

Der 43-Jährige kontrolliert täglich mit Hilfe spezieller Selbstvermessungsgeräte und Apps sämtliche Daten seines Körpers. Von seinen Blutwerten, dem Gewicht und Schlafverhalten über Bauchumfang und Schritte bis hin zum Kaffeekonsum, Geldausgabeverhalten und seinen Standorten. Vor seiner Zeit als Selbstvermesser konnte sich Andreas Schreiber nur schwer zu mehr Bewegung motivieren, heute sind 15.000 Schritte sein Tagesziel. Einige von seinen Daten twittert der überzeugte Selbstdigitalisierer auch. Er misst sich dabei virtuell mit anderen Selbstvermessern: „Ein bisschen Wettbewerb muss sein“, lacht Schreiber und freut sich dabei über den Wochensieg bei den meisten gelaufenen Schritten. Die Zahlen, die er bekannt gibt, werden aber gut ausgewählt: „Ich möchte nicht alle Daten veröffentlichen. Meine Geldausgaben und Blutzuckerwerte muss nicht jeder wissen.“ Andere Selbstvermesser sehen das nicht so eng. In verschiedenen Foren, in denen sich die Interessierten austauschen, findet man sämtliche persönliche Daten dieser Menschen. Nils Schröder ist Landesbeauftragter für Datenschutz und Informationsfreiheit Nordrhein-Westfalen und warnt davor, persönliche Daten ins Netz zu stellen: „Man erzählt viel mehr über sich als nur diese einzelne Zahl.“ Neben dem Risiko des Datenmissbrauchs gibt es auch psychologische Bedenken: „Durch die ständige Messung des Blutdrucks zum Beispiel kann man sich selbst in Sorgen stürzen und dadurch zur Erhöhung des eigenen Blutdrucks beitragen“, erklärt Alexander L. Gerlach, Professor für Klinische Psychologie und Psychotherapie. Auch über den Sinn mancher Messungen lässt sich streiten. Da sich das Gewicht nicht ständig verändert, ist tägliches Wiegen nicht unbedingt nötig. Schritte zählen kann jedoch hilfreich sein. „In Abhängigkeit davon, was ich messe und wozu ich es messe, kann tägliches Selbstvermessen hilfreich sein oder total übertrieben“, fasst Gerlach zusammen. *Tanja Brockmann*

Durch Freischaltcodes, die die Kunden bei den Verlagen erwerben können, wird das geforderte Schulbuch direkt in das digitale Buchregal geladen und gespeichert. Diese Entwicklung ist noch lange nicht in allen Schulen Deutschlands angekommen. Das liegt laut Becker an zwei Faktoren: „Nicht alle Lehrer wollen oder können mit digitalen Schulbüchern arbeiten – zum einen, weil die dazu geeignete Ausstattung in der Schule fehlt, zum anderen, weil sich nicht alle zutrauen, mit digitalen Medien umzugehen. Schließlich gehört das ja noch nicht zur Ausbildung eines Lehrers.“

Dabei sieht Becker keine Nachteile in der Digitalisierung der Bildungsmedien, eher Schwierigkeiten bei der Umsetzung. Eine Herausforderung bestünde zum Beispiel darin, jeden Schüler mit einem mobilem Endgerät auszustatten. „Selbst in Kalifornien scheiterte die Einführung der digitalen Schulbücher an der mangelnden Ausstattung der Schulen und der Haushalte der Schüler – und die USA sind technisch ja schon immer etwas weiter als wir“, gibt Becker zu Bedenken. *Hannah Döttling*

L wie Laptop-Klassen
Montagmorgen, kurz vor 8 Uhr: Schüler bahnen sich ihren Weg durch die vollen Flure. In den Klassenzimmern angekommen, packen sie anstatt Block, Buch und Stift einen Laptop aus. Schulbücher schleppen war gestern. Eine Vorstellung, von der garantiert viele Schüler träumen. Kein Wunder also, dass immer mehr „Laptopklassen“ förmlich aus dem Schulbeet sprießen. Gunter Becker, Key-Account-Manager des Cornelsen-Verlages, ist sich sicher: Das Lernen wird zukünftig eng mit digitalen Medien verknüpft sein. Seit über einem Jahr bietet der Verlag digitale Versionen einiger Schulbücher an. Die Umrüstung der Schulen auf digitale Lernformen kann jedoch nicht von einem Verlag alleine getragen werden. Als gemeinsames Projekt der Schulbuchverlage entstand die Website digitale-schulbuecher.de, entwickelt vom Verband der Bildungsmedien.