

Handyfasten – Eine Qual für fast alle Jugendlichen

Digitale

gen während des Versuchs lief so einiges anders ab, als ich gewohnt war. Zum Beispiel musste ich das normale Telefon in die Hand nehmen, um mit meiner Freundin auszumachen, wann wir uns treffen, ich musste den PC anschalten, um nach einem Rezept fürs Mittagessen zu suchen, was ich sonst innerhalb von wenigen Minuten mit einer bestimmten App machen kann, ich musste ständig Menschen ansprechen, als ich in der Stadt war und fragen, wie viel Uhr es ist, da ich keine Armbanduhr hatte und mein Smartphone daheim lag und

ich dachte, ich hätte es verloren. Ich fand es außerdem sehr unangenehm, kaum bzw. keinen Kontakt mit vielen meiner Freunde zu haben. Ich konnte ja schlecht 10-15 Leute am Tag anrufen und mit ihnen telefonieren, um zu fragen, wie es ihnen geht und was gerade so passiert. Wie haben die Leute das früher ausgehalten, ohne den ständigen Kontakt zur Außenwelt? Zudem war es nervig, nicht auf dem aktuellsten Stand zu sein in bestimmten Internetplattformen, die ich normalerweise mehrmals täglich besuche, wenn mir langweilig oder einfach nur so danach ist.

Ich kann es jedem empfehlen, sein Smartphone einmal für zwei Tage beiseitezulegen und Handy zu fasten. Es ist nicht schön, aber man wird garantiert um eine Erfahrung reicher und merkt erst einmal, wie „süchtig“ man nach seinem Handy ist und wie oft man danach greifen möchte.

Traut euch! :D



„2 Tage ohne mein Smartphone? Nie im Leben!“ – das wäre sicherlich die Antwort vieler Jugendlicher auf die Frage, ob sie denn mal Handyfasten ausprobieren möchten. Das Smartphone ist ein fester Bestandteil des Alltags für fast alle Jugendlichen.

Es ist so selbstver-

stänlich wie Atmen, sein Smartphone täglich mehrfach zu benutzen. Ich selbst habe mich dazu aufgerafft, den Versuch zu starten, zwei Tage ohne mein Handy zu leben. Auf die Idee kam ich bei meiner fächerübergreifenden Kompetenzprüfung in der Realschule. Meine Gruppe hatte das Thema: „Massenkonsum Smartphone – Ein Erfolgskonzept, das die Welt und ihre Sprache verändert“. Diese zwei Tage werde ich wohl auch nicht allzu schnell vergessen. Ich bemerkte das Fehlen meines Smartphones ab der ersten Sekunde des Tages – ein normaler Wecker klingelte anstatt eines meiner Lieblingslieder auf meinem Handy. Den ganzen Tag über dachte ich ständig an mein Smartphone und wollte es in vielen Situationen aus der Hosentasche ziehen und musste feststellen, dass ich es ja gar nicht bei mir hatte. An den zwei Ta-

ich musste allen Ernstes meinen uralten MP3-Player herauskramen, um damit Musik hören zu können. Alles total umständlich und zeitaufwendig! Das Smartphone ist eben einfach nur extrem praktisch und handlich!

Das Allerschlimmste beim Handyfasten war für mich der Schauer, der mir jedes Mal über den Rücken lief, wenn ich mein Handy nicht in meiner Handtasche oder Jackentasche finden konnte, da



Artikel:

Antonia Ettrich
antonia.ettrich@gmx.de

FINANCIAL T'AIME

FT-Abi-Plattform

Neues Format: Die Abi Retter

www.youtube.com/financialtaime

Neues Design

Geballtes Oberstufen-Material
Klare Abitur Strukturen
Interessantes zur Psychologie

www.klausschenck.de

Impressum

FT-Abi-Plattform (FT-Internet)
Klaus Schenck (Inhaber)
Debora Eger (Administratorin)

www.schuelerzeitung-tbb.de