



Manfred Spitzer

Die Smartphone Epidemie

Gefahren für Gesundheit, Bildung und Gesellschaft

Klett-Cotta-Verlag, Stuttgart

2. Druckauflage 2018, 368 Seiten, gebunden

ISBN: 978-3-608-96368-7

Manfred Spitzer warnt auf der diesjährigen Frankfurter Buchmesse beim Talk mit Bärbel Schäfer im ARD-Forum dringend vor einer weiteren Digitalisierung von Lernmedien und unkontrolliertem Smartphone-Konsum bis zum 25. Lebensjahr. Seine zentralen, wissenschaftlich abgesicherten Aussagen über Negativfolgen wie Kurzsichtigkeit, IQ-Verlust, Notenverschlechterung und Suchtentwicklung hat Spitzer in seinem neuen Buch „**Smartphone-Epidemie. Gefahren für Gesundheit, Bildung und Gesellschaft**“

festgehalten. Der Autor nennt allein 100 internationale Studien auf 45 Seiten, die belegen, wie gefährlich insbesondere für Kinder und Jugendliche ungezügelter Handykonsum und eine Verdigitalisierung ihrer Lernmittel sind.

Gefahr Kurzsichtigkeit

Die Studien zeigten insgesamt, „dass das Smartphone wirklich massive Risiken und Nebenwirkungen macht“, so der Leiter der Psychiatrischen Universitätsklinik in Ulm und Neurowissenschaftler Prof. Dr. Dr. Manfred Spitzer. Beispielsweise wisse man seit drei, vier Jahren, „dass sich bei Heranwachsenden Kurzsichtigkeit entwickelt, wenn sie zu viel in die Nähe auf einen Bildschirm schauen. Wenn das heranwachsende Auge versuche scharf zu stellen, schaffe es das nur durch Längenwachstum, wodurch zwangsläufig Kurzsichtigkeit entstünde, und zwar nur im Alter zwischen 0 und 25 Jahren“, so Spitzer. Zudem sei das Dumme halt, dass das Smartphone, welches das am meisten benutzte digitale Endgerät sei, auch noch den kleinsten Bildschirm habe, „weswegen man es, um zu lesen, besonders nah vor die Augen hält“, so der Neurowissenschaftler.

In Südkorea wären bereits 95 Prozent der Unter20jährigen kurzsichtig. „Das nennt man Epidemie, und zwar Sehbehinderungs-Epidemie, eine erworbene Sehbehinderung, die normalerweise ein bis fünf Prozent der Bevölkerung betrifft“, erklärt Spitzer. In Europa liege die Kurzsichtigkeitsrate bei den Unter20jährigen mittlerweile bei 30 Prozent und in China, einem ähnlich wie Korea hoch digitalisiertem Land, bei 80 Prozent.

Gefahr Suchtpotential

Woran es denn liege, hakt Moderatorin Bärbel Schäfer nach, dass wir sehenden Auges auf eine medizinische Katastrophe zusteueren und dass junge Menschen ein so emotionales Verhältnis zu ihrem Gerät entwickelten und sagten „das ist mein Leben“?

Unter anderem läge es daran, so Spitzer, dass viele Anwendungen, die auf dem Smartphone laufen, Sucht erzeugten. Das haben Programmierer selbst publiziert. In Südkorea gäbe es bereits 30 Prozent Smartphone-Süchtige, so der Neurowissenschaftler.

Das Smartphone macht süchtig. Das sei auch seit Sommer 2017 von der WHO als Krankheit anerkannt. „Über Jahre hinweg war es nur für die Forschung anerkannt, um es weiter zu untersuchen. Mittlerweile sind Internet und Computersucht eine anerkannte Krankheit“ und die laufe zumeist über das häufigste benutzte digitale Endgerät, nämlich über das Smartphone, genauso wie die Facebook-Sucht untersucht und bestätigt sei. Es wäre nachgewiesen, dass bei der Facebook-

Sucht die gleichen Hirnzentren wie bei der Kokainsucht beteiligt wären. „Wir wissen darüber ganz viel. Ich wollte das Buch schreiben, damit keiner mehr sagen kann: ‚Hey, Sie wussten das alles, und Sie haben nichts gesagt. Wäre doch wichtig gewesen!‘ Jetzt kann keiner mehr sagen: ‚Wir haben’s nicht gewusst!‘“, erklärt Spitzer sein kompromissloses Engagement gegen den leichtfertigen, vom allgemeinen Mainstream und der Bitkom-Industrie befeuerten Smartphone-Konsum von Kindern und Jugendlichen.

Die Facebook-Sucht funktioniere beispielsweise über die Verstärkung von bestimmten Verhaltensweisen: „Wir sind neugierige Menschen vor allem auf soziale Sachverhalte“, so Spitzer, und bei Facebook gäbe man Zeit rein und kriege Likes raus! „Menschen mögen gemocht werden – das ist eines unserer Grundbedürfnisse. Genauso sind wir von Grund auf neugierig: wir wollen wissen, was die anderen machen. Und wenn die uns dauernd Nachrichten schicken, gucken wir auch dauernd rein.“, erklärt der Neurowissenschaftler.

Gefahr IQ-Verlust

Es sei mittlerweile sogar wissenschaftlich nachweisen, dass Leute dann einen wesentlich geringeren IQ haben, wenn sie bei ihrer Arbeit ein Smartphone neben sich auf dem Schreibtisch liegen haben, selbst, wenn es ausgeschaltet ist: „Sie könnten es ja einschalten und etwas nachgucken. Und sie müssen dauernd versuchen, aktiv das nicht zu tun. Und weil wir diesen Impuls dauernd unterdrücken müssen, fehlt ihnen der Gehirnschmalz, zum Beispiel, wenn Sie einen IQ-Test machen, was sich so auswirkt, dass einer, der mit einem IQ von Gymnasiasten sein Smartphone auf den Tisch legt, dann bloß noch einen IQ von einem Hauptschüler hat“, erklärt der Neurowissenschaftler. Das habe eine große amerikanische Studie herausgefunden.

Selbst wenn das Smartphone ausgeschaltet in einer Handtasche läge, könne es die Konzentration beeinträchtigen, aber nicht ganz so schlimm, als wenn es auf dem Tisch läge. Auch das wurde untersucht, so Spitzer. Am ‚sichersten‘ sei es natürlich das Smartphone ausgeschaltet im Nachbarzimmer zu lassen, damit man es gar erst nicht sähe.

Gefahr von Lernverhinderung

„Wenn ich mich dem jetzt entziehe, bin ich ja plötzlich gestrig, old school, old fashion und gar nicht mehr vorne, wo angeblich alles passiert“, so Bärbel Schäfer und fragt: „Was antworten Sie denn denen, die sagen: Sei nicht von gestern, wir müssen nach vorne?“. „Die sollten besser ihre Hausaufgaben machen, so Spitzer, denn es könne doch nicht sein, „dass wir dieses Ding kaufen, nur weil es alle kaufen, nur weil jemand sagt, das sei die Zukunft!“, so der Neurowissenschaftler. Er habe zwar auch Smartphone und Computer, weil es „ein tolles Werkzeug ist, wenn man bestimmte geistige Arbeiten verrichten will“. Aber taue nicht zum Lernen! Denn gelernt werde ja nicht durch Downloaden: „Mein Gehirn macht sowas nicht, kann es nicht. Gehirne lernen, indem sie arbeiten. Denn Gehirne müssen arbeiten, und wenn sie dann arbeiten, dann ändern sich die Verbindungen zwischen den Nervenzellen. Die nennt man Synapsen, und die werden wirklich stärker. Und diesen Prozess nennen wir lernen“, erläutert Spitzer die neuronalen Basics des Lernens und legt noch ein Schippchen drauf: „alles, was ich dem Geist an Arbeit abnehme, verhindert Lernen, weswegen Computer Lernverhinderungsmaschinen sind!“, warnt der Neurowissenschaftler und schimpft: Es sei daher ein Skandal, dass aber all unsere Schulen wider besseren Wissens dennoch digitalisiert werden sollen.

Gefahr von Notenverschlechterung

Längst sei nachgewiesen, dass, wenn Schulen digitalisiert würden, „der Lernerfolg um zirka 20 Prozent abnimmt“. Dazu gäbe es große, riesige Studien, die Spitzer alle in seinem Buch benennt. Wenn man Pisa-Daten der letzten 10 Jahre analysiere und schaue, wie sich Schüler der etwa 60 miteinander verglichenen Nationen in Pisa verändert haben und wie viel in jedem dieser Länder in

digitale IT-Technik an Schulen investiert wurde, sähe man, dass überall dort, wo am meisten in die digitale schulische Infrastruktur gesteckt wurde, die Noten der Schüler am meisten heruntergegangen seien. Australien zum Beispiel investierte im Jahr 2008 rund 2,4 Milliarden mit der Folge, dass hier die Schüler in den PISA-Ergebnissen am heftigsten abgeschmiert sind und sich massiv verschlechtert hätten, so Spitzer. Der Neurowissenschaftler warnt dringend davor, hierzulande entgegen aller neuen Erkenntnisse der Neurowissenschaft KITAS und Klassenzimmer digital aufrüsten zu wollen, während man in anderen Ländern aufgrund negativer Erfahrungen wie Verschlechterung der Schulnoten zurückrudere. So habe beispielsweise der französische Präsident Macron ab Herbst 2018 ein Smartphone-Verbot an Schulen durchgesetzt. Macron habe vielleicht eine große Londoner Studie von Wirtschaftswissenschaftlern über Telefonverbote zwischen 2002 und 2012 an 90 Schulen für 30 000 Schüler gelesen. Der Effekt war, dass sich innerhalb der fünf Jahre nach dem Handyverbot die Notendurchschnitte im Vergleich der fünf Jahre vor dem Handyverbot deutlich verbessert hatten.

Gefahr, dass die Lernschwachen noch schwächer werden

Aber die Studie, die aufgrund der enormen Datenmenge Subgruppen-Analysen ermöglicht habe, hätte außerdem gezeigt, dass die Schwächsten, zirka 20 Prozent der Schüler, sich durch Smartphone-Verbot am meisten verbessert hätten. Der Notenschnitt der 20 Prozent besten Schüler änderte sich hingegen nicht. In den Leistungsgruppen dazwischen ginge es mit der Notenverbesserung wie in Treppchen. Es stimme also nicht, dass man Bildungs-Gerechtigkeit dadurch schaffe, indem man jedem Hartz-IV-Empfängerkind ein Smartphone oder anderes digitales Endgerät kostenlos zur Verfügung stelle, damit „ein Arbeiterkind den gleichen Zugang zur Bildung habe“, so der Neurowissenschaftler. Das wäre ideologisches Wunschdenken, da Fakt sei: „Wenn sie ‚den Schwachen‘ digitalisieren, wird der noch schwächer, und das ist das Unsozialste, was sie machen können!“

Mit Digitalisierung des Unterrichtes werde vor allem denen geschadet, „die sowieso schon schwach sind. Das ist nachgewiesen, nicht nur in der Studie, die ich gerade erwähnt habe, sondern in fünf, sechs anderen auch“, so Spitzer.

Vorwissen entscheidet über Digitalnutzen

Um überhaupt digitale Medien produktiv nutzen zu können, benötige man weder große Medienkompetenz noch einen Internet-Führer-Schein, sondern entsprechendes Vorwissen, so Spitzer. Denn „je mehr Sie wissen, desto besser können Sie auch googlen. Ihr Vorwissen hilft Ihnen, das, was Ihnen Google auf den Bildschirm schmeißt, zu werten. Wenn Sie kein Vorwissen haben, dann nützt Ihnen Google null.“, so der Neurowissenschaftler.

Es sei daher ganz wichtig, dass in Kindheit und Jugend das Gehirn massiv auftrainiert werde, weil es nur so funktioniere. Das kindliche Sprachzentrum, lerne beispielsweise dadurch sprechen, dass mit dem Kind gesprochen werde. Es sauge sozusagen aus dem Gespräch die Information, die Bedeutung des Gesagten, was in den Synapsen abgebildet werde. Der Witz dabei sei, so Spitzer: „Wenn Sie dann noch eine zusätzliche Sprache lernen, werden die Sprachzentren noch trainierter, und wenn sie noch eine weitere Sprache lernen, noch trainierter. Und mein Punkt ist: Wenn einer fünf Sprachen kann, dann lernt er dann besser noch eine sechste, als einer, der nur die Muttersprache kann, weil er schon fünf Sprachen kann.“ Es sei ein Irrglaube, wenn man sage „Meine Sprachzentren sind langsam voll. Ich kann schon fünf Sprachen.“ Daraus folge, dass das Gehirn im Gegensatz zu einer Festplatte, die irgendwann voll ist, umso mehr noch weitere Informationen aufnehmen kann, „je mehr schon da drin ist“.

Es stimme einfach nicht, wenn gesagt werde, die Digital Natives seien gut dran, weil sie Informationen auslagerten und deswegen mehr Platz für anderes in ihrem Gehirn reservierten. „Wenn sie in der Schule kein Englisch lernen, dann haben sie nicht 20 Prozent mehr Platz für

Chinesisch, das ist dummes Zeug. Alles, was sie in ihrer Jugend nicht gelernt haben, erschwert Ihnen weiteres Lernen im Alter, weswegen es so wichtig ist, dass wir im Gegenteil in der Jugend nichts auslagern. Rechtschreiben, Kopfrechnen, auf Bäume klettern, Fußballspielen, sich mit den Händen beweisen, all das ist Lernen, ist wichtig zum Lernen“, so Spitzer. Es wäre zudem für die Hirnentwicklung ganz furchtbar, dass sich in den letzten 30 Jahren der Aktionsradius von Kindern auf 10 Prozent verringert habe.

Apple baut Haftungsansprüchen wegen Smartphone-Risiken vor

Selbst Apple-Chef Tim Cook empfiehlt zu einem maßvolleren Umgang mit Smartphones, weswegen auf den letzten Entwicklerkonferenzen Software vorgestellt wurde, „die uns besser erlaubt, auch unsere eigene Smartphone-Nutzung zu begrenzen und vor allem auch Eltern ermöglicht, den Smartphone-Konsum der Kinder besser zu kontrollieren.“ Der Hintergrund dieser Entwicklung sei gewesen, erläutert Spitzer, dass im Januar 2018 Apple-Investoren besorgt auf die gesundheitlichen Nebenwirkungen von Smartphones hingewiesen und angefragt hätten, was Apple eigentlich täte, wenn 5 Milliarden Nutzer den Konzern verklagten: „dann seid sogar ihr, die reichste Firma der Welt, pleite. Apple hat das sehr ernst genommen, und hat tatsächlich reagiert: Daran sieht man ja auch, wie schlimm es schon ist“, unterstreicht der Neurowissenschaftler.

„Was ich sage, ist ja nur das, was in der medizinischen Literatur steht. Daten, die zeigen, dass Kinder in der Schule besser werden, wenn sie Computer einführen oder Smartphone, Tablets, die gibt es nicht!“, resümiert Spitzer und schimpft mit Recht: „Wenn man weiß, dass dieses Ding (Smartphone) dem Lernen von Schülern massiv schadet, und andere digitale Medien an Schulen auch, dann bin ich doch dagegen, dass erstens die Regierung dafür 5 Mrd. in die Hand nimmt, zweitens, eine Grundgesetzänderung macht, um das Lernen zu stören und gleichzeitig noch die Bildungshoheit den Ländern zu entziehen und sie nach Kalifornien weiterreicht an die reichsten Firmen der Welt, die sich um unsere Kinder nicht kümmern, aber um ihren eigenen Profit. Das ist ein Skandal!“

Zum Beitrag: <http://rhein-main.eurokunst.com/smartphone-epidemie-kurzsichtigkeit-iq-verlust-notenverschlechterung-manfred-spitzer-warnt-dringend-vor-einer-weiteren-digitalisierung-von-kindergaerten-schulen-und-sonstigen-lernorten/>