

Leben ohne Smartphone: Geht das noch?

Um herauszufinden, wie schwer es wirklich ist, fünf Tage ohne Handy zu leben, haben wir, die Klasse P2b aus Balsthal, dieses Experiment von einer Schule aus Österreich auch durchgeführt. Trotz der vielen Vorurteile der 21 Schülerinnen und Schüler, haben sich alle dafür entschieden, das Handy abzugeben und sich der Herausforderung zu stellen, aber lohnt es sich überhaupt auf das Handy zu verzichten oder erschwert es nur den Alltag?

Um mich auf die Challenge vorzubereiten, musste ich eine Uhr von meinem Vater ausleihen, den SwissPass immer dabei haben und, um am Morgen im Dunkeln zur Schule zu laufen, habe ich ein Fahrradlicht mitgenommen. Ich habe mich zwar gut vorbereitet, hatte aber immer das Gefühl, mir fehlt etwas.

Da ich nicht daran gedacht hatte, etwas zur Beschäftigung mitzunehmen für die Fahrt im Postauto oder wenn ich an der Bushaltestelle warte, musste ich meistens aus dem Fenster schauen. Das war sehr langweilig.

Damit mir aber nicht immer langweilig war, wollte ich mit Freundinnen abmachen. Da kommen wir aber auch schon zum nächsten Problem der Organisation mit Freundinnen oder Freunden. Damit wir uns am Nachmittag treffen konnten, haben wir alles am Morgen in der Schule geplant und erst dann unsere Eltern gefragt. Das war eine Herausforderung, da es lange gedauert hatte, bis wir wussten, wann wir uns wo treffen, damit es für alle passt.

Dies waren zwar sehr negative Momente, doch waren die Erfahrungen auch positiv.

Ich habe zum Beispiel gemerkt, dass ich besser schlafe, wenn ich davor nicht am Handy bin. Am Morgen bin ich erholter aufgestanden.

Da ich am Abend nach dem Abendessen meist nicht wusste, was machen sollte und es zu früh zum Schlafen war, habe ich oft länger gegessen und mit meiner Familie geredet.

Am Nachmittag nach der Schule bin ich normalerweise kurz am Handy. Da ich dieses aber nicht hatte, begann ich direkt mit den Hausaufgaben und hatte dann in den folgenden Tagen keine mehr und musste nur noch lernen. Es war viel entspannter und ich werde das sicher nach der Challenge so weiterführen.

Im Grossen und Ganzen finde ich die Smartphone-Challenge gelungen und würde es wieder machen. Auch von anderen habe ich viel Positives gehört. Jedoch könnte ich mir ein Leben ohne Handy nicht vorstellen, da alle eines haben und die Organisation allgemein viel schwieriger ist. Für die Zukunft nehme ich mir aber vor, immer erst zu überlegen »Was würde ich jetzt tun, wenn ich kein Smartphone hätte?«, und erst dann das Handy benutzen, wenn es nötig ist.