

Emotionale Abwesenheit durch Mediennutzung in Familien

Marion Hantinger

Anhand aktueller Studien zeigt die Autorin die Auswirkungen der elterlichen Smartphonennutzung auf das zwischenmenschliche Miteinander von Eltern und ihren Kindern auf.

Die mit dem Smartphone einhergehenden neuen Verhaltensweisen bedeuten große Herausforderungen für Familien, denn digitale Medien sind in der heutigen Welt allgegenwärtig und wecken, wie alles, was neu ist, die Neugierde unserer Kinder. Deshalb ist es weder sinnvoll noch realistisch zu versuchen, die Kinder davon fernzuhalten. Vielmehr geht es darum, einen verantwortungsbewussten Umgang damit vorzuleben (Jugend und Medien, 2020).

Doch was heißt verantwortungsbewusster Umgang mit Medien für Eltern,

wenn sie gemeinsame Zeit mit ihren Kleinkindern verbringen? Vor dem Hintergrund aktueller Studien und der Erkenntnisse der Bindungsforschung wird im Folgenden die Bedeutung der elterlichen Smartphonennutzung beleuchtet.

Hightouch statt Hightech in Familien

Der Bindungsprozess zum Kind beginnt bereits vor der Geburt (Brisch & Hellbrügge, 2007). Genau diese erste Beziehung zwischen Eltern und Kind(ern) legt den Grundstein für spätere Verhaltensweisen. Werden in gemeinsamen Interaktionen die Wünsche und Gefühle des Kindes adäquat kommentiert (also auch verbal gespiegelt), führt dies mit höherer

Wahrscheinlichkeit zu einer sicheren Bindungsentwicklung (Meins et al., 2001; siehe auch Becker-Stoll in dieser Ausgabe).

Störungen in der Bindungsentwicklung durch fehlende Interaktionen

Kommt es bereits in diesem frühen Stadium zu Störungen, kann das weitreichende Auswirkungen auf die Bindungsentwicklung haben. Feinfühliges Interaktion und das Einfühlen in die kindlichen Bedürfnisse in den ersten Lebensmonaten sind für die gesunde psychische, emotionale und soziale Entwicklung des Kindes sehr wichtig. Diese Fähigkeiten können durch den Gebrauch von digitaler Technik beeinträchtigt werden (Fay-Stammach et al., 2014; Zimmer-Gembeck et al., 2017).

Eltern stellen sich in ihrer Kommunikation auf die Fähigkeiten des Säuglings ein und zeigen beispielsweise übertriebene Mimik, kurze Sätze oder lange Pausen am Satzende. Sie lassen sich unmittelbar und ohne bewusste Kontrolle von den kindlichen Rückkopplungssignalen leiten. Dies sieht man u. a. in deren Blickverhalten, Muskeltonus, Lächeln und im Aufmerksamkeitsniveau (Papousek, 2004). Eltern und Kind(ern) bauen dabei wiederkehrende Verhaltensmuster auf, und diese verleihen der Beziehung ein Gefühl von Sicherheit. Durch das prompte Reagieren kommt es zu beidseitiger Zufriedenheit. Dieser Kreislauf positiver Gegenseitigkeit verstärkt sich in der Regel selbst. Sensitiv-responsives Verhalten der



Abb. 1: Eltern, die ihr Smartphone nutzen, vermitteln ihren Kindern fehlende Zuneigung und Aufmerksamkeit, was diese in Stress versetzen kann

Eltern ihrem Kind gegenüber erhöht die Wahrscheinlichkeit positiver und zufriedener kindlicher Reaktionen (Papousek, 1997).

Die angeborenen Verhaltensbereitschaften beim Säugling ergänzen sich mit den Verhaltensbereitschaften beim Erwachsenen, die sich entwickelnden selbstregulatorischen Fähigkeiten des Säuglings zu unterstützen und Einschränkungen auszugleichen. Oxytocin ist das Bindungshormon, welches aktiviert wird, wenn wir engen Körperkontakt haben. Es setzt dann eine Art »Calm-and-Care«-System in Gang. Man geht davon aus, dass das Hormon Oxytocin die Bindung zwischen Mutter und Kind fördert und sich positiv auf das mütterliche Verhalten auswirkt (Uvnäs-Moberg & Eriksson, 1996). Prolaktin, das Mütterlichkeitshormon, ermöglicht es der Mutter, angemessen auf die Bedürfnisse ihres Säuglings zu reagieren und ihn zu umsorgen, zu ernähren und zu pflegen (Grattan, 2001).

Unterbrechungen der Eltern-Kind-Interaktion

Wie erste Studien zeigen, scheint die Fähigkeit der Erwachsenen, aufmerksam mit ihren Babys und Kleinkindern zu interagieren, von der Smartphone-Nutzung beeinflusst zu sein. So gibt es Zusammenhänge zwischen hoher elterlicher Smartphone-Nutzung und auffälligem kindlichem Verhalten sowie kindlichen Schlaf- und Essstörungen (McDaniel & Radesky, 2018a; Riedel et al., 2017).

Gestörte Interaktion und »Technofrenz«

Der von McDaniel und Radesky neu geschaffene Begriff der »Technofrenz« beschreibt die Rolle des Geräts nicht für das Individuum allein, sondern für die Beziehung zwischen Bezugsperson und Kind. Die Forscher*innen gehen davon aus, dass der Blick aufs Smartphone



Abb. 2: Allein die Anwesenheit eines Smartphones verringert die Qualität und Freude an der Interaktion zwischen Gesprächspartner*innen, die Eltern-Kind-Bindung kann durch häufige Smartphone-Nutzung nachweislich gestört werden

den Eltern kurzfristige Erleichterung vom quengelnden Kind verschafft. Kleinere Kinder reagierten ärgerlich auf ihre Eltern, wenn diese während des Zusammenseins mit ihnen immer wieder aufs Smartphone schauten. In der Studie zeigte sich, dass höhere Technofrenz-Scores mit Berichten der Eltern über ihre eigene zwanghafte oder problematische Mediennutzung (McDaniel & Radesky, 2018a) sowie mit höherem externalisierendem Verhalten des Kindes im Laufe der Zeit in Zusammenhang standen (McDaniel & Radesky, 2018b).

Geringere Qualität der Eltern-Kind-Interaktion durch Smartphone-Nutzung

»Emotionale Abwesenheit« durch Mediennutzung

Eltern, die ihr Smartphone während der Eltern-Kind-Interaktion benutzen, wurden als weniger sensibel eingeordnet und reagierten sowohl verbal als auch nonverbal weniger auf die Aufmerksamkeitsangebote ihrer

Kinder. Dies kann zu einer geringeren Qualität dieser Eltern-Kind-Interaktionen führen (Kildare & Middlemiss, 2017).

Vor allem eine längere Nutzungszeit des Smartphones steht in Zusammenhang mit niedrigerer Sensitivität in der Mutter-Kind-Interaktion. Die Häufigkeit der Nutzung (Technofrenz) zeigte keine Korrelation mit mütterlicher Sensibilität (Wolfers et al., 2020). In einer Studie reagierten Mütter weniger sensibel und zeigten weniger entwicklungsfördernde Verhaltensweisen gegenüber ihren Babys, während sie ein Tablet benutzten, verglichen mit dem Hören von klassischer Musik (Ventura et al., 2019).

Weniger Zuneigung, Ansprechbarkeit und Ermutigung für die Kinder

Während des Telefonierens tendieren Eltern dazu, die Interaktionsinitiativen der Kinder zu ignorieren, potenziell gefährliche Situationen zu übersehen und weniger emotional unterstützend zu sein (Elias et al.,

2021). Zudem reagierten die Bezugspersonen seltener auf die Aufmerksamkeitsangebote der Kinder, wenn sie mit ihren Smartphones beschäftigt waren (Abels et al., 2018, Abb. 1). Wenn die Eltern ihr Telefon benutzen, zeigten sie signifikant weniger Zuneigung, Ansprechbarkeit und Ermutigung für ihre Kinder und die Wahrscheinlichkeit, dass sie überhaupt auf das Kind reagierten, war fünfmal geringer. Wenn Mutter und Vater auf die Kinder reagierten, waren die Reaktionen weniger zeitnah, schwächer und die Bindungspersonen zeigten weniger Affekt gegenüber dem Kind (Rothstein, 2018; Vanden Abeele et al., 2020). Zudem sind Mütter, die ihr Smartphone nach eigenen Angaben vermehrt nutzen, weniger in der Lage, ihr Kind nach einer Stresssituation zu beruhigen (Myruski et al., 2018).

»Die Familie ist der erste und zentrale Raum der Medienerfahrung«

AUSBLICK

Die genannten Studien zeigen, dass das zwischenmenschliche Miteinander von Eltern und ihren Kindern unter der Smartphonennutzung leidet. Allein die Anwesenheit eines Smartphones verringert die Qualität und Freude an der Interaktion zwischen Gesprächspartner*innen (Dwyer et al., 2018; Meins et al., 2001; Ward et al., 2017; Abb. 2), und Betreuungspersonen sind, während sie ihre Kinder beaufsichtigen, in ihr Telefon vertieft (Hiniker et al., 2015). Die Familie ist der erste und zentrale Raum der Medienerfahrung. Vor allem Eltern sollten daher kompetent im Umgang mit Medien sein und in ihrer Erziehung bereits Kompetenzen erkennen lassen (Hoffmann, 2019).

LITERATUR

Abels, Monika, Vanden Abeele, Mariek, Van Telgen, Toke & Van Meijl, Helma (2018). *Nod, nod, ignore: An exploratory observational study on the relation between parental mobile media use and parental responsiveness towards young children*. In Eva Maria Luef & Manuela Marin (Hrsg.), *The talking species: Perspectives on the evolutionary, neuronal, and cultural foundations of language* (S. 195-228). Graz: Unipress.

Brisch, Karl Heinz & Hellbrügge, Theodor (Hrsg.) (2007). *Die Anfänge der Eltern-Kind-Bindung – Schwangerschaft, Geburt und Psychotherapie*. Stuttgart: Klett-Cotta.

Dwyer, Ryan, Kushlev, Kostadin & Dunn, Elizabeth (2018). *Smartphone use undermines enjoyment of face-to-face social interactions*. *Journal of Experimental Social Psychology*, 78, 233-239.

Elias, Nelly, Lemish, Dafna, Dalyot, Shani & Floegel, Diana (2021). *»Where are you?« An observational exploration of parental technofence in public places in the US and Israel*. *Journal of Children and Media*, 15(3), 376-388.

Fay-Stammach, Tracey, Hawes, David & Meredith, Pamela (2014). *Parenting influences on executive function in early childhood: A review*. *Child Development Perspectives*, 8(4), 258-264.

Grattan, David (2001). *The actions of prolactin in the brain during pregnancy and lactation*. *Progress in Brain Research*, 133, 153-171.

Hiniker, Alexis, Sobel, Kiley, Suh, Hyewon, Sung, Yi-Chen, Lee, Charlotte & Kientz, Julie (2015). *Texting while parenting: How adults use mobile phones while caring for children at the playground*. *Proceedings of the 33rd Annual ACM Conference on Human Factors in Computing Systems*, 727-736.

Hoffmann, Bernward (2019). *Medien-Erziehungs-Kompetenz von Eltern im System Familie*. In Holger Angenent et al. (Hrsg.), *Digital Diversity – Bildung und Lernen im Kontext gesellschaftlicher Transformationen* (S. 103-117). Wiesbaden: Springer.

Jugend und Medien (2020): *Empfehlungen für den Umgang mit digitalen Medien (2020)*. Verfügbar unter: https://www.jugendundmedien.ch/fileadmin/PDFs/Flyer_fuer_Eltern_mit_Kinder/JuM_Flyer_0-7_DE.pdf [17.10.23]

Kildare, Coy & Middlemiss, Wendy (2017). *Impact of parents mobile device use on parent-child interaction: A literature review*. *Computers in Human Behaviour*, 75, 579-593.

McDaniel, Brandon & Radesky, Jenny (2018a). *Technofence: Longitudinal associations between parent technology use, parenting stress, and child behavior problems*. *Pediatric Research*, 84(2), 210-218.

McDaniel, Brandon & Radesky, Jenny (2018b). *Technofence: Parent distraction with technology and associations with child behavior problems*. *Child Development*, 89(1), 100-109.

Meins, Elizabeth, Fernyhough, Charles, Fradley, Emma & Tuckey, Michelle (2001). *Rethinking maternal sensitivity: Mothers' comments on infants' mental processes predict security of attachment at 12 months*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 42(5), 637-648.

Myruski, Sarah, Gulyayeva, Olga, Birk, Samantha et al. (2018). *Digital disruption? Maternal mobile device use is related to infant social-emotional functioning*. *Developmental Science*, 21(4), e12610.

Papousek, Mechthild (1997). *Entwicklungsdynamik und Prävention früher Störungen der Eltern-Kind-Beziehungen*. *Analytische Kinder- und Jugendpsychiatrie*, 28(93), 5-30.

Papousek, Mechthild (2004). *Intuitive elterliche Kompetenzen – Ressource in der präventiven Eltern-Säuglings-Beratung und -psychotherapie*. *Zeitschrift der Deutschen Liga für das Kind*, 4.

Riedel, Rainer, Büsching, Uwe & Brand, Matthias (2017). *BLIKK-Studie: Factsheet*. Verfügbar unter: https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Praevention/Berichte/Abchlussbericht_BLIKK_Medien.pdf [17.10.23]

Rothstein, Theresa (2018). *The presence of smartphones and their impact on the quality of parent-child interactions*. *Thesis*. Stanislaus: California State University.

Uvnäs-Moberg, Kerstin & Eriksson, Maud (1996). *Breastfeeding: physiological, endocrine and behavioural adaptations caused by oxytocin and local neurogenic activity in the nipple and mammary gland*. *Acta Paediatrica*, 85(5), 525-530.

Vanden Abeele, Mariek, Abels, Monika & Hendrickson, Andrew (2020). *Are parents less responsive to young children when they are on their phones? A systematic naturalistic observation study*. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 23(6), 363-370.

Ventura, Alison, Levy, Jordyn & Sheeper, Sierra (2019). *Maternal digital media use during infant feeding and the quality of feeding interactions*. *Appetite*, 143, 104415.

Ward, Adrian, Duke, Kristen, Gneezy, Ayelet & Bos, Maarten (2017). *Brain drain: The mere presence of one's own smartphone reduces available cognitive capacity*. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 140-154.

Wolfers, Lara, Kitzmann, Sophie, Sauer, Sabine & Sommer, Nina (2020). *Phone use while parenting: An observational study to assess the association of maternal sensitivity and smartphone use in a playground setting*. *Computers in Human Behavior*, 102, 31-38.

Zimmer-Gembeck, Melanie, Webb, Haley, Pepping, Christopher et al. (2017). *Is parent-child attachment a correlate of children's emotion regulation and coping?* *International Journal of Behavioral Development*, 41(1), 74-93.

DIE AUTORIN

Mag. Marion Hantinger ist Schulpsychologin und arbeitet in Projekten der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität Salzburg sowie an der Kinder- und Jugendpsychiatrie Salzburg.



© Sabine Holzner