

Interviewer*in = Speaker 1

Antwortende*r = Speaker 2

Speaker 1: Dann danke für deine Teilnahme bei der Studie.

Speaker 2: Gerne doch.

Speaker 1: Hast du zu Beginn schon irgendwas anzumerken?

Speaker 2: Zur Studie, zur App oder allgemein?

Speaker 1: Allgemein. Egal. Nee. Schieben wir mal ans Ende. Okay. Weißt du, was Phubbing ist?

Speaker 2: Was was ist?

Speaker 1: Phubbing.

Speaker 2: Ich habe den Begriff schon mal gehört.

Speaker 1: Hast du gehört? Okay. Du kannst nicht sagen, was es ist? Phubbing ist eine Mischung aus Phone-Use und Snubbing. Und das heißt, dass man sein Handy benutzt, während man mit Leuten unterwegs ist oder mit Leuten irgendwas macht und die aufgrund dessen, also aufgrund der Handynutzung, ignoriert. Okay. Und das ist der Grund, weswegen wir die Studie gemacht haben. Wir wollten schauen, ob man das irgendwie tracken kann, irgendwie erkennen kann und ob man das mit irgendeiner Meldung vom System her einschränken kann oder beeinflusst, sowas. Genau. Deshalb am Anfang die Frage, würdest du schon mal gephubbt?

Speaker 2: Bestimmt, ja. Bestimmt.

Speaker 1: Erinnerst du dich an konkrete Leute oder so in deinem Umfeld, die das immer wieder machen? Oder wo würdest du es eher einordnen? Wer macht das? Familie, Freunde, Partnerschaft, Bekannte?

Speaker 2: Manchmal Familie, manchmal Freundes. Ja, kommt immer drauf an. Kommt drauf an. Bedeutet Phubbing auch, dass wenn du jemanden ansprichst, der schon am Telefon ist, also am Handy ist und dann nicht auf dich reagiert, fällt das auch darunter?

Speaker 1: Ich würde sagen, wenn du mit der Person zusammen im Raum bist, dann schon, weil letztendlich seid ihr, sobald man miteinander im Raum ist, in einer Kommunikation.

Speaker 2: Nee, dann ist definitiv schon passiert. Meine Mom, wenn sie auf Facebook ist oder so.

Speaker 1: Ah, okay.

Speaker 2: Das ist schon ein paar Mal passiert, also, ja. Und sie ist dann auf Facebook, also das soziale Medien quasi.

Speaker 1: Ja, genau. Okay, und wie fühlst du dich dabei?

Speaker 2: Gute Frage. Kann ich nicht so beantworten, also ich weiß, dass sie es nicht absichtlich macht oder so, sondern dass sie halt einfach auf etwas anderes fokussiert ist und dann vielleicht gar nicht realisiert, dass ich sie anspreche. Vielleicht bin ich ein bisschen genervt oder so, wenn es halt öfters passiert. Oder wenn man gerade gesprochen hat, dann ist man wieder am Handy, die andere

Person wieder am Handy und dann spricht man wieder an und dann dauert es erst wieder, bis eine Reaktion kommt oder man muss nachfragen. Also wahrscheinlich am ehesten genervt.

Speaker 1: Genervt, okay. Also eher negativ würdest du das einordnen?

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Okay. Fühlst du dich auch manchmal dadurch irgendwie verletzt oder vernachlässigt?

Speaker 2: Na, ich glaube nicht, nee.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Das wäre zu extrem.

Speaker 1: Genervt, okay. Gut. Warum nutzt du speziell dein Handy, wenn du dich mit Leuten triffst? Für welche Aktionen, also was macht man da hauptsächlich?

Speaker 2: Wenn ich mich mit Leuten treffe? Vielleicht irgendwelche Informationen nachschauen, wenn man unterwegs ist. Zu schauen, wo man hingeht, wo man hingehen muss oder auch so. Manchmal halt Leuten irgendwas Interessantes zu zeigen, was man gesehen hat, worüber man sich unterhalten will oder so.

Speaker 1: Okay. Und für private Sachen?

Speaker 2: Zum Beispiel?

Speaker 1: Nachricht oder sowas. Du hast ja gerade ein paar Beispiele genommen. Für quasi eine gemeinsame Handynutzung, dass man quasi schaut, wo man hin muss, gemeinsam.

Speaker 2: Ach so. Dass ich für private Zwecke nutze, während ich mit anderen Leuten unterwegs bin. Ja, wenn ich von irgendwelchen anderen Personen Nachrichten bekomme oder so.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Dann dafür, ja.

Speaker 1: Okay. Wie würdest du dann deine eigene Handynutzung einordnen?

Speaker 2: Insgesamt oder in...

Speaker 1: Beides. Wenn du zu beidem was sagen kannst, dann beides.

Speaker 2: Okay. Also ich benutze mein Handy glaube ich nicht so viel, also ich spiele keine Spiele damit. Interessiert mich nicht, ist es mehr so ein, ich mache auf Twitter auf oder x, aber mehr so als Force of Habit, ohne wirklich drüber nachzudenken und dann mache ich es direkt wieder zu und dann, wenn wir nichts zu tun haben, mache ich es sofort wieder auf und wieder zu. Also ich benutze mein Handy nicht wirklich viel, glaube ich. Ich benutze es abends zuhause, um ein YouTube-Video oder sowas anzuschauen oder nochmal durch Social Media zu scrollen, aber sonst eher selten und ich glaube in Konversationen ist es ähnlich oder halt in Social Environments ist es ähnlich, eigentlich nur ab und zu irgendwas nachzudenken zu gucken, also nicht, also ich hätte jetzt nicht gerade jetzt den Drang, hier auf mein Handy zu gucken, um irgendwas nachzudenken, aber das nicht. Also ich bin fein damit, wenn es hier liegt und nichts tut.

Speaker 1: Okay. Du hast gesagt, du machst manchmal das auf und dann gleich wieder zu. Hast du gemerkt, dass du zum Beispiel als Reaktion, wenn andere Leute ihr Handy benutzen, dein Handy auch benutzt?

Speaker 2: Hm. Ja.

Speaker 1: Ich finde, das klingt so, wie dieses so, ich habe gar nichts zu tun, also.

Speaker 2: Ja, vielleicht, also habe ich jetzt so noch nie drüber nachgedacht. Kann schon sein, ja. Werde ich mir jetzt aber nicht sicher, aber kann schon sein, wenn jetzt andere Leute ans Handy gehen, dass ich auch ans Handy gehe, das kann schon sein.

Speaker 1: Okay. Du hattest ja die Meldung mal gesehen.

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Genau. Die bezieht sich ja darauf, um Phubbing sichtbar zu machen.

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Um Phubbing theoretisch zu vermeiden, dass man irgendwie, oder dass man nur ganz kurz ans Handy geht, keine Ahnung, Uhrzeit checken ist ja voll okay, Nachrichten checken, nur keine längere Nutzung. Hat es dich irgendwie, oder wie hast du dich gefühlt, als du die Nachricht gesehen hast? Hast du dich ertappt gefühlt, zum Beispiel?

Speaker 2: Hm. Also ertappt vielleicht nicht, aber ich habe zumindest am Anfang, also da, wo es definitiv noch funktioniert hat, und das waren, glaube ich, die ersten zwei, drei Tage, auf jeden Fall, und dann, gut, da war ich über das Wochenende nicht da, das heißt, da ging es dann eben so nicht, aber da habe ich, glaube ich, schon versucht, weniger das Handy aufzumachen, einfach weil ich wusste, dass dann die Meldung kommt.

Speaker 1: Okay. Ja, auch im, also quasi auch im Vorhinein hast du nachgedacht?

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Krass, okay.

Speaker 2: Ja. Vielleicht war es mehr so ein, okay, wenn Omid die Meldung kriegt, ist er der Böse, und wenn wir beide die Meldung kriegen, sind wir beide Böse, so ein bisschen die Richtung vielleicht. Also ja, also ich wusste, dass, also nachdem ich es ein-, zweimal gesehen hatte, dass die Nachricht kommt, dann wusste ich, okay, ich gehe jetzt einfach nicht auf mein Handy, weil dann kommt die Nachricht nicht.

Speaker 1: Okay. Hättest du dich anders verhalten, wenn du wüsstest, dass es nicht getrackt wird?

Speaker 2: Dass es nicht getrackt wird?

Speaker 1: Stell dir vor, es würde komplett durchfunktionieren. Du würdest immer, wenn du mit, nicht irgendjemand Fremdes, sondern mit deiner Person, mit der du viel abhängst, wenn du mit der im Raum bist, dann würdest du, sobald du am Handy abhängst... Dann würdest du, sobald du dein Handy nutzt, die Meldung kriegen.

Speaker 2: Mhm.

Speaker 1: Was meinst du, hätte das für Auswirkungen? Auf dich. Würdest du dein Handy weniger benutzen?

Speaker 2: Weniger. Ich denke, weniger. Weil, hm, vielleicht ist es so ein, also vielleicht wäre es mir nach einer Zeit egal. Mhm. Also, vielleicht ist es so ein Gewöhnungssinn. Ja, komm, halt die Meldung drücke ich weg und dann ist sie halt weg. Aber ich glaube, gerade am Anfang würde ich auf

jeden Fall darauf achten, es weniger zu benutzen. Also, denke ich zumindest. Zumindest ging es mir halt so am Anfang.

Speaker 1: Okay. Okay. Was meinst du, hätte die bei anderen für Auswirkungen? Gibt es konkret zum Beispiel bei deiner Mom?

Speaker 2: Mhm.

Speaker 1: Weil du ja gemeint hast, die...

Speaker 2: Mhm. Das sollte jetzt nicht so klingen, als würde mich meine Mom ignorieren.

Speaker 1: Nee. Alles gut, meine Mom ist auch so.

Speaker 2: Ja, gute Frage. Es kann schon sein, dass es bei ihr, also dass es was bringen würde, dass man aufmerksam gemacht wird, dass man gerade in der Konversation ist, dass sie dann wegguckt. Das könnte schon sein.

Speaker 1: Heißt das, dass sie dadurch achtsamer wird?

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Glaubst du, du hast einen achtsamen Umgang? Machst du dir Gedanken über deine Handynutzung? Im Sinne von nicht zu viel, sowas in der Richtung? Oder so bewusst ans Handy gehen, gerade wenn man unter Leuten auch ist oder wenn man arbeitet?

Speaker 2: Mhm. Ich glaube, ich mache mir nicht so viel Gedanken.

Speaker 1: Würdest du dir gerne mehr Gedanken machen?

Speaker 2: Weiß ich nicht. Ich bin generell der Auffassung, dass ich es nicht ständig benutze.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Vielleicht ist das auch eine gravierende Fehleinschätzung meinerseits, aber ich glaube, mein Handy hat jetzt dreimal gebiert. Da würde ich jetzt schon gerne nachgucken.

Speaker 1: Ja.

Speaker 2: Aber es ist nicht so, dass es jetzt unbedingt wichtig ist.

Speaker 1: Okay. Das heißt, es gibt auch keine Situation, in der du den quasi mehr... Ne, okay. Ist es okay, wenn ich noch zwei Fragen...

Speaker 2: Ja, klar.

Speaker 1: Okay, cool. Meinst du, die Meldung ist so effektiv, wie sie erschienen ist oder gibt es... Könntest du es dir anders wirksamer vorstellen?

Speaker 2: Hm. Also...

Speaker 1: Oder komplett anders, mal ganz out of the box gedacht. Andere Sachen.

Speaker 2: Also man könnte so die Social Pressure Schiene fahren und einen Ton oder so abspielen, der halt andere darauf aufmerksam macht oder halt irgendwas, was jetzt nicht nur ich sehe, wenn ich mein Handy in der Hand habe, sondern was wir jetzt vielleicht jetzt du mitkriegen. Hm. Also Social Shaming, was natürlich...

Speaker 1: Stromschläge.

Speaker 2: Nein, nein, keine Stromschläge. Das ist ja kein Social Shame. Aber auch ein interessanter Ansatz. Gut, man könnte die Nachricht vielleicht mit mehr wahren Farben, also irgendwie rot machen oder vielleicht die Nachricht weniger neutral, die wir im Nachhinein haben.

Speaker 1: Ja. Okay.

Speaker 2: Schwer zu sagen was besser funktionieren würde, aber das ist natürlich auch so die Frage inwiefern hat mir mein Handy zu sagen, was ich tue und was nicht.

Speaker 1: Wie findest du es für dich besser?

Speaker 2: Ich fand es so ganz in Ordnung. Ich bin auch eher jemand, der sagt, okay, mein Handy hat nichts vorzuschreiben, wann und wie ich es benutze. Aber ich glaube, also das denke ich, also wenn jemand so ist, sich so eine App installieren würde, denke ich, dass die Person vielleicht für sich selber das tracken will und vielleicht das reduzieren will. Und dann müsste man vielleicht die Möglichkeit haben auszuwählen, okay, ich möchte eher aggressiveres einschreiten oder ich möchte eher passiv. Es könnte auch so weit gehen, dass die App das Handy einfach sperrt.

Speaker 1: Glaubst du, das wäre effektiv?

Speaker 2: Wie meinst du, das wäre effektiv? Also, ich glaube, ich kann mir vielleicht, also ja, aber ich glaube, das muss halt alles so passieren, dass ich als User vorher entscheide, okay, das soll passieren und nicht das Handy soll von sich aus entscheiden, dass es mal die Maßnahme ist, sondern ich muss dieser Maßnahme zustimmen, dass sie getroffen wird. Okay.

Speaker 1: Okay, gut. Denkst du wir brauchen einen achtsameren Umgang im Gebrauch mit Smartphones? Auf alles bezogen. Und wenn ja, in welchem Kontext?

Speaker 2: Ja, in jeglicher Hinsicht, Smartphones können mittlerweile sehr viel, Smartphones können verdeckt Fotos machen, Smartphones können verdeckt Audioaufnahmen machen, Smartphones sind laufende GPS-Peilsender, ich bin jetzt kein paranoider Mensch, aber all diese Daten kann jemand tracken, kann jemand auswerten und dir dementsprechend Produkte verkaufen oder nicht, was vielleicht manchen nicht so bewusst ist.

Speaker 1: Glaubst du Achtsamkeit, also mehr auf Sicherheit bezogen und Daten?

Speaker 2: Ja, genau, auf Datenschutz, auf seine eigene, auf die eigene Sicherheit.

Speaker 1: Okay, also nicht auf die Nutzung im Aktiven (?).

Speaker 2: Achso, doch, das mit Sicherheit auch, dieses Pattern, ich gucke auf mein Handy, ich mache eine App auf, scroll die für 30 Sekunden, mache sie wieder zu und in 5 Minuten mache ich dasselbe. Das macht mit Sicherheit irgendwas mit dem Hirn, was nicht so gut ist. Die Frage ist, ob es realistisch ist, so in die Richtung, in die sich die Welt bewegt, dass das nochmal wegfällt.

Speaker 1: Ja, ich glaube, das hat ja was mit, ich weiß nicht, das, vielleicht betrifft es dich ja auch einfach gar nicht so gut, weil es ist ja was mit einer Sucht spezifisch, also dieses, irgendwie ist das alles so Ego-basiert.

Speaker 2: Ja, es ist schon, also letztendlich, also klar, es ist ein Suchtverhalten, Smartphone-Sucht oder Social Media. Also, gibt es und, also ist es mit Sicherheit ein Problem, dass man schauen sollte, dass man es einschränkt.

Speaker 1: Okay, aber du sagst eher auf Datenschutz, was du dir wünschen würdest. Okay, das ist auch gut. Sprichst du das an, wenn Leute ihr Handy in deiner Anwesenheit benutzen oder wie wirkst du dem entgegen? Bisher? Wirkst du dem überhaupt entgegen?

Speaker 2: Also, ich gehe jetzt nicht hin und sage, hey, leg mal dein Smartphone weg, sondern ich sage vielleicht meine Frage nochmal.

Speaker 1: Ich schlage es aus der Hand.

Speaker 2: Ich schmeiße es weg.... Also, ich wiederhole, keine Ahnung, wenn ich eine Frage gestellt habe oder so, ich wiederhole es halt.

Speaker 1: Okay, du sprichst es aber nicht an?

Speaker 2: Nein.

Speaker 1: Das ist konkret. Warum nicht?

Speaker 2: Also, zumindest in den Momenten, an die ich mich halt erinnere oder die mir jetzt halt so einfallen, da ist es seltener ein, wir sind im Gespräch, du bist an deinem Handy und fängst an, mich zu ignorieren mitten im Gespräch. Dann ist es mehr ein, die Person ist schon am Handy, wir sind vielleicht schon länger im selben Raum. Aber wir haben nicht länger über was gesprochen, sondern jeder hat so seine Sachen für sich gemacht. Dann beginne ich die Konversation, aber weil die Person noch so auf ihr Handy fokussiert ist, kriegt sie es vielleicht erst mal nicht mit. Dann ist es ja, also ist es kein unhöfliches Ignorieren meiner Meinung nach, sondern die Person ist halt auf etwas anderes konzentriert.

Speaker 1: Stimmt, aber in dem Moment, in dem sie dich hört, kann die Person ja wegliegen und dann.

Speaker 2: Ja, schon. Aber, also das wäre für mich mehr so, es kann auch jemand in seiner Arbeit am Laptop vertieft sein und mich erst mal überhören.

Speaker 1: Okay, okay.

Speaker 2: Oder ob das jetzt Social Media oder sonst was ist, ja.

Speaker 1: Die Frage ist halt, wann ist die Lücke, weil so bei Arbeit gibt es so einen Feierabend oder Mittagspause oder so, da hört man auf und bei Handys ist es halt so, wann ist die Lücke, wann kann man dazwischen crashen, weiß man nicht.

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Okay, aber du sagst nichts quasi in diesen Situationen.

Speaker 2: Nein, nicht spezifisch am Smartphone und so.

Speaker 1: Okay. Würdest du allgemein was sagen, wenn es dir in anderen Situationen passiert, wenn jetzt quasi wir uns unterhalten und ich nehme mein Handy raus und du möchtest dich aber mit mir unterhalten und ich schaue hier.

Speaker 2: Das kommt drauf an, ob du mich anfängst zu ignorieren.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Also, ich bin jemand mit Tendenzen zu ADHS. Ich habe es nicht diagnostiziert, deshalb bin ich vorsichtig mit der Aussage, aber ich mache sehr viele Sachen gleichzeitig.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Ich bin auch, ich kann nebenbei was arbeiten und gleichzeitig mit jemandem über irgendwas reden, das kann ich. Ich verstehe auch, dass es nicht jeder immer höflich finden kann, aber

ich wäre jetzt niemand, der sagt, nur weil jemand Multitasking ist, sei es jetzt tatsächlich vielleicht das nachzugucken, was zur Konversation beitragen könnte oder nebenbei auch Social Media scrollen, solange die Person mit mir die Konversation beitragen kann.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Hätte ich damit kein Problem.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Aber wenn du jetzt mit Konversation einfach anfängst auf dein Handy zu gehen und aufhörst mit mir zu reden, dann würde ich vermutlich was sagen.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Wunderbar.

Speaker 2: Ja, gut.

Speaker 1: Gut, dann hast du noch irgendwas jetzt anzumerken?

Speaker 2: Hm. Vielleicht kam es vor allem nicht so oft, aber es ist definitiv schon, so wie du auch gesagt hast, eher wahrscheinlich ein Suchtpattern, wie man geht in die Richtung und so weiter zu untersuchen, weiter anzugucken, was man da für Gegenmaßnahmen treffen kann. Spezifisch bei Leuten wahrscheinlich, die es dann halt auch betrifft.

Speaker 1: Ja, genau.

Speaker 2: Das wäre schon, denke ich, ist schon wichtig.

Speaker 1: Okay. Sehr gut. Dann danke schön.