

Smartphone & Co. - phubbst du oder bist du ganz da?¹

Yolanda M. Koller-Tejeiro

Die unwiderstehliche Faszination des Smartphones

„Seit das Smartphone immer dabei ist, sind wir nie ganz da, wo wir gerade sind.“ (Rutenberg, 2015: 12f.)

Das Smartphone ist für viele Menschen fast schon Teil der Persönlichkeit. In Handfläche oder Hosentasche, auf alle Fälle schnell „zur Hand“, ist es omnipräsent, ein ständiger Begleiter, dem man höchste Aufmerksamkeit widmet. Wo immer man auch hingeht, es ist aktiv dabei, auf der Straße beim Gehen, in der U-Bahn, beim Einkaufen. Selbst Mütter oder Väter mit Kleinkindern scheinen mehr mit dem Smartphone zu kommunizieren als mit ihrem Nachwuchs im Kinderwagen.

Ein Wunderwerk moderner Technologie und für die meisten erschwinglich, gehört es selbstverständlich zum Alltag. Klein und handlich, enthält es alle persönlichen Daten und Informationen. Man kann fotografieren, Musik und Filme „runterladen“ und damit jederzeit und überall Langeweile vertreiben. Es ist Navigationssystem und eröffnet den Zugang zum Weltwissen. Und v.a. kann man kommunizieren – weltweit - fast von jedem Ort aus. Es liegt neben dem Teller beim Essen, selbst in der Familie oder mit Freunden ist der „digitale Dritte“ immer dabei. Man schläft damit ein und wacht damit auf. „Dieser ‚immer-dabei‘-Effekt ist eine der größten Stärken der Smartphones...“ (Köhler, 2012: 12)

Das Smartphone verändert das Verhalten der Menschen: Aufmerksamkeit, Konzentration, Orientierungsfähigkeit und v.a. die zwischenmenschliche Kommunikation. Man ist nicht mehr auf den Ort und die physisch anwesenden Menschen angewiesen, man kann sich „wegbeamen“, so tun, als sei man gar nicht da. Man kann gleichzeitig real und digital kommunizieren, die Menschen, mit denen man sich verabredet hat – zur selben Zeit am selben Ort zu sein – werden weniger wichtig.

Auch wir Ältere sind nicht gefeit gegen die Faszination des Smartphones: Auf einer Reise im März 2015 nach Mexiko mit einer Gruppe von politisch engagierten Bildungsbürgern über 60 musste ich erstaunt feststellen, dass fast alle sofort nach der Ankunft in einem Hotel nach WiFi fragten und sich verbinden wollten, zum Kontakt mit den Lieben zuhause und den allerneuesten Nachrichten. Während reisen für mich immer noch bedeutet, uneingeschränkt an dem Ort zu sein, wo ich gerade bin, mich ganz darauf einzulassen, ohne zurück denken zu müssen oder dem Impuls zu folgen, mich sofort mitzuteilen und sofort Fotos zu versenden.

Unachtsamkeit im Verkehr sowie Unfälle von Fußgängern nehmen zu, da Menschen, die auf das Display in ihrer Handfläche starren - „Smartphone Zombies“ - ihr Umfeld kaum noch wahrnehmen. Konsequenterweise gibt es in der chinesischen Stadt Chongqing (über 28 Mio Einwohner) nun den ersten Handy-Gehsteig, um Kollisionen zu vermeiden. (SZ 16.09.2014: 10)

Die Orientierungsfähigkeit im Raum verkümmert, wenn man sich immer auf GoogleMaps verlässt; man kann keinen Stadtplan, keine Straßenkarte mehr lesen.

¹ Eine verkürzte Version ist erschienen im ZPM Nr. 25, Dezember 2014 (Zeitpolitisches Magazin der Deutschen Gesellschaft für Zeitpolitik) unter dem Titel: Die unwiderstehliche Faszination des Smartphones

Lehrende in Schule und Universität klagen über mangelnde Konzentrationsfähigkeit der Schüler/-innen und Studierenden. Lesen werde zunehmend auf kurze, leicht verständliche Texte programmiert, Konzentration auf komplexere Sachverhalte falle immer schwerer. Der Psychologe Christian Montag (Universität Ulm) untersuchte „die Nutzungsdaten von fast 50 000 Freiwilligen. Dabei kam heraus, dass Studenten alle zwölf Minuten ihr Smartphone checken“. Man lässt sich bereitwillig ablenken, so dass eine „tiefe Konzentration von Flow-Erlebnissen“ nur noch selten möglich sei. (Fulterer/Wilke 2015: 17)

„Der durchschnittliche Handynutzer schaut laut einer britischen Studie rund 285 Mal pro Tag auf sein Handy. Studien in Deutschland und Amerika kommen auf ähnliche Werte.“ Da „Vorträge ohne digitale Ablenkung länger im Gedächtnis“ bleiben, hat nun die Londoner Ted Conference „jenes welt- und netzweite Ideenfestival, das aus dem Gipfeltreffen der digitalen Eliten in Kalifornien hervorging...das Experiment gewagt, in London Handys, Tablets und Laptops aus dem Saal zu verbannen.“ (Kreye, 2015: 11)

Da sein und auch woanders: „Phubbing“

Ich bin immer wieder irritiert, wenn mein Gegenüber plötzlich und unvermittelt seine Aufmerksamkeit aus dem Gespräch abzieht, aufs Smartphone schaut, tippt, wischt, telefoniert. Oder wenn ich sehe, dass Paare zwar zusammen sitzen, aber jede/r für sich mit dem Smartphone kommuniziert. Sind dies nur Momentaufnahmen, die wenig bedeuten oder wird die Kommunikation oberflächlicher? Kann dieses Verhalten allmählich dazu führen, dass sich die Menschen immer weniger füreinander interessieren und aufeinander einlassen? „Wie eine Umfrage ergeben hat, fühlt sich inzwischen jeder vierte Deutsche vom Smartphone seines Partners bedroht – und zwar tatsächlich stärker als von einem möglichen Nebenbuhler aus Fleisch und Blut...Knapp 40 Prozent der jungen Leute [der befragten unter 30-Jährigen] sind vor allem eifersüchtig auf die Zeit, die ihr Partner mit dem technischen Spielzeug in seiner Hand verbringt.“ (Arnu, 2015: 50)

Das Phänomen, physisch zur selben Zeit am selben Ort „zusammen“ zu sein und sich gleichzeitig auf das Smartphone zu konzentrieren, heißt „Phubbing“. Es ist die Kreation eines australischen Verlags aus „phone“ und „snubbing (verächtlich behandeln). „Was verrät das Phänomen über die gesellschaftlichen Verhältnisse?“ (Lobe, 2014). Wer fühlt sich brüskiert und unhöflich behandelt, und werden wir uns mit der Zeit daran gewöhnen, uns vielleicht selbst so verhalten? Können wir der Ablenkung durch das Smartphone widerstehen, dem Impuls, laufend Whatsapps etc. zu „checken“? Haben wir die Fähigkeit, per Smartphone zu kommunizieren und im Gespräch zu bleiben oder ist Multitasking ein „Märchen“ (Köhler 2012: 72)?

Wlada Kolosowa (2014) schreibt über ihre 14-jährige Schwester: „Weil meine Schwester ein Smartphone hat, ist es immer mit dabei, in ihrer Hosentasche. Egal, wohin ich mit ihr gehe – es ist eine Verabredung zu dritt. Am See und im Buchladen fiept Whatsapp. Wenn wir einen Film auf ihrem Laptop gucken, ploppen in der Ecke Skype-Nachrichten auf.“

Wie wichtig sind noch Freundschaften mit Menschen aus Fleisch und Blut, wenn man doch so viele über Facebook finden kann? Die meisten Beziehungen werden heute im Internet geschlossen, und wenn's nicht klappt, hat man dann nicht unendlich viele Optionen, eine Schöneren, einen Attraktiveren finden? Und was ist einfacher, als per SMS eine „Beziehung“ zu beenden? Wem kann man vertrauen, und sind Zuverlässigkeit und Verbindlichkeit aussterbende Verhaltensmuster? „Alle daten alle, kaum einer hat Lust auf was Festes.“ (Denk, 2014: 9)

Sozialisation und Erziehung: Wie wird man zum „digital native“?

Viele Kinder erleben, wie ihre Eltern größte Aufmerksamkeit dem Smartphone (oder Tablet) widmen, zuhause und unterwegs. Besonders Väter lesen, wenn sie vorlesen, gerne mit dem Tablet vor, das schon für Kleinstkinder die größte Faszination ausübt.

„In vielen Kinderzimmern wird nicht mehr nur analog gespielt, sondern auch mit Smartphone oder Tabletcomputer. Manche sehen das kritisch, andere Experten aber halten Apps für pädagogisch sinnvoll – wenn es die richtigen sind.“ (Schubert, 2014)

Zur häufigen Beobachtung der „Mutter mit Smartphone auf dem Spielplatz“, meint Prof. Brisch, einer der weltweit führenden Bindungsforscher: „Wenn die Mutter mit ihrem Gerät beschäftigt ist, ist sie für das Kind nicht mehr emotional anwesend. Das spürt das Baby wie alle Menschen in so einer Situation, die sich dann ausgeschlossen fühlen und nicht gesehen. Das verstärkt sich, wenn die Mutter das Pad rausholt und dem Kind hinhält wie ein Bilderbuch...dann sind die Kinder mit sich selbst beschäftigt und der Kontakt findet nur eingeschränkt statt.“ Das wirke sich auf die Gehirnentwicklung aus, für die aufeinander abgestimmte Interaktionserfahrungen unabdingbar seien. Und Babys brauchten diese besonders, um überhaupt beziehungsfähig zu werden. „Wenn sie niemanden haben, der auf sie reagiert, weil vielleicht nur ein Fernseher läuft, auch wenn ein Mensch da ist, dann erleben sie eine emotionale Isolation. Das fühlt sich für das Gehirn nicht gut an, das ist ein großer Stress.“ Emotionale Entwicklung und Reife seien entscheidend für den Lernerfolg; 20-25% der Grundschul Kinder seien heute schon verhaltensauffällig (Buchwald, 2014: R6).

Für Jugendliche – 86% der 9-13-Jährigen haben Zugang zu internetfähigen Medien - sei „offline“ eine Notsituation. Schon Grundschul Kinder bekommen Handys oder vermehrt Smartphones, damit die Eltern mit ihnen Kontakt halten können und immer wissen, wo sie sich aufhalten („Tracking und Tracing“, Köhler 2012: 38). So erliegen Kinder schon früh der Faszination von Smartphone und Tablet, und viele Eltern „geben dem Drängen der Kleinen nach ... kapitulieren [jedoch] angesichts der ausufernden Nutzung...Das Interesse an der Lebenswelt der Jugendlichen schwindet, und Eltern und Jugendliche leben immer mehr aneinander vorbei.“ (Dembach 2013: 44f.) Denn: „Anders als beim Fernsehen, für das es in vielen Familien ein Zeitlimit gibt, lässt sich in Zeiten des Smartphones der Medienkonsum nur noch schwer begrenzen.“ (Bullion 2014: 6)

Viele Eltern wollen, dass ihre Kinder so früh wie möglich die Technik beherrschen, um wettbewerbsfähig zu werden. Doch werden sie schnell von diesen überholt, können nicht kontrollieren, wo diese im Netz unterwegs sind, mit wem sie Kontakt aufnehmen, was sie sehen. Schon 6-Jährige haben größere Fertigkeiten als viele Erwachsene. So lauern auch im „sicheren Zuhause“ Gefahren.

Verbote seien keine Lösung; vielmehr müsse die digitale Medienkompetenz geschult und gestärkt werden.

Wie wird man medienkompetent?

Die Forderungen und Ratschläge scheinen ziemlich naiv: Eltern und Lehrer müssten zusammenarbeiten; Eltern sollten mit den Kindern zusammen ins Netz gehen und die „pädagogisch sinnvollen“ Apps von den dummen oder sogar gefährlichen unterscheiden. Aber verfügen Eltern überhaupt selbst über die geforderte Medienkompetenz und haben sie die Zeit?

Außerdem „Nach wie vor gehört Mediendidaktik nicht an allen Hochschulen zur Lehrerbildung.“ (SZ Nr. 162, 17. Juli 2014: 30)

Welche Anreize können Eltern und Lehrer bieten? Konkurrieren sie doch mit der enormen Attraktivität von Smartphone & Co. und der wachsenden Bedeutung digitaler Medien als Sozialisationsinstanz. Auch die Peers spielen eine immer größere Rolle. Kinder und Jugendliche wollen nichts sehnlicher als dazu zu gehören, auch zur Net-community, sie haben Angst, etwas zu verpassen, wollen sich wie die Anderen „cool“ fühlen im lockeren Umgang mit dem neuesten Smartphone.

Florian Opitz, ein junger Journalist und Dokumentarfilmer hat in seinem Buch und eindrucksvollen Film „Speed“ (2012) das Dilemma mit den neuen Medien vor Augen geführt, der Zeitnot und des Stresses sowie der Schwierigkeit, sich seine Unabhängigkeit zu bewahren. Urs Stäheli (2013; 2014), Soziologe an der Hamburger Universität, ruft dazu auf, sich zu „entnetzen“, sich von Zeit zu Zeit zurückzuziehen, eine Pause einzulegen. Thomas Köhler (2012: 210ff) rät dazu, manchmal „den Blick vom Smartphone-Display weg auf die eigene, nicht digitale Umgebung zu richten“, um den „Unterschied zum echten Leben“ zu erkennen. Man solle mal wieder in den Park gehen, in die Natur. „Was den Nachwuchs angeht, sollte eigentlich die schulische Ausbildung Medienkompetenz auch und im Umgang mit Internet und Smartphone vermitteln...“ Aber ganz verlassen sollten sich die Eltern darauf nicht. Hartmut Rosa, Soziologe und Zeitforscher, weist darauf hin, dass es keine einfache Strategie gebe. Man müsse ganz bewusst Distanz gewinnen, die Optionen beschneiden, um die einzelnen Möglichkeiten wirklich ausschöpfen zu können (zit.n.Opitz:173).

Man bleibt etwas ratlos zurück, denn

- Wie kann die notwendige Disziplin erlernt werden, sich gegen den Reiz der digitalen Welt zu wehren, nicht abhängig zu werden?
- Wieso sollte man sich disziplinieren? Was verspricht einen ähnlichen „Kick“, hier und jetzt, sofort? Passen doch „Mensch und Smartphone einfach verdammt gut zusammen“ (Rutenberg 2015: 14).
- Wie können Verhaltensweisen wie Respekt, Rücksicht, Aufmerksamkeit, Zuwendung sowie die Fähigkeit zur Konzentration nachhaltig vermittelt werden? Oder sind diese Verhaltensweisen vielleicht bald ganz und gar obsolet?

Literatur

Arnu, Titus (2015): Der Feind im Bett. Süddeutsche Zeitung Nr. 127, 6./7.06.2015: 20.

Buchwald, Sabine (2014): Da kommt eine Lawine auf uns zu. Interview mit Karl Heinz Brisch, Leiter der Pädiatrischen Psychosomatik und Psychotherapie am Haunerschen Kinderspital der Ludwig-Maximilians-Universität München. Süddeutsche Zeitung Nr. 140, 21./22.06.2014: R6

Bullion, Constanze v. (2014): Kleine Profi-Zocker. Minister wollen auf Gefahren im Internet aufmerksam machen. Süddeutsche Zeitung Nr. 35, 12.02.14: 6

Dembach, Cordula (2013): Exzessive Mediennutzung – vermehrt ein Thema in Beratungsstellen. merz, Jg. 57, 4/2013: 43-47

Denk, David (2014): Bitte, committe dich. Süddeutsche Zeitung Nr. 169, 25.07.14: 9

Fulterer Ruth/ Wilke, Felicitas (2015): Immer on. Süddeutsche Zeitung Nr. 197, 28.08.15: 17

Köhler, Thomas R (2012): Der programmierte Mensch. Wie uns Internet und Smartphone manipulieren. Frankfurter Allgemeine, Frankfurt/M. 2012, e-book, (Download 25.06.14, 12:58 wiso-net.de)

Kolosawa, Wlada (2014): Nicht zu fassen. Wie echt können Gefühle für einen Menschen sein, den man noch nie gesehen hat? Wie real ist eine Beziehung, die nur via Chat geführt wird? jetzt, Magazin der Süddeutschen Zeitung, S&J Nr. 04/14: 33 ff

- Kreye, Andrian (2015): Freigang für Pawlows Hunde. Die Londoner Ted Conference verbant Handys aus dem Saar – das Beispiel könnte Schule machen. Süddeutsche Zeitung Nr. 138, 19.06.2015: 11
- Lobe, Adrian (2014): Warum wir ständig auf das Smartphone starren. Wer lieber mit seinem Smartphone interagiert als mit dem Menschen gegenüber, leidet unter „Phubbing“. Der Tagesspiegel Digital, 15.06.14, 11:22 Uhr (Abruf 10.10.14)
- Opitz, Florian (2012): Speed. Auf der Suche nach der verlorenen Zeit, München: Goldmann
- Rutenberg, Jürgen von (2015): Zurück in die Gegenwart. Zeit Magazin Nr. 26, 16.07.15: 12-20
- Schubert, Andreas (2014): Wischen für Anfänger. Süddeutsche Zeitung Nr. 58, 11.03.14: R2
- Stäheli Urs (2013): Entnetzt euch! Praktiken und Ästhetiken der Anschlusslosigkeit. Mittelweg 36, Zeitschrift des Hamburger Instituts für Sozialforschung, 4/2013: 3-28
- Ders. (2014): Deutschlandradio Kultur, 24.01.2014 (Mod. Ulrike Timm, Abruf Internet: 06.10.14)