

Interviewer*in = Speaker 1

Antwortende*r = Speaker 2

Speaker 1: Okay, läuft. Gut, dann zuerst einmal danke für deine Teilnahme. Du hast den finalen Fragebogen schon abgeschickt? Der war am Ende so eine Nachricht.

Speaker 2: Habe ich vorhin gemacht noch.

Speaker 1: Hast du vorhin gemacht, sehr gut, perfekt. Und dann kannst du die App auch löschen, wenn du möchtest. Genau. Dann, ähm, zuerst einmal, also ich hatte das ja davor schon ein bisschen erzählt. Weißt du, was Phubbing ist?

Speaker 2: Das ist, ähm, nein, ich habe den Begriff schon wieder vergessen.

Speaker 1: Genau. Ja, das ist diese Mischung eben aus Phone und Snubbing, was ignorieren heißt. Man nutzt sein Handy während einer sozialen Interaktion und ignoriert deswegen die andere Person. Es gibt diverse Studien dazu, dass es negative Auswirkungen hat auf die Beziehung und deswegen habe ich eben versucht, einen Ansatz zu machen, das vom System aus irgendwie zu sensibilisieren oder Leute darauf aufmerksam zu machen, um zu schauen, ob es dann irgendwie anders wird.

Speaker 2: Genau, okay.

Speaker 1: Ähm, hast du die Meldung mal gesehen?

Speaker 2: Die Meldung, dass, äh, dass ich am Handy bin, sozusagen?

Speaker 1: Ja, genau.

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Okay, cool. Und was hast du dir dann gedacht, während du die gesehen hast, oder wie hast du dich da gefühlt?

Speaker 2: Ähm, also meistens war es tatsächlich so eine Bestätigung, oh, funktioniert.

Speaker 1: Mhm, okay.

Speaker 2: Weil manchmal hat es nicht funktioniert. Also, dass die Meldung kam. Aber es war dann schon auch so ein Reminder.

Speaker 1: Okay, ein Reminder. Hast du dich dann deswegen anders verhalten oder was hast du dir dabei gedacht?

Speaker 2: Äh, teils, teils. Manchmal war es halt auch so, ich weiß, dass ich jetzt als Handy gehe, weil wir irgendwas, ähm, zusammen da geschaut oder dann angeschaut haben oder so, oder ich was gezeigt habe, äh, manchmal war es auch so, ja, gut, ähm, ja, ich lege es mal weg.

Speaker 1: Okay, cool. Also, teils, teils. Das ist gut, das freut mich, dass es auch mal so quasi wie ein Etappen war. Gut, ähm, wie hast du dich, du hast ja mit Susanne zusammen gemacht, wie hast du dich gefühlt, wenn sie quasi auf ihr Handy geschaut hat, während ihr euch unterhalten habt? Oder allgemein, wie fühlst du dich, wenn jemand auf sein Handy, das muss nicht auf Susanne bezogen sein, wenn jemand anders auf sein Handy schaut und dich quasi phubbt?

Speaker 2: Ist schon ein bisschen ätzend, kommt halt, denke ich, auch immer voll auf die Situation drauf an, ähm, also, was die Person am Handy macht oder wie viel oder ist es jetzt nur ein kurzes Nachrichtenchecken oder ist es wirklich, äh, dauerhaft am Handy sein?! Und es kommt auch, finde ich, drauf an, ob, ähm, die Person trotzdem noch zeigt, dass sie mir irgendwie zuhört oder ob es wirklich keinerlei Reaktion von sich gibt, ähm, aber kann schon, kann schon störend sein.

Speaker 1: Okay, kann schon störend sein.

Speaker 2: Muss nicht, aber kann.

Speaker 1: Okay, aber du würdest allgemein eher sagen, du findest es ätzend, wie du gesagt hast.

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Okay, meinst du, dass eine kleine Meldung, dass diese Meldung was daran ändern könnte, dass Leute das weniger machen, allein wenn du sagst, du hast dich auch manchmal da ertappt gefühlt?

Speaker 2: Ähm, ich denke, kann schon helfen.

Speaker 1: Mhm.

Speaker 2: Ähm, ja, doch, ich glaube, die kann, kann schon helfen, einfach nochmal so zu erinnern, hey, bist grad mit einer anderen Person zusammen.

Speaker 1: Okay, okay.

Speaker 2: Ja. Weil die Meldung ist eigentlich in dem Sinn gut, dass sie ja nichts verbietet, sondern dass sie darauf hinweist und man kann die Meldung ignorieren, man kann es aber auch benutzen, um sein Handy eben mal kurz wegzulegen, um sich daran zu erinnern.

Speaker 1: Okay, also allgemein Verbote nicht gut, sondern lieber...

Speaker 2: Eben so eine Freiwilligkeit.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Meinst du, auf Langzeit würde sich das Verhalten ändern von Leuten, wenn sie so eine Meldung sehen würden? Oder welche Auswirkungen hätte sich das auf die Nutzung?

Speaker 2: Ich glaube schon. Also kommt natürlich auch da immer auf die Person drauf an, wie man es benutzt und so weiter, aber ich denke, auf Dauer könnte das schon bewirken, dass man sich mehr im Klaren ist darüber, wie oft man es eigentlich benutzt.

Speaker 1: Also mal zum Beispiel nur auf dich bezogen. Meinst du, bei dir könnte das was ändern, wenn du es jetzt für längere Zeit hättest, und es immer funktionieren würde? Könnte das auf lange Zeit bei dir quasi mehr sensibilisieren oder so?

Speaker 2: Ja. Ah. Also bei mir, ich denke, ich bin nicht so schlimm, was das angeht. Also ich habe es, glaube ich, einigermaßen auf dem Schirm und ich finde, nur innerhalb von zwei Wochen kann man das, glaube ich, schwer sagen, was es wirklich auf lange Zeit ausmacht. Aber, also, ich kann mir schon vorstellen, dass es irgendwo so ein bisschen was bewirkt. Dass ich einfach nochmal ein bisschen mehr auf dem Schirm habe, wann benutze ich es überhaupt und wann nicht.

Speaker 1: Okay. Würdest du dir wünschen, dass man allgemein einen achtsameren Umgang mit Smartphones irgendwie in der Gesellschaft ist etabliert? Und wenn ja, in welchem Kontext konkret, also ganz allgemein oder in konkreten Kontexten, wie zum Beispiel eben der sozialen Interaktion oder im, keine Ahnung, während man irgendwas arbeitet, prokrastinierend, keine Ahnung, so, also was für einen Kontext wäre dir wichtig?

Speaker 2: In meinem Fall, Prokrastinieren kann man mit allem, also man sich da jetzt mit dem Handy ablenkt oder mit was anderem ist, weiß ich nicht, ob das so einen regen Unterschied macht, ähm, aber ansonsten, ich finde schon, manchmal wenn man halt auch, keine Ahnung, in der Öffentlichkeit sieht, wenn Leute nur mit dem Handy vorm Gesicht rumlaufen, ähm, ja, pfff.

Speaker 1: Findest du nicht gut?

Speaker 2: Ja. Da denke ich mir halt auch, ist eigentlich ein bisschen schade, weil sowas, da könnte sich schon ein bisschen was verbessern. Aber in anderen Situationen kann es Interaktion auch fördern, zum Beispiel wenn man sich irgendwelche Sachen zeigt gegenseitig, was weiß ich was, Musik zeigt, irgendwelche Memes zeigt oder sowas in der Art und einfach zusammen das Handy sozusagen benutzt. Oder auch zusammen Spiele spielen zum Beispiel. Ich weiß von einigen, die halt dann Schach spielen oder so auf dem Handy. Und das dann halt auch, das kann man dann halt auch irgendwo auf dem Weg machen und nicht nur mit einem Brett daheim. Also kann schon auch Interaktion fördern, aber ja. Also vor allem, wenn man es halt zusammen nutzt.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Dumm ist, man ist zusammen unterwegs, aber jeder hängt nur alleine dahinter.

Speaker 1: Okay. Cool. Und dann noch eine Frage. Also du hast ja gerade schon ein bisschen was dazu erzählt, wenn du dein Handy nutzt, während du dich mit Leuten triffst. Warum machst du das und was für Aktionen machst du dann da drauf?

Speaker 2: Also sowas wie Nachrichten checken muss halt irgendwann mal sein manchmal. Gerade wenn es halt um was Wichtiges geht. Ähm, wobei ich das meistens relativ kurz halt, ähm, ja, oder halt zusammen Musik hören. Gut, manchmal ist es klar auch, äh, mal kurz alleine am Handy hängen oder so, aber, ähm, das versuche ich eigentlich schon wenig zu machen.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Es kommt auch drauf an, mit wem ich unterwegs bin. Mit manchen Leuten ist es einfach irgendwie auch viel natürlicher, dass das Handy weg ist, ich denke da auch gar nicht dran. Dann ist es halt in der Tasche drin. Bei manchen halt eher weniger, also es kommt halt auch sehr drauf an.

Speaker 1: Okay. Qualität.

Speaker 2: Ja. Aber, ähm, genau, wo es mir sehr aufgefallen ist, ist zum Beispiel während dem FSJ, bei den Seminaren, wo man dann halt doch eine ganze Woche als Gruppe einfach irgendwo war, teilweise kein Handyempfang hatte, ähm, und da war es dann halt auch echt schön. Bei allen eigentlich unbeachtet irgendwo in der Tasche oder lag da halt, und es nur genutzt, um auf die Uhr zu schauen. Ähm, hat man halt auch gemerkt, ja, die Zeit geht eigentlich voll schnell rum und komplett ohne ans Handy zu gehen.

Speaker 1: Okay. Findest du das besser?

Speaker 2: Ähm, allgemein weiß ich nicht, aber gerade für so eine Zeit mal, für so eine Woche mal, ist schon echt entspannend.

Speaker 1: Okay. Heißt dann vielleicht auch in einem Freizeitkontext? Oder nein, es war ja eher Arbeitskontext?

Speaker 2: Ja, teils, teils. Die Seminare waren ja fast Freizeit. Freizeit in einem Arbeitskontext, sage ich jetzt mal. Nee, aber, ähm, äh, was wollte ich noch sagen?

Speaker 1: Es ging darum, dass das ohne Smartphone vielleicht schöner ist, oder dass du das schön empfunden hast?

Speaker 2: Ja, also, ich meine, dauerhaft ist das natürlich teilweise inzwischen halt auch fast nicht mehr möglich. Also, man kann das Handy halt schon auch für viele sinnvolle Sachen benutzen, gerade im Alltag, ähm, aber ich glaube, so Auszeiten sind nie schlecht und da merkt man halt auch mal was eigentlich, oder wie viel Zeit man eigentlich dafür braucht.

Speaker 1: Ja, und meinst du, ähm, dass das aber durch Umstände geschaffen werden muss, oder dass Leute das auch, also, freiwillig schaffen?

Speaker 2: Ich glaube, ein bisschen Unterstützung ist nie schlecht.

Speaker 1: Okay. Und meinst du, das würde durch Aufklärung besser sein?

Speaker 2: Also wenn man Leute darüber aufklärt, dass das überhaupt ein Problem ist.

Speaker 1: Wusstest du das davor, dass das ein Problem ist? Jetzt weißt du es, meinst du, du würdest dich anders verhalten? (Frage untergegangen)

Speaker 2: Ich glaube, Aufklärung ist nie schlecht, weil man halt einfach nie alles auf dem Schirm hat, auch wenn man selber ein bisschen was sieht oder erlebt. Es hilft, glaube ich, trotzdem so nochmal irgendwelche Zahlen oder einfach nochmal so, wie es allgemein ist. Das ist, glaube ich, nie schlecht zu wissen, weil man nochmal einen anderen Blick hat darauf. Aber reine Aufklärung, gerade je nachdem, wie sie auch gemacht wird, hilft, denke ich, auch nicht immer komplett. Weil gerade wenn es halt, also vieles durch das reine Hören, von der Information, wird es halt meistens doch schnell mal ignoriert. Ich glaube, was selber zu erleben, bringt immer mehr. Weil man es halt selber viel mehr abspeichert oder merkt, was es bewirken kann.

Speaker 1: Okay. Aber meinst du, dass diese Hinweise dann der App auch so, was sie tun, dann auch wie Aufklärung sein könnten, wie du meinst, dieses Erleben, halt, dass man quasi das parallel zu so einer Aufklärung laufen lässt, dass man den Leuten das so bewusst macht, im Moment?

Speaker 2: Ja, ich glaube schon. Also einfach halt, dass es eben einem in den Blick legt, so, du bist gerade am Handy, während du mit einer anderen Person eigentlich interagierst oder zumindest zusammen bist. Das Handy weiß natürlich nie, ob man gerade wirklich interagiert, oder ob man nur im gleichen Raum ist, aber ich glaube, es kann schon helfen, das klarer zu machen. Also, ja.

Speaker 1: Okay. Cool. Ich weiß, wir sind schon ein bisschen drüber. Ist das okay, wenn ich noch eine Frage stelle?

Speaker 2: Ja, klar.

Speaker 1: Okay, cool. Wie würdest du deine allgemeine Smartphone-Nutzung selbst einschätzen?

Speaker 2: Ich denke, sie ist okay.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Zeitweise ein bisschen viel, vor allem, wenn ich eigentlich was anderes zu tun habe.
Aber, also, es hält sich in Grenzen, würde ich sagen.

Speaker 1: Okay. Man sieht ja immer nur den Vergleich zu anderen, heißt, du würdest dich da in der Mitte einordnen?

Speaker 2: Ja, also nicht zu viel, aber ist auch nicht übermäßig wenig.

Speaker 1: Okay, moderat. Dankeschön.