
Vorwort

Das Verfassen des vorliegenden Bandes war mir längere Zeit ein Anliegen, obwohl ich die Idee des Schreibens immer wieder verworfen habe. Nach einem Interview zum Thema Smartphone-Nutzung in Deutschland mit dem Spiegel-Redakteur Guido Kleinhubbert (siehe auch sein Spiegel-Bericht „Das Volkslaster“ auf S. 62–63 in der Ausgabe 13/2015) ermunterte er mich, dieses Buch zu schreiben. Ich entschied mich nach dem damaligen Interview gegen das Verfassen von *Homo Digitalis* und gab das Schreiben des nun vorliegenden *essentials* für meine Arbeit an *Persönlichkeit – Auf der Suche nach unserer Individualität* auf (Montag 2016). Meine Zweifel an dem Projekt *Homo Digitalis* sind darauf zurückzuführen, dass es sich bei der Thematik um ein sich zu schnell entwickelndes Wissensgebiet handelt. Unweigerlich werden beim Erscheinen des vorliegenden Textes bereits einige neue bedeutsame Studien zum Umgang mit digitalen Welten veröffentlicht sein, die nicht in *Homo Digitalis* berücksichtigt werden konnten. Das Problem von immer schneller erscheinenden neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen und einer immer kürzeren Halbwertszeit des Wissens gilt natürlich auch für andere Wissenschaftsgebiete der Psychologie. Eine aktuelle Studie von Neimeyer et al. (2014) schätzt die Halbwertszeit des Wissens in der Psychologie über alle Unterdisziplinen hinweg aktuell auf acht bis neun Jahre. Diese Zahl wird in Zukunft sicherlich noch abnehmen, was unter anderem auf die digitalen Entwicklungen in unserer Gesellschaft zurückzuführen ist. Kurzum, die allgegenwärtige Verfügbarkeit des Internets macht auch vor einer dramatischen Beschleunigung der wissenschaftlichen Forschung nicht halt. Besonders die Auseinandersetzung mit dem Themenkomplex *Homo Digitalis* scheint mir aufgrund seiner Dringlichkeit für unsere Gesellschaft von einem besonderen Tempo gekennzeichnet zu sein.

Die Probleme der Schnellebigkeit des Forschungsfeldes *Smartphones und das menschliche Gehirn* kollidiert mit dem Wunsch vieler Menschen nachhaltig verstehen zu wollen, was digitale Welten mit uns machen. Es ist zunehmend schwierig, eine allgemeingültige Orientierung zum richtigen Umgang mit digitalen Welten zu finden. Dies ist meines Erachtens darauf zurückzuführen, dass dringend benötigte längsschnittliche Studien zu der Wirkweise von digitalen Welten auf das menschliche Gehirn bis jetzt kaum umgesetzt worden sind. Längsschnitt bedeutet, dass über mehrere Zeitpunkte Daten zur Beantwortung einer Fragestellung gesammelt werden. Je nach Thema in der Psychologie geschieht dies am besten über viele Jahre hinweg. Möglicherweise spiegelt sich in der geringen Anzahl solcher Studien auch die Befürchtung von Wissenschaftlern wider, dass in ein paar Jahren andere (digitale) Technologien in Mode sein werden und eine heute relevante Frage dann vielleicht hinfällig ist. Kommunizieren wir in ein paar Jahren überhaupt noch über das Smartphone? Gibt es nach wie vor soziale Netzwerke in der aktuellen Form im World Wide Web/Internet? Zusätzlich stellen längsschnittliche Studien natürlich einen ungeheuer großen Zeit- und Finanzaufwand dar. Trotzdem sind sie unerlässlich, um in der Psychologie Ursache-Wirkungs-Prinzipien herausarbeiten zu können. Das häufige Fehlen solcher Studien wird uns als Problem im Text weiter unten immer wieder begleiten.

Ich selber erforsche das Thema seit vielen Jahren, sodass ich aufgrund der eigenen langen wissenschaftlichen Beschäftigung mit digitalen Welten hoffentlich einige interessante Einblicke in das momentan verfügbare Wissen über den vorliegenden Themenkomplex vermitteln kann. Zusätzlich habe ich in der Vergangenheit viele Vorträge über Internet- und Smartphone-Sucht im In- und Ausland vor ganz unterschiedlichem Publikum gehalten. Von daher weiß ich aus erster Hand, dass sehr viele Menschen unter uns von einem Zuviel an Digital betroffen sind. Dabei handelt es sich nicht nur um die aktuell 1 % *Internetsüchtigen* in Deutschland (Rumpf et al. 2011). Und dabei ist auch egal, ob das Familienleben, der Schulunterricht, das Studium oder die Arbeitswelt betroffen ist. In allen diesen Lebensbereichen gibt es Probleme durch ein Zuviel an den Geräten.

Einige Gedanken in dem vorliegenden Buch habe ich in Teilen bereits in internationalen Fachzeitschriften oder deutschsprachigen Artikeln veröffentlicht (z. B. Duke und Montag 2017a; Montag 2015, 2017; Montag und Walla 2016). Mir geht es in *Homo Digitalis* darum, einmal meinen Wissensstand in kompakter Art und Weise zusammenzuführen. Ich bin davon überzeugt, dass die vorliegende Form eines *essentials* für Menschen mit wenig Zeit schnell etwas Orientierung für die Beantwortung der vielen Fragen im Hinblick auf den Umgang mit digitalen Welten geben wird.

Bevor wir uns nun mit dem vorliegenden dynamischen Wissenschaftszweig beschäftigen, ist es mir sehr wichtig darauf hinzuweisen, dass ich persönlich Smartphones oder das Internet weder für gut noch für schlecht halte. Eine solche Einschätzung ist meines Erachtens schlichtweg vom Kontext abhängig. Neue Technologien sind in vielen Bereichen unseres Lebens sehr hilfreich. Wenn man beruflich viel unterwegs ist, kann man durch diese Technologien einfach und kostengünstig Kontakt mit zu Hause halten. Ich selber arbeite neben meiner Tätigkeit an der Universität Ulm, Deutschland, aktuell auch an der University of Electronic Science and Technology of China (UESTC) in Chengdu, China.³ Ohne Plattformen wie *Skype* und *WhatsApp* würde ich große Probleme haben, mit meiner Frau täglich in Verbindung bleiben zu können. Ich persönlich möchte deswegen nicht auf diese technologischen Errungenschaften der letzten Jahre verzichten. Dies sage ich vorneweg, damit durch die kritischere Sichtweise in diesem Buch nicht der Eindruck entsteht, dass digitale Neuerungen/Welten per se schlecht seien. Entsprechend versuche ich im Buch an geeigneter Stelle ein paar wissenschaftlich herausgearbeitete Tipps zu geben, in dem es nicht um den generellen Verzicht von Smartphones und der Nutzung digitaler Welten geht, sondern um den *smarten* Umgang mit dem Smartphone und verwandten Technologien. Ich bedanke mich bei Indira Thangavelu für die Unterstützung bei der Bearbeitung der Druckfahnen.

Informationen über weitere Forschungsaktivitäten und Updates zum Thema finden sich unter www.christianmontag.de.

Viel Spaß beim Lesen.

im November 2017

Christian Montag

³*Chéngdū* (成都) liegt in der chinesischen Provinz *Sichuān* (四川) und ist mit etwa vierzehn Millionen Einwohnern eine Mega-City. *Chéngdū* ist bekannt für sehr feuriges Essen, die *Sichuān* Oper, das Pandabären-Camp und den chinesischen Dichter *Dù Fǔ* (杜甫).

Homo Digitalis

Smartphones, soziale Netzwerke und das Gehirn

Montag, C.

2018, XV, 57 S. 10 Abb., Softcover

ISBN: 978-3-658-20025-1