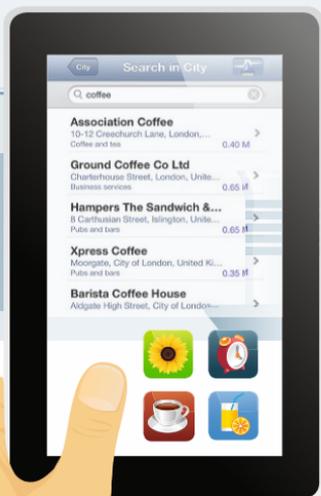


Gerald Lembke · Ingo Leipner

Zum Frühstück gibt's Apps

Der tägliche Kampf
mit der Digitalen Ambivalenz



SACHBUCH



Springer Spektrum

Zum Frühstück gibt's Apps



Dipl.-Volkswirt Ingo Leipner (links) gründete 2005 die Textagentur EcoWords (www.ecowords.de). Schwerpunkte seiner Arbeit sind Unternehmenskultur, Ökonomie/Ökologie und Erneuerbare Energie. Heute schreibt er u. a. für die Online-Ausgaben der *Frankfurter Rundschau* und *Berliner Zeitung* sowie die Zeitschrift *forum Nachhaltig Wirtschaften*. Der Wirtschaftsjournalist stößt immer wieder auf das Thema „Digitale Ambivalenz“, da er die digitale Transformation der Wirtschaft kritisch verfolgt.

Prof. Gerald Lembke (rechts) gilt als „eine der wichtigsten Anlaufstellen in allen Fragen der Digitalität“ (*Wirtschaftswoche*). Er ist Studiengangsleiter für Digitale Medien an der Dualen Hochschule Baden-Württemberg (DHBW) und Präsident des Bundesverbandes für Medien und Marketing (BVMM). Lembke ist ein gefragter Keynote-Speaker und nimmt die digitale Welt kritisch und unterhaltsam aufs Korn. Zu seinen erfolgreichen Fachpublikationen zählen *Social Media Marketing* und *Digitale Medien in Unternehmen*.

Gerald Lembke
Ingo Leipner

Zum Frühstück gibt's Apps

Der tägliche Kampf mit der Digitalen
Ambivalenz



Springer Spektrum

Prof. Gerald Lembke
Digitale Medien – Medienmanage-
ment und Kommunikation
Duale Hochschule Baden-
Württemberg
Mannheim, Deutschland

Dipl.-Volkswirt Ingo Leipner
EcoWords
Lorsch, Deutschland

ISBN 978-3-662-43401-7

ISBN 978-3-662-43402-4 (eBook)

DOI 10.1007/978-3-662-43402-4

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Springer Spektrum

© Springer-Verlag Berlin Heidelberg 2014

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Planung und Lektorat: Frank Wigger, Stella Schmoll

Redaktion: Regine Zimmerschied

Zeichnungen: Carmen Egolf

Index: Dr. Matthias Delbrück

Autorenfoto: H. Yerlikaya Photography, www.yerlikaya.de

Einbandentwurf: deblik Berlin

Einbandabbildung: fotolia.de

Gedruckt auf säurefreiem und chlorfrei gebleichtem Papier.

Springer Spektrum ist eine Marke von Springer DE. Springer DE ist Teil der Fachverlagsgruppe Springer Science+Business Media
www.springer-spektrum.de

Inhaltsverzeichnis

1	Prolog	1
2	Märchen vom Multitasking	11
3	Rummelplatz der virtuellen Eitelkeiten	25
4	Das digitale Partner(un-)glück	39
5	Like-Wahn	53
6	Shopping-Himmel	71
7	Gefahr leichtsinniger Kommentare	87
8	Virtuelles NSA-Gefängnis	101
9	Terror durch E-Mails	119
10	Hardware-Gläubige	135

VI Zum Frühstück gibt's Apps

11	Digitale Bildungswelt	153
12	Tobender Mob im Netz	173
13	IT-Angriff auf Kinder	193
14	Community der Star-Wars-Jünger	211
15	Kühlschrank und Toaster im Gespräch	231
16	Apps gegen Stress	251
17	Digitale Transformation von Unternehmen	271
18	Epilog	291
	Sachverzeichnis	303

1

Prolog

Am Anfang wurde das Universum erschaffen. Das machte viele Leute sehr wütend und wurde allenthalben als Schritt in die falsche Richtung angesehen.

Douglas Adams

„Das Restaurant am Ende des Universums“

Liebe Vegetarier . . . halten Sie sich bitte jetzt die Nase zu!

Sie tauchen langsam auf, verlassen die Welt der Träume – und ein leises Brutzeln liegt in der Luft. So hört sich Speck an, der in der Bratpfanne schmort. Bereits im Halbschlaf läuft Ihnen das Wasser im Munde zusammen: Aufwachen wie im Paradies der Wurstwaren! Denn Ihr Smartphone erzeugt diese Illusion, es spuckt die verführerischen Töne aus. Mit ihm ist eine kleine schwarze Box verbunden, sie zaubert den Duft des brutzelnden Specks ins Schlafzimmer. Ihr alter Wecker hat ausgedient . . . Zum Frühstück gibt's in Zukunft Apps! Allerdings nur, wenn Sie zu den Gewinnern des Wettbewerbs zählen, den der amerikanische Wurstherstel-

ler Oscar Meyer 2014 ausgeschrieben hatte. Immerhin: Die App gab es kostenlos. Stellt sich nur die Frage, ob die Duftmaschine als Gewinn ein reiner Marketing-Gag war – und nie gebaut worden ist. Mit Speck fängt man ja bekanntlich Kunden.

Fake oder Fact? Diese Frage lenkt den Blick genau auf unser Thema: die Digitale Ambivalenz. Zu dem kleinen Survivaltraining, das wir Ihnen in diesem Buch anbieten, gehört nämlich ein hohes Maß an Skepsis, weil sich Fake und Fact in der digitalen Welt schwer unterscheiden lassen. So waren wir bei unseren Recherchen auch auf das Kunstwort „Phubbing“ gestoßen. Tolles Thema, dachten wir ... steht doch Phubbing für die grassierende Unhöflichkeit, mitten in einem Gespräch zum Smartphone zu greifen (Kap. 14: Community der Star-Wars-Jünger). 262.000 Google-Treffer für „Phubbing“ können sich nicht irren. Doch es war kein pffiffiger Student aus Australien, der mit diesem Begriff eine Kampagne startete. Nein, es war eine pffiffige Werbeagentur, die den Studenten erfunden hatte, um eine virale Werbekampagne für Wörterbücher loszutreten. Weltweit sprangen Medien auf diesen Zug auf – und der gefakete Student wurde zum Helden des Internets.

Solche Geschichten stimmen nachdenklich, besonders wenn weitere Formen der Digitalen Ambivalenz ins Blickfeld geraten: Die „Arabellion“ bricht dank Facebook aus, die Piraten proben Basisdemokratie im Internet. Zugleich kontrolliert die NSA die digitale Kommunikation der ganzen Welt, und die türkische Polizei jagt Oppositionelle, weil sie „Verdächtiges“ gepostet haben. Tausende Menschen verbinden sich 2013 in sozialen Netzwerken, um den Fluten der Elbe zu trotzen. Und ein Jahr zuvor ruft ein Jugend-

licher zum Lynchmord auf: Er mobilisiert einen Mob auf Facebook. So erleben wir weltweit und gleichzeitig: demokratischen Aufbruch und totale Überwachung, Solidarität und Cybermobbing, Autonomie und digitale Kontrolle.

Auch aus individueller Perspektive steht die Welt Kopf:

- Warum sind „Likes“ die neue Währung sozialer Anerkennung?
- Warum teilen wir private Bilder im Internet – und lassen abends die Rollläden herunter?
- Warum fällt es uns nicht mehr auf, wenn ein „Hans-Guck-ins-Handy“ über die Straße geht?

Wir kommen aus der vertrauten Welt analoger Abläufe – und sind plötzlich konfrontiert mit einer Digitalen Ambivalenz, die alle Lebensbereiche durchdringt. Unsicherheit, Angst und Skepsis treten neben Faszination und Fortschrittsglaube. Wir taumeln zwischen Extremen und suchen nach Orientierung, um die „schöne neue Welt“ zu begreifen. Dabei ist klar: Die analoge und digitale Welt wachsen zusammen, ob uns das gefällt oder nicht (Kap. 15: Kühlschrank und Toaster im Gespräch).

Das Internet hat unsere Gesellschaft radikal verändert: ökonomisch, sozial und medial. Dazu waren nur 15 Jahre notwendig; von Leonardos Skizzen bis zum ersten Hubschrauberflug vergingen 400 Jahre. Die digitale Revolution ist rasant, Widerstand zwecklos, Chancen und Risiken sind gewaltig. So zeigen sich Ambivalenzen, wohin der Blick am Bildschirm schweift.

William Shakespeare (Hamlet)

Denn an sich ist nichts weder gut noch böse; das Denken macht es erst dazu. (For there is nothing either good or bad, but thinking makes it so.)

Von alledem konnte Eugen Bleuler im Jahre 1910 nichts wissen, als er einen Vortrag vor dem Verein Schweizerischer Irrenärzte hielt [1]. Dabei führte er den Begriff „Ambivalenz“ in die Psychologie ein. Der Psychiater unterscheidet drei Spielarten des Phänomens:

- *Voluntäre Ambivalenz*: Der Mensch will etwas, und zugleich will er es nicht. Internet: Spaß am leichtsinnigen Teilen von Bildern und hohe Sicherheit persönlicher Daten.
- *Intellektuelle Ambivalenz*: Die Deutung eines Sachverhalts fällt gleichzeitig positiv und negativ aus. Internet: Die Menschen freuen sich über immer mehr virtuelle „Freunde“, halten aber diese Freundschaften für oberflächlich.
- *Affektive Ambivalenz*: Derselbe Sachverhalt löst gleichzeitig positive und negative Gefühle aus. Internet: Faszination angesichts der digitalen Wunderwelt, zugleich aber Angst vor vielen Konsequenzen. Stichwort: globale Überwachung durch die NSA.

Wer Bleulers Erkenntnisse heute anwendet, kann schnell merken, wie Digitale Ambivalenz unseren Alltag prägt. Genau bei dieser Einsicht beginnt unsere Reise, die Sie durch die Welt der Virtualität führen wird. Dabei lernen Sie sehr

unterschiedliche Menschen kennen, die alle unserer Fantasie entsprungen sind. Aber Frank, Sabine und ihre Freunde erleben Dinge in der digitalen Welt, die viele von uns kennen: E-Mail-Fluten, Handy-Wahn, Online-Dates oder Shopping-Glück. Oft sind es zweischneidige Erfahrungen, Geschichten des Stolperns und Scheiterns. Willkommen in der Digitalen Ambivalenz! Wir müssen jedoch alle lernen, mit der Digitalität bewusst umzugehen, denn sie bestimmt immer mehr Bereiche unseres Lebens. Das heißt: Wir müssen uns in ein bewusstes Verhältnis zur digitalen Welt setzen. Das mobile Internet kann Freiheit bringen, wenn wir uns nicht von dieser Technologie versklaven lassen. Stichwort: ständige Erreichbarkeit (Kap. 9: Terror durch E-Mails).

Über drei Aspekte sollten wir uns in diesem Zusammenhang Gedanken machen:

- Verführung zur Oberflächlichkeit
- Wachsende Abhängigkeit von komplexen Systemen
- Steigender Kontrollverlust im eigenen Leben

Das alles sind Schattenseiten der „schönen neuen Welt“ – und wir beleuchten diese Facetten der Digitalität in unserem Buch. Die paradoxe Kernthese lautet:

Wir leben in der Digitalen Ambivalenz, die uns befreit und zugleich der Freiheit beraubt.

Daher begegnen Ihnen auf unserer Reise auch große Geister wie Kant oder Aristoteles, denn wir haben bei unseren Recherchen festgestellt: Eigentlich ergeben sich in der digitalen Welt dieselben grundsätzlichen Fragen, die Menschen seit Jahrtausenden bewegen. Der Unterschied: In unserer Zeit

treten sie verschärft auf – als besondere Herausforderung, die Welt bewusst und willentlich zu gestalten, ohne unsere Verantwortung bequem bei „Big Mother“ (Max Celko [2]) abzugeben.

So wird Digitalität auch ein Übungsfeld, auf dem wir um das Ideal einer nachhaltigen Gesellschaft ringen können. Effizienz durch Technik stößt an Grenzen, gerade der Hype um Smartphones mit immer kürzeren Nutzungsintervallen wirft die Frage auf: Brauchen wir das wirklich? Lässt sich Lebensglück durch raffinierte Hardware erreichen? Nachhaltigkeit ohne Suffizienz scheint uns zum Scheitern verurteilt. Dabei bedeutet Suffizienz, einen maßvollen Lebensstil zu wählen. Allerdings entspringt suffizientes Handeln keiner Verzichtslöge, sondern stellt in unserem Kontext den Versuch dar, der Entsinnlichung der Welt entgegenzutreten, die durch digitale Medien droht. Wer wieder Freude am frischen Buchengrün im Frühlingswald empfindet, kann auf das nächste Smartphone länger warten – und schon auf diese Weise kritische Ressourcen, die immer knapper werden (Kap. 10: Hardware-Gläubige).

Naiv? Wirklichkeitsfremd? Das trifft eher auf die Glücksverheißungen der IT-Industrie zu, die bei uns einen ambivalenten Eindruck hinterlassen. Klar, viele Vorteile liegen auf der Hand, aber die Nachteile werden schnell unter den Teppich gekehrt. Daher wollen wir in unserem Buch zeigen, wie Sie die Digitale Ambivalenz (über-)leben: Jedes Kapitel schließt mit praktischen Tipps zum Umgang mit der Digitalität. Wir wollen Sie unterstützen, Ihre Souveränität im virtuellen Dschungel zu bewahren. Dazu erzählen wir Geschichten aus dem modernen Alltag, die zum Nachdenken anregen sollen. Prüfen Sie selbst, ob uns das gelungen ist.

Außerdem haben wir uns die Rubrik „Übung macht den Loser“ als Anti-Übung ausgedacht. Da zeigen wir Ihnen mit einem satirischen Zungenschlag, wie Sie bei jedem unserer Themen kinderleicht in den digitalen Abgrund stürzen.

Auf diese Weise illustriert Fiktion viele Fakten, die wir über unsere „schöne neue Welt“ der Digitalität zusammengetragen haben. Das ist nützlich für Multiplikatoren wie Lehrer, Eltern, Erzieher oder Hochschullehrer. Sie erhalten mit diesem Buch auch einen Einblick in die Generation der Digital Natives, also der jungen Menschen, die selbstverständlich mit Smartphone und Co. aufwachsen (Kap. 11: Digitale Bildungswelt). Die Leser bekommen so die Chance, ein Stück weit proaktiv zu handeln – statt nur von der digitalen Welle weggespült zu werden.

Bei aller Kritik – wir sind keine Maschinenstürmer! Wir wollen die Zeit nicht zurückdrehen, wir haben selbst Spaß an unseren Smartphones. Aber wir möchten mit diesem Buch zu einem verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Medien aufrufen, besonders wenn es um unsere Kinder geht (Kap. 13: IT-Angriff auf Kinder). So leben wir selbst in der Digitalen Ambivalenz – und freuen uns darauf, mit Ihnen unsere Erfahrungen zu teilen.

Gerald Lembke und Ingo Leipner

Die Protagonisten

Die Online-Welt unseres Buches bevölkern sehr unterschiedliche Menschen: Studenten, Eltern, ein Professor und ein Unternehmer, der lange Zeit nichts vom Internet hält. Bis ... ja, diese Geschichte erzählen wir auch. An dieser Stelle wollen wir nur unsere Protagonisten knapp vorstellen, zeitgemäß durch ihre Kommentare auf Facebook. Zeit und Raum spielen dabei keine Rolle, denn die „Freunde“ kommentieren bereits munter, was Sie gerade in den Händen halten.

Sabine: „Hey, es gibt das neue Buch von Lembke und Leipner. Endlich etwas Kritisches zur Digitalität. Die fordern Kant 2.0, weil wir uns durch Technik nicht entmündigen lassen sollen.“

Thomas: „So ein Quatsch, das sind solche Anti-Digis. Lese ich auf keinen Fall, weil die Autoren nichts von Multitasking verstehen. Und dann diese Spinnerei mit den Likes, die angeblich Glückshormone auslösen. Die primitive Werbung auf YouTube sagt alles!“

👍 *Mike, Sophie und 3 anderen gefällt das*

Kommentar von Mike zu Thomas: „Zum Thema Glücksgefühle durch Likes gibt es richtige Studien. Schau mal hier: <http://bit.ly/1jjs5ik>.“

Kommentar von Sophie zu Thomas: „Hab schon ins Buch reingeschaut. Die nennen uns Appleianer, wie in einer Sekte! Nur weil wir uns für Hightech begeistern. Frechheit :-((((“

Matthias via Thomas: „Stimmt doch! Ihr seid süchtig nach iPhones. Alle halbe Jahr ein neues! So verrückt sind nur BWL-Studenten; wir Philosophen sind an der Uni am So-Sein der Ewigkeit interessiert. Da reicht ein altes Tasten-Handy!“

👍 *Sabine, Nicole und 5 anderen gefällt das*

Nicole: „Als Journalistin finde ich klasse, wie Lembke und Leipner einen aufziehenden Shitstorm beschreiben.“

👍 12 Personen gefällt das/⇒ 3-mal geteilt

Kommentar von Michael zu Nicole: „So was kann ich gut für meine PR-Arbeit in der Tiefschlaf GmbH gebrauchen.“

👍 Nicole gefällt das

Kommentar von Frank zu Nicole: „Nicht nur der Shitstorm ist spannend, auch die schrägen Anti-Übungen, zum Beispiel ‚Wie du mit allerlei Helferlein dein Gehirn abschaltest‘. Da hab selbst ich als Buchhalter was zu lachen :-D“

👍 14 Personen gefällt das/⇒ 23-mal geteilt

Clemens: „In meiner Klasse stehen alle Jungs auf *Star Wars*. Kommt wohl auch im Buch vor, wie ich auf YouTube gesehen hab.“

Kommentar von Yvonne zu Clemens: „Die Jungs bei uns spinnen alle, lauter Darth Vaders! Ich hab nur kurz ins Bildungskapitel geschaut, da werden die Smartboards richtig schlecht gemacht. Die sind doch so toll! Nix mehr mitschreiben :-)))“

Kommentar von Prof. Unrat zu Yvonne: „Generati-on Bequemlichkeit! Die schwätzen an der Uni ständig von Digitalität. Das kommt und geht, eigentlich reicht am Morgen die Tageszeitung. So ein dummer Titel: Zum Frühstück gibt's Apps.“

Kommentar von Dr. Raubein zu Prof. Unrat: „Das hab ich auch mein ganzes Leben geglaubt, Apple war für mich ein Apfelsafthersteller, E-Mails waren Teufelswerk. Heute aber nicht mehr: Als Geschäftsführer der Tiefschlaf GmbH setze ich jetzt voll aufs Internet, um

weltweit Lattenroste zu verkaufen. Lasst die Server glühen!"

👍 *17 Personen gefällt das* ⇒ *9-mal geteilt*

Sandra: „Die schreiben da was von Ökonomisierung menschlicher Beziehungen, und zwar im Kapitel Online-Dating. Das habe ich in einer Rezension auf Amazon gesehen, die vom Kauf abrät. Alles viel zu abgehoben! Meine Dates über Portale machen Spaß, drei Treffen in der Woche! Und ich kann mir immer die hübschesten Kerle aussuchen!“

👍 *23 Personen gefällt das* ⇒ *43-mal geteilt*

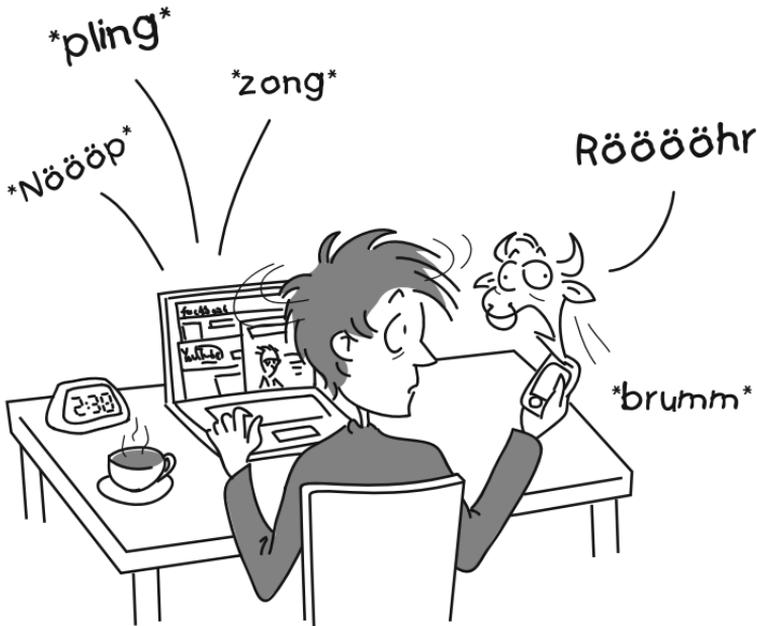
Nicht zu vergessen: Der vierjährige Markus, obwohl er unser Buch noch nicht lesen kann. Dafür kennt er sich schon bestens mit Touchscreens aus, seit ihm im Kindergarten der Bernhardiner Max begegnet ist – in einem Computerspiel, das auf Tablets prima läuft.

Literatur

1. Bleuler E (1910) Vortrag, Protokoll der Ordentlichen Winterversammlung des Vereins schweizerischer Irrenärzte, 26./27.11.1910, Bern
2. Celko M (2008) Hyperlocality: Die Neuschöpfung der Wirklichkeit GDI IMPULS, Bd. 2

2

Märchen vom Multitasking Dampf in allen Gassen – oder was wir von Odysseus lernen können



Während Thomas wild in die Pedale des Mountainbikes tritt, rasen seine Gedanken zurück an die Uni: Was hat er bloß falsch gemacht? Warum hat der Professor ihn durchfallen lassen? „Sie sind dem Marketing eines Versicherungsvertreters auf den Leim gegangen“, hatte Prof. Unrat festgestellt. Dabei sah die Website von makler22.com so seriös aus: viel blaue Farbe wie bei der *Tagesschau*, ein Experte mit ernstem Blick und randloser Brille – und die Zahlen zur Altersvorsorge hatte Thomas ganz einfach herunterladen können. Eine Modellrechnung, die dem Besucher der Seite schnell klarmacht: Wer privat in eine Rentenversicherung investiert, hat im Alter ausgesorgt. Und das war doch genau das Thema seiner Präsentation gewesen: „Die private Rentenversicherung als neue Form der Altersvorsorge“. Das missglückte Referat hatte er im Rahmen seines BWL-Studiums zu halten, mit Schwerpunkt auf Marketing. Thomas war jetzt im dritten Semester, also kein Anfänger mehr.

Außerdem beherrschte Thomas PowerPoint seit der Grundschule, seine Folien waren tadellos: in warmen Farben gestaltet, klar gegliedert und voller guter Schaubilder ... Darunter auch die Tabelle mit den Daten von makler22.com. Kaum war sie auf der Leinwand erschienen, fragte Prof. Unrat: „Haben Sie eigentlich die Annahmen geprüft, die zu diesem Traumergebnis führen?“ Annahmen? Der Experte hatte doch so ernsthaft gelächelt ... Doch der Professor ließ nicht locker: „Da muss ein Angestellter 45 Jahre astronomische Summen einzahlen ... und Sie müssen leider Ihr Referat noch einmal halten, Marketing ist nicht gleich Wissenschaft.“ Über den letzten Satz des Professors hatte sich Thomas besonders geärgert: „Typisch Facebook-Generation: immer abgelenkt, immer am Zap-

peln und Daddeln. Kein Wunder, dass Sie Schein und Sein nicht unterscheiden können.“ Das wurmte ihn immer noch, denn er hatte echt viel Arbeit investiert – und bis morgens um 5 Uhr gearbeitet.

Zu Hause angekommen, knallt Thomas die Tasche in die Ecke. Gekocht hat heute sein Vater Frank, der als Buchhalter halbtags für einen Lattenrosthersteller arbeitet. Das Abendessen steht auf dem Tisch, ein Nudelauflauf. Thomas beginnt über Prof. Unrat zu schimpfen. Der habe ja keine Ahnung, wie Studenten heute arbeiten: „Wir holen uns *alles* aus dem Internet. Bücher und Bibliotheken sind von gestern.“ „O.k.“, erwidert sein Vater, „aber als ich gestern Abend bei dir vorbeischaute, warst du nur auf Facebook unterwegs!“ Den Vorwurf kann Thomas nicht akzeptieren: „Es ist heute völlig normal, vieles gleichzeitig zu machen. Das nennt man Multitasking!“ – „Ja, wenn das so ist, warum hat sich der Professor so angestellt?“, staunt der Vater und fragt, ob Thomas immer so arbeitet.

„Na klar“, sagt sein Sohn und erzählt von der letzten Nacht. Mit dem Smartphone hatte er ständig Kontakt mit seinen Freunden. Per SMS bekam er mit, dass sie sich am nächsten Tag bei Bernd treffen, um Champions League zu schauen. Neuerdings läuft das immer über WhatsApp, weil kostenlos ... Und gerade gestern haben sie ihm die tollen Bilder von der letzten Party geschickt, die er gleich auf Facebook gepostet hat. Kein Problem, zwischendrin mit Google nach Daten für sein Referat zu suchen ... bis das Chatfenster von Facebook aufploppt: Julian will kurz seinen Liebeskummer loswerden. Für seine Freunde ist Thomas immer da, deshalb heißt das ja soziales Netzwerk. Eine weitere halbe Stunde vergeht, Julian ist getröstet, und die Recherchen

gehen weiter. Die ersten Zahlen sind schnell heruntergeladen, die edle Website von makler22.com hat sie geliefert. Und wieder meldet sich Facebook mit einer Nachricht: ein tolles Video von Bon Jovi. Anschauen, liken und teilen – und dann weiter mit der Präsentation.

Da zwitschert das Smartphone wie eine Schar Spatzen. Dieser Klingelton, denkt sich Thomas, ist irgendwie blöde. Seine Freunde wollen jetzt lieber zu Julian, um Bayern München anzufeuern. Gut, dass er das gleich erfährt. Und einen neuen Klingelton lädt sich Thomas sofort runter. Wie wäre es mit dem brüllenden Ochsen? Oder doch lieber die Luftschuttsirene aus dem Zweiten Weltkrieg? Egal ... weiter mit den Recherchen: Was behauptet dieser Experte in einem wissenschaftlichen Aufsatz? Die private Altersvorsorge sei vor allem Geschäftemacherei der Versicherungskonzerne? Inzwischen ist es kurz vor Mitternacht, also keine Zeit mehr für gegenläufige Recherchen. Der seriöse Herr von makler22.com wird schon keinen Unsinn ins Netz stellen – mit so vielen Zahlen! Jetzt sind die Folien an der Reihe, geschickt wählt Thomas ein passendes Design, dezentes Grau für die Buchstaben, eine orangefarbene Basislinie – das überzeugt mit Sicherheit.

Da brüllt der Ochse – und eine lebenswichtige Nachricht über WhatsApp ist eingetrudelt: keine Champions League! Lieber Kino! Der neue Film mit Bruce Willis ... schnell ist der Schauspieler gegoogelt. Mal sehen, was über den Film zu erfahren ist. Super, ein Werbetrailer! Das Referat ist fast fertig, der Trailer bietet ein wahres Feuerwerk, die Leichen purzeln nur so von den Dächern. Das müssen auch die anderen sehen: schnell den Facebook-Button drücken, um das tolle Video mit allen Freunden zu teilen. Langsam fallen Tho-

mas vor dem Rechner die Augen zu, die Uhr am Bildschirm zeigt 2:38. Kopfhörer auf, iTunes hochgefahren – mit dem richtigen Rhythmus im Blut fliegen die Finger leicht über die Tastatur. Natürlich mit Bon Jovi. Tippfehler? Es kommt doch auf den Inhalt an ...

Nun fehlt der Präsentation noch der letzte Schliff. Was waren die zentralen Argumente für die private Vorsorge? Ein YouTube-Video hilft auf die Sprünge, sponsored by Allianz. „Macht nichts“, denkt sich Thomas, „so ein Video bringt es auf den Punkt, viel besser als wissenschaftliche Aufsätze!“ Und wieder brüllt der Ochse, der Klingelton fängt an zu nerven. Ein Foto aus der Disco hängt an der SMS, seine Kumpel grinsen in die Kamera, Bierflaschen in der Hand. „Ihr habt’s gut, bin fast fertig mit der Präsi“, schreibt Thomas dazu – und postet das Bild bei Facebook.

Im 19. Jahrhundert warnten Ärzte vor Gesundheitsgefahren, wenn ein Zug voller Menschen mit 30 km/h durchs Land „raste“.

„Da staunt Ihr, was wir jungen Leute alles in einer Nacht erledigen. Mein Professor hat das einfach nicht gecheckt!“ Inzwischen ist auch Sabine nach Hause gekommen, die Mutter von Thomas. Sie ist erschöpft, Tausende E-Mails und fünf nervige Meetings hat sie heute hinter sich gebracht. Sie arbeitet Vollzeit in der PR-Abteilung einer Großbank – und hört gerade die letzten Worte ihres Sohnes. Dabei runzelt Sabine immer mehr die Stirn. „So, so, das nennst Du Multitasking ...“, setzt sie an, als eine Luftschuttsirene über den Tisch schrillt. Thomas greift zum Handy, den brüllenden

Ochsen hat er noch in der Nacht zurück in seinen App-Stall geschickt. Er versinkt in seinen Nachrichten und tippt gleich drei Antworten. Nach Bruce Willis wollen die Freunde noch ins *Rocky-Café*, das er nicht ausstehen kann. Da muss er sofort in die virtuelle Diskussion eingreifen ... „Erde an Thomas“, fängt Sabine wieder an – und widerwillig legt ihr Sohn das Smartphone zur Seite. „Multitasking ist ein großes Märchen“, behauptet sie. „Wir leben in einer Zeit der großen Ablenkung: der Nachrichtenbildschirm in der Arztpraxis oder Apotheke, flimmernde Werbung im Supermarkt, Smartphones und iPads in Autos, auf Sofas und im Laufstall der Kleinkinder.“

Genau dieser Eindruck drängt sich heute auf. Die Unterhaltungsindustrie verbündet sich mit Computerherstellern, um in immer kürzeren Zyklen neue Wunderwaffen auf den Markt zu werfen – Geräte mit hohem Nutzfaktor, die immer leichter zu bedienen sind und überall zum Einsatz kommen. So ist es nur konsequent, dass der Begriff „Multitasking“ aus dem IT-Bereich kommt. Ursprünglich ist damit die Fähigkeit eines Betriebssystems gemeint, mehrere Aufgaben gleichzeitig auszuführen ... und statt Maschinen an Menschen anzupassen, geschieht das Gegenteil: Wir kopieren ihre technischen Eigenschaften, indem wir zum Hansdampf in allen digitalen Gassen werden.

Was ist daran verwerflich? Geht es nicht darum, konservative Denkstrukturen aufzubrechen, in denen ältere Generationen gefangen sind? In deren Zeit war schließlich alles ganz anders und selbstverständlich viel besser. Disziplin und Ordnung waren große Tugenden – wer sich zu viel Muße und Ablenkung hingab, wurde bestraft. Das geschah in der Schulzeit, wenn die Generation X *Schiffe versenken* spielte,

während sich der Lehrer an der Tafel abmühte. In diesem Fahrwasser scheint Prof. Unrat unterwegs zu sein, wenn er Thomas an den Kopf wirft, seine Freunde und er gehörten zur „Generation abgelenkt“. Jede technische Revolution ruft Maschinenstürmer auf die Barrikaden, Multitasking gehört heute einfach zu den basalen Kompetenzen, um mit digitalen Medien produktiv umzugehen.

„Moment!“, wird jetzt die Mutter von Thomas einwerfen und auf die Tageszeitung klopfen, die sie sich nach dem Essen geschnappt hat. „In vielen Medien ist etwas ganz anderes zu lesen: Wissenschaftler haben herausgefunden, dass Leistungen durch Multitasking in der Regel schlechter werden.“

Wer mit dem Auto an einer Ampel steht und dabei E-Mails checkt, senkt seine fahrerischen Fähigkeiten um mindestens 40 %. Der Stresspegel geht nach oben und die Fehlerquote ebenfalls – auf ein Niveau, das sonst Fahrer erreichen, die 0,8 Promille im Blut haben [1].

Das stimmt, denn die Mehrheit der Studien zeigt: Leistungen steigen nicht, wenn Menschen parallel zahlreiche Informationskanäle nutzen und gleichzeitig versuchen, eine Aufgabe zu lösen. Der Grund: Das Gehirn sieht sich mit einer völlig neuen Form der Wahrnehmung konfrontiert. Multitasker glauben zwar subjektiv, besonders leistungsstark zu sein, so wie Thomas in seiner Nacht ohne Schlaf. Allein die Zeitersparnis! Aber die Realität sieht anders aus. Beim aktiven Multitasking sinkt die Effizienz der Arbeit, und die Fehlerquote geht nach oben. Das Gehirn teilt nämlich seine Ressourcen auf mehrere Aufgaben auf, wobei es Denkleis-

tung von der zentralen „Task“ abzieht, um die nebensächlichen Aufgaben parallel zu bearbeiten. „Wir können unser Großhirn ausquetschen wie Zitronen und müssen dennoch schmerzlich feststellen, dass Konzentration und Ergebnis beim mehrfach parallelen Arbeiten unweigerlich leiden“, stellt Joachim Müller-Jung in der *FAZ* fest [2].

Handelt es sich um Routineaufgaben, fällt das nicht weiter auf, etwa bei der beliebten Kombination aus Bügeln und Fernsehen. Geht es aber um anspruchsvolle Aufgaben, schleichen sich schnell Fehler ein. Das ist auch Thomas passiert, der keine Zeit mehr für gründliche Recherchen hatte. Er wurde immer wieder aus seiner Konzentration gerissen, durch Champions League, Bruce Willis, Liebeskummer auf Facebook und brüllende Ochsen.

Hätten Gehirnforscher in dieser Nacht den Kopf von Thomas gescannt, wäre auch bei ihm deutlich geworden: Wer unterschiedliche Aufgaben parallel erledigt, beansprucht verschiedene Gehirnregionen. Je unterschiedlicher diese Aufgaben sind, desto weiter liegen die aktivierten Bereiche auseinander. Das stört nicht weiter, solange es sich um einfache Aufgaben handelt und die gesamte Kapazität des Gehirns nicht überschritten wird. Der Haken dabei: Werden die Aufgaben komplexer, fällt es uns nicht mehr leicht, zwischen den Gehirnregionen zu wechseln. Der Arbeitsprozess wird ineffizient!

In eine ähnliche Richtung gehen die Arbeiten von Etienne Koechlin, Gehirnforscher an der *École normale supérieure* in Paris. Er beschreibt in einer Studie, wie unser Gehirn scheinbar parallel arbeitet [3]. Dafür ist der präfrontale Kortex zuständig, die Steuerzentrale für Sensorik, Gedächtnis und Motivation. Er gehört zum Stirnlappen,

der mit allen Bereichen konzentriert arbeitet, wenn eine einzige Aufgabe zu bewältigen ist. Geht es beim Multitasking um zwei Aufgaben, wird die Arbeit aufgeteilt: jeweils eine Aufgabe in einer Hälfte des Stirnlappens. Mehr ist physiologisch nicht möglich! Die beiden Hirnhälften funktionieren dabei nicht parallel, sondern arbeiten im Wechsel, Ergebnisse werden zwischengespeichert. Damit stößt das Multitasking beim Menschen auf eine klare Barriere: „Die menschlichen Fähigkeiten scheinen begrenzt zu sein, zwei konkurrierende Ziele zugleich zu verfolgen“, stellt Koechlin fest. Seine Erkenntnisse gewann er übrigens, indem er Probanden im Hirnscanner zwei oder mehr Buchstabenrätsel lösen ließ.

Unser Gehirn kann sich also zeitgleich nur auf eine, maximal zwei komplexe Tätigkeiten konzentrieren – sonst geht es im Sturm der Informationen leicht unter. So kann es passieren, dass unsere Arbeit immer seltener eine geistige Tiefe erreicht, die der Komplexität der modernen Welt gerecht wird.

Digitale Ambivalenz

Beim langweiligen *Tatort* E-Mails auf dem Smartphone checken ... o.k. Eine SMS schreiben, während der Professor dröge Theorie im Hörsaal verbreitet ... gerade noch o.k. Denn eines ist klar: Es gibt viele Situationen, in denen Multitasking keinen Schaden anrichtet. Aber: Die Digitale Ambivalenz wird spürbar, wenn es um anspruchsvolle Arbeit am Rechner geht. Millionen Optionen für Recherchen aller Art; Daten, Fakten, Statistiken in Hülle und Fülle – und

zugleich tausend digitale Klippen, an denen wir Schiffbruch erleiden können, genau wie es Thomas erlebt hat.

Der große Bruder des Multitaskings ist die Oberflächlichkeit. Das Interesse an tieferen Erkenntnissen kann verloren gehen; ein kurzer Kitzel reicht aus, um beim Konsum moderner Medienprodukte „glücklich“ zu sein. Daher die hohe Schlagzahl in unserer medial geprägten Gesellschaft. Gestern noch Pferdefleisch in der Lasagne, heute NSA – und morgen? Oberflächlich wird unsere Wahrnehmung der Welt – und die Wahrnehmung der eigenen Arbeit. Multitasking führt zu schwachen Ergebnissen, die zwar an der Oberfläche funkeln wie manche PowerPoint-Präsentation. Aber: Die Identifikation mit unserer Arbeit sinkt, da wir dem raschen Ergebnis unsere Fähigkeit zur tieferen Konzentration opfern.

Dieser Welt setzt der buddhistische Mönch Thích Nhất Hanh die These entgegen: „Achtsamkeit wirft ihr Licht auf alle Dinge. Achtsamkeit bringt die Kraft der Konzentration. Achtsamkeit führt zu tiefer Einsicht“ [4]. Doch diese seelische Fähigkeit entsteht nicht durch Multitasking, das einen oberflächlichen Umgang mit der Welt fördert. Natürlich bedarf es nicht immer der „Kraft der Konzentration“. Entspannung als Kontrapunkt ist genauso wichtig, etwa im Fernsehsessel, wenn Oliver Welke zur *heute-show* begrüßt.

Im Alltag aber ist Achtsamkeit unverzichtbar, egal ob es ums Autofahren, um Gespräche mit Geschäftspartnern oder Telefonaten mit Freunden geht, die ihren Liebeskummer ausschütten wollen. Achtsamkeit fördert die Konzentration, das Smartphone sollte Urlaub im „Flugmodus“ machen. So entwickeln Menschen ihre geistige Präsenz, um sich ganz dem Gegenüber zuzuwenden – oder eine Aufgabe ohne äu-

ßere Störungen zu lösen. Eine Einsicht, die Thomas in seinem Studium noch entwickeln kann.

Vielleicht hilft auch ein Blick in das Leben von Odysseus. Der Held Homers wusste, wie gefährlich die Sirenen sind. Daher ließ er sich an einen Mast des Schiffes binden, als die verführerischen Sirenen ihren Gesang anstimmten. Seinen Kumpels am Ruder befahl er, sich Wachs in die Ohren zu stopfen. So entgingen alle der Gefahr, von den Sirenen auf die Klippen gelockt zu werden. Doch Odysseus selbst konnte den bezaubernden Gesang genießen ... Auch wir wissen heute, welche Sirenengesänge in der digitalen Welt erklingen. Mit etwas virtuellem Wachs können wir lernen, diese Digitale Ambivalenz zu meistern. Dann nutzen wir alle Optionen der digitalen Welt – ohne dass uns moderne Sirenen an Klippen zerschellen lassen.

Tipps zum (Über-)Leben in der Digitalen Ambivalenz

- Blockieren Sie Banner, Pop-ups und Videowerbung (z. B. <https://adblockplus.org>).
- Stellen Sie die Pop-up-Funktion Ihres E-Mail-Programms ab (E-Mails lassen sich auch ein paar Stunden später bearbeiten).
- Schließen Sie alle Fenster, in denen Sie nicht aktiv arbeiten.
- Beenden Sie Ihre ständige Erreichbarkeit, indem Sie Anrufe auf den Anrufbeantworter und/oder die Mailbox laufen lassen (ein späterer Rückruf ist immer möglich).

- Stoppen Sie Push-Mitteilungen aus sozialen Netzwerken (Sie bleiben auch so auf dem Laufenden, wenn Sie bewusst auf Facebook gehen).

Übung macht den Loser

Wie dich Multitasking sicher ins Grab bringt

Mit einer einfachen Trainingseinheit findest du heraus, wie Multitasking dich sicher ins Grab bringt. Eigentlich willst du das neue Buch lesen, das du diese Woche gekauft hast. Eine viel zu kümmerliche Herausforderung. Greife daher zum Telefon und rufe drei Freunde an, um eine Telefonkonferenz über den nächsten Grillabend abzuhalten! Schalte zusätzlich den Fernseher ein, um eine Verkaufssendung zu sehen! Dann greifst du während der Telefonkonferenz zum Handy und bestellst, was gerade gezeigt wird, z. B. ein Lichtschwert. Klar, als Star-Wars-Fan wolltest du das schon immer haben.

Kommentiere parallel die Sendung auf Twitter, lade ein Bild des Lichtschwertes auf Facebook hoch. Und vergiss dabei nicht, in der Tageszeitung den Kommentar des Tages zu lesen. Wechsle zeitgleich den Filter deiner Kaffeemaschine! Die brauchst du für den Grillabend, die Telefonkonferenz läuft auf Hochtouren. Thema: Pils oder Weizen? Klappe jetzt auf jeden Fall den Laptop auf und checke neue Mails ... keine da? Egal – scrolle durch die alten! Bedingung für den Erfolg: Wirklich alles gleichzeitig machen, sonst wirst du kein Multitasking-Experte! Halte diese Übung mindestens 15 Minuten durch und wiederhole sie jede Stunde. Im Zweifelsfall lass dir weitere Arme implantieren, damit du dieses Pensum schaffst. Es ist erst der Anfang ...

Literatur

1. Heibl J (2008) Effizientes Lernen: Risikofaktor Multitasking. http://www.focus.de/wissen/mensch/campus/tid-10159/effizientes-lernen-risikofaktor-multitasking_aid_305173.html. Zugegriffen: 19.12.2013
2. Müller-Jung J (2010) Multitasking ist ungesund. <http://www.faz.net/aktuell/feuilleton/debatten/digitales-denken/resultat-der-hirnforschung-multitasking-ist-ungesund-1967880.html>. Zugegriffen: 17.01.2014
3. Koechlin E, Charron S (2010) Divided Representation of Concurrent Goals in the Human Frontal Lobes. *Science* 16(328. no. 5976):360–363 (April 2010)
4. Hanh TN (2006) Das Wunder der Achtsamkeit. Einführung in die Meditation. Theseus, Bielefeld