

## Sklaven in unserer eigenen digitalen Welt



© Bild: Shutterstock/fizkes

**Lässt uns die Digitalisierung überhaupt die Möglichkeit, diese bedenkliche Abhängigkeit zu überwinden?**

Ein Tag ohne Handy – eine Qual. Kein chatten, kein googeln. Keine Kommunikation, keine Informationen. Das Gefühl, hilf- und machtlos zu sein, keinen Anschluss zum Rest der Welt zu haben. Und doch ist es nur unser Smartphone, das wir in der Eile zuhause vergessen haben.

Unsere eigene Welt wird von digitalen Technologien stark beeinflusst. Die neuen Medien stellen in vielen Bereichen eine ungemeine Erleichterung für die Gesellschaft dar – die Aufgaben und Herausforderungen des alltäglichen Lebens ohne smarte Allroundtalente meistern zu können, ist für viele Menschen kaum vorstellbar. Die geniale Erfindung des digitalen Begleiters verleiht uns ohne Frage in vielerlei Hinsicht Macht. Aber sind es wirklich wir, die in dieser engen Beziehung zwischen Mensch und Digitalgerät die Zügel in der Hand halten?

Obwohl, oder gerade weil, ich im Umgang mit digitalen Technologien aufgewachsen bin, habe ich mir noch nie wirklich Gedanken darüber gemacht, wie stark ich tatsächlich auf sie angewiesen bin. Ich, ein Kind der digitalen Revolution, verbringe viel Zeit (zu viel?) vor dem Bildschirm. Trotzdem würde ich mich auf keinen Fall als süchtig bezeichnen, schließlich gehöre ich nicht zu den Freaks, die keine Minute ohne einen Blick auf ihr Smartphone aushalten. Zumindest glaube ich das.

Laut einer Marketagent.com-Umfrage, bei der im Februar des vergangenen Jahres 1.001 Personen zwischen 14 und 69 Jahren befragt

wurden, können sich jedoch fast zwei Drittel der österreichischen Bevölkerung ein Leben ohne Smartphone nicht vorstellen. Täglich entsperren wir unser Handy rund 90 mal, so Informatiker und Autor Alexander Markowetz, der an der Universität Bonn das Smartphone-Nutzerverhalten erforscht hat. In seinem Buch „Digitaler Burnout. Warum unsere permanente Smartphone-Nutzung gefährlich ist“ stellt er außerdem fest, dass allein das Entriegeln schon Glücksgefühle hervorruft. Unser Smartphone ist längst viel mehr als nur Mittel zum Zweck: Ratgeber, Helfer, Freund. Wir gewähren den digitalen Universaltalenten Einlass in viele Lebensbereiche und geben ihnen so die Macht dazu, unsere Gefühle zu beeinflussen.

Für den Ausdruck „von etwas abhängig sein“ kann im Englischen die Phrase „to be a slave to something“ verwendet werden. In dieser Hinsicht sind wir alle „Sklaven“ der neuen Medien, gefangen in unserer eigenen digitalen Welt – eine schockierende Feststellung. Wir verlassen uns auf smarte Technologien, die zunächst als Arbeitserleichterung in gewissen Bereichen gedacht waren, in unserem Leben aber laufend an Stellenwert gewinnen und schließlich als unentbehrlich gelten. „The things you own end up owning you.“ Mit diesem Ausspruch zeigt Brad Pitt in dem Film Fight Club warnend auf, wohin uns diese gefährliche Spirale führen kann.

### **Auch interessant: "Das Handy ist ein Dopamin-Dealer" Tipps gegen digitalen Burnout**

Nun stellt sich mir die Frage: Lässt uns die Digitalisierung überhaupt die Möglichkeit, diese bedenkliche Abhängigkeit zu überwinden? Es steht außer Zweifel, dass die Zukunft digital funktionieren wird. Über Wissen und Praxiserfahrung im digitalen Bereich zu verfügen, ist vor allem unter Jugendlichen wichtiger denn je. Es ist keine Lösung, uns völlig von den modernen Technologien zu lösen. Ein unabhängiges Leben gemeinsam mit den digitalen Medien kann nur dann ermöglicht werden, wenn wir uns des Wertes der Dinge bewusst werden. Handy bleibt Handy. Wir sind die Besitzer. Ohne Smartphone sind wir nur dann machtlos, wenn wir ihm die Macht dazu geben, uns machtlos zu machen. Wir haben die Wahl. Eines sollte nämlich nie vergessen werden: Wir Menschen sind diejenigen, die durch unsere revolutionäre Denkweise und unseren Drang nach Entdeckung und Entwicklung futuristischer Methoden die digitale Welt erschaffen haben.



© beigestellt  
Die 15-jährige Hannah Konzett

*Der Verein „Zeitung in der Schule“ bietet Programme für Schulen, um die Lese- und Medienkompetenz von Schülerinnen und Schülern zu fördern. Lesekompetenz ist eine Schlüsselkompetenz, wenn es darum geht gesellschaftlich und politisch zu partizipieren. Gemeinsam mit der „Initiative for Teaching Entrepreneurship“ hat „Zeitung in der Schule“ einen Schreibwettbewerb für Schülerinnen und Schüler unter dem Titel „Meine digitale Welt“ ausgeschrieben.*

*Die 15-jährige Hannah Konzett (BG Bludenz) überzeugte mit ihrem Kommentar „Skaven in unserer eigenen digitalen Welt?“. Die Jury achtete bei der Auswahl besonders auf den Problemaufriss samt Lösungsvorschlag, die nachvollziehbare Argumentation und die Originalität des Textes. Der Beitrag wird in Zeitungen und Magazinen des Verbandes Österreichischer Zeitungen (VÖZ) veröffentlicht, der die erfolgreiche Initiative Zeitung in der Schule bereits vor über 20 Jahren startete.*

---



Jetzt **1 Monat News gratis**  
lesen!\*

\*Test endet automatisch.

MEHR DAZU ►

## NEUES AUS DEM NETZWERK

---

**Jetzt NC-Kopfhörer von Denon gewinnen!**

(e-media.at)

**Wertsicherung**

(yachtrevue.at)

**Gewinnspiel: Tickets für das Water Yoga Fire Festival**

(lustaufsleben.at)

**Paprika mit Käsefülle und Pimentos**

(gusto.at)

**Investors Challenge #IC19: Jetzt mitmachen!**

(trend.at)

**Die 65 besten Animationsfilme, in denen Tiere die Hauptrolle spielen**

(tv-media.at)

**Ausnahmezustand: Die Frau der Stunde**

(profil.at)

**Niki Lauda ist tot**

(autorevue.at)

---