert auf einer umfangreichen europaweiten Studie, die Ipsos im April 2026 mit **4.339 Eltern** und **425 Kinderärztinnen und Kinderärzten** in **neun Ländern** durchgeführt hat. Ergänzt durch eine weitere statistische Auswertung von UNICEF Innocenti, führt es 15 Indikatoren in fünf Unterstützungsbereichen rund um Babys zusammen: Verbundenheit und Unterstützung, Sicherheit und Orientierung, Ruhe und Erholung, Spielen und Bindung sowie babyfreundliche Zukunft.[1,2]



58/100

Basierend auf dieser Studie liegt das Ergebnis des Pampers Baby Barometers 2026 für die **Unterstützung rund um Babys** bei 58 von 100.

Dieses Ergebnis ist kein Urteil, sondern mehr als ein Ausgangspunkt zu verstehen. Der Wert liegt in dem Gesamtbild, das es über alle fünf Unterstützungsbereiche hinweg entsteht. Es zeigt: Das „Dorf“, das Eltern benötigen, ist da – aber nicht für alle gleichermaßen. Gemeint ist damit das moderne Dorf rund um das Baby: ein Netzwerk aus Unterstützung durch Familie und Freunde ebenso wie durch Fachkräfte, digitale Angebote und gesellschaftliche Strukturen.

Viele Eltern fühlen sich unterstützt, glücklich und sicher in ihrer Rolle. Und viele kennen die Bedürfnisse von Babys in den ersten 1.000 Tagen. Gleichzeitig haben viele Eltern mit Einsamkeit, Müdigkeit, Informationsüberflutung zu kämpfen und dem Druck in Bezug auf die Entwicklung ihres Babys und das Erreichen bestimmter Meilensteine. Und oft zweifeln sie daran, ob manche Situationen im Alltag wirklich auf die Bedürfnisse von Babys ausgerichtet sind.[1]

Der Report betrachtet das Umfeld von Babys und hinterfragt, ob Eltern und Netzwerk um sie herum die Sicherheit, Orientierung und praktische Unterstützung erhalten, die eine liebevolle und bedürfnisorientierte Fürsorge im Alltag erleichtern. Der Report bewertet weder Eltern noch Familien und misst auch nicht den Entwicklungsstand von Babys. Stattdessen zeichnet er ein fundiertes, datenbasiertes und einfühlsames Bild davon, wie Babys und ihre Eltern heute in Europa leben. So hilft er zu verstehen, welche Unterstützung sie heute schon haben und wo noch mehr gebraucht wird.

Seine Botschaft ist zuversichtlich und lösungsorientiert. Babys brauchen keine perfekten Eltern oder ein perfektes Zuhause. Sie brauchen bedürfnisorientierte Fürsorge, Momente der Nähe und ein Dorf, das ihnen dabei hilft, sich weniger allein und weniger beurteilt zu fühlen – und besser auf die Bedürfnisse des Babys eingehen zu können.

Dieses Dorf zu stärken bedeutet, den Zugang zu vertrauenswürdiger Beratung zu erleichtern, Familien dabei zu unterstützen, ausreichend zur Ruhe zu kommen, spielerisch die Entwicklung zu fördern, und sicherzustellen, dass Babys bei allen Dingen und Entscheidungen, die das Familienleben prägen, berücksichtigt werden.

Anstatt Eltern zu bitten, mehr zu tun, fragt das Pampers Baby Barometer, wie man das Dorf um sie herum stärken kann.





02

Die ersten 1.000 Tage brauchen ein Dorf

Die ersten 1.000 Tage eines Babys sind eine Phase des schnellen Wachstums, des Lernens, der kontinuierlichen Entdeckung und der starken Verbundenheit. Von der Schwangerschaft bis zum Ende des zweiten Lebensjahres entwickeln Babys wichtige Grundlagen für ihre spätere körperliche Gesundheit, ihre Kommunikation, ihre Beziehungen und ihre kognitive Entwicklung.
Der Begriff „die ersten 1.000 Tage“ ist in Wissenschaft und Politik weit verbreitet. Die Forschung betrachtet diese Phase aus unterschiedlichen Perspektiven – von der Schwangerschaft und frühen Kindheit über die frühe neurologische Entwicklung bis hin zur liebevollen Fürsorge, die kleine Kinder umgibt.[3,4,5,6]

Einfach ausgedrückt: Sobald die Hauptbedürfnisse eines Babys erfüllt sind, kehrt dieser Report zu drei alltäglichen Bedürfnissen zurück, die Eltern gut kennen: Liebe, Schlaf und Spiel. Babys brauchen liebevolle, verlässliche Bezugspersonen, Möglichkeiten zum Ausruhen und spielerische Momente, in denen sie die Welt entdecken und Nähe zu den Menschen um sie herum erleben können.



Diese Erkenntnisse sollten zur Unterstützung anregen und keinen Druck ausüben. Die ersten 1.000 Tage legen wichtige Grundlagen. Gleichzeitig dürfen Eltern einfach Menschen sein – ohne jeden Moment optimieren oder immer alles richtig machen zu müssen. Babys brauchen weder ein perfektes Zuhause noch perfekte Routinen oder ständig neue Reize. Was sie brauchen, ist eine verlässliche, bedürfnisorientierte Fürsorge in einer gesunden, sicheren und liebevollen Umgebung. Und Erwachsene, die selbst genug Unterstützung erhalten, um die Signale des Babys wahrzunehmen, darauf einzugehen und neue Kraft zu schöpfen.

Die ersten 1.000 Tage sind eine wichtige Grundlage für die Gesundheit und Entwicklung von Kindern, aber sie sollten Eltern keinen Druck machen. Babys brauchen liebevolle, bedürfnisorientierte Fürsorge und frühe Anregungen in einer sicheren, unterstützenden Umgebung, damit sie sich gut entwickeln können.

— Chemba Raghavan, Global Lead, Early Childhood Development, UNICEF

Last sentence of the quote is different to the ENG version. Name Quote is different as well.

Aus diesem Grund sollte nicht nur gefragt werden, was Eltern tun. Er muss auch fragen, was sie umgibt. Babys erleben die Welt durch die Menschen, die sie halten, füttern, wickeln, trösten, mit ihnen spielen und auf ihre Signale eingehen. Wie gut diese Menschen für das Baby da sein können, hängt auch davon ab, wie viel Unterstützung sie selbst erfahren: ob sie genug Erholung finden, um den Alltag zu bewältigen – besonders wenn eine durchgeschlafene Nacht wie eine ferne Erinnerung wirkt; ob sie sich selbst vertrauen; ob sie sich in den verschiedenen Informationsquellen zurechtfinden; und ob sie genug Anschluss haben, um um Hilfe zu bitten, bevor Sorgen immer schwerer wiegen.

Es braucht ein Dorf, um ein Kind großzuziehen. Doch das Dorf von heute sieht anders aus – und genau diese vertraute Metapher macht das unterstützende Umfeld rund ums Baby sichtbar. Dieses Dorf meint nicht nur Großeltern oder Nachbarinnen und Nachbarn – und auch keine nostalgische Vorstellung vom Familienleben. Zum Dorf von heute gehören Eltern, Partnerinnen und Partner, Verwandte, Freundinnen und Freunde, medizinische Fachkräfte, Kinderbetreuungseinrichtungen, Gemeinschaften, digitale Angebote, Marken, Arbeitgeber, öffentliche Räume und gesellschaftliche Systeme. Manche Teile dieses Dorfes sind persönlich und im direkten Umfeld. Andere bieten fachliche Unterstützung – etwa durch Hebammen oder Kinderärztinnen und Kinderärzte. Wieder andere sind digital. Und manche Unterstützung ist ganz praktisch: eine gute und saubere Wickelmöglichkeit, ein Produkt, das unnötige Unterbrechungen reduziert, oder eine Information, die auch um drei Uhr morgens leicht verständlich ist.

Das Pampers Baby Barometer nutzt unsere Forschung, um die Bereiche zu betrachten, die Eltern in Europa im Kontext rund um Babys beschreiben. Dahinter steht eine einfache Idee: Babys wachsen durch liebevolle Fürsorge. Und diese fällt leichter, wenn auch die Menschen rund um das Baby Unterstützung erfahren. Deshalb blickt das Pampers Baby Barometer über das Verhalten einzelner Eltern hinaus auf die Bedingungen, die Fürsorge im Alltag prägen: Verbundenheit, Sicherheit Erholung, Spiel und die Frage, wie sehr der Alltag auf Babys ausgerichtet ist.[8]



Babys entwickeln sich nicht in Isolation. Sie wachsen durch wiederkehrende, liebevolle Interaktionen mit den Menschen um sie herum. Diese entstehen natürlicher und leichter, wenn die Bezugspersonen Unterstützung erfahren, sich sicher fühlen und gut auf die Signale des Babys eingehen können.

— Professorin Natasha Kirkham, Birkbeck, University of London

Das Center on the Developing Child der Harvard University beschreibt „Serve and Return“ als einen Austausch zwischen einem kleinen Kind und der für es sorgenden Person. Dieses Muster unterstützt die Entwicklung der Gehirnstruktur sowie sprachlicher und sozialer Fähigkeiten. Im Alltag eines Babys zeigt sich das oft in ganz kleinen Momenten: Jemand antwortet auf einen Laut, erwidert ein Lächeln, bemerkt ein Strampeln oder singt ein Lied noch einmal. Die wissenschaftlichen Erkenntnisse dahinter sind bedeutsam – doch im Alltag zeigt sich ihre Wirkung oft in wunderbar einfachen Momenten.[10]

Das Pampers Baby Barometer wurde entwickelt, um das Umfeld rund um diese ganz alltäglichen Momente zu beschreiben. Es führt die Erkenntnisse von Eltern und medizinischen Fachkräften in einem ersten Überblick über die verschiedenen Bereiche zusammen. So zeigt es, wie sich das Dorf rund um Babys heute anfühlt und wo die Unterstützung im Alltag gestärkt werden kann. Damit schafft das Pampers Baby Barometer einen Ausgangspunkt für ein konstruktives Gespräch: nicht darüber, was Eltern noch mehr tun sollten, sondern darüber, was das Dorf besser machen kann.





03

Wie sich das Dorf rund um Babys verändert hat



Jedes Baby beginnt sein Leben damit, Kontakt aufzunehmen. Ein Blick, ein Weinen, ein Strampeln, ein Lächeln, eine kleine Hand, die sich um einen Finger schließt und wieder öffnet. Lange bevor ein Baby sprechen kann, bittet es die Welt um sich herum bereits darum, seine Signale wahrzunehmen, darauf zu reagieren und ihm nahe zu sein.

Seit jeher kommt diese Antwort nicht allein von den Eltern. Babys sind schon immer in einem Dorf aufgewachsen – getragen von den Menschen, Routinen, Orten, Ratschlägen und der alltäglichen Fürsorge rund um ihre Familie. Dieses Dorf gibt es auch heute noch – aber es sieht anders aus und fühlt sich anders an. Familien leben heute möglicherweise weiter von ihren Angehörigen entfernt. Beruf und Kinderbetreuung lassen sich oft nur schwer miteinander vereinbaren, Gesundheitssysteme können an ihre Grenzen kommen, und Ratschläge sind überall – vor allem online..[7,11,12,13]

6 von 10 Eltern fühlen sich insgesamt **unterstützt**

Total base (parents) **n=4339** (59%)
Not yet translated. Throughout the document.

In unserer Studie sagen die meisten Eltern, dass sie ein Dorf haben, und **sechs von zehn fühlen sich insgesamt unterstützt**. Das ist ein beruhigender Ausgangspunkt, weil es zeigt, dass viele Babys von Menschen umgeben sind, die sich kümmern. Das Bild ist jedoch ungleichmäßig. Das Dorf, das Eltern sich wünschen, ist größer als die Unterstützung, die sie tatsächlich erleben: Im Durchschnitt erwarten sie **3,4 Arten von Unterstützung, im Alltag sind es 2,8**. Nachbarinnen und Nachbarn, Elterngruppen und medizinische Fachkräfte sind im tatsächlichen Dorf weniger präsent, als Eltern es sich wünschen würden. Viele Eltern sind deshalb stark auf sich selbst, ihre Partnerin oder ihren Partner und die engste Familie angewiesen.[1]

Total base (parents) **n=4339**
Not yet translated. Throughout the document.

Im Fokus: die Rolle digitaler Hilfsangebote im Dorf von heute



Digitale Hilfsangebote gehören heute zum Familienalltag. Sie kann beruhigen, das Gefühl vermitteln, nicht allein zu sein, und schnellen Zugang zu Ideen bieten – besonders wenn Eltern nachts wach liegen oder eine einfache Antwort suchen. Sie kann aber auch verunsichern, wenn Eltern auf zu viele Quellen, widersprüchliche Ratschläge oder unklare Hinweise zur Vertrauenswürdigkeit stoßen. In einem starken Dorf bilden digitale Angebote eine zusätzliche Form der Unterstützung – verbunden mit persönlicher und fachlicher Hilfe, nicht als deren Ersatz.

Q5: When you hear the phrase "It takes a village to raise a child", what does 'the village' mean to you?
Q6: Who currently forms part of your baby's support network ("village")?
Q13: How supported do you feel overall in raising your baby?
Not yet translated. Throughout the document.

Dass sich das Dorf verändert hat, bedeutet auch: Das Pampers Baby Barometer sollte als Momentaufnahme verstanden werden. Es geht darum, wo Babys und Eltern sich von ihrem Dorf bereits getragen fühlen – und wo Unterstützung im Alltag noch wärmer, klarer und leichter erreichbar werden kann.

Ein Barometer ist hilfreich, weil es vielfältige Erkenntnisse strukturiert zusammenführt. Entscheidend ist, es als Momentaufnahme der aktuellen Unterstützungsbereiche zu verstehen – nicht als Ursachenindex oder Rangliste von Eltern und Familien.

— Gwyther Rees,
UNICEF Office of Strategy and Evidence - Innocenti

Auch über Familienformen sollte mit Bedacht gesprochen werden. Denn Babys können in ganz unterschiedlichen Familien Liebe, Verbundenheit und Fürsorge erfahren. Entscheidend ist, dass die Unterstützung Eltern erreicht, bevor sie sich allein, überlastet oder ratlos fühlen – unabhängig davon, wie ihre Familie aussieht.

Genau hier setzt das Pampers Baby Barometer an: Es betrachtet das Umfeld von Babys in ihren ersten 1.000 Tagen und zeigt, wo sich das moderne Dorf stark anfühlt, wo es an seine Grenzen kommt und wo Familien mehr Sicherheit, Fürsorge und Zuspruch brauchen.



04

So funktioniert das Pampers Baby Barometer

Das Pampers Baby Barometer basiert auf einer europaweiten Umfrage, die Ipsos im April 2026 in neun Ländern durchgeführt hat. Befragt wurden 4.339 Eltern und 425 Kinderärztinnen und Kinderärzte dazu, was Babys brauchen, wie Familien unterstützt werden und wo sich das moderne Dorf stark zeigt oder an seine Grenzen kommt. Die Ergebnisse wurden zusammen mit statistischen Analysen ausgewertet, die von UNICEF Innocenti durchgeführt wurden und Indikatoren wie Unterstützung, Glück, Selbstvertrauen, Schlaf, Spiel, Informationen, Einsamkeit und zukünftige Sorgen untersuchten.[1,2]

4,339
Eltern

425
Kinderärztinnen und Kinderärzte

9
Ländern

In der im April 2026 von Ipsos durchgeführten Umfrage ging es um Unterstützung, Schlaf, Spiel, Informationen, Einsamkeit, digitale Hilfsangebote, Sorgen um die Zukunft und die Wahrnehmung von Eltern von ihrem Dorf rund ums Baby. Das Pampers Baby Barometer verwendet 15 ausgewählte Umfrageindikatoren, die zusammen mit statistischen Analysen von UNICEF Innocenti überprüft wurden, um ein allgemeines Bild der Unterstützungsbereiche rund um Babys zu erstellen. Es ist als beschreibende Übersicht gedacht – nicht als klinisches Maß für die kindliche Entwicklung, Bewertung von Eltern oder eine Rangliste von Ländern.



Diese Indikatoren wurden in fünf Säulen gruppiert. Jede Säule beleuchtet einen anderen Teil des Umfelds rund um Babys in ihren ersten 1.000 Tagen. Einige Indikatoren sind positiv, z. B. ob sich Eltern unterstützt, glücklich oder sicher fühlen. Andere sind Indikatoren für Belastungen, wie beispielsweise Einsamkeit, Müdigkeit, Informationsüberflutung oder Sorgen um die Zukunft. Damit die Ergebnisse leicht verständlich sind, wird jeder Indikator so umgerechnet, dass ein höherer Wert immer für einen stärkeren Unterstützungsbereich rund um das Baby steht. Die Werte sind als beschreibende Momentaufnahme der einzelnen Unterstützungsbereiche zu verstehen – nicht als statistische Rangfolge der Säulen. Künftige Erhebungen können einzelne Indikatoren weiter verfeinern oder vertiefen. Diese erste Auswertung liefert jedoch eine klare Grundlage, auf der aufgebaut werden kann.

Wenn beispielsweise 65 % der Eltern sagen, dass sie ein Dorf haben, fließt der Wert 65 in „Verbundenheit und Unterstützung“ ein. Wenn 44 % der Eltern angeben, sich zumindest manchmal einsam zu fühlen, beträgt der positive Wert 56 – denn 56 % berichten nicht von Einsamkeit in diesem Ausmaß. Das Pampers Baby Barometer bildet für jeden Bereich den Durchschnitt der zugehörigen Indikatoren. Aus den fünf Werten ergibt sich anschließend der Gesamtwert.

65 %

65 % der Eltern sagen, dass sie ein Dorf haben
=
der Wert 65 enthalten in „Verbundenheit und Unterstützung“

44 %

44 % der Eltern die sich zumindest manchmal einsam fühlen
=
der positive Wert beträgt 56

Säule	Wert	Was der Wert zeigt	Zentrale Heraus-forderung
Verbundenheit und Unterstützung	60	Viele Eltern fühlen sich unterstützt oder sagen, dass sie ein Dorf haben.	Doch diese Unterstützung erreicht nicht alle gleichermaßen.
Sicherheit und Orientierung	71	Die meisten Eltern fühlen sich in ihrer Rolle oft oder immer glücklich und sicher. Doch die Fülle von Ratschlägen kann weiterhin verunsichern.	Informationen sollten Orientierung und Sicherheit geben – nicht überfordern.
Ruhe und Erholung	53	Unterbrochener Schlaf und Müdigkeit gehören für viele Familien zum Alltag. Deshalb ist auch Erholung ein wichtiger Teil des unterstützen-den Umfelds.	Familien brauchen Unterstützung, die ihnen nicht nur bei Routinen hilft, sondern auch Raum für Erholung schafft.
Spielen und Bindung	48	Eltern wissen, wie wert-voll Spielen ist. Doch wie leicht gemeinsame Spielmomente gelingen, hängt auch von Zeit, Belastung und der eigenen Sicherheit ab.	Gemeinsames Spielen im Alltag sollte sich nach Nähe und Verbin-dung anfühlen – nicht nach Leistung.
Babyfreundliche Zukunft	56	Eltern denken nicht nur an die tägliche Fürsorge, sondern auch an die Welt, in der ihr Baby aufwachsen wird.	Systeme, Räume und Angebote sollten stärker auf die Bedürfnisse von Babys und ihren Familien ausgerichtet sein.

Total base (parents) **n=4339**

Der eigentliche Wert liegt weniger in einer einzelnen Zahl als in dem Gesamtbild, das das Pampers Baby Barometer sichtbar macht. Das Pampers Baby Barometer ist dann besonders aussagekräftig, wenn die fünf Bereiche gemeinsam betrachtet werden. So wird sichtbar, wo das Dorf Eltern und Babys bereits trägt – und wo die Bedingungen für liebevolle Fürsorge im Alltag weiter gestärkt werden können. Die Säulenwerte helfen, die Ergebnisse zu strukturieren. Sie sind jedoch keine Rangliste, die einzelne Bereiche statistisch als stärker oder schwächer bewertet.



Geschichten aus dem Dorf – keine Länderrangliste
Die Länderporträts in diesem Report sind weder eine Rangliste der besten Orte für ein Baby noch eine Bewertung von Eltern in verschiedenen Ländern. Sie zeigen vielmehr, wie sich unterschiedliche Teile des Dorfes in Europa anfühlen: wo Unterstützung besonders sichtbar ist, wo Belastungen stärker spürbar sind und wo der Alltag mehr oder weniger auf Babys ausgerichtet ist.





05

Verbundenheit und Unterstützung:

Menschen, die Babys und ihre Familien tragen

60/100
Wert für Verbundenheit und Unterstützung

65 %
Eltern sagen, dass sie ein Dorf haben

60 %
Eltern fühlen sich insgesamt unterstützt

44 %
Eltern fühlen sich zumindest manchmal einsam

Total base (parents) **n=4339**

Ein Baby erlebt Unterstützung nicht als eine Liste von Angeboten. Ein Baby spürt sie in der ruhigen Verlässlichkeit der Person, die es auf dem Arm hält; in helfenden Händen, die Eltern eine Pause ermöglichen; in Großeltern oder Nachbarinnen und Nachbarn, die Essen vorbeibringen; in Freundinnen und Freunden, die ohne zu urteilen zuhören; und in medizinischen Fachkräften, die klar und einfühlsam Orientierung geben.

Der Unterstützungsbereich „Verbundenheit und Unterstützung“ erreicht im Pampers Baby Barometer einen Wert von 60 von 100. 65 % der Eltern sagen, dass sie ein Dorf haben; 60 % fühlen sich insgesamt unterstützt. Das ist ein ermutigender Ausgangspunkt: Das Dorf ist weiterhin da – in der Familie, im Freundeskreis, in Partnerschaften und in Gemeinschaften, bei Fachkräften und für manche Eltern auch im digitalen Raum.[1]

Gleichzeitig zeigt dieser Bereich, dass Unterstützung und Verbundenheit nicht selbstverständlich sind. 44 % der Eltern geben an, sich zumindest manchmal einsam zu fühlen. Einsamkeit ist dabei etwas anderes, als einfach nur allein zu sein. Die Forschung zu Einsamkeit rund um Schwangerschaft und Geburt beschreibt sie als die subjektiv empfundene Lücke zwischen der Verbundenheit, die Eltern erleben, und der Verbundenheit, die sie brauchen. Eltern können von Menschen umgeben sein und sich dennoch nicht unterstützt fühlen – wenn Beziehungen nicht emotional sicher, hilfreich oder nah genug sind.[1,14]

Q13: How supported do you feel overall in raising your baby?
Q7: Overall, do you feel you have a “village” supporting you in raising your baby? Feel lonely : sometimes + often + always
Q2: Thinking about the past month, how often have you experienced the following feelings?



Geschichte aus dem Dorf: Wo Unterstützung nah ist – oder an ihre Grenzen kommt

In Italien ist das Dorf besonders sichtbar: **74 %** der Eltern sagen, dass sie ein unterstützendes Dorf haben – gegenüber **65 %** insgesamt. In Frankreich sagen dies **52 %**. Im Vereinigten Königreich zeigt sich eine andere Belastung: Dort fühlen sich **53 %** der Eltern zumindest manchmal einsam. In allen drei Ländern geht es nicht darum, wie sehr Eltern sich kümmern, sondern darum, wie nah und erreichbar sich Unterstützung anfühlt, wenn sie gebraucht wird.

Total parent base : n=4339
Total parent base in **Italy** : n=570
Total parent base in **France** : n=500
Total parent base in **UK** : n=500

Die Stärke des Dorfes entsteht offenbar durch mehrere Ebenen der Unterstützung. Eltern, die auf Unterstützung aus Familie und Gemeinschaft zurückgreifen können, fühlen sich häufiger unterstützt und sagen eher, dass sie ein Dorf haben, als Eltern, die vor allem auf sich selbst oder ihre Partnerin beziehungsweise ihren Partner angewiesen sind. Digitale Hilfsangebote können ebenfalls helfen – besonders Eltern, denen weniger andere Formen der Unterstützung zur Verfügung stehen. Ihr Wert hängt jedoch davon ab, wie vertrauenswürdig die Quelle ist und wie viel Gemeinschaft und Zuversicht sie vermittelt.[1,11]

Auch medizinische Fachkräfte und Angebote vor Ort können Teil eines größeren Unterstützungsnetzes werden. Erkenntnisse aus der frühkindlichen Bildung und Betreuung zeigen, dass Eltern Unterstützung schätzen, die leicht zugänglich ist, auf ihre Bedürfnisse eingeht und eine Brücke zwischen Zuhause und Angeboten bildet. Genau das brauchen Familien in den ersten 1.000 Tagen häufig: keine distanzierten Expertinnen und Experten, sondern verlässliche Orientierung, die Sicherheit gibt und praktische Hilfe eröffnet.[24]



Unterstützung für Bezugspersonen ist auch für Babys wichtig. Denn sie erleben diese Unterstützung durch die Verlässlichkeit, Feinfühligkeit und emotionale Verfügbarkeit der Erwachsenen um sie herum.

— Professorin Natasha Kirkham,
Birkbeck, University of London



Ein stärkeres Dorf bedeutet deshalb nicht einfach ein größeres Dorf. Es reagiert auf Bedürfnisse, schafft Vertrauen und ist nah genug, um zu helfen, bevor Sorgen zu Krisen werden. Es bietet praktische Hilfe, emotionalen Rückhalt und vertrauenswürdige Orientierung. Und es erkennt an: Indem das Dorf die Eltern stärkt, stärkt es auch Babys.

So sieht ein starkes, unterstützendes Dorf aus

Nah und erreichbar

Unterstützung sollte sich nah und wirklich erreichbar anfühlen – nicht nur theoretisch vorhanden sein. Eltern brauchen Menschen, mit denen sie offen sprechen können, ohne sich beurteilt, korrigiert oder nicht ernst genommen zu fühlen.

Praktisch im Alltag

Ein starkes Dorf hilft bei den ganz alltäglichen Herausforderungen rund ums Baby – von Mahlzeiten, Besorgungen und Terminen bis hin zu Kinderbetreuung, Pausen und Zeit zum Erholen.

Zugewandt und bestärkend

Die beste Unterstützung stärkt das Vertrauen der Eltern in die eigenen Fähigkeiten. Sie hört zuerst zu, bevor sie Rat gibt, und erkennt an, dass Babys in ganz unterschiedlichen Familienformen liebevoll umsorgt werden können.

Wenn das Dorf die Menschen stärkt, die für ein Baby da sind, schafft es Raum für die Nähe, die Babys in den kleinsten Momenten spüren: eine ruhige Stimme, ein erwidertes Lächeln, eine tröstende Umarmung und jemanden, der verlässlich auf ihre Signale eingeht.



06

Sicherheit und Orientierung:

Wenn zu viele Informationen Eltern verunsichern

71 /100
Wert für Sicherheit und Orientierung

85 %
Fühlen sich als Eltern oft oder immer glücklich

71 %
Fühlen sich als Eltern oft oder immer sicher

42 %
Fühlen sich von Informationen rund ums Elternsein überfordert

Total base (parents) **n=4339** Q2 Q44

Alle Eltern kennen diese Frage: Mache ich es richtig? Trinkt mein Baby genug? Schläft oder spielt es genug? Weint es zu viel? Entwickelt es sich so, wie es sollte? In den ersten 1.000 Tagen tauchen Fragen oft schneller auf als Antworten – und Ratschläge kommen von allen Seiten gleichzeitig.

95 % Kinderärztinnen und Kinderärzte stimmen zu, zu viele Beratungsquellen können Eltern überfordern

Total HCP **n=425** Q5.

Der Unterstützungsbereich „Sicherheit und Orientierung“ erreicht im Pampers Baby Barometer einen Wert von 71 von 100. Viele Eltern fühlen sich in ihrer Rolle oft oder immer glücklich und sicher – ein ermutigender Ausgangspunkt. Gleichzeitig kann dieses Gefühl von Sicherheit ins Wanken geraten. Eltern können ihrem Baby im Alltag liebevoll und sicher zur Seite stehen und dennoch durch eine Flut an Informationen oder widersprüchliche Ratschläge verunsichert werden und das Gefühl vermittelt bekommen, dass gute Eltern immer noch etwas mehr wissen müssten.[1]

In unserer Studie sagen 42 % der Eltern, dass sie sich von der Fülle an Informationen rund ums Elternsein überfordert fühlen. Die weiteren Daten zeigen, wie leicht die Suche nach Sicherheit selbst zu einer zusätzlichen Belastung werden kann. Medizinische Fachkräfte beobachten dasselbe Muster aus einer anderen Perspektive: 95 % der Kinderärztinnen und Kinderärzte stimmen zu, dass zu viele Beratungsquellen Eltern überfordern können. Das unterstreicht, dass Vertrauen und ein Gefühl von Sicherheit ebenso wichtig sind wie die Information selbst.[1]

Geschichte aus dem Dorf: Wo Eltern klare Orientierung brauchen

Deutschland zeigt, wie laut und unübersichtlich sich das Informationsumfeld anfühlen kann: **55 %** der Eltern fühlen sich von der Fülle an Informationen rund ums Elternsein überfordert – gegenüber **42 %** insgesamt. In Schweden liegt dieser Anteil mit **35 %** niedriger. Für Eltern, die das Beste für ihr Baby möchten, kann klare und vertrauenswürdige Orientierung ebenfalls ein wichtiger Teil des Dorfes sein.

Total parent base : n=4339
Total parent base in **Germany** : n=500
Total parent base in **Sweden** : n=400

Wissenschaftliche Erkenntnisse zur elterlichen Selbstwirksamkeit – also zum Vertrauen in die eigenen Entscheidungen – und zur Informationsflut untermauern dieses Bild. Sie deuten darauf hin, dass Eltern häufiger online suchen, wenn sie sich unsicher oder überfordert fühlen. Daraus kann eine Spirale entstehen: Mehr Suche führt zu mehr Informationen – und damit zu noch mehr Druck, sie einzuordnen.[15]

Eltern haben heute Zugang zu einer Fülle von Informationen. Was sie ebenso brauchen, ist Orientierung, der sie vertrauen können – so vermittelt, dass sie Sicherheit stärkt, statt neue Sorgen auszulösen. Studien zu digitalen Hilfsangeboten für Eltern zeigen, dass sie unter anderem die elterliche Selbstwirksamkeit und soziale Unterstützung stärken können – besonders während der Nutzung. Für sich allein sind sie jedoch nicht die ganze Lösung.[12]



Im Fokus: Orientierung statt Informationsflut

Ein Dorf, das klare Orientierung gibt, hilft Eltern, hilfreiche Informationen von einer überwältigenden Informationsflut zu unterscheiden. Dazu gehören eine einfache Sprache, vertrauenswürdige Quellen, konkrete Hilfestellung im Alltag und ein klarer Weg zu persönlicher oder fachlicher Unterstützung, wenn eine schnelle Antwort nicht ausreicht.

Sicherheit entsteht nicht allein durch Informationen, sondern auch im Austausch mit anderen. Bedürfnisorientierte Fürsorge gelingt, wenn Erwachsene die Signale eines Babys wahrnehmen, richtig einordnen und einfühlsam darauf reagieren können. Sicherheit und Orientierung schaffen gute Voraussetzungen dafür: Sie nehmen alltäglichen Entscheidungen etwas von ihrer Unruhe und ermutigen Eltern, Fragen zu stellen, bevor Sorgen immer schwerer wiegen. Auch hier kann das Dorf helfen – mit mehr Klarheit und verlässlicher Orientierung.[8,10,15]

Die beste Orientierung vermittelt Eltern nicht das Gefühl, immer noch mehr tun zu müssen. Sie bestärkt sie darin, der liebevollen, bedürfnisorientierten Fürsorge zu vertrauen, die sie ihrem Baby bereits geben – und zeigt ihnen, wohin sie sich wenden können, wenn sie mehr Unterstützung brauchen.

— Professorin Natasha Kirkham,
Birkbeck, University of London

So sieht klare Orientierung aus

Einfach und verständlich

Eltern brauchen Orientierung, die leicht verständlich ist, sich schnell wiederfinden lässt und auch mitten im echten Familienalltag weiterhilft.

Verlässlich und vertrauenswürdig

Ein starkes Dorf hilft Eltern, verlässliche Quellen zu finden – von medizinischen Fachkräften und wissenschaftlich fundierter Orientierung bis hin zum bestärkenden Rückhalt vertrauter Menschen.

Bestärkend statt verunsichernd

Das Ziel ist nicht, Eltern noch mehr Sorgen zu machen. Es geht darum, ihnen zu helfen, die Signale ihres Babys zu verstehen, Fragen zu stellen und mit wachsender Sicherheit darauf einzugehen.

Wenn das Dorf Orientierung verständlicher macht, können Eltern ihr Baby aufmerksamer wahrnehmen, statt jede Entscheidung infrage zu stellen. Dieses Vertrauen kann die tägliche Fürsorge für alle ein Stück leichter und liebevoller machen.





07

Ruhe und Erholung:

Familien durch die Nächte tragen, die ihre Tage prägen

53/100
Wert für Ruhe und Erholung

54 %
Eltern fühlen sich oft oder immer müde

47 %
Der Schlaf wird häufig oder jede Nacht unterbrochen

40 %
Unterbrochener Schlaf beeinträchtigt Stimmung und Energie stark oder sehr stark

Total base (parents) **n=4339**

Viele Eltern erleben Schlaf als eine der größten – und nicht immer positivsten – Überraschungen der ersten Zeit mit Baby. Er verändert den Rhythmus der Nacht, prägt den Tag und beeinflusst, wie viel Geduld Eltern noch haben, wenn es am Abend wieder Zeit zum Schlafengehen ist. Der Schlaf von Neugeborenen unterscheidet sich vom Schlaf von Erwachsenen, und in den ersten Wochen können Babys nachts manchmal wacher erscheinen als tagsüber. Häufiges Aufwachen gehört zur normalen Entwicklung eines Babys. Unsere Studie zeigt: 28 % der Eltern sagen, dass ihr Baby noch nicht durchschläft. Zu wissen, dass das normal sein kann, macht die Müdigkeit allerdings nicht leichter.



Eltern **schlafen** im Durchschnitt **5.5 Std.** weniger pro Woche seit der Geburt ihres Kindes

Total base (parents) **n=4339**

Der Unterstützungsbereich „Ruhe und Erholung“ erreicht im Pampers Baby Barometer einen Wert von 53 von 100. Das zeigt, wie stark viele Familien in diesem Bereich unter Druck stehen. Mehr als die Hälfte der Eltern fühlt sich oft oder immer müde. Fast die Hälfte berichtet, dass ihr Schlaf häufig oder jede Nacht unterbrochen wird. Und vier von zehn sagen, dass dies ihre Stimmung und Energie stark oder sehr stark beeinträchtigt. Seit der Geburt ihres Kindes schlafen Eltern nach eigenen Angaben im Durchschnitt 5,5 Stunden weniger pro Woche; bei Frauen sind es 5,7 Stunden.[1]

Women base (parents) **n=3084** Q18

Diese Erkenntnisse allein können Eltern noch keine perfekte Nacht versprechen. Babys wachen aus vielen wichtigen Gründen auf – etwa weil sie Hunger haben, Nähe brauchen, krank sind, zahnen oder weil sich ihr Schlafrhythmus noch entwickelt. Der Pampers Sleep Science Guide erklärt, dass Babys kürzere Schlafzyklen haben als Erwachsene, dass nächtliches Aufwachen natürlich ist und dass Babys nach und nach einen Rhythmus entwickeln, der eher dem der Familie um sie herum ähnelt. Unsere Ipsos-Studie zeigt auch, wie unterschiedlich sich der Babyschlaf entwickelt: 9 % der Eltern sagen, dass ihr Baby bereits vor dem dritten Monat durchgeschlafen hat. Von allen befragten Eltern gaben 28 % an, dass ihr Baby noch nicht durchgeschlafen hat.[16]

9 % der Eltern sagen, dass ihr Baby bereits vor dem dritten Monat durchgeschlafen hat

28 % Eltern gaben an, dass ihr Baby noch nicht durchgeschlafen hat

TOTAL base (parents) baby 0-3y.o n= 4339
Baby 0-1y.o n=1331 (39%) Baby 1-3y.o n=3008 (23%) Q22

Die Studie unterscheidet dabei zwischen notwendigem Aufwachen und vermeidbaren Unterbrechungen. Wacht ein Baby auf, weil es nass ist, sich unwohl fühlt oder die Windel ausgelaufen ist, verliert die ganze Familie Ruhe, die sonst möglich gewesen wäre. Trockenheit und Komfort sind dabei kein Versprechen für ununterbrochenen Schlaf. Sie sind praktische Elemente, die vermeidbares Aufwachen reduzieren und – wo möglich – ruhigere Nächte unterstützen können.[16]

Geschichte aus dem Dorf: Warum Erholung viele Facetten hat

Im Vereinigten Königreich wird der Schlaf am häufigsten unterbrochen: **54 %** der Eltern berichten davon, gegenüber **47 %** insgesamt. In Rumänien liegt dieser Anteil mit 41 % deutlich unter dem europäischen Durchschnitt von **47 %**. Gleichzeitig sagen dort **49 %** der Eltern, dass unterbrochener Schlaf ihre Stimmung und Energie stark oder sehr stark beeinträchtigt – gegenüber 40 % im europäischen Durchschnitt. Schlafmangel kann sich unterschiedlich zeigen. Das Bedürfnis nach Erholung, Entlastung und Zuspruch verbindet Familien jedoch in ganz Europa.

Total parent base : n=4339
Total parent base in **UK** : n=500
Total parent base in **Romania** : n=500

Studien zeigen: Wenn Mütter unregelmäßig oder schlecht schlafen, kann es ihnen abends schwerer fallen, mit voller Aufmerksamkeit und Nähe für ihr Baby da zu sein. Eine weitere Langzeitstudie zeigt: Wenn Mütter wechselhaft oder schlecht schlafen, kann sich das darauf auswirken, wie sie abends für ihr Baby da sein können – und möglicherweise auch auf die sichere Bindung zwischen Mutter und Baby. Dabei geht es um Schlafmuster über einen längeren Zeitraum – nicht um eine einzelne schwierige Nacht. Wenn ein Baby einmal wach wird, beeinträchtigt das nicht gleich die Bindung zu seinen Eltern.[17,18]

Die hilfreichste Botschaft zum Babyschlaf ist nicht, dass Familien ihn in Ordnung bringen müssen. Unterbrochener Babyschlaf ist normal. Das Umfeld kann Familien dennoch dabei helfen, neue Kraft zu schöpfen, Sicherheit zu finden und für möglichst viel Komfort in der Nacht zu sorgen.

— Professorin Natasha Kirkham,
Birkbeck, University of London

So stärkt das Umfeld Ruhe und Erholung

Nächtliches Aufwachen normalisieren

Eltern brauchen die Sicherheit, dass Babys aus vielen ganz normalen Gründen aufwachen – besonders in den ersten Monaten, wenn ihre Schlafzyklen kurz sind und sich der Rhythmus erst entwickelt.

Erholung ermöglichen

Das Umfeld kann Familien helfen, ruhigere Abläufe zu schaffen, Pausen zu ermöglichen und vermeidbares Aufwachen durch Nässe, Unbehagen oder Auslaufen zu reduzieren.

Gemeinschaft ermöglichen

Erholung wird leichter, wenn Partnerinnen und Partner, Angehörige und andere auf Müdigkeit mit praktischer Hilfe reagieren – nicht mit Bewertung.

Durch solche Unterstützung fühlt sich die nächste Nacht weniger einsam an. Für Babys und Eltern entsteht etwas mehr Raum für Nähe, Trost und Ruhe – und ein sanfterer Start in den nächsten Tag.





08

Spielen und Bindung:

Raum für alltägliche Momente der Nähe

Pampers | LEGO duplo

Co-authored with LEGO Duplo



48/100
Wert für Spielen und Bindung

64 %
der Eltern trauen sich zu, die Entwicklung ihres Babys durch Spielen zu fördern

ENG version = 84% and text is slightly different

Fast **9 von 10**
Eltern nennen mindestens ein Hindernis beim Spielen

7 von 10
Eltern erleben mindestens eine Belastung rund ums Spielen

Total base (parents) **n=4339** Q27 Q33 Q31

Es hat etwas Magisches, einem Baby dabei zuzusehen, wie es die Welt entdeckt. Eine Hand, die sich ausstreckt. Ein erwidertes Lächeln. Ein neugieriges Brabbeln, mit dem es sich verständigen möchte. Für Erwachsene mögen das kleine Momente sein. Für ein Baby sind sie wertvolle Übungen für Gehirn und Körper – und eine Bindung zu den Menschen, die es begleiten.

Die Wissenschaft bestätigt dabei, was viele Eltern intuitiv spüren. Das Center on the Developing Child der Harvard University beschreibt „Serve and Return“ als einen Austausch zwischen einem kleinen Kind und der für es sorgenden Person. Dieses Muster unterstützt die Entwicklung der Gehirnstruktur sowie sprachlicher und sozialer Fähigkeiten. Auch die American Academy of Pediatrics beschreibt Spielen als einen wichtigen Weg, auf dem Kinder sozial-emotionale, kognitive und sprachliche Fähigkeiten sowie ihre Selbstregulation entwickeln.

Zugleich betont sie die Rolle von Kinderärztinnen und Kinderärzten, spielerisches Lernen zu fördern.[10,19]

In den ersten 1.000 Tagen verändert sich auch die Art des Spielens schnell. Ein gemeinsamer Blick, ein nachgeahmter Laut oder ein Kuckuck-Spiel begeistert ein kleines Baby. Mit der Zeit wird das Spielen aktiver, fantasievoller und entdeckungsreicher. Wie Babys spielen, verändert sich mit der Zeit. Doch eines bleibt gleich: Sie entdecken etwas, probieren es aus – und freuen sich, wenn jemand das bemerkt und darauf eingeht.

Deshalb ist Spielen ein wichtiger Teil des Pampers Baby Barometers. Beim Spielen lernen Babys, fühlen sich verbunden und erleben Nähe zu den Menschen, die sie lieben. Gemeinsames Spielen sollte dabei keine weitere Aufgabe sein, die Eltern perfekt machen oder fest einplanen müssen. Unsere Studie zeigt, dass viele Eltern sich zutrauen, die Entwicklung ihres Babys durch Spielen zu fördern: 64 % fühlen sich dabei sicher. Gleichzeitig stoßen fast neun von zehn Eltern beim Spielen auf mindestens eine Hürde.
Das zeigt: Gute Ideen und Unterstützung sind genauso wichtig wie das eigene Zutrauen.[1]

Der Unterstützungsbereich „Spielen und Bindung“ erreicht im Pampers Baby Barometer einen Wert von 48 von 100. Der Wert zeigt, wie leicht oder schwer Spielen im Familienalltag fällt – zum Beispiel wenn Zeit und Energie fehlen oder Eltern unsicher sind und sich unter Druck setzen. Viele Eltern trauen sich zu, ihr Baby beim Spielen in seiner Entwicklung zu unterstützen. Etwa ein Drittel ist jedoch unsicherer – und freut sich über einfache Ideen und Anregungen.[1]

84% say early play is very or extremely **important**
Not yet translated.

Geschichte aus dem Dorf: Wo Spielen leichtfällt – und wo der Alltag wenig Raum lässt
In Deutschland trauen sich besonders viele Eltern zu, die Entwicklung ihres Babys durch Spielen zu fördern: **83 %** fühlen sich dabei sicher, gegenüber **64 %** im europäischen Durchschnitt. Bei der Zeit sieht es allerdings anders aus. In Rumänien sagen **64 %** der Eltern, dass sie genug Zeit für gemeinsame, bewusste Spielmomente haben; in Frankreich sind es **43 %**. Die Beispiele zeigen: Familien brauchen Zeit, Ermutigung und das gute Gefühl, dass auch ganz einfache gemeinsame Momente zählen.

Total parent base : n=4339 Total parent base in **Germany** : n=500 Total parent base in **Romania** : n=500 Total parent base in **France** : n=500

Doch schnell entsteht das Gefühl, auch beim Spielen alles richtig machen zu müssen. Sieben von zehn Eltern fühlen sich beim Thema Spielen unter Druck gesetzt oder bewertet. Vier von zehn Eltern hatten schon Schuldgefühle, weil sie glaubten, nicht genug oder nicht „richtig“ zu spielen. Etwa ein Viertel war unsicher, ob das gemeinsame Spielen die Entwicklung des Babys unterstützt. Das ist nachvollziehbar: Je mehr Eltern darüber wissen, wie wichtig Spielen ist, desto stärker merken sie vielleicht, dass der Alltag nicht immer so viel Zeit und Ruhe dafür lässt, wie sie sich wünschen.[1,21]

Studienergebnisse der LEGO Group machen diese Herausforderung greifbar. Die Ergebnisse zeigen: Zum Spielen braucht es nicht nur Zeit, sondern auch einen freien Kopf. Haushalt, Nachrichten auf dem Handy, Anrufe und andere Ablenkungen machen es Eltern manchmal schwer, ganz bei ihrem Baby zu sein – selbst wenn sie direkt daneben sitzen.[21]

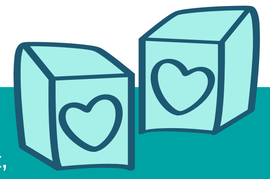
Die „Play Well-Studie“ der LEGO Group mit Eltern von Kindern im Alter von 1 bis 12 Jahren zeigt, welchen Wert gemeinsames Spielen für Familien auch über die Babyzeit hinaus haben kann. Neun von zehn Eltern stimmten dort zu, dass gemeinsames Spielen die Kommunikation zwischen Eltern und Kind erleichtert und Kindern hilft, die Welt zu verstehen. Unter den Eltern von Kindern im Alter von 1 bis 5 Jahren blieben diese Zahlen mit 93 % bzw. 92 % sehr hoch.[26]

9 von 10 **stimmten zu**, dass gemeinsames Spielen die Kommunikation erleichtert

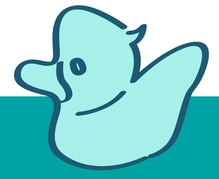
diese Zahlen blieben **sehr hoch** **mit 92–93%** unter Eltern von Kindern im Alter von **1 bis 5 Jahren**

Die Studie zeigt auch: Gemeinsames Spielen muss nicht viel Zeit in Anspruch nehmen, um wertvoll zu sein. Weitere Ergebnisse der LEGO Play Well-Studie zeigen: Rund fünf Stunden gemeinsames Spielen pro Woche können einen spürbaren Unterschied für das Glück und Wohlbefinden einer Familie machen – verglichen mit Familien, die weniger als zwei Stunden miteinander spielen. Da diese Erkenntnisse aus breiter angelegter Familienforschung und nicht aus einer reinen Babystudie stammen, sind sie als ergänzender Kontext zu verstehen – nicht als neues Ziel für Eltern in den ersten 1.000 Tagen. Das bedeutet nicht, dass jede Familie eine bestimmte Zahl von Stunden schaffen muss. Viel wichtiger sind regelmäßige Spielmomente, die gut in den Alltag passen und Familien einander näherbringen..[26]





Im Fokus: Ungestörte Spielmomente zählen
Viele Spielmomente entstehen einfach nebenbei – zwischen Haushalt, Geschwistern, Handynachrichten und allem anderen, was gerade Aufmerksamkeit braucht. Manche Unterbrechungen gehören einfach zum Familienalltag. Andere lassen sich vermeiden. Wenn das Spiel wegen einer ausgelaufenen Windel oder weil sich das Baby unwohl fühlt unterbrochen werden muss, ist der schöne gemeinsame Moment erst einmal vorbei. Bleibt das Baby trocken und fühlt es sich wohl, gibt es weniger vermeidbare Unterbrechungen – und mehr Zeit für kleine gemeinsame Momente.



Im Fokus: Spielen kann so vieles sein
Ohne eine klare Vorstellung davon, was „gutes“ Spielen ausmacht, können Eltern das Gefühl bekommen, besondere Aktivitäten organisieren oder zusätzliche Zeit schaffen zu müssen, die ihnen im Alltag fehlt. Spielen lässt sich in viele ganz normale Alltagssituationen einbauen: beim Vorlesen, Baden, Anziehen, Kochen, auf dem Weg zur Betreuung, beim Windelwechsel oder wenn Eltern und Baby gemeinsam lustige Laute machen.



Geschichte aus dem Dorf: Wo Spielen unter Druck gerät
In Griechenland fühlen sich Eltern beim Spielen seltener schuldig: 29 % sagen, dass sie nicht genug oder nicht „richtig“ spielen – im europäischen Durchschnitt sind es 40 %. Im Vereinigten Königreich ist der Anteil der Eltern mit solchen Schuldgefühlen mit 49 % besonders hoch. Das bringt eine zentrale Botschaft des Reports auf den Punkt: Spielen soll Nähe schaffen – und nicht zu einer weiteren Aufgabe werden, bei der Eltern das Gefühl haben, etwas leisten oder sich beweisen zu müssen.

Denn Spielen sollte Eltern Freude machen – und keinen weiteren Druck auslösen. Manche Eltern brauchen einfache Anregungen für den Anfang. Andere brauchen vor allem die Bestätigung, dass die Momente, die sie bereits mit ihrem Baby erleben, längst wertvolles Spielen sind. In unserer Studie ist Zeitmangel das am häufigsten genannte Hindernis für bewusste Spielmomente. Danach folgen fehlender mentaler Freiraum sowie Müdigkeit oder Stress. Weitere Eltern nennen unerwünschte Unterbrechungen, wenig Platz, fehlende Ideen oder nicht das passende Spielzeug beziehungsweise Material.[1,21]



Im Fokus: Bildschirmzeit ohne Schuldgefühle

Bildschirme gehören heute für viele Familien ganz selbstverständlich zum Alltag – zum Beispiel, wenn Eltern gerade überall gleichzeitig gebraucht werden, kurz durchatmen müssen oder einfach ein paar Minuten überbrücken möchten. Eltern sollten sich dafür nicht schlecht fühlen müssen. Entscheidend ist vielmehr, neben digitalen Momenten immer wieder Raum für Blickkontakt, Nähe und gemeinsames Spielen zu schaffen.

Digitale Angebote können eine wertvolle Inspirationsquelle sein. Doch besonders in den ersten 1.000 Tagen ist der persönliche Kontakt entscheidend – durch Nähe, Blickkontakt und gemeinsame Momente. Von den befragten Kinderärztinnen und Kinderärzten stimmen 93 % zu, dass interaktives Spielen von Angesicht zu Angesicht in den ersten 1.000 Tagen für eine gesunde Entwicklung unerlässlich ist. 86 % sind zugleich der Ansicht, dass Bildschirme und digitale Angebote gemeinsame Spielzeit von Babys und Eltern zunehmend ersetzen. Trotzdem sprechen Eltern bei zusätzlichen Kinderarztterminen nur selten über Spielen und Interaktion. So bleibt oft unausgesprochen, was Fachleute wichtig finden und wobei Eltern vielleicht gerne Unterstützung hätten.[1]

Total HCP **n=425**



Im Fokus: Die Kraft des gemeinsamen Spielens

Spielen kann auch dazu beitragen, das Dorf rund um Eltern zu stärken. Spielgruppen, Eltern-Baby-Kurse, Treffen und ungezwungenes Spielen mit anderen Familien ermöglichen Babys neue Begegnungen – und geben Eltern das Gefühl, nicht allein zu sein. Wenn Spielen zu einem gemeinsamen Erlebnis wird, stärkt es die Verbundenheit der Erwachsenen ebenso wie die Nähe zum Baby.

Die wichtigste Botschaft rund ums Spielen lautet: Es sollte Druck nehmen – nicht zusätzlichen Druck erzeugen. Babys verstehen oft gerade die einfachen Momente am besten: Jemand sieht sie, antwortet ihnen und freut sich, mit ihnen zusammen zu sein. Spielen muss weder zeitaufwendig noch geplant sein. Es kann so einfach sein wie gemeinsames Planschen beim Baden.

— Professorin Natasha Kirkham,
Birkbeck, University of London



So sieht ein Dorf aus, das Spielen stärkt

Kleine Momente zählen
Schon wenige Minuten liebevoller, aufmerksamer Zuwendung können für ein Baby sehr wertvoll sein. Das Spielen muss nicht lang, teuer oder perfekt geplant sein.

Sicherheit geben
Eltern können darauf vertrauen, dass es oft die einfachen Dinge sind, die zählen: gemeinsam spielen und singen, kuscheln, Laute nachmachen und die kleinen Momente im Alltag miteinander genießen.

Gemeinschaft ermöglichen
Das Dorf kann helfen, indem es Zeit, Ideen und Orte für Begegnung schafft – und Eltern bestärkt statt bewertet.

Wenn das Dorf Raum zum Spielen schafft, stärkt es eine der einfachsten Arten, wie Babys Liebe und Nähe erfahren: Jemand nimmt sie wahr, reagiert auf ihre Signale und lässt sich spielerisch auf sie ein.

Spielen macht Freude und hilft Kindern dabei, die Welt und ihren eigenen Platz darin zu entdecken. Wenn Familien zusammen spielen, wachsen Nähe und Vertrauen. Gleichzeitig werden Kinder selbstbewusster und lernen, mit Herausforderungen umzugehen. Deshalb möchten wir noch mehr Familien dabei unterstützen, Spielen ganz selbstverständlich in ihren Alltag einzubauen.

— Lauren von Stackelberg, VP, Global Head of Social Responsibility, bei der LEGO Group





09

Babyfreundliche Zukunft:

Eine Welt, in der Babys gut aufwachsen können

56/100
Wert für baby-freundliche Zukunft

34 %
Eltern sorgen sich um die Zukunft ihres Babys

5 %
Parents are very worried about their baby's future

43 %
Würden in Betracht ziehen, ein weiteres Kind zu bekommen

Total base (parents) **n=4339** Q44 Q51 Q52

Alle Eltern denken über heute hinaus. Selbst zwischen Füttern, Wickeln, Nickerchen und nächtlichem Aufwachen bleibt im Hintergrund eine große Frage: In was für eine Welt wächst mein Baby hinein?

42 % Eltern **haben das Gefühl**, dass die Gesellschaft nicht auf Babys ausgerichtet ist

Der Unterstützungsbereich „baby-freundliche Zukunft“ erreicht im Pampers Baby Barometer einen Wert von 56 von 100. Im Mittelpunkt steht eine einfache Frage: Haben Eltern das Gefühl, dass Babys in unserer Gesellschaft wirklich mitgedacht werden? Denn genau das zeigt sich jeden Tag – überall dort, wo Familien mit Baby unterwegs sind. Dazu gehören auch Fragen, die viele Eltern beschäftigen: Machen sie sich Sorgen um die Zukunft? Können sie sich ein weiteres Kind vorstellen? Diese Angaben helfen, die Stimmung rund um die erste Zeit als Eltern besser zu verstehen. Sie sagen aber nicht direkt etwas über die Zukunft eines Babys aus.[1]

In unserer Studie stimmen 42 % der Eltern zu, dass die Gesellschaft nicht auf Babys ausgerichtet ist. Dabei geht es nicht nur um politische Rahmenbedingungen. Es geht auch um ganz praktische Dinge: Orte, an denen Familien gut zurechtkommen, leicht erreichbare Angebote, verständnisvolle Arbeitgeber, hilfreiche Produkte und eine Gesellschaft, die weiß, wie wichtig die ersten Lebensjahre sind.[1]

Geschichte aus dem Dorf: Wo die Zukunft babyfreundlich wirkt – und wo Unsicherheit bleibt

Spanien zeigt, warum eine babyfreundliche Zukunft wichtig ist: **50 %** der Eltern sind der Meinung, dass die Gesellschaft Babys nicht ausreichend mitdenkt, gegenüber **42 %** insgesamt. In Griechenland ist der Anteil der Eltern mit Zukunftssorgen mit **53 %** am höchsten; im Vereinigten Königreich ist er mit **17 %** am niedrigsten. Diese Zahlen zeigen, wie stark das Umfeld beeinflusst, wie sicher und zuversichtlich Eltern in der ersten Zeit mit Baby sind.

Total parent base : n=4339
Total parent base in **Spain** : n=569
Total parent base in **Greece** : n=300
Total parent base in **UK** : n=500

Weitere Studienergebnisse weisen in dieselbe Richtung. Frühe Kindheit wird nicht nur durch das Zuhause geprägt, sondern genauso durch Beziehungen, Lebensräume, Angebote und gesellschaftliche Systeme rund um ein Kind. Der Report der Royal Foundation und Deloitte betrachtet die frühe Kindheit aus einer sozial-ökologischen Perspektive. Er zeigt, dass Familie, Gemeinschaft, Angebote, Arbeitgeber, Produkte und Politik gemeinsam die Bedingungen rund um kleine Kinder prägen. Das Nurturing Care Framework folgt einem ähnlichen Gedanken: Liebevolle, bedürfnisorientierte Fürsorge, Gesundheit, Ernährung, Schutz, Sicherheit und frühes Lernen werden durch die Systeme rund um Familien mitgetragen.[8,13]

Auch andere Studien zeigen: Ob Familien gut unterstützt werden, hängt nicht allein von einzelnen Menschen ab. Bezahlbare, gute Kinderbetreuung, familienfreundliche Arbeitsbedingungen und gut abgestimmte Angebote helfen Eltern, Familie und Beruf besser miteinander zu verbinden. So bleibt auch mehr Kraft für liebevolle, aufmerksame Momente mit kleinen Kindern.[25]





Eltern ziehen Kinder nicht allein groß. Politische Rahmenbedingungen, Angebote und Unterstützungssysteme prägen, wie gut Eltern ihren kleinen Kindern liebevolle, bedürfnisorientierte Fürsorge geben können.

— Chemba Raghavan,
Global Lead, Early Childhood Development, UNICEF

Geschichte aus dem Dorf: Wo Familien unterschiedliche praktische Unterstützung brauchen

Polen zeigt, dass eine babyfreundliche Zukunft nicht von einer einzigen Belastung abhängt. Finanzielle Unterstützung steht dort weniger stark im Vordergrund als in manchen anderen Ländern: 31 % der Eltern sagen, dass sie den größten Unterschied machen würde, gegenüber 40 % im europäischen Durchschnitt. Familien in Europa brauchen ganz unterschiedliche Hilfe. Gemeinsam ist ihnen der Wunsch nach einem Alltag, der Babys und Eltern besser unterstützt.

Total parent base in Poland : **n=500**

Zukunftssorgen sind kein direkter Maßstab für die Zukunftsaussichten eines Babys. Sie sollten daher nicht als Hinweis darauf verstanden werden, dass Eltern pessimistisch sind. Zukunftssorgen zeigen vielmehr, dass Eltern über den heutigen Tag hinausdenken. Sie fragen sich, ob ihr Baby in einer Welt aufwächst, die es gut unterstützt. Ähnlich ist es bei der Frage nach einem weiteren Kind. Sie zeigt eher, wie zuversichtlich Eltern auf ihr Familienleben blicken – nicht, wie es ihrem Baby später einmal gehen wird.

So sieht ein stärkeres, babyfreundliches Dorf aus

Babys sichtbar machen

Eine babyfreundliche Zukunft beginnt damit, Babys bei Entscheidungen mitzudenken – zum Beispiel bei Angeboten, öffentlichen Orten, Verkehr, Arbeitsbedingungen und im Zusammenleben vor Ort.

Den Alltag leichter machen

Familien brauchen einen Alltag mit weniger unnötigen Hürden: gut erreichbare Orte zum Füttern und Wickeln, passende Angebote und Abläufe, die wirklich zum Leben mit Baby passen.

Verantwortung gemeinsam tragen

Die ersten 1.000 Tage sollten nicht allein auf den Schultern der Eltern liegen. Ein starkes Dorf versteht die ersten Lebensjahre von Babys als gemeinsame Aufgabe, die Gemeinschaften, Angebote und Gesellschaft mittragen.

Wenn das Dorf babyfreundlicher wird, schenkt es Familien mehr als praktische Erleichterung. Es gibt Eltern das Gefühl, dass ihr Baby in dieser Welt willkommen ist – und dass die Welt bereit ist, ihm Raum zu geben.



10

Ein starkes Dorf für jedes Baby

Die erste Auswertung des Pampers Baby Barometers zeigt ein hoffnungsvolles und zugleich ehrliches Bild davon, wie Babys und ihre Familien heute getragen werden. Das Dorf rund ums Baby ist da. Eltern geben jeden Tag ihr Bestes, um ihr Baby liebevoll zu umsorgen – und kennen seine kleinen Signale und Bedürfnisse oft besser als jeder andere. Medizinische Fachkräfte wissen, wie wichtig frühe Nähe und Interaktion, Schlaf, Fürsorge, Spielen und Unterstützung sind. Familien finden Unterstützung bei Partnerinnen und Partnern, Verwandten, Freundinnen und Freunden, in der Gemeinschaft, bei Fachkräften und über digitale Angebote.

Doch nicht jede Familie fühlt sich gleich gut getragen. Genau hier kann das Dorf rund ums Baby noch stärker werden. Nicht alle Familien werden auf die gleiche Weise erreicht. Zu viele Ratschläge können verunsichern. Erholung kommt oft zu kurz, beim Spielen entsteht schnell das Gefühl, nicht genug zu tun, und manchmal macht der Alltag liebevolle Fürsorge schwerer, als sie sein müsste. Das bedeutet nicht, dass Eltern etwas falsch machen. Es zeigt, wo das Dorf ihnen noch besser zur Seite stehen kann.

Ein starkes Dorf beginnt mit dem Gefühl: Wir sind nicht allein. Eltern sollten wissen, an wen sie sich wenden können, bevor Sorgen zu groß werden. Manchmal braucht es ein offenes Ohr, manchmal praktische Hilfe – und manchmal eine fachliche Antwort, die Sicherheit gibt. Dabei zählt jede Familie. Babys können in ganz unterschiedlichen Familienformen liebevoll und geborgen aufwachsen. Entscheidend ist, dass die Menschen um sie herum die Unterstützung bekommen, die sie brauchen, um feinfühlig für ihr Baby da zu sein.



Ein starkes Dorf gibt Eltern außerdem Orientierung, auf die sie vertrauen können. Eltern in Europa bekommen Ratschläge von allen Seiten. Doch mehr Informationen helfen nicht automatisch mehr. Die Forschung zeigt, wie wichtig einfache und vertrauenswürdige Orientierung ist, die Eltern bestärkt. Denn während viele Eltern sich von der Informationsflut überwältigt fühlen, sehen Fachkräfte, dass zu viele Quellen oft mehr Druck als Sicherheit schaffen.[1,12,15]



Geschichte aus dem Dorf: Was uns die Länder zeigen

In allen neun Ländern hat das Dorf Stärken – und steht zugleich vor Herausforderungen. In Italien ist Unterstützung besonders sichtbar, in Deutschland fühlen sich viele Eltern beim Spielen sicher und in Schweden überfordert die Informationsflut weniger. Frankreich, das Vereinigte Königreich, Rumänien, Griechenland, Spanien und Polen zeigen jeweils andere Herausforderungen. Zusammen zeigen sie: Das Dorf besteht aus vielen verschiedenen Teilen. Liebevolle Fürsorge, klare Orientierung, kleine Pausen zum Krafttanken, gemeinsames Spielen und praktische Hilfe können den Alltag mit Baby leichter und schöner machen.

Auch Eltern brauchen Momente zum Durchatmen und Krafttanken. Erholung ist deshalb keine Privatsache, die müde Familien allein lösen müssen, sondern ein wichtiger Teil der Unterstützung rund ums Baby. Babys wachen nachts auf – und kein Report sollte etwas anderes versprechen. Ein starkes Dorf hilft Eltern zu verstehen, dass nächtliches Aufwachen zur Entwicklung eines Babys gehört. Gleichzeitig kann es Freiräume zum Krafttanken schaffen und unnötige Unterbrechungen reduzieren – mit Trockenheit und Komfort, ruhigen Abläufen und Menschen, die mittragen.[16,17,18]

Spielen bedeutet vor allem gemeinsame Freude und Nähe – nicht Leistung. Eltern wissen, dass Spielen wichtig ist. Was sie brauchen, ist die Sicherheit, dass schon die kleinen, liebevollen Momente im Alltag zählen. Für Eltern, die beim Spielen unsicher sind, zählt vor allem diese Botschaft: Schon ein Lied, eine Kuscheleinheit, ein erwidertes Lächeln, ein nachgemachter Laut oder ein paar gemeinsame Minuten auf dem Boden können für ein Baby ganz besondere Momente sein.[10,19,20,21]

Eine babyfreundliche Zukunft beginnt damit, Babys und ihre Bedürfnisse im Alltag von Anfang an mitzudenken. Familien spüren jeden Tag, ob das Leben mit Baby mitgedacht wird: ob öffentliche Orte gut funktionieren, Angebote leicht erreichbar sind, die Arbeitswelt Raum für Fürsorge lässt und Produkte oder Informationen wirklich entlasten. Das sind keine abstrakten Fragen. Sie entscheiden mit darüber, wie leicht oder schwer sich die erste Zeit mit Baby im Alltag anfühlt – auch wenn konkrete politische Maßnahmen nicht Teil dieses Reports sind.[8,13]

Translation is missing

The picture is uneven with plenty of scope for positive improvement. Support does not reach everyone in the same way. Advice can overwhelm, rest can feel fragile, play can feel insufficient and everyday life can make caring for a baby feel harder than it needs to be. These are not failures of parents; they are signs that the support conditions around babies can be strengthened.

A stronger village starts with connection. That means helping parents feel they have people they can turn to before worries grow heavier, and recognising that support can be emotional, practical, informational and professional. It also means keeping the message non-judgemental: babies can be loved and cared for in many different family shapes, and the question is whether the people around them have the support they need to respond.



Im Fokus: Wie Marken unterstützen können
Marken können Familien, medizinische Fachkräfte und öffentliche Angebote nicht ersetzen. Sie können aber verantwortungsvoll Teil des Dorfes sein: Eltern aufmerksam zuhören, verlässliche Orientierung geben, Produkte entwickeln, die kleine und große Alltagsmomente erleichtern, und den Bedürfnissen von Babys eine Stimme geben.



Pampers ist schon heute Teil vieler kleiner Momente, die den Alltag mit Baby ausmachen: ein müder Windelwechsel mitten in der Nacht, ein frischer Start am Morgen, fröhliches Strampeln auf der Wickelunterlage, eine Kuscheleinheit – und das gute Gefühl, wenn ein trockenes, zufriedenes Baby wieder zur Ruhe findet. Das Pampers Baby Barometer macht sichtbar, was Familien rund um genau diese kleinen, wichtigen Momente brauchen. So kann Pampers ein positives Gespräch darüber anstoßen, wie wir gemeinsam ein stärkeres Dorf für jedes Baby schaffen.

Dabei gibt es nicht die eine große Lösung. Oft sind es viele kleine Veränderungen, die einen echten Unterschied machen: Unterstützung, die näher ist; Orientierung, die Sicherheit gibt; mehr Raum zum Krafttanken; Spielen ohne Druck; und ein Alltag, in dem Babys selbstverständlich willkommen sind. Wenn das Dorf wärmer, verlässlicher, entspannter und babyfreundlicher wird, spüren Babys: Da sind viele Hände, die mich liebevoll tragen. Und Eltern spüren: Wir müssen das nicht allein schaffen. So können die ersten 1.000 Tage zu einer Zeit werden, in der Babys geborgen wachsen und Familien sich getragen fühlen.

Die ersten 1.000 Tage bieten eine wichtige Chance, die Entwicklung von Kindern zu stärken. Im Mittelpunkt sollte stehen, Familien dabei zu unterstützen, ihrem Kind in einem starken Umfeld liebevolle, bedürfnisorientierte Fürsorge zu geben – und nicht die Angst, einen wichtigen Moment verpasst zu haben.

— Chemba Raghavan, Global Lead, Early Childhood Development, UNICEF



Quellenangaben

1. Pampers. Baby Village research. Ipsos for P&G Pampers; 2026.
2. UNICEF Innocenti. Pampers Baby Report 2026 selected emerging findings and statistical review. Unpublished analysis prepared for P&G Pampers; 2026.
3. Koletzko B et al. Nutrition during pregnancy, lactation and early childhood and its implications for maternal and long-term child health: the Early Nutrition Project recommendations. Ann Nutr Metab. 2019;74(2):93-106.
4. Dan B. The first 1000 days: a critical window for neurodevelopmental trajectories and interventions, and for parents. Dev Med Child Neurol. 2025;67(9):1108-1109.
5. Britto PR et al. Nurturing care: promoting early childhood development. Lancet. 2017;389(10064):91-102. doi:10.1016/S0140-6736(16)31390-3
6. Suri S et al. The first 1000 days: window of opportunity for child health and development. Front Nutr. 2025;12:1673003.
7. UNICEF. Early Moments Matter for Every Child. UNICEF; 2017. Accessed June 18, 2026. https://www.unicef.org/reports/early-moments-matter-every-child
8. World Health Organization et al. Nurturing Care for Early Childhood Development: A Framework for Helping Children Survive and Thrive to Transform Health and Human Potential. World Health Organization; 2018. ISBN:9789241514064.
9. UNICEF. Early childhood development. Accessed June 18, 2026. https://www.unicef.org/early-childhood-development
10. Center on the Developing Child at Harvard University. Serve and Return. Accessed June 18, 2026. https://developingchild.harvard.edu/key-concept/serve-and-return/
11. Henton S et al. A mixed-methods analysis of the role of online social support to promote psychological wellbeing in new mothers. Digit Health. 2023;9:20552076221147433. doi:10.1177/20552076221147433
12. Opie JE et al. Universal digital programs for promoting mental and relational health for parents of young children: a systematic review and meta-analysis. Clin Child Fam Psychol Rev. 2024;27:23-52. doi:10.1007/s10567-023-00457-0
13. Deloitte. Prioritising Early Childhood for a Happier, Healthier Society: How Businesses Can Drive, and Benefit from, Transformative Change in the UK. Report for The Royal Foundation of The Prince and Princess of Wales on behalf of The Business Taskforce for Early Childhood; 2024.
14. Naughton-Doe R et al. Exploring perinatal loneliness as a key social determinant of perinatal mental ill health in the UK: findings from a multidisciplinary consensus statement. BMJ Open. 2025;15:e085669. doi:10.1136/bmjopen-2024-085669
15. Glatz T et al. Is more information always better? Associations among parents' online information searching, information overload, and self-efficacy. Int J Behav Dev. 2023;47(5):444-453. doi:10.1177/01650254231190883

16. Pampers. Sleep Science Guide. Reviewed and approved by Madeleine Grigg-Damberger. P&G Pampers; 2025.
17. Bai L et al. Maternal sleep patterns and parenting quality during infants' first 6 months. J Fam Psychol. 2020;34(3):291-300. doi:10.1037/fam0000608
18. Bai L et al. Maternal nighttime sleep and infant-mother attachment security: the mediating role of maternal parenting quality during bedtime and free play. Dev Psychol. 2022;58(5):923-934. doi:10.1037/dev0001327
19. Yogman M et al. The power of play: a pediatric role in enhancing development in young children. Pediatrics. 2018;142(3):e20182058. doi:10.1542/peds.2018-2058
20. Whitebread D et al. The Role of Play in Children's Development: A Review of the Evidence. The LEGO Foundation; 2017. ISBN:978-87-999589-3-1
21. The LEGO Foundation. Baby Report insights summary. Unpublished contribution prepared for the Pampers Baby Report; 2026.
22. Williams CL et al. Parent attention-orienting behavior is associated with neural entropy in infancy. Infancy. 2025;30(1):e12595.
23. Kadiroğlu T et al. Effect of infant care training on maternal bonding, motherhood self-efficacy, and self-confidence in mothers of preterm newborns. Matern Child Health J. 2022;26(1):131-138. doi:10.1007/s10995-021-03287-0
24. Leitão C et al. Promoting family wellbeing through parenting support in ECEC services: parents' views on a model implemented in Ireland. Front Educ. 2024;9:1388487. doi:10.3389/feduc.2024.1388487
25. UNICEF Regional Office for Europe and Central Asia. Foundations for the Future: Strengthening Early Childhood Education and Care Systems for Ages 0–3 in Europe and Central Asia. UNICEF; 2024.
26. LEGO Group. Data from the LEGO® Play Well Study 2026, commissioned by the LEGO Group and carried out by Edelman DXI, with insights from 45,000 respondents across 30 markets between December 2025 and January 2026. Respondents included 30,000 parents with children aged 1–12 years old, and 15,000 children aged 5–12. Internal report; April 2026.

Translation is missing

Ipsos carried out a survey for Baby Care, an UNICEF and Pampers (P&G) initiative.

Audience:
The study is based on surveys completed by **4,339 parents** of at least one child aged 0-3 (90% incidence rate), with quotas on child age and gender and parent age and gender, and **425 paediatricians** (23% incidence rate).

Data collection and methodology:
Data was collected via device-agnostic online interviews.
Surveys lasted 20 minutes for parents and 10 minutes for paediatricians.
For parent sample, the data were weighted on baby's age and gender.
Fieldwork was conducted from 23 March to 20 April 2026.

Scope:
The survey was conducted across 9 countries, with parent/paediatrician samples as follows: Germany (500/50), France (500/51), Spain (589/50), UK (500/50), Italy (570/50), Sweden (500/50), Greece (300/24), Poland (500/50), and Romania (500/50).

Fieldwork was conducted from 23 March to 20 April 2026.



With thanks to

Natasha Kirkham, Professor of Developmental Psychology, Birbeck, University of London

Pampers is supporting UNICEF programmes on early childhood development.

The Baby Care Report draws on insights from UNICEF research, reflecting a shared commitment between UNICEF and Pampers to advancing knowledge and evidence for early childhood development.