



# Nebenwirkung von Smartphone, Facebook und Co.



**Sinnvoll eingesetzt kann die digitale Informationstechnik das Leben erleichtern. Aber „das Gift liege in der Dosis!“, warnt Manfred Spitzer, Psychiater und Autor des Buches „Cyberkrank“ Eine exzessive Nutzung digitaler Medien könne Ängste hervorrufen. So ist die Angst, etwas zu verpassen eine negative Nebenwirkung von Smartphone, Facebook und Co.**

„Nebenwirkung von Smartphone, Facebook und Co.“

Sinnvoll eingesetzt kann die digitale Informationstechnik das Leben erleichtern. Aber „das Gift liege in der Dosis!“, warnt Manfred Spitzer, Psychiater und Autor des Buches „Cyberkrank“ Eine exzessive Nutzung digitaler Medien könne Ängste hervorrufen. So ist die Angst, etwas zu verpassen eine negative Nebenwirkung von Smartphone, Facebook und Co. Diese Angst zeigt sich z.B. durch beständige innere Unruhe, der Hetze von Ereignis zu Ereignis sowie im Verlust der Fähigkeit, Dinge zu genießen. Eine weitere Angst ist die Nomophobie (No-mobilephone-Phobie) - die Angst, ohne Handy zu sein und somit von technisch vermittelten Sozialkontakten abgeschnitten zu werden. Diese Ängste stumpfen den Menschen gegenüber den realen Problemen ab und machen ihn passiv und manipulierbar.

Bitte beachten Sie zu diesem Thema auch die Kla.TV.-Sendung zur Studie: Schlafstörungen durch Tablet-PCs und Smartphones?

Vielen Dank, dass Sie dabei waren und bitte verbreiten Sie diese Informationen weiter. Bis zum nächsten Mal und auf Wiedersehen.

von ml./af.

---

## Quellen:

Infodienst Zukunft CH, Dez. 2015, Artikel „Cyberkrank“ [www.zukunft-ch.ch/de/themen/werte\\_und\\_gesellschaft/?newsid=2843](http://www.zukunft-ch.ch/de/themen/werte_und_gesellschaft/?newsid=2843)

---

## Das könnte Sie auch interessieren:

#Facebook - [www.kla.tv/Facebook](http://www.kla.tv/Facebook)

#ManfredSpitzer - [www.kla.tv/ManfredSpitzer](http://www.kla.tv/ManfredSpitzer)

---

## Kla.TV – Die anderen Nachrichten ... frei – unabhängig – unzensiert ...



- was die Medien nicht verschweigen sollten ...
- wenig Gehörtes vom Volk, für das Volk ...
- tägliche News ab 19:45 Uhr auf [www.kla.tv](http://www.kla.tv)

Dranbleiben lohnt sich!

Kostenloses Abonnement mit wöchentlichen News per E-Mail erhalten Sie unter: [www.kla.tv/abo](http://www.kla.tv/abo)

---

### Sicherheitshinweis:

Gegenstimmen werden leider immer weiter zensiert und unterdrückt. Solange wir nicht gemäß den Interessen und Ideologien der Systempresse berichten, müssen wir jederzeit damit rechnen, dass Vorwände gesucht werden, um Kla.TV zu sperren oder zu schaden.

**Vernetzen Sie sich darum heute noch internetunabhängig!**

**Klicken Sie hier: [www.kla.tv/vernetzung](http://www.kla.tv/vernetzung)**

---

Lizenz:  *Creative Commons-Lizenz mit Namensnennung*

Verbreitung und Wiederaufbereitung ist mit Namensnennung erwünscht! Das Material darf jedoch nicht aus dem Kontext gerissen präsentiert werden. Mit öffentlichen Geldern (GEZ, Serafe, GIS, ...) finanzierte Institutionen ist die Verwendung ohne Rückfrage untersagt. Verstöße können strafrechtlich verfolgt werden.