

Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg
Fakultät Wirtschaft und Soziales
Department Soziale Arbeit

**Der Einfluss der digitalen Medien auf Mutter-Kind-
Beziehung. Eine bindungstheoretische Betrachtung
anhand des Präventionsprojektes „Eine Woche ohne
Handy“ in der Elternschule Steilshoop**

Bachelor-Thesis

Tag der Abgabe: 20.12.2018

Vorgelegt von: Irina Lifeld

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

Betreuender Prüfer: Prof. Dr. Gerhard Suess

Zweiter Prüfer: Prof. Dr. Georg Schürgers

„Mein Ort ist, wo Augen mich ansehen.
Wo sich die Augen treffen, entstehe ich.
Es gibt mich, weil Augen mich wollen,
mich ansehen und sagen, dass es mich gibt“.

Irina Prekop nach dem Gedicht „Es gibt dich“ von Hilde Domin

Inhalt

| | | |
|----------|--|-----------|
| 1 | Einleitung..... | 1 |
| 2 | Digitaler Wandel als Herausforderung für die Gesellschaft..... | 4 |
| 2.1 | Mediengeschichte..... | 4 |
| 2.2 | Veränderungen der Kommunikation durch digitale Medien | 5 |
| 2.3 | Smartphone – mehr als Telefon | 7 |
| 2.4 | Medienkonsum und Hirnentwicklung | 9 |
| 3 | Mutter- Kind –Bindung | 11 |
| 3.1 | Grundlegendes zur Bindungstheorie | 11 |
| 3.2 | Mütterliche Feinfühligkeit, Kooperation und Akzeptanz..... | 12 |
| 3.3 | Konzeption „Fremde Situation“ | 15 |
| 3.4 | Mutter-Kind-Bindungsqualitäten | 17 |
| 3.5 | Dauerhaftigkeit und Stabilität von Bindungsmustern | 20 |
| 4 | Mutter-Kind-Bindung unter Einfluss der digitalen Medien..... | 21 |
| 4.1 | Mögliche Risiken durch Mediennutzung der Mütter | 22 |
| 4.2 | Vergleich mit „Still-face“ Untersuchungen..... | 23 |
| 4.3 | Vergleich einer Mutter-Kind-Interaktion bei postpartalen Depression..... | 25 |
| 5 | Präventionsprojekt „Eine Woche ohne Handy“ in der Elternschule Steilshoop | 27 |
| 5.1 | Hamburger Elternschulen als Bildungsort für die Eltern | 27 |
| 5.2 | Das Interesse an dem Thema /Projekt | 29 |
| 5.3 | Planung des Projektes..... | 29 |
| 5.4 | Durchführung und Reflexion des Projektes..... | 32 |
| 5.5 | Erstellung des Fragebogens | 35 |
| 5.6 | Datenanalyse und Dateninterpretation | 36 |
| 6 | Schlussbetrachtung..... | 38 |
| | Literaturverzeichnis | 41 |
| | Anhang..... | 46 |
| | Eidesstattliche Erklärung | |

1 Einleitung

Heutzutage sind digitale Medien allgegenwärtig. Wir haben uns an ihre Präsenz gewöhnt, so dass wir ihre Wirkung im alltäglichen Leben kaum noch hinterfragen. Besonders das Smartphone ist wegen der vielfachen Funktionen zu unserem ständigen Begleiter geworden. Wir nutzen es als Wecker, als Terminplaner, zum Nachrichtenlesen, als Informationsquelle, zum Einkaufen und vor allem, um mit anderen Menschen zu kommunizieren. In vielen Bereichen erleichtert es uns und organisiert unser Leben. Das Smartphone ermöglicht uns somit eine ständige Erreichbarkeit und damit eine unendliche Kommunikation. Aber trotz all dieser Möglichkeiten der digitalen Medien wird von Kommunikationsforschern ein wachsender Beziehungsverlust beobachtet. Die Möglichkeiten und Chancen der Digitalisierung stehen außer Frage. Doch die Digitalisierung birgt Risiken, zumindest dann, wenn der Medienkonsum außer Kontrolle gerät. Die Zahlen internetabhängiger Jugendlicher steigen rasant (vgl. BLIKK Studie 2017) an. Es gibt schon zahlreiche Medienstudien, die die gesundheitlichen Risiken des übermäßigen Medienkonsums für Kinder verdeutlichen. Dementsprechend greifen Schulen und Kindergärten das Thema auf und bieten Abende zum Thema „Medienkonsum von Kindern“ an, um die Medienkompetenz sowohl von Eltern als auch der Kinder zu stärken. In letzter Zeit wird in der Forschung, aber auch in der pädagogischen Praxis, sich mehr für das Thema Smartphone-Nutzung durch Mütter und ihr Einfluss auf die Mutter-Kind-Beziehung interessiert. Dies gilt insbesondere für die Mutter-Kind Bindung von Anfang an. Diese Beziehung ist die zentrale Grundlage für das Leben.

Da die digitalen Medien allgegenwärtig sind, beschäftigt mich die Frage, ob es noch gelingt genügend Räume der Ruhe und des ungestörten Zusammenseins für diese Bindung zu schaffen? Welche Auswirkungen hat der exzessive Gebrauch von Smartphones und anderen digitalen Medien, sowohl seelisch als auch körperlich für die Babys? Es sind die häufigsten Fragen, die sich Forscher, Pädagogen, aber auch die Eltern bei diesem Thema stellen. Es handelt sich um ein neues Forschungsgebiet, das aber schon die ersten Erkenntnisse hat und dem zu Folge in der sozialpädagogischen Praxis bereits viele Kampagnen und sozialpädagogische Angebote hierzu gestaltet werden.

Die Aktualität des Themas, meine eigenen Beobachtungen in der Elternschule von Mutter-Kind-Interaktionen und ihren Unterbrechungen des Kontaktes durch die Nutzung von Smartphones, als auch fachliche Gespräche mit meinen Anleiterinnen haben zuerst mein Interesse geweckt mich intensiver mit dieser Thematik zu befassen. Ausgehend von diesen

Erfahrungen entstand das Projekt „Eine Woche ohne Handy“ in der Elternschule Steilshoop und daraus ableitend die Fragestellung dieser Bachelorarbeit: Welchen Einfluss hat die ständige Mediennutzung von Müttern auf die Mutter-Kind-Beziehung? Wie können die Mütter für das Thema sensibilisiert werden?

Um diese Fragen zu beantworten wird diese Arbeit folgendermaßen aufgebaut:

Zunächst stelle ich den digitalen Wandel im Laufe der Zeitgeschichte dar. Hierzu gibt es einen Überblick über die Entwicklung der digitalen Medien bzw. Mediengeschichte, die zeigen soll, dass die Veränderungen in der Medienwelt kein Phänomen der heutigen Zeit sind. Die Auseinandersetzung mit der Mediengeschichte hilft die Veränderungen und Herausforderungen der Mediengesellschaft objektiv zu betrachten und darin nicht nur die Risiken zu sehen. Durch die Entwicklungen der digitalen Medien verändert sich auch unsere Kommunikation, vor allem, weil die digitalen Medien allgegenwärtig zu unserem Leben gehören. Da dies auch Auswirkungen auf die Mutter-Kind-Kommunikation haben kann, wird darauf auch in diesem Kapitel eingegangen. Da das Smartphone inzwischen zu einem „ständigen Begleiter“ vieler Menschen, besonders vieler Mütter geworden ist, werden seine vielfältigen Funktionen und ihre Folgen für die Nutzung für die Menschen als nächstes dargestellt. Jedes Wahrnehmen, Denken, Erleben und Fühlen hinterlässt Gedächtnisspuren. Deswegen ist es wichtig, den Einfluss der digitalen Technologien auf die Hirnentwicklung zu analysieren. Damit wird das zweite Kapitel abgeschlossen.

Im dritten Kapitel wird die Bindungstheorie von John Bowlby beschrieben. Seine Erkenntnisse sind von zentraler Bedeutung für die Mutter-Kind-Beziehung und werden in der praktischen Arbeit für die Stärkung Mutter-Kind-Bindung erfolgreich umgesetzt. Die Bindungstheorie ist inzwischen zu einem umfassenden Konzept geworden. Das Kapitel beschäftigt sich nur mit den Aspekten der Theorie, die für diese Arbeit relevant sind. Zuerst werden grundlegende Erkenntnisse dargestellt, die Bowlby schon in den 50er Jahren in seiner Arbeit postulierte. Die empirischen Untersuchungen seiner Mitarbeiterin Mary Ainsworth haben die Bindungstheorie erweitert und beeinflusst. In ihrem Konzept der mütterlichen Feinfühligkeit, Kooperation und Akzeptanz werden die wichtigsten Voraussetzungen für den Aufbau einer sicheren Bindung dargestellt und somit als nächstes in diesem Kapitel beschrieben. Bei ihren Forschungsarbeiten konnte sie beobachten, dass die Kinder ihren Müttern gegenüber unterschiedliches Bindungsverhalten zeigen. Mit Hilfe einer Laborsituation, die von Mary Ainsworth „Fremde Situation“ genannt wurde, hat sie drei Arten von Mutter-Kind-Bindungsqualitäten beschrieben. Beide Aspekte der Bindungstheorie werden in diesem Kapitel näher betrachtet, um das angeborene Bedürfnis des Kindes, in

bindungsrelevanten Situationen, in denen Nähe, Zuwendung und Schutz zu einer Bezugsperson gesucht werden, zu unterstreichen. Die sogenannten Bindungsqualitäten weisen auf Folgen mütterlichen Verhalten hin, was sich bei Kindern durch unterschiedliche Verhaltensmuster zeigt. Wie wichtig es ist die Mutter-Kind-Bindung zu stärken, verdeutlicht der letzte Abschnitt dieses Kapitels. In diesem wird auf die Dauerhaftigkeit und Verfestigung der Bindungsmuster und deren möglichen Einfluss auf das Leben des Kindes über viele Jahre hingewiesen.

Nachdem die zentrale Bedeutung der Mutter-Kind-Bindung für das Leben eines Kindes dargestellt wurde, geht das vierte Kapitel auf den Einfluss der digitalen Medien auf die Mutter-Kind-Beziehung aus bindungstheoretischer Sicht ein. Es werden mögliche Risiken in der Entwicklung des Kindes beschrieben, wenn die Mütter die digitalen Medien exzessiv nutzen. Die Situationen, denen die Kleinsten ausgesetzt sind, während ihre Mütter sich z.B. mit dem Smartphone beschäftigen, werden mit „Still-face“ Situationen und mit der „Mutter-Kind-Interaktion“ bei postpartalen Depression verglichen. Ich fand den Vergleich sehr interessant, weil in allen diesen Situationen die Kinder um die Aufmerksamkeit ihrer Mütter ringen. Bei „Still-face“ Untersuchungen ist es genau beschrieben, wie sich die Babys dabei fühlen und auch mit welchen Gefühlen die Mütter bei diesem Labortest konfrontiert sind.

Das fünfte Kapitel beschäftigt sich mit dem empirischen Teil dieser Arbeit. Dieser beruht auf dem Präventionsprojekt „Eine Woche ohne Handy“ in der Elternschule Steilshoop. Zu Beginn wird die Arbeit der Elternschulen, mit ihren Aufgaben und Zielen, kurz dargestellt. Hierdurch werden die Rahmenbedingungen deutlich, in denen das Projekt stattfinden konnte. Anschließend wird die Planung und Reflexion des Projektes in der Elternschule beschrieben. Das Hauptziel des Projektes ist die Eltern für das Thema „Der Einfluss der digitalen Medien auf die Mutter-Kind-Beziehung“ zu sensibilisieren. Die Informationen für die Eltern basieren auf den wichtigsten Erkenntnissen aus dem theoretischen Teil dieser Arbeit. Das Projekt schließt mit einem Fragebogen zur Einschätzung des eigenen Verhaltens der Mütter im Umgang mit digitalen Medien. Die Ergebnisse dieser Befragung werden anschließend analysiert und interpretiert.

Es wäre noch wichtig zu erwähnen, dass in dieser Arbeit von den Müttern als Hauptbezugsperson eines Kindes gesprochen wird. Dies liegt daran, dass meist die Mütter, besonders im ersten Lebensjahr, mit dem Kind zu Hause bleiben und dementsprechend zur ersten Bindungsperson vom Baby gehören. An dem Projekt haben auch ausschließlich Mütter teilgenommen. Väter und andere Personen, die im engen Kontakt zu dem Kind stehen, gehören natürlich auch dazu.

2 Digitaler Wandel als Herausforderung für die Gesellschaft

Dieses Kapitel beschäftigt sich mit der Entwicklung der digitalen Medien in der heutigen Zeit sowie den daraus resultierenden Folgen auf unser Leben. Gemeint sind hier Auswirkungen auf unsere alltäglichen Lebensformen, auf unsere Kommunikation und auch auf unsere Hirnentwicklung. Am Anfang des Kapitels wird zunächst auf die Mediengeschichte eingegangen. Sie hilft die Entwicklung der Medien besser zu verstehen und die Veränderungen in der Gesellschaft nicht als Phänomen der heutigen Zeit zu sehen. Es geht vor allem darum, „Veränderungen in der Medienwelt“ nicht gleich negativ zu besetzen.

2.1 Mediengeschichte

Unsere Gesellschaft ist eine Mediengesellschaft. Es gibt kaum Bereiche in unserem Leben, die nicht von Medien durchgedrungen sind. Medien bestimmen unsere Wahrnehmung, beeinflussen unsere Kommunikation, unterhalten und informieren uns. Wir produzieren ökonomische Waren mit Hilfe der Medien, wir speichern unser Wissen in Medien und pflegen soziale Kontakte durch Medien. Seit Anbeginn der Moderne leben wir in einer Mediengesellschaft, aber in einer Gesellschaft von Medien lebten wir schon immer. Wenn von Medien gesprochen wird, meinen die meisten von uns, die strombetriebene Apparate, wie die elektronischen Massenmedien, die historisch in die junge Kategorie gehören.

Medien, wie die Schrift, begleiten unsere Geschichte jedoch von Anfang an. Die Auseinandersetzung mit „dem Phänomen des Medialen“, wie es das Beispiel zeigt, ist nicht neu, die Auseinandersetzung mit dem Begriff des Mediums schon. Bis Mitte des 20. Jahrhunderts gab es keine Definition des Begriffes. Eine entscheidende Einsicht in die Mediengeschichte und Medienwissenschaft brachte der kanadische Kommunikation- und Literaturwissenschaftler Herbert Marshall McLuhan im Jahre 1964 (vgl. Münker, Roesler 2008, 7ff). Seine bekannteste These lautet:

„Das Medium ist die Botschaft“. In seinem Buch „Understanding Media“ (1964) hat er diese Aussage anspruchsvoller als alle anderen seiner Kollegen erläutert. Er wollte nicht nur betonen, dass eine Information durch „die Instanz ihrer Vermittlung“ geprägt ist, sondern auch hervorheben, dass in komplexen Medien immer einfachere Medien enthalten sind. Mit der Einsicht der sinnbildenden Kraft der Medien rückte auch der Begriff des Mediums ins Zentrum der wissenschaftlichen Terminologie. Früher stand im Lexikon, dass das „Medium“ ein lateinisches Wort mit der Bedeutung „Mittel“ oder „Vermittler“ sei. Im alltäglichen Gebrauch hat der Begriff „Medium“ an Bedeutung gewonnen. Einer der wichtigsten Gründe dieser Entwicklung war der Fernseher, der in den sechziger Jahren in den Industrieländern

zum Leitmedium wurde und damit die führende Rolle bei der Informationsvermittlung übernahm. Dadurch wurde in dieser Zeit der Begriff des Mediums mit dem des Massenmediums gleichgesetzt. Im privaten Bereich entstand eine Entwicklung, die schon für die Öffentlichkeit zu Beginn des 20. Jahrhunderts durch den Erfolg des Kinos eingeleitet wurde. Die Informationen wurden nicht mehr allein nur durch mündliche Rede und Schrift, sondern auch durch bewegte Bilder vermittelt. Denk- und Wahrnehmungsweisen veränderten sich damit so grundlegend, dass Wissenschaftler nach Erklärungen für diese Entwicklung suchten. Es wurde vor allem die Bedeutung der Medien für die Kommunikation untersucht. Dadurch entstand in den sechziger Jahren eine Darstellung der Mediengeschichte, die die Entwicklung der Kommunikation der verschiedenen Epochen verfolgt. Es fängt mit den mündlich geprägten Zivilisationen in Vorzeit und Altertum an, die als Mitteilungen Felszeichnungen oder einfache Bilderschriften verwendet haben. Ab dem 8. Jahrhundert v. Chr. folgte mit der Einführung der komplexeren Schriften eine Phase der schriftlich geprägten Kommunikation, die bis in die frühe Neuzeit reicht und durch die Ausbreitung des Buchdruckes seit Mitte des 15. Jahrhunderts beständig erneuert wurde. Bis Mitte des 19. Jahrhunderts behielt die Schrift ihre dominante Rolle. Mit der Telegraphie, dem Telefon und schließlich mit dem Stummfilm bestand die Möglichkeit Stimmen und Bilder in akustischer und optischer Form zu speichern und akustische Signale über größere Strecken zu übermitteln. Die Speicher- und Übertragungsmedien wurden seit Beginn des 20. Jahrhunderts durch Grammophon, Rundfunk und Tonfilm erweitert. Mit dem Fernsehen wurden erstmals Bilder über weite Strecken in kurzer Zeit transportiert. Ab Mitte der achtziger Jahre ergab sich mit Hilfe des Computers und später mit der Vernetzung durch das Internet die Möglichkeit der fast grenzenlosen Speicherung, Übertragung und Verarbeitung von Schriften, Klängen und Bildern. Die Zeit wird oft als eine „erneute Revolution der Medientechnik und Mediennutzung“ bezeichnet, deren Folgen kaum absehbar sind (vgl. Schöttker 1999, 11ff).

2.2 Veränderungen der Kommunikation durch digitale Medien

Lebenswelten verändern sich permanent und auf ganz unterschiedlichen Ebenen. Das ist kein primäres Phänomen des 21. Jahrhunderts, wie die Geschichte der Medien zeigt. Aber die Schnelligkeit, Sichtbarkeit und die damit verbundenen Herausforderungen haben deutlich zugenommen. Die digitalen Medien haben zur Veränderung des Kommunikationsverhaltens geführt. Der Kommunikationsumfang und die Kommunikationsgeschwindigkeit sind deutlich gestiegen. Es entstehen immer wieder neue offene Plattformen, die Zugang zu unterschiedlichen Informationen bieten (vgl. Ellerbeck 2007, 12). Daten, Informationen und

Wissen sind unabhängig von Zeit und Ort immer verfügbar. Räumliche Entfernungen haben kaum noch einen trennenden Charakter. Globale Mobilität und moderne Kommunikationswege überwinden Grenzen und bringen Menschen aus verschiedenen Ländern und Kulturen einander näher (vgl. Ellerbeck 2007, 11). Nichts scheint unmöglich. Das ist vielleicht die einzige gesicherte Erkenntnis, wenn über die Zukunft der Kommunikation gesprochen wird. Denn jede Prognose hängt von der Annahme über die Weiterentwicklung der digitalen Medien ab (vgl. Siebenhaar 2007, 7). „Der Hunger nach technologisch basierter Kommunikation in allen cross-medialen Spielarten ist unersättlich und rasant in seinen Entwicklungsformen wie Konfigurationen“ (Siebenhaar 2007, 7).

Nach vielen Untersuchungen waren sich die Wissenschaftler einig, dass sich unser heutiges „Mediensystem“ von dem Mediensystem von vor 50, 100 oder 150 Jahren wesentlich in zwei Punkten unterscheidet. Erstens ist unser heutiges Medienangebot aufgrund einer Vielzahl von medientechnischen Innovationen sehr viel umfangreicher und ausdifferenzierter als früher und zweitens ist der Alltag der Menschen heute viel stärker von den Medien beeinflusst als bei vorangegangenen Generationen. Unsere Wahrnehmung von Gesellschaft und Umwelt erfolgt mehr durch medial vermittelte Inhalte als durch persönliche Anschauung und Kommunikation. Ein Erwachsener in Deutschland verbringt durchschnittlich zehn Stunden am Tag mit der Nutzung unterschiedlicher Medien (vgl. Seufert 2013, 7). Medien haben deswegen eine Schlüsselfunktion in einer modernen Gesellschaft, weil sie für die Kommunikations- und Informationspraxis für viele Menschen existentiell geworden sind. „Medien sind unverzichtbare Überbrückungs- und Vermittlungsinstanzen. Sie ermöglichen die Integration räumlich getrennter Individuen durch Gleichzeitigkeit der Information (Steg 2007, 16). Unabhängig davon für welche Zwecke die Menschen sich erreichen wollen, sie bleiben zwingend auf technische Mittel der Kommunikation angewiesen. Hier wäre es notwendig zu betonen, dass Kommunikation mehr ist als technisch vermittelte Kommunikation. Darüber hinaus gehören auch Sprache, Gestik, Mimik und Haptik dazu. Es ist kein in der Natur der Menschen endgültig festgelegter Vorgang. Bei der Kommunikation handelt es sich um soziale Vorgänge, die sich durch verschiedene Einflüsse im Laufe der Geschichte immer wieder geändert haben. Dazu gehören zum Beispiel die Bevölkerungsentwicklung oder die Handelsbeziehungen. Insbesondere haben aber die Medien und Medientechniken, vor allem die „Neuen Medien“ die menschliche Kommunikation beeinflusst und verändert (vgl. Steg 2007, 16f). Für meine Arbeit sind vor allem die „Neuen Medien“ relevant. Aktuell wird der Begriff für die Medien gebraucht, auf die über den WWW-Dienst des Internets weltweit zugegriffen werden kann (vgl. Seufert 2013, 7). Es ist

wichtig zu ergänzen, dass keine einfache lineare Veränderung direkt-menschlicher Kommunikation durch technische Medien und Massenmedien stattfindet. Neue Medien ersetzen nicht die alten Medien, neue Medien werden viel mehr in den Alltag integriert und sie ergänzen die medialen Angebote. Die Gewohnheiten und das Zeitbudget der Menschen werden dabei neu strukturiert (vgl. Steg 2007, 25). Massenmedien beschleunigen das Erleben der Menschen. Sie befriedigen ein grundlegendes Bedürfnis der Menschen nach Neuem, nach Sensationellem und Außergewöhnlichem. Elektronische Kommunikationstechnologien ermöglichen zeitgleiche Verbreitung von Nachrichten und Neuigkeiten. Ereignisse und Berichterstattung fallen in Live- und Real-TV zusammen. Das verlangt nach einer ständigen Präsentation der Nachrichten, die nach kurzer Zeit nicht mehr aktuell sein können. Somit werden jeden Tag neue Sensationen von den Mediennutzern erwartet, die kaum Zeit haben all diese zahlreichen Nachrichten zu verarbeiten. Die Entwicklungen im Medienbereich könnten die gesamten Sinneswahrnehmungen wie Fühlen, Denken und auch Handeln neu differenzieren (vgl. Steg 2007, 18). Rainer Zimmermann spricht von der „Wandlung unseres sozialen Verhaltens“ durch Nutzung der neuen Medien. Im Vergleich zu den 80er Jahren, in denen das Telefonieren teuer und deswegen meistens kurz, aber produktiv sein sollte, werben heute die Mobilfunkprovider mit Slogans „Quatschen bis der Arzt kommt“, „Non Stopp Telefonieren zum Festpreis“. Mit diesen Beispielen wird gezeigt, dass heute Kommunikation sogar „in Form unablässigen Quasseln“ gesellschaftlich akzeptiert wird. Es wird quasi durchgehend kommuniziert. Es gibt keine klare Trennlinie zwischen dem, was wir tun, und der Art und Weise, wie wir darüber kommunizieren. Dies geschieht vor dem Hintergrund, dass die passive Kommunikation der Menschen signifikant gewachsen ist (vgl. Zimmermann 2007, 52f). „Es wundert also nicht, dass das sogenannte „gute Gespräch“ aufgrund des hohen medialen Kommunikationsdrucks von 11 Stunden täglich ins Hintertreffen gerät und immer seltener stattfindet,“ (Zimmermann 2007, 53). Mit der Erfindung des Smartphones ist unsere digitale Kommunikation noch vielfältiger geworden. Da der empirische Teil dieser Arbeit das Nutzungsverhalten der Mütter mit Smartphones untersucht und sie auf den Umgang hiermit sensibilisieren soll, wird im nächsten Kapitel auf die relevanten Aspekte in Bezug auf die Nutzung von Smartphones ausführlicher eingegangen.

2.3 Smartphone – mehr als Telefon

Das Smartphone gehört zu den neuesten digitalen Medien, das dank immer neuer Funktionen mehr und mehr zum „Persönlichen Assistenten“ wird. Es können alle medialen Angebote, die im vorherigen Kapitel beschrieben wurden, am Smartphone genutzt werden. So bilden wir

einen Großteil unserer Funktionen und unseres Daseins über die Smartphones ab: unsere Kommunikation, unsere Arbeit, unsere Einkäufe, unsere Mobilität und auch unsere soziale Teilhabe. Wir treffen die Freunde auf Facebook, tauschen die Neuigkeiten auf WhatsApp aus und zeigen allen unsere Lieblingsfotos auf Instagram (vgl. Markowetz 2015, 15). Dazu kommt noch, dass wir unser Smartphone immer dabei haben. Das Gerät scheint dafür geeignet zu sein, eine Illusion zu erhalten nie und nirgendwo ganz alleine zu sein und eine Kommunikation oder Interaktion nie wirklich abbrechen zu müssen. Das große Problem der Menschheit „Einsamkeit“ scheint gelöst zu sein. Diese Illusion der ständigen Verbindung zu anderen wird noch augenfälliger, wenn wir zum Beispiel Online-Games spielen und damit in Kontakt zu Tausenden anderen stehen. Das Faszinierende an den Computerspielen für den Nutzer liegt auch an seiner aktiven Rolle, die ihn beim Spielen vor Herausforderungen stellt. Nach dem Spielgewinn erleben die Spieler ein hohes Maß an Befriedigung, die sie in ihrem realen Leben selten erfahren (vgl. Vorderer 2007, 64ff). Viele von uns leben in ihren Online-Communities und Online-Games ihr zweites Leben, ein „Second Life“. Da werden die utopischen Entwürfe eines ganz anderen Lebens, in dem man sich ganz anders ausprobieren kann, in dem eigene oder gar keine Regeln existieren, in dem so vieles möglich zu sein scheint, konstruiert. Es gibt kaum noch eine räumliche und zeitliche Trennung zwischen dem „First life“ und dem „second life“. Dadurch, dass wir unser Smartphone immer dabei haben können, bestehen noch mehr Möglichkeiten es häufiger zu nutzen. Die Auswertung der Daten einer „Mental Balance“ - Studie, die das Verhalten von 300000 Smartphone Nutzern untersucht, zeigt, dass wir den Bildschirm des Smartphones durchschnittlich 88 Mal am Tag einschalten. 35 Mal davon schauen wir auf die Uhr und wollen wissen, ob eine Nachricht eingegangen ist. Die restlichen 53 Mal benutzen wir das Handy für verschiedene Formen der Kommunikation, also um E-Mails zu schreiben, um Apps zu nutzen oder um zu surfen. Davon ausgehend, dass wir 8 Stunden schlafen und 16 Stunden wach sind, unterbrechen wir unsere anderen Tätigkeiten alle 18 Minuten, um uns mit dem Smartphone zu befassen. 25% der Menschen sehen sogar alle 14 Minuten darauf. Dieses Verhalten zieht sich unabhängig vom Bildungsstand durch alle Altersgruppen und alle sozialen Schichten. Die jungen Menschen zwischen 17- und 25 Jahren tendieren zu häufigerer und längerer Nutzung ihrer Smartphones. Sie schalten das Handy 100 Mal am Tag ein und nutzen es davon 60 Mal intensiv, für insgesamt drei Stunden. Der Durchschnittnutzer verbringt 2,5 Stunden am Tag mit seinem Handy. Die geringste Zeit davon wird zum Telefonieren gebraucht, nämlich sieben Minuten am Tag. Die meiste Zeit am Handy wird mit Social Media wie Facebook, WhatsApp und Spielen verbracht (vgl. Markowetz 2015,12f). Mit solcher Nutzung des

Smartphones mindern viele Menschen ihre Leistungsfähigkeiten. Wenn jemand sich beispielweise mit einer komplexen Kalkulation beschäftigt und dabei alle 18 Minuten auf sein Handy blickt, wird bestimmt Fehler machen. Genauso können wir uns nicht auf ein Gespräch mit unserem Gegenüber einlassen, wenn die eingehenden Nachrichten auf dem Smartphone immer wieder gelesen werden müssen (vgl. Markowetz 2015, 16). Es gibt bislang nicht viele Studien zur Medien-Multitasking, aber die die uns vorliegen, kommen zum gleichen Ergebnis: Niemand kann wirklich multitasken. Jeder, der sich einer Multitasking-Situation aussetzt, ist gezwungen seine Aufmerksamkeit mal auf das eine, mal auf das andere Objekt zu richten. Die Menschen, die häufiger multitasken, schaffen den ständigen Wechsel müheloser, dies beeinflusst trotzdem das Ergebnis ihrer Arbeit negativ (vgl. Vorderer 2007, 66). Diese „digitale Daueralarmbereitschaft“ überfordert unsere kognitiven, psychischen und sozialen Fähigkeiten und gefährdet sowohl unsere Arbeit als auch unsere realen Beziehungen zu Freunden und Familie (vgl. Markowetz 2015, 17). Das sind alles unerwünschte, sogar gefährliche Wirkungen, die bei der Nutzung der digitalen Medien auf uns zu kommen können.

Ich möchte mit diesen vielen negativen „Nebenwirkungen“ nicht die Medien pauschal für alles Übel dieser Welt verantwortlich machen. Die „neuen Medien“ bieten viel Potential fürs Lernen, für die Kommunikation und die Unterhaltung. Die Frage lautet nicht, ob die digitale oder die analoge (Face-to-face) Kommunikation besser ist. Sondern eher wie gut werden die beiden Arten der Kommunikation beherrscht und was kann passieren, wenn im großen Maß digital kommuniziert wird. Die Ergebnisse der Hirnforschung zeigen zum Beispiel den Zusammenhang des Medienkonsums und ihre Auswirkungen auf die Hirnentwicklung.

2.4 Medienkonsum und Hirnentwicklung

Digitale Medien sind aus der heutigen Welt eigentlich überhaupt nicht mehr wegzudenken. Sie bieten eine immense Entlastung des menschlichen Gehirns als Informationsspeicher und Steuerinstrument. Die Einführung digitaler Technologien hat aber auch einen Einfluss auf unser Gehirn. Seit einigen Jahren ist es bekannt, dass die Nervenzellverschaltungen in unserem Gehirn sich immer wieder anpassen, an die Art und Weise, wie und wofür wir unser Hirn nutzen. Dieser Anpassungsprozess wird nutzungsabhängige Neuroplastizität genannt. Einfach zusammengefasst heißt der Satz: „So wie man sein Gehirn nutzt, so wird es am Ende auch.“ (Hüther o.J., 2). Das Gehirn wird durch seinen Gebrauch permanent verändert. Jedes Wahrnehmen, Denken, Erleben, Fühlen und Handeln hinterlässt Gedächtnisspuren. Die Synapsen sind Verbindungsstellen zwischen Nervenzellen, über welche die elektrischen

Signale laufen, mit denen das Gehirn arbeitet. Diese können mittlerweile fotografiert und gefilmt werden. Man kann sogar zusehen, wie sie sich bei Lernprozessen verändern (vgl. Spitzer 2010, 3). Bei den Menschen, die sich viel mit digitalen Medien beschäftigen, entsteht automatisch eine Anpassung auf der Ebene des Sehens. Es heißt eine starke visuelle Dominanz. Außerdem entwickelt sich dabei eine ausgeprägte motorisch-visuelle Kopplung. Das bedeutet, man sieht etwas und reagiert sehr schnell mit der Hand darauf. Diese schnellen Reaktionen stellen ganz neue Anforderungen an unser Gehirn und an diese Anforderungen passt sich das zentrale Nervensystem an. Die starke visuelle Dominanz, die schnelle motorisch-visuelle Kopplung und die rasche Reaktion waren früher weniger wichtig. Es ging mehr darum, die Wirkungs-Ursachen-Beziehungen zu erkennen. Die Kraftmaschinen zeigen uns das immer noch deutlich. Mit dem Computer und anderen neuen digitalen Medien sind Ursache und Wirkung nicht mehr klar zu erkennen. Wir können nicht sehen, was hinter den neuen Geräten passiert. Das macht diese Geräte für uns unüberschaubar und weniger vorhersagbar. Die Realitätsgrenzen verschieben sich und damit auch der Realitätsbezug. Unser Denken und unser Wahrnehmen passen sich dieser neuen Welt an. Dementsprechend hat diese Entwicklung auch Folgen für unser Gehirn. Die Dinge sind weniger gut vorhersagbar und weniger gut durchschaubar, sie scheinen unbegrenzt zu sein. Die Aufgaben können scheinbar bedingungslos über Computer erledigt werden. Das hat Konsequenzen. Zum einen geht uns der Sinnbezug, der Bezug zur realen Welt bzw. Wirklichkeit immer mehr verloren, wenn man viel Zeit mit digitalen Bilderwelten verbringt. Der nächste Aspekt ist, dass der Mensch beim exzessiven Medienkonsum den Bezug zu sich selbst verlieren kann. Dazu gehört, dass wir eine andere Wahrnehmung von uns selbst haben. Diese Menschen spüren ihren eigenen Körper nicht mehr richtig. Sie sind sehr stark auf das konzentriert und fokussiert, was in den digitalen Medien (z.B. in Computerspielen oder in sozialen Netzwerken) abläuft (vgl. Hüther o.J., 4). Eine weitere Konsequenz könnte eine mangelnde Empathie sein, die Fähigkeit sich in andere Menschen einzufühlen, emotionale Befindlichkeiten des Gesprächspartners zu erkennen und darauf angemessen zu reagieren. Um das zu lernen braucht man reale Menschen, auf die man reagieren kann, die wiederum auf einen selbst reagieren (vgl. Hüther o.J., 7). Dieser Zusammenhang ist von Anfang an existenziell wichtig für uns, um in der realen Welt zu überleben. Was ein Mensch von Geburt an braucht, nicht nur zum Überleben, sondern, um sich gesund entwickeln zu können, wird im nächsten Kapitel anhand der Erkenntnisse aus der Bindungstheorie dargestellt.

3 Mutter- Kind –Bindung

Der englische Kinderpsychiater und Psychoanalytiker John Bowlby begründete in den 50er Jahren die Bindungstheorie. Inzwischen ist sie ein umfassendes Konzept, das die Persönlichkeitsentwicklung des Menschen als Folge seiner sozialen Erfahrungen versteht. Dieses Kapitel beschränkt sich nur auf die Aspekte der Bindungstheorie, die die Voraussetzungen für eine ungestörte Bindung und deren Bedeutung unterstreichen und dementsprechend für diese Arbeit relevant sind.

3.1 Grundlegendes zur Bindungstheorie

Das Kind hat das angeborene Bedürfnis nach starker emotionaler Bindung zu einer vertrauten Person. In den meisten Fällen ist es die Mutter, die für emotionale und reale Sicherheit des Kindes sorgt. Das Bindungsverhaltenssystem des Kindes und das Pflegeverhalten der Mutter stehen in einer ständigen Wechselbeziehung zueinander und sichern das Überleben des Säuglings. In diesem Wechselprozess, d.h. in der ständigen Interaktion und Affektregulierung zwischen dem Säugling und seiner Mutter, baut sich in den ersten zwölf Lebensmonaten eine Bindungsbeziehung auf (vgl. Hedervari-Heller 2012, 58).

Vor den Erkenntnissen der Bindungstheorie wurde die Mutter-Kind-Bindung vorwiegend dem Füttern zugeordnet. Der Hunger wurde als Primärtrieb und die „abhängige“ persönliche Bindung als Sekundärtrieb gesehen. Dies widersprach allen Beobachtungen, die John Bowlby in seiner klinischen Arbeit mit den Kindern machte. Nach dieser Theorie müssten alle Kleinkinder im Grunde jeder Person nachlaufen, von der sie etwas zu essen bekommen, was nachweislich nicht zutrifft (vgl. Bowlby 2014, 19). Dies besagte das traditionelle psychoanalytische Modell von Sigmund Freud, welches sich auch mit dem kindlichen Phantasieleben beschäftigte und die Auswirkungen realer Traumata durch Trennung nicht anerkannte. Entgegen Freuds Triebtheorie, dass sich ein Säugling durch die orale Triebbefriedigung an seine Mutter bindet, postuliert Bowlby ein biologisch angelegtes Bindungssystem. Zahlreiche Studien seiner Kollegen zur frühen Prägung im Tierreich bestätigten seine eigenen klinischen Beobachtungen von Gefühllosigkeit bei einigen Kindern als Auswirkung von Trennungstraumata. Nach dem zweiten Weltkrieg wurde Bowlby von der WHO beauftragt, die psychische Entwicklung der Kriegsweisen und deren elementare Bedürfnisse zu erforschen (vgl. Stegmaier 2016, 1). Aus klinischer Arbeit mit diesen Kindern entstand seine Bindungstheorie.

Diese Theorie besagt, dass der Säugling das angeborene Bedürfnis nach starker emotionaler Bindung zu einer Hauptbezugsperson hat. Mary Ainsworth, eine Mitarbeiterin von John

Bowlby, bezeichnet Bindung „als imaginäres Band zwischen zwei Personen, das in den Gefühlen verankert ist und das sie über Raum und Zeit hinweg miteinander verbindet“ (Ainsworth 2012, 71). Es ist wichtig zwischen Bindung und Bindungsverhalten zu unterscheiden. Bindungsverhalten wird nur beim Wunsch nach Nähe und Schutz z.B. im Suchen der Bindungsperson, im Weinen, Nachlaufen, Festklammern an ihr gezeigt und wird durch Trennung von der Bindungsperson sowie durch äußere oder innere Bedrohung und Gefahr aktiviert. Eine Bindung besteht kontinuierlich über Raum und Zeit (vgl. Grossmann / Grossmann 2014, 73). Die wichtigste Funktion der Bindungsperson ist dem Säugling bzw. dem Kind in Gefahrensituationen emotionale und reale Sicherheit zu geben. Das hat für unselbständige Neugeborene und Kleinkinder lebenserhaltende Bedeutung. Das Bindungssystem bleibt lebenslang aktiv. Deshalb suchen auch Erwachsene in schwierigen Lebenssituationen die Nähe zu den anderen Personen, von denen sie Hilfe und Unterstützung erwarten können. Werden die Bedürfnisse nach Nähe und Schutz befriedigt, so wird das Bindungssystem beruhigt und das System der „Exploration“ kann aktiviert werden. Explorationsverhalten umfasst beispielweise Neugier, Spielverhalten, Umgang mit Gleichaltrigen und Umwelterkundung. Ein Säugling, der sich bei seiner Bindungsperson sicher und geborgen fühlt, kann seine Umwelt neugierig erforschen. Droht ihm da Gefahr, kann er jederzeit wieder auf seine Bindungsperson als „sichere emotionale Basis“ zurückgreifen. Die offene, uneingeschränkte Exploration ist nur mit einer sicheren emotionalen Bindung möglich (vgl. Brisch 2008, 13f). Die Bindungstheorie von Bowlby wurde durch die empirischen Untersuchungen von Mary Ainsworth erweitert und hat damit die Bindungsforschung grundlegend und dauerhaft beeinflusst.

3.2 Mütterliche Feinfühligkeit, Kooperation und Akzeptanz

Mary Ainsworth hat das Konzept, der Feinfühligkeit der Mutter gegenüber den Signalen des Säuglings formuliert. Karin und Klaus E. Grossman haben in Anlehnung an ihre Forschungen „Mütterliche Feinfühligkeit“ als „das regulierende bemutternde Verhalten, das mehr oder weniger gut auf die Bedürfnisse, den Rhythmus und die Eigenart des Säuglings abgestimmt sein kann“ definiert (Grossmann/ Grossmann 2017, 119). Mary Ainsworth und ihre Mitarbeiter beobachteten erstmals in Uganda (in den 50er Jahren des 20. Jahrhunderts) und später in Baltimore alle drei Wochen mehr als vier Stunden in Familien die Mutter-Kind-Interaktionen im ersten Lebensjahr des Kindes. Auf Grundlage dieser Beobachtungsdaten haben sie drei globale verhaltensbeschreibende Skalen entwickelt: „Feinfühligkeit versus Unfeinfühligkeit gegenüber der Mitteilungen des Babys“, „Zusammenspiel versus

Beeinträchtigung des Kindes“, und „Annahme versus Zurückweisung des Kindes“ (vgl. Grossmann / Grossmann 2017, 119f).

Die Skala „Zusammenspiel versus Beeinträchtigung“ erfasst die Bereitschaft und Fähigkeit einer Mutter mit dem Baby auf gemeinsame Ziele hin zu kooperieren, sich in die Lage ihres Babys zu versetzen und dabei partnerschaftlich, aber auch verantwortlich zu handeln. Die britische Forscherin Elisabeth Meins hat die sprachlichen Äußerungen von Müttern ihren Babys und Kleinkindern gegenüber beobachtet und analysiert. Wenn sie ihre Kinder altersgemäß als fühlendes, denkendes und mit Absichten und Wünschen ausgestattetes Wesen behandeln und mit ihm dementsprechend sprechen, fördern sie seine psychische Sicherheit.

Das Konzept der Annahme bzw. Akzeptanz bewertet das Gleichgewicht von positiven und negativen Gefühlen der Mutter ihrem Baby gegenüber. Sie kann z. B. den Eigenwillen des Kindes gutheißen oder ablehnen, sie kann sich über die Veränderungen in ihrem Leben durch das Baby freuen oder ärgern.

Das Konzept von Feinfühligkeit besagt, dass alle Verhaltensweisen, Äußerungen und Zustände des Säuglings die Informationsträger für die Mutter sind. Dadurch lernt sie ihr Kind kennen und bekommt auch Rückmeldung, ob ihr Verhalten die erwünschte Wirkung beim Kind hat. Umgekehrt prüft das Kind das Verhalten der Mutter und meldet zurück, ob es sich verstanden fühlt. Wenn die Mutter durch ihr Verhalten bzw. Handeln negative Rückmeldungen z.B. durch Weinen oder Sich-Abwenden bekommt, teilt das Kind ihr dadurch mit, dass ihre Verhaltensweisen in ihm unangenehme Gefühle auslösen.

Jede Mutter bekommt zunächst ein ihr noch unbekanntes Kind. Die Neugeborenen haben individuelle Unterschiede, die beobachtbar und messbar sind. Das sind Temperamentunterschiede, sensorische, geistige und motorische Unterschiede bis zu spezifischen Besonderheiten und Beeinträchtigungen. Auf alle diese Unterschiede muss sich eine Mutter einstellen, um auf feinfühlig, kooperative und akzeptierende Weise eine beiderseitig befriedigende und erfreuliche Interaktion zwischen ihr und dem Kind zu erreichen. Vielen Müttern gelingt es intuitiv (vgl. (Grossmann/Grossmann 2017, 120f).

Mary Ainsworth definiert mütterliche Feinfühligkeit bezüglich der Kommunikation des Babys anhand folgender vier Merkmale:

1. „Die Wahrnehmung des Befindens des Säuglings“, d.h. die Mutter hat das Kind im Blick. Sie ist geistig präsent, aufmerksam und hat eine niedrige Wahrnehmungsschwelle, somit kann sie bemerken, was das Kind mitteilen möchte.
2. Die „richtige“ Interpretation der Bedürfnisse und Äußerungen des Säuglings, die nicht durch die Bedürfnisse der Mutter beeinflusst werden. Sie sollte z.B. nicht mit

dem Kind spielen, wenn es Hunger hat und das Kind nicht halten, wenn es sich lösen möchte. Um richtig zu interpretieren, darf eine feinfühligere Mutter das Verhalten des Kindes, z.B. durch Zuschreibung aggressiver Ansichten, nicht verzerren. Eine feinfühligere Mutter kann sich nicht nur in die Situation des Kindes versetzen, sondern sie kennt auch ihre eigenen Wünsche und Gefühle und versucht beides zu berücksichtigen.

3. Eine „prompte“ Reaktion, damit kann der Säugling den Zusammenhang zwischen seinem Verhalten und die darauffolgende Reaktion der Mutter herstellen. Dies vermittelt ihm ein Gefühl der Wirksamkeit seines Verhaltens. Im Gegensatz kann ein Gefühl der Hilflosigkeit bei dem Säugling entstehen.
4. Die „Angemessenheit der Reaktion“, d.h. dem Baby zu geben, was es braucht. Ein weinendes Kind z.B. mit einer Rassel zu beruhigen, ist weniger angemessen, als das Kind in dieser Situation in den Arm zu nehmen und sanft mit ihm zu sprechen. Die „Angemessenheit“ der mütterlichen Reaktion verändert sich mit der Entwicklung des Kindes. Ein Säugling lässt sich z.B. am besten durch Körperkontakt beruhigen, dem Kleinkind reicht schon meistens anerkennendes Zureden (vgl. Grossman / Grossmann 2014, 121ff).

Mütterliche Feinfühligkeit und ihre Kooperation unterstützen ebenso die sozialen Kompetenzen des Kindes. Mary Ainsworth bezeichnet die „Kompetenz des kleinen Kindes“ als „die Fähigkeit, durch sein Verhalten die Wirkung zu steuern, die die Umwelt bzw. die Personen seiner Umwelt auf es haben werden“ (Ainsworth 2014, 123). In dem Maße, in dem das Kind mit seinen Äußerungen die Aufmerksamkeit und Fürsorge seiner Mutter bekommt, lernt es sehr schnell, dass sie sein Leid beendet und seine Bedürfnisse befriedigen kann. Damit kann das Kind geschützt und in positiver Befindlichkeit seine Umwelt erkunden. In allen Beobachtungen waren alle drei Konzepte Kooperation, Akzeptanz und Feinfühligkeit eng miteinander verbunden. Die beschriebenen positiven Entwicklungsverläufe der Mutter-Kind-Interaktion sind die Grundlagen für eine sichere Bindung (vgl. Grossmann / Grossmann 2014, 123f). Andere Wissenschaftler, die sich mit der Mutter-Kind-Beziehung in ihren Arbeiten beschäftigten, bezeichneten die Passung zwischen mütterlichem Verhalten und kindlichen Bedürfnissen z.B. als „Intuitive elterliche Kompetenz“ (Papoušek), „Affektive Synchronizität“ (Feldman), „Emotionale Verfügbarkeit“ (Biringen & Robinson) oder einfach „Qualität der Mutter-Kind-Interaktion“ (Laucht). Der wichtigste Aspekt ist in allen diesen Konzepten die Bedeutsamkeit einer Mutter-Kind-Beziehung, in der das Kind lernen kann, dass seine Kommunikations- und Verhaltensweisen eine Bedeutung für die Mutter haben und

von ihr als Äußerungen seiner Bedürfnisse, seines Befindens und seiner Wünsche akzeptiert werden. Bei feinfühligem Reaktionen lernt das Kind auch, dass es eine angemessene Reaktion auf sein Verhalten erhält, weil die Mutter nicht nur aufmerksam ist und das Kind versteht, sondern bereit ist, darauf einzugehen (vgl. Grossman / Grossmann 2017, 125). Der Kreislauf positiver gegenseitiger Beeinflussung wird von Papousek „Engelkreis“ genannt und ist einer der wichtigsten Faktoren für die sichere Bindung. Wenn die Kommunikation zwischen Mutter und ihrem Baby gut gelingt, können sie die Entwicklungsaufgaben gemeinsam bewältigen und sich dabei in ihren Kompetenzen bestärken. So kommt ein müdes und weinendes Baby auf den Armen der Mutter, die es sanft wiegt und singt, zur Ruhe. Das Baby entspannt sich, beruhigt und schläft ein. Auch die Mutter kann sich mit ihrem Baby entspannen und sich von der Stresssituation ausruhen. Sie bekommt damit auch die Rückmeldung, dass das Baby sich bei ihr geborgen fühlt. Das stärkt das Selbstvertrauen der Mutter. Somit unterstützen sich die Mutter und das Baby gegenseitig und so entstehen eine stabile Kommunikation und positive Beziehungserfahrungen. (vgl. Papousek 2004, 89).

Feinfühligkeit ist sehr komplex. Der Entwicklungsstand des Kindes, d.h. seine Bedürfnisse und Kompetenzen müssen genau so berücksichtigt werden, wie die jeweilige Situation und der Kontext seines Verhaltens. Eine feinfühlig Mutter zu sein heißt aber nicht, immer perfekt auf das Verhalten des Kindes zu reagieren. Es heißt viel mehr, dauerhaft für eine positive Befindlichkeit des Babys zu sorgen, immer in Bezug auf die Situation und den Entwicklungsstand des Kindes (vgl. Ziegenhain 2004, 50).

Bei den Beobachtungen der Mutter-Kind-Interaktionen stellte Mary Ainsworth fest, dass die individuellen Unterschiede zwischen den Müttern in ihrem Verhalten gegenüber ihren Säuglingen sich in jeweils unterschiedlichen Verhaltensweisen der Babys gegenüber ihren Müttern zeigten. Diese Erkenntnisse führten zu der Überlegung, wie die unterschiedlichen Interaktionsmuster objektiv erfasst werden können. Die Idee kam aus der Erforschung des Verhaltens von Tieren. In einer neuen Umgebung zeigten die Tiere wieder ihr Orientierungsverhalten, suchten Schutz bei ihrer Mutter oder mussten ihren Platz in den sozialen Gruppen neu bestimmen. Aus den Beobachtungen heraus entwickelte sie ihre Konzeption „Fremde Situation“, die im nächsten Kapitel dargestellt wird (vgl. Stegmeier o.J., 1ff)

3.3 Konzeption „Fremde Situation“

Ausgehend von dem Konzept „Sichere Basis“ entwickelten Ainsworth und Wittig den „Fremde Situation Test“. Dieser Test ist eine standardisierte Laborsituation, die aus den

langjährigen Beobachtungen der Forscherin über die Interaktionen der Babys mit ihren Müttern während des ersten Lebensjahres, stammt.

Die „Fremde Situation“ setzt sich zusammen aus acht Episoden, die ca. drei Minuten dauern und eine zweimalige Trennung von der Mutter beinhalten. Bei der Wiedervereinigung von Mutter und Kind ist die Zeitspanne variabel.

1. Der Beobachter führt die Mutter und das Baby ins Spielzimmer (Laborraum) und verlässt es.
2. Sie akklimatisieren sich und das Baby kann den Raum erkunden.
3. Die fremde Person tritt in den Raum ein. Sie spricht erst mal mit der Mutter und dann sucht sie die Aufmerksamkeit des Babys.
4. Die Mutter verlässt unauffällig das Zimmer, lässt aber ihre Handtasche auf dem Stuhl liegen. In der Zeit lenkt die fremde Person das Baby ab. Wenn es nötig ist, tröstet sie es. Wenn die fremde Person dabei kein Erfolg hat, wird die Episode verkürzt.
5. Die Mutter kehrt zurück, spricht erst mal laut vor der Tür, macht eine kleine Pause, bevor sie die Tür aufmacht und bleibt einen Augenblick stehen, damit das Baby die Zeit hat eine spontane Reaktion zu zeigen. Sie erhält keine genaueren Instruktionen, wie sie ihre „Wiedervereinigung“ mit dem Baby gestaltet.
6. Die Mutter verlässt wieder den Raum, nachdem sie dem Baby „Auf Wiedersehen“ gesagt hat und die Handtasche bleibt wieder liegen. Das Baby bleibt dieses Mal allein. Wenn das Baby extrem und lange schreit wird auch diese Episode verkürzt.
7. Die fremde Person kommt herein. Ihr Verhalten orientiert sich am Verhalten des Babys. Wenn das Baby explorierte, sollte sie sich nach und nach nähern, um zu sehen wie viel Aufmerksamkeit und Nähe es von der fremden Person zulassen kann. Wenn das Baby während des Alleinseins sehr verzweifelt und bekümmert sein sollte, soll sie versuchen es zu trösten.
8. Die Mutter kehrt zurück, spricht das Baby vom Türrahmen an und hebt es schließlich auf. Die Episode ist damit beendet (vgl. Ainsworth / Wittig 2017, 115f).

Bei diesem Test werden die Reaktionen des Kleinkindes auf die Wiederkehr der Mutter im Hinblick auf ihre Suche nach Nähe und Kontakt, nach ihrem Wunsch Kontakt zu erhalten, nach einer aktiven Vermeidung der Mutter sowie nach einem Widerstand gegenüber den Kontakt- und Spielangeboten der Bindungsperson beobachtet. Diese Verhaltensweisen werden abhängig von ihrer Intensität auf einer siebenstufigen Skala bewertet und in Beziehung zueinander gesetzt. Der niedrigste Skalenwert weist darauf hin, dass das Verhalten nicht auftritt und der höchste Skalenwert deutet auf eine starke Ausprägung des Verhaltens

hin. Dabei ist es wesentlich zu erfassen, ob und wie das Kleinkind seine Bindungsperson als „Sichere Basis“ nutzt oder aber den Stress aus eigener Kraft zu bewältigen versucht. Mit diesen Erkenntnissen konnten Informationen über die Bindungsverhaltensstrategien von Kleinkindern gewonnen werden (vgl. Hedervari-Heller 2012, 61). Im folgenden Kapitel werden die einzelnen Bindungsqualitäten näher beschrieben.

3.4 Mutter-Kind-Bindungsqualitäten

Nach ihrer intensiven Studie der Mutter-Kind-Interaktionen in der Untersuchung „Fremde Situation“ konnte Mary Ainsworth qualitative Unterschiede in den Mutter-Kind-Bindungsmustern feststellen. Es wurde zwischen drei Hauptverhaltensmustern differenziert: „Sicher“, „Unsicher-ambivalent“ und „Unsicher-vermeidend“. Erst 1986 fügten Main und Salomon noch eine vierte Kategorie hinzu, die als „Desorganisiertes und desorientiertes Muster“ bezeichnet wurde (vgl. Bowlby 2014, 102).

Kinder mit einer „Sicheren Bindung“ wissen, dass ihre Eltern sie in Stress- oder Angstsituationen emotional sowie auch tatkräftig unterstützen werden. Die Mutter reagiert in solchen Situationen auf die Signale ihres Kindes feinfühlig, sie wendet sich ihm liebevoll zu und beschützt oder tröstet es. Dieses Verhalten der Mutter fördert den Explorationsdrang des Kindes. In der Untersuchung „Fremde Situation“ bringt das sicher gebundene Kind das Vertrauen in die Verfügbarkeit seiner Mutter mit. Dies Vertrauen wird als sichere Basis zur Erkundung der unbekanntenen Umgebung wahrgenommen. Sogar nachdem die Mutter zum ersten Mal den Raum verlässt, wird es wahrscheinlich fühlen, dass sie noch zugänglich ist. Danach kann das Kind nach und nach Kummer entwickeln: Die Mutter rufen, suchen und /oder weinen. Wenn die Mutter zurückkommt, scheint das Kind ihrer Ansprechbarkeit gewiss zu sein. Es sucht schnell und ohne Ambivalenz den Trost bei seiner Mutter. Es lässt sich bereitwillig trösten und ist bald bereit zum Spiel zurückzukehren (zu explodieren) (vgl. Ainsworth 2017, 324f). Die Betreuer im Kindergarten beschreiben zwölf Monate alte Kinder mit „Sicherer“ Bindung als kooperativ, beliebt, anpassungsfähig und kreativ. Im Vorschulalter haben sie eine freie und ungezwungene Kommunikation mit ihren Eltern (vgl. Bowlby 2014, 104).

Dagegen wissen Kinder mit „Unsicher-ambivalenter“ Bindung nicht genau, ob und in welchen Situationen sie auf ihre Bezugsperson zählen können. Deshalb entwickeln diese Kinder Trennungsängste, „Klammern“ und explorieren nur selten. Dieses Verhalten der Kinder ist eine Folge von realen bzw. drohenden Trennungen oder nur von vereinzelt erfahrenem mütterlichem Beistand (vgl. Bowlby 2014, 101). Diese Kinder haben ein inneres

Arbeitsmodell der Mutter aufgebaut, in dem die Mutter nicht kontinuierlich zugänglich und ansprechbar ist. Sie protestieren häufig gegen kleine alltägliche Trennungen, weil sie kein Vertrauen in die Erreichbarkeit und Verfügbarkeit ihrer Mutter haben. Selbst wenn die Mutter anwesend ist, erwarten die Kinder nicht, dass sie ihren Signalen und Kommunikationsangeboten gegenüber offen und ansprechbar ist. Wenn ihr Bindungsverhalten stark aktiviert ist, steigern sie die Intensität ihrer Forderungen. Gleichzeitig haben sie Erfahrungen gemacht, dass sie Frustration erwarten und daher führen die unvorhersehbaren Interaktionserfahrungen mit der Mutter zu Ärger. In der „Fremden Situation“ reagieren sie misstrauisch gegenüber der unvertrauten Situation und versuchen die Nähe zur Mutter zu halten. Sie weinen heftig und sind wütend, wenn sie mit einer fremden Person allein gelassen werden. Bei der Rückkehr der Mutter sind sie ambivalent; einerseits suchen sie Kontakt und Nähe und andererseits scheinen sie aggressiv und ärgerlich zu sein, so dass es schwer ist, sie zu trösten (vgl. Ainsworth 2017, 325). Die Betreuungspersonen beschreiben die Kinder in diesem Alter als angespannt, impulsiv und leicht frustrierbar oder als passiv und hilflos. Im Vorschulalter wirken die Kinder mit „Unsicher-ambivalenter“ Bindung unsicher, traurig oder ängstlich. Dabei schwankt ihr Verhalten zwischen Intimität und (verdeckter oder offener) Feindseligkeit. Sie sind stets auf negative Reaktionen ihrer Mutter gefasst und kämpfen um deren Gunst und Aufmerksamkeit. Deswegen versuchen sie sich positiv darzustellen oder betont niedlich und charmant aufzutreten (vgl. Bowlby 2014, 104).

Kinder mit „Unsicher-vermeidender“ Bindung zeigen bei der Trennung in der „Fremden Situation“ kaum Anzeichen von Kummer oder ein Vermissten. Bei der Rückkehr der Mutter wird diese eher ignoriert und der Körperkontakt vermieden. Diese Kinder haben ihre Mutter als zurückweisend verinnerlicht. Damit erleben sie, sobald ihr Bindungsverhalten mit hoher Intensität aktiviert wird, immer einen extremen Konflikt zwischen Annäherung und Vermeidung. Wie alle anderen Kinder haben sie das Bedürfnis nach Nähe und Körperkontakt mit ihrer Mutter. Sie empfinden Ärger, weil sie schmerzliche Zurückweisungen erwarten. Ihre Abwehrstrategie ist Entfremdung, die auch häufig kleine Kinder zeigen, die ihre Mütter nach langer Trennung wiedersehen. Die Kinder mit einer „Unsicher-vermeidender“ Bindung können kein Vertrauen auf eine Unterstützung entwickeln, sondern erwarten Zurückweisung oder sie können ihre Mutter mit ihrer Aufdringlichkeit verärgern. Infolge dessen unterdrücken sie ihre Annäherungsneigung, um zumindest in ausreichender Nähe zur Mutter zu bleiben, damit die schützende Funktion des Bindungsverhaltens erhalten bleibt (vgl. Ainsworth 2017, 325f). Spätere Untersuchungen konnten belegen, dass die Deaktivierung und Unterdrückung

des Bindungsverhaltens mit einer hohen emotionalen Belastung einhergeht. Im Kindergarten sind die einjährigen Kinder mit einer „Unsicher-vermeidenden“ Bindung emotional isoliert, feindselig, unsozial und zugleich geltungsbedürftig. Sechsjährige Kinder mit diesen Bindungsmustern sind ihren Eltern gegenüber distanziert, reden meistens über Belanglosigkeiten, spielen auch lieber für sich und ignorieren oder verwerfen elterliche Vorschläge.

Das Verhalten mancher Kinder in der „Fremden Situation“ konnte keinem der drei genannten Bindungsmuster zugeordnet werden. Sie wirkten bei der Mutter-Kind Interaktion verstört und /oder desorganisiert, erstarrten, zeigten stereotype Verhaltensweisen oder hatten aus unerklärlichen Gründen plötzlich inne gehalten. Mary Main und Erik Hesse bringen durch ihre wissenschaftlichen Arbeiten das sogenannte „Desorganisierte Bindungsverhalten“ in einen Zusammenhang mit traumatischen Erfahrungen der Kinder (vgl. Bowlby 2010, 102).

Die häufigsten Ursachen für das „Desorganisierte Bindungsmuster“ sind körperliche Misshandlungs- und Missbrauchserfahrungen oder starke emotionale Vernachlässigung der Kinder. Diese schwerwiegenden Traumatisierungen wirken in der Regel über einen längeren Zeitraum. Sie entstehen meistens durch die Bindungspersonen selbst. Das innere Arbeitsmodell von Bindung wird erschüttert, weil die bedeutenden Bezugspersonen die Bindungssicherheit ihrer Kinder durch körperliche oder emotionale Gewalt zerstört haben. Sie entwickeln daraufhin andere Verhaltens- und Überlebensstrategien, die oft den Bindungskontext nicht mehr erkennen lassen. Diese können sich nach außen sehr unterschiedlich zeigen (vgl. Brisch 2012, 108f). Die „Desorganisierten“ Kinder entwickeln bereits bis zum Kindergartenalter verschiedene Arbeitsmodelle von Bindung (Bindungsarbeitsrepräsentationen). Solche multiplen, nicht integrierten, damit auch nicht organisierten inneren Arbeitsmodelle entstehen, wenn die Eltern ihren Kindern gegenüber sich nicht vorhersagbar, widersprüchlich, manchmal feinfühlig, manchmal gewalttätig oder drohend verhalten. Das Verhalten der Kinder ist davon sehr abhängig. Wenn die Kinder z.B. gestürzt sind, laufen sie auf die Mutter zu (Verhalten entspricht einem sicheren Bindungsmodell) und dann bleiben sie plötzlich wie eingefroren stehen (Aktivierung vom bindungsvermeidenden Modell). Im Kindergarten werden diese Kinder oft als „Chaoten“ bezeichnet oder stigmatisiert, weil sie kaum konstruktiv allein oder mit anderen Kindern spielen können. Sie können mitten im Spiel aufspringen, weglaufen oder aggressiv werden. Diese Kinder verlangen auch viel Aufmerksamkeit (z.B. von einer Erzieherin) und wenn sie diese bekommen, verhalten sie sich desorganisiert, zurückweisend, ablehnend oder sogar aggressiv. Oftmals werden „Desorganisierte“ Kinder mit der Verdachtsdiagnose

Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) bei den Kinderärzten oder in der psychiatrischen Ambulanz vorgestellt. Diese Kinder benötigen eine Kinderpsychotherapie, da das „Desorganisierte Bindungsmuster“ den Beginn einer Psychopathologie darstellen könnte, was später bei größerem Stress zu einer unintegrierten Persönlichkeit oder auch zu einer Borderline - Persönlichkeitsstörung führen könnte. (vgl. Brisch 2015, 52ff).

Viele erforschte Fälle zeigen, dass diese Eltern selbst in ihrer Kindheit vernachlässigt oder misshandelt wurden und später viele verschiedene psychische Störungen entwickelt haben. Die Entstehung dieser Störungen verdeutlicht den Einfluss der Eltern auf das Bindungsmuster ihrer Kinder. Das belegen auch die experimentellen Beobachtungen an den zweieinhalbjährigen Kindern und ihren Müttern, die zuvor schon an der Testreihe beteiligt waren. Den Kindern wurde eine überschaubare, aber schwierige Aufgabe gestellt und die Mütter konnten ihre Kinder, wie sie mochten, dabei unterstützen. Das beobachtete Verhalten der Mütter korrelierte stark mit dem achtzehn Monate zuvor beobachteten Bindungsverhalten der Kinder. Mütter von Kindern mit „Sicherer“ Bindung sind sensibel, aufmerksam, hilfsbereit und ermuntern ihre Kinder die schwierige Aufgabe zu lösen. Mütter von Kindern mit anderen Bindungsmustern zeigen viel weniger Sensibilität und Aufmerksamkeit. Sie greifen zum falschen Zeitpunkt oder auf unsinnige Weise ein, was den Kindern auch nicht weiterhilft (vgl. Bowlby 2014, 102).

Das folgende Kapitel beschäftigt sich ausführlicher mit dem Thema der Stabilität von Bindungsmustern über einen längeren Zeitraum. An dieser Stelle muss noch ergänzt werden, dass der „Fremde Situation“ Test auch genutzt werden kann, um die Bindungsqualitäten des Kindes bei anderen Personen zu untersuchen. Lamb (1978), Main und Weston (1981), sowie Klaus E. und Karin Grossmann und ihre Mitarbeiter (1981) verglichen die Bindungsmuster der Kinder auf die Mutter bezogen sowie mit dem auf den Vater bezogen und stellten fest, dass die Qualität der Bindung zur Mutter nicht immer dieselbe ist, wie die zum Vater. Dies bedeutet, dass die spezifischen Verhaltensweisen des Kindes von der „Geschichte der Interaktion“ abhängen, die das Kind mit seiner Bindungsperson erlebte. Außerdem heißt es, dass Sicherheit versus Unsicherheit von Bindung kein persönliches Merkmal ist und nicht vollständig dem Temperament zugeordnet werden kann. (vgl. Ainsworth 2017, 326f).

3.5 Dauerhaftigkeit und Stabilität von Bindungsmustern

Vielen Studien zufolge bleiben bei den Kindern identifizierte Bindungsmuster lange bestehen, weil die Eltern ihren Kindern unverändert begegnen und sich das jeweilige Muster fortsetzt. Sicher gebundene Kinder sind fröhlicher, bekommen mehr positive Zuwendung und müssen

nicht so fordernd sein, wie die Kinder mit „Unsicher-ambivalenter“ Bindung, die öfter weinen oder „Klammern“, oder die Kinder mit „Unsicher-vermeidender“ Bindung, die eher auf Distanz bleiben und häufig andere Kinder tyrannisieren. Die zwei letztgenannten Bindungsmuster lösen oft negative elterliche Reaktionen aus. Das kann zu einem Teufelskreis in der Interaktion zwischen Mutter und Kind führen (vgl. Bowlby 2014, 103). Dies erklärt sich daraus, dass beide (Mutter und Kind) von einander eine bestimmte Verhaltensweise erwarten und in der Regel können sie nicht vermeiden, diese Verhaltensweise auszulösen, weil es die gewöhnliche Reaktion des anderen ist. Die Erwartungen werden immer wieder erfüllt. Infolge dieser Vorgänge entwickelt sich das Interaktionspaar auf seine eigene Weise, sowohl positiv als auch negativ, und es kommt zu einer Stabilität (vgl. Bowlby 2006, 331). Viele Studien beweisen jedoch, dass die anscheinend stabilen Interaktionsmuster zwischen Mutter und Kind sich ändern können, wenn das elterliche Verhalten sich verändert. Ein Unfall oder eine ernste Krankheit des Kindes kann die Mutter fürsorglicher machen oder eine Trennungsperiode von Mutter und Kind kann eine Gleichgewichtsstörung hervorrufen, die die Interaktionsmuster verschlechtert. Eine Depression der Mutter kann sie auch weniger reaktionsbereit machen. In diesem Fall zeigt sich das Kind mit größerer Sicherheit viel anhänglicher. Darüber hinaus auch, wenn die Mutter das Kind aus einem nicht erkennbaren Grund ablehnt oder Liebesentzug als Strafe für unerwünschtes Verhalten einsetzt. Es dürfen damit nicht zu viele und zu frühe Prognosen für die spätere Entwicklung der Bindungsmuster der Kinder gegeben werden. Es bedeutet im Grunde nur, dass sich bei den meisten Kindern im Alter von zwölf Monaten ein Muster ergeben hat, das weiter bestehen wird, wenn die Interaktion zwischen Mutter und Kind sich nicht verändert (vgl. Bowlby 2006, 331). Viele Studien belegen, dass selbst bei jungen Erwachsenen noch Spezifika ihrer früheren Bindungsmuster vorhanden sind. Das bestätigen auch therapeutische Erfahrungen. Somit kann eine Dauerhaftigkeit nachgewiesen werden. (vgl. Bowlby 2014, 105).

4 Mutter-Kind-Bindung unter Einfluss der digitalen Medien

Die vorangegangenen Kapitel haben ausführlich gezeigt, wie bedeutsam eine sichere Bindung für die weitere positive Entwicklung des Kindes ist. An dieser Stelle möchte ich nun zum Thema des Einflusses der Medien, insbesondere des Smartphones Bezug nehmen. Eine ungestörte Aufmerksamkeit gegenüber dem Kind und der Augenkontakt zwischen Mutter und Kind, also eine bewusste Hinwendung, sind besonders wichtig für die gesunde Entwicklung des Kindes. Dies bestätigt, wie beschrieben, auch die Bindungstheorie, dessen Erkenntnisse in

der Praxis eine Stärkung der Eltern-Kind-Beziehung erfolgreich umgesetzt hat. In der heutigen Zeit, in der digitale Medien unseren Alltag stark beeinflussen und vor allem das Smartphone zum ständigen Begleiter geworden ist, stellt sich immer wieder die Frage, wie sich das häufige Nutzen der digitalen Medien von Müttern auf die Mutter-Kind-Beziehung auswirkt. Dieses Thema ist ein neues Forschungsgebiet, dennoch gibt es schon die ersten Studien und Untersuchungen, deren Ergebnisse in diesem Kapitel dargestellt werden.

4.1 Mögliche Risiken durch Mediennutzung der Mütter

Von Zauber, von Magie, von fassungsloser Liebe und überwältigt sein, von einem Glück jenseits der Worte – so erzählen viele Frauen noch Jahre nach der Geburt über ihre erste Zeit mit ihren Babys. Unendlich lange „In-die-Augen-Schauen“, der Körperkontakt und das Stillen ermöglichen dieses außergewöhnliche Verlieben, das die Bindung erzeugt. Die existentielle Bedeutung der Mutter-Kind-Bindung wurde in dem vorherigen Kapitel ausführlich beschrieben. Eine sichere Bindung ist nicht nur Voraussetzung für eine gute Beziehung zu den Eltern, sondern beeinflusst auch das Glück, die Zufriedenheit und den Erfolg während des Heranwachsens und im späteren Leben. Es lässt Beziehungen gelingen und bringt selbstbewusste Menschen hervor. Immer häufiger kommt es vor, dass Frauen diese kostbaren, nie mehr wiederkehrenden Momente plötzlich unterbrechen, um sich mit dem Smartphone oder anderen digitalen Medien zu beschäftigen. Sei es aus Gewohnheit, Ablenkung, direkter oder indirekter Bedürfnisbefriedigung, (mit „direkt“ werden Bedürfnisse wie Wissen oder Orientierung gemeint; als „indirekt“ werden die Bedürfnisse wie Zugehörigkeit, Nähe, „Jemandem-etwas-wert-sein“ bezeichnet), die Gründe können unterschiedlich sein (vgl. Schirmer 2017, 24). Die Medien ziehen uns alle in ihren Bann. Wir wissen alle, wie schwer es ist die Aufmerksamkeit auf eine Aufgabe oder ein Gespräch zu richten, wenn der Fernseher läuft, das Telefon klingelt oder eine neue Nachricht kommt. Unsere Multitaskingfähigkeiten wurden bereits im zweiten Kapitel beschrieben.

Wie soll sich eine Mutter dabei noch auf das stille Gespräch mit ihrem Baby einlassen können? Die mütterlichen Instinkte verändern sich dabei (gehen immer mehr zurück). Das Baby vermisst in solchen Situationen den Augenkontakt, die Zuwendung und muss stets mit Computer, Handy oder Fernseher konkurrieren. Wenn die Mutter durch Telefonate oder Nachrichten schreiben abgelenkt ist, spüren die Babys, dass die Mütter nicht präsent sind. Sie empfangen zwei widersprüchliche Botschaften „Ich bin für dich da“, das spüren sie körperlich und „Ich bin nicht für dich da“, das spüren sie auf der seelischen Ebene. Das verwirrt sie und sie werden unsicher (vgl. Nüesch 2017, 3). Wenn die Babys solcher Situationen oft ausgesetzt

werden, erschwert es den Aufbau einer stabilen Bindung zu den Bezugspersonen. Das kann lebenslang anhaltende Folgen haben, wie es aus der Deprivationsforschung bekannt ist. Babys, die emotional vernachlässigt werden, können sich demnach schlechter in andere Menschen hinein fühlen. Das aber ist keine gute Voraussetzung für zwischenmenschliche Beziehungen. Eine frühe Bindungsunsicherheit kann ebenfalls die kognitiven Fähigkeiten beeinträchtigen. Die betroffenen Kinder lernen mühsamer sprechen und zeigen häufig Gedächtnisschwächen. In Fällen extremer Deprivation reift das Gehirn langsamer und entwickelt im Vergleich zu gesunden Kindern weniger dichte Netzwerke in bestimmten Arealen im Gehirn. Das Körperwachstum kann sich auch verlangsamen (vgl. Brisch 2018,1). Die Ergebnisse der Medienstudie BLIKK, die im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit durchgeführt wurde, zeigen auch einen Zusammenhang zwischen mütterlicher Mediennutzung und kindlichem Wohlbefinden. Sie wurde im Mai 2017 publiziert. 5573 Teilnehmer wurden zum Umgang mit digitalen Medien befragt. Diese Evolution erfolgte im Rahmen der Früherkennungsuntersuchungen. Im Cluster der Neugeborenen und Säuglinge zwischen einem Monat und einem Jahr wurden signifikante Zusammenhänge zwischen Fütterungs- und Einschlafstörungen des Säuglings und der Nutzung von digitalen Medien durch die Mutter parallel zur Säuglingsbetreuung festgestellt. Die Resultate geben durchaus Hinweise auf Bindungsstörungen (vgl. Medienstudie BLIKK 2017). Die Folgen der Bindungsstörungen sind aus der Bindungstheorie bekannt.

Da es zum Thema zurzeit noch wenige wissenschaftliche Erkenntnisse gibt, werden demnächst Mutter-Kind-Interaktionen in vergleichbaren ähnlichen Situationen, die schon seit längerer Zeit untersucht werden, verglichen und ihre Erkenntnisse für die Praxis eingesetzt werden.

4.2 Vergleich mit „Still-face“ Untersuchungen

Die Kinder, deren Mütter, häufig oder ständig ein Smartphone in ihrer Anwesenheit nutzen, sind einer ähnlichen Situationen ausgesetzt, vergleichbar einer emotionalen mütterlichen Abwesenheit, wie Kinder bei den sogenannten „Still-face-Untersuchungen“. Aus diesem Grund halte ich die Ergebnisse dieser Untersuchungen für diese Arbeit für bedeutend und interessant. „Still-face“ bedeutet ein starrer, unbeweglicher Gesichtsausdruck. Edward Tronick, ein US Forscher und seine Mitarbeiter, entwickelten zur Überprüfung der zentralen Bedeutsamkeit von sozialer Verbundenheit und der wechselseitigen Regulation in der Mutter-Kind-Interaktion eine „Still-face-Situation“, in der der Kontakt zwischen Mutter und Kind „künstlich“ unterbrochen wird. Diese „Unterbrechung“ stellt nach Tronick ein

experimentelles Modell mütterlicher emotionaler Zurückweisung dar. (vgl. Reck / Backenstraß / Möhler u.a. 2001, 175).

Die „Still-face“ Situation besteht aus drei Phasen und jede Phase dauert ungefähr drei Minuten. In der ersten Phase soll die Mutter mit dem Kind spielen, wie sie es zu Hause tun würde. Das Kind sitzt währenddessen im Babysitz und darf nicht auf den Arm genommen werden. Nach ca. drei Minuten soll die Mutter sich zurückziehen. Nach einer Minute geht sie zum Baby zurück, soll aber drei Minuten lang ein vollkommen unbewegliches Gesicht haben und auf das Baby nicht reagieren. Die dritte Phase ist die Wiedereinstellungsphase, in der sich die Mutter wie gewohnt dem Baby zuwendet. Die Untersuchungen wurden mit Säuglingen im Alter von zwei bis neun Monaten durchgeführt. Typische Reaktionen der Säuglinge auf das unbewegliche Gesicht ihrer Mutter in der zweiten Phase sind zuerst die positiven Annäherungsversuche. Sie versuchen den Blickkontakt zur Mutter herzustellen, sie lächeln, strecken die Arme entgegen. Danach zeigen sie sich überrascht, wenn es ihnen nicht gelingt die Aufmerksamkeit der Mutter zu bekommen. Sie verziehen die Gesichter, blicken ernst und runzeln die Augenbrauen. Schließlich zieht das Baby sich innerlich ganz zurück und sieht die Mutter nicht mehr an. Es schaut auf seine Füße und macht einen niedergeschlagenen und hilflosen Eindruck. Die ganze Palette von Gefühlen findet nur in weniger als drei Minuten statt. Diese aufeinander folgenden Verhaltensweisen zeigen, wie verletzlich die Kinder sind und wie gespannt sie auf die vertrauten Interaktionen mit ihren Müttern warten (vgl. Brazelton / Gramer 1994, 132ff). Die Mütter, die an den Untersuchungen teilnahmen, erzählten, wie sehr die „Still-face“ Situation sie mitgenommen hat. Die meisten von Ihnen hatten das Gefühl ihr Baby im Stich zu lassen. Sie fühlten sich von ihren Babys weggerissen und waren abwechselnd traurig, wütend und verzweifelt. Als sie auf ihre Kinder wieder reagieren durften, waren sie erleichtert und hatten das Gefühl, dass sie einander sehr viel bedeuten. Die Erleichterung war beinahe euphorisch und die Mütter spürten, wie sehr sie gebraucht werden und wie stark sie zusammen sind. Stark genug um die geeigneten Signale auszutauschen, die ihr auch ermöglichen sich weiter als Mutter zu entwickeln (vgl. Brazelton / Gramer 1994, 134f).

Hier stellt sich nun die Frage, was fühlen die Mütter, wenn sie vor ihren Kindern ständig ein Smartphone nutzen? Erleben Sie diese Gefühle genauso ihrem Kind gegenüber? Die Kinder sind einer ähnlichen Situation ausgesetzt. Der Unterschied liegt daran, dass bei einer Smartphonennutzung die Mutter-Kind-Interaktion freiwillig von der Mutter unterbrochen wird. Da die Mütter freiwillig zu den digitalen Medien greifen, würden sie wahrscheinlich gar nicht wahrnehmen, dass sie die Erwartungen ihrer Kinder verletzen. Wenn sie ebenso die

schmerzlichen Gefühle erlebt hätten, wie die Mütter bei den „Still-face- Experimenten“ würden sie ganz intuitiv sich ihrem Kind zuwenden.

Wenn ein Kind in der Interaktion mit seiner Mutter häufiger der Situation der emotionalen Abwesenheit ausgesetzt wird, entwickeln sich unter Umständen die klassischen Symptome wie Vermeidung des Blickes, verstärkte Bewegung im Magen-Darm-Trakt (unter Stress), Unsicherheit, Unfähigkeit oder mangelnde Bereitschaft zur sozialen Interaktion mit anderen Menschen. „Die Still-face-Forschung hilft uns hierbei, die normalen Interaktionsprozesse wie unter einem Vergrößerungsglas zu beobachten“ (Brazelton / Gramer 1994, 136).

In aktuellen Studien zur frühen Mutter-Kind-Interaktion wird das „Still-face-Experiment“ in verschiedenen Kontexten angewendet. Damit werden die Erwartungen des Säuglings an seine Bezugsperson, seine selbstregulatorischen Fähigkeiten, die Ausprägung und Verwendung elterlicher intuitiver Kompetenzen, das kindliche Temperament und seine Bindungssicherheit untersucht. Dementsprechend sind diese Untersuchungen und ihre Ergebnisse für die Mutter-Kind-Interaktion besonders bei postpartalen Depressionen bedeutsam. Die Krankheit und ihre Folgen, vor allem für die Entwicklung des Kindes, sollen im nächsten Kapitel beschrieben werden.

4.3 Vergleich einer Mutter-Kind-Interaktion bei postpartalen Depression

Depression ist eine Krankheit, die zur Störung im emotionalen Bereich führt. Die typischen Symptome sind starker Energiemangel, Erschöpfung, Traurigkeit, Reizbarkeit. Es kann bis zu absolutem Desinteresse und einem inneren Leeregefühl reichen (vgl. Lohse 2008, 48). Bei depressiven Müttern sind die Kinder auch fehlenden Gefühlen und einem fehlenden Augenkontakt ausgesetzt. Besonders interessant und relevant für den Vergleich in dieser Arbeit sind die Erkenntnisse aus den Studien der postpartalen Depression, die im ersten Jahr nach der Entbindung bei jungen Müttern auftreten kann. Das Krankheitsbild der postpartalen Depression unterscheidet sich nicht prinzipiell von den anderen Depressionen. Die Mütter sind in der Interaktion mit ihren Kindern sehr passiv, ihre mimischen Ausdrücke sind stark eingeschränkt. Das Krankheitsbild ist von Antriebshemmung und Gefühllosigkeit gekennzeichnet (vgl. Lohse 2008, 48). Es wurde nachgewiesen, dass sie im Zwiegespräch mit dem Baby schon bei schwacher Interaktion verstummen. Ein Mangel an Responsivität und Empathie ist deutlich zu erkennen. In der Folge kommt es zum Versagen der Abstimmung zwischen Mutter und Kind. Bei den Regulationsprozessen ist die Mutter nicht in der Lage ihrem Kind die angemessene Unterstützung zu geben (vgl. Papousek 2004, 96).

Bei dem „Still-face-Experiment“ unternehmen die Säuglinge depressiver Mütter weniger Anstrengungen, ihre Mütter zu aktivieren, als Säuglinge von gesunden Müttern. Sie verhalten sich so, als hätte im Interaktionsverhalten der Mutter der Wechsel von Phase 1 zu Phase 2 nicht stattgefunden. Sie sind initiativlos, zurückgezogen und missmutig. Bei Kindern depressiver Mütter wurde in der „Still-face-Phase“ eine Hemmung lokaler Äußerungen festgestellt, die auf affektive Stressbelastung hinweisen. Darüber hinaus zeigen die Kinder depressiver Mütter bei Stresssituationen verstärkt selbstberuhigendes Verhalten, in dem sie die Finger in den Mund stecken oder sich selbst berühren. Sie versuchen damit, sich ohne interaktive Unterstützung der Mutter selbst zu regulieren (vgl. Reck / Backenstraß / Möhler u.a. 2001, 176). Umfangreiche Forschungen bestätigen, dass die Qualität der Responsivität der Mutter eine zentrale Bedeutung für die kindliche Entwicklung darstellt. Mütterliche Depression im ersten Lebensjahr des Kindes hat einen stärkeren Einfluss auf die psychische Entwicklung des Kindes als in jeder anderen späteren Entwicklungsperiode (Deneke 2004, 2). Wie auch aus der Bindungstheorie bekannt ist, reagieren Babys sehr sensibel auf den emotionalen Zustand der Mutter. Das Verhalten der Kinder hängt davon ab, wie sich die Krankheit auf das Verhalten der Mutter auswirkt. Denn wie bereits erwähnt wurde, können die betroffenen Mütter sehr zurückgezogen und abwesend sein, aber auch überstimulierend und zudringlich sein (vgl. Deneke 2004, 3). Das unangemessene Verhalten depressiver Mütter führt schon sehr früh bei den Kindern zu Selbstregulationsproblemen, das heißt die Schlafregulation ist eingeschränkt und sie haben Aufmerksamkeits- und Motivationseinschränkungen. Die sprachliche und kognitive Entwicklung kann auch verzögert werden. Diese Defizite können schon im Alter von einem Jahr beobachtet werden. Ähnlich wie depressive Mütter, können die Mütter, die ihre volle Aufmerksamkeit dem Handy widmen für ihre Kinder entweder emotional abwesend sein oder unangemessen zudringlich agieren. Aber nicht nur das überstimulierende Verhalten der Mütter kann die Kinder überfordern, sondern auch die digitalen Medien selbst mit ihren schnellwechselnden Bildern und der Lautstärke. Wenn bereits die Erwachsenen anfällig auf technologisierte Reize reagieren, dann sind die Babys umso mehr einer Reizüberflutung ausgesetzt, denn ihre Sinnesorgane sind noch offen und sie können die Umgebungsgeräusche nicht einordnen. Sie sind bei der Reizüberflutung auf die beruhigende Reaktion (z.B. beruhigende Stimme) der Mutter angewiesen. Wenn die Mutter durch das Smartphone abgelenkt ist und die anfälligen Störreize für unbedeutend hält oder sie gar nicht wahrnimmt, ist anzunehmen, dass die Mutter die Reizüberflutung ihres Kindes gar nicht realisieren kann. Das unfeinfühlige Verhalten der

Mutter ihrem Kind gegenüber kann in den Extremfällen viele fatale Folgen für die kindliche Entwicklung haben, die dank der Bindungstheorie bekannt sind (Baumann / Seiler 2017,10).

Um die Aufmerksamkeit der Eltern auf diese Folgen zu richten und sie anzuregen, sich mit dem eigenen Medienverhalten im Familienalltag auseinander zu setzen, gibt es mittlerweile bundesweit viele Kampagnen und Präventionsprojekte in sozialen Einrichtungen.

Die Plakate zur Kampagne „Sprechen Sie lieber mit ihrem Kind“ zeigen szenisch eine Mutter mit Kinderwagen und Smartphone. Anstatt das Kind im Kinderwagen anzusehen, gilt die ganze Aufmerksamkeit der Mutter dem Smartphone. Eine ähnliche Kampagne mit dem Namen „Heute schon mit ihrem Kind gesprochen?“ ist am 01.09.2018 mit Plakaten in Berlin gestartet. Die Plakate werden in Kindergärten, Schulen, Arztpraxen, aber auch an Straßen aufgehängt. So sind zum Beispiel Elternschulen, als Einrichtungen der Familienbildung, gut dafür geeignet, das Thema den Eltern nahe zu bringen und mit ihnen zusammen optimale Lösungen für die angemessene Mediennutzung zu finden.

5 Präventionsprojekt „Eine Woche ohne Handy“ in der Elternschule Steilshoop

Um beurteilen zu können, in welchem Rahmen sich das Projekt „Eine Woche ohne Handy“ in der Elternschule gestalten ließe, ist zuerst ein Überblick über die Arbeit von Elternschulen in Hamburg nötig. Im Anschluss daran werden die Planung, Durchführung und Reflexion ausführlich beschrieben. Das Projekt schließt mit einer schriftlichen Befragung, die ausgewertet und interpretiert wird.

5.1 Hamburger Elternschulen als Bildungsort für die Eltern

Die 22 Hamburger Elternschulen sind Einrichtungen der Familienbildung nach § 16 SGB VIII (Allgemeine Förderung der Erziehung in der Familie). Träger sind die bezirklichen Fachämter Jugend- und Familienhilfe bzw. das Sozialraummanagement. Die Grundlagen ihrer Arbeit sind in der Globalrichtlinie „Familienförderung im Rahmen der Jugendhilfe“ geregelt. Danach sollen die Elternschulen die Familien in unterschiedlichen Lebenslagen frühzeitig erreichen und die elterlichen Erziehungskompetenzen fördern. Das bedeutet im Einzelfall auch, die Entwicklungsrisiken von Kindern so früh wie möglich zu erkennen und mit fachlich angemessenen Angeboten darauf einzugehen, bzw. weitere Hilfen zu vermitteln. Die Angebote der Familienförderung beugen damit einer möglichen Kindeswohlgefährdung vor. (vgl. Globalrichtlinien 2015,1).

Elternschulen arbeiten präventiv und sozialraumorientiert. Ihr Angebot ist freiwillig. Präventive Angebote tragen dazu bei, dass Probleme frühzeitig erkannt werden oder gar nicht

erst entstehen. Um ihren Kindern gute Startchancen zu ermöglichen, benötigen die Eltern ein Grundverständnis von der Entwicklung des Kindes und davon, auf welche Weise sie es fördern und unterstützen können. Sie brauchen ein Verständnis dafür, wie wichtig Schutz und Geborgenheit, liebevolle Zuwendung und ermutigende Begleitung für ein gesundes Aufwachsen des Kindes sind. Sie brauchen Vertrauen in ihre Selbstwirksamkeit und Erfahrung, mit eigenen Fähigkeiten in alltäglichen Situationen mit den Kindern umgehen zu können. In den Elternschulen können Mütter und Väter durch praxisbezogene Angebote und Austausch ihr Wissen und ihr Verständnis der kindlichen Entwicklung vertiefen und ihre Handlungsfähigkeiten erweitern.

Der gesellschaftliche Wandel beeinflusst auch die Lebenswirklichkeit der Familien, weil er durch eine große Beschleunigung von Veränderungsprozessen gekennzeichnet ist. Dazu gehören z.B. die Anforderungen der Arbeitswelt an eine zeitliche Flexibilität, die „Verinselung“ der Kindheit, besonders in den Großstädten, zunehmende Vielfalt der Familienstrukturen und eine wachsende Müttererwerbsarbeit.

Elternschulen passen sich in ihren Angeboten den Anforderungen, die heutzutage an die Familien durch den gesellschaftlichen Wandel gestellt sind, an. Anpassungsleistungen von Familien werden umso besser bewältigt, je mehr Ressourcen eine Familie hat. Die Aufgabe der Elternschulen ist ihre Ressourcen zu stärken und ihre sozialen Netzwerke zu unterstützen und zu erweitern. Um die unterschiedlichen Zielgruppen besser zu erreichen, gestalten die Elternschulen ihren Zugang niedrigschwellig. Sie richten sich in ihrer Angebotsplanung und in ihren Öffnungszeiten nach den Zeitstrukturen und Bedürfnissen von Familien (vgl. Handlungskonzept 2012, 4ff).

Die Umsetzung ihrer Ziele erfolgt in Form von offenen und festen Gruppen, Einzelberatungen sowie durch Informationsveranstaltungen und besonderen Veranstaltungen wie Stadteilfesten, Weihnachtsbasaren, Tauschbörsen oder Flohmärkten. Offene Angebote sind ein fester Bestandteil in der Angebotsstruktur einer Elternschule. Sie dienen als „Türöffner“ und zeichnen sich durch einen niedrigschwelligen Zugang aus. Sie sind unverbindlich, gebührenfrei und können ohne Anmeldung besucht werden. Hier werden die ersten Kontakte geknüpft und Vertrauen aufgebaut. Die festen Angebote sind hingegen an Voraussetzungen geknüpft wie Verbindlichkeit, Anmeldung und erfordern in der Regel einen geringen Teilnahmebeitrag von den Eltern. Die verbindliche und kontinuierliche Teilnahme ermöglicht neben dem Erfahrungsaustausch eine intensivere Auseinandersetzung mit den Erziehungsthemen. Die häufigste Form der festen Gruppen sind die Eltern-Kind-Gruppen, die je nach Alter und Entwicklung des Kindes, ausgerichtet sind. Zu den

Informationsveranstaltungen gehören z.B. Erste-Hilfe-Kurse oder Themenabende zu einem bestimmten Erziehungsthema. Besondere Veranstaltungen wie Stadteilfeste helfen sowohl neue Familien als auch neue Kooperationspartner auf die Elternschule aufmerksam zu machen. Partnerschaftliche Kooperationen mit anderen sozialen Einrichtungen (z.B. Haus der Jugend, Eltern-Kind-Zentrum, Kindergärten, Schulen) fördern die ganzheitliche Sicht auf Familien. Sie können das Wissen der Institution erweitern und ihre eigenen Potentiale stärken. Die Kooperationspartner werden anhand fachlich-inhaltlicher Kriterien in Bezug auf die Ziele und vorhandenen Angebote von Elternschulen ausgewählt. (vgl. Handlungskonzept 2012, 9f). Die Elternschule Steilshoop hat ein vielfältiges Programm für Familien. Da es viele, sowohl offene, als auch feste Eltern-Kind-Gruppen für die Kleinsten gibt, hat sich hierüber auch das Interesse an dem Projekt entwickelt. In den folgenden Kapiteln soll das Projekt ausführlich dargestellt werden.

5.2 Das Interesse an dem Thema /Projekt

Während meines Praktikums in der Elternschule konnte ich viele praktische Erfahrungen für mein Berufsleben als Sozialarbeiterin sammeln. Besonders interessant fand ich die Beobachtungen der Mutter-Kind-Interaktionen während der Gruppenangebote. Ein wichtiges Ziel der Eltern-Kind-Gruppen ist der Aufbau und die Stärkung der Eltern-Kind-Beziehungen durch gemeinsames Spielen, Singen und das einfach Beieinander sein. Diese Aktivitäten werden auch in den Gruppen durch Smartphonennutzung der Mütter unterbrochen. Diese Beobachtungen in den Gruppen und die wissenschaftlichen Erkenntnisse, die in den vorangegangenen Kapiteln dargestellt wurden, haben mein Interesse an der Durchführung des Projektes in der Elternschule und später an dieser Arbeit geweckt. Hinzu kamen noch interessante, themenbezogene Gespräche mit meinen Anleiterinnen, die mich bei der Planung des Projektes mit ihrem Fachwissen unterstützten.

Vor diesem Hintergrund entstand die Frage, wie kann ich mit meinem Projekt die Eltern auf das Thema „Smartphonennutzung in Anwesenheit der Kinder“ und die daraus entstehenden Folgen sensibilisieren? Da die Elternschule Steilshoop ein vielfältiges Angebot für Eltern mit Babys und Kleinkindern bereit hält, konnte ich das Vorhaben in mehreren Gruppen durchführen.

5.3 Planung des Projektes

Für das Handeln in einer Gruppe liegen als Arbeitshilfen eine Fülle von Büchern und Praxisbeispielen vor, an denen sich der Gruppenleiter orientieren kann. Es gibt trotzdem keine allgemeingültigen Modelle für das Handeln in Gruppen, da Zielgruppen,

Rahmenbedingungen und die Art der Gruppenarbeit sehr unterschiedlich sein können (vgl. Erhardt 2010, 113). Bei der Vorbereitung meines Projektes habe ich mich auf die Anregungen zur Planung der Gruppenarbeit auf Angelika Erhardt gestützt. Sie erfüllen folgende Kriterien: Teilnehmer, Rahmenbedingungen, Ziele, Inhalte, Methoden, Vorbereitung und Auswertung.

Die Atmosphäre und Dynamik innerhalb einer Gruppe haben einen entscheidenden Einfluss auf das Befinden und somit auch auf die Bereitschaft die Informationen aufzunehmen. Die Dynamik in einer Gruppe, in der man sich untereinander nicht kennt, unterliegt anderen „Phasen“ und Arbeitsweisen, als in einer Gruppe, die schon länger besteht (vgl. Weber / Hermann 2008, 11). Da die Familien einen unterschiedlichen Zugang zu der Elternschule haben (z.B. feste und offene Babygruppen) mussten jeweils die passenden methodischen Vorgehensweisen für jede Gruppe überlegt werden. Bezüglich der Auswahl der Methoden ist es wichtig, dass die Methode zur Gruppe passt und zeitlich gut geplant ist. „Methoden sind kein Selbstzweck, sondern ein hilfreiches Medium, um das Ziel in der Gruppenarbeit zu erreichen“ (Erhardt 2010, 113). Ich plante mein Projekt für drei Gruppen: Für eine feste Babygruppe, für eine offene Gruppe mit Eltern für Kleinkinder und für einen offenen Frühstückstisch für alle Familien. Da im offenen Frühstückstisch gleichzeitig eine Hebammensprechstunde integriert ist, kommen überwiegend Familien mit Säuglingen, die meiner Zielgruppe entsprechen.

Um auch alle anderen Besucher auf das Thema aufmerksam zu machen, habe ich das Projekt schriftlich an der Informationswand in der Elternschule angekündigt und Plakate von Sucht Hamburg aufgehängt. Die Plakate sprechen auf witzige und provokante Art und Weise dieses ernste Thema an. Als ein Beispiel, hilft eine alte Dame einem jungen Mann mit Handy die Straße zu überqueren, weil er mit seinem Handy so beschäftigt ist, dass alles andere um ihn herum nicht wahrgenommen werden kann. Oder zwei Mütter stoßen mit ihren Kinderwagen zusammen. Hierbei ist der Grund derselbe – es wird nichts anderes wahrgenommen, außer dem Smartphone.

In der festen Babygruppe fing ich das Thema mit einer Diskussionsrunde an. Diese Form kann dann eingesetzt werden, wenn ein Thema gemeinsam mit allen Teilnehmern erarbeitet wird. Eine offene Frage erleichtert dabei den Einstieg in die Diskussionsrunde. Für den Diskussionsleiter ist es wichtig das Thema nicht aus den Augen zu verlieren, auf das „Zusammenspiel“ der Teilnehmenden zu achten und das Befinden der Einzelnen wahrzunehmen. Es kann hilfreich sein, Material zur Visualisierung von Ergebnissen bereitzuhalten (vgl. Hermann / Weber 2008, 13). Da die Teilnehmer einer festen Gruppe sich kennen, tauschen sie ihre Lebenserfahrungen gerne miteinander aus. Deshalb wollte ich das

Thema mit ihnen gemeinsam erschließen und begann die Diskussionsrunde mit der Frage „Was war für euch mit dem Baby in der ersten Zeit nach der Geburt sehr wichtig?“.

Die Mütter bekamen Zeit über diese Frage nachzudenken und sich miteinander und in der Gruppe austauschen. Ich schrieb die Antworten auf eine Pinnwand und ergänzte sie, wenn es nötig wurde. Anschließend stellte ich die Frage, ob das alles möglich gewesen wäre, wenn die Mutter häufig bzw. ständig sich mit Handy oder mit anderen digitalen Medien beschäftigt hätte. Es soll eine Kontrastfrage sein, die zum Nachdenken anregen kann. Am Ende der Diskussion erläuterte ich die wichtigsten Erkenntnisse zum Thema einer gelingenden Mutter-Kind-Bindung. Die wichtigsten Punkte wurden auf der Pinnwand stichwortartig notiert. Die Eltern konnten die Informationen am Ende der Gruppenzeit abfotografieren. Die zuständige Kursleiterin gibt in der Regel am Anfang jeder Stunde einen kleinen Input zu einem für die Gruppe aktuellen Thema, das zum Schluss abfotografiert werden kann. Das ist für die Mütter eine vertraute Vorgehensweise in der Babygruppe, die ich für mein Thema gut übernehmen konnte. Später können Fragen gestellt und weitere Aspekte besprochen werden.

In der offenen Krabbelgruppe, in der die Kinder im Alter von sechs Monaten bis zu zwei Jahren sind, setzte ich bei dem Thema zum Teil andere Schwerpunkte. Die möglichen Folgen einer ständigen Smartphonennutzung für die Mutter-Kind-Bindung wurden von mir dargestellt, aber der Fokus in dieser Gruppe lag auf der Vorbildrolle der Eltern. Es wurde in der Elternschule sowohl von mir, als auch von der Kursleiterin beobachtet, dass den Kindern die Handys schon in diesem Alter gegeben werden. Deswegen war und ist es auch wichtig über die Folgen der frühen Mediennutzung für die kindliche Entwicklung zu sprechen. Die offene Krabbelgruppe hat eine unbegrenzte Teilnehmerzahl und wird meistens sehr gut besucht. Hinzu kommt noch, dass manche Mütter sich kaum oder gar nicht kennen. Ab einer bestimmten Gruppenstärke können die individuellen Meinungen und jeweiligen Motive nicht mehr gut genug wahrgenommen werden. Deshalb bot sich ein kleiner Vortrag gut an. Bei einem Vortrag geht es darum einen Gesamtüberblick über das Thema zu geben und neue Erkenntnisse zu vermitteln (vgl. Herrmann / Weber 2008, 12). Nach dem gesetzten Input, gab ich anschließend genug Zeit für die Fragen der Eltern. Für die Diskussionsrunde blieb ich offen und orientierte mich an der gegebenen Situation. Die Kinderbetreuung übernahm die Kursleiterin im demselben Raum. Die Kinder dürfen in dieser Gruppe bei den Müttern bleiben.

Der Frühstückstisch findet jeweils in einer vertrauten Atmosphäre statt. Obwohl es ein offenes Angebot ist, kommen meistens dieselben Familien und dies bereits über einen längeren Zeitraum. In der Gruppe wollte ich gerne mit Bildern arbeiten, in denen die Blicke

der Eltern jeweils auf das Handy fixiert sind und das Kind damit allein gelassen dargestellt wird. Viele entsprechende Bilder fand ich bei den bundesweiten Aktionen „Sprechen Sie lieber mit ihrem Kind“. Am Anfang erzählte ich kurz über das Projekt, zeigte Bilder und ließ sie auf die Eltern wirken. Danach wurden die Eltern gebeten sich zu den Bildern zu äußern. Im Hinblick auf diese Äußerungen wurde das Gespräch aufgebaut. Ich unterstützte die Eltern mit vielen Informationen und Erkenntnissen aus der Forschung.

Am Ende jeder Projekteinheit wurde ein Fragebogen zur Reflexion des jeweils eigenen Mediennutzungsverhaltens der Mütter verteilt. Die Angaben von persönlichen Daten waren nicht erforderlich und die Abgabe war freiwillig.

5.4 Durchführung und Reflexion des Projektes

Die Teilnehmer haben sich für das Projekt bzw. das Thema in der Elternschule interessiert. Das bestätigt vor allem die aktive Teilnahme der Mütter an den regen Diskussionen. Die sehr unterschiedlichen Meinungen hielten die Diskussionsrunden lebendig. Das Interesse an dem Thema zeigte sich auch durch viele Fragen, die während der Projektwoche gestellt wurden.

In der festen Babygruppe wurde die Frage „Was war für euch mit dem Baby in der ersten Zeit nach der Geburt wichtig?“ sehr gerne beantwortet. Die Mütter teilten einander ihre ersten Erlebnisse und Erfahrungen mit den Babys mit. Es wurde viel über die überwältigenden Momente der Geburt und die ersten Minuten danach erzählt. Manche Mütter berichteten auch über Komplikationen der Geburt und die Angst um ihre noch nicht geborenen Babys. Es war eine emotionale Stunde. Die Antworten der Mütter fasse ich hier stichwortartig zusammen:

- Viel Ruhe und Zeit füreinander, um sich kennen zu lernen
- Das Baby immer bei sich zu haben
- Zärtliche Worte, viel Körperkontakt
- Viel kuscheln, lachen und staunen über das kleine Wunder
- Viel Zeit und zarte Berührungen, um zu begreifen: Das ist mein Baby
- Unterstützung vom Partner und der Familie
- Eine erfahrene Hebamme, die die Unsicherheiten und Ängste die Eltern wahrnimmt und die Familie mit ihrem Fachwissen unterstützt
- Keine Besucher, Zeit zu dritt genießen und sich an die neue Situation gewöhnen.

Von diesen Antworten ausgehend kann zusammengefasst werden, dass am Anfang für die jungen Familien viel Ruhe und Zeit miteinander sehr wichtig war.

Die Frage „Wäre es möglich, wenn die Mütter öfter bzw. sich ständig mit dem Smartphone beschäftigt hätte?“ war eher als eine rhetorische Frage gedacht, die einen Übergang zum

Thema schaffen sollte. Nach meinem Impulsvortrag (ca. 10 Minuten) stellten die Mütter Fragen und äußerten ihre Meinung dazu. Sie fragten nach weiteren Studien zum Thema „Der Einfluss der Mediennutzung von Müttern auf die Mutter-Kind-Beziehung“. Ebenso wurde das Thema Strahlung und ihre möglichen Folgen angesprochen. Manche Mütter hat das Thema zum Nachdenken und zur Reflexion ihres eigenen Verhaltens im Umgang mit den digitalen Medien angeregt. Dies wurde von ihnen auch so geäußert. Vielen Müttern war gar nicht bewusst, dass ihre Handynutzung negative Auswirkungen auf die kindliche Entwicklung haben könnte. Es gab auch Stimmen, die meinten, dass wir in einer digitalen Medienwelt leben und wir alle (auch unsere Babys) ihrer Wirkung ausgesetzt sind. Dies würde man nicht vermeiden können. Es gab in der Gruppe durch die verschiedenen Meinungen eine lebhaftere Diskussion. Aus dieser Diskussion heraus sind dann Lösungsvorschläge für einen bewussteren Umgang mit den digitalen Medien entwickelt worden. Es wurde vorgeschlagen:

- Das Handy bzw. andere digitale Medien zu nutzen, während die Babys schlafen oder wenn jemand anderes sich mit dem Baby beschäftigt
- Das Handy vor allem beim Stillen ausschalten / nicht dabei haben
- Das Handy nicht immer mit sich zu tragen, sondern einen bestimmten Platz in der Wohnung dafür haben
- Mal ohne Handy mit dem Kind rauszugehen
- Das Handy nur an bestimmten Zeiten anschalten, für wichtige Anrufe gibt es immer noch ein Hausteleson
- So wenig wie nötig das Handy zu nutzen, da man nicht immer erreichbar sein muss, vor allem als junge Mutter

Die Mütter erwähnten auch die positiven Seiten der Handynutzung, die sie auch weiterhin gerne nutzen möchten. Sie pflegen gerne die sozialen Kontakte per WhatsApp, hören Musik, machen Fotos und nutzen andere Apps, um bestimmte Informationen zu bekommen.

Die Mütter von der Krabbelgruppe waren beim Projekt weniger aktiv. Das heißt nicht, dass die Mütter weniger Interesse an dem Thema hatten. Die Gruppe ist anderen Rahmenbedingungen ausgesetzt. Es ist eine offene Gruppe, die Mütter kennen sich untereinander kaum und es gibt dort eine große Anzahl an Teilnehmern (18 Mütter und 24 Kinder). Die Mütter haben dennoch interessiert zugehört und stellten zwischendurch immer wieder Fragen. Vor allem hat sie interessiert, ab welchem Alter die Kinder digitale Medien nutzen dürfen und wie lange. Es wurde meiner Meinung nach zu wenig Interesse an dem Thema „Mutter als Vorbild im Umgang mit Medien“ gezeigt. Manche Mütter haben bestätigt, dass sie ihre Handys häufiger vor den Kindern mit der Erklärung nutzen, dass „der Tag mit

dem Kind so lang und langweilig sein kann“. Es gab auch Stimmen, die meinten, „dass sie ganz gut am Tag ohne Handy auskommen können und sie würden es nur für wichtige Nachrichten nutzen oder in Abwesenheit des Kindes“. Nur wenige Mütter haben laut ihre Meinung gesagt, die Mehrheit hat zugehört und bei dem einen oder anderem Aspekt zustimmend genickt.

Beim Frühstückstisch haben sich die Mütter mit dem Thema sehr intensiv und sehr lange (gefühlte ganze Frühstückszeit lang – zwei Stunden) auseinandergesetzt. Nach dem sie die Bilder betrachteten, haben die meisten Mütter ihre Gedanken mit ihren Sitznachbarn ausgetauscht. Danach wurden die Meinungen in der ganzen Runde ausgetauscht. Die ersten Gedanken zu den Bildern waren, dass sie sehr aussagekräftig wären und dass wir heutzutage sehr viel Zeit unbewusst mit dem Handy verbringen. Eine Mutter meinte, dass die Zeit mit dem Smartphone so schnell vergeht, dass sie es manchmal nicht mal merkt, wenn aus zehn Minuten plötzlich eine Stunde wird. Die Mütter haben anschließend mehrere Fragen zum Thema kindliche Entwicklung und der Auswirkung auf das Wohlbefinden ihrer Kinder in Bezug auf ihre Handynutzung gestellt. Ich habe als Beispiel über die „Still-face-Situation“ berichtet. Vor allem darüber, was die Babys, aber auch die Mütter bei dem Experiment empfunden haben. Daraus ergab sich eine Diskussion, mit vielen verschiedenen Meinungen und Beispielen aus den eigenen Erfahrungen und Beobachtungen der Mütter. Am Ende der Frühstückszeit versuchten die Mütter, die die gemeinsame ungeteilte Zeit mit ihren Babys für vorrangig und lebenswichtig halten, den Müttern, die den Einfluss der Handynutzung auf die Entwicklung ihrer Kinder für übertrieben halten, die zentrale Bedeutung einer sicheren Mutter-Kind-Bindung, zu erklären.

Als Gruppenleiterin habe ich mein Leitungsverhalten während der Durchführung des Projektes jeweils der entsprechenden Gruppensituation angepasst. In neueren Konzepten wird vom „Situativen Führungsstil“ als optimale Orientierung gesprochen. Damit wird deutlich gemacht, dass unterschiedliche Gruppen, einen unterschiedlichen Führungsstil brauchen – je nach Aufgabe und Entwicklungsstand der Gruppe. Dies bedeutet jedoch nicht, dass die Gruppenleitung beliebig zwischen allen möglichen Führungsstilen (Laissez-Faire, autoritär oder demokratisch) wechseln sollte. Es sollte abhängig vom jeweiligen Entwicklungsstand der Gruppe mehr oder weniger demokratisch und partnerschaftlich der Gruppenprozess gesteuert werden: So viel Steuerung wie nötig und so wenig wie möglich (vgl. Erhardt 2010, 109). In meinen Methoden in den Gruppen habe ich mich an diesen Prinzipien orientiert. „Damit ist der Gruppenleiter weniger Lernlokomotive oder Motor der Gruppe, sondern viel mehr Beobachter, Anreger, Aufklärer“ (Erhardt 2010, 109). In jeder Gruppe habe ich kleine

inhaltliche Impulse gesetzt (mit verschiedenen vorher beschriebenen Methoden), um die Informationen und vor allem neue Erkenntnisse zum Thema zu vermitteln und die Diskussionen anzuregen. In den Diskussionen habe ich mich meistens zurückgehalten und die Gruppe beobachtet. Es gab Anregungen nur, wenn es nötig war von meiner Seite, damit die Gruppe ihre Diskussion weiter entwickeln konnte.

Am Ende jeder Veranstaltung haben die Mütter einen Fragebogen zur Selbsteinschätzung in Bezug auf ihre Nutzung der digitalen Medien bekommen. Die Abgabe des Fragebogens war freiwillig. Ihren Namen oder den Namen des Kindes / der Kinder mussten sie nicht angeben. Ich habe fast alle Fragebogen zurückbekommen. Die Erstellung und die Auswertung des Fragebogens werden im nächsten Kapitel dargestellt.

5.5 Erstellung des Fragebogens

Für die Realisierung der Datenerhebung habe ich mich bei meinem Projekt für die schriftliche Befragung in Form eines Fragebogens entschieden. Bei dieser Erhebungsmethode werden durch verbale Stimuli (Fragen) verbale Reaktionen (Antworten) hervorgerufen. Die Antworten beziehen sich dabei immer auf Erlebtes und Erinnerungtes und stellen Meinungen und Bewertungen dar. Die Fragen können sich auf Einstellungen, Überzeugungen, Eigenschaften und Verhalten der Befragten beziehen (vgl. Raithel 2008, 65). Da es um die Reflexion des eigenen Verhaltens der Mütter in Bezug auf die Nutzung der digitalen Medien ging, halte ich diese Erhebungsmethode für den Abschluss des Projektes für angemessen. Nach dem theoretischen Input und der Gruppendiskussion konnten die Mütter ihr Verhalten mit Hilfe des Fragebogens reflektieren und im Idealfall, was von mir angestrebt wurde, auch nicht angemessenes Verhalten verändern bzw. korrigieren. Mit dem Fragebogen erhoffte ich mir neue Erkenntnisse über das Verhalten der Mütter zu gewinnen und für meine spätere Arbeit an diesem Thema zu bereichern.

Um einen „guten“ Fragebogen zu erstellen, bedarf es einer intensiven Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Aspekten des Fragebogens: Mit der Form von Fragen und Skalen, mit der angemessenen Formulierung von Fragen und den Antwortkategorien. Um die Antwortverzerrungen so gering wie möglich zu halten, muss das Befragungsinstrument sehr sorgfältig konstruiert werden. Das bedeutet vor allem, dass der Fragebogen leicht auszufüllen sein muss. Er muss einfach gestaltet und selbsterklärend sein (vgl. Raithel 2008, 67). Diese ganzen Aspekte habe ich bei der Erstellung des Fragebogens berücksichtigt. Bei der Art der Fragen habe ich mich für zwei Frageformen entschieden: Geschlossene und offene Fragen. Bei geschlossenen Fragen gibt es eine begrenzte und definierte Anzahl möglicher

Antwortkategorien, an welche die Befragten ihre Antworten anpassen müssen (vgl. Porst 2011, 51). Die geschlossenen Fragen im Fragebogen beinhalten sowohl Antworten mit Einfachnennung als auch mit Mehrfachnennungen. Geschlossene Fragen eignen sich für einen rationalen Informationsgewinn und dienen der Hypothesenüberprüfung (vgl. Raithel 2008, 70). Mit meinem Fragebogen möchte ich das Verhalten der Eltern im Umgang mit digitalen Medien prüfen. Wie im theoretischen Teil dieser Arbeit beschrieben wurde, verbringen manche Eltern viel Zeit mit digitalen Medien und die Tendenz ist steigend. Offene Fragen sind in diesem Fragebogen auch berechtigt. Hier sind die Befragten völlig frei in der Beantwortung der Frage. Es gibt keine vorgegebenen Antwortkategorien (vgl. Porst 2011, 54). Offene Fragen sind vor allem geeignet, um das Problemfeld zu explorieren (vgl. Raithel 2008, 70). Da das Thema dieser Arbeit relativ neu ist und viele unbekannte Aspekte noch entdeckt und untersucht werden, schließt eine offene Frage den Fragebogen ab.

5.6 Datenanalyse und Dateninterpretation

Die Auswertungsverfahren sind sehr vielfältig. Sie haben sich in den letzten Jahrzehnten von der einfachen deskriptiven Auszählung der Randhäufigkeiten hin zu aufwendigen Verfahren weiterentwickelt. Da die Anzahl der Befragten bei diesem Projekt im Vergleich zu den großen Forschungsprojekten überschaubar ist, reichen meiner Meinung nach für diese statistische Analyse die einfachen deskriptiven Angaben. Sie basieren auf Häufigkeitsaufzählungen.

Im Anschluss an das Projekt wurde jeder Mutter ein Fragebogen ausgeteilt, der an erster Stelle der Reflexion des eigenen Verhaltens in Bezug auf das Projektthema diente. Die Mütter konnten die Fragebögen gleich ausfüllen oder mitnehmen. Ich habe zudem den Wunsch geäußert, die Fragebögen einzusammeln, um sie für meine Bachelorarbeit auszuwerten. Die Intention war dabei, anhand der oben beschriebenen wissenschaftlichen Erkenntnisse herauszustellen, wie intensiv sich die Mütter mit digitalen Medien beschäftigen bzw. wie präsent das Smartphone im Leben der Mütter ist. Während der schriftlichen Befragung stand ich für Fragen der Mütter zur Verfügung. Die Abgabe der Fragebögen war freiwillig. Die Mütter brauchten ihre persönlichen Daten (Name, Alter usw.) nicht anzugeben. An der Befragung haben 38 Mütter teilgenommen. Ich habe 34 ausgefüllte Fragebögen erhalten. Diese habe ich chronologisch von Frage 1 bis Frage 6 ausgewertet und in den Ergebnissen entsprechend der Reihenfolge dargestellt.

Nach der Zusammenfassung und Auswertung aller Antworten habe ich folgende Ergebnisse erhalten.

Alle befragten Mütter besitzen ein Mobiltelefon. Die Mehrheit der Befragten (23 von 34) hat das neuste Smartphone, um auf dem aktuellen Stand der technischen Entwicklung zu sein. Zwei Mütter haben ein einfaches Handy zum Telefonieren und SMS schreiben. Die Mobiltelefone werden von allen Teilnehmerinnen morgens genutzt: 28 Mütter nutzen es immer, 4 oft und 2 manchmal. Beim Essen dagegen widmen 12 Mütter (8 davon - selten und 4 – manchmal) ihre Aufmerksamkeit dem Handy. Bei der Mehrheit der Mütter (21) hat das Mobiltelefon keinen Platz am Esstisch. Dafür nutzen mehr als die Hälfte der befragten Mütter ihre Mobiltelefone immer oder oft unterwegs und vor dem Schlafen (22).

Die nächste Frage erlaubte eine Mehrfachnennung mit der Prioritätensetzung: 1,2,3.

1 wurde am häufigsten genannt. Nach der Befragung nutzen die Mütter ihr Handy am häufigsten für WhatsApp – 14 Antworten mit der ersten Platzierung, 9 Antworten mit der zweiten Platzierung und 4 Antworten mit der dritten Platzierung.

Das Smartphone wird oft zum Fotografieren genutzt: 10 Antworten waren auf dem zweiten Platz, 9 Antworten auf dem dritten und zwei auf dem ersten Platz. Die Internetnutzung ist auch eine häufige Handytätigkeit der befragten Mütter: 7 Antworten hatten hier die höchste Priorität, zwei Mal war es die zweite Wahl und 5 Antworten waren für den dritten Platz.

Das Telefonieren mit dem Handy hatte folgende Ergebnisse: 3 Antworten mit „1“ Vergabe, 4 Antworten mit „2“ und 10 Antworten mit „3“.

Das Smartphone wird für SMS, andere Apps und Mails sehr selten benutzt. Sie kommen in den Fragebögen ein paar Mal auf Platz zwei oder drei vor: SMS – 2, 2, 3; Mails – 3, andere Apps – 3, 2, 3, 3.

Laut den Angaben der Mütter sehen die Kinder von 23 Müttern sie selten am Handy, bei 13 Müttern nur manchmal und bei 5 Müttern sehen die Kinder ihre Mutter nie am Mobiltelefon. Fast alle Mütter schalten ihre Handys in bestimmten Zeiten aus, nur 2 der Befragten tun es nie. Besonders bedeutsame Zeiten hierfür waren für sie vor allem die „Schlafenszeit“ und die „Zeit mit dem Kind“. Dies haben fast alle Mütter (30 von 32) angegeben. Weitere häufige Antworten waren „Zeit zu zweit mit dem Partner“ und allgemein „Familienzeit“. Es gab eine Antwort „Das Handy stört mich nicht“ und eine Antwort „Am Wochenende bleibt das Telefon länger“ aus.

Nach der Zusammenfassung der Ergebnisse konnte festgestellt werden, dass die überwiegende Mehrheit der befragten Mütter ein Smartphone besitzt und seine verschiedenen Funktionen vielseitig nutzt. Das Telefonieren ist dabei nicht die wichtigste Funktion. Das „Smartphone ist viel mehr als ein Telefon“ wie es in dem Kapitel 2.3 dargestellt wurde. Dies wird auch durch die durchgeführte Befragung bestätigt. Obwohl das Smartphone gerne mehrmals am Tag

genutzt wird, gibt es von den Müttern bewusst geplante Zeiten am Tag, an denen sie dem Smartphone fern bleiben, vor allem beim Essen. Die „Familienzeit“ bzw. „Zeit mit dem Baby“ ist fast für alle Mütter sehr wichtig und wird ohne Handy verbracht. Die schriftliche Befragung, aber auch die Diskussionen unter den Müttern in der Projektwoche, mit ein paar Ausnahmen, bestätigten, dass die Mutter-Kind-Beziehung eine zentrale Bedeutung für die Mütter hat. Die Tatsache, dass wir in einer Mediengesellschaft leben und Medien unsere Kommunikation beeinflussen, zeigt es, dass es den Müttern durchaus bewusst ist. Sie sehen in der Mediennutzung nicht nur negative Folgen, sondern auch positive Seiten der Mediennutzung. Deswegen haben wir zusammen in der Projektwoche nach Möglichkeiten und Lösungen für eine „vernünftige“ Mediennutzung gesucht. Viele Mütter gaben zu, dass die digitalen Medien sie in ihren Bann ziehen und sie verbringen manchmal mehr Zeit damit als gewünscht. In der Projektwoche haben die Mütter sich intensiv mit dem Thema beschäftigt und ich hoffe, dass sie dadurch einen bewussteren Umgang mit den digitalen Medien bzw. mit dem Smartphone an den Tag legen.

6 Schlussbetrachtung

Dank der vielen vorteilhaften Funktionen der digitalen Medien, die unser Leben erleichtern und in gewissem Maße auch bereichern, sind sie für uns ständig präsent und wir nutzen sie oft und überall. Da sie zu unserem ständigen Begleiter geworden sind, hinterfragen wir kaum, welche Folgen diese Reize und unser Nutzungsverhalten von Medien auf die Entwicklung des Kindes und auf die Mutter-Kind-Bindung haben könnten.

Alle Wissenschaftler auf diesem Gebiet sind sich einig, dass Kinder, besonders in den ersten Lebensjahren, keine digitalen Apparate brauchen und dass eine häufige Nutzung dieser Geräte nur Störungen oder gar Schädigungen bedeuten kann. Das Neugeborene bildet in den ersten Jahren, mehr als zu irgendeiner späteren Zeit seines Lebens, eine Einheit mit seiner Mutter und seiner Umgebung. Es erlebt sich noch nicht von der übrigen Welt als getrennt. Alles, was in seiner Umgebung geschieht, prägt sein Lebensgefühl und sein seelisches Befinden (vgl. Bind, 2017, 90). Das Baby braucht eine Bezugsperson, die ihm Liebe und Zuwendung schenkt, ihn versteht und auf seine Bedürfnisse angemessen reagiert. Bei den seelischen Ur-Bedürfnissen gibt es keinerlei „technische Neuerungen“ (vgl. Nüesch 2017, 7). Dies bestätigen auch die bindungstheoretischen Erkenntnisse und die Hirnforschung, die in dieser Arbeit dargestellt wurden.

Dennoch leben wir in einer Mediengesellschaft, in der alles schnell gehen muss. Diese Gesellschaftsform ist alles andere als reizarm und ihr Einfluss auf unser Leben macht nicht vor unserer Haustür halt. Wir Erziehende können versuchen, als Vorbild erst mal für uns selbst innezuhalten und nicht alles gleichzeitig alles machen zu wollen (z.B. Stillen, Telefonieren und Fernsehen). Wenn wir anfangen unser Leben anders zu gestalten, uns bewusst Momente der inneren Ruhe zu gönnen, Zeiten ohne äußere Ablenkung zu planen, dann werden wir bemerken, dass wir dadurch in der Lage sind echte innere Aufmerksamkeit für unsere Kinder zu empfinden (vgl. Nüesch 2017, 91).

Zu diesen Gedanken sind auch die Mütter in der Projektwoche, dank der vielen Gespräche miteinander und mit meiner Unterstützung, gekommen. Sie haben in ihren Diskussionen immer wieder die große Bedeutung der ungestörten Familienzeit betont.

Die Elternschulen mit ihren Zielen und Aufgaben sind niederschwellige Orte der Begegnung für Eltern und ihre Kinder. Dort können Räume geschaffen werden, in denen Eltern wieder zu sich selbst finden können und somit auch ihre Kinder besser wahrnehmen. Die Kursleiter in Eltern-Kind-Gruppen unterstützen die Entwicklung einer gesunden Mutter-Kind-Beziehung und helfen bei dem Aufbau einer sicheren Bindung. Sichere Bindung ist die Basis für die gesamte Entwicklung des Menschen. Die harmonische Frühentwicklung beugt später einer Therapiebedürftigkeit vor, da die meisten Lern- und Verhaltensstörungen in den ersten Lebensjahren gelegt werden. Deswegen halte ich alle Projekte oder andere Veranstaltungen, die auf bestimmte Gefahren für die kindliche Entwicklung hinweisen, für sinnvoll und notwendig.

Das Interesse an dem Thema „Einfluss der mütterlichen Nutzung eines Smartphones auf die Mutter-Kind-Beziehung“ wächst in unserer Gesellschaft. Es wird inzwischen in Büchern, Zeitungsartikeln und anderen Medien kritisch darüber diskutiert. Zudem gibt es mittlerweile in vielen Bundesländern öffentliche Werbekampagnen mit Plakataktionen, die auf das Thema aufmerksam machen. Die Ergebnisse der ersten Studie BLIKK 2017 deuten auf negative Folgen für die kindliche Entwicklung hin. Aus diesem Grund wäre es sinnvoll, repräsentative qualitative Langzeitstudien durchzuführen, damit der Einfluss über einen längeren Zeitraum untersucht werden kann.

Prof. Dr. Karl Heinz Brisch, hat eine Studie zu den Folgen elterlicher Smartphone-Fixierung, in Anwesenheit ihrer Säuglinge, gestartet. Sie wird mit Hilfe einer Laborsituation durchgeführt und orientiert sich an dem „Still-face-Paradigma“ von Edward Tronick. Mit den Studienergebnissen wird frühestens im Jahr 2019 gerechnet. Aus dem Interview mit Prof. Dr. Brisch: „Drei, sechs und zwölf Monate nach dem Laborexperiment wollen wir die Kinder

erneut untersuchen, um Auswirkungen auf ihre Fähigkeit zur Empathie erkennen zu können. Dabei werden wir viele Faktoren berücksichtigen, die ihre emotionale Entwicklung beeinflussen können, darunter auch Beobachtungsdaten über die tägliche Intensität des Smartphone-Gebrauchs der Eltern in Anwesenheit des Babys“ (aus dem Interview mit Karl Heinz Brisch für Verein „Zukunft mit Kindern“ 1, 2018).

Außerdem bin ich der Meinung, dass die Auswirkung der Strahlung von Smartphones auf die Kinder in die Studien mit einbezogen werden sollten. Aufgrund der begrenzten Ressourcen der Bachelorarbeit konnte das Thema nicht berücksichtigt werden. Es gibt ärztliche Empfehlungen, um die Strahlenbelastung in der Nähe von Kindern zu reduzieren. Zu den Folgen der Smartphonestrahlung gibt es bis zum heutigen Zeitpunkt kaum repräsentative Untersuchungen. Mit den Ergebnissen aus den Langzeitstudien und den medizinischen Risiken, die durch die Strahlenbelastungen folgen können, könnten den Eltern fundierte Argumente gegeben werden, weshalb sie ihren Smartphonekonsum bewusster kontrollieren sollten. Diese Forschungen sollen nicht nur im Interesse zur Gesunderhaltung unserer Kinder durchgeführt werden, sondern dienen der ganzen Gesellschaft. Die digitale Medienwelt entwickelt sich heutzutage sehr schnell, so dass rechtzeitig ein bewusster Umgang damit gefunden werden muss. Viele neue Erfindungen dieser Welt werden unser Leben weiterhin beeinflussen. Zwischenmenschliche Beziehungen sind und bleiben für uns die zentrale Grundlage für ein gesundes und glückliches Leben. Ich hoffe, dass solide Forschungen uns auch dabei helfen können, das Gleichgewicht zwischen digitaler und analoger Kommunikation zu finden.

Literaturverzeichnis

Ainsworth, Mary (2017): Mutter-Kind-Bindungsmuster: Vorausgegangene Ereignisse und ihre Auswirkungen auf die Entwicklung (1985), in: Grossmann, Klaus E. / Grossmann, Karin (Hg.): Bindung und menschliche Entwicklung. John Bowlby, Mary Ainsworth und die Grundlagen der Bindungstheorie, 5. Auflage Stuttgart: Klett-Cotta, 317 – 340.

Ainsworth, Mary / Wittig, Barbara (2017): Bindungs- und Explorationsverhalten einjähriger Kinder in einer Fremden Situation. in: Grossmann, Klaus E. / Grossmann, Karin (Hg.): Bindung und menschliche Entwicklung. John Bowlby, Mary Ainsworth und die Grundlagen der Bindungstheorie, 5. Auflage Stuttgart: Klett-Cotta, 113 – 145.

Baumann, Simona / Seiler Lucia (2017): Smartphone - der ständige Begleiter beeinflusst die Mutter-Kind-Beziehung. Online unter:
http://www.hebamme.ch/x_data/heft_pdf/Hebamme.ch_12_2017.pdf (Zugriff 21.05.2018).

BLIKK Studie 2017 Online unter: https://www.drogenbeauftragte.de/fileadmin/dateien-dba/Drogenbeauftragte/4_Presse/1_Pressemitteilungen/2017/2017_II_Quartal/Factsheet_BLIKK.pdf (Zugriff 28.10.2018).

Bind, Rudolf (2017): Ausblick. In: Nüesch, Maria Luisa (Hg.): Digitale Medien als Spielverderber für Babys. Berlin: Satz& Verlagsservice Ulrich Bogun, 90 – 92.

Brazelton, T. Berry / Gramer Bertrand G. (1994): Die frühe Bindung. Die erste Bindung zwischen dem Baby und seinen Eltern, 2. Auflage Stuttgart: Klett-Cotta

Bowlby, John (2014): Bindung als sichere Basis. Grundlagen und Anwendung der Bindungstheorie, 3. Auflage München: Ernst Reinhardt Verlag

Bowlby, John (2010): Bindung als sichere Basis. Grundlagen und Anwendung der Bindungstheorie, 2. Auflage München: Ernst Reinhardt Verlag

Bowlby, John (2006): Bindung. München: Ernst Reinhardt Verlag

Brisch, Karl Heinz (2008): Bindung und Trauma – Schutz- und Risikofaktoren für die Entwicklung von Kindern, in: Stiftung zum Wohl des Pflegekindes (Hg.): Bindung und

Trauma – Konsequenzen in der Arbeit für Pflegekinder. Tagungsdokumentation der 16. Jahrestagung der der Stiftung zum Wohl des Pflegekindes

Brisch, Karl Heinz (2012): Bindungsstörungen und Trauma. Grundlagen für eine gesunde Bindungsentwicklung, in: Brisch, Karl Heinz / Hellbrügge, Theodor (Hg.): Bindung und Trauma. Risiken und Schutzfaktoren für die Entwicklung von Kindern, Stuttgart: Klett-Cotta, S.105 – 135.

Brisch, Karl Heinz (2015): Kindergartenalter. Bindungspsychotherapie – Bindungsbasierte Beratung und Psychotherapie, Stuttgart: Klett-Cotta

Brisch, Karl Heinz (2018): Baby gegen Smartphone. Online unter: <http://www.zukunft-mit-kindern.eu/node/157> (Zugriff 22.05.2018).

Deneke, Christiane: Säuglinge und Kleinkinder psychisch mit psychisch kranken Eltern. In: Deutsche Liga für das Kind in Familie und Gesellschaft (Initiative gegen frühkindliche Deprivation) e.V.: Zeitschrift Frühe Kindheit. Ausgabe 2/04. Berlin 2004.

Erhardt, Angelika (2010): Methoden der sozialen Arbeit. Schwalbach: Wochenschau Verlag

Ellerbeck, Thomas (2007): Vorwort. In: Ellerbeck, Thomas/ Siebenhaar, Klaus (Hg.): Vernetzte Welt. Veränderungen der Kommunikation durch neue Medien und Mobilfunk. Berlin: B&S Siebenhaar Verlag, 11-13.

Globalrichtlinien(2015): Online unter: <https://www.hamburg.de/contentblob/4579476/d616215f12c9f1c794ff4a935d79e208/data/globalrichtlinie-durchfuehrung-jugendschutzgesetz.pdf> (Zugriff 23.09.2018).

Grossmann, Karin / Grossmann Klaus E. (2014): Bindung – das Gefüge psychischer Sicherheit. 6. Auflage Stuttgart: Klett-Cotta.

Grossmann, Karin / Grossmann Klaus E. (2017): Bindung – das Gefüge psychischer Sicherheit. 7. Auflage Stuttgart: Klett-Cotta.

Hamburger Elternschulen. Handlungskonzept (2012).

Hedervari-Heller, Eva (2012): Bindung und Bindungsstörungen. In: Cierpka, Manfred (Hg.): Frühe Kindheit 0 – 3. Beratung und Psychotherapie für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern, Berlin Heidelberg: Springer Verlag, 57 – 67.

Hermann, Mathias / Weber, Kurt (2008): Kommunikationstechniken. In: Kindergarten heute, 10-17.

Hüther, Gerald (o.J.): Im Strudel virtueller Welten. Medienkonsum und Hirnentwicklung. Online unter: https://www.f01.thkoeln.de/imperia/md/content/personen/e.ostbomk_fischer/im_strudel_virtueller_welten.pdf (Zugriff: 26.07.18).

Lohse, Tina (2008): Hilfe, ich kann mein Kind nicht lieben. Postpartale Depression: Krankheitsbild, Verlauf, Ursachen, Therapiemöglichkeiten. Hamburg: Diplomica Verlag GmbH.

Markowetz, Alexander (2015): Digitales Burnout. Warum unsere permanente Smartphone-Nutzung gefährlich ist, München: Knaur Verlag

Münker, Stefan / Roesler, Alexander (2012): Vorwort. In: Münker, Stefan / Roesler, Alexander (Hg.): Was ist ein Medium? Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag, 7 – 12.

Nüesch, Maria Luisa (2017): Der verlorene Blick – Warum Handys, iPhone und TV-Geräte so störend für die gesunde Entwicklung von Babys sind. Online unter: <http://rww.spielundzukunft.de/site/kind-sein-8190/erziehung-8206/kinder-und-medien-8210/content/blog-5014504/der-verlorene-blick---warum-handys-iphone-und-tv-geraete-so-stoerend-fuer-die-gesunde-entwicklung-von-babys-sind-9014> (Zugriff: 22.05.2018).

Papousek, Mechthild (2004): Regulationsstörungen der frühen Kindheit: Klinische Evidenz für ein neues diagnostisches Konzept. In: Papousek, Mechthild / Schieche, Michael / Wurmser, Harald (Hg.): Regulationsstörungen der frühen Kindheit. Frühe Risiken und Hilfen im Entwicklungskontext der Eltern-Kind-Beziehungen, Bern: Verlag Hans Huber, 77 – 110.

Porst, Rolf (2011): Fragebogen. Ein Arbeitsbuch 3. Auflage, Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften

Raithel, Jürgen (2008): Quantitative Forschung. Ein Praxisbuch 2. durchgesehene Auflage, Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften

Reck, Corinna / Backenstraß, Matthias / Möhler, Eva / Hunt, Aoife / Resch, Franz / Mundt, Christoph (2001): Mutter-Kind-Interaktion und postpartale Depression. Theorie und Empirie im Überblick. Online unter: <https://sbt-in-berlin.de/cip-medien/2001-2-03-Reck.pdf> (Zugriff: 03.09.18).

Schirmer, Brita (2017): Beziehung ermöglichen – eine körpertherapeutische Perspektive. In: Nüesch, Maria Luisa (Hg.): Digitale Medien als Spielverderber für Babys. Berlin: Satz& Verlagsservice Ulrich Bogun, 24-27.

Schöttker, Detlev (1999): Zur Geschichte der Medienanalyse. In: Schöttker, Detlev (Hg.): Von der Stimme zum Internet. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 11-23.

Siebenhaar, Klaus (2007): Vernetzte Welten und ihre Erforschung – einführende Anmerkung. In: Ellerbeck, Thomas/Siebenhaar, Klaus (Hg.): Vernetzte Welt. Veränderungen der Kommunikation durch neue Medien und Mobilfunk. Berlin: B&S Siebenhaar Verlag, 7-9.

Seufert, Wolfgang (2013): Analyse des langfristigen Wandels von Medienstrukturen – theoretische und methodische Herausforderungen. In: Seufert, Wolfgang/Sattelberger, Felix (Hg.): Langfristiger Wandel von Medienstrukturen. Theorien, Methoden, Befunde. Baden-Baden: Nomos Verlagsgesellschaft, 7-28.

Spitzer, Manfred (2010): Im Netz. Online unter: http://www.gestalt-institut-frankfurt.de/fileadmin/gestalt-institut-frankfurt.de/download/Gestalt-Zeitung/2011/Manfred_Spitzer.pdf (Zugriff 03.09.2018).

Steg, Thomas (2007): Veränderungen der Kommunikation im Zeitalter der Informationsgesellschaft. In: Ellerbeck, Thomas/ Siebenhaar, Klaus (Hg.): Vernetzte Welt. Veränderungen der Kommunikation durch neue Medien und Mobilfunk. Berlin: B&S Siebenhaar Verlag, 15-30.

Stegmaier, Susanne (o.J.): Grundlagen der Bindungstheorie. Online unter: <https://www.kindergartenpaedagogik.de/1722.html> (Zugriff 12.06.2018).

Vorderer, Peter (2007): Digital Entertainment – Kommunikation mit der jungen Generation. In: Ellerbeck, Thomas/Siebenhaar, Klaus (Hg.): Vernetzte Welt. Veränderungen der Kommunikation durch neue Medien und Mobilfunk. Berlin: B&S Siebenhaar Verlag, 61-69.

Zimmermann, Rainer (2007): Anything goes? Kommunikationspraxis und Kommunikationskultur heute. In: Ellerbeck, Thomas/Siebenhaar, Klaus (Hg.): Vernetzte Welt. Veränderungen der Kommunikation durch neue Medien und Mobilfunk. Berlin: B&S Siebenhaar Verlag, 49-59.

Anhang

Fragebogen

1. Was für ein Mobiltelefon haben Sie?

(Passende Antwort ankreuzen)

Ich besitze ein Smartphone, kenne mich damit allerdings nicht so gut aus.

Ich habe das neueste Smartphone, damit bin ich auf dem aktuellen Stand der technischen Möglichkeiten.

Ich besitze ein einfaches Handy zum Telefonieren und zum Schreiben von SMS. Das reicht mir völlig!

Ein Smartphone. Allerdings nutze ich nicht alle Funktionen und installiere nur bestimmte Apps

Ich habe kein Mobiltelefon

2. Wann und wie oft nutzen Sie ihr Handy?

(Wörter einsetzen: nie, selten, manchmal, oft, immer)

Morgens

Beim Essen

Unterwegs

Vor dem Schlafen

3. Welche Handytätigkeit nutzen Sie am häufigsten?

(Suchen Sie drei Antworten aus und setzen Sie dafür die Zahlen 1,2,3 ein. 1- am häufigsten...)

Telefonieren

SMS

Internet

Mails

WhatsApp

Fotos machen

Facebook

4. Wie oft sieht Sie ihr Kind am Handy?

(nie, selten, manchmal, oft)

5. Wie oft schalten Sie ihr Handy stumm oder ganz aus?

(nie, selten, manchmal, oft)

6. Welche Zeiten sind Ihnen dafür besonders bedeutsam?

Eidesstattliche Erklärung

Ich versichere, dass ich die vorliegende Arbeit ohne fremde Hilfe selbstständig verfasst und nur die angegebenen Quellen und Hilfsmittel benutzt habe. Wörtlich oder dem Sinn nach aus anderen Werken entnommene Stellen sind in allen Fällen unter Angabe der Quelle kenntlich gemacht.

Ort, Datum Unterschrift

Hamburg, 19.12.2018

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'L. Seif', is written over the signature line.