



# Technisierung des Alltags und gutes Leben

ETHIK DER GENERATIONEN

Plenum 21.01.2022 - POLYLOG



Aj: Studentin

AR: Studentin

AS: Studentin

SY: Hochbetagter (82)

SE: Sonja Ehret

RS: Hochbetagte (94)

TS: Studentin



AS:...es ist ein Zeitfresser.

SY: Alles was man tut bezieht sich auf die ZEIT. Die Quintessenz ist, dass die Individuen mehr geschult werden müssen, mit der Zeit sinnvoll umzugehen, die Zeit besser zu nutzen. Im Privatleben hat die Elektronik nur einen ganz geringfügigen Nutzen, weil sie extrem viel Zeit kostet.

SE: ...zu *Kompensationsstrategien/Selbstregulation*

AJ: Diese digitalen Hilfsmittel sind ja darauf ausgelegt, uns auszutricksen und uns auch abhängig zu machen.

TS: Wir haben das Gefühl, dass wir in Verbindung mit jemanden anderen sind, aber nur über das Endgerät und nicht im realen Leben und da fehlt oft das Bewusstsein dafür. .

SY: (Bsp. aus Hotel in Malediven). Die Leute können mit den Dingen nicht umgehen, sie nutzen sie nur. Ein stiller Verlust der Freiheit.

AS: (...) Die Digitalisierung wächst einfach über unseren Kopf.

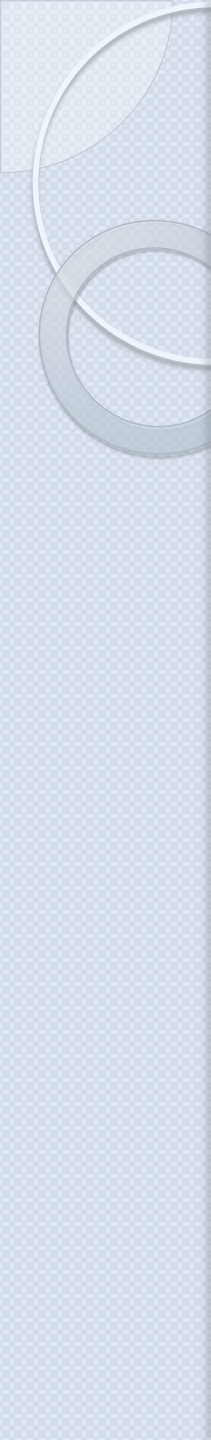
SE: Eine schöne Metapher. Was könnte man tun?

RS: Die richtige Nutzung ist das Problem. Die Chancen und Herausforderungen, mit denen fertigzuwerden, daran hapert es.

AS: Ich würde als Eltern junge Menschen mehr kontrollieren.

SE: ...also mehr bei der Familienpolitik ansetzen?

SY: .....dem Kind [als Eltern] Zeit geben.



AR: Menschen müssen interagieren. Menschen in sozialen Medien merken, wenn sie abschalten, dass es nur virtuell war, dann können sie vereinsamen.

AS: Virtuelle Welt und reale Welt verschwimmen. Man kann Menschen auch nicht mehr trennen von der Technik.

RS: Es ist auch nicht nur der Zeitfaktor, es ist der Forscherdrang. Wie Goethe sagt: Zwar weiß ich viel, doch will ich alles wissen.

SE: Durch die Ethik, die in der Welt Fuß fasst, ist es eine Chance.

# Gesellschaft für Zeitpolitik/Zeitpolitisches Magazin Nr. 33 Joachim Bauer im Interview

*Inwiefern sprechen die medialen Reize über Smartphone & Co das Bottom-Up-System an und verstellen den Weg zur Muße?*

**JB:** Digitale Endgeräte aktivieren im Gehirn die Suchtsysteme, sie sind echte Suchtdrogen, sozusagen digitales Kokain. Der Grund ist, dass Smartphones uns mit anderen Menschen verbinden. Das Verlangen, mit Mitmenschen verbunden zu sein und deren Anerkennung zu erhalten, ist ein in der Evolution entstandenes Merkmal unseres Gehirns.

*Betrifft das vor allem junge Menschen, die mit den digitalen Medien aufwachsen, oder auch Erwachsene, die permanent online sind?*

ZPM NR. 33,

**JB:** In unserer Untersuchung war der Anteil derer, die Smartphones als störend für die Selbstbestimmung nannten, unter jungen Menschen deutlich höher als unter Älteren. Für die Älteren ist vor allem das Fernsehen ein gefährliches Suchtmittel. Die Problematik mit den digitalen Endgeräten betrifft inzwischen aber alle Menschen.

*Was, würden Sie sagen, müsste bildungspolitisch und zeitpolitisch getan werden, um den Umgang mit den digitalen*

*Medien entsprechend so zu gestalten, dass wir diese Kompetenz zur Selbststeuerung und damit den Zugang zur Muße bewahren können?*

*JB: Die Digitalisierung wird unser Leben verändern, das lässt sich nicht aufhalten. Sinnvoll sind Maßnahmen, die verhindern, dass digitale Endgeräte Schaden anrichten. Wer Auto fährt, wer zu Fuß über eine Straße geht, wer ein Flugzeug lenkt oder Verantwortung im Zugverkehr trägt, sollte nicht gleichzeitig am Handy daddeln. Wenn Pflegekräfte oder Ärzte im Dienstzimmer an ihren Smartphones zugange sind, anstatt sich um ihre Patienten zu kümmern, finde ich das ebenso schlimm wie Eltern, die mit ihren Kindern unterwegs sind und mit ihren Handys anstatt mit dem Kind kommunizieren. Auch im Schulunterricht haben Smartphones nichts zu suchen – was nicht ausschließt, dass Tablets oder Laptops im Unterricht eine sinnvolle Verwendung finden können. Menschen brauchen Orte und Momente, die frei von ständigen Ablenkungen sind, wo wir uns entweder konzentrieren oder wo wir einfach einmal vor uns hinträumen können. Wenn wir diese Räume nicht haben, büßen wir Kreativität ein. Ohne Muße können Menschen nicht schöpferisch, nicht erfinderisch sein. Ohne Muße werden wir zu fremdgesteuerten Reiz-Reaktions-Maschinen.*

*Prof. em. Dr. Joachim Bauer ist Neurowissenschaftler, Arzt, Psychotherapeut und Sachbuchautor.*