

Interviewer*in = Speaker 1

Antwortende*r = Speaker 2

Speaker 1: Genau, jetzt nimmt es auf. Okay, dann erstmal danke für deine Teilnahme. Freut mich, dass du mitgemacht hast. Dann eine Frage, weißt du, was Phubbing ist? Ich habe ja ein bisschen was erzählt schon, aber...

Speaker 2: Nicht genau.

Speaker 1: Das ist quasi der Hintergrund der Studie, Phubbing ist eine Mischung aus Phone-Use und Snubbing, das heißt ignorieren, das heißt, wenn man sein Handy, während man sich mit anderen unterhält, benutzt in einer sozialen Interaktion und die anderen deswegen ignoriert. Und da gibt es eben diverse Studien dazu, dass das der zwischenmenschlichen Beziehung schadet und eben ganz negative Auswirkungen hat. Und obwohl es so weit verbreitet ist, selbst wenn Leute das machen, die es nervig finden, wenn andere das machen, das heißt, es passiert ganz unterbewusst und ob man davon selber betroffen ist, ändert nicht das Verhalten, ob man es selber macht oder nicht. Genau. Und darum ging die Studie und wir wollten halt rausfinden, ob es möglich ist, mit so was Kleinen, so einem Hint, wie einem Hinweis darauf, das irgendwie einzudämmen oder bewusst zu machen dafür. Und daher jetzt die Frage, wie hast du dich gefühlt während der Studie, wenn du aufs Handy geschaut hast oder wenn jemand anders, in dem Fall Sanbang, aufs Handy geschaut hat, während ihr euch unterhalten habt?

Speaker 2: Also ich denk, so weit war es okay, weil wir waren unterwegs und es war okay, weil wir jetzt nicht irgendwie tiefgreifende Gespräche, wir waren halt zusammen unterwegs, wir haben uns einfach unterhalten. Und wenn dann jemand noch kurz mal aufs Handy guckt, ich meine, es ist auch, ja, niemand von uns hat dann auch ständig aufs Handy geschaut und den anderen gar nicht mehr beachtet. Also ich denke, es war in der Waagschale, war okay, weil wenn man dann im Zug guckt und nochmal nach einer Verbindung guckt nebenbei und dann aber trotzdem sich unterhält, ist das ja auch in Ordnung, dann hat das ja auch einen Sinn, weshalb ich vielleicht aufs Handy gucke.

Speaker 1: Okay, gut. Deswegen da auch die nächste Frage, was man macht, während man, wenn man unter Leuten ist, aufs Handy schaut, was macht man da hauptsächlich? Also gerade hast du ja auch gezählt, zum Beispiel eine Verbindung für den Zug zu suchen oder was noch?

Speaker 2: Ja, oder vielleicht, ja, wenn irgendwie Nachrichten zum Beispiel, das ploppt bei mir halt manchmal auf. Oder eine Nachricht eben, E-Mail oder so. Und ich meine, je nachdem, ob ich jetzt irgendwas erwarte, denke ich, mache ich sie halt auch mal auf oder auch nicht. Da kommt es halt auf das Gegenüber drauf an oder auf die Situation.

Speaker 1: Okay. Würdest du, wenn dein Gegenüber auch aufs Smartphone schaut, würdest du dann auch auf dein Handy schauen? Als Reaktion darauf?

Speaker 2: Habe ich so bewusst, glaube ich, nicht mehr überlegt. Wenn ich jetzt natürlich ganz persönliche Dinge rede und möchte, dass jemand zuhört, dann ist das natürlich störend. Früher hat jemand dann Zeitung gelesen. Wenn sich jemand hinter der Zeitung verschanzt. Es gab so viele Leute, die sich dann hinter was weiß ich was verschanzen und dann kriegst du keinen Kontakt. Das ist aber ja eigentlich ähnlich.

Speaker 1: Das stimmt.

Speaker 2: Nur vielleicht halt nicht ganz so. Eine Zeitung ist halt größer und nicht so schnell in die Hand zu nehmen. Also ich denke, das war eine Verhaltensweise, die gibt es oder gab, ist einfach menschlich, glaube ich. Auch ein bisschen.

Speaker 1: Aber meinst du nicht, dass Smartphones da teilweise dann auch so manche Sachen einen Suchtfaktor haben, der quasi Leute dann, die sich nicht mit Absicht verschanzen wollen, sondern das unbewusst machen?

Speaker 2: Weil es kleiner ist und so ein bisschen nebenher läuft, wird vielleicht ein bisschen mehr. Das kann sein.

Speaker 1: Okay. Spürst du da bei dir was? Also hast du, machst du dir manchmal Gedanken um deine eigene Smartphone-Nutzung, dass das irgendwie zu viel wäre, gerade wenn du mit anderen zusammen bist oder so?

Speaker 2: Ich glaube nicht. Eher wenn ich alleine bin für mich und dass ich da bin, also anstatt, dass ich irgendwie, dass ich dann doch irgendwie Insta anschau oder Nachrichten, wenn ich müde bin und anstatt, dass auf der anderen Seite ist es auch eine Art Entspannung.

Speaker 1: Okay. Also du findest das dann auch entspannend?

Speaker 2: Kann sein, manchmal kann man sich dann aber auch nicht so recht lösen, aber in Gesellschaft von anderen würde ich jetzt mal behaupten, es ist jetzt nicht zu viel, es sei denn, also wenn, dann ist es eine Nutzung, weil ich irgendwie, weil ich, wenn ich das Recherchieren noch wegen irgendwas, eine Verbindung oder auch wissensmäßig was über Wikipedia oder eine Info mir herhole, die dann aber auch zum Gespräch als Beifall kommt.

Speaker 1: Okay. Was denkst du, was andere machen, wenn sie ihr Handy benutzen, deine gegenüber quasi? Hast du da mal gemerkt, dass du das unterschiedlich einordnest, dass du zum Beispiel manches gut findest und manches dann auch eher wieder störend oder stört es dich im Allgemeinen gar nicht?

Speaker 2: Ne, also ich denke, in meinem Umfeld sind so viele nicht, die es übermäßig nutzen.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Also in der Arbeit zum Beispiel, wenn dann bin ich diejenige, die das Handy halt dabei hat und vielleicht auch dann noch mal kurz, was weiß ich, dann schaue ich halt noch mal nach Medikamenten, Nebenwirkungen, dies oder jenes, kann ich halt dann aktuell sofort auch schauen. Ja. Und die Kollegen dann eher, die sagen, oh, mein Smartphone, das schließ ich weg, ich bin nicht erreichbar. Die sind ja sowieso eher ein bisschen, na ja.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Ja, es ist digital, eigentlich fast schon ein Punkt.

Speaker 1: Okay. Eine Frage, ah ja, genau, meinst du, dass, okay, du siehst das jetzt nicht so als ein Problem in deinem Umfeld, wie man das Handy im Sozialen nutzt, aber meinst du das, weil es existiert ja wirklich dieses Problem und gerade unter jüngeren Leuten auch ist es stark verbreitet, meinst du, dass sich das mit so einem kleinen Hinweis einschränken lässt oder dass man damit ein Bewusstsein schaffen kann? Wenn das Problem existiert, also hast du dich vielleicht selber mal ertappt gefühlt dabei, während du das Handy dann genutzt hast und die Meldung gesehen hast irgendwie, dass es vielleicht auch eine Nutzung war, die dann gar nicht unbedingt nötig war?

Speaker 2: In dem Moment jetzt nicht. Ob das jetzt, also wenn das was bewirken soll, dann muss ich ja schon mal ein Bewusstsein dafür haben, glaube ich, dass ich überhaupt wahrnehme, okay, ich benutze das, ich benutze das, während ich mit jemandem zusammen bin und es stört jetzt in der Interaktion. Also dazu muss ich ja schon ein Bewusstsein haben.

Speaker 1: Du meinst, dass es dann quasi, wenn man davor eine Einführung gegeben hätte oder eine Aufklärung, dass es dann begleitend dazu vielleicht so ein Bewusstsein schaffen könnte?

Speaker 2: Da steht auf der Packung auch, könnte tödlich sein. Aber ein Raucher, der wird sich da abhalten lassen.

Speaker 1: Okay. Also du vergleichst es ja mit einer Sucht. Man sagt, dass es tatsächlich, wenn Leute zu viel aufs Handy schauen, dass das auch von einer Smartphone-Sucht kommt.

Speaker 2: Ich denke, ja. Ich denke, dass...

Speaker 1: Ja?

Speaker 2: Wie soll ich sagen? Also selbst ein Raucher, der, ja, grundsätzlich ist es wahrscheinlich immer eine Sucht, aber es gibt auch Leute, die jetzt vielleicht irgendwie immer noch das in einem normalen Rahmen rauchen zum Beispiel und vielleicht nicht in dem Maße süchtig sind, aber solange ich sage, ich rauche, weil ich eben Bock drauf habe, glaube ich nicht, dass diese Warnung tatsächlich auch was bewirken würde.

Speaker 1: Ja. Okay. Was denkst du, wie könnte man Leute dafür irgendwie achtsamer machen, sensibilisieren für die, für eine Smartphone-Nutzung im sozialen Kontext, also dass das stört? Wie kann man das denen beibringen? Oder wie, dass sie selber sich da vielleicht ein bisschen erzielen?

Speaker 2: Das geht gegenüber das Gegenüber, das dich dann gestört. Ich denke, du musst es halt erwähnen, sagen, hey, du stört mich jetzt gerade, dass du die ganze Zeit am Handy bist. Ich würde mich gerne mit dir unterhalten. Ich glaube, dass da so diese persönliche Intervention mehr bringen wird.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Und dass man dafür die Leute sensibel macht, was stört dich in welcher Situation? Also eigentlich geht es mehr um Lernen mit Medien.

Speaker 1: Okay. Du meinst, das geht durch eine persönliche Ansprache effektiver, als wenn das eine App macht, ne?

Speaker 2: Würde ich mal behaupten.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Ich meine, man müsste ja sowieso erstmal die App runterladen. Ist ja sowieso eine eigene persönliche Entscheidung.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Dann habe ich ja dann schon mal ein Bewusstsein dafür, okay, das nimmt jetzt viel Zeit in Anspruch. Ich möchte sie vielleicht ein bisschen kontrollieren. Also ich muss da ja schon mal eine Idee dazu haben. Es sei denn, diese App wird von vornherein auf alle Handys einfach installiert. Aber dann ist es schon wieder dran. Dann ist es ja im Prinzip, ist es in der Vorinstallation und müsste, sollte sich dann, dann ist es ja aber wiederum eine gelenkte Sache von oben herab. Da wirst du garantiert massiv Widerstand kriegen.

Speaker 1: Okay. Du meinst, das würden die Leute nicht akzeptieren, sowas von außen? Die wollen sich selber dafür entscheiden.

Speaker 2: Also, denke ich, ähnlich wie bei der Corona-Warnung, es müsste breit kommuniziert werden und auch klar verstanden sein, dass es eine Problematik gesellschaftlich zum Beispiel gibt, durch übermäßige Handynutzung im sozialen Leben. Dann wäre es ein mögliches Begleitmittel, um den Leuten zu signalisieren, okay, jetzt nutzt ihr es gerade zu viel und jetzt stört es auch oder so. Dann könnte man dadurch vielleicht einen Prozess anstoßen als Hilfsmittel. Aber ich denke, es müsste breit und gut kommuniziert werden, warum und es müsste auch für die meisten Leute, es müsste sichtbar sein, dass es ein Problem gibt, eine Schieflage.

Speaker 1: Okay, mit vielleicht Daten, Zahlen, also mit den Studien dazu, vielleicht auch?

Speaker 2: Ja, eben, zum Beispiel die Problematiken, die dadurch entstehen.

Speaker 1: Vielleicht auch mit den Daten zur eigenen Handynutzung? Meinst du, wenn jemand sehen würde, wie viel Zeit man wirklich am Handy verbringt, während man mit anderen abhängt oder wie oft man das öffnet, dass das vielleicht auch sensibilisieren würde? Wenn man quasi sagen würde, du machst jetzt schon zum zehnten Mal dein Handy auf.

Speaker 2: Also ich denke eher, dass ein Bewusstseinsverhältnis, dass ein Bewusstsein da sein muss, dass es eine gesellschaftliche Schieflage gibt.

Speaker 1: Okay, aber von dir aus hattest du ja vorher gemeint, würdest du nicht sagen, dass das eine Schieflage wäre?

Speaker 2: Im Moment so in meinem Umfeld nicht. Wie es bei Jüngeren oder anderen ist, teilweise vielleicht. Wobei ich denke, dass halt auch Jüngere anders, anders miteinander umgehen oder lernen, miteinander umzugehen, auch. Aber es ist schwierig, weil man nicht weiß, in welche Richtung geht die Gesellschaft auch. Es hat alles Vor- und Nachteile. Vielleicht lernt man ja auch, trotz Nutzung für den anderen offen zu bleiben.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Teilweise. Ich, ich weiß es nicht.

Speaker 1: Joa. Das ist ein gutes Schlusswort.

Nachtrag (nach Aufnahme):

Empfindet druck empfinden wegen ständiger erreichbarkeit.

Idee: app begleitend als im fach mediennutzung laufen lassen um zu sensibilisieren.