

Einfach mal abschalten

Warum Jugendliche ihre Smartphones und Computer nicht im Griff haben

Wir haben uns verständnisvoll angesehen, der ältere Mann im Zug und ich, als die junge Frau neben uns zu telefonieren begann. Wir haben gelernt, dass auch in öffentlichen Räumen alle Menschen

beendete unwirsch das Telefonat, und die beiden Frauen begrüßten sich freundlich. Dann zog auch die Dazugestossene ihr Smartphone aus der Tasche, und während sie sich miteinander über ihre Pläne fürs Wochenende unterhielten, verfassten beide in Windeseile einige SMS. Mit einem Blick er-

haschte ich, dass meine Sitznachbarin noch ein freizügiges Bild von sich auf Facebook postete.

Wir Erwachsenen müssen es uns eingestehen: Das läuft heute so. Die jungen Menschen sind die Technik-Vorrei-

ter. Kaum ein Dreizehnjähriger hat kein Handy, kein Facebook-Konto und schreibt keine 3000 SMS pro Monat. Festnetz ist out. E-Mails nur noch Mumienpost. Uns bleibt nur das Staunen, wie gut die jungen Menschen ihre Pods, Pads und Phones mit all den Apps im Griff haben.

Doch da genau irren wir uns: Sie haben sie genau nicht im Griff.

Zwei Beispiele haben mir und anderen Eltern bei einem Vortrag vor Kurzem die Augen geöffnet: Ein Berg Schuhe am Boden und ein un- ausgeräumter Geschirrspüler. Solange Jugendliche die Schuhe einfach ausziehen und irgendwo liegen lassen, solange der dreckige Teller nicht seine Zieldestination „Geschirrspüler“ erreicht, weil dieser



MAYA ONKEN

ist Autorin, Coach, Dozentin und Direktorin des Frauenseminars Bodensee. Sie lebt mit ihrem Ehemann und zwei Töchtern im Zürcher Oberland.



Gefährlich:
Kinder im
Multimedia-
Rausch

„Wir müssen Vorbilder sein im Umgang mit Smartphone und Co.“

ein Recht auf Privatsphäre haben. Dass wir nun haarscharf alles über den Zickenkrieg im Büro und über Brunos Vorliebe für blonde Frauen erfahren mussten – ungefragt und ungefiltert –, ging uns auf die Nerven. Ich überlegte kurz, auf den gegenüberliegenden Platz zu wechseln, da stiess eine Bekannte der lautstark Telefonierenden zu uns und ergatterte den vierten Platz im Abteil. Ein Netzloch

noch voll ist, solange haben sie auch die Reifeprüfung für den Technikgebrauch nicht bestanden.

Es gibt im Gehirn eine Stelle, welche die Selbstkontrolle lenkt. Es ist die Stelle, die uns ermahnt, die Schuhe ins Gestell zu stellen, den Geschirrspüler zuerst zu leeren, um dann den gebrauchten Teller hineinzustellen. Die Stelle, die den Ausschaltknopf beim Computer findet, die Konsequenzen abschätzt und Vorsicht walten lässt. Es ist die Stelle, die Schimpftiraden über den Lehrmeister auf Facebook verhindert, die dubiose Anfragen ablehnt, anzügliche Werbung blockt und

zweifelhafte Bekanntschaften hinterfragt. Leider ist diese Stelle beim Menschen erst mit 18 bis 20 Jahren voll ausgebildet. Genau deshalb brauchen Jugendliche die Unterstützung der Eltern.

Nur: Haben wir Erwachsenen die Technik unter Kontrolle? Geben wir ihr einen vernünftigen Platz in unserem Leben? Stellen wir das Telefon während der Essenzeiten auf lautlos? Lassen wir die E-Mails in den Ferien ruhen? Erlauben wir uns den Luxus, nicht 24 Stunden am Tag erreichbar zu sein? Damit wir unsere Kinder oder Enkel dabei unterstützen können,

die Technik in den Griff zu bekommen, müssen wir auch Vorbilder sein.

Das raten uns Experten:

- Sich selbst schlau und fit machen

- Sperrzeiten für Handy und PC einführen
- Kindersicherung einbauen, Filter aufsetzen
- Vorbild sein und reale Begegnungen mit Menschen vorziehen

Schalten wir also einfach mal ab und werden wir persönlich! Führen wir Gespräche, bei denen wir uns in die Augen schauen, oder rufen wir die Freundin an, um ein Treffen zu vereinbaren. Einfach nicht unbedingt im Zug. ■



Sind Sie immer erreichbar?
Schreiben Sie uns an:
meinung@readersdigest.ch