

Digitaler Minimalismus: Besser leben mit weniger Technologie von Cal Newport



Autor: Cal Newport

Titel: Digitaler Minimalismus: Besser leben mit weniger Technologie

ISBN: 978-3-86881-725-6

Verlag: Redline

Erscheinungsdatum: 17.04.2019

Preis: 19,99 €

Das Buch „Digitaler Minimalismus; Besser leben mit weniger Technologie“ von Cal Newport erschien 2019 in der 1. Auflage im redline Verlag.

Das Buch des Informatikers Cal Newport ist in zwei große Kapitel mit verschiedenen Unterkapiteln, die aufeinander aufbauen, unterteilt. Nach einer Einleitung bespricht der Autor die Grundlagen des digitalen Minimalismus. Er erklärt zum Beispiel wie sich unser Medienkonsum seit dem Beginn des Internetzeitalters verändert hat und welche Folgen sich daraus für jeden einzelnen aber auch im Umgang miteinander ergeben. Im zweiten Teil des Buchs beschreibt Cal Newport verschiedene Strategien um den eigenen Konsum erst zu analysieren und zu hinterfragen und dann eventuell zu reduzieren. Gleichzeitig macht er auch Vorschläge wie die freie Zeit, die durch die Reduktion entsteht, genutzt werden kann.

Der Autor hat eine leicht verständliche Sprache, die nie frei von Ironie ist. Er erklärt oft sehr ausführlich und mit Hilfe von Alltagsbeispielen oder Anekdoten seine Punkte. Regelmäßig wird das Gelesene kurz zusammengefasst. Die Tipps, die er gibt, sind leicht umzusetzen und bauen aufeinander auf.

Das Buch animiert dazu weniger Zeit im digitalen Raum zu verbringen und die eigene Freizeit gehaltvoller zu gestalten. Die Vorschläge, die Cal Newport dazu macht, sind dabei sehr hilfreich und vielfältig. Wer weniger Zeit online verbringt, kann diese qualitativer mit anderen Dingen, zum Beispiel einem neuen Hobby oder Zeit mit seiner Familie füllen. Dadurch findet sich für Dinge, die man schon immer mal ausprobieren wollte, aber nie die Zeit dafür hatte, endlich diese Zeit.

Sie möchten dieses Buch lesen? Hier finden Sie das Buch im Bestand der Stadtbücherei Zweibrücken: <https://zweibruecken.findus-internet-opac.de/>