



## 12\_Digitale Medien stören Babys

**Beim Stillen, während der Pflege und während des in-Kontakt-Seins mit dem Baby, haben Mobiltelefone und Fernsehgeräte nichts zu suchen.**

Allem vorweg sei festgestellt: Wenn Säuglinge/Kinder eine gute und sichere Bindung zu ihren Eltern aufbauen können, dann entwickeln sie nicht nur eine gute, tragfähige Beziehung zu den Eltern. Die sichere Bindung beeinflusst ihr Lebensglück, ihre körperliche und psychische Gesundheit, sowie ihre Liebes- und Beziehungsfähigkeit und den Aufbau ihres Selbstwertgefühls.

**Um eine sichere Bindung aufbauen zu können, ist es Voraussetzung, dass die Eltern sich auf eine bestimmte Weise auf das Baby/Kind beziehen:**

Sie müssen dem Kind emotionale Sicherheit geben, wenn es in Not ist, die es durch Unruhe oder Weinen zeigt. Sie müssen die Bedürfnisse und die Gefühle des Kindes wahrnehmen und feinfühlig auf diese reagieren. Wichtig ist auch, dass die Erholungspausen des Neugeborenen respektiert werden und die Eltern nicht nur äußerlich, sondern auch innerlich präsent sind, wenn sie mit dem Baby in Kontakt sind.

Nun verhält es sich leider so, dass die digitalen Medien vermehrt zu Kontaktarmut führen und die innerliche Präsenz der Eltern vom Kind abziehen. „Säuglinge reagieren irritiert, wenn die Beziehungspartner/innen emotional nicht präsent und mit ihren Gedanken ständig woanders sind. Auf einen solchen Mangel an emotionaler Verfügbarkeit ihrer Eltern antworten sie mit Stress, Unruhe und verlängerten Wachzeiten. Ein flimmernder Bildschirm zieht die Mütter in ihren Bann und erschwert ein tieferes Sich-Einlassen auf die Mitteilungen und Signale des Babys“, schreibt Thomas Harms, Psychologe und Eltern-Baby-Therapeut. Fernseher und digitale Medien gehören definitiv nicht ins Wochenbett oder ins Schlafzimmer.

„Das Baby ist verwirrt und verunsichert, wenn es die Verbindung zur Mutter nicht mehr spüren kann. Der bloße Körperkontakt reicht nicht aus. Im Gegenteil, das Kind ist dann erst recht desorientiert, weil es gleichzeitig zwei widersprüchliche Botschaften aufnimmt. Über den Körperkontakt erfährt es einerseits die Nähe der Mutter. Andererseits fühlt es sich von ihr getrennt, wenn die Mutter beim Stillen fernsieht oder mit dem Mobiltelefon mit jemand anderem in Kontakt ist. Entscheidend ist, wie die Mutter selbst schon vor dem Stillen oder Füttern mit sich selbst in Kontakt kommen und innerlich ruhig werden kann“, sagt auch Klaus Käppeli, Fachpsychologe für Psychotherapie.

Vermehrter Medienkonsum führt vielfach auch dazu, dass die Erwachsenen die feinen Signale des Babys oder des Kindes nicht richtig mehr wahrnehmen können. Das lässt die Kinder vereinsamen, weil ihre Eltern ihre nonverbalen Botschaften nicht mehr aufnehmen. Das kann zu Störungen einer sicheren Bindungsbeziehung führen und somit das Kind in seiner gesunden Entwicklung stark beeinträchtigen.

„Das Baby braucht Austausch und Feedback, um sich selbst zu verstehen zu lernen und zu wachsen. Alles was es braucht, ist jemand, der es wahrnimmt und der zu dem angebotenen Dialog mit ihm bereit ist. Wenn das Kind keine Reaktion der Mutter erwecken kann oder auf Dauer falsche Reaktionen auf sein Schreien erhält, wird es sich einkapseln, um zu überleben“, schreibt Silija Wendelstadt, Körperpsychotherapeutin.

**Die entscheidende Frage ist, warum Mütter und Väter sich so oft nicht mehr ganz auf den Kontakt mit ihren Kindern einlassen können?**

Paula Diedrichs aus der Schreibaby-Ambulanz Berlin meint dazu: „Wenn Frauen den Fernseher zum Einschlafen brauchen oder ständig erreichbar sein wollen, heißt das für mich als Therapeutin: sie fühlen sich einsam und brauchen Kontakt.“ Mütter brauchen nach der Geburt besondere Zuwendung und Hilfestellung, sowie Ruhe und Erholung. Dies sei ein Wink an alle Väter: Ihre Partnerin braucht jetzt feinfühlig, emotionale und auch praktische Unterstützung. Am besten bespricht man schon vor der Geburt, wie die Mutter am besten umsorgt werden kann.

Text: Astrid Egger  
www.familie.it

Quelle: „Digitale Medien als Spielverderber für Babys. Beziehung als tragfähiger Boden für die Zukunft“ Verein Spielraum-Lebensraum Grabs