

Interviewer*in = Speaker 1

Antwortende*r = Speaker 2

Speaker 1: Okay, ich nehme jetzt auf jeden Fall schon mal auf.

Speaker 2: Ja, mach das, mach das.

Speaker 1: Hallo!

Speaker 2: Hallo!

Speaker 1: Cool. Dann, Frage eins. Weißt du, was Phubbing ist?

Speaker 2: Was was ist?

Speaker 1: Was Phubbing ist.

Speaker 2: Nee.

Speaker 1: Genau, darum ging das Ganze. Phubbing ist quasi eine Mischung aus Phone-Use und Snubbing, was ignorieren bedeutet. Und das heißt, dass man während einer sozialen Interaktion sein Handy benutzt und dadurch die andere Person ignoriert und die sich dadurch, äh, ignoriert fühlt, ja. Und es gibt lauter psychologische Studien dazu, dass das voll die negativen Auswirkungen auf zwischenmenschliche Beziehungen hat oder auch, dass das tatsächlich eine Form von Smartphone-Sucht ist, die sich so im Gesellschaftlichen auslädt. Und das, obwohl das weit verbreitet ist, jeder das scheiße findet, wenn er selbst ge-phubbt wird. Genau, und deshalb habe ich die App entwickelt, um zu schauen, weil viele Leute das unterbewusst machen, ob man das durch eine Meldung einschränken könnte. Genau. Dass du es weißt. Äh, und deshalb frage ich dich jetzt, äh, also die Meldung, als du die gesehen hast, das war in Woche zwei, was hast du da empfunden? Also hat es dich irgendwie abgehalten, davon dein Telefon zu nutzen?

Speaker 2: Nee, ich habe es halt weggeklickt und weitergemacht, weil man ja manchmal auch in der Konversation ja auch irgendwas am Handy noch nachschaut.

Speaker 1: Okay, aber du meinst, du hast dann das Handy genutzt, um es in dem gesellschaftlichen Kontext zu nutzen, also um jemandem was zu zeigen oder sowas?

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Heißt, nichts für dich gemacht, oder wenn du nur noch eine Nachricht geschaut hast, hast du es dann auch weggeschlickt?

Speaker 2: Hm, nee, aber es war auch nicht so oft.

Speaker 1: Äh, ja gut, also du hast es ein paar mal gesehen wenn du was gezeigt hast.

Speaker 2: Ja.

Speaker 1: Ähm, gut, aber allgemein, warum nutzt du dein Handy, wenn du dich mit Leuten triffst? Was machst du da für Aktionen hauptsächlich?

Speaker 2: Hm, meistens dann doch irgendwie Nachrichten beantworten.

Speaker 1: Mhm.

Speaker 2: Ja, also keine Ahnung, sonst ist es halt auch, je nachdem, was man gerade macht, wenn beide am Handy hängen, weil es gerade die Phase dafür ist, ist es ja auch irgendwie in Ordnung.

Speaker 1: Ja, okay.

Speaker 2: Also, weiß ich nicht. Also eher so, aber tatsächlich, wenn man eine Konversation unterbricht oder da abschweift, ist es eher, weil man irgendeine Nachricht bekommt oder erwartet oder sowas.

Speaker 1: Okay. Heißt, und denkst du, das ist okay für den anderen oder wie fühlst du dich, wenn jemand...

Speaker 2: Ja, kommt ja drauf an, wenn man sagt, das ist wichtig, ich möchte das kurz machen, finde ich es in Ordnung, aber wenn jemand die ganze Zeit aufs Handy guckt, ist es halt nervig.

Speaker 1: Okay, okay. Und denkst du, dass du dein eigenes Verhalten auch dem anpasst, also wie du es nervig findest und dass du manchmal denkst, während du das Handy benutzt, hm, das sollte ich jetzt vielleicht nicht machen?

Speaker 2: Ja, ich glaube schon, aber ich denke auch, dass ich das gar nicht so häufig in sozialen Interaktionen mache, sondern wenn dann wirklich nur um, also, ja, eben auch nur, wenn es irgendwas Wichtiges ist, wenn man was erwartet oder so, aber jetzt nicht, um mich aus dem Gespräch zu entziehen, weil ich es auch eher als unhöflich beachte, das Handy zu nutzen.

Speaker 1: Heißt, du nutzt es bedacht, sozusagen.

Speaker 2: Ja, denke, bilde ich mir zumindest ein.

Speaker 1: Ja, das ist doch cool. Gut. Dann, das ist eine komische Frage. Egal, du bist der Erste, ich teste jetzt einfach mal ein paar Fragen durch. Was denkst du, hat das quasi, also stell dir vor, dass diese App, du hast jetzt nur zwei Meldungen gesehen, das war doof, aber stell dir vor, dass diese App oder der Gedanke, dass wenn man in der sozialen Interaktion das Smartphone benutzt und dann so eine Meldung bekommt, wenn das künftig fest auf Smartphones installiert wäre, natürlich besser, denkst du, das hätte eine Auswirkung? Also könntest du dir vorstellen auf Langzeit könnte das eine Auswirkung haben oder denkst du, dass das eher so einrutscht und dann ignoriert wird?

Speaker 2: Ich glaube, dass es eher ignoriert wird, um ehrlich zu sein. Also vielleicht, von der Grundlage, wie viel man sich halt damit auseinandersetzt, das ist ja wie mit den Bildschirmzeiten-Nutzungs-Apps oder sowas. Wenn man da jeden Tag sagt, ah, nee, jetzt mach ich doch noch weiter und man ignoriert es jeden Tag, dann bringt es halt auch nicht so viel, diese App und man hat halt kurz ein schlechtes Gewissen, aber macht weiter und ich denke, dass es mit den, mit sowas ähnlich wäre, wobei die soziale Komponente natürlich höher ist, wie bei der Bildschirmzeit, aber das ist ja auch so, die Bildschirmzeitnutzung, aber ich glaube auch, dass es eher ignoriert werden würde mit der Zeit, um ehrlich zu sein.

Speaker 1: Okay, aber dass Leute dafür nicht dann quasi sensibler werden würden?

Speaker 2: Vereinzelt, aber ich glaube nicht die große Masse.

Speaker 1: Okay, okay. Und denkst du, dass man einen achtsameren Umgang mit Smartphones braucht und wenn ja, gerade in welchem Kontext? Also, dass man sein Smartphone, irgendwie bewusster benutzen sollte?

Speaker 2: Ja, das auf jeden Fall. Also, das merkt man ja selbst, wenn man sich einbildet, dass man das bedacht nutzt oder sowas, dass man doch häufig kurz drauf schaut, häufig kurz irgendwas, also diese ganzen kleinen Zwischenpunkte. Das ist, glaube ich, auch der Punkt, warum es die Leute nicht abhalten würde, weil man halt doch eine gewisse Sucht entwickelt hat. Also, dass man einfach wegdrückt.

Speaker 1: Okay. Und was meinst du, wie könnte man da dagegen steuern? Fällt dir da was ein? Also, oder für welche Kontexte, meinst du, es wäre allgemein gut oder zum Beispiel eben wirklich nur in diesem sozialen Kontext und sonst die Leute machen lassen? Oder sollte man allgemein einfach Smartphone-Nutzung mehr einschränken?

Speaker 2: Ja, also ich finde nicht, weil das schlussendlich ja jedem Menschen freigestellt ist, wie er selbst Dinge nutzt. Ich denke auch, dass es in einer sich immer weiter digitalisierenden Gesellschaft auch einfach unmöglich ist, sich da komplett von frei zu machen, wenn man zumindest auch Teil von einem gewissen gesellschaftlichen Leben sein möchte, das ja zum großen Teil auch eben online stattfindet. Gleichzeitig denke ich, dass es aber eher so eine soziale, also eine soziale Ächtung sein sollte, quasi, wenn man in einer Gruppe das Smartphone nutzt, also eher dass es hilft, wenn da ein Gegenüber was sagt, als dass das Smartphone dich auch noch darauf hinweist, dass du das gerade machst.

Speaker 1: Okay, du meinst, dass es dann eher von außen und vom System her gar nicht so nutzbar sein könnte?

Speaker 2: Ja, glaube schon.

Speaker 1: Okay. Auch eine gute Idee. Aber dass man allgemein dann mit Aufklärung was machen könnte, findest du, es ist zu wenig Aufklärung da?

Speaker 2: Ja, die Untersuchungslage ist auch einfach noch nicht so groß. Ich meine, wie lange gibt es jetzt Smartphones? Seit 2010 oder so?

Speaker 1: Ja, es gibt sogar Studien, dass schon da festgestellt wurde, dass wenn ein Smartphone mit im Raum liegt, die Gesprächsqualität quasi niedriger bewertet wird, als wenn das nicht da ist. Das ist voll krass, weil das so was zu tun quasi immer mit suggeriert auch.

Speaker 2: Ja, kann ich mir vorstellen. Also, wirklich, das ist durchaus verständlich.

Speaker 1: Okay. Und du glaubst, dass man schon was dagegen machen sollte. Aber du glaubst nicht vom System aus, sondern Aufklärung von außen, sowas durch die Gesellschaft?

Speaker 2: Ja, auch durch bewusste Maßnahmen, dass man sagt, also, keine Ahnung, jetzt treffe ich mich mit Freund, Freundin XY und nehme mein Handy nicht mit, zum Beispiel. Solche Sachen.

Speaker 1: Okay. Ja, das ist auch gut. Würdest du sagen, du bist davon betroffen, von einer Smartphone-Sucht oder so?

Speaker 2: Ich denke schon. Also ich glaube wirklich schon. Also wenn man doch das, dass man schon immer als Teil sieht, dass man es eigentlich auch immer mitnehmen muss oder sowas, auch wenn man es gar nicht braucht.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Also dass man schon eher mitnimmt, dass man schon doch irgendwann mal drauf guckt und ja.

Speaker 1: Okay.

Speaker 2: Und dass man da betroffen ist von, also auch ich. Vielleicht nicht so stark wie andere, aber schon auch.

Speaker 1: Okay. Cool. Dann sind wir durch. Warte, ich mache die Aufnahme aus. Oder ah, willst du noch was dazu sagen? Oder zu der App allgemein?

Speaker 2: Nee. Ich finde es ja durchaus sinnvoll, dass man sowas mal ausprobiert und schaut, wie Leute das annehmen. Ich bin auch gespannt, was andere dazu sagen.

Speaker 1: Ich bin auch gespannt, ob es so ganz gut durchläuft.

Speaker 2: Aber es ist schon mal ein guter Versuch.

Speaker 1: Okay. Warte, ich mache mal Stopp. So.