

Aleksandra Sowa

**Computer (be)dienen****Humanistische Alternativen für das posthumane Zeitalter**

Machen Sie mal was Verrücktes, rät der Oberarzt der Ambulanz der Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie des LWL-Universitätsklinikum in Bochum, Bert te Wildt. Gehen Sie in das Nebenbüro und besuchen Sie Ihren Kollegen, anstelle ihm eine E-Mail zu schreiben. Das richtige Medienzeitmanagement und Entschleunigung helfen dabei, dem enormen Druck, den die digitale Revolution in der Arbeitswelt erzeugt, zu entkommen. »Es geht um den Stress, der sich aus der Beschleunigung der Kommunikation sowie aus der permanenten Erreichbarkeit ergibt«, so te Wildt, aber auch um den Druck, sich immer schneller den neuen technischen Veränderungen anpassen zu müssen, und die unterschwellige Furcht, »irgendwann völlig überflüssig zu werden«.

In der inzwischen als »posthuman« bezeichneten Arbeitszukunft wird »der technologische Wandel eine massive Welle der Arbeitslosigkeit nach sich ziehen«, prognostiziert Jaron Lanier in *Wem gehört die Zukunft?* Gerade die neuen Aufstiegschancen, die sich in den USA für die Mittelschicht durch Berufe in der Altenpflege oder für Immigranten durch den Beruf des Taxi- oder Kraftfahrers ergeben, scheinen von der Entwicklung beeinträchtigt zu werden. Diese Tätigkeiten ließen sich – falls man es zulässt – innerhalb einer Generation automatisieren, durch Roboter ersetzen und vernetzen. Selbst fahrende Autos, 3D-Drucker, Pflegeroboter – die Entwicklungen sollen dem Einzelnen wie auch der ganzen Welt enorme Vorteile bringen, »doch gleichzeitig wird der Mensch in diesem Produktionsprozess immer weniger gebraucht«. Scheinbar – so behauptet Lanier –, denn natürlich muss jemand die Anleitungen schreiben und die Steuerungs-

software programmieren. Um die Arbeit der Maschinen zu optimieren, wird der Mensch sein Wissen mit ihnen »teilen« müssen, vermutlich ohne dafür angemessene Bezahlung zu erhalten. Doch die Industrie weigert sich bewusst, sich einzugesetzen, dass das, was ein Roboter nicht leisten kann, echte Qualifikationen erfordert. Aus dieser Weigerung der Wirtschaft, sich den wachsenden Verpflichtungen des Netzwerkzeitalters zu stellen, werden laut Lanier »zahlreiche Gelegenheitsjobs ohne Aufstiegschancen und ohne Sicherheit und Sozialversicherung« entstehen.

Online-Workaholismus gehört zu den inzwischen zahlreichen Varianten der Internetabhängigkeit. Die originären Arten sind Online-Computerspiel-Abhängigkeit, Abhängigkeit von sozialen Netzwerken und Cybersexsucht. Digitale Varianten von Offline-Verhaltenssucht kommen hinzu: die Online-Glücksspiel-Sucht, die Online-Shopping-Sucht. »Mittlerweile setzt sich in nationalen und internationalen Fachkreisen die Erkenntnis durch, dass wir es bei der Internetabhängigkeit tatsächlich mit einem eigenständigen Krankheitsbild im Sinne der Suchterkrankung zu tun haben« (te Wildt). Diese drückt sich auch im Zuwachs an spezialisierten Kliniken und ambulanten Zentren hierzulande aus, an welche sich die Internetabhängigen und ihre Familien wenden können. Es sind zunehmend junge Menschen, die sich vom »Diesseits der physischen Welt abwenden, um ihr Leben ins Jenseits der digitalen Welt zu verlagern«. »Digital Junkies« sind dann praktisch wie emotional nicht mehr fähig, in der realen Welt zu überleben. Te Wildt berichtet aus seiner Praxis von Patienten, die, wenn ihnen ihre digitale Lebensgrundlage vorenthalten wird, le-

benstmüde werden oder ihre Mitmenschen tätlich angreifen.

Im Notfall sollte man Hilfe nicht im Internet suchen, sondern die 112 wählen. Der Zwangszug von Internet und die »Resozialisierung« zurück in die reale Welt sind in extremen Fällen die besten Gegenmaßnahmen. Doch »abrupte Abstinenz ohne psychotherapeutische Begleitung ist gefährlich«, warnt Te Wildt, »im schlimmsten Fall (kommt es) zu depressiven oder aggressiven Krisen, die einen Betroffenen bis zum Suizid oder Mord bringen können«.

Von der Politik wie von der Wirtschaft wird forciert, dass die Menschen von klein auf den Umgang mit digitalen Medien erlernen; für digitale Analphabeten gibt es keinen Platz mehr in der Arbeitswelt der Zukunft. So muss man heute oft erst als Erwachsener lernen, wie man die Kommunikation entschleunigt und dem medialen Burn-out entkommen kann. Das heißt: Erreichbarkeit eingrenzen und die (reale) Präsenz erhöhen.

Einige Unternehmen haben erkannt, welche gesundheitlichen Folgen die ungesunde Mediennutzung für die Mitarbeiter/innen haben kann, und entwickeln Verhaltenscodizes für den Umgang mit sozialen Medien, Mobiltelefon und E-Mail-Kommunikation. Von der Etikette für den Umgang miteinander über die Vereinbarungen darüber, die Geräte nach dem Verlassen des Büros ausschalten zu dürfen, bis hin zu geschulten Suchtbeauftragten – Unternehmen versuchen, der Internetsucht am Arbeitsplatz vorzubeugen. Thomas Sattelberger, einer der profiliertesten deutschen Topmanager, berichtet in seinem Buch *Ich halte nicht die Klappe* von seinen Bemühungen, die Unternehmenskultur in diese Richtung zu lenken, indem er seine Führungskräfte eine Selbstverpflichtung unterschreiben ließ, wonach »sich Mitarbeiter nicht gezwungen fühlen dürften, außerhalb der gewöhnlichen Arbeitszeiten E-Mails zu bearbeiten«. Dabei gestand er, dass er früher selbst zu den »größten Mail-

Übeltäter(n)« gehörte: Er speiste am Wochenende bis zu 150 Mails in die Organisation ein, die vielleicht 500 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Bewegung gesetzt haben. Er reduzierte die Zahl der Mails auf drei bis fünf, ohne dass es dadurch dem Unternehmen schlechter (oder besser) gegangen wäre. »Da streue ich noch im Nachhinein Asche auf mein Haupt«, schreibt Sattelberger.

Doch die schönste Selbstverpflichtung hilft dem Arbeitnehmer wenig, wenn er zwar sein Smartphone nach Dienstschluss ausschalten kann, sich aber dessen bewusst ist, dass dies seinen Vorgesetzten kaum daran hindern wird, ihm abends noch einen Arbeitsauftrag zu schicken, dessen Erledigungsfrist auf neun Uhr des nächsten Tages gesetzt ist. Der Unterschied besteht lediglich darin, dass er jetzt erst um acht Uhr, nach dem Einschalten des Gerätes, die Nachricht lesen wird. Wird der Auftrag nicht rechtzeitig fertig, steht im Zweifelsfall das Direktionsrecht über dem Verhaltenscode. Dumm, wer dann noch sein Handy abends ausschaltet. Te Wildts Appell an die Arbeitgeber lautet: Es bedarf »eines größeren Engagements, um ein medial bedingtes Überengagement der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter (...) zu verhindern«.

Auch im Privaten sollte man die Nutzung der Neuen Medien regulieren und beispielsweise »Offline«-Zeiten mit der gesamten Familie einführen, in welcher alle Geräte ausgeschaltet bleiben. Die so freigeordnete Zeit gilt es aber sinnvoll zu nutzen. Ob das nun mit Lesen, Kopfrechnen, Schreiben mit der Hand oder eher mit Gesellschaftsspielen, Yoga oder Musizieren geschieht, ist ohne Belang. Hauptsache es findet ohne Computermedien statt.

Lesen gilt allerdings nur so lange als Alternative, wie es sich um papierne Bücher, nicht um E-Books handelt. Lanier staunt auch darüber, dass »die traditionellen Buchverlage den emotionalen Wert des Papiers nicht stärker betonen«. Diese Marktlücke hat übrigens ein Berliner Parfümeur für

sich entdeckt, indem er ein Parfüm auf den Markt brachte, das nach Papier riecht. Die Verpackung für »Paper Passion« soll kein geringerer als Karl Lagerfeld entworfen und Günther Grass sich mit einem kurzen Gedicht beteiligt haben.

Was Lanier an elektronischen Büchern stört, sind die politischen und wirtschaftlichen Folgen sowie das veränderte Zeitgefühl: »Was mit den eBooks verlorengelassen könnte, ist das Muster dessen, was ein Buch im Strom des menschlichen Lebens und der Gedanken bedeutet.« Das Buch sei ein »Ausdruck eines Individuums im Fluss der Menschheitsgeschichte«, doch genau das fehlt im heutigen Wirtschaftsmodell der Netzwerke. Wenn das Netz die individuellen Ausdrucksmöglichkeiten nicht bewahren kann, wird es der Menschheit nicht dienlich sein.

Dabei erinnert te Wildt an die Zeit, als auch das exzessive Bücherlesen verpönt war. Durch das »unmäßige und zwecklose Lesen«, so konstatierte 1789 der Pädagoge Joachim Heinrich Campe, hat man »bei unnatürlicher Körperruhe, erst vollends seine Säfte verdickt, seine Nerven geschwächt und zur Ungebühr reizbar gemacht«. Das Medium Buch mag nicht zu einer Sucht oder Abhängigkeit führen, doch »es hat in seiner Geschichte in Einzelfällen durchaus eine unglaubliche Macht auf Menschen, Länder und sogar ganze Kontinente entfaltet« (te Wildt). Bei Büchern, wie Adolf Hitlers *Mein Kampf*, macht man sich wohl zu Recht auch heute noch über seine zerstörerische Macht Gedanken.

Mittlerweile dient der Großteil der Bücher – nicht anders als Internet oder Fernsehen – der Zerstreuung und Unterhaltung. Es wäre daher nicht sinnvoll, das Buch als »den Kulturgegenstand schlichtweg zu verehren und das Internet schlichtweg zu

verdammen«, so te Wildt. Bei der Frage der Internetabhängigkeit geht es zwar tatsächlich um die Quantität der Internetnutzung, doch man sollte die qualitativen Aspekte nicht außer Acht lassen. Shooter-Spiele und Cybersexangebote seien ebenso wenig grundsätzlich abzulehnen wie Kriminalromane oder erotische Literatur. Der »gute« Umgang mit Medieninhalten – ob Buch, Fernsehen oder Internet ist dabei ohne Belang – vor allem ist es eine Frage des Maßes, »also eine Frage der Zeiträume und der Altersgruppe, in denen sie konsumiert werden«. Das Medium Internet hat viele Vorteile: »Ich möchte selbst nicht darauf verzichten«, so te Wildt.

Heute steht die Internetsucht als Symptom der Enthumanisierung. Doch Lanier geht noch weiter: Was passiert, wenn der größte wirtschaftliche Erfolg erzielt wird, indem Menschen bloße Komponenten einer Netzwerkkonstruktion geworden sind? Das wäre »in intellektueller wie spiritueller Hinsicht – langsamer Selbstmord, was die Forscher angeht, und langsamer Totschlag, was den Rest der Menschheit betrifft«. Internetabhängigkeit wäre in einer solchen Zukunft möglicherweise keine Krankheit mehr – sondern eine Notwendigkeit. »Vielleicht nehmen wir uns bald die Perfektion der Roboter zum Vorbild und funktionieren selbst wie Maschinen«, pointiert te Wildt.

*Bert Te Wildt: Digitale Junkies. Internetabhängigkeit und ihre Folgen für uns und unsere Kinder. Droemer, München 2015, 384 S., 19,99 €.* – *Jaron Lanier: Wem gehört die Zukunft? Du bist nicht der Kunde der Internet-Konzerne, du bist ihr Produkt (2. Auflage). Hoffmann und Campe, Hamburg 2014, 480 S., 24,99 €.* – *Thomas Sattelberger: Ich halte nicht die Klappe. Mein Leben als Überzeugungstäter in der Chefetage. Murmann, Hamburg 2015, 288 S., 22 €.*



#### Aleksandra Sowa

leitete zusammen mit dem deutschen Kryptologen Hans Dobbertin das Horst-Görtz-Institut für Sicherheit in der Informationstechnik. Sie ist Autorin zahlreicher Fachpublikationen und in einem großen Telekommunikationskonzern tätig. Im November erscheint bei Springer Vieweg: *IT-Revision, IT-Audit und IT-Compliance*.