

Interviewer\*in = Speaker 1

Antwortende\*r = Speaker 2

Speaker 1: Hallo. Hallo. Danke, dass du teilgenommen hast an der Studie. Sehr gerne. Dann zuerst einmal weißt du, was Phubbing ist.

Speaker 2: Phubbing, ja, das wurde mir schon mal erklärt. Das ist, wenn man sein Handy in sozialer Umgebung benutzt.

Speaker 1: Genau, richtig. Und das hat diverse negative Auswirkungen, auch auf zwischenmenschliche Beziehungen hat man festgestellt in Studien und es wird von den meisten als störend eingeordnet und ist tatsächlich auch relativ unbewusst. Das heißt, selbst wenn man es macht, ordnet man es trotzdem als störend ein. Bei anderen, nicht bei sich selber.

Speaker 2: Ja, kann ich auf jeden Fall.

Speaker 1: Diskrepanz. Das steht zwischen der eigenen Einschätzung. Okay, gut, deswegen haben wir die Studie gemacht und wollten mit diesen Interventionen oder kleinen Hinweisen, wollten wir testen, ob sich Leute daraufhin anders behalten, was das auswirkt, ob die deswegen weniger ihr Handy benutzen, sowas. Und daher jetzt die Frage, wie hast du dich gefühlt, während du bei der Studie aufs Handy geschaut hast und die Intervention gesehen hast?

Speaker 2: Also ich fand den Hinweis super und habe dann auch gedacht, ah ja, stimmt, also ein bisschen ertappt gefühlt.

Speaker 1: Okay, hast du dich daraufhin gehend anders verhalten?

Speaker 2: Ich habe mein Handy weggelegt.

Speaker 1: Also wirklich, okay.

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Cool. Hast du das bei deinem Studienpartner gemerkt?

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Hat der daraufhin sein Handy weggelegt?

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Okay. Das war eine improvisierte Frage. Gut. Dann mal eine ganz allgemeine Frage. Oh, nee, shit. Okay, wir gehen zurück. Denkst du, solche Interventionen könnten was bewirken?

Speaker 2: Ja, denke ich schon.

Speaker 1: Bei Leuten?

Speaker 2: Definitiv.

Speaker 1: Ja?

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Du hast ja gesagt, bei dir hat es was gebracht.

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Du hast dein Handy weggelegt. Okay. Und auch schon in der kurzen Zeit hat es was gebracht oder wie denkst du, würde sich das auf Langzeit auswirken bei dir zum Beispiel?

Speaker 2: Ich glaube, ich würde es irgendwann womöglich nicht mehr sehen, quasi.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Also, weißt du, ich meine so, dass man es dann halt so ein bisschen wegnoriert oder vielleicht, also, das ist jetzt natürlich, oder man sieht so diesen Hinweis und ist dann schon so ein bisschen darauf trainiert, dass man es dann halt direkt wegmacht, also konditioniert vielleicht sogar. Ich weiß nicht, also entweder das eine oder das andere Extrem.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Dass man dann halt so wegdrückt und sagt, ja, ja. Weiß ich ja.

Speaker 1: Mhm. Okay, aber auf kurze Zeit fandest du es?

Speaker 2: Sehr hilfreich.

Speaker 1: Sehr hilfreich.

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Denkst du das würde es auch helfen, den Umgang mit Smartphones achtsamer zu gestalten?

Speaker 2: Mit Smartphones weiß ich jetzt tatsächlich nicht so ganz genau, weil im Endeffekt benutzt du es dann halt, wenn du nicht in einer sozialen Interaktion bist. Aber wenn du mit Freunden unterwegs bist und dann irgendwie, keine Ahnung, im Café sitzt und du hast dich mit denen getroffen und guckst auf dein Handy und siehst diese Mitteilung, dann, glaube ich, ändert das definitiv was.

Speaker 1: Okay, cool. Meinst du auch bei anderen Leuten oder braucht man da irgendwie?

Speaker 2: Nee, ich denke schon auch, dass es bei anderen funktioniert, ob es bei allen funktioniert, weiß ich nicht, aber.

Speaker 1: Würdest du deinen allgemeinen Smartphone-Umgang als achtsam, bewusst einordnen? Denkst du, du hast das unter Kontrolle?

Speaker 2: Ja, schon. Manchmal nicht, aber.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Also manchmal blinkt das Handy auf und dann gucke ich schon drauf, obwohl ich gerade mit irgendwelchen Leuten, mit Leuten, mit Freunden rede, aber ja, eigentlich würde ich sagen, ich kann das gut abschalten.

Speaker 1: Okay. Das kann ich bestätigen. Ja, kannst du.

Speaker 2: Danke.

Speaker 1: Was machst du dann hauptsächlich auf deinem Handy?. Wenn du drauf schaust? Grob.

Speaker 2: Also wenn jetzt eine Nachricht reinkommt, dann gucke ich kurz, von wem die ist und ob das gerade eine Relevanz hat. Okay, und dann beantworte ich sie nicht (lacht).

Speaker 1: Das kann ich auch bestätigen (lacht).

Speaker 2: Na, wenn es wichtig ist, dann wird beantwortet, aber das ist dann eher ein Anruf.

Speaker 1: Okay, wie bewertest du das, wenn andere Leute auf ihr Handy schauen?

Speaker 2: Wenn es nur so ein kurzes Mal hinlinsen ist, wie ich das jetzt auch gerade beschrieben habe, finde ich es voll okay. Aber wenn eigentlich die Leute währenddessen in einem anderen Gespräch mit einer Person über Handys sind, dann finde ich es eigentlich voll scheiße.

Speaker 1: Über Handys?

Speaker 2: Ja, also, na, wenn die halt am Chatten sind, während ich gerade, wenn ich jetzt mit dir rede und du halt am Chatten noch mit irgendjemand anders bist, dann finde ich es halt kacke. Ja, das ist kacke. Okay.

Speaker 1: Gut. Würdest du das als unhöflich einordnen?

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Als was noch? Was denkst du? Also, wie findest du das? Wie empfindest du das eigentlich? Wenn man gesellschaftlich, wenn jemand sein Smartphone nutzt, während du gerade redest?

Speaker 2: Ja, unhöflich auf jeden Fall. Also, ich fühle mich dann auch nicht so wahrgenommen, ernst genommen. Also, es wird andere Themen geben, die gerade wichtiger sind, als face-to-face mit jemandem zu sein.

Speaker 1: Okay. Und denkst du, dass das dann auch irgendwie, dass du die Person dann schlechter in Erinnerung hast?

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Okay.

Speaker 1: Okay. Mal von der App abgesehen, was würden dir noch für Möglichkeiten einfallen, Phubbing entgegenzuwirken?

Speaker 2: Leute darauf ansprechen.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Also, ganz direkt einfach sagen, hey, jetzt sitzen wir hier gerade, leg es mal weg, so.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Das würde ich machen.

Speaker 1: Meinst du, das könnte man, also machst du das selber auch? Anderen sagen, dass sie es weglegen sollen sollen.

Speaker 2: Ja, schon.

Speaker 1: Gut, okay. Und das funktioniert dann auch?

Speaker 2: Ja, teilweise.

Speaker 1: Teilweise, okay.

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Okay. Und, ähm. Denkst du, dass zu wenig Aufklärung zu dem Thema herrscht, nicht nur Phubbing allgemein, Smartphone, Umgang, oder auch konkret Phubbing?

Speaker 2: Ja, denke ich auf jeden Fall. Also, ich finde, um jetzt so den klassischen Knigge mal so rauszuholen, man sagt entweder Entschuldigung beim Niesen oder Gesundheit oder keine Ahnung, es gibt so Verhaltensregelungen. Und ich finde, die sollten für ein Smartphone schon auch existieren.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Und die sollte man beigebracht kriegen.

Speaker 1: Okay. Glaubst du, dass das noch nicht da ist? Dass es da Regeln geben muss?

Speaker 2: Ja, oder halt so Gepflogenheiten einfach, dass man von vornherein sagt, du hast jetzt ein Smartphone, aber das, beim Essen ist das Smartphone nicht mit am Tisch.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Das ist bei meinen Eltern so die Regelung.

Speaker 1: Das ist voll gut.

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Glaubst du, man könnte sich da allgemein auf was einigen?

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Und so ganz gesellschaftlich? Natürlich geht nie 100 Prozent, weil bei Knigge ist das so, aber ...

Speaker 2: Ja, aber ich denke schon, ja, aber ich kann mir schon vorstellen, dass man da so ein Regelwerk finden könnte, ja.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Für die ganze Gesellschaft.

Speaker 1: Das ist cool. Gut, dann Dankeschön. Ah, hast du noch was anzumerken? Hat die App funktioniert? Ähm, gab es irgendwelche technischen Schwierigkeiten?

Speaker 2: Nein, technische Schwierigkeiten gab es, glaube ich, nicht. Aber anzumerken habe ich, mein Handy ist zwischendrin einmal ausgegangen. Cool wäre es, wenn sie sich von alleine noch selber startet.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Also so beim Starten direkt mit angehen.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Weil dann muss man nicht aktiv noch mit daran denken, nicht an sein Handy ranzugehen, weißt du? (lacht)

Speaker 1: Ja (lacht).

Speaker 2: Das ist so ...

Speaker 1: Kontraproduktiv.

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Okay, cool. Gut, dann ... Denkst du, dass Forschung in dem Bereich wichtig ist?

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Cool.

Speaker 2: Definitiv.

Speaker 1: Okay. Dankeschön.

Speaker 2: Bitteschön.