

# „Erwachsene müssen sich an die eigene Nase fassen“

**PZ-INTERVIEW** mit Social-Media-Coach Clemens Beisel über Stress durch Handys, die Smartphone-Nutzung der Schüler in der Region und die Verantwortung der Eltern

DAS GESPRÄCH FÜHRTE  
**SIMON WALTER**

Was früher der Bolzplatz war, ist laut Social-Media-Experte Clemens Beisel heute Snapchat. Schüler tummeln sich da, wo sie ungestört sind. Dennoch sollten Eltern ihre Kinder im Umgang mit dem Smartphone an die Hand nehmen – so wie Beisel bei seinen Workshops, die die Jakob-und-Rosa-Esslinger-Stiftung unterstützt.

**PZ:** Clemens, an rund 50 Klassen in Pforzheim und dem Enzkreis hast du Schüler nun über Smartphones und soziale Medien aufgeklärt. Was hat dich dabei am meisten überrascht?

**Clemens Beisel:** Zum einen der laxer Umgang mit den eigenen Daten – und zwar durchgängig von der fünften bis zur achten Klasse. Zum anderen wurde mir bewusst,

wie schnell ein soziales Netzwerk hochpoppen kann: Snapchat hat zu Beginn unserer Workshops – im Januar – hier in der Region noch keine Rolle gespielt. Und jetzt nutzen es in vielen Klassen 70 Prozent der Schüler. Und drittens hat mich überrascht, dass relativ wenige Kinder mit ihren Eltern über das Internet sprechen.

**Laut der Umfrage führt solche Gespräche nur knapp jeder dritte Zehn- bis 14-Jährige. Spannend ist auch, dass fast die Hälfte der Smartphone-Besitzer durch das Gerät gestresst ist. Und fast die Hälfte der WhatsApp-Nutzer bekommt gefühlt über 100 Nachrichten am Tag ...**

Da muss man zwar beachten, dass sie die Zahl eher zu hoch einschätzen. Aber auch wenn es 50 Nachrichten statt 100 sind: Auch das sind dann 50 Störungen, die einen unterbrechen, weil man aufs Handy schaut. Und das sind ja nicht

die einzigen Benachrichtigungen: Es gibt noch Snapchat, Instagram, Musically, Spiele-Apps. Die Folge ist ein Phänomen, das fast jeder Schüler kennt: Er konzentriert sich auf etwas wie die Hausaufgaben, sein Handy blinkt, er schaut drauf – und weiß schon nicht mehr, was er davor gemacht hat.

**Die Umfrageergebnisse zeigen ja, dass vielen Schülern das Stresspotenzial der Handys bewusst ist – wieso ändern sie ihr Nutzungsverhalten dann nicht?**

Ich glaube, ihnen wird das erst bewusst, wenn ich sie im Workshop danach frage. In den Gesprächen stellen dann schon viele fest: Krass, eigentlich könnte das Smartphone doch was Sinnvolles sein – aber wir verwenden es nicht sinnvoll. Wenn diese Erkenntnis da ist, ist eine Klasse oft offen dafür, mal für ein paar Tage aufs Smartphone zu verzichten.

**Wie können Eltern ihre Kinder dabei unterstützen, den Smartphone-Stress zu mindern?**

Bis zu einem gewissen Alter durch klare Regeln. Das sind Kinder – und Kinder dürfen und müssen ein Stück weit an der Hand genommen werden. Einem Kind ein Smartphone zu erlauben und sich dann nicht mehr darum zu küm-



Ob in der Schule oder beim Sport: Smartphones sind aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken – weder für Clemens Beisel (Mitte) noch für die Reuchlin-Schüler Eva, Julius, Ines Rafaela, Melissa, Luke, Julian (von links, im Uhrzeigersinn), die an seinem Workshop teilnehmen.

FOTO: SEIBEL

## SMARTPHONENUTZUNG DER 10- BIS 14-JÄHRIGEN

Geschätzte Anzahl an täglichen Whatsapp-Nachrichten

(Umfrage unter 854 Whatsapp-Nutzern)

Maximal 100  
Nachrichten  
55,7%



100–300  
Nachrichten  
29,2%

**Clemens Beisel**

Seit 2008 arbeitet Clemens

**Projekt der Jakob-und-Rosa-Esslinger-Stiftung**

20 Klassen wollte die Jakob-und-Rosa-Esslinger-Stiftung das nächste Schuljahr bieten. Stif-