

# Offline<sup>3</sup>: 3 Wochen ohne Handy

Bye-bye Bildschirm: 213 Schüler wagen Experiment und setzen auf Real-Life-Mode.

VON MONIKA GUTSCHER

**TULLN** Ein außergewöhnliches Projekt sorgt derzeit am BG/BRG Tulln für Aufmerksamkeit: Seit dem 12. November verzichten rund 213 Schülerinnen, Schüler und Lehrpersonen im Rahmen von Offline<sup>3</sup> freiwillig – manche strenger, manche mit kleinen Ausnahmen – auf ihr Handy. Drei Wochen lang soll der digitale Alltag bewusst unterbrochen werden, um Stress zu reduzieren und wieder mehr echte Begegnungen zu erleben.

Die Idee entstand nach dem gemeinsamen Ansehen der ORF-Dokumentation „Drei Wochen Handy-Entzug – das Experiment“. Die Klassen 4d und 7c entwickelten daraufhin gemeinsam mit ihrem Lehrer Georg Weißmann ein eigenes Konzept, das mittlerweile 16 Klassen erreicht. Mehrere davon nehmen vollständig teil, da-

runter die 4d (RK), 4e, 7a und 7c (RK). Auch neun Lehrpersonen beteiligen sich engagiert, besonders Yuqi Bai, Victor Rudersdorfer und Theresa Zinnerer.

## Strikte Regeln für drei Wochen Digital-Detox

Die Regeln sind klar definiert: In der FULL-Version sind soziale Medien (außer stummgeschaltetem WhatsApp), Games sowie jegliche Handynutzung in Schule, Bus, Auto sowie beim Essen, Lernen, Schlafen oder am WC untersagt. Das Handy bleibt zu Hause am fixen „Handyparkplatz“, unterwegs ist nur ein stumpfes Notfallhandy erlaubt.

In der LIGHT-Version hingegen stehen begrenzte Ausnahmen zur Verfügung: 36 Teilnehmer:innen erlauben sich täglich 10 Minuten Social Media oder Gaming am Computer, 56 hören Musik über das Handy im Modus „Nicht stören“.

## „Wir wollen das Handy nicht verteufeln“

Georg Weißmann betont die pädagogische Motivation hinter dem Projekt: „Wir wollen das Handy nicht verteufeln – aber wir wollen bewusst machen, wie viel Zeit, Ruhe und Lebensqualität entsteht, wenn man es einmal ganz bewusst beiseitelegt. Viele merken erst dann, wie befreiend es sein kann, nicht ständig erreichbar zu sein.“

Die Teilnahme ist freiwillig, die Resonanz groß. Die Schule dokumentiert den gesamten Verlauf, um später auszuwerten, wie sich der Verzicht auf die digitale Dauerpräsenz auf Konzentration, Wohlbefinden und das soziale Miteinander auswirkt. Für die kommenden Wochen wünschen die betreuenden Lehrpersonen den Jugendlichen spannende Erkenntnisse, echte Gespräche und neue Erfahrungen abseits des Displays.

## Offline<sup>3</sup>: 3 Wochen ohne Handy



### A) Vor dem Lesen

- a) Beschreiben Sie, wie oft Sie im Alltag Ihr Handy nutzen und in welchen Situationen es für Sie unverzichtbar erscheint.
- b) Stellen Sie dar, welche Vorteile und auch Belastungen Sie persönlich mit intensiver Handynutzung verbinden.
- c) Erläutern Sie, wie realistisch es für Sie wäre, drei Wochen weitgehend auf Ihr Smartphone zu verzichten.



### B) Textbearbeitung

- a) Lesen Sie den Artikel aufmerksam durch.
- b) Geben Sie die zentralen Informationen zum Projekt „Offline<sup>3</sup>“ wieder.
- c) Stellen Sie die Unterschiede zwischen FULL-Version und LIGHT-Version des Digital-Detox-Experiments dar.
- d) Arbeiten Sie heraus, welche pädagogischen Überlegungen Lehrer Georg Weißmann mit dem Projekt verbindet.
- e) Untersuchen Sie, welche Chancen das Projekt für Freundschaften, Konzentration und Stressabbau laut Artikel mit sich bringen kann.
- f) Bewerten Sie, wie realistisch die im Text genannten Regeln aus Ihrer Sicht für Jugendliche sind, und ob sie im schulischen Alltag dauerhaft umsetzbar erscheinen.



### C) Weiterführende Aufgaben

- a) Entwerfen Sie gemeinsam mit einer Partnerin bzw. einem Partner ein Konzept für ein eigenes schulinternes Projekt, das nicht auf Verzicht, sondern auf reflektierten digitalen Konsum setzt. Legen Sie dar,
  - ... welche Ziele das Projekt verfolgt,
  - ... welche Regeln und Rahmenbedingungen gelten sollen,
  - ... welche Methoden den reflektierten Umgang unterstützen könnten (z. B. Medienprotokolle, Workshops, Peer-Austausch etc.),
  - ... welche Formen der Mitbestimmung der Schulgemeinschaft vorgesehen sind.
- b) Präsentieren Sie Ihr Projekt in der Klasse. Beurteilen Sie gemeinsam, inwiefern Ihre Projektideen einen Beitrag zu einer verantwortungsvollen und demokratischen digitalen Schulkultur leisten kann.

*aufgelesen*