

Psychosoziale Gesundheit und Smartphone-Regelungen an Schulen aus der Perspektive von Schüler:innen und Schulpersonal

Franziska Kosel^{1*}, Isabel Brandhorst¹, Christine Lämmle¹, Caterina Gawrilow², Olivia Krokos²

¹ Abteilung für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter, Universitätsklinikum Tübingen, Tübingen, Deutschland

² Abteilung Schulpsychologie, Fachbereich Psychologie, Universität Tübingen, Tübingen, Deutschland

* Korrespondenz, E-Mail: franziska.kosel@med.uni-tuebingen.de

© 2025 Franziska Kosel; Lizenznehmer Infinite Science Publishing

Dies ist ein Open-Access-Abstract, das unter den Bedingungen der Creative Commons Attribution License veröffentlicht wird, welche uneingeschränkte Nutzung, Verbreitung und Reproduktion in jedem Medium erlaubt, sofern das Originalwerk ordnungsgemäß zitiert wird. (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>)

Hintergrund und Fragestellung

Smartphones sind im Alltag von Schüler:innen oft allgegenwärtig, ihre Nutzung im Schulkontext wird aktuell jedoch kontrovers diskutiert. Insbesondere da negative Auswirkungen auf das Wohlbefinden und die schulischen Leistungen vermutet werden. Dennoch fehlen bislang Daten dazu, wie Schüler:innen und Schulpersonal in Deutschland bestehende Regelungen wahrnehmen, welche Wünsche sie äußern und wie dies mit psychosozialen Wohlbefinden zusammenhängt. Die vorliegende Studie untersucht diese Zusammenhänge aus beiden Perspektiven.

Methoden

In einer anonymen Online-Querschnittstudie wurden in zwei Bundesländern Schüler:innen ($n = 1.977$; $M = 15.4$ Jahre) und Personen, die im Schulkontext arbeiten ($n = 1.408$), befragt. Neben soziodemografischen Angaben wurden bestehende Regelungen, persönliche Einstellungen zur Smartphone-Nutzung sowie verschiedene Aspekte des psychosozialen Erlebens und Wohlbefindens (z.B. psychische Gesundheit, Gemeinschaftsgefühl, Beziehung zu Lehrkräften) erfasst.

Ergebnisse

Zwischen Schulpersonal und Schüler:innen zeigen sich deutliche Unterschiede zu gewünschten Smartphone-Regelungen im schulischen Kontext: 64,5% des Schulpersonals befürworteten ein Verbot, während 80,5% der Schüler:innen dagegen sind. 87,0% des Schulpersonals berichten von negativer Auswirkung auf die Konzentration, wohingegen 58,0% der Schüler:innen keine oder nur geringe Ablenkung durch die Smartphone-Nutzung im Unterricht wahrnehmen. Gemeinsamkeiten waren bei der psychischen Gesundheit zu beobachten: 85,2% des Schulpersonals berichteten von negativen Effekten der Smartphone-Nutzung auf die psychische Gesundheit der Schüler:innen. Damit einhergehend schätzten Schüler:innen an Schulen mit Smartphone-Verbot ihr subjektives psychisches Wohlbefinden signifikant besser ein als Schüler:innen an Schulen, an denen die Nutzung in den Pausen erlaubt war ($p = .003$).

Diskussion und Schlussfolgerung

Die Studie liefert erste Erkenntnisse zu Regelungen der Smartphone-Nutzung an Schulen aus der Perspektive zweier zentraler Zielgruppen. Die Ergebnisse können helfen, weitere Forschungsprojekte anzustoßen, um evidenzbasierte Empfehlungen für Regelungen und Präventionsmaßnahmen im Schulkontext zu formulieren.

Offenlegung von Interessenskonflikten sowie Förderungen

Ich bzw. die Koautorinnen und Koautoren erklären, dass während der letzten 3 Jahre keine wirtschaftlichen Vorteile oder persönlichen Verbindungen bestanden, die die Arbeit zum eingereichten Abstract beeinflusst haben könnten.

