

KenFM im Gespräch mit: Manfred Spitzer ("Cyberkrank!")

Erkennen Sie sich wieder?

Sie sitzen in einem Flieger, der nach gut zwei Stunden zur Landung angesetzt hat und jetzt auf dem Rollfeld Richtung finaler Parkposition schleicht. Noch ist das Betätigen des Mobiltelefons nicht gestattet, aber das hindert Sie nicht daran, jetzt und sofort Ihre Mails zu checken und über soziale Netzwerke der Restwelt klar zu machen, dass Sie wieder online sind.

Sie sind in einem Restaurant verabredet. Ihr Date hat sich verspätet. Sie stört das nicht, denn die Zeit verbringen Sie online mit ihrem Smartphone. Als Ihre Verabredung endlich erscheint, Sie essen, liegt Ihr Endgerät permanent auf dem Tisch und wird auch permanent von Ihnen bedient.

Wo immer heute Menschen sich im öffentlichen Raum treffen, sind die, die nicht vor Ort sind, wichtiger. Statt das zu tun, weshalb man sich ursprünglich verabredet hatte, eine echte Unterhaltung zu führen, befinden sich sämtliche Mitglieder der Gruppe in Solo-Gesprächen, die sie online führen. Wer kein Mobiltelefon dabei hat oder dessen Akku alle ist, hat in dieser Runde eine völlig isolierte Position.

Digitale Kommunikation ist Fluch und Segen zugleich!

Obwohl das Smartphone gerade mal zehn Jahre auf dem Markt ist, hat es die gesellschaftliche Kommunikation grundlegend verändert. Am massivsten betroffen ist jene Generation, die nie ohne Smartphone leben musste, die rund um die Uhr in Chats festhängt, Selfies postet und das Gefühl hat, 24 Stunden am Tag auf die Community reagieren zu müssen.

Diese Teenager und jungen Erwachsenen sind regelrecht süchtig nach dem digitalen Kick. Die Folgen dieser Sucht sind mit denen von Kokain vergleichbar. In beiden Fällen wird das identische Belohnungszentrum im menschlichen Gehirn aktiviert.

Nebenwirkungen?

Nach dem Bestseller „Digitale Demenz“ hat sich der renommierte Hirnforscher Manfred Spitzer erneut mit dem Thema Online-Sucht auseinandergesetzt. „Cyberkrank - Wie das digitale Leben unsere Gesundheit ruiniert“ ist ein Buch, das nachdenklich macht, denn hier werden die Ergebnisse internationaler Studien ausgewertet. Sie bestätigen, dass das chronische Online-sein-müssen einen verheerenden Einfluss auf das menschliche Gehirn hat.

Dass diese Fakten in unseren Konzern-Medien kaum Thema sind oder bestritten werden, hat mit der Macht der Telekommunikations-Branche zu tun. Wenn die Tabak-Lobby damals eine Schrotflinte war, sind die Kommunikations-Konzerne heute modernste Flugzeugträger.

Manfred Spitzer ist seit 1998 ärztlicher Direktor der Psychiatrischen Universitätsklinik Ulm. Den Trend, an Grundschulen und in Kitas vermehrt Tablets und Computer einzuführen, hält er für eine Katastrophe, die sich in der Hirnentwicklung der Jugend schon heute nachweisen lässt. Nicht nur die Strahlung, sondern auch das Suchtpotential von digitalen Endgeräten, wird von den Usern vollkommen unterschätzt. Es wird Zeit den Dauerkonsum auf seine Folgen zu hinterfragen.

Dieses Interview wird online veröffentlicht und dauert ca. 1 Stunde und 40 Minuten. Versuchen Sie mal, nachdem sie es gesehen haben, 48 Stunden lang offline zu bleiben. Komplett. Beobachten Sie sich dabei selber. Süchtig? Ja / Nein / Vielleicht ?!

Inhaltsübersicht:

00:07:54 [Das Gehirn ist kein Computer – aber Computer werden zu Gehirnen](#)

00:14:18 [Die Smartphone-Sucht: Definition und Folgen](#)

00:26:39 [Die wichtigsten Entwicklungsstufen des Gehirns](#)

00:35:38 [Kinder und Tablets – eine folgenschwere Kombination für Feinmotorik und Intelligenz](#)

00:51:54 [Totale Überwachung – vollautomatisch – 24/7](#)

01:06:34 [Buch oder Bildschirm: Wie sich das Gedächtnis natürlich bildet](#)

1:17:09 [Zusammenhang von TV-Konsum bei Kindern und Kreativitätsverlust](#)

1:30:53 [Wie wir trotz Smartphone, Tablet und digitalen Abhängigkeiten ruhig schlafen können](#)

+++

KenFM jetzt auch als kostenlose App für Android- und iOS-Geräte verfügbar! Über unsere Homepage kommt Ihr zu den Stores von Apple und Google. Hier der Link: <https://kenfm.de/kenfm-app/>

+++

Dir gefällt unser Programm? Informationen zu Unterstützungsmöglichkeiten hier: <https://kenfm.de/support/kenfm-unterstuetzen/>

