



«Handyverbot an Schulen: Chancen und Risiken»

Dr. Josef Buchner

Von manchen wird es als Kulturzugangsgerät^[1] gefeiert, andere bezeichnen es als Bedrohung für Lernleistungen und Wohlbefinden: das Handy bzw. das Smartphone.

Welche Auswirkungen die Nutzung dieser Technologie auf Kinder und Jugendliche haben kann, wird aktuell intensiv in der Öffentlichkeit diskutiert. Die Debatte verläuft (meist) äusserst emotional, immerhin geht es um die Zukunft der Heranwachsenden. Entsprechend ist die Lagerbildung wenig überraschend: «Verbieten», sagen die einen, «Medienkompetenzen fördern», die anderen. Es ist also ein guter Zeitpunkt, einen fundierten und vor allem interdisziplinären Blick auf die Chancen und Risiken von Handyverboten zu werfen.

In diesem Essay möchte ich Ihnen diesen Blick anbieten und aufzeigen, dass es komplexer ist, als so mancher Experte oder so manche Expertin behaupten.

Wie reagieren Sie, wenn Sie heute einen 12-Jährigen beim Lesen eines Buches sehen? Wahrscheinlich würden Sie sich erfreut zeigen, oder? Dies war jedoch nicht immer so. Im 17. Jahrhundert warnten Gelehrte vor der Lesesucht und dem damit verbundenen Verlust, Primärerfahrungen zu machen. Also konkret das Spielen und Toben im Freien. Wenn wir noch weiter in der Geschichte der Menschheit zurückblicken, sehen wir, dass etwa Sokrates ein erbitterter Gegner der Schrift war. Die einzig wahre Form der Bildung ist es, sein Wissen im Kopf zu haben und anderen mündlich weiterzugeben. Nun ist das Schreiben seit sehr langer Zeit Alltag in unser aller Leben, und wir sind immer noch hier und erfinden täglich neue Innovationen.

Mit dem Aufkommen von Bewegtbildern um 1900 startet die Kritik an Kino und Film. Hier wird nun auch der Inhalt hinterfragt, etwa das unmoralische Tanzen oder das Zeigen von Haut. Die kritische Betrachtung einer neuen Technologie erfolgt nun nicht mehr ausschliesslich mediengebunden, sondern erweitert sich auf das, was über das neue Medium transportiert und vermittelt wird. Zugleich zeigt sich, dass positive Wirkungen von bewegten Bildern auf das Lernen angenommen werden. Thomas Alva Edison sagte etwa 1913 voraus, dass an Schulen Bücher bald durch Videos ersetzt werden und sich dadurch das Lernen verbessern liesse.

Schliesslich der Eintritt ins TV- und Digital-Zeitalter. Computer, Fernseher und andere mobile Geräte (z. B. iPod) bestimmen zunehmend den privaten und beruflichen Alltag. Die Folgen? Höhere Gewaltbereitschaft und negative Auswirkungen auf die körperliche Gesundheit? Um dies zu belegen, wird meist auf das Buch «Digitale Demenz»^[4] verwiesen. Während dieses wohl ein Millionenpublikum erreichte, ist die wissenschaftliche Überprüfung der darin getätigten Aussagen wahrscheinlich nur sehr wenigen bekannt, und damit auch, dass die Schlussfolgerungen darin nicht haltbar sind.^[5]

Und heute? Heute beschäftigt uns das Handy und die damit verbundene Nutzung. Kinder und Jugendliche werden dann gerne als «Smombies» (Smartphone-Zombies) bezeichnet und der Mensch ganz generell neu als «Phono Sapiens»^[6] abgetan. Wesentlich geprägt hat den Diskurs das Buch von Jonathan Haidt.^[7] Darin werden Studienergebnisse zu Handynutzung und Social Media zusammenfassend dargestellt und interpretiert, sodass nur ein Schluss gezogen werden kann: Handys sollten an Schulen verboten werden, und Social Media sollten erst ab einem gewissen Alter genutzt werden dürfen. Ähnlich wie bei «Digitale Demenz» erweckt auch Haidt's Buch «Generation Angst» den Eindruck, eine wissenschaftliche Publikation

Zur Einführung: Eine kurze Geschichte der Technik-Kritik ^[2,3]

zu sein. Dem widersprechen ausgerechnet jene Personen, die die von Haidt zitierten Studien publiziert haben. Andrew Przybylski, einer der zitierten Studienautoren und Professor für Psychologie im digitalen Zeitalter, fasst es so zusammen: «Was Jonathan Haidt in seinem Buch verkauft, ist Angst. Das ist nicht wissenschaftlich^[8].»

Bleibt die Frage, was wir aus der Wissenschaft wissen?

Handys, Wohlbefinden und Lernen

In der aktuellen Debatte werden vor allem die Auswirkungen der Handynutzung auf die mentale Gesundheit und die Lernleistungen von Kindern und Jugendlichen thematisiert.

Mentale Gesundheit bezeichnet einen Zustand des Wohlbefindens, bei dem eine Person mit den Belastungen des Alltags zurechtkommt, produktiv ist und vorhandene Fähigkeiten nutzen kann, um Aufgaben zu erledigen. Wohlbefinden umfasst emotionales, psychologisches und soziales Wohlbefinden. Beispiele hierfür sind das Erleben von Freude, Zufriedenheit, sozialer Zugehörigkeit und Selbstbestimmung.^[9]

Studien zeigen, dass die Handynutzung, insbesondere die Nutzung von Social Media, das Wohlbefinden negativ beeinflussen kann. Diese negativen Auswirkungen zeigen sich vorrangig für vulnerable Gruppen, also z. B. für Kinder mit Aufmerksamkeitsproblemen oder limitierter Impulskontrolle, und vor allem bei exzessiver Nutzung. Eine exzessive Nutzung liegt vor, wenn Personen aufgrund ihrer Aktivitäten auf Social Media nicht mehr in der Lage sind, ihren Alltag zu gestalten, wenn sie Beziehungen zu Bekannten und Freunden abbrechen, die Nutzung das Schlafverhalten verändert oder sich andere negative Auswirkungen zeigen, etwa verschlechterte Leistungen in der Schule.^[10]

Eine exakte Zeitangabe, ab wann die Nutzung von Handy und Social Media als exzessiv einzustufen ist, kann leider nicht gemacht werden. Der Grund dafür ist relativ

Handys, Wohlbefinden und Lernen

einfach: Es kommt eben auch darauf an, was man genau am Handy oder mit Social Media macht.^[11] Lernt z. B. eine 13-Jährige mehrere Stunden lang Französisch über eine App auf ihrem Handy und verbessert dadurch tatsächlich ihr Vokabular, würde sie wohl bei einer Befragung nach dieser stundenlangen Handynutzung kein geringeres, sondern ein höheres Wohlbefinden zeigen als davor (Lernerfolg führt zu Zufriedenheit und dem Erleben von Kompetenz).

Dies bringt mich zum zweiten dominierenden Aspekt in der aktuellen Debatte, dem Lernen. Lernen braucht Aufmerksamkeit; heisst, wir müssen bereit sein, unsere kognitiven Ressourcen für eine bestimmte Zeit zu bündeln, um uns auf einen aktuell zu erlernenden Inhalt zu konzentrieren. Klassischerweise denken wir hier an Lektionen in der Schule, in der eine Lehrperson z. B. etwas erklärt und Lernende dieser Erklärung folgen sollen.

Die Annahme ist nun, dass das Handy die für erfolgreiches Lernen notwendige Aufmerksamkeit stört. Erklärt wird dies durch den Fear-of-Missing-Out-(FOMO)-Effekt: Dabei denken etwa Jugendliche während des Unterrichts an ihre Social-Media-Profilen und jene Inhalte, die sie jetzt gerade verpassen. Folglich kommt es zu einer geteilten Aufmerksamkeit, die Lernprozesse nachweislich verhindern kann.^[12] Neuere Studien zeigen aber, dass dies nicht durch die bloße Anwesenheit von Handy und Smartphone passiert. Entscheidend ist, ob das Erhalten von Mitteilungen, etwa über Töne oder visuelle Zeichen, aktiviert oder deaktiviert ist.^[13] Mitteilungen dienen in Social-Media-Angeboten als *Nudges*, also als Anreize zur Steuerung unseres Verhaltens. Wissen über die Bedeutung solcher Nudges kann ebenso dazu beitragen, die potenziell ablenkende Wirkung von Handy und Social Media zu verringern.^[14] Die Forschung zeigt also, dass die pauschale Annahme einer ablenkenden Wirkung durch Handy und Social Media nicht haltbar ist.

Aber was passiert, wenn wir nun gänzlich auf das Handy in der Schule verzichten?

Was bewirkt ein Handyverbot?

Bevor ich Ihnen die vorhandenen Befunde samt Einordnung präsentiere, braucht es eine Klärung von Begriffen. Gilt an einer Schule ein Handyverbot, haben Schülerinnen und Schüler während der Dauer des Schultages keinen Zugriff auf ihr Gerät (sogenannte Bell-to-Bell Policy). Umgesetzt wird das entweder durch die Verwahrung des Handys an dafür vorgesehenen Orten, dann darf im Notfall auf das Gerät zugegriffen werden, oder schlicht, indem das Handy zu Hause gelassen werden muss. Können die Schülerinnen und Schüler während des Schultages auf ihr Handy zugreifen, wird von Handyregelungen gesprochen. Diese können von Schule zu Schule unterschiedlich sein; z. B. darf an manchen Schulen das Handy im Unterricht und in der Mittagspause verwendet werden, andere Schulen erlauben die Nutzung nur in ausgewiesenen Zonen, usw.

Was wissen wir nun (Stand März 2026) über das Handyverbot an Schulen? Die aktuelle Studienlage zeigt, dass ein Handyverbot, auch im Vergleich zu Handyregelungen, nicht zu höherem Wohlbefinden und auch nicht zu besseren Lernleistungen führt.^[15, 16]

Warum ist das so?

Fehlende Effekte eines Verbots in der Schule auf das Wohlbefinden können zunächst über die Nutzungsdauer erklärt werden. Kinder und Jugendliche sind während der Schulzeit wenig am Handy, die Werte schwanken zwischen 10 bis 20 % der Tagesnutzungszeit, was 30 bis 60 Minuten entspricht. Für die Schweiz zeigt sich sogar, dass Schülerinnen und Schüler wohl noch etwas weniger Zeit während der Schule am Handy verbringen. Die Ergebnisse aus der JAMES-Studie 2024 lassen auf eine Zeit von 20 bis 40 Minuten schliessen.^[17] Das bedeutet, dass ein Verbot des Handys während der Schulzeit die Gesamtnutzungsdauer eines Tages nur wenig beeinflusst, folglich sinkt die Zeit am Handy zu wenig, sodass Auswirkungen spürbar werden. Kurz: Gibt es im Elternhaus keine Regeln, wird die in der Schule «verlorene» Zeit durch das Handyverbot schlicht nachgeholt.

Weiter müssen diese fehlenden Effekte auf das Wohlbefinden vor dem Hintergrund des bereits skizzierten Forschungsstandes angeschaut werden. Negative Auswirkungen auf das Wohlbefinden betreffen nicht die Mehrheit, sondern eine Minderheit. Dieser Umstand wird in Studien zu den Wirkungen von Handyverboten (noch) nicht thematisiert.

Als letzter Punkt muss angesprochen werden, dass ein Handyverbot natürlich nicht den Lebensalltag und die Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen aussperren kann. Erlebt ein Jugendlicher z. B. nach der Schule über Social Media Mobbing,

Was bewirkt ein Handyverbot?

wird ihn dies leider unabhängig von An- oder Abwesenheit eines technischen Geräts beschäftigen und sein Wohlbefinden vermindern.

Auch für Lernleistungen spielt das, was ausserhalb der Schule passiert, eine wichtige Rolle. Sollen Lernende sich z. B. auf Prüfungen vorbereiten oder für ein Projekt eine Präsentation gestalten, muss ausserschulische Zeit investiert werden. Dafür braucht es zum einen Zeit und zum anderen meist auch Unterstützung von Eltern oder anderen Personen mit Expertise. Gibt es keine Regeln zur Mediennutzung zu Hause, wird die Zeit für das Lernen für schulische Leistungen fehlen. Dass die Konsequenz daraus schlechtere Lernleistungen, und da wir über Schule sprechen, meist ausgedrückt mittels Noten ist, ist wenig überraschend. Lernen findet eben nur zu einem Teil während des Unterrichts statt.

Und im Unterricht gibt es nebst Handy, Tablet und Co. noch weitaus mehr und spannendere Ablenkungen. Bitte bedenken Sie, dass wir in dieser Debatte über Kinder und Jugendliche sprechen. Schülerinnen und Schüler erleben in dieser Zeit enorme Entwicklungsschritte, und da kann es schon vorkommen, auch ohne Handy, dass die Konzentration nicht über mehrere Stunden konstant hoch gehalten werden kann. Bitte denken Sie an dieser Stelle kurz an Ihre eigene, wahrscheinlich handymfreie, Schulzeit zurück und an das, was Sie im Unterricht so nebenbei gemacht haben.

Weiter ist es wichtig zu verstehen, dass schulische Lernleistungen von sehr vielen Faktoren mitbestimmt werden. So spielt etwa das Elternhaus der Kinder und Jugendlichen ebenso eine Rolle wie schliesslich die von Lehrpersonen vorbereiteten Lernangebote zur Erreichung von Lernzielen.^[18] Für den Einsatz von digitalen Medien und Technologien im Unterricht ist die Forschungslage übrigens sehr klar: Ein didaktisch geplanter und wohlüberlegter Einsatz ist lernförderlich.^[19] Entscheidend ist jedoch nicht, wie oft ich digitale Medien im Unterricht nutze (Quantität)^[20], sondern eben mit welcher Qualität^[21]. Digitale Spiele und Simulationen können dann z. B. wesentlich dazu beitragen, dass Lernleistungen verbessert werden.^[22] Potenzielle Ablenkungseffekte können also über das didaktisch-pädagogische Handeln von Lehrpersonen ausgehebelt werden.^[23]

An diesem Punkt des Textes sollte die Komplexität, mit der wir es bei Fragen rund um Handy, Social Media und Schule zu tun haben, deutlich geworden sein. Und jetzt?

Regeln statt verbieten

In der öffentlichen Diskussion werden viele Chancen genannt, die ein Handyverbot an Schulen bieten kann. Wie ich Ihnen gezeigt habe, sind diese Chancen aber eher Hoffnungen. Ich bin sehr skeptisch, dass sich diese erfüllen werden.

Daher kann ich kein generelles Handyverbot empfehlen. Neben den fehlenden Wirkungen sehe ich vor allem noch zwei andere grosse Risiken: Erstens, das Handy wird zu etwas Illegalem erklärt. Dies wird zu vielen Konflikten an Schulen führen, weil Lehrpersonen am Ende die Einhaltung des Verbots kontrollieren müssen. Damit werden sie schon fast in eine Art Polizeirolle gedrängt, und die bereits hohe Arbeitsbelastung des Lehrberufs steigt weiter an.

Zweitens, wir machen unseren Schülerinnen und Schülern eben Hoffnung, dass sich nur durch die Abwesenheit eines Geräts ihr Wohlbefinden steigert und sich ihre Lernleistungen verbessern. Ich frage mich immer wieder, wie Lehrpersonen reagieren sollen, wenn sich Lernende beschweren, dass sie keine besseren Noten als vor dem Handyverbot bekommen haben.

Meine Empfehlung ist, gemeinsam mit allen schulischen Akteur:innen klare und verbindliche Regeln zur Handynutzung aufzustellen.^[24] Betroffene sollten zu Beteiligten gemacht werden, damit schliesslich die Regeln von allen getragen werden und auch zur Schulkultur passen. Ganz wichtig in diesem Zusammenhang ist es, die Eltern mit ins Boot zu holen. Wie aufgezeigt, ohne Unterstützung aus dem Elternhaus werden auch Regeln in der Schule keine grosse Wirkung oder Änderung im Nutzungsverhalten entfalten.

Und dass sich etwas ändern muss, ist auch für mich klar. Wir müssen insgesamt unsere Handynutzung verringern. Es gibt Studien, die eine Maximalzeit von zwei Stunden pro Tag vorschlagen.^[25] Als Erwachsene müssen wir dies unseren Kindern und Jugendlichen vorleben und sie dabei unterstützen, sich in der digitalen und KI-geprägten Welt zurechtzufinden. Es kann nicht oft genug betont werden, wie wichtig dabei die Förderung von (digitaler) Medienkompetenz ist: bei Schülerinnen und Schülern, Lehrpersonen, Schulleitungen und eben auch den Eltern.^[26]

Fazit

An das Verbot von Handys an Schulen sind grosse Hoffnungen gebunden: Schülerinnen und Schüler fühlen sich wieder wohler und lernen besser. Der aktuelle Stand der Forschung zeigt, dass sich diese Hoffnungen (leider) nicht erfüllen. Der Zusammenhang zwischen Wohlbefinden, Lernen und Handynutzung ist komplex und die blosser Reduktion der Nutzung während der Dauer des Schultages zu wenig, um dieser Komplexität gerecht zu werden.

Anstatt eines generellen Verbots sollten Schulen für sich klare Regeln erarbeiten und aufstellen. So wird sichergestellt, dass Handys bei Bedarf im Unterricht für Lehr-Lernprozesse genutzt werden können und das Handy nicht kriminalisiert wird. Insgesamt sollten wir alle unsere Handynutzungszeit reduzieren und unsere Medienkompetenzen trainieren. Schulen sollten vor allem auch Angebote für Eltern mitdenken.

All diese Massnahmen können etwas bewirken, davon bin ich überzeugt. Wichtig wäre jedoch, dass auch die Plattformen in die Pflicht genommen werden. Immerhin sind sie es, die über *Nudging* unser Verhalten beeinflussen und unsere Nutzungszeit gezielt hoch halten. Aufgrund ihrer wirtschaftlichen Bedeutung bleibt aber wohl auch das nur eine Hoffnung.

Literatur

- [¹] Rosa, L. (2014). Kulturzugangsgerät, kleine Abhandlung. Shift. Weblog Zu Schule Und Gesellschaft. <https://shiftingschool.wordpress.com/2014/10/21/kulturzugangsgerat-kleine-abhandlung/>
- [²] Siehe Buchner, J., & Kerres, M. (2021). Lernwerkstattarbeit in der digital vernetzten Welt. Die Perspektive der gestaltungsorientierten Mediendidaktik. In B. Holub, K. Himpsl-Gutermann, K. Mittlböck, M. Musilek-Hofer, A. Varelja-Gerber, & N. Grünberger (Hrsg.), *Lern.medien.werk.statt. Hochschullernwerkstätten in der Digitalität* (S. 137–146). Klinkhardt. https://www.pedocs.de/volltexte/2021/22809/pdf/Holub_et_al_2021_lern.medien.werk.statt.pdf#page=139
- [³] Siehe Buchner, J. (2025). Digitale Medien und Bildung: Ein Spannungsfeld. In C. Grosse, C. Helm, R. Obermeier, & A. Postlbauer (Hrsg.), *Digitalisierung in der Bildung—Ein Kinderspiel?* (S. 12–28). Beltz Juventa. <https://www.beltz.de/fachmedien/erziehungswissenschaft/produkte/details/55150-digitalisierung-in-der-bildung-ein-kinderspiel.html>
- [⁴] Spitzer, M. (2014). *Digitale Demenz: Wie wir uns und unsere Kinder um den Verstand bringen*. Droemer TB.
- [⁵] Appel, M., & Schreiner, C. (2014). Digitale Demenz? Mythen und wissenschaftliche Befundlage zur Auswirkung von Internetnutzung. *Psychologische Rundschau*, 65(1), 1–10. <https://doi.org/10.1026/0033-3042/a000186>
- [⁶] Scheibenbogen, O. (2022). *Phono Sapiens. Über die psychoaktive Wirkung neuer mobiler Endgeräte*. Parodos.
- [⁷] Haidt, J. (2024). *Generation Angst*. Rowohlt.
- [⁸] Das Originalzitat auf Englisch lautet: «What Jon is selling is fear. It's not scientific.» Siehe Severs, J. (2025). Is Jonathan Haidt's book right about smartphones? *Tes Magazine*. <https://www.tes.com/magazine/teaching-learning/general/jonathan-haidt-anxious-generation-right-about-smartphones>
- [⁹] World Health Organization (WHO). (2025). *Mental health*. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- [¹⁰] Capraro et al. (2025). A collective review on some potential negative impacts of smartphone and social media use on adolescent mental health: Results from a Delphi process. *Society*. https://society.org/articles/activity/10.31234/osf.io/b94dy_v3
- [¹¹] *Jugend und Medien*. (2024). *Medienkompetenz. Empfehlungen zum Umgang mit digitalen Medien*. Jugend und Medien. https://jugendundmedien.ch/uploads/Jugend_und_Medien_Broschuere_Medienkompetenz_ZHAW_2024_DE_1_29ca91f89c.pdf
- [¹²] Ward, A. F., Duke, K., Gneezy, A., & Bos, M. W. (2017). Brain Drain: The Mere Presence of One's Own Smartphone Reduces Available Cognitive Capacity. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 140–154. <https://doi.org/10.1086/691462>
- [¹³] Hartmann, M., Martarelli, C. S., Reber, T. P., & Rothen, N. (2020). Does a smartphone on the desk drain our brain? No evidence of cognitive costs due to smartphone presence in a short-term and prospective memory task. *Consciousness and Cognition*, 86, 103033. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2020.103033>
- [¹⁴] Olson, J. A., Sandra, D. A., Chmoulevitch, D., Raz, A., & Veissière, S. P. L. (2023). A Nudge-Based Intervention to Reduce Problematic Smartphone Use: Randomised Controlled Trial.

Literatur

- International Journal of Mental Health and Addiction*, 21(6), 3842–3864. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00826-w>
- [¹⁵] Goodyear, V. A., Randhawa, A., Adab, P., Al-Janabi, H., Fenton, S., Jones, K., Michail, M., Morrison, B., Patterson, P., Quinlan, J., Sitch, A., Twardochleb, R., Wade, M., & Pallan, M. (2025). School phone policies and their association with mental wellbeing, phone use, and social media use (SMART Schools): A cross-sectional observational study. *The Lancet Regional Health – Europe*, 51. <https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2025.101211>
- [¹⁶] Campbell, M., Edwards, E. J., Pennell, D., Poed, S., Lister, V., Gillett-Swan, J., Kelly, A., Zec, D., & Nguyen, T.-A. (2024). Evidence for and against banning mobile phones in schools: A scoping review. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 34(3), 242–265. <https://doi.org/10.1177/20556365241270394>
- [¹⁷] Külling-Knecht, C., Waller, G., Willemse, I., Deda-Bröchin, S., Suter, L., Streule, P., Setteg-rana, N., Jochim, M., Bernath, J., & Süss, D. (2024). *JAMES – Jugend, Aktivitäten, Medien – Erhebung Schweiz*. Zürich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften. Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften. https://www.zhaw.ch/storage/psychologie/upload/forschung/medienpsychologie/james/2018/JAMES_2024_DE.pdf
- [¹⁸] Hattie, J., & Zierer, K. (2023). *Kenne deinen Einfluss! «Visible Learning» für die Unterrichtspraxis*. 6. Unveränderte Auflage. Schneider Verlag Hohengehren GmbH.
- [¹⁹] Scheiter, K. (2021). Lernen und Lehren mit digitalen Medien: Eine Standortbestimmung. *Zeitschrift für Erziehungswissenschaft*, 24(5), 1039–1060. <https://doi.org/10.1007/s11618-021-01047-y>
- [²⁰] Fütterer, T., Scheiter, K., Cheng, X., & Stürmer, K. (2022). Quality beats frequency? Investigating students' effort in learning when introducing technology in classrooms. *Contemporary Educational Psychology*, 69, 102042. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2022.102042>
- [²¹] Consoli, T., Schmitz, M.-L., Antonietti, C., Gonon, P., Cattaneo, A., & Petko, D. (2025). Quality of technology integration matters: Positive associations with students' behavioral engagement and digital competencies for learning. *Education and Information Technologies*, 30(6), 7719–7752. <https://doi.org/10.1007/s10639-024-13118-8>
- [²²] Zumbach, J. (2021). *Digitales Lehren und Lernen* (1. Aufl.). Kohlhammer.
- [²³] Martin, F., Long, S., Haywood, K., & Xie, K. (2025). Digital distractions in education: A systematic review of research on causes, consequences and prevention strategies. *Educational Technology Research and Development*. <https://doi.org/10.1007/s11423-025-10550-6>
- [²⁴] Siehe auch Wampfler, P. (2025). Warum ein Handyverbot an Schulen keine gute Idee ist – 10 Argumente. *Schule Social Media*. <https://schulesocialmedia.com/2025/05/31/warum-ein-handyverbot-an-schulen-keine-gute-idee-ist-10-argumente/>
- [²⁵] Pieh, C., Humer, E., Hoenigl, A., Schwab, J., Mayerhofer, D., Dale, R., & Haider, K. (2025). Smartphone screen time reduction improves mental health: A randomized controlled trial. *BMC Medicine*, 23(1), 107. <https://doi.org/10.1186/s12916-025-03944-z>
- [²⁶] Kern, A., & Roos, J. (2025). Kinderrechte und digitale Bildung: Theoretische Herleitung eines kinderrechtsbasierten Medienkompetenzmodells für Kinder. *MedienPädagogik: Zeitschrift für Theorie und Praxis der Medienbildung*, 295–323. <https://doi.org/10.21240/mpaed/00/2025.11.24.X>



Für unsere Gesellschaft.

Denken Sie bitte bei Vergabungen an die
Gemeinnützige Gesellschaft des Kantons St.Gallen.

**Jetzt mit TWINT
spenden!**



QR-Code mit der
TWINT App scannen



Betrag und Spende
bestätigen



Gemeinnützige Gesellschaft des Kantons St.Gallen (ggk sg)

Geschäftsstelle: BDO AG

Vadianstrasse 59

9001 St.Gallen

Tel. 071 226 09 10

info@ggksg.ch

www.ggksg.ch

PC-Konto 90-3827-4

IBAN CH 13 0900 0000 9000 3827 4