

## Inhalt

Einführung . . . . .	4
Was bedeutet „Always on“? . . . . .	4
Sachinformationen . . . . .	5
Immer online – immer erreichbar . . . . .	5
Immer beobachten – immer unter Beobachtung . . . . .	5
Risiken von Always on . . . . .	6
Gefahr im Straßenverkehr . . . . .	6
Probleme beim Einschlafen . . . . .	6
Stressfaktor Smartphone . . . . .	8
Casino- und Sägeblatt-Effekt . . . . .	8
Multitasking überfordert . . . . .	9
Selbstcheck: Habe ich die Kontrolle? . . . . .	10
Bewusste Nutzung . . . . .	10
WhatsApp und Co. . . . .	11
Privatsphäre-Einstellungen helfen bei WhatsApp-Stress . . . . .	12
Lebensraum Klassengruppe . . . . .	12
Umgang im Unterricht . . . . .	12
Mobbing in WhatsApp . . . . .	13
Nutzung in Schule und Unterricht . . . . .	13
WhatsApp als Kanal für Lehrer? . . . . .	14
Handyordnung . . . . .	14
Links und weiterführende Informationen . . . . .	14
Filme . . . . .	15
Materialien . . . . .	15
Webseiten . . . . .	15
Projekte . . . . .	15
Literaturverzeichnis . . . . .	15
Arbeitsblätter Projekte 1–3	
Handynutzungsvertrag (für SchülerInnen + Eltern)	