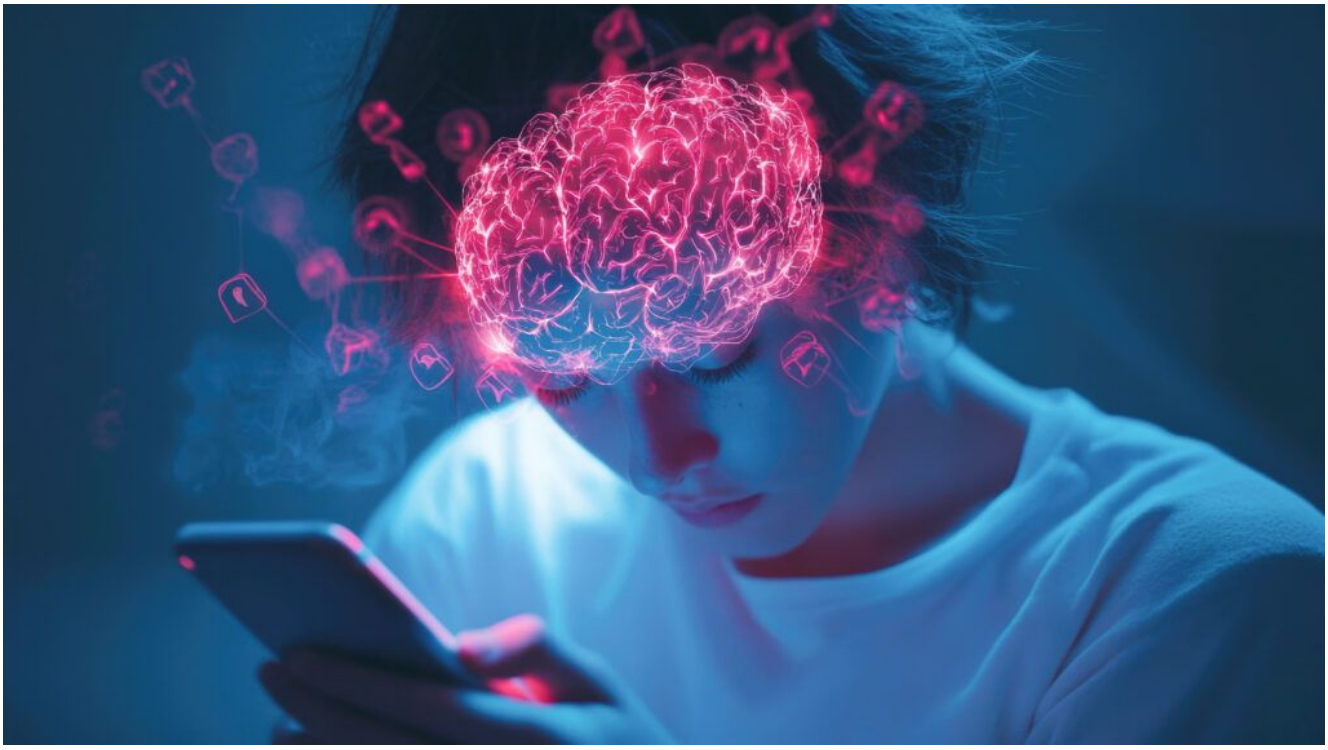
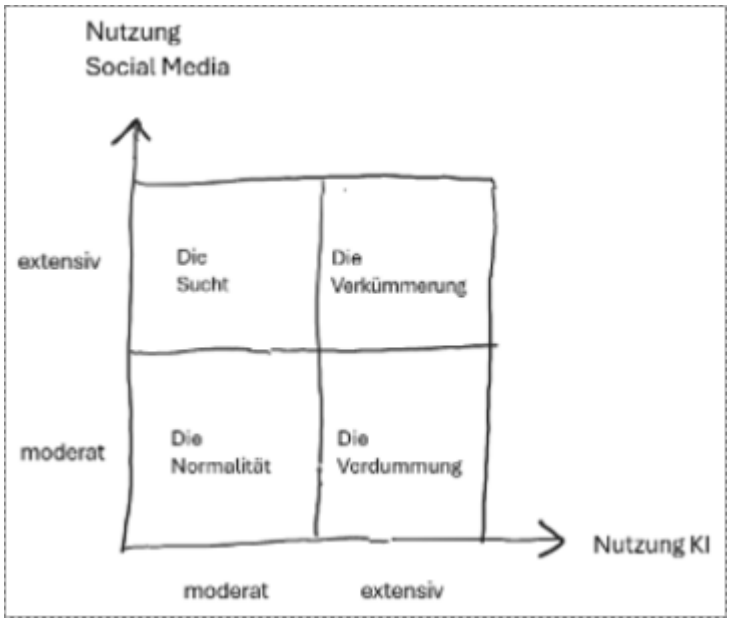
Die extensive Nutzung digitaler Tools – oder: Verkümmern wir zunehmend?

Category: Blog
geschrieben von Niklaus Gerber | 26. Juni 2026



Die Digitalisierung durchdringt unaufhaltsam und mit hohem Tempo all unsere Lebensbereiche. Dabei steht die Nutzung von Social Media und Künstlicher Intelligenz an dominierender Stelle. Der Eindruck, dass Technik alles kann und uns schlauer macht, ist trügerisch. Die negativen Folgeerscheinungen der Technikgläubigkeit werden zunehmend sichtbar und manifestieren sich auf verschiedenen Ebenen, insbesondere auch im Bildungsbereich.



Verlässt man den als moderat bezeichnenten Quadranten «Die Normalität», beginnen die Negativeffekte zu überwiegen. Die extensive Nutzung der Tools zeigt Auswirkungen auf uns als User; seien wir Kinder, Jugendliche oder Erwachsene.

1. **Das Problem der übersteigerten Technologie-Nutzung**



Niklaus Gerber, war bis zu seiner Pensionierung im August 2021 Abteilungsleiter und Mitglied der gibb-Schulleitung und hat sich mit NORDWÄRTS – Kompass für kompetente Führung

selbständig
gemacht.
www.nord-waerts
.com

Die digitale Aufmerksamkeitskrise

Social Media Plattformen[1] sind durch die Tech-Konzerne darauf optimiert, unsere Aufmerksamkeitsspanne und Gedächtnisgewohnheiten zu monetarisieren. Die in diesen Apps hinterlegten Algorithmen führen dazu – beispielweise durch massgeschneiderte Kurzvideos –, dass das Gehirn mit schnellen Dopamin-Kicks[2] gefüttert wird und uns zu ständigem und suchtähnlichem Dranbleiben[3] forciert. Dazu paaren sich – ohne jeglichen Mehrwert – soziale Vergleiche unter Gleichaltrigen durch Selbstpräsentationen. All diese Phänomene haben nachweislich negative Folgen für die Psyche.

Das Risiko. **–** In der grossen Blase der Social Media verlieren wird uns selbst. Wir verlernen – für die Schule bemerkenswert – die Fähigkeit zur Tiefenarbeit[4]. Konzentriertes Arbeiten wie das Lesen komplexer Texte oder das Durcharbeiten eines mehrseitigen (Fach-)Buches wird erschwert oder gar verunmöglicht. Erfahrungen von Lehrpersonen zeigen, dass nach jeweils kurzer Zeit ein Abriss auf dem ursprünglichen Lernpfad entsteht.

Die Folge für die Schule. – Zum einen entsteht Oberflächlichkeit und lediglich Oberflächenwissen. Schülerinnen und Schüler wissen von vielem ein bisschen und von wenigem viel. Das Ergebnis ist eine fehlende Nachhaltigkeit des Unterrichts.

Die Auslagerung des Denkens

Die Chatbots der Künstlichen Intelligenz nehmen uns heute nicht nur mechanische Arbeit ab, sondern auch die kognitive. KI’s schreiben Essays, programmieren Codes, fassen Bücher zusammen und nehmen uns das Formulieren ab. Sie neigen dazu, uns Antworten ohne Nuancen und Graustufen zu präsentieren, die zur Realität gehören. Dies führt zu einer Schwarz-Weiss-Mentalität, welche das differenzierte Denken erstickt.

Das Risiko. **–** Das Gehirn funktioniert ähnlich wie ein Muskel. Ohne Beanspruchung bildet sich dieser zurück. Wenn wir das Strukturieren von Gedanken, das logische Argumentieren und das kreative Problemlösen komplett

an die KI delegieren, verkümmern diese Fähigkeiten. Wer nie gelernt hat, einen Text von Grund auf selbst zu strukturieren, verliert unter anderem ein wichtiges Werkzeug des kritischen Denkens.

Die Folge für die Schule. – Es entsteht eine Illusion der Kompetenz. Wir verwechseln den Zugang zu Wissen – den uns die KI liefert – mit unserem eigenen Wissens-Verständnis. Wir reden uns ein, einen Sachverhalt verstanden zu haben. Die Denkarbeit delegieren wir mit Prompts[5] an Chatbots und übernehmen die Ergebnisse meist ohne kritisches Hinterfragen und kopieren sie. Fachpersonen sprechen deshalb von Denkfaulheit[6] und sogar von einer Verdummung.

Auf dem Weg zur Verkümmerung

Beide Technologien zusammen verstärken ein gesellschaftliches Problem, nämlich den Verlust der ureigenen Fähigkeit, Lerninhalte zu begreifen, ins Langzeitgedächtnis abzuspeichern, um jederzeit produktiv darauf zurückgreifen zu können. Mit der gleichzeitigen, extensiven Nutzung problematischer Social-Media-Apps und KI-Tools werden wir zu fremdgesteuerten Wesen. Die Folge ist ein Verlust der eigenen Identität.

2. **Die Chancen einer moderaten Technologie-Nutzung**

Der geschichtliche Rückblick als Hoffnung

Der Blick auf frühere technologie-gestützte Innovationen zeigt, dass die gesellschaftliche Angst vor geistigem Verfall immerzu existent war. Die Geschichte lehrt uns jedoch, dass grundsätzlich jedes System ein Korrektiv innehat und nach Ausgleich strebt. Das Pendel beginnt zeitversetzt zurückzuschwingen und sucht die Mitte. Die zunehmend kritischen Stimmen rund um die oft kopflose Nutzung digitaler Tools lassen erkennen, dass die bisherige Euphorie sich zögerlich zu legen beginnt und dieser Gesetzmässigkeit folgt. In den Vordergrund rückt die Frage nach dem Sinn der Digitalisierung.

Die positiven Seiten erkennen

Zielorientierung. – Ein achtsamer und zweckgerichteter Umgang mit digitalen Werkzeugen ist gewinnbringend. Studien belegen, dass eine moderate Zuhilfenahme von Apps und KI-Programmen nützlichen Mehrwert ergibt und einem gesteckten Ziel dient. Für die Schule bieten sich dafür viele Chancen, die

vertiefter angegangen werden könnten.

Strategien. – Für die Entwicklung der Kompetenzen rund um einen gesunden Umgang mit Social Media und KI gibt es keinen besseren Ort als die Schule. Dabei sind die Schülerinnen und Schüler, die Lehrpersonen sowie die Schulleitungen gleichermassen betroffen. Folgende Lernziel-Beispiele könnten Teil eines «Digitalen Leitbildes» resp. einer fundierten Medienbildung sein:

- Medienkompetenz stärken und die Digitalisierung als Hilfsmittel verstehen.
- Kreative und analytische Fähigkeiten erweitern.
- Chancen für die Lernunterstützung erkennen.
- Digitales Wohlbefinden managen und Selbstführung entwickeln.
- Tiefenarbeit kultivieren und Metakognition fördern.
- Verschiedene Chatbots kennen und das präzise Prompten erlernen.
- Kritische Haltung gegenüber der Nutzung digitaler Tools erzeugen.
- Kreative und analytische Fähigkeiten erweitern.
- Falschinformationen und Fake News erkennen.

Zu diesen Lernzielen gibt es zahlreiche und erprobte Detailziele.

Medienbildung als Pflichtfach. – Um diese und allenfalls weitere Lernziele nachhaltig zu verankern, müssten sich Schulleitungen proaktiv und im Sinne einer austarierten Haltung zum Thema «Nutzung von Social Media und KI im Unterricht» befassen. Das grosse Wissen und Können im Kollegium ist dazu dienlich und kann Grundlage für ein Fach «Medienbildung» sein. Digital-affine Lehrpersonen könnten als einzelne Module als Weiterbildungsgefässe unterrichten und diese zu einem Lehrplan zusammenführen; oder die Schulleitung organisiert für die medien-ergänzende Qualifikation ihrer Lehrpersonen eine spezifische Fortbildung. Das Fach Medienbildung für die Schülerinnen und Schüler der Oberstufe – allenfalls Mittelstufe – würde in der Folge und als Idee über ein Quartal oder Semester stattfinden.

Fazit

Wir befinden uns heute – in den Schulen und im Privaten – auf direktem Weg in den Zustand der Verkümmerung. Gleichzeitig ist uns bewusst, dass dies nicht ein Ziel sein kann. Wir dürfen nicht zulassen, dass Kinder und Jugendliche zu Sklaven der Digitalisierung mutieren und manipuliert werden. Dem Risiko muss – seitens

der Bildungsinsitutionen sowie der Erziehungsberechtigten[7] – entgegengetreten werden. Mit dem Blick auf die Grafik sind die extensiven Nutzungen mit ihren Abhängigkeiten und Verführungen abzubremsen. Durch entsprechende und beherzte Massnahmen können Kinder und Jugendliche im Normalbereich gehalten werden.

[1] Folgende Socia Media Apps zählen im Privatbereich der Kinder und Jugendlichen – und grundsätzlich ausserhalb der Schule – aktuell zu den meistgenutzten resp. gehören zu den Big Five: Instagram, TikTok, Snapchat, YouTube und WhatsApp.
Quelle: James Studie 2024. https://www.zhaw.ch/de/psychologie/forschung/medienpsychologie/mediennutzung/james

Neben diesen gibt es weltweit über 6 Millionen Apps, die in den führenden App-Stores verfügbar sind (Stand Oktober 2025). Viele davon sind auch
für den Bildungsbereich interessant und können gezielt im Unterricht eingesetzt werden.

[2] Dopamin wird vereinfacht als Glücks- oder Belohnungshormon bezeichnet. Es reguliert unter anderem die Stimmung und die Motivation.

[3] Beispiel Social Media App Snapchat: Das hinterlegte Anreizsystem belohnt jede Interaktion, um die Verweildauer auf dem App zu erhöhen.

[4] In der früheren Didaktik existierte der Begriff «Tiefenbohrungen».

[5] Prompts sind im Kontext von KI gezielte Fragen an Chatbots wie ChatGPT, Gemini, Copilot etc.

[6] Jänecke, L., 2026. Vielleicht ist es gut, wenn die Maschine schlauer wird als der Mensch. .
https://condorcet.ch/2026/06/vielleicht-ist-es-gut-wenn-die-maschine-schlauer-wird-als-der-mensch/

[7] Gerber, N., 2026. Elternzeit statt Handyzeit – oder: Fokussierte Elternbildung als Präventionsbeitrag

https://condorcet.ch/2026/03/elternzeit-statt-handyzeit-oder-fokussierte-elternbildung-als-praeventionsbeitrag/