

Rettet die Kindheit!

Fünf Eltern erzählen, wie das Smartphone das Leben ihrer Kinder und das ihrer Familie verändert hat. Und was sie tun, um die Sucht in den Griff zu kriegen

ANTJE MAYER-SALVI, CHRISTOPH HOFINGER, DORIS KNECHT, GEORG RENÖCKL, PETRA SCHENK | STADTLEBEN | aus [FALTER 07/18](#) vom 13.02.2018



Illustration: P.M. Hoffmann

Ich kann mich noch an den Tag erinnern. Unsere Tochter, heute zwölf Jahre alt, besuchte damals die dritte Klasse der Volksschule. Sie hatte mit Mitschülerinnen eine Schulband gegründet und ihre Freundinnen zu uns zum Proben eingeladen. Das ließ bildungsbürgerliche Herzen höherschlagen! So kreativ in jungen Jahren! Die Kids hatten ihre Instrumente mitgeschleppt, Liedtexte geschrieben, sogar Kostüme genäht. Kindliche Euphorie! Es klimperte, sang und klang fröhlich durch die Kinderzimmertür. Nach gerade einmal einer Stunde war plötzlich gespenstische Stille im Haus. Ich öffnete vorsichtig die Kinderzimmertür, um nachzusehen, ob alles in Ordnung ist. Alle Kinder saßen im Kreis über das Smartphone einer Mitschülerin gebeugt. „Was macht ihr da?“, fragte ich. „Wir schauen in Youtube nach, wie man trommelt.“ „Dort stehen Trommeln“, stotterte ich völlig verdattert. „Trommelt doch einfach! Das geht spontan!“

Die Bandprobe war auch ohne meine „uncoole“ Intervention schon seit einer Stunde beendet. Natürlich hatten sich die Kinder vom Tutorial weg ins verführerisch unterhaltsame Internet verloren, waren bei Prank- und Musikvideos hängengeblieben. Ihnen war jede Lust auf ihre kindlich begeisterte – vermeintlich viel anstrengendere – Kreativität angesichts des bequemen Konsums der perfekten, millionenfach gelikten Inszenierungen vergangen. Sie trafen sich nach diesem Tag übrigens nie wieder zu einer Bandprobe.

Ich hätte es besser wissen müssen, aber ich gab unserer Tochter ein halbes Jahr später mein altes iPhone4. Aus heutiger Sicht ein fataler Fehler. Sie hing ab diesem Zeitpunkt am Tropf der digitalen Welt. Die Kanüle war das Smartphone und der mediale Stoff, einer Droge nicht unähnlich, bahnte sich den Weg durch die kindlichen Blut- und Nervenbahnen. Fast jede ihrer Freundinnen besaß in der dritten Klasse der öffentlichen Wiener Volksschule schon ein Smartphone, teilweise nigelnagelneue Modelle für über 300 Euro – inklusive eigener Instagram-, Facebook-, Whatsapp- und Snapchat-Accounts. Sie waren mit nicht mal zehn Jahren „in“. Oder sollte ich besser sagen „drauf“? Unsere Tochter war mit die Letzte, die noch „clean“ war.

Es gibt seither im Grunde nur zwei Methoden, sie in die analoge Welt zu locken. Erstens: kalter Entzug, das Smartphone einkassieren, was zu gefühlt stundenlangen Vorträgen ihrerseits über Menschen- und Kinderrechte führt, dramatisch detaillierte Schilderungen der Folgen, und wenn alles nichts hilft, eine das elterliche schlechte Gewissen berührende Grundsatzdiskussion über uns als „lieblose Eltern“ im Allgemeinen.

Zweitens: die hinterfotzige Methode. WLAN-Stecker rausziehen und das Kabel ins Büro mitnehmen. Was aber auch nur am Ende des Monats einen Effekt zeigt, wenn das Datenvolumen verbraucht ist. Ihrer Kreativität, als jugendliche Digital süchtige dann trotzdem an WLAN zu kommen, gebührt höchster Respekt.

Ist unsere Tochter dann doch einmal „trocken“, überkommt sie eine quälende Langeweile. Sie: „Mama, mir ist so fad!“ Ich: „Dann triff dich mit deinen Freunden!“ Sie: „Die verabreden sich auf Whatsapp!“ Ich: „Dann bastle oder male was!“ Sie: „Bitte darf ich dafür nur ein einziges DIY-Tutorial auf Youtube anschauen!“ Ich: „Nein, dann geh sporteln!“ Sie: „Ich muss googeln, ob heute Training ist.“ Abhängigkeit in jeder Beziehung, der sich mit Verlaub auch wir Erwachsene nur mit größter Anstrengung entziehen können.

Kürzlich hatte ich sie gefragt, was sie davon hält, dass Staatspräsident Emmanuel Macron ab 2018 Smartphones in allen französischen Schulen komplett verbieten will. Ihre Antwort war völlig überraschend: „Super! Das wäre für alle viel stressfreier. Aber nur, wenn alle keines haben!“ „Warum?“ „Weil ich dann keine Angst haben muss, etwas zu versäumen.“

Antje Mayer-Salvi ist Chefredakteurin des C/O Vienna Magazine und Gründerin des Redaktionsbuero Ost. Ihr Sohn (10) besitzt übrigens nur ein Tastenhandy und hat damit keine Probleme. Viele seiner Mitschüler bekommen nämlich von ihren – vom Drama ums Smartphone gezeichneten – Eltern auch kein Smartphone (mehr)

„Sierig nach der digitalen Wundertüte“

Stellen wir uns ein zehn Jahre altes Kind vor, das eine Wundertüte besitzt, die ihm unbegrenzt Süßigkeiten liefert. Das Kind nimmt sie überall mit und kann sich jederzeit nach Herzenslust bedienen. Aus seiner Sicht gratis, denn die Eltern berappen einen niedrigen Fixbetrag im Monat, egal wie viele Schokosnacks, Gummibären und Traubenzucker sich das Kind herausholt. Es gibt wohl wenige Eltern, die ihrem Kind auf Dauer so eine süße Wundertüte anvertrauen würden: Spätestens wenn ihr Kind deutlich an Gewicht zunimmt und die Zähne sich verfärben, würden sie reagieren.

Die meisten Kinder verfügen heute ab dem Alter von etwa zehn Jahren über etwas, das mindestens gleich süchtig machen kann wie ein Süßigkeiten-Füllhorn: ein Smartphone. Fast alle erfolgreichen Handy-Apps sind darauf ausgerichtet, dass wir nach ihnen genauso „sierig“

werden wie nach Süßigkeiten. Glückshormone wie Oxytocin durchströmen uns, wenn es viele Likes für einen Instagram-Post oder die richtigen Emojis als Antwort auf eine Whatsapp-Nachricht gibt. Die digitale Wundertüte in den Händen unserer Kinder verschafft ihrem Gehirn ständig die Möglichkeit, den hormonellen Kick zu suchen.

Wenn Kinder und Teenager ohne Einschränkung diesem Kick nachlaufen, schadet es ihnen auf vielfältige Weise, wie einschlägige Studien zeigen. Sie sind Inhalten ausgesetzt, die sie nicht allein verarbeiten können; sie sind in ihrer gesamten Wachzeit mit der Frage über ihre Position in der Peergroup – und damit potenziellem Sozialstress – konfrontiert; sie machen zu wenig Bewegung; sie tun sich schwer, sich über längere Strecken auf eine Sache zu konzentrieren; und sie verschieben als Teenager wichtige Erkundungen der „echten“ Welt (wie ihre ersten Romanzen) auf später. Letztlich legen Daten aus den USA nahe, dass dort für den Anstieg von depressiven Symptomen unter Kindern und Jugendlichen die Smartphone-Nutzung zumindest mitverantwortlich ist. Und dass diejenigen Kinder signifikant glücklicher sind, die maximal eine Stunde am Tag mit dem Handy verbringen.

Warum fällt es vielen Eltern so schwer, die Wundertüte Handy richtig zu dosieren? Erstens ist das Smartphone ein Gratis-Babysitter; wir gewinnen noch mehr Zeit dafür, uns unseren eigenen Verpflichtungen oder Vergnügungen zu widmen. Zweitens zeigen die Studien, dass das Smartphone die Kinder ja in den eigenen vier Wänden hält und sie von der Welterfahrung abhält – wir genießen, dass sie erst mit 15 statt mit 13 den ersten Partner daherbringen und sich nicht dauernd in der gefährlichen Welt draußen herumtreiben. Drittens wollen wir ganz sicher nicht als die uncoolen Eltern dastehen, die als Einzige bei ihren Kindern einschränken, was offenbar alle anderen tun dürfen. Und viertens: Wir müssten selbst unser Verhalten ändern, um als glaubwürdige Vertragspartner in einem Smartphone-Nutzungs-Deal mit unseren Kindern gelten zu können. Ändern heißt natürlich: weniger nutzen – eine schmerzhaft Vorstellung.

All dies macht Scheitern in der digitalen Erziehung verständlich, aber nicht entschuldbar. Eine Smartphone-Nutzung, die auf die seelische Integrität und das langfristige Wohlbefinden unserer Kinder achtet, zahlt sich aus. Ein paar Anregungen aus der Praxis. 1. Fangen Sie bei sich selbst an. Bringen Sie Ihr Handy in Gegenwart ihrer Kinder so oft wie möglich außer Hör- und Sichtweite. Lesen Sie Ihre E-Books und Zeitschriften auf einem anderen Gerät als ihrem Smartphone (oder steigen Sie wieder mehr auf Papier um). 2. Legen Sie fixe „Handyzeiten“ fest. Wichtig ist, dass Sie dabei das Gerät an sich nicht verteufeln – damit karikieren Sie vermutlich ihr eigenes Verhalten, zeigen aber jedenfalls ihren Kindern, dass Sie die Bedeutung von Apps im Alltag dieser Generation nicht erfasst haben. 3. Definieren Sie No-go-Zonen für die Smartphones: Die zwei wichtigsten sind das Esszimmer während der gemeinsamen Mahlzeiten und die Schlafzimmer. Die Geräte übernachten am besten gemeinsam im Wohnzimmer. 4. Das steht nicht im Widerspruch dazu: hin und wieder über die Stränge zu schlagen, ein verregneter Vormittag mit Minecraft verzockt, die Hälfte einer langen Zugfahrt mit Snapchat und Instagram verplempert – was soll's. 5. Beschäftigen Sie sich mit den Inhalten, die ihre Kinder auf Smartphones konsumieren – und zwar bis zu dem Alter, bis zu dem Sie auch Mitsprache haben wollen, welche Kinofilme Ihr Nachwuchs besucht. Untersagen Sie Plattformen wie Tellonym, auf denen Nutzer einander anonym alles – und deswegen auch Dinge wie Suizidaufforderungen – an den Kopf werfen können. 6. Wappnen Sie sich gegen Laissez-faire-Argumente von Eltern (und auch Lehrern): „Die Kids sollen es selbstverantwortlich lernen.“ Suchen Sie Verbündete, die gemeinsam mit Ihnen riskieren, sich unbeliebt zu machen, indem sie das allabendliche Einsammeln von Handys im Schulschikurs fordern. 7. Nutzen Sie die Gelegenheit, Ihre Kinder in einer Expertenrolle wahrzunehmen. Viele junge Nutzerinnen und Nutzer kennen sich in der digitalen Welt (oder

zumindest Teilen davon) ausgesprochen gut aus und erklären Ihnen vermutlich gerne, wie Sie sinnvolle Whatsapp-Settings einstellen oder die Batterielebensdauer verlängern. Ein auf Augenhöhe geführter Diskurs über das Digital Life in den eigenen vier Wänden ist Gold wert.

Christoph Hofinger leitet zusammen mit Günther Ogris das Sora-Institut und ist Vater zweier Vertreterinnen der „iGen“, der ersten Generation, die das Smartphone durchgängig durch ihre Teenagerjahre begleitet

„Das Smartphone ist eine Familienplage“

Der erste Kampf gegen das Smartphone beginnt in einer Zeit, in der die Kinder noch gar kein eigenes haben. Wer Spiele auf seinem Gerät hat, hat eigentlich schon verloren – beziehungsweise muss sich dem ständigen Betteln und Bitten nach dem Ding stellen. Viel schwieriger wird es, wenn das Kind ein eigenes Gerät möchte und dann auch bekommt. Meist mit der ersten Klasse Gymnasium. Das Smartphone ist eine echte Plage. Die Anzahl der Whatsapp-Gruppen ist kaum überschaubar, die Inhalte sowieso und es wird dauer-gedaddelt. Für Mädchen im vorpubertären Alter ist Musical.ly Suchtfaktor Nummer eins. Da werden kurze Playback-Filmchen von sich selbst erstellt und dann hochgeladen. Lisa und Lena, 14-jährige Zwillinge, haben bereits über 20 Millionen Fans. Es wird ständig aufs Smartphone gestarrt. Kaum zu Hause und von den Schulkollegen weg, sind sie mit den gleichen wieder im „Gespräch“. Pause gibt es keine.

Die Hoffnung, dass es langweilig wird, habe ich längst aufgegeben. Also braucht man Regeln. Am Anfang gibt es die auch: fixe Handyzeiten. Klingt grundvernünftig. Wäre es auch. Klappt aber leider nicht. Zumindest nicht ohne täglichen Streit bis hin zum physischen Wegnehmen (will man aber eigentlich auch nicht). Es muss doch mit Vernunft gehen. Schwierig. Man verschwendet unfassbar viel Zeit, Energie und Nerven für Diskussionen über Das-Ding-Weggeben. Sind aber alle Hausaufgaben erledigt, die Noten gut, wird die Position immer schwächer. Dennoch bringt der abwesende Gesichtsausdruck beim Blick aufs Smartphone das Mutterherz in Rage. Kommunikationsversuche werden nicht mehr gehört. Die einzige immer gleiche Antwort: „gleich“. Gefolgt von einem genervten „gleeeich!“. Abgetaucht in eine andere Welt. Whatsapp, Instagram, Snapchat, Minecraft, was auch immer. Man wünscht sich nichts mehr, als dass das Ding einfach nicht erfunden worden wäre. Ist es aber.

Petra Schenk lebt mit ihren beiden Töchtern, neun und elf Jahre und iPhone-Besitzerinnen, in Wien. Sie ist freie Texterin, schreibt am liebsten übers Essen und das gute Leben – Smartphones gehören in der Regel nicht dazu

„Ein machtvolleres, auch schädliches Werkzeug“

Meine Kinder waren acht, als sie ihre ersten Handys bekamen. Davor gab es streng reglementiertes Fernsehen, keine Computerspiele und das hochfrequent formulierte Statement, dass Langeweile sehr gut für Kinder und ihre Kreativität sei. War es auch. Handys bekamen sie, als sie begannen, allein mit der Straßenbahn zu fahren, zum Karateunterricht, im Winter war es schon finster, wenn sie die paar Stationen heimfuhren. Die Handys hießen „mein Schrotthandy“ und „dein Schrotthandy“, denn man konnte damit nichts als telefonieren und simsens. Ich würde gern berichten, dass all das dazu führte, dass meine Kinder begeisterte Leserinnen sind, leider stimmt das nicht. Sie lasen, aber ohne Enthusiasmus, stattdessen hörten sie Tag und Nacht Hörbuch- und Hörspiel-CDs, unterbrochen von Kinderklagen darüber, dass alle – ALLE – anderen Kinder längst coole Smartphones besäßen, nur sie nicht. Tja, Pech.

Mit elf oder zwölf, etwa als sie ins Gymnasium wechselten, ließen wir uns davon überzeugen, dass ihnen viele Informationen vorenthalten blieben, die ihre Freunde über Whatsapp austauschten, es entgingen ihnen Einladungen und spontane Treffen, Whatsapp ermöglichte ihnen auch unkomplizierten Kontakt mit den weit entfernt lebenden Cousinen und den Erziehungsberechtigten eine gewisse Kontrolle. Der Einwand, dass man durch dieses kleine Tastending auch miteinander sprechen kann, verhallt übrigens bis heute ungehört.

Mit den ersten Smartphones kam auch schnell die Erkenntnis, dass es sich dabei nicht nur um ein lustiges Spiel- und Kommunikationsgerät, sondern um ein machtvolleres Werkzeug handelt, das viel Schaden anrichten kann. Bei einer Party foppte ein Kind im ungesicherten Handy eines anderen in dessen Klassen-Whatsapp-Gruppe ein anderes Kind, was für alle sehr unangenehme Folgen nach sich zog: ein tief gekränktes Kind, das sich vom anderen schwer beleidigt wähnte, welches wiederum beweisen musste, dass es nicht selbst der Urheber der Fopperei war: Es gab viele Tränen und bedurfte zahlreicher Entschuldigungen und vieler Gespräche auch der Eltern, um diese Sache wieder in Ordnung zu bringen. Aber alle haben daraus viel gelernt.

Natürlich verbringen die Kinder, jetzt bald 16, viel zu viel Zeit mit ihren Smartphones und mit überwiegend beschauerten Youtube-Stars; aber nach oft zehnstündigen Schultagen und anschließendem Lernen schafft es die ebenfalls erschöpfte Mutter einfach nicht, ihnen vorzuschreiben, wie sie sich zu entspannen haben. Natürlich gäbe es vernünftige Zeitvertreibe. Lesen zum Beispiel. Aber.

Doris Knecht hat zwei Töchter im Teenager-Alter mit Smartphones und ist Buchautorin und Falter-Kolumnistin

„Eltern lieben die virtuelle Leine“

Begonnen hat es in der zweiten Klasse Volksschule. Eine Nachmittagsbetreuerin hat unseren Sohn mit dem Virus infiziert. Eine Zeitlang ließen wir ihn zappeln, doch als er in der dritten Klasse war, lag das ersehnte, gar nicht so kleine Packerl endlich unter dem Christbaum. Das Gerät ist seither im Dauereinsatz, auch wenn letztes Jahr ein neueres, besseres ins Haus musste, diesmal zum Geburtstag. Derzeit spart Félix, mittlerweile elf und Schüler einer zweiten Klasse AHS, auf das nächste Modell, das dann wirklich alle Stückeln spielen sollte. Ich weiß gerade einmal, wie man die beiden vorhandenen ein- und ausschaltet. Die Rede ist von Nähmaschinen, für die sich unser Sohn mit beinahe obsessiver Leidenschaft begeistern kann. Von seinen Eltern hat er das sicher nicht, in der Klasse ist er damit ein Exot.

Beim Thema Smartphone ist er das auch, aber aus umgekehrten Gründen: Er hat keines (wir schon), und zwar nicht deswegen, weil wir es ihm verbieten, sondern weil er keines will. Schulterzucken und „ich brauch keines“ ist die Reaktion, wenn die Sprache darauf kommt. Eine sozial erwünschte Antwort? Der Gruppendruck funktionierte auf zwei Ebenen: Wie wir nach und nach erfuhren, versicherten mehrere Kinder ihren Eltern glaubhaft, der oder die letzte „ohne“ zu sein. Kinder wissen natürlich, wie man Eltern ein schlechtes Gewissen macht. Oft waren es aber ohnehin besorgte Mütter und Väter, denen es wichtig war, ihre Kinder stets erreichen zu können. Bei der Projektwoche war ein Handyverbot nur schwer durchsetzbar – manche Eltern konnten sich das einfach nicht vorstellen.

Beim Wechsel in die AHS machte ich mir dann gelegentlich Sorgen, ob Félix ohne Whatsapp und Co nicht zum Außenseiter werden würde. Ich bin froh darüber, dass die Unterstufe unserer Schule – eine ganz normale öffentliche AHS – handyfrei ist, auch in der

Nachmittagsbetreuung. Das nimmt Stress heraus. Dennoch wollte ich immer wieder sichergehen: Bist du jetzt nicht wirklich der Letzte ohne Handy? Brauchst du noch immer keins? Echt? – Vielleicht sind Eltern und Hundebesitzer doch ähnlich gestrickt: Das Problem ist häufig am anderen Ende der – virtuellen – Leine.

Georg Renöckl ist Autor und Journalist und lebt mit seiner Frau, einer Lehrerin und Musikerin, und seinen drei Kindern in Wien – tatsächlich ohne Smartphone

FALTER 07/18

|