

# Experiment: medienfrei

Klaus Rosselbruch

Im Sommer 2007 reifte die Idee: Vier Wochen ohne Fernsehen, Radio, MP3-Player, Handy, Computer oder Spielekonsole zu verbringen. Die Liste aller Geräte zur Reproduktion von Bildern, Hörbarem, elektronischem Spielzeug und zur Kommunikation ist sehr lang und eine sechste

Klasse kennt sie alle. 30 Kinder und ihre Eltern für das Experiment zu »begeistern« war die Aufgabe, und sie stellte sich als schwierig und langwierig heraus.

Es galt, zunächst eine sinnvolle Basis zu schaffen und diese lautete: »verbindliche Freiwilligkeit«. In der Tat musste eine Vorstellung entstehen, was ein Verzicht auf die genannten technischen Hilfsmittel in der Praxis bedeutete. Das Interesse musste geweckt und Einsicht entwickelt werden, bevor auch nur über einen Termin zum Start des Experimentes nachgedacht werden konnte. Allein dieser Prozess verschlang über sechs Monate. In einem ersten Elternabend zum Thema fanden einige Eltern die Idee sofort gut, andere wiederum waren der Meinung, dass bei ihnen sowieso nichts dergleichen vorkäme und wieder andere waren der Auffassung, so eine Schnapsidee könne nur einem »Waldorfhirn« entspringen, denn schließlich gehören diese Dinge heute selbstverständlich zum Leben dazu. Gerade Letzteres war dann eine Angelegenheit, bei der man klarstellen musste, dass »medienfrei« ein Experiment sei, das sicher von allgemeinem Interesse sein könne und weniger ein waldorfspezifisches, da es nämlich ein Bewusstsein im Umgang mit den Dingen schaffe, ohne sie zu verteufeln. »Muss ich da etwa mitmachen?«, lautete eine der ersten Fragen. Im Laufe der Zeit merkte so manch einer aus der »Find-ich-gut-Fraktion«, dass es vielleicht doch harte Arbeit werden würde, und einige aus der »Haben-wir-sowieso-nicht-Fraktion« stellten fest, wie viele Gerätschaften sie eigentlich doch tagtäglich nutzen. Und gerade diese Erkenntnisse halfen den Eltern, Einsicht zu gewinnen und gemeinsam Bereitschaft zu signalisieren.

Die Kinder waren wesentlich schwerer zu gewinnen. Hier musste vor allem überwunden werden, dass der Lehrer das Ganze einfach verordnen möchte, dass sich keiner durch ihn gezwungen fühlt, denn sonst wäre das Experiment in die typische »Hausauf-



*Greenpeace wirbt für die gesunden Medien –  
wer wirbt für die gesunde Freiheit von den Medien?*



gabenschublade« abgerutscht, nämlich: Heute mache ich keine – morgen ist auch noch ein Tag. Oder: Heute hatte ich keine Zeit.

So galt es, hier den Willen zur Eigenverantwortung zu wecken. Ganz besonders gravierend fielen dabei die extremen Ängste einiger Kinder ins Gewicht, die von Anfang an äußerten: »Ohne mein Handy kann ich nicht leben.« Oder: »Ich kann nicht ohne Musikhören leben.« Diese Ängste mussten abgebaut werden, und das wurde nur möglich durch das Stärken des gemeinschaftlichen Gedankens »Wir machen ja alle mit!«

Der Zeitpunkt des Experimentes spielte für die Kinder eine große Rolle: Winter sei die schlechteste Zeit, Sommer die beste, da kann man auch draußen was machen und sich ablenken. Am besten wäre es, wenn die Klassenfahrt einen Teil einnahm, da brauchte man das alles nicht. Und dann war da noch die EM (Europameisterschaft im Fußball), die durfte davon nicht betroffen werden. Mit solchen

Planungen war aber schon eine Motivation geweckt und wurde nun durch die Beiträge der Kinder ausgebaut. Im Zuge dessen mussten viele Fragen geklärt werden: Darf ich noch über das Festnetz telefonieren? Was ist, wenn ich einen Notfall habe? Darf ich dann das Handy doch benutzen? Wie ist es, wenn ich ins Restaurant gehe und da Musik läuft? Oder im Stadion? Darf ich auf ein schon längst gebuchtes Konzert? Besonders spannend: Darf meine Mutter mir die E-Mails ausdrucken und vorlesen, damit ich ihr eine Antwort diktieren kann? usw. Die Antworten wurden gemeinsam entwickelt, die Basis wurde geschaffen.

Der nächste Schritt war eine Erhebung: Schreibe ehrlich auf, wie viel Zeit du mit den verschiedenen Tätigkeiten des Tages verbringst: Schule samt Schulweg, Hausaufgaben, Musik hören, Fernsehen, Computer nutzen (egal was, ob E-Mail, Chatten oder Spielen), Lesen usw. Eine Woche lang wurde fleißig aufgeschrieben, inklusive Wochenende. Das Ergebnis wurde jedoch wohlweislich nicht vor Ende des Experimentes mitgeteilt. Dennoch bekamen die Kinder dadurch ein erstes Gefühl für die Gestaltung von Zeit und wurden zu Beobachtern.

Nun wurde ein »Vertrag« vorgestellt, der alle besprochenen Punkte zusammenfasste. Der musste ergänzt, verändert und schließlich akzeptiert werden, von Eltern und Kindern gleichermaßen. Er war das Hilfsmittel, Verbindlichkeit zu schaffen und konnte nur dann Grundlage für Eigenverantwortung sein. Diese Sache stellte niemand außer mir in Frage, schließlich würde man sich lieber auf das gesprochene Wort, also ein gegebenes Versprechen verlassen. Doch »schwarz auf weiß« ist sehr hilfreich, wie sich herausstellte.

Der Vertrag erklärt eine Reihe von weiteren Vorbereitungen, die auch dazu dienen, Ängste abzubauen und die Eigenverantwortung der Kinder zu stärken. Sie müssen im Einzelnen nicht noch einmal erklärt werden. Die Betreuung während des Experimentes ist außerordentlich wichtig. Wenn man darüber spricht, ist das ein Ventil, das die Kinder durchatmen lässt, und man kann wieder den Blick nach vorne richten. Man darf nicht vergessen: Vier Wochen können sich zu einem sehr langen düsteren Tunnel entwickeln.

## Der Vertrag

Hiermit verpflichte ich mich, in der oben genannten Zeit folgende Punkte selbstverantwortlich einzuhalten. Mir ist klar, dass ich alleine für das Gelingen verantwortlich bin:

- ☒ **Bevor es losgeht:** Aufschreiben, was man befürchtet, ob man es gut findet, kein Problem damit hat usw.
- ☒ **Zeit vorbereiten:** Sich vornehmen, was man alles stattdessen tun kann, z.B.: Bücher lesen, Spiele (nicht elektronische), Projekte, wie etwas bauen oder basteln, Sport, Musikinstrumente usw.
- ☒ **Verabredungen mit Familie treffen, Freunde informieren wegen Rücksichtnahme.**
- ☒ **Währenddessen:** 2-3 Mal in der Woche Tagebuch führen nur in Bezug auf: Was habe ich heute statt Mediennutzung gemacht? Wie geht es mir damit?
- ☒ **Einmal in der Woche sich in der Klasse austauschen, was man gemacht hat, wie es läuft.**
- ☒ **Ehrlich sein:** Da das Ganze freiwillig ist, wird man auch nicht bestraft, wenn man es nicht durchgehalten hat und doch einmal etwas »schief ging«.
- ☒ **Nachher:** Am Ende eine Zusammenfassung und eine Beurteilung schreiben.
- ☒ **Auswertung:** Am Ende wird ausgewertet, welche Erfahrungen die Klasse gemacht hat, egal, in welcher Hinsicht.
- ☒ **Belohnung:** Für diejenigen, die es ganz konsequent durchgehalten haben, gibt es eine Belohnung.

Was gehört alles dazu:

- ☒ **Handys,** wobei diese grundsätzlich ausgeschaltet sind. Nur im Notfall werden diese benutzt. Was ist ein Notfall? Dieser wird selbst verantwortlich eingeschätzt und bedeutet nicht, dass man mal eben die Eltern anruft, weil man abgeholt werden will und zu faul ist, zu laufen oder öffentliche Verkehrsmittel zu benutzen.
- ☒ **Fernseher,** stationär oder mobil. Dabei gibt es keine Ausnahme. Geschwister, Eltern usw. dürfen Fernsehen schauen, wenn man sich nicht zu Hause über eine gemeinsame mattscheibenfreie Zeit unterhalten hat.
- ☒ **Jegliche Art von Musikreproduktion,** sei es stationär oder mobil. Geschwister und Eltern dürfen das, man sollte aber faire Verabredungen zu Hause treffen, dass man nicht damit geneckt wird usw.
- ☒ **Jegliche Art von elektronischen Spielgeräten.** Geschwister, Eltern usw. dürfen das, aber auch hier sind faire Verabredungen zu treffen.
- ☒ **Jegliche Art von Computernutzung.** Es ist sinnvoll, seinen Freunden mitzuteilen, dass man vier Wochen lang weder chattet, noch E-Mails schreiben wird. Daher brauchen E-Mails auch nicht von einer anderen Person vorgelesen und beantwortet zu werden. Auch für den Unterricht wird eine Nutzung des Computers nicht nötig sein.
- ☒ **Kino und elektronisch verstärkte Konzerte oder Shows** sollen während der Zeit nicht besucht werden, wenn die Karte nicht schon längst gekauft wurde.
- ☒ **Telefonieren im Festnetz** ist grundsätzlich in Maßen erlaubt.
- ☒ **Das Benutzen einer Kamera** ist grundsätzlich erlaubt, das Auswerten, Drucken, Bearbeiten jedoch nicht. Auch Andere damit zu beauftragen, ist nicht erwünscht. Dies soll das sinnvolle Fotografieren stärken – irgendwann ist nämlich der Kameraspeicher voll. Handycameras sind verboten.

Hier ein paar Kommentare aus der Vorbereitung: »Wenn man sich alleine vorstellt, keinen Computer, Gameboy, Radio usw. mehr zu hören/spielen, dann ist meine Vorstellung: ›Oh Gott!‹ ... Es fällt mir ein bisschen schwer, kein Radio zu hören, aber ich glaube, dass ich das schaffen werde und dass meine Mitschüler das auch schaffen werden ... Ich denke, dass es doof wird. Mal sehen ...«

Nun begann das Experiment und in der ersten Woche lagen die Pfingstferien, welche in Niedersachsen zum Glück nur sehr kurz sind, stellen sie doch eine Unmenge an frei verfügbarer Zeit dar. Einige Familien hatten sich entschlossen, das Experiment gemeinsam zu machen. So waren die Voraussetzungen bei den Kindern grundverschieden. Mündliche Kommentare während der Zeit:

- Mein Papa ärgert mich die ganze Zeit und rennt zum CD-Spieler, um ihn anzumachen. Ich habe mich aber durchgesetzt.
- Ich musste meinem kleinen Bruder erst einmal morgens verbieten, nicht schon zum Frühstück das Radio anzumachen wie sonst. Das hat der erst gar nicht verstanden.
- Ich hab's nicht ausgehalten und musste mir ein paar Lieder anhören, ist medienfrei jetzt für mich (endlich) vorbei?
- Ich habe aus lauter Langeweile schon drei Bücher gelesen.

Besonders eindrückliche Einträge ins Tagebuch:

- ... So musste ich meine Nachbarn ständig rumkriegen, mit mir draußen zu bleiben, anstatt sich um 18:45 Uhr (da fängt ihre Lieblingsserie an) vor die Glotze zu knallen und mich einfach sitzen zu lassen, so dass ich vor Langeweile einfach verschimmele.
- Mir ist aufgefallen, dass es überall Medien gibt. So z.B. im Supermarkt oder Kaufhaus, dort läuft die ganze Zeit Radio. Oder in der U-Bahn ... Deshalb kann man gar nicht immer ohne Medien sein.

Solche Erfahrungen waren kein Einzelfall und zeigen, wie das Bewusstsein für die Sache wuchs. Geradezu erschrocken konnte man über die unglaubliche Selbstverantwortung der allermeisten Kinder sein, mit welcher sie das Experiment durchführten. Ganz besonders wichtig war es darum, den weniger konsequenten Kindern niemals das Gefühl des Versagens zu vermitteln, sondern sie zu ermutigen und sie wieder ins Boot zu holen. Es gibt auch kein »Versagen«, sondern nur die Feststellung, wie schwer es einem fällt: Gut, dass wir das hören dürfen.

Hier nun ein paar Kommentare aus den Zusammenfassungen:

- Ich habe es nicht ganz geschafft, ich habe nämlich am Anfang ein bisschen Fernsehen geguckt ... ich habe mich (dabei) ziemlich verdächtig gefühlt.
- ... Stattdessen habe ich mehr draußen oder mit meinen Brüdern gespielt ... und dass ich nicht mehr so oft schlechte Laune gehabt habe.

- In der ersten Woche ging es mir damit richtig schlecht ... Meine Mutter hat gesagt, dass ich entspannter, ruhiger und netter war, aber ich habe davon nichts gemerkt.
- Ich hatte viel mehr Zeit für Hausaufgaben, die habe ich aus lauter Langeweile einfach gleich erledigt.
- Ich habe mir vorgenommen, einmal in der Woche einen Tag medienfrei zu machen, aber es muss passen.
- Nach dieser Zeit stellt sich ja ein bisschen die Frage, ob man in Zukunft was ändern möchte, aber ich habe mich so entschieden, dass ich diese Zeit einmalig durchgemacht habe, als Experiment ...

Am Ende stand die »Belohnung«, es war eine fröhliche Übernachtungsparty.

Die Auswertung der Erhebung wurde mitgeteilt, in Kürze: Es ergab z.B. einen Durchschnitt von drei Stunden Fernsehen und Musikhören am Tag durch die Klasse hindurch und gut 20 Minuten für Hausaufgaben. Wäre das vorher schon mitgeteilt worden, hätte es schon einen bewertenden und moralisch beeinflussenden Charakter gehabt.

Ist das Experiment nun gelungen? Nun, wenn man sich die richtigen Ziele gesetzt hat, dann ja. Ziel konnte nicht sein, dass ab dem Zeitpunkt etwa keiner mehr ein Handy benutzt oder Fernsehen schaut. Ziel konnte es nicht sein, den moralischen Zeigefinger zu erheben und alle Technik jetzt erst recht zu verteufeln oder zu sagen: Seht, liebe Eltern. Wenn die Kinder kein Fernsehen mehr schauen, haben sie Zeit für Hausaufgaben. Schlimm wäre es gewesen, ja geradezu verderblich, das Gelingen zu beurteilen in gut oder schlecht.

Feststellbar ohne Beurteilung ist: Die während der Zeit gelaufene Geschichtsepoche war eine der intensivsten, die ich in 22 Jahren Klassenlehrerdasein erleben durfte. Die reichliche Hausarbeit wurde ohne Murren erledigt. Die Ernsthaftigkeit der Kinder hat einen gewaltigen Schritt nach vorne gemacht. Die Offenheit für Neues hat stark zugenommen. Der Stolz, es geschafft zu haben, es durchgehalten zu haben, hat die Kinder sehr gestärkt im besten Sinne.

Ich sehe diese Dinge als erfreuliche Begleiterscheinungen, nicht als das eigentliche Ziel an. Ziel kann es sein, einen Keim zu legen, der vielleicht einmal in den Kindern in ihrem weiteren Leben aufgehen wird, aber nicht zwangsläufig muss. Dieser Keim soll ein gesundender sein. Darum wurde er ohne jeglichen moralischen Beigeschmack gelegt, denn nur so kann er im Leben eine positive Rolle spielen. Wenn auch nur einer dieser Keime Früchte trägt, so ist etwas Bewusstsein geschaffen für die Lebensbedingungen in der heutigen Welt, nicht mehr und nicht weniger.

**Zum Autor:** Klaus Rosselnbruch, 49 Jahre alt, Klassenlehrer seit 1986, zuerst in Hannover-Bothfeld, dann an der Freien Waldorfschule Sorsum, weitere Fächer: Musik und Französisch; verheiratet, 5 Kinder.