



**"Smombies" auf dem Schirm** – Im Fachgespräch mit Prof. Dr. Ulrike Detmers, Gesellschafterin, Mitglied der zentralen Unternehmensleitung und Sprecherin der Mestemacher-Gruppe, Prof. Dr. Sarah Diefenbach, Professorin an der Ludwig-Maximilian-Universität München und Reiner Mihr, Chefredakteur Lebensmittel Praxis (v.l.n.r.). Foto: Hellmut Schlingensiepen

## „Smombies“ – Digitale Kompetenz statt digitale Depression Expertengespräch bei Mestemacher

Köln, 9. Oktober 2017: Was wir tun, wie wir fühlen, wie wir uns anderen gegenüber präsentieren und verhalten, wird zunehmend durch die Regeln geprägt, die smarte Technologien wie Smartphone vorgeben. Allein die Anwesenheit eines Smartphones hat negative Auswirkungen auf die Gesprächsatmosphäre. Soziale Medien werden immer mehr zur Quelle von Selbstwert. „Keine Likes, keine Anerkennung,“ hebt Sarah Diefenbach, Professorin an der Ludwig-Maximilian-Universität München im Fachgespräch auf dem Anuga-Messestand von Mestemacher hervor. Die Jagd nach Likes wird zur Quelle von Selbstwert. Medienkonsum ersetzt Selbstreflexion. Bei den sogenannten „Smombies“ ist jeder Moment mit smarterer Technologie gefüllt. Nachdenken ist out, unreflektierte Text- und Bildverbreitung ist in. „Smombies“, so die renommierte Wirtschaftspsychologin, dehnen sich aus. Professorin Diefenbach nimmt „Smombies“ zum Ausgangspunkt ihrer Survival-Tipps für die moderne Medienwelt. Sie rät dazu, dem automatisierten Griff zu widerstehen und das Smartphone gelegentlich in der Tasche zu lassen und sich den Stummmodus zu gönnen. „Nehmen wir uns Zeit und nicht das Leben“, meint Miteigentümerin von Mestemacher, Prof. Dr. Ulrike Detmers, die mit Reiner Mihr von der Lebensmittel Praxis das Fachgespräch leitete.

MESTEMACHER – GROSSBÄCKEREI FÜR VOLLKORNBROTE UND INTERNATIONALE BROTSPEZIALITÄTEN SEIT 1871

Mestemacher GmbH · Am Anger 16 · 33332 Gütersloh

Pressekontakt: Prof. Dr. Ulrike Detmers

Telefon 05241-87 09 68 · Fax 05241-87 09 45 · ulrike.detmers@mestemacher.de  
www.mestemacher.de