

„Facebook macht blöd“

Im Streben nach Aufmerksamkeit breiten Menschen ihr Innerstes im Internet vor aller Welt aus. In ihrem Buch „Facebook macht blöd, blind und erfolglos“, plädiert Digitaltherapeutin Anitra Egger für eine Nutzung mit Maß und Ziel.

Bereits über eine Milliarde Menschen sind auf Facebook vertreten. Wie viele davon halten Sie für blöd?

Anitra Egger: Ungefähr 80 Prozent, wenn ich mir das anschau – auch im Freundeskreis: Da sind wahnsinnig intelligente Menschen drin, aber die tun, was alle tun, deshalb gibt es so viele Facebook-Sonnenuntergänge, Essensfotos und süße Katzenbilder. Facebook fixt unser Ego mit dem an, was es am allerliebsten konsumiert, und das ist Aufmerksamkeit.

Aber kann man es sich eigentlich noch leisten, nicht dort zu sein? Kein Account ist auch schon verdächtig.

Egger: Wenn man berufstätig und angestellt ist, braucht man Facebook nicht zwingend, da braucht man Xing (eine Plattform für berufliche Kontakte, Anm.). Wenn man aber selbstständig ist

oder auf Arbeitssuche und sich vermarkten will, braucht man Facebook. Auch wenn man Kinder hat – allein, um selber zu wissen, wie diese Plattform funktioniert, denn für die Kinder ist Facebook so selbstverständlich wie Leitungswasser. Man muss ihnen auch zeigen können, wie man Leute blockieren kann, die einen belästigen!

Was heute Facebook ist, hieß früher Privatleben...

Egger: ... oder Tagebuch ...

Wissen wir überhaupt noch, was Privatsphäre ist?

Egger: Der Begriff verschwimmt zunehmend. Mit dem Handy haben die Leute in der Öffentlichkeit begonnen, privat zu werden. Sie telefonieren im Bus und haben das Gefühl dafür verloren, was öffentlich ist, und haben dadurch auch kein Schamgefühl. Zugleich ist die Grenze zwischen Beruf und privat

verschwommen. Das begann mit den E-Mails, jetzt hat man ein Handy mit Facebook-App, und das setzt noch eins drauf: Facebook vergisst nichts – auch wenn ich etwas lösche, bleibt es wo gespeichert. Die Leute glauben aber, das ist immer noch privat!

Der durchschnittliche Nutzer hat 170 Freunde – da ist das private Gefühl der absolute Trugschluss! Leute posten aber z. B. ganz viel über ihre Stimmungslage: Teils sind sie

nur noch damit beschäftigt, Momente zu fotografieren, zu posten und auf Likes zu warten. Und wenn die nicht kommen, sind sie todtraurig. Extrem finde ich, wenn Eltern schon für ihr Kind einen Facebook-Account anlegen: Das ist ein arger Eingriff in seine Privatsphäre und sollte tabu sein.

Im Netz leben ja sogar Tote weiter...

Egger: Deshalb sollte sich jeder überlegen: Was passiert mit meinen Internet-sachen, wenn mir etwas passiert? Wer kriegt Zugang? Man sollte ein Online-Testament machen. Viele Nutzer führen ja auch ein Online-Doppelleben. Das ist dann besonders schlimm für Hinterbliebene. Im Prinzip ist das Buch ein Plädoyer für die Wiedergeburt des gesunden Menschenverstandes. Wie viele Politiker stolpern über

Buchtipps

„Facebook macht blöd, blind und erfolglos“: Digitaltherapeutin Anitra Egger kurtiert Sklavens-Phonitis, Internet-Inkontinenz und Reputations-Infarkt. Verlag Orell Füssli, 19.95 Euro.



Rollenspiele

Das scheue Reh auf der Flucht



Andrea Wieser

Jetzt mal ehrlich: Wer über peinliche Kosenamen lacht, ist doch nur neidisch, oder?

Wem noch nie ein peinlicher Kosename passiert ist, der war noch nie verliebt oder lügt gerade. Es ist das Vorrecht der frisch Verknallten, sich sprachlich lächerlich zu machen. Auch geme öffentlich! Wer seinem Lover quer durchs Lokal „Popöchen“ nachruft, der ist offensichtlich noch immer

so verliebt, dass der Rest der Welt eben Nebensache ist. Ist doch super! Wer da lacht, der ist doch neidisch, oder? Selbst Queen Elisabeth II. nennt ihren Philip „sausage“ (Wurst), sie hört im Gegenzug auf den Namen „cabbage“ (Kohlkopf). Dazu bieten sich viele Interpretationen an, inklusive der Erkennt-

nis, dass Adel nicht immer verpflichtet.

Psychologen sagen, hinter Kosenamen stehe der Wunsch, die benannte Person möge dementsprechend sein. Wer also seinen Mann „Tiger“ nennt, hat in Wahrheit vielleicht eher einen „Esel“ zu Hause. Einer meiner ersten Kosenamen war übrigens

„Freundin“. Ich fand das sehr fad, aber heute erkenne ich, er war vielleicht genau damit zufrieden was er hatte. Nicht so sein Nachfolger, der nannte mich manchmal „scheues Rehlein“. Da kann ich nur sagen: frommer Wunsch, Darling!

andrea.wieser@tt.com



Das ständige Schielen auf die Facebook-Einträge macht blind für das, was im realen Leben zählt.

Foto: dpa

ihren Facebook-Account? Und jeder kennt ein Beispiel, wie einer seinen Job verloren hat, weil er sich krank gemeldet und Fotos vom Skifahren oder Feiern gepostet hat.

Der volkswirtschaftliche Schaden durch die verplumperte Arbeitszeit wird in Deutschland mit 27 Mrd. Euro beziffert. Für Österreich sind das zehn Prozent?

Eggler: Ja, und das ist auch unternehmerisch wichtig: Man kann es nicht verbieten, weil die Leute bei einer gesperrten Seite halt über das

Handy reingehen. Die Frage ist: Wie kann ich sie schulen, dass sie nicht alle zehn Minuten schauen, ob Facebook noch steht? Indem ich ihnen sage: Das zwingt dich sonst zu Überstunden und zur Arbeit im Urlaub.

Es gibt die Internetsucht sogar als Krankheitsbegriff. Wie krank sind wir?

Eggler: Es dauert lange, bis etwas als Krankheit anerkannt wird, aber man kann das selbst testen: Ein Tag ohne Facebook, macht mir das etwas aus? In puncto Handy und Sklaven-Phonitis ist ie-

der betroffen, der ein Smartphone hat. Bei Facebook ist das von den Altersklassen her ganz unterschiedlich. Je jünger, desto eher kippen sie in die Abhängigkeit.

Wie gut kommen Sie ohne Facebook aus?

Eggler: Ich nutze es als Marketing- und PR-Waffe. Es ist auch schön, mitzukriegen, was meine Freunde in der Welt machen. Aber das brauche ich nicht jeden Tag.

Facebook hat auch positive Seiten: Sie nennen den Arabischen Frühling und die netzweite Suche nach

einem Organspender.

Eggler: Die Kraft des Netzes ist toll – und das ist das Tolle an Netzwerken, dass man sie zu etwas Gutem nutzen kann.

Aber das müssen wir erst lernen?

Eggler: Ich glaube, der gesunde Mix muss erst her. Die Frage ist: Wie bereichere ich damit das Leben der anderen? Und wenn das, was meine Freunde posten, keinen Mehrwert bringt, sollte ich sie aus meinem Newsstream verbannen.

Welche Tipps geben Sie Einsteigern?

Eggler: Die Privatsphäre-Einstellungen auf maximale Sicherheits- und Privatstufe stellen, sodass die Inhalte nur Freunde sehen, die man akzeptiert hat. Facebook verbietet, den Link an Suchmaschinen weiterzugeben, trotzdem aber nichts posten, was nicht am nächsten Tag in der Zeitung stehen darf, denn es könnte jemand ein Bildschirmfoto machen und das posten. Keine Ortungsdienste einschalten und niemals den Beziehungsstatus bekannt geben. Durch Gruppen steuern, was wer sehen darf: Freunde, Kollegen, Chefs und Kunden, erweiterte Bekannte. Man sollte auch nie Ex-Partner liken: Niemand will sehen, dass der Ex vielleicht glücklicher ist als man selbst.

Das Gespräch führte
Elke Ruß



Die Frage ist: Wie bereichere ich mit meinen Einträgen auf Facebook das Leben der anderen?

Anita Eggler

Sei kein Frosch

Has? Maus? Tiersch schlecht. Welches Schweinchen darf's sein? Das Grauen hat einen Kosennamen. Egal, wie gut die Liebe läuft, irgendwann bleibt er. Und schon seine Auswahl hat Tücken.

Wer sie „Murmeltier“ nennt, kann damit meinen, dass sie lieb und herzlich ist. Kann. Aber auch,

dass sie schlafmützig ist und wie im Film der ewig gleiche Trott grüßt. „Has!“ kann bedeuten, Frau ist knuffig und hoppelt überall hin mit. Aber auch, dass Mann ihr am liebsten die Ohren lang ziehen möchte. Nicht viel anders verhält es sich beim „Blenchen“. Das kann bedeuten, Mann ist in sie so verliebt wie einst

als Kind in die Maja. Kann aber auch heißen, dass er weiß, dass sie einen Stachel hat. Oder „Schnecke“. Wir wissen, wo das Schleimen endet. Dass auch Männer mit zweifelhaften Kosennamen bedacht werden, zeigt folgende Episode. Eine Ex nannte mich „Fröschlein“. Klang auch für mich befremdlich. Doch ich legte

mir meine Verston zurecht. Kaum geküsst, bin ich ein Prinz. Fast. Nach dem Aus kam die Erklärung: „Wegen der zu schmalen Schenkel, dem großen Maul, da du noch grün hinter den Ohren warst und ständig Angst vor dem Storch hattest.“

marco.witting@tt.com

Marco Witting



Tiersch schlecht. Das Grauen hat einen Kosennamen.