

Schriftliche Frage Nr. 280 vom 16. August 2022 von Frau Stiel an Herrn Minister Antoniadis zum Doomscrolling¹

Frage

Die RTBF veröffentlichte am 08.08.2020 einen Artikel zum „Doomscrolling“², dem zwanghafte Scrollen durch negative Informationen auf dem Smartphone. Dieses Phänomen habe seit der Covid-19-Krise immer mehr an Bedeutung gewonnen da durch die Lockdowns die Bildschirmzeit allgemein zugenommen habe, wobei das Doomscrolling sich vorwiegend bei jüngeren Menschen sowie Männern entwickle. Es heißt, negative Nachrichten würden starke Emotionen auslösen und eine Abhängigkeit davon schaffen, auf dem neusten Stand zu bleiben. Gleichzeitig würde der Körper solche negativen Informationen als Bedrohung einordnen, was zu morgendlicher Angst führen könne. Es werde geraten, das Smartphone nicht direkt nach dem Aufwachen zu benutzen, die Benachrichtigungen von Nachrichten-Apps auszuschalten und nicht aktiv nach schlechten Nachrichten zu suchen, damit die Algorithmen nicht noch mehr anzeigen würden. Eine Verhaltensänderung sei also sehr wichtig.

Ein Artikel auf n-tv.de greift das Thema ebenfalls auf³. Der Zustand der erfahrenen Hilflosigkeit angesichts der negativen Nachrichten auf den Bildschirmen versetze Menschen in einen „Zustand der erlernten Hilflosigkeit“ und lasse sie passiv werden. Der damit einhergehende Stress und Kontrollverlust seien Risikofaktoren für zahlreiche psychische und chronische Krankheiten. Doomscrolling könne so zu mehr Sorgen, Schlafstörungen oder Stress führen. Hierzu habe eine Studie der Berliner Charité aus dem Jahr 2020 bewiesen, dass Menschen, die übermäßig mediale Inhalte zur Corona-Pandemie konsumiert haben, häufiger Symptome einer Depression oder Angststörung aufgewiesen haben. Social Media soll dabei eine stärkere psychischen Belastung hervorgerufen haben. Eine Neurowissenschaftlerin meint, dass Social Media Apps sich ändern würden, wenn sie daran interessiert seien, Menschen nicht in eine Abhängigkeit zu bringen, wie sie es nun tun. Daher sei es wichtig, sich selbst zeitliche Limits zu setzen.

Für die Vivant-Fraktion ist es ein großes Anliegen, für die Schattenseiten der verschiedenen Technologien zu sensibilisieren, da sich viele Menschen derer nicht – oder nicht ausreichend – bewusst sind. Die Nutzung von Social Media, Nachrichten- und anderen Apps nimmt bei vielen Menschen, besonders bei Jüngeren, bereits oft mehrere Stunden am Tag ein. Mit dem Doomscrolling erreicht dies wieder eine andere Dimension. Besonders sensible oder vorbelastete Menschen können wirklich krank werden, wenn sie ständig von Corona, Ukraine, Affenpocken & Co. Lesen – mit den von den Medien sensations-heischend gewählten Überschriften. Wir fordern eine Informationskampagne, denn: Information ist der erste Schritt zur Besserung!

Unsere Fragen an Sie lauten wie folgt:

1. Planen Sie Aufklärungskampagne zu dem Thema?
2. Wenn ja, mit welchen Institutionen der DG werden/könnten diese verwirklicht werden?
3. Wenn nein, weshalb nicht ?
4. Könnten Schulen einbezogen werden, in Absprache mit Ihrer Kollegin Lydia Klinkenberg? Und wenn ja, wie könnten/können diese Projekte aussehen?
5. Das Problem des „Doomscrolling“ ist nicht neu. Was wurde bis dato gemacht bzw. welche Präventionsmöglichkeiten wurden in Angriff genommen?
6. Wie schätzen Sie als Gesundheitsminister die Gefahren des Doomscrolling ein?

¹ Die nachfolgend veröffentlichten Texte entsprechen den hinterlegten Originalfassungen.

² <https://www.rtbef.be/article/le-doomscrolling-une-pratique-dangereuse-pour-la-sante-mentale-11044433>;

³ <https://www.n-tv.de/wissen/frageantwort/Was-hilft-gegen-Doomscrolling-article23308458.html>.

Antwort, eingegangen am 16. September 2022

Seit mehreren Jahren beschäftigen uns Fragen bezüglich der Nutzung von Social Media-Apps. Diese Medien nehmen mittlerweile einen wichtigen Platz in unserer Gesellschaft und der Weitergabe von Informationen ein.

Nichtsdestotrotz ist es wichtig, sich über den Umgang mit diesen Medien und Apps und zu informieren.

Auch ist es wichtig, auf sein persönliches Empfinden zu achten und auf sich aufzupassen.

Aufklärung zur Nutzung von Medien unterliegt nicht meiner Zuständigkeit. Ich möchte Sie bitten, hierzu meine Kollegin, zuständig für den Bereich Medien, zu kontaktieren.

Zum Thema Selbstfürsorge zum Beispiel, befinden sich auf der Website des Patienten Rat und Treffs Tipps und Tricks⁴.

Im Jugendbereich sind sowohl die Infotreffe als auch Kaleido ein wichtiger Partner. Neben der Information der Jugendtreffe unterstützt Kaleido Jugendliche beim richtigen Umgang mit Medien. Gemeinsam mit dem Medienzentrum und dem Infotreff führt Kaleido Animationen in Schulklassen durch.

Im Bereich der Begleitung und Beratung bleibt die ASL ein wichtiger Partner.

Bei Bedarf nach therapeutischer Unterstützung bestehen weiterhin die bekannten Dienstleister.

⁴ [Fühl Dich wohl... Atme durch! - Patienten Rat & Treff](#)
[MEIN STARKES ICH - Patienten Rat & Treff](#)