



**Angewandte
Psychologie**

Psychologisches Institut

Handynutzung bei jungen Eltern: Handlungsbedarf?

Prof. Dr. Agnes von Wyl 16. März 2024

Sucht im Wandel: Herausforderungen für die Prävention
Zürcher Präventionstag

Projekt Smart Start und Smart Toddlers

Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie

Hebammen



Dr. Katrin Braune-Krickau

Prof. Dr. Agnes von Wyl



Larissa Schneebeli,
MSc



Meret Hug BSc



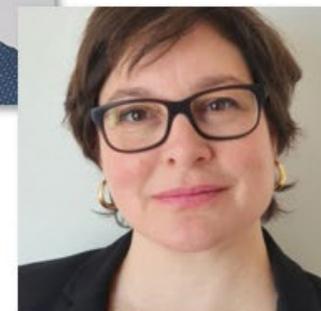
Dr. Laura Maria Wade-Bohleber



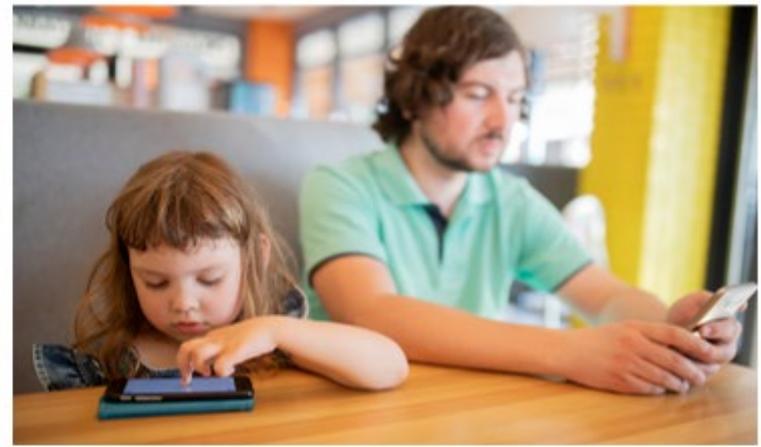
Prof. Dr. Jessica
Pehlke-Milde



Dr. Michael Gemperle



Anouk Joliat, BSc



Bedeutung von Beziehung/Bindung in der frühen Kindheit

- Elterliche Feinfühligkeit ist ein zentraler Faktor für die frühe kindliche Entwicklung, z.B. Co-Regulation
- Babys kommen bereits mit einer Beziehungsbereitschaft zur Welt
- Entwicklung findet von Anfang an in Beziehungen statt.
- Welche Rolle spielt das Smartphone?

Was ist das besondere an Smartphones? Was unterscheidet das Smartphone von Internet und Handy?



Menschliche Kommunikation

- Auffordern, Informieren, Teilen (Tomasello, 2013, «Die kulturelle Entwicklung des menschlichen Denkens»)
- Auffordern, Informieren und Teilen sind zentral für die digitalen Medien (King, 2018)
- Digitale (soziale) Medien bieten dem Kommunikationstrieb des Menschen eine ideale Plattform (Fonagy, 2016)
- Smartphone: bedient dieses Bedürfnis
- Geteilte Aufmerksamkeit – fragmentierte Aufmerksamkeit (Tomasello, 2012 «Warum wir kooperieren»)

Fragmentierung der Face-to-face-Kommunikation

– Technoference: Technik-Störungen

McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2016). “Technoference”: The interference of technology in couple relationships and implications for women’s personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*, 5, 85-98.

– Phubbing:

Englisches Kofferwort aus *phone* und *snubbing* (von *to snub*, brüskieren)

Sich mit dem Smartphone beschäftigen, während man andere, mit denen man in einer sozialen Interaktion ist, vernachlässigt



Sogwirkung / Kognitive Absorption

Operationalisierung des Begriffs *kognitive Absorption* (Agarwal & Karahanna, 2000)

– Themen:

- Zeitliche Dissoziation
- **Fokussierte Immersion (Eintauchen)**
- Freude
- Gefühl von Kontrolle
- Neugierde

– Fokussierte Immersion: Gameentwicklung, App-Entwicklung

Studien Smart Start und Smart Toddlers

Zentrale Forschungsfrage:

Hat die Smartphone-Nutzung der Eltern einen Einfluss auf die Eltern-Kind-Interaktion und die kindliche Entwicklung?

Psychologisches Institut und Hebammenwissenschaften der ZHAW

Gefördert vom Schweizerischen Nationalfonds: Projektnummer 10 DLIC_183205

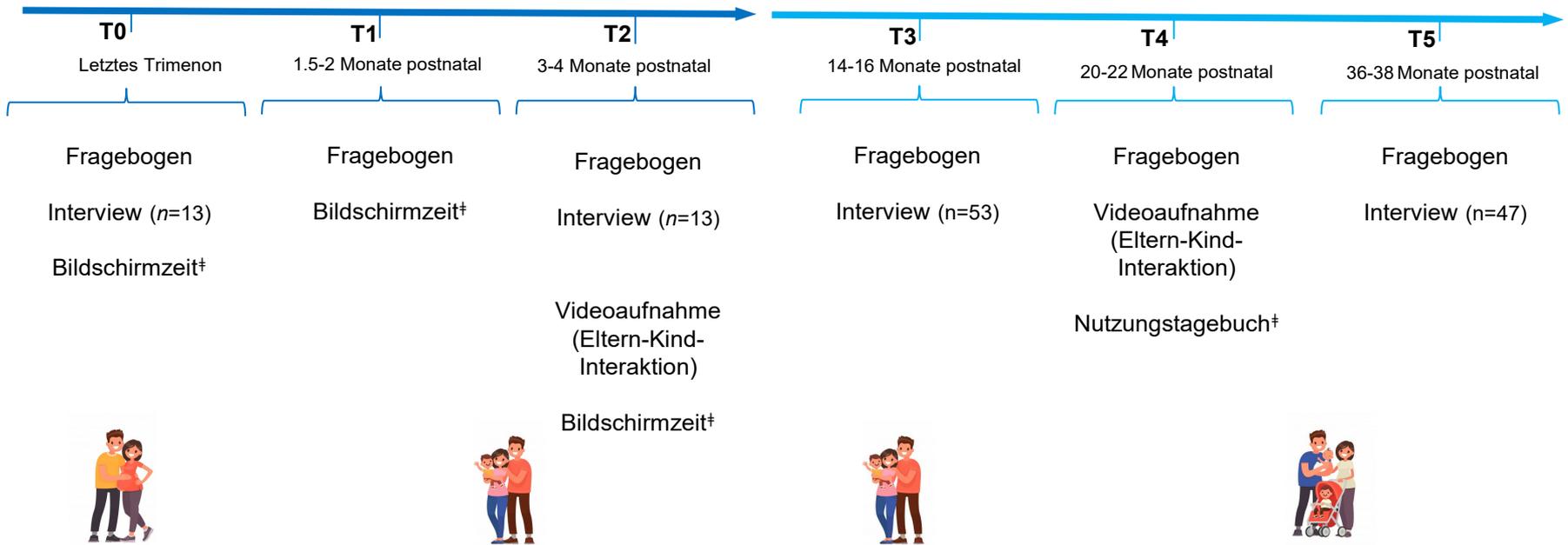
Studiendesign «Smart-Start» & «Smart-Toddlers»

«Smart Start»

(N = 190; 95 Elternpaare)

«Smart Toddlers»

(N = 263*, 120 Elternpaare, 23 Mütter)



* = 129 Elternteile (63 Elternpaare, 3 Mütter) von «Smart Start»

[‡] optional

Erhobene Konstrukte

Fragebogen (zentrale Konstrukte)

- Elterliche Smartphone-Nutzung
- Kindliche Mediennutzung
- Soziodemographie
- Elternschaft und Geburt
- Partnerschaft
- Elterliche Charakteristika
- Kindliche Charakteristika
- Kindliche Entwicklung
- Fragen zu Corona

Videoaufnahme

- Eltern-Kind-Interaktion

Interview

- Smartphone-Nutzung im Übergang zur Elternschaft (t0 und t1)
- Praktiken der Smartphone-Nutzung und ihre Wahrnehmung inkl. Bewertung (t3 und t5)

Stichprobe Smart Start und Smart Toddlers (Eltern mit erstgeborenem Kind)

	Smart Start	Smart Toddlers
Studienteilnehmende	N = 190 95 Elternpaare	N = 263 120 Elternpaare 23 Mütter
Familienform	♀ ♂ 96.8 % ♀ ♀ 2.1 % ♀ ♀ ♂ ♂ 1.1% (Regenbogenfamilie)	♀ ♂ 98.6 % ♀ ♀ 0.7 % ♀ 0.7 %
Altersdurchschnitt	♀ 32.81 (SD = 3.37) Jahre ♂ 35.13 (SD = 5.20) Jahre	♀ 34 (SD = 3.63) Jahre ♂ 37.09 (SD = 5.88) Jahre
Schweizer Nationalität	~ 70%	~ 75 %
Bildungsstand	♀ 69.5 % Universitätsabschluss ♂ 68.4 % Universitätsabschluss	♀ 68.1 % Universitätsabschluss ♂ 62.8 % Universitätsabschluss
Geschlecht Kind	♀ 46.3 % ♂ 53.7 %	♀ 49.7 % ♂ 50.3 %

Fragen zur elterlichen Smartphone-Nutzung von pränatal bis zu 36 Monate postnatal (N=129)

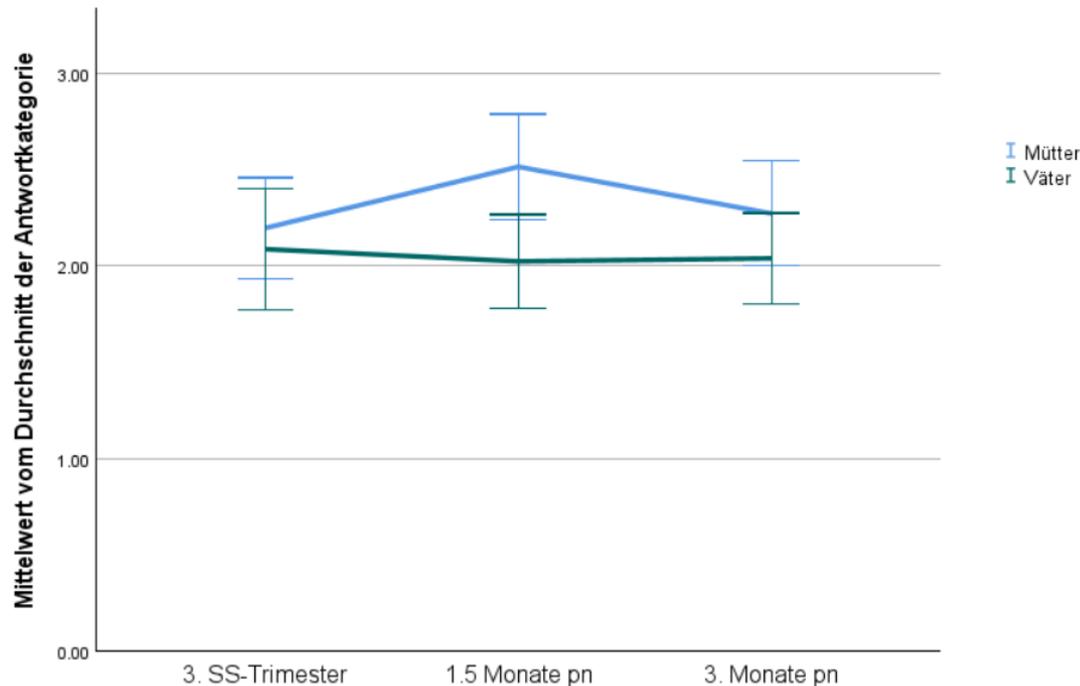
Wie verändert sich die elterlichen Smartphone-Nutzung?



Quelle: <https://www.health.qld.gov.au/news-events/news/pregnancy-birth-baby-feeding-pandemic-coronavirus-covid-19-queensland-advice-rules>

Elterliche Smartphone-Nutzung: Nutzungsdauer in Stunden (t0, t1, t2)

«Wie viel Zeit (in Stunden) verbringen Sie täglich mit Aktivitäten an Ihrem Smartphone oder Tablet?»



Antwortkategorien:

1 = 0-1 Stunden

2 = 1-2 Stunden

3 = 2-3 Stunden

4 = 3-4 Stunden

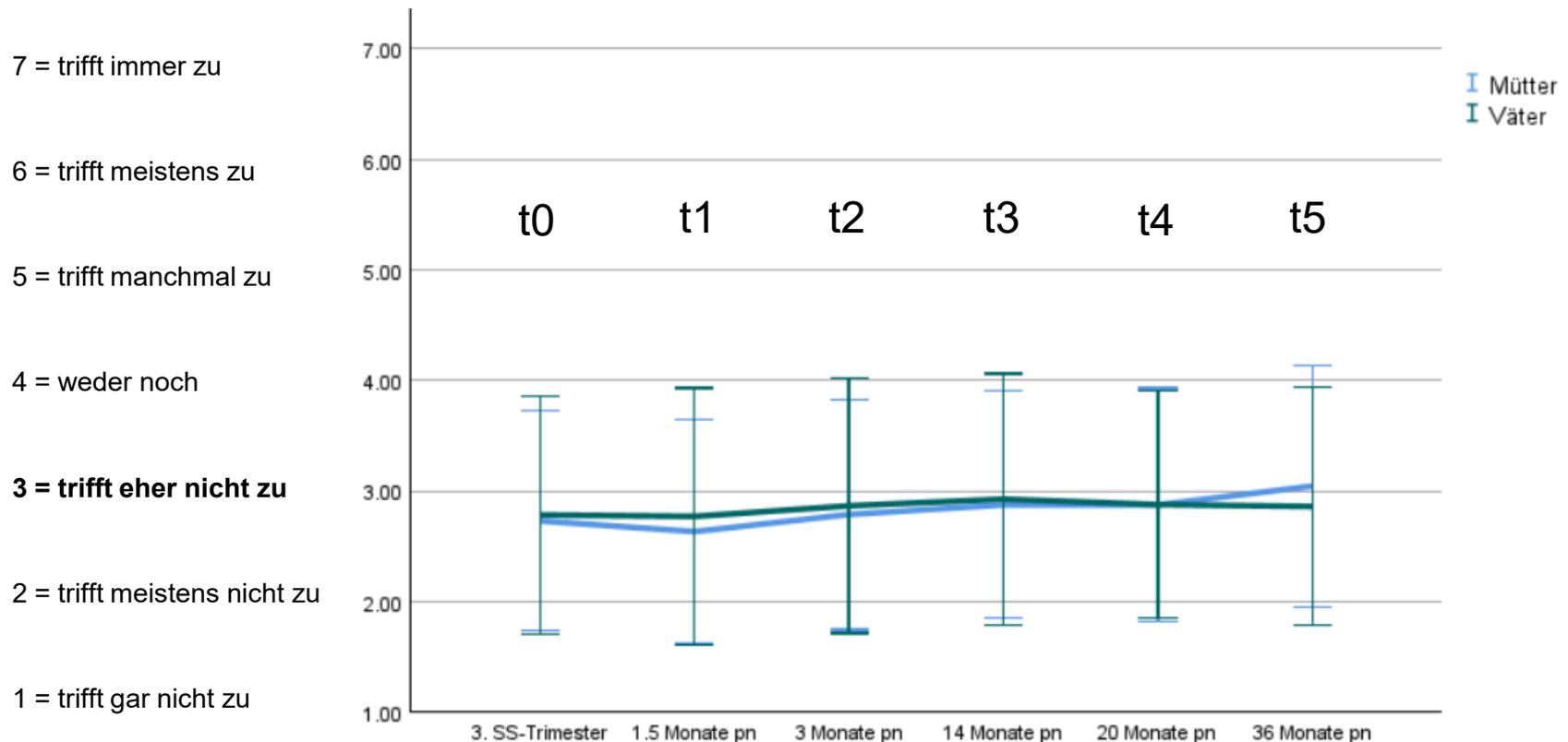
...

9 = 8-9 Stunden

- Keine sig. Zu- oder Abnahme der Smartphone-Nutzungszeit
- Messzeitpunkt t1: Mütter haben eine sig. höhere Nutzungszeit als die Väter

Elterliche Smartphone-Nutzung: Smartphone-Abhängigkeit (t0, t1, t2, t3, t4, t5)

Bsp.: «Ohne mein Smartphone fühle ich mich verloren.»

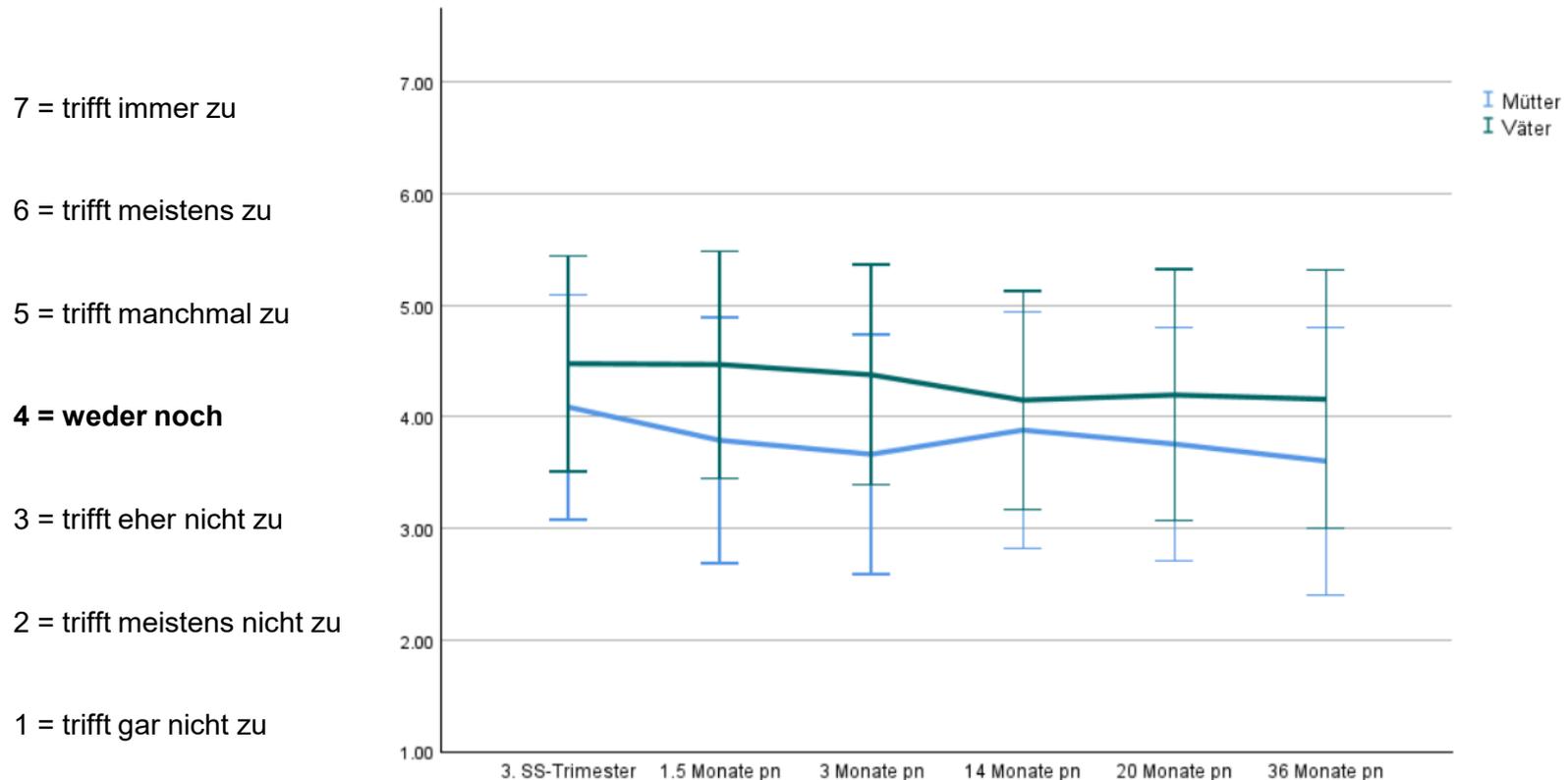


→Kein Unterschied zwischen Mütter und Väter

→Mütter haben beim Messzeitpunkt t5 sig. höhere Mittelwerte als bei t0 und t1.

Elterliche Smartphone-Nutzung: Fokussierte Immersion (t0, t1, t2, t3, t4, t5)

Bsp.: «Wenn ich mein Smartphone benutze, wird meine Aufmerksamkeit nicht so leicht von etwas anderem auf sich gezogen».



→ Väter haben bis auf Messzeitpunkt t3 ein sig. höheres Immersionsgefühl als die Mütter.

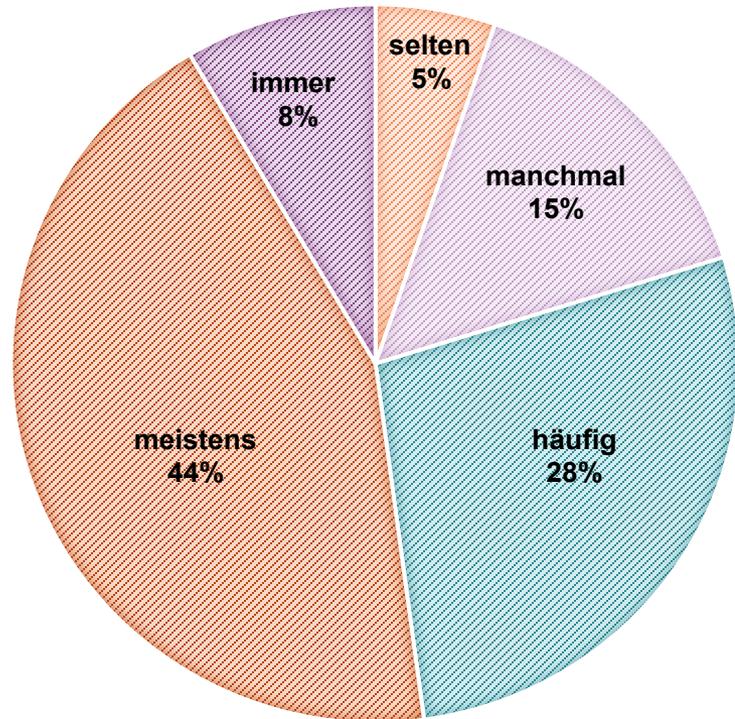
Elterliche Smartphone-Nutzung in Präsenz des Kindes

Umstände, Art und Einstellung der elterlichen Smartphone-Nutzung



«Wie häufig befindet sich Ihr Kind mit Ihnen im Raum, wenn Sie Ihr Smartphone oder Tablet verwenden?»

(t2; 3 Monate postnatal, N=190)

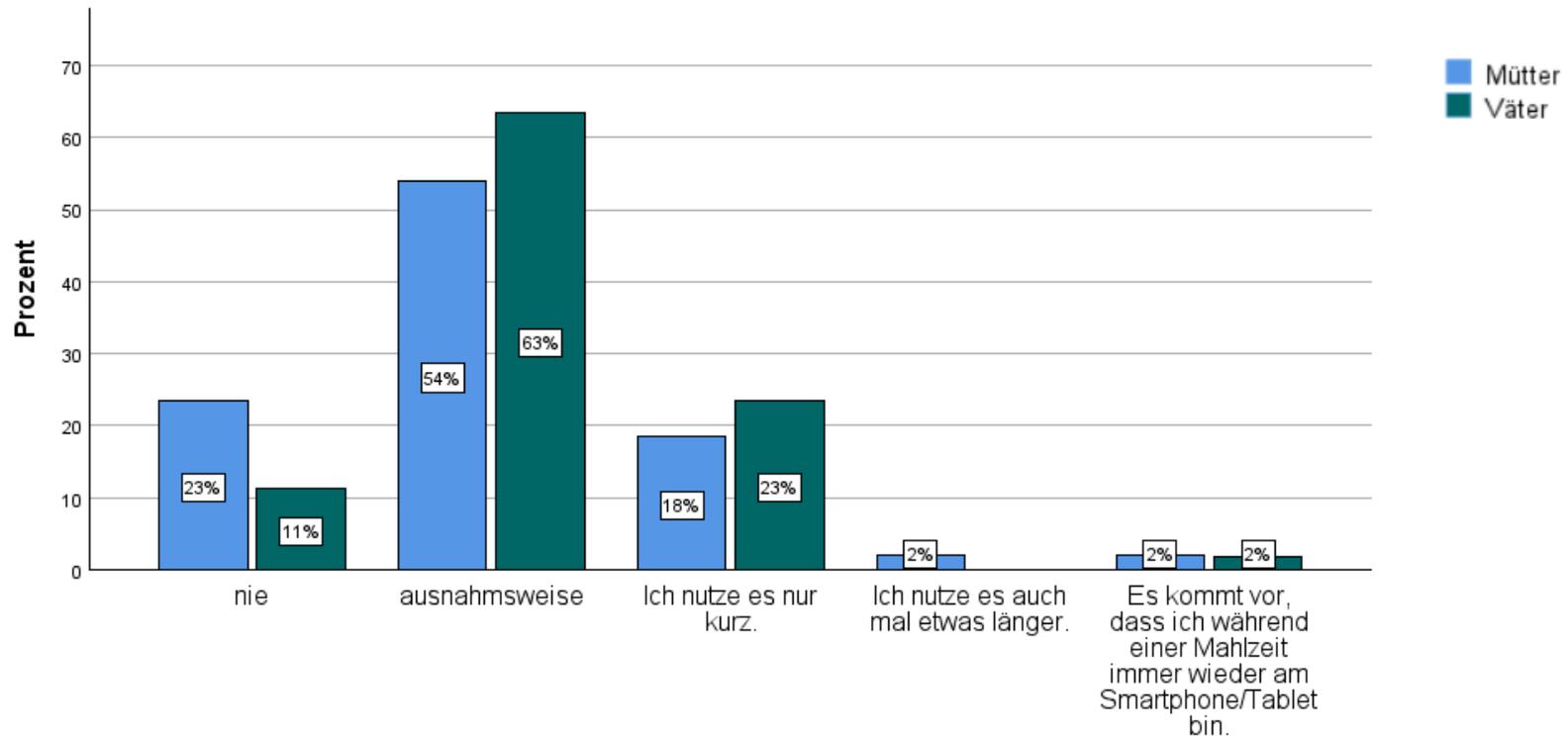


Antwortmöglichkeiten:
nie – selten – manchmal –
häufig – meistens – immer

→ 80% der befragten Mütter nutzen das Smartphone häufig bis immer in Gegenwart ihres Kindes.
→ Die Nutzung des Smartphones in Gegenwart eines Kindes gehört heute für viele Mütter zum Alltag.

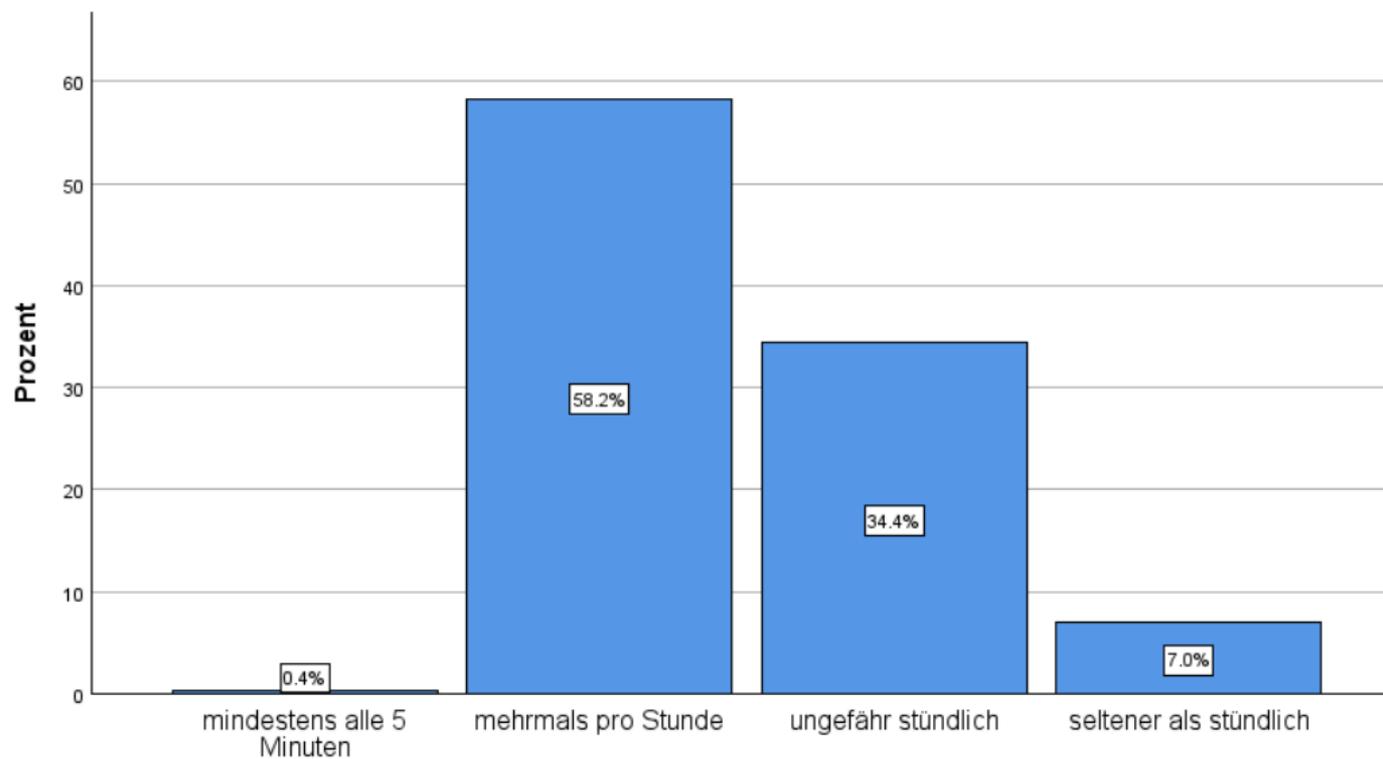
Smartphone-Nutzung während gemeinsamen Mahlzeiten mit dem Kind

Messzeitpunkt t3 (14 Monate postnatal), N=263



Frequenz der Smartphone-Nutzung

«Wie häufig nehmen Sie das Smartphone/Tablet im Alltag (ausserhalb der Arbeitszeit) üblicherweise zur Hand?» (t5; 36 Monate postnatal, N=263)



Art der Nutzung: Wofür wird das Smartphone am meisten gebraucht?

t0 (vor der Geburt)

Mütter

1. SMS/WhatsApp nutzen
2. Social Media nutzen (Facebook, Instagramm, etc.)
3. Surfen im Internet

Väter

1. SMS/WhatsApp nutzen
2. Online-News lesen
3. Surfen im Internet

t1 (1.5 – 2 Monate nach der Geburt)

Mütter

1. SMS/WhatsApp nutzen
2. Social Media nutzen (Facebook, Instagramm, etc.)
3. **Fotos/Videos vom Kind machen**

Väter

1. SMS/WhatsApp nutzen
2. Online-News lesen
3. Surfen in Internet

Zusammenhang elterlicher Smartphone-Nutzung und Qualität der Eltern-Kind-Interaktion (N=190)

Welche Zusammenhänge zeigen sich zwischen elterlicher Smartphone-Nutzung und der Qualität der Eltern-Kind-Interaktion?



Quelle: <https://baerenstark-im-leben.com/2019/08/12/die-bedeutung-einer-sicheren-eltern-kind-bindung/>

CARE-Index

Das Spezifische am CARE-Index ist, dass dem positiven Pol der Sensitivität zwei negative Pole gegenüberstehen: Kontrolle und Nicht-Responsivität.

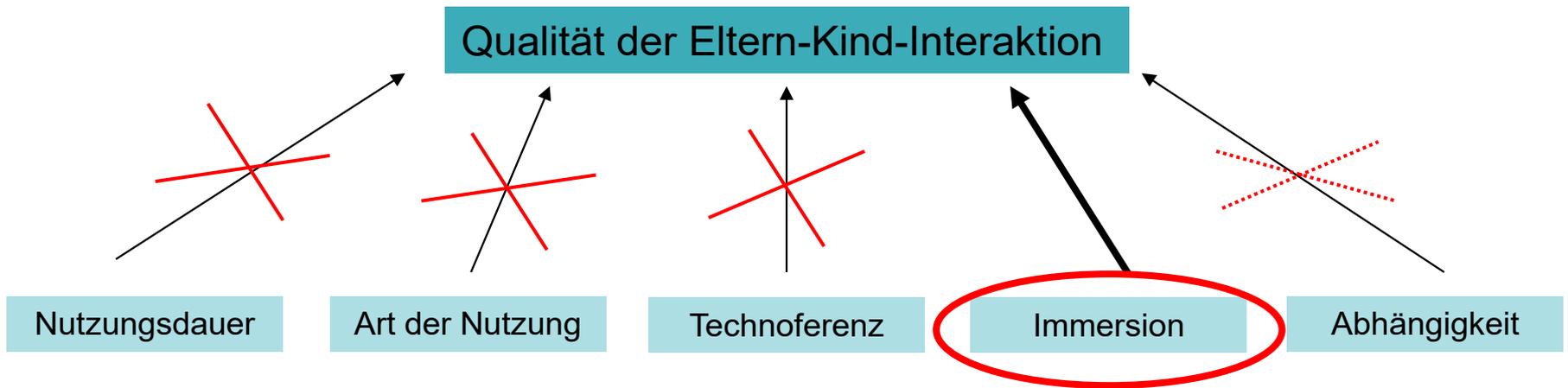
Mutter

- 1) Sensitivität
- 2) Kontrolle
- 3) Nicht-Responsivität
(Unresponsivität)

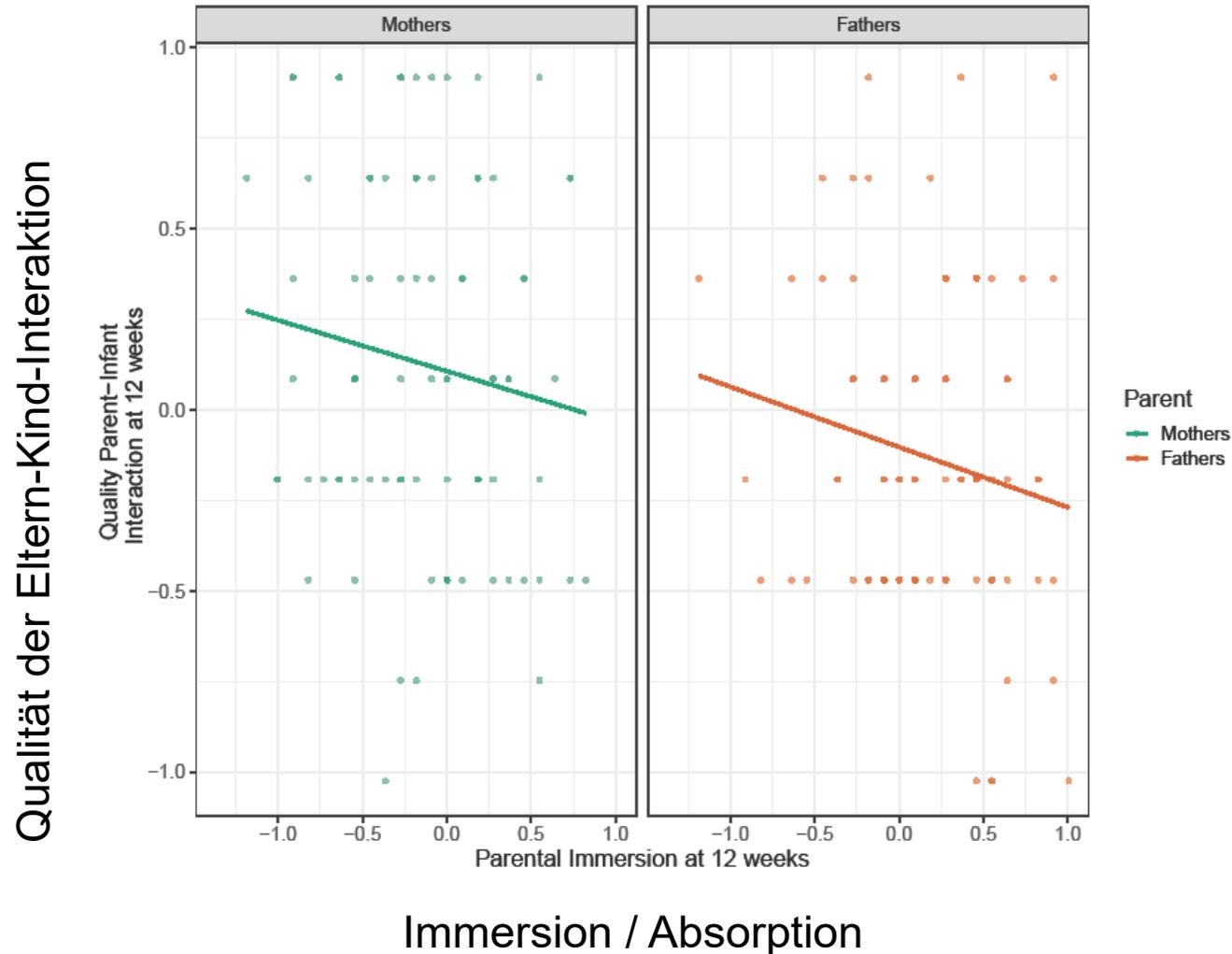
Baby/Kleinkind

- 1) Kooperation
- 2) Zwanghaftigkeit (Compulsivity)
- 3) Schwierigkeit
- 4) Passivität

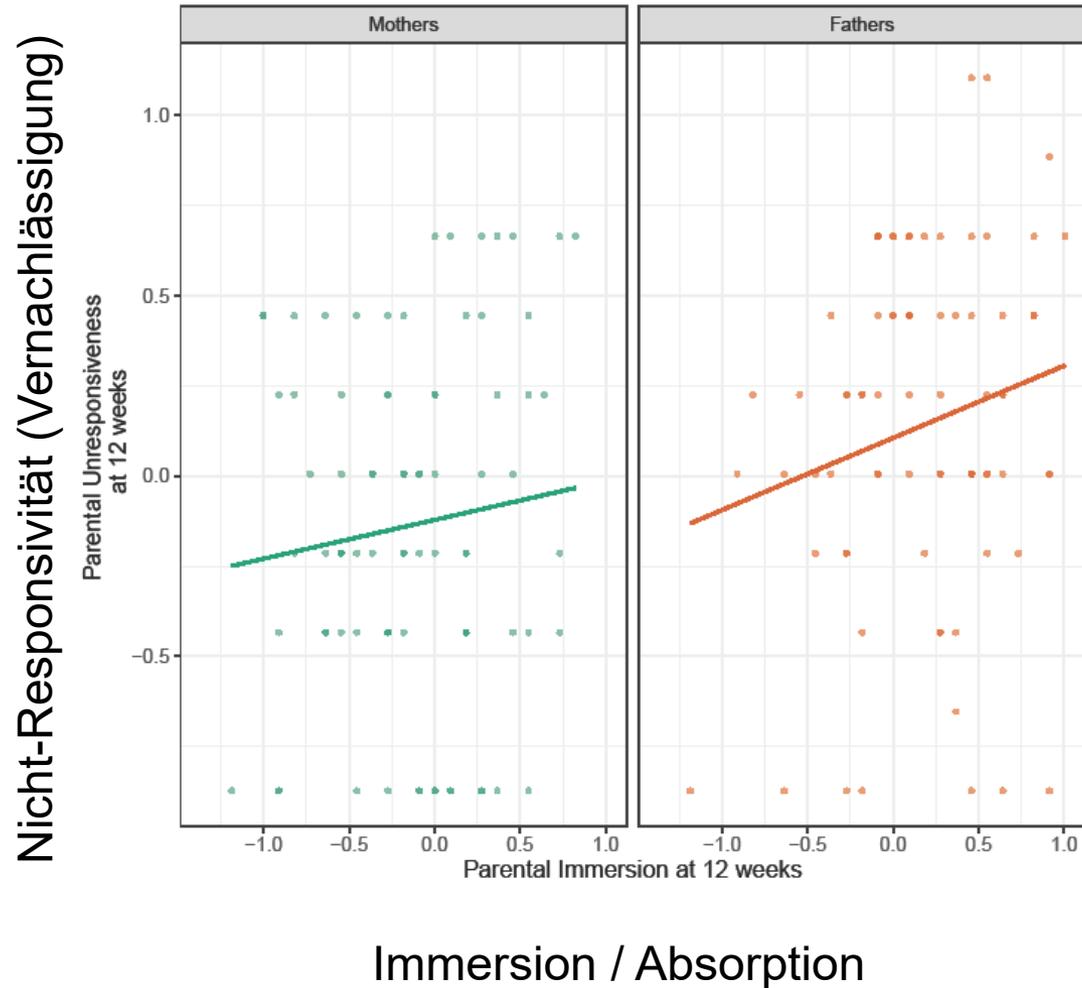
Zusammenhang elterlicher Immersionsgefühle während Smartphone-Nutzung und Qualität der Eltern-Kind-Interaktion



Höhere elterliche Immersion hängt mit niedrigerer Qualität der Eltern-Kind-Interaktion zusammen



Höhere elterliche Immersion hängt mit höherer Nicht-Responsivität zusammen

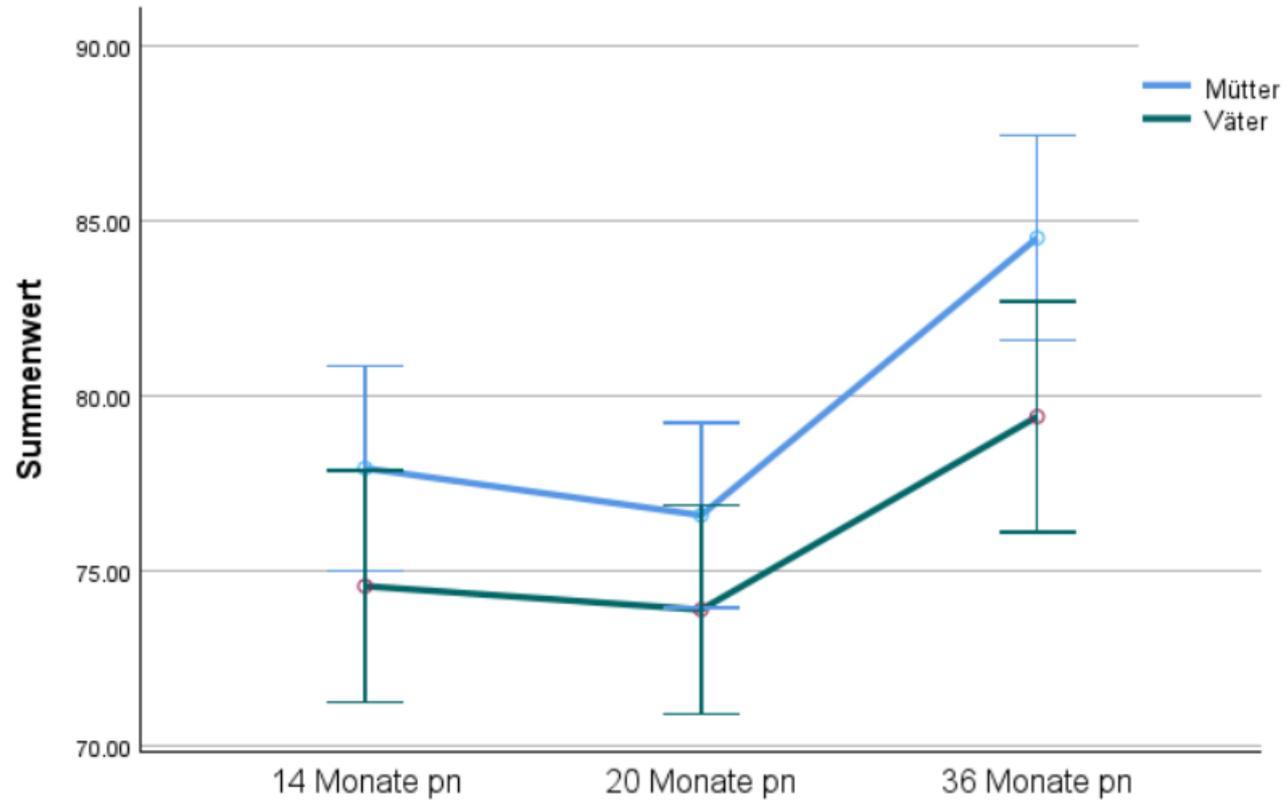


Elterliche Belastungen und Smartphone-Nutzung (N=263)

Wie erleben die Eltern die Belastungen durch die Elternschaft?



Elterliche Belastungen (t3, t4, t5)



- Eltern fühlen sich bei t5 sig. belasteter als bei t3 und t4.
- Kein sig. Unterschied zwischen Mütter und Väter.

Smartphone-Nutzung als Copingstrategie in stressigen Alltagssituationen mit Kleinkindern

Beispiele der qualitativen Studie von Wolfers (2021):

- Erleichterter Informationsgewinn
- Selbstablenkung
- Zeit für sich (Me-Time)
- Sozialer Support

Interviewauszüge zweier Mütter zum Messzeitpunkt t5 (36 Monate postnatal) unserer Studie:

Sandra: *«Ja und ich merke manchmal auch, wenn es so anstrengend ist mit den Kindern, oder wenn ich einfach mega müde bin, so ein bisschen dieses sinnlose am Handy Herumgedrücke.»*

Stella: *«Also Instagram habe ich einfach, um zu schauen. Aber da lade ich gar nichts drauf. Das finde ich auch mega gut! Also, dass dann einfach irgendwelche Mütter, anonyme, die ich überhaupt nicht kenne, die-... Ja, das finde ich manchmal so, diese Texte-... Da geht es mehr so ein wenig, um Bestätigung abzuholen: Ja, es ist anstrengend! Und ja, äh, ein Wutanfall ist normal - und so ein bisschen das.»*

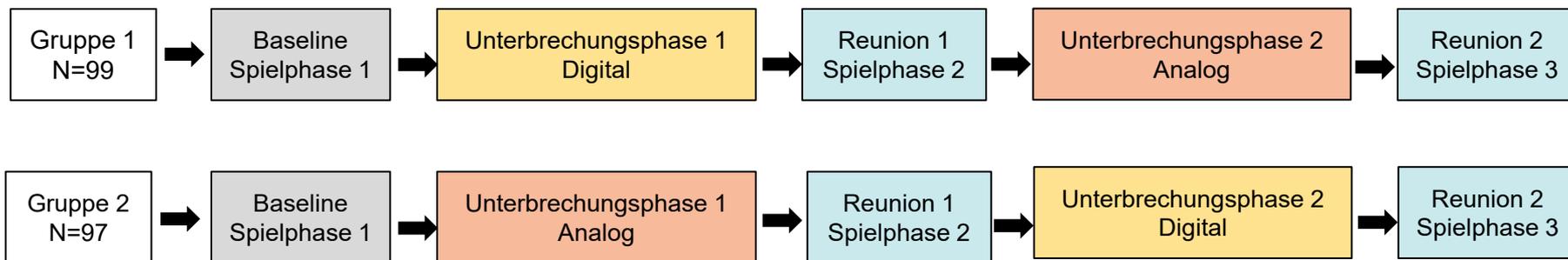
Digitale vs. analoge Interaktionsunterbrechung

Wie wirken sich digitale und analoge Eltern-Kind-Interaktionsunterbrechungen auf die kindlichen Verhaltensweisen aus?



Adaptiertes Still-Face-Experiment

- Still-Face-Paradigma (Tronick et al., 1978)
- Anzahl Teilnehmende (ohne Dropouts): 196 (82 Elternpaare, 28 Mütter und 4 Väter)
- Durchführung Messzeitpunkt t4: 20 Monate postnatal
- Aufbau des adaptierten Still-Face-Experiments:

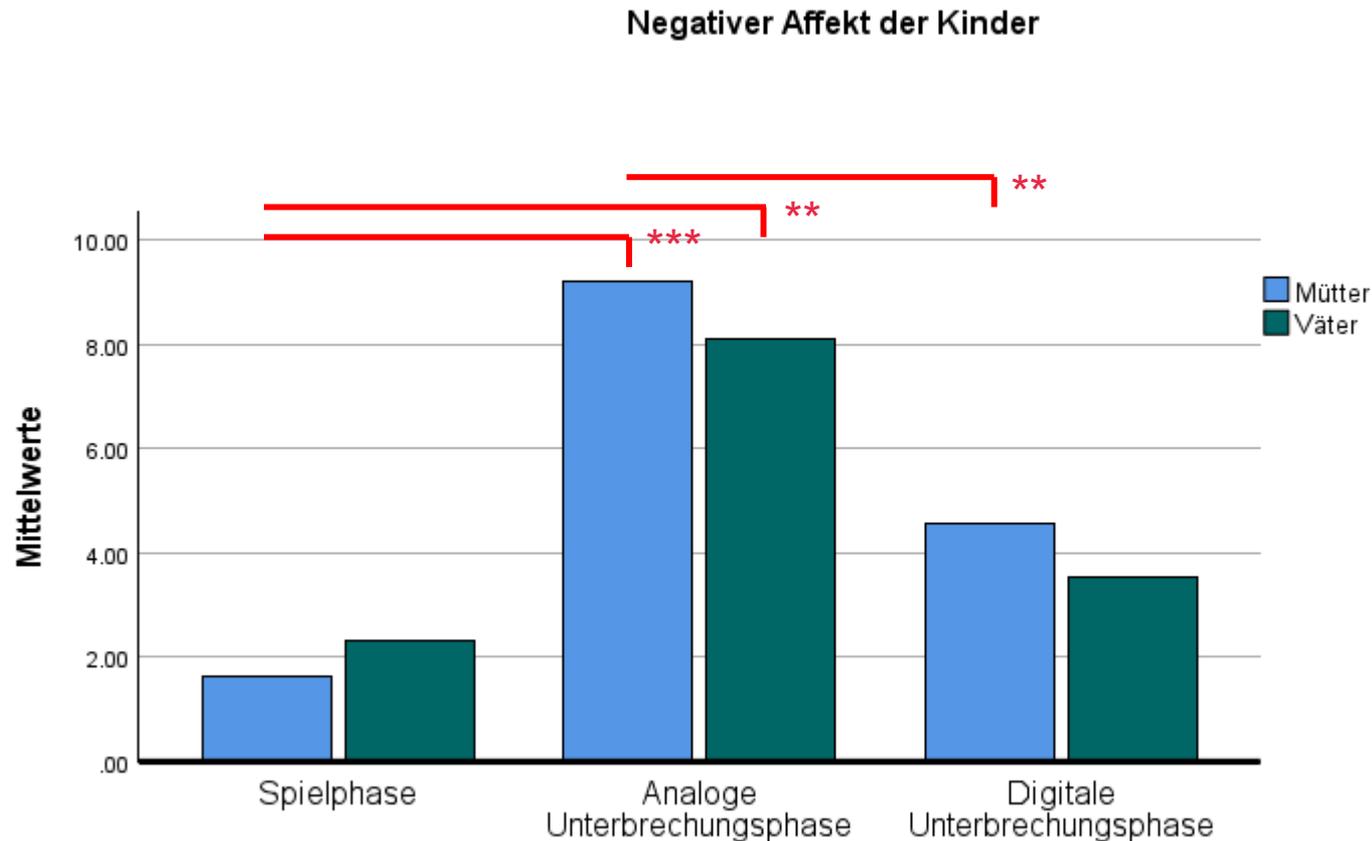


- Randomisierte Gruppeneinteilung
- Primäres Untersuchungsinteresse:
 - Still-Face-Effekt?
 - Kindliche Verhaltensweisen (z. B. negativer Affekt, Spielintensität, soziale Nähe, Selbstregulation) in den Unterbrechungsphasen und Reunion unter den zwei Unterbrechungsbedingungen

Interviewaussage zur kindlichen Mediennutzung (t5; 36 Monate postnatal)

Sandra: «Ich habe nicht das Gefühl, dass seine Entwicklung irgendwie beeinträchtigt ist deswegen. Und das habe ich mir, glaube ich, auch in letzter Zeit einfach wie auch gesagt: ja, bevor es einfach zuhause voll eskaliert, und ich NUR noch am Anschlag laufe - weil es hat Zeiten gegeben, wo ich schon ein bisschen am Limit gelaufen bin so mit, ja, so ein bisschen auch so kurz um den dritten Geburtstag so. Sehr selbstbestimmt sein wollen und ein Kleinkind noch und selbst extrem erschöpft, sehr schlechte Nächte teilweise - nicht mehr wie eineinhalb Stunden am Stück geschlafen. Und irgendwie habe ich mir auch wie sagen müssen: Ja was schadet deinem Kind mehr? Wenn ich den ganzen Tag laut werde, teilweise auch SEHR wütend und das Kind anschreie, wie dass das Kind jetzt halt einfach mal eine Stunde etwas schaut, dass ich verschnaufen kann? Und ich habe mir dann einfach sagen müssen: Ja, das schadet deinem Kind wahrscheinlich weniger, wie eine Mutter, die einfach TOTAL am - ich weiss auch nicht - am Limit läuft.»

Erste Ergebnisse aus einer Masterarbeit (Rahel Hubacher)



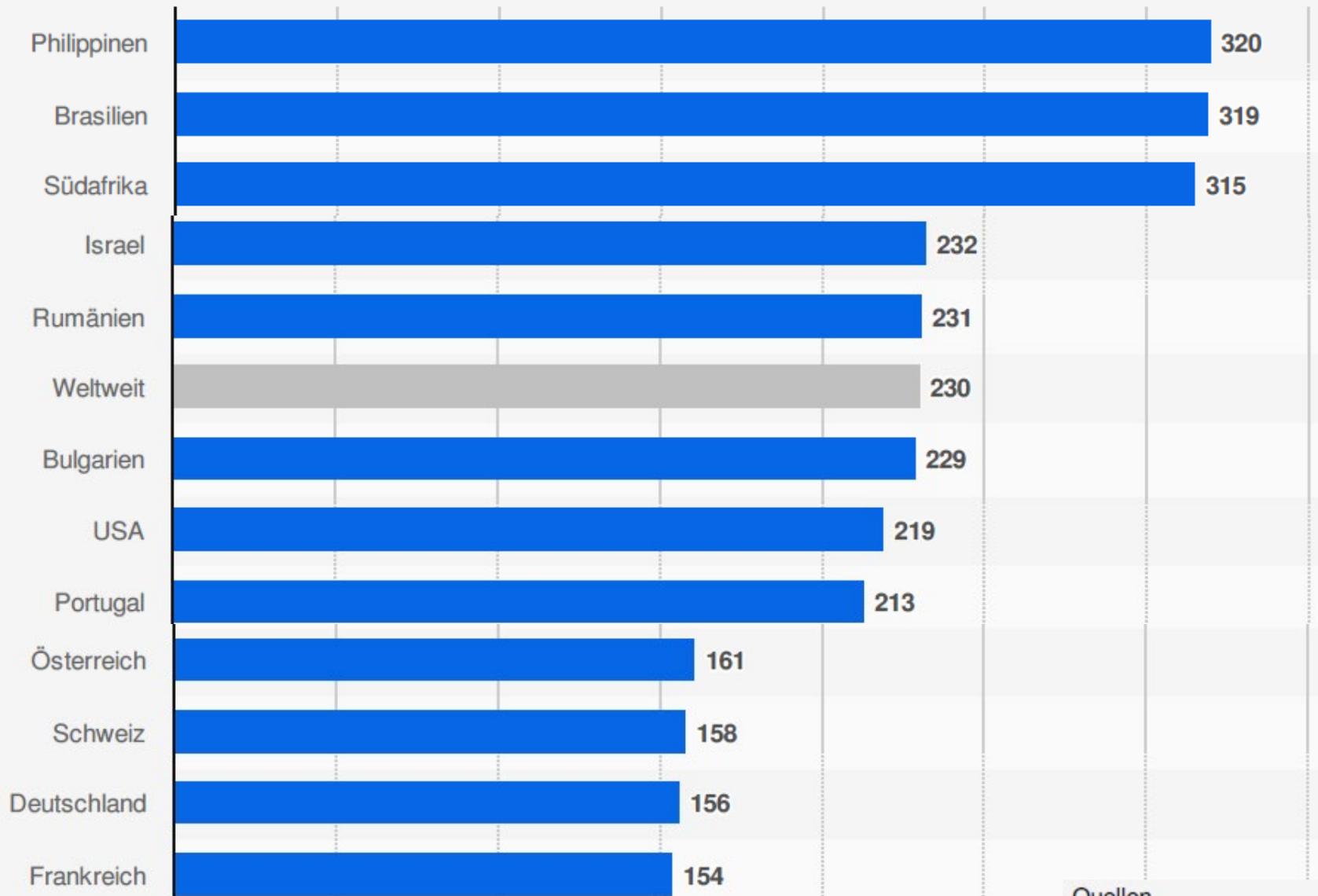
→ Still-Face-Effekt nur bei der analogen Unterbrechungsphase

→ Kinder zeigen bei den Müttern in der analogen Unterbrechungsphase signifikant mehr negativen Affekt als in der digitalen Unterbrechungsphase

Fazit:

- Eltern und Kinder sind im Alltag von Smartphones und Tablets umgeben.
- Eltern erleben die Smartphone-Nutzung auch positiv, z.B. für die sozialen Kontakte.
- Kinder nutzen Smartphones und Tablets bereits früh.
- Es gilt, den Konsum und die Auswirkungen des Konsums genau zu evaluieren und zu beforschen, um Eltern evidenzbasierte aber auch alltagstaugliche Empfehlungen zu geben.
- Weitere Forschung, die mit der Technologieentwicklung Schritt hält, ist gefordert.
- Wie die simple displacement theory (Guerrero et al., 2019) beschreibt, fehlt den Kindern aber die Zeit, die sie für das Smartphone brauchen, für andere Tätigkeiten, wie z.B. Lernen, Bewegung oder Schlafen.

Ranking der Länder mit der höchsten durchschnittlichen Dauer der mobilen Internetnutzung weltweit im Jahr 2023 (in Minuten pro Tag)



Quellen

We Are Social; DataReportal; Meltwater
© Statista 2024

Zitat McNeill et al. (2019)

«Die Begrenzung der Nutzung elektronischer Apps auf höchstens 30 Minuten pro Tag und die Einschränkung des Medienkonsums können sich positiv auf die kognitive und psychosoziale Entwicklung und Verhaltensregulation von Vorschulkindern auswirken.»

McNeill et al. (2019)

Regeln für die Mediennutzung von Kindern

APA: Digital guidelines: Promoting healthy technology use for children. Die American Academy of Pediatrics macht folgende Empfehlungen: <https://www.apa.org/topics/healthy-technology-use-children>

- Für Kinder unter 18 Monaten sollen Bildschirmmedien vermieden werden ausser für Video-Telefonie.
- Für Kinder zwischen 18 und 24 Monaten sollen Eltern qualitative hochstehende Programme bzw. passende Sendungen auswählen und zusammen mit ihren Kindern schauen.
- Für Kinder zwischen 2 und 5 Jahren soll die Bildschirmzeit auf eine Stunde pro Tag limitiert werden für passende Sendungen.
- Für Kinder von 6 Jahren und älter sollen konsequent umgesetzte Zeitlimiten für die Mediennutzung und Regeln für die Art der Medien gelten.

Faustregel für die Auswahl geeigneter Medien

Die drei C's (Barr et al., 2018)

Child

Ist dies in diesem Moment die richtige Auswahl für Ihr Kind?

Berücksichtigung von

- Alter
- Spezifische Interessen
- Aufmerksamkeitsspanne
- Aktuelle Stimmung

Content

Spricht der Medieninhalt Ihr Kind auf sinnvolle und aktive Weise an?

Unterstützen Sie die Inhalte und Themen?

Sind die Themen für das reale Leben des Kindes relevant?

Context

Ist Ihr Kind allein wenn es am Bildschirm ist oder mit Ihnen zusammen?

Kleine Kinder lernen besser, wenn ein Erwachsener dabei ist, der ihnen hilft, zu verstehen was sie auf dem Bildschirm sehen und erleben

- Wählen Sie Medieninhalte aus, die sie gemeinsam mit Ihrem Kind erleben möchten und vertiefen Sie diese Themen mit ihm.

Positionspapier GAIMH



Vielen Dank allen Eltern fürs Mitmachen!



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

agnes.vonwyl@zhaw.ch

Literatur

- Agarwal, R., & Karahanna, E. (2000). Time flies when you're having fun: Cognitive absorption and beliefs about information technology usage. *MIS Quarterly*, 24(4), 665–694. <https://doi.org/10.2307/3250951>
- APA (2019, December 12). *Digital guidelines: Promoting healthy technology use for children*. <https://www.apa.org/topics/social-media-internet/technology-use-children>
- Barr, R., McClure, E. & Parlakian, R. (2018). What the research says about the impact of media on children aged 0-3 years old. 24. <https://www.zerotothree.org/resource/screen-sense-what-the-research-says-about-the-impact-of-media-on-children-aged-0-3-years-old/>
- Fonagy, P. (2016). Vorwort. In A., Lemma, (Hrsg.) & L., Caparrotta (Hrsg.), *Psychoanalyse im Cyberspace? Psychotherapie im digitalen Zeitalter*. (1. Auflage, 9-17). Brandes & Apsel.
- GAIMH (2024): Positionspapier Digitale Medien und frühe Kindheit. Forschungsstand, Wirkungen und Empfehlungen. 2. überarbeitete Auflage.
- King, V. (2018). Geteilte Aufmerksamkeit: Kultureller Wandel und psychische Entwicklung in Zeiten der Digitalisierung. *PSYCHE*, 72, 640–665. <https://doi.org/10.21706/ps-72-8-640>
- McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2016). “Technoference”: The interference of technology in couple relationships and implications for women’s personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), 85–98. <https://doi.org/10.1037/ppm0000065>
- McDaniel, B. T., & Radesky, J. S. (2020). Longitudinal associations between early childhood externalizing behavior, parenting stress, and child media use. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 23(6), 384–391. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0478>
- McNeill, J., Howard, S. J., Vella, S. A., & Cliff, D. P. (2019). Longitudinal associations of electronic application use and media program viewing with cognitive and psychosocial development in preschoolers. *Academic Pediatrics*, 19(5), 520–528. <https://doi.org/10.1016/j.acap.2019.02.010>
- Tomasello, M. (2013). *Die kulturelle Entwicklung des menschlichen Denkens: Zur Evolution der Kognition*. Suhrkamp Verlag.
- Tomasello, M. (2012). *Warum wir kooperieren* (2. Aufl., Originalausg.). Suhrkamp Verlag.
- Wolfers, L. N. (2021). Parental mobile media use for coping with stress: A focus groups study. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 3(2), 304-315. <https://dx.doi.org/10.1002/hbe2.252>