

## Bericht (*unveröffentlichter Text während Schreibwerkstatt 2021*)

Beteiligung von Maike Schwarz: **Autorin**

-----

### Bindungsforschung

#### So schadet elterliche Smartphone-Nutzung dem Baby

**Junge Deutsche verbringen täglich mehrere Stunden am Smartphone. Ihr Nachwuchs muss deshalb um ihre Aufmerksamkeit kämpfen. Wie sehr vom Handy abgelenkte Eltern der Entwicklung ihres Babys schaden, wird nun erforscht.**



*Das Handy steht zwischen Baby und Mutter. (Pixabay/Geralt)*

Eine gestresste junge Frau betritt das Café. Ihr Baby trägt sie links unterm Arm, in der Hand einen mintgrünen Kånken-Rucksack. Die Haare sind zu einem Dutt gebunden, die Füße stecken in klobigen weißen Sneakern – Mode ist ihr wichtig. Mit der rechten Hand hält sie ihr Smartphone waagrecht an den Mund und spricht aufgeregt hinein. Als das Baby im Kinderstuhl sitzt und der bestellte Kaffee vor ihr steht, wird sie entspannter. Wieder zückt sie ihr Smartphone und drapiert das Geschirr vor sich für das optimale Instagram-Foto. Der Säugling gurr und verfolgt die konzentrierten Wisch-Bewegungen seiner Mutter am Handy aufmerksam. Doch diese schaut nicht vom Bildschirm hoch. Nimmt sie ihr Baby überhaupt wahr?

Mittlerweile nutzen zwei Drittel der jungen Erwachsenen unter 30 täglich das Internet – meistens via Smartphone. Mit diesem verbringen junge Menschen äußerst viel Zeit, wie [Studien](#) zeigen: Fünf Stunden am Tag nutzen sie das Mobilgerät. Über die Hälfte hält ihre Smartphone-Nutzung selbst für problematisch und erkennt gar einen innerlichen Zwang, das Handy einzuschalten. Das Smartphone ist für viele junge Leute notwendig, um soziale Kontakte zu pflegen – entsprechend abhängig sind sie davon. Die neuartige Angst, mit dem Smartphone auch die Verbindung zur Außenwelt zu verlieren,

hat sogar einen Namen: Nomophobie (= „die Angst, kein Handy zu haben“, von „no mo(bile)“ = englisch für „kein Handy“).

### **Säuglinge konkurrieren mit Smartphones**

Doch was ist, wenn die smartphonesüchtige Generation selbst Nachwuchs bekommt? Schadet die Handyabhängigkeit der Eltern auch dem Baby? Neue Forschungsthese legen das nahe: Wenn der Säugling mit dem Handy um die Aufmerksamkeit seiner Bezugspersonen konkurriert, kann das schwere frühkindliche Störungen verursachen. Diese wirken womöglich bis ins Erwachsenenalter.

„So wie Eltern die Welt wahrnehmen, wird sie vom Kind erlebt“, sagt die Psychologin Andrea Koschier. Damit entsteht eine enorme Verantwortung für die Eltern. Ein Baby lernt, indem die Bezugspersonen seine Gefühle spiegeln. Denn es spürt zwar etwas, kann seine emotionalen Erfahrungen aber nicht einordnen und verbindet sie auch nicht mit der eigenen Person. Das ist Aufgabe der Eltern: Sie halten Blickkontakt mit dem Baby und nehmen seine Bedürfnisse wahr. Die Eltern kopieren den Gefühlsausdruck ihres Babys und zeigen ihm zugleich, dass es sein eigener ist. Damit geben sie dem Baby Selbstbewusstsein und Urvertrauen. Das Kind erlebt seine Eltern als verlässlich, weil sie es wahrnehmen und seine Signale richtig interpretieren. Das führt zu einer sicheren Bindung zwischen Eltern und Kind.

### **Babys vermeiden Blickkontakt zu Eltern**

Wenn die Eltern aber dauerhaft vom Smartphone abgelenkt sind, werden die kindlichen Signale gar nicht oder verspätet beantwortet – das setzt das Kind unter enormen Stress, vermuten Bindungsforscher. Ähnlich wie bei depressiven Müttern, die für ihr Baby emotional nicht erreichbar sind.

In der schlimmsten Konsequenz könnten Babys „resignieren, weil [den Eltern] die Lebendigkeit der Mimik fehlt und permanent dem Smartphone zugerichtet ist“, so die klinische Psychologin Agnes von Wyl, die aktuell zur Smartphone-Nutzung werdender Eltern forscht. Irgendwann vermeiden bereits vier Monate alte Babys den Blickkontakt zu den Eltern, wie Untersuchungen zeigen. Die Gefahr, dass ignorierte Babys ihrerseits aus der Kommunikation aussteigen und nicht mehr auf andere reagieren, sieht auch der Kinderpsychiater Karl Heinz Brisch.

### **Hirnreifung bei vernachlässigten Kindern schlechter**

Fütter- und Einschlafstörungen beim Baby können erste Anzeichen für eine problematische Handynutzung der Eltern sein. Aus der Deprivationsforschung wisse man, so Brisch, dass emotionale Vernachlässigung bei Kindern unter drei Jahren die Hirnreifung beeinträchtigen kann: In der Folge hätten die Kinder Schwierigkeiten, sich Dinge zu merken und sprechen zu lernen. Sie könnten sich schlechter konzentrieren. Auch das Körperwachstum könne sich verlangsamen. Die Kinder würden mitunter psychisch erkranken oder erlangten die Kindergarten- und Schulreife nicht.

Welche Probleme die Kinder smartphonefixierter Eltern als Erwachsene haben werden, weiß man wohl erst in mindestens 20 Jahren. Grundsätzlich werden bindungsunsichere Kinder aber häufig zu Erwachsenen, die sich schwerer in andere hineinversetzen können, die Konzentrations- und Aufmerksamkeitsdefizite haben.

Die junge Frau mit dem Dutt hat ihren Kaffee mittlerweile ausgetrunken und steckt ihr Smartphone zurück in den Kännchen. Ihr Baby beobachtet das und strahlt seine Mutter erwartungsvoll an. Ihre Blicke verfangen sich und das Gesicht der Mutter hellt sich schlagartig auf – wie frisch verliebt strahlt sie zurück. Vorsichtig hebt sie ihr Kind hoch und legt seinen Kopf in ihre Halsbeuge, sodass es alles sieht, was sie sieht. Sie verlassen das Café. Erst vor dem Eingang merkt die Frau, dass sie Rucksack samt Smartphone am Tisch vergessen hat. Es gibt Wichtigeres.