

Exzessive Nutzung: Wann wird das Handy zu viel?

„Das Smartphone macht unsere Kinder süchtig. Sie spielen in der Pause nicht mehr miteinander.“



Es ist nicht immer leicht, das rechte Maß für die Nutzung von Handy oder Smartphone zu finden. Schließlich haben diese Geräte zahlreiche praktische Funktionen für den Alltag. Fällt der Akku einmal aus, werden viele Nutzer/innen unruhig und bemerken, wie abhängig sie bereits vom Handy sind. Und das geht keineswegs nur Jugendlichen so! Sie beobachten unter Umständen Erwachsene, die am Spielplatz weniger Augen für ihre Kinder als für die E-Mails auf dem Smartphone haben. Sie erleben vielleicht Eltern, die auch in der Freizeit ständig für berufliche Belange erreichbar sind.

Tatsächlich steigt der gesellschaftliche Druck, **immer und überall verfügbar zu sein**. Beruf und Privatleben klar voneinander zu trennen, das wird immer schwieriger. Dieser „Trend“ macht auch vor Kindern nicht Halt. Doch die haben – im Gegensatz zu Erwachsenen – noch nicht erfahren, wie wichtig es ist, **die eigenen Grenzen zu kennen und zu wahren**, auch was die Nutzung von Handy und Smartphone betrifft.



Unterstützen Sie Ihre Schüler/innen dabei, verantwortungsvoll mit dem Handy umzugehen – etwa, indem sich eine Klasse auf handyfreie Zeiten einigt. In den ersten Klassen der Sekundarstufe 1 wird das oft gemacht, um das soziale Miteinander zu fördern.

Es ist aber falsch, wenn man glaubt, das Handy mache „unsozial“. Oft tauschen sich Kinder sehr rege darüber aus, spielen miteinander und organisieren den gemeinsamen Alltag – dadurch werden Beziehungen gefestigt und nicht etwa gestört.

✓ In den Unterricht einbinden

- Besprechen Sie mit Ihren Schüler/innen: Wie reagiert unser Körper, wenn uns etwas zu viel wird (z.B. beim Computerspielen, bei der Facebook- oder WhatsApp-Nutzung, ...). Was passiert dann mit uns – Kopfweh, Unruhe, schlechte Laune, ...?
- Was könnten Kinder und Jugendliche bei Überforderung tun? Welche Alternativen gibt es, außer von einem Bildschirm zum nächsten zu wechseln, also beispielsweise vom Smartphone zum Fernseher?
- Welche Regeln können in der Familie aufgestellt werden, damit auch Erwachsene ihrer Vorbildwirkung nachkommen können? Zum Beispiel: medienfreie Essenszeiten.

➔ Links

www.praevention.at – Institut für Suchtprävention OÖ mit zahlreichen Infomaterialien.

www.supro.at/projekte/reflect-and-act – ermutigt Jugendliche, ihre Lebenswelt und damit für sie relevante Themen zu reflektieren.



Leben ohne Handy

ÜBUNG
1

Alter:	Alle Schulstufen
Unterrichtsfächer:	Soziales Lernen, Sprachen
Digitale Kompetenzen digikomp8:	1.1 Bedeutung von IT in der Gesellschaft, 3.4 Kommunikation und Kooperation
Dauer:	ein bis drei Unterrichtseinheiten

Ziele

- Die Auswirkungen des Handys auf die zwischenmenschliche Kommunikation einschätzen lernen
- Die eigene Handynutzung reflektieren

Ablauf

Phase 1

Die Schüler/innen ergänzen einzeln oder zu zweit folgende Sätze:

- Ich nutze mein Handy/Smartphone vor allem ...
- Praktisch an Handys/Smartphones finde ich ...
- An Handys/Smartphones stört mich ...
- Das Leben ohne Handy/Smartphone ...

Phase 2

In Kleingruppen bearbeiten die Schüler/innen nun folgenden Arbeitsauftrag:

Beschreibt, wie sich die Gesellschaft durch die Verbreitung von Smartphones verändert hat. Wie bewertet ihr das?

Beispiele:

- Beim Weggehen starren alle nur noch auf ihr Handy.
- In der Pause oder im Schulbus spielen die Kinder nicht mehr miteinander.

Jede Gruppe bereitet ihre Meinung als kurzes Statement vor. Dann werden die Statements verglichen.

Wie stark unterscheiden sich die Meinungen in der Klasse? Worin unterscheiden sich die Meinungen der Schüler/innen von denen der Lehrenden?



Experiment

Die Schüler/innen verzichten einen Tag (oder mehrere Tage) lang auf ihr Handy. Sie protokollieren mit, wie sie ihren Alltag bewältigen:

- Was fällt ohne Handy weg?
- Was wird stattdessen gemacht?

Die Ergebnisse von allen Schüler/innen werden in einem Blog oder in der Lernplattform gesammelt.



Kostenloses Blog erstellen:

www.blogger.com
www.live-writer.de
www.jimdo.com



Lesetipp:

Artikel im *SchülerStandard* über „Handyfasten“ (2. Juni 2014): <http://derstandard.at/2000001704417/Sieben-Tage-Handyfasten>