



# Das Smartphone und die Einsamkeit

Erziehungswissenschaftler Friedrich Wolf erforscht, wie Ältere stärker von der Digitalisierung profitieren können

von Anke Sauter

Große Tasten, ein übersichtliches Display – die Hersteller von Mobiltelefonen haben sich geirrt, als sie spezielle Geräte für ältere Menschen entwickelten: Die Angebote sind gründlich gefloppt. Doch aus gerontologischer und erziehungswissenschaftlicher Sicht lohnt es sich durchaus, die besonderen Bedürfnisse von Seniorinnen und Senioren näher zu untersuchen. Nicht erst die Corona-Krise hat gezeigt, dass das Smartphone ein Schlüssel zu mehr Teilhabe und Lebensqualität sein kann. Dazu arbeitet Friedrich Wolf am Fachbereich Erziehungswissenschaften.

Ältere Menschen sind eher ängstlich, wenn es um moderne Technik geht. «Vor allem Seniorinnen trauen sich den Umgang mit Smartphones nicht zu.» «Senioren achten mehr auf Datenschutz als jüngere Leute.» – Stereotype prägen die allgemeine Wahrnehmung von Älteren, das Thema Digitalisierung bilde da keine Ausnahme, sagt Friedrich Wolf. Der Erziehungswissenschaftler weiß: Die Wahrheit schaut anders aus. Wolf schreibt seine Dissertation über die Bedeutung von Smartphones im Alltag älterer Menschen. Er will wissen: Wie und in welcher Situation nutzen Seniorinnen und Senioren das Gerät, das mit einem Fingerwisch Teilhabe am Leben des Enkelkindes ermöglicht? Auf welche Apps greifen sie zu, und was erwarten sie sich davon? Und wie erleben sie die Funktionen des Smartphones? Darüber fehlen bislang nähere Erkenntnisse. Erkenntnisse, die Ansätze liefern könnten sowohl für Konzepte der Erwachsenenbildung als auch für die Gerontologie.

## Blick über die Schultern der Senioren

Während viele bereits vorhandene Studien mit retrospektiven Befragungen arbeiten, setzt Wolf ein Instrument ein, das ihn der Zielgruppe und dem Geschehen am Smartphone-Screen ganz nahebringt, ihm quasi den Blick über die Schulter erlaubt: eine eigens programmierte App. Doch wie an Probanden kommen? Über die Träger von Beratungsstellen wie den Frankfurter Verband oder den Arbeiter-Samariter-Bund sowie die Universität des 3. Lebensalters hat Wolf versucht, die Studie bei potenziellen Teilnehmerinnen und Teilnehmern publik zu machen. Dabei erlebte er die erste Überraschung: Vor allem bei Frauen stieß das Projekt

auf Interesse und weniger Berührungsängste. »Das hatte ich nicht erwartet. Bisherige Studien zeigen, dass vor allem Männer mit hohem sozioökonomischem Status als sehr technikaffin und regelmäßige Internetnutzer eingestuft werden. Nun sind zwei Drittel der Teilnehmer Frauen, und es ist schwer, männliche Teilnehmer zu finden«, berichtet Wolf. Insgesamt haben sich bisher 26 Seniorinnen und Senioren bereit erklärt mitzumachen, die Altersspanne reicht von 61 bis 91 Jahren. »Schon diese Gruppe ist sehr vielfältig und divers, sie alle verbindet aber, dass sie die Vorteile, die ihnen das Smartphone bringt, nicht mehr aufgeben möchten«, erklärt Wolf. Wobei die Verbreitung des Smartphones in dieser Altersgruppe ohnehin ständig steigt, 2019 besaßen bereits mehr als die Hälfte der über 60-Jährigen einen solchen digitalen Begleiter, die Corona-Krise könnte diesen Trend noch einmal beschleunigen haben.

Die App, die Friedrich Wolf für seine Studie einsetzt und die von einem deutschen IT-Unternehmen eigens zu diesem Zweck entwickelt wurde, registriert nun die Nutzung der Handys über sieben Tage hinweg – ohne die Intimsphäre der Teilnehmer zu verletzen: Aufgezeichnet wird nur, welche Apps verwendet werden, ob die Nutzerinnen und Nutzer chatten, telefonieren oder recherchieren, wann und wie lange sie das tun. Mit wem sie dabei in Kontakt sind und was sie mitteilen, wird nicht registriert. Stattdessen müssen die Probanden viermal am Tag zu unterschiedlichen Uhrzeiten zwischen 9 Uhr und 21 Uhr einen Fragebogen direkt auf ihrem Smartphone darüber beantworten, wie sie selbst in der jeweils vergangenen Stunde die eigene Smartphone-Nutzung wahrgenommen haben, mit

welchen Personen sie Kontakt über das Smartphone hatten, wie einsam, gut oder schlecht sie sich gefühlt haben. Dieser Ansatz soll einen stichprobenartigen Einblick in den digitalen Alltag der Seniorinnen und Senioren geben. »Dass morgens eher Zeitung gelesen und Radio gehört wird, während abends ab 20 Uhr klassischerweise in dieser Altersgruppe der Fernseher als Leitmedium eine zentrale Rolle spielt, wissen wir. Wo allerdings in diesem bunten Medienmix, den ältere Menschen jeden Tag nutzen, das Smartphone seinen Platz gefunden hat, ist noch weitgehend unbekannt«, erläutert Wolf. Die ersten Ergebnisse zeigen: Das Smartphone wird sehr häufig für zwischenmenschliche Interaktionen gebraucht, wobei die Kontakte zu Freunden und Bekannten mit 40 Prozent aller Interaktionen deutlich vor denen zu Angehörigen liegen – allerdings unterscheiden sich die Angaben individuell stark voneinander. Insgesamt wurden durch das Smartphone-Tracking 49741 Interaktionen erfasst, davon entfielen allein 7130, also 14 Prozent, auf WhatsApp. Unter den genutzten Apps ist WhatsApp damit der absolute Spitzenreiter. Keine andere App reicht auch nur ansatzweise an diese Werte heran.

### Erlebte Einfachheit der Nutzung

»Interessant ist, dass eine spürbare Diskrepanz zwischen der Praxis der Smartphone-Anwendung und dem eigenen Erleben besteht: Dies tritt vor allem dann zutage, wenn wir die wahrgenommene Schwierigkeit beziehungsweise Einfachheit der Nutzung betrachten. Viele gehen sehr souverän mit dem Gerät um und erleben über den Wochenverlauf hinweg kaum Situationen, in denen ihnen die Nutzung schwerfällt. Gleichzeitig empfinden die Befragten das Smartphone allgemein als eher komplizierte Technologie, die zum Teil viel geistige Anstrengung in der Benutzung fordert«, beschreibt es Wolf. Er sieht hier einen Ansatz für die Entwicklung neuer Angebote an diese Zielgruppen: »Sie nutzen die Anwendungen, die sie verstehen, kennen oder die ihnen gezeigt wurden. Wie können wir ihnen aber helfen, das Smartphone noch vielseitiger einzusetzen und sie dazu ermutigen, mehr Neues auszuprobieren?« Er selbst sei überzeugt, dass das Smartphone aufgrund seiner Vielseitigkeit sehr unterschiedliche Bedürfnisse befriedigen und den Alltag von älteren Menschen in vielen Bereichen sehr sinnvoll unterstützen kann.

Angesichts möglicher Beschränkungen des Alters kann es große Chancen mit sich bringen, indem es zu einem längeren selbstbestimmten Leben verhilft – etwa durch die Nutzung von Messengerdiensten, Einkaufsdiensten oder die Online-Bestellung von Theaterkarten. Es kann aber auch das Gefühl der Ausgrenzung verstärken: Wenn gewohnte Ressourcen wegfallen, ent-

steht ein Anpassungsdruck, dem sich nicht jeder stellen möchte. »Wir sollten aber nicht nur über die Vor- oder Nachteile für die ›digital immigrants‹ sprechen, sondern auch die Ambivalenzen betrachten, die die veränderte Kommunikation und Interaktion mit sich bringt«, meint Wolf.

Ältere Menschen gut auf die Nutzung des Smartphones vorzubereiten, ihnen dessen Potenzial zu verdeutlichen, sei im Interesse sowohl des Individuums als auch der Gesellschaft. Bisherige Bildungsangebote an Senioren, z.B. an Volkshochschulen, seien oft noch sehr statisch und rein anwendungsbezogen, hat Friedrich Wolf beobachtet. Zudem ist aus erziehungswissenschaftlicher Perspektive ein wichtiger Teil von Medienkompetenz auch immer schon die selbstständige Medienkritik, also z.B. das informierte Reflektieren von digitalen Technologien. In Anlehnung an Adornos Postulat der Erziehung zur Mündigkeit sollte über alle Lebensalter hinweg ein mündiger Umgang mit digitalen Technologien ermöglicht werden. Im Gegensatz zu landläufigen Stereotypen seien Ältere durchaus nicht besonders vorsichtig, was z.B. den Umgang mit den eigenen Daten betrifft.

Bei alledem geht es Friedrich Wolf auch um die Frage, ob die Nutzung des Smartphones wirklich einen positiven Effekt auf das Wohlbefinden der Menschen hat, ob sie bei Einsamkeitsgefühlen helfen kann. Gerade während des Lockdowns in der Corona-Krise drängte sich diese Frage mit Vehemenz auf und wird in der öffentlichen Debatte meist ganz unreflektiert als selbstverständliche Wahrheit weitergegeben. Derzeit ist das Projekt jedoch unterbrochen, da zu vermuten ist, dass die aktuelle Situation tatsächlich die Smartphone-Nutzung stark beeinflusst und somit ein verzerrtes Bild entstehen könnte. Wolf plant, die Studie in zwei Phasen aufzuteilen und in der Zeit nach dem Lockdown erneut Daten zu erheben. ●



### Zur Person

**Friedrich Wolf** ist seit 2016 wissenschaftlicher Mitarbeiter am Fachbereich Erziehungswissenschaften. Er ist dort in der allgemeinen Erziehungswissenschaft mit Schwerpunkt in der quantitativen Forschungsmethoden-Lehre sowie in der Interdisziplinären Alterswissenschaft (IAW) bei Prof. Frank Oswald tätig. Schwerpunkt seiner Arbeit ist die Nutzung digitaler Medien und Technologien im höheren Erwachsenenalter. Aktuell arbeitet Friedrich Wolf an seinem Promotionsprojekt zum Thema »Smartphonennutzung im Alltag älterer Menschen: Auswirkungen auf soziale Eingebundenheit und subjektives Wohlbefinden«. Außerdem ist er Mitarbeiter der Geschäftsstelle des Frankfurter Forums für interdisziplinäre Altersforschung (FFIA) und des GRADE Center Aging.

### Literatur

Wolf, Friedrich: Alltagsnahe Erfassung von ICT-Nutzung im Alter. Ein erziehungswissenschaftlicher und ökogerontologischer Ansatz, in: Kuttner, C. & Schwender, C. (Hrsg.): Mediale Lehr-Lern-Kulturen im höheren Erwachsenenalter. Schriftenreihe Gesellschaft – Altern – Medien, 12, 285-301, kopaed, München 2018.