Zeitschrift: Obstetrica : das Hebammenfachmagazin = Obstetrica : la revue spécialisée des sages-femmes

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 122 (2024)

Heft: 7

Artikel: Das Smartphone beim Stillen : Hilfe und Hürde

Autor: Joliat, Anouk / Gemperle, Michael / Braune-Krickau, Katrin

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1056163

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Siehe Rechtliche Hinweise.

Conditions d'utilisation

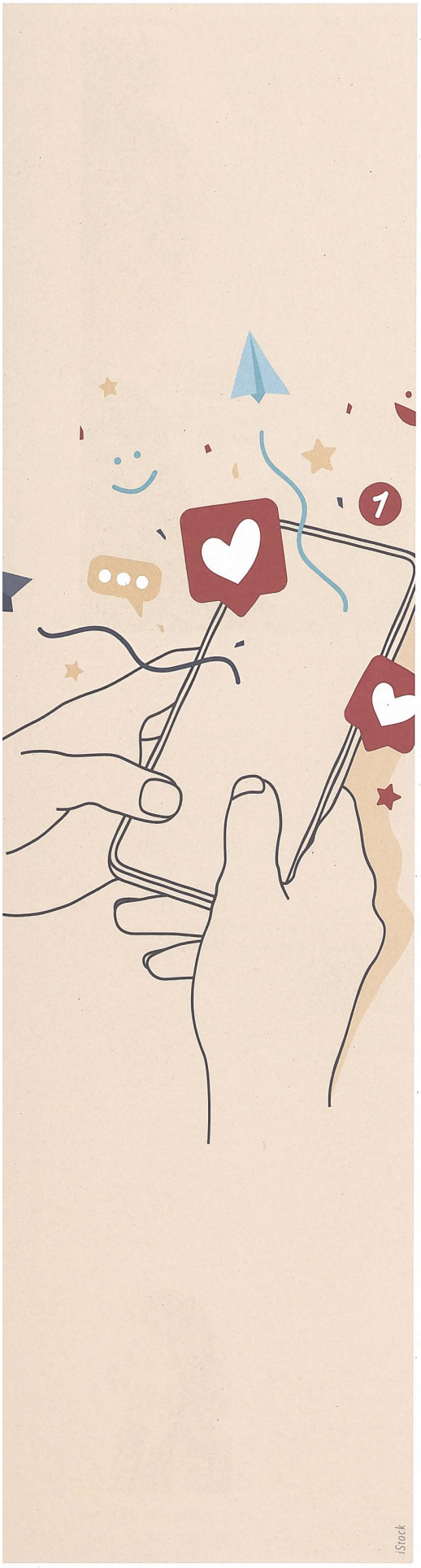
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. Voir Informations légales.

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. See Legal notice.

Download PDF: 11.05.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch



iStock

Das Smartphone beim Stillen: Hilfe und Hürde

Das Smartphone ist fester Bestandteil des Alltags. Eine aktuelle Studie der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften untersucht die Bedeutung des Smartphones für Eltern in der Kleinkindphase, besonders für Mütter während der Stillzeit; wie wird es genutzt? Über den Umgang mit dem Smartphone, wenn kleine Kinder da sind.

TEXT:
ANOUK JOLIAT, MICHAEL GEMPERLE, KATRIN BRAUNE-KRICKAU, LARISSA SCHNEEBELI, AGNES VON WYL

Die Diskussion um die elterliche Smartphone-Nutzung dreht sich häufig um Themen wie kindliche Gefährdung, kognitive Entwicklung des Kindes und Ablenkung von der elterlichen Zuwendung; für viele der in diesem Zusammenhang geäusserten Vermutungen fehlen jedoch weiterhin wissenschaftliche Belege (vgl. Braune-Krickau et al., 2021). Um den elterlichen Umgang mit dem digitalen Gerät im sozialen Kontext besser zu verstehen, hat die Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften im Rahmen der vom Schweizerischen Nationalfonds geförderten Studie «Smart Toddlers» (siehe Kästchen Seite 32) innerhalb von vier Jahren verschiedene Aspekte dieser Thematik durch quantitative und qualitative Erhebungen von Eltern mit erstgeborenen Kindern im Alter von ein, zwei und drei Jahren untersucht. Im qualitativen Teilprojekt der Studie lag der Schwerpunkt darin, die lebensweltliche Bedeutung der Smartphone-Nutzung eingehender zu ergründen. Hierfür wurden Interviews mit 25 Müttern und 22 Vätern der Gesamtstichprobe durchgeführt, als deren Kinder jeweils 12 bis 15 Monate und 36 bis 39 Monate alt waren.

Die befragten Frauen zeigten eine grundsätzlich ambivalente Haltung zur Smartphone-Nutzung während des Stillens.

Erfahrungen der Mütter während des Stillens

Es interessierte die Frage, wie Mütter nach der Geburt retrospektiv ihre Erfahrungen mit der Smartphone-Nutzung während des Stillens betrachten. Dies erscheint relevant, da die Stillsituation in Fachkreisen als besonders förderlich für eine gelingende Mutter-Kind-Beziehung angesehen wird.

Bei der Auswertung der Interviews fiel auf, dass die befragten Frauen eine grundsätzlich ambivalente Haltung zur Smartphone-Nutzung zeigten. Viele Mütter gaben an, ihr Smartphone während des Stillens benutzt zu haben, dabei aber gleichzeitig den Eindruck gehabt zu haben, dass dies nicht unproblematisch sei. Einige sahen die Stillsituation jedoch auch als geradezu ideale Gelegenheit, das digitale Gerät zu nutzen. Dabei wurden häufig die Suche nach Ge-

sundheitsinformationen, Tipps zur Kinderpflege und -erziehung, alltagspraktische Fragen, Einkaufen und der Austausch mit anderen Müttern genannt.

Hilfreiche Ressourcen

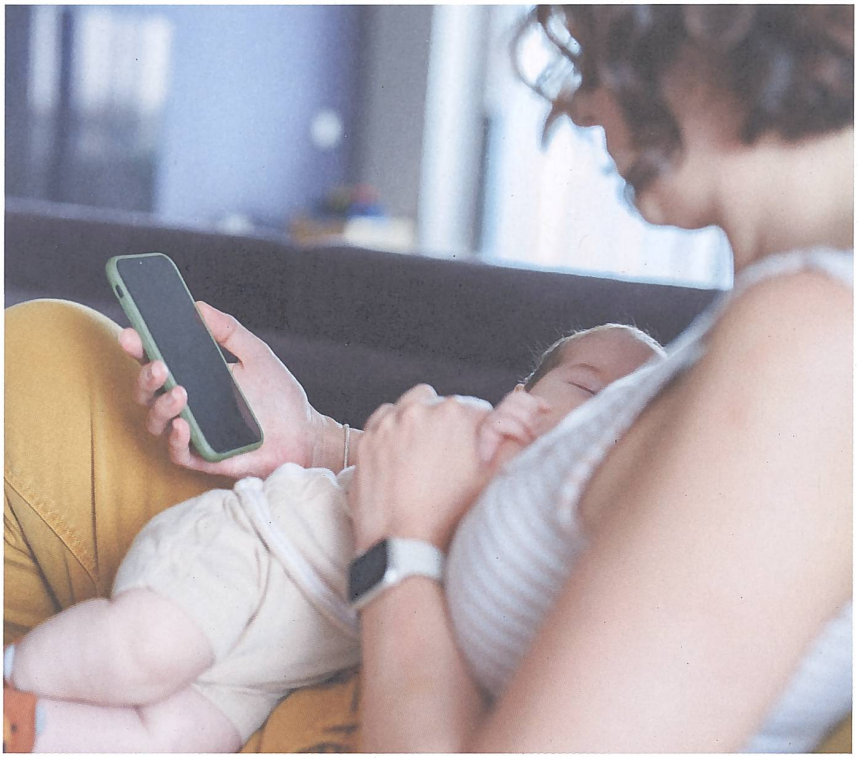
Es entstand der Eindruck, dass die Befragten das Smartphone während des Stillens als wesentliches Werkzeug nutzten, um Zugang zu für sie hilfreiche Ressourcen zu haben und um die zahlreichen Aufgaben zu bewältigen, die ihnen durch die vorherrschenden gesellschaftlichen Erwartungen abverlangt werden (vgl. Hochschild & Machung, 2012; Schutzbach, 2021). Denn sowohl das Stillen als auch die Informationsbeschaffung zu Gesundheits-, Ernährungs- und Erziehungsfragen scheinen fast ausschliesslich in der Verantwortung der Mütter zu liegen – auch bei Paaren, die sich an egalitären Modellen orientieren. Ähnlich wie in der Studie von Alianmoghaddam et al. (2019) sahen die Befragten vielfältige Vorteile in der Nutzung des Smartphones während des Stillens. Die Beobachtungen bestätigen zudem, dass die Mediennutzung während des Stillens dazu beitragen kann, Mütter in ihrer Rolle zu unterstützen, wie von Coyne et al. (2022) beschrieben.

Mediennutzung und Eltern-Kind-Interaktion

Interessanterweise zeigte die Längsschnittstudie von Coyne et al. (2022) auch, dass es keinen langfristigen Zusammenhang zwischen der Mediennutzung der Eltern und einem «sicheren Bindungsverhalten» ihrer Kinder gibt. Im Gegenteil; Eltern, die häufiger Smartphones nutzten, bekundeten über die Zeit hinweg weniger Interaktionsprobleme mit ihren Kleinkindern. Passend dazu ist die Aussage von Aline, die auf Instagram einer Erzieherin folgt, die ganz konkrete Tipps gibt: «Was ich im Vergleich zu meinem Mann auch stärker mache, ist es, soziale Medien wirklich auch in

Sowohl das Stillen als auch die Informationsbeschaffung zu Gesundheits-, Ernährungs- und Erziehungsfragen scheinen fast ausschliesslich in der Verantwortung der Mütter zu liegen – auch bei Paaren, die sich an egalitären Modellen orientieren.

Antje Kroll-Witzer



iStock

Bezug auf Kinder, Kinderspiel-Ideen zu nutzen, vor allem aber für Erziehungsthemen und Grundsätze, und wie man das so im Alltag mit den Kleinen gestaltet.» Stella wiederum fand auf Instagram «Bestätigung» von «anonymen Müttern», die «ehrliche Texte» über die schwierigen Seiten der Mutterschaft schreiben. Digitale Technologien wie Smartphones können also Müttern den Zugang zu Unterstützungsquellen ermöglichen und das Erleben von Mutterschaft positiv beeinflussen. Zirakbash (2023) beschreibt, dass dies besonders für sozial benachteiligte Mütter relevant ist, die häufig Druck und Ausgrenzung erfahren.

Zeitfresser Smartphone

Es wurde argumentiert, dass ein Nachteil der Nutzung digitaler Medien darin besteht, dass sie Zeit in Anspruch nehmen. Es ist bekannt, dass die frühe Elternzeit von Schlaflosigkeit geprägt ist, was wiederum Mütter anfälliger für eine übermässige Nutzung machen kann, da das Smartphone bei Müdigkeit und Langeweile häufiger genutzt zu werden scheint (Dora et al., 2021). So auch bei Sandra, die «im Wochenbett stillend» angefangen hatte, «Netflix auf dem iPad zu schauen – bis halb eins». Das hatte sie vom Schlafen abgehalten, obwohl sie müde gewesen war: «Weil am Smartphone – es ist halt so endlos, es saugt einen wie so hinein.»

Die Bürde des mütterlichen Idealbilds

Beeinträchtigt die Nutzung des Smartphones die Mutter-Kind-Beziehung und wie

Das Forschungsprojekt «Smart Toddlers»

Das vom Schweizerischen Nationalfonds geförderte Forschungsprojekt «Smart-Toddlers» untersuchte von 2020 bis 2024 die Auswirkungen der elterlichen Smartphone-Nutzung auf die Eltern-Kind-Beziehung. Unter der Leitung von Agnes von Wyl und Michael Gemperle wurden mit quantitativen und qualitativen Methoden Daten von 153 Müttern und 130 Vätern von Erstgeborenen erhoben und analysiert, als ihre Kinder ein, zwei und drei Jahre alt waren. Im Rahmen des qualitativen Teilprojekts, das am Institut für Hebammenwissenschaft und reproduktive Gesundheit angesiedelt war, lag der Schwerpunkt auf dem vertieften Verständnis der lebensweltlichen Bedeutung der Smartphone-Nutzung. Zu diesem Zweck wurden Interviews mit 25 Müttern und 22 Vätern aus der Gesamtstichprobe geführt, als ihre Kinder ein und drei Jahre alt waren. «Smart Toddlers» ist die Fortsetzung der Studie «Smart Start».

Weitere Informationen zu den Forschungsprojekten «Smart Start» und «Smart Toddlers» unter www.zhaw.ch

lässt sie sich mit dem vorherrschenden Bild der «guten Mutter», insbesondere beim Stillen, vereinbaren? Viele Aussagen von Müttern drehten sich darum. Filomena erzählte, wie sie auf die Nutzung ihres Smartphones in der Stillsituation verzichtet hatte, nachdem sie gelesen hatte, wie wichtig der Blickkontakt mit dem Kind während des Stillens sei. Aber dann hatte das Stillen «ewig» gedauert und sie hatte dagesessen und hatte «nichts» getan, also hatte sie sich erlaubt, wenigstens Bücher zu lesen. Wenn sie dann aber plötzlich merkte, dass ihre Tochter sie schon eine ganze Weile angesehen hatte, befiel sie ein schlechtes Gewissen. Auch Jennifer hatte beim ersten Kind sehr viel Wert auf Blickkontakt gelegt, beim zweiten Kind hatte sie sogar die Texte auf ihrem Smartphone vorgelesen. Ulla war es wichtig gewesen, ihren Sohn beim Einschlafen zu begleiten. Da er dann aber «ewig an der Brust gesaugt hatte», hatte sie die Zeit genutzt, um Netflix zu schauen – notabene mit Kopfhörern. Das Smartphone tritt hier als ein hilfreiches Instrument in Erscheinung, um während der Befriedigung kindlicher Bedürfnisse auch gleichzeitig eigene Bedürfnisse zu erfüllen. Milena hatte sich schliesslich gegen das Ideal der geforderten Aufmerksamkeit entschieden: «Es ist auch auf eine Art ein wenig ein übertriebener Perfektionismus, jetzt das Gefühl zu haben, dass ich jedes Mal in dieser Aufgabe und in dieser Warterei dabei aufgehe und solche Freude habe und ich gar nichts anderes brauche, als jetzt das Kind zu stillen.» Die Haltung von Hebammen kann in dieser Situation übrigens durchaus einen Unterschied machen. Mirella beispielsweise berichtete davon, dass sie «lange, lange diese Schuldgefühle» hatte, weil ihr ihre «erste Hebamme gesagt hatte», dass, wenn sie «beim Stillen zu viel am Handy» sei, «das Kind sich automatisch abstillt». Sie habe dann aber die gegenteilige Erfahrung gemacht.

Beeinträchtigt die Nutzung des Smartphones die Mutter-Kind-Beziehung und wie lässt sie sich mit dem vorherrschenden Bild der «guten Mutter», insbesondere beim Stillen, vereinbaren?

Zwischen Kindswohl, Bedürfnissen und Anforderungen

Die Ambivalenz der jungen Mütter, das Wohl ihres Kindes in den Vordergrund zu stellen, sich aber gleichzeitig mit den Anforderungen des Alltags und den eigenen Bedürfnissen konfrontiert zu sehen, wurde bereits in einem Beitrag zur Vorgängerstudie «Smart Start» (siehe Kästchen Seite 32) (Koch et. al., 2020) herausgearbeitet. Die Interviews der aktuellen Folgestudie legen nahe, dass sich das Spannungsfeld zwischen den Idealvorstellungen von Mutterschaft und der realen Lebenssituation in der anspruchsvollen Phase nach der Geburt verstärkt und der Umgang mit dem Thema Smartphone-Nutzung während des Stillens hierfür besonders bedeutsam ist. Die Smartphone-Nutzung bereitet vielen Frauen in dieser Phase immer wieder Schwierigkeiten, wobei diese Herausforderungen nicht unabhängig von den im medialen Diskurs präsenten Idealvorstellungen zum Beispiel zur Smartphone-Nutzung zu sein scheinen.

AUTOR*INNEN

Anouk Joliat,
Hebamme MSc, Pflegeexpertin, von 2020 bis 2024 wissenschaftliche Assistentin am Institut für Hebammenforschung und reproduktive Gesundheit (IHG) der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) und Projektmitarbeiterin im Forschungsprojekt «Smart Toddlers».
Michael Gemperle,
Dr., Senior Researcher an der Forschungsstelle des IHG der ZHAW.Co-Leiter des Forschungsprojekts «Toddlers».
Katrin Braune-Krickau,
Dr., wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Angewandte Psychologie (IAP) in der Fachgruppe Klinische Psychologie der ZHAW und Projektmitarbeiterin im Forschungsprojekt «Smart Toddlers».
Larissa Schneebeli,
Psychologin MSc, wissenschaftliche Mitarbeiterin am IAP der ZHAW und Projektmitarbeiterin im Forschungsprojekt «Smart Toddlers».
Agnes von Wyl,
Prof. Dr., Leiterin der Fachgruppe Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie am IAP der ZHAW. Sie leitet das Forschungsprojekt «Smart Toddlers».

Literatur

Alianmoghaddam, N., Phibbs, S. & Benn, C. (2019) «I did a lot of Googling»: A qualitative study of exclusive breastfeeding support through social media. *Women and Birth*; 32(2), 147–156. https://doi.org/10.1016/j.wombi.2018.05.008

Braune-Krickau, K., Schneebeli, L., Pehlke-Milde, J., Gemperle, M., Koch, R. & von Wyl, A. (2021) Smartphones in the nursery: Parental smartphone use and parental sensitivity and responsiveness within parent-child interaction in early childhood (0-5 years): A scoping review. *Infant Mental Health Journal*; 42(2), 161–175. https://doi.org/10/ghvwgg

Coyne, S. M., Shawcroft, J., Gale, M., Reich, S. M., Linder, L., McDaniel, B., Stockdale, L. & Booth, M. (2022) Digital distraction or accessible aid? Parental media use during feedings and parent-infant attachment, dysfunction, and relationship quality. *Computers in Human Behavior*; 127, 107051. https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107051

Dora, J., van Hooff, M., Geurts, S., Kompier, M. & Bijleveld, E. (2021) Fatigue, boredom and objectively measured smartphone use at work. *Royal Society Open Science*; 8(7), 201915. https://doi.org/10.1098/rsos.201915

Hochschild, A. & Machung, A. (2012) The Second Shift: Working Families and the Revolution at Home. Penguin.

Koch, R., Gemperle, M., von Wyl, A., Braune-Krickau, K., Schneebeli, L. & Pehlke-Milde, J. (2020) Schädlich für Beziehungsaufbau oder wichtiger Draht zur Aussenwelt? *Obstetrica*; 2020(7/8), 80–82. https://doi.org/10.21256/zhaw-20348

Schutzbach, F. (2021) Die Erschöpfung der Frauen: Wider die weibliche Verfügbarkeit. Droemer.