

Schriftliche Frage Nr. 284 vom 22. September 2022 von Frau Stiel an Frau Ministerin Weykmans als „Nachfrage zu unserer schriftlichen Frage Nr. 280 zum Thema Doomscrolling“¹

Frage

Unsere schriftliche Frage Nr. 280 zum Thema „Doomscrolling“ wurde am 16.09.2022 von Ihrem Kollegen Herrn Minister Antoniadis beantwortet – mit dem Verweis, Fragen zur Aufklärung bzgl. der Nutzung von Medien an Sie zu richten.

Unsere Fragen an Sie lauten also wie folgt:

1. Planen Sie eine Aufklärungskampagne zum Thema Doomscrolling?
2. Wenn ja, mit welchen Institutionen der DG werden/könnten diese verwirklicht werden?
3. Wenn nein, weshalb nicht?
4. Könnten Schulen einbezogen werden? Wenn ja, wie könnten/können diese Projekte aussehen?
5. Das Problem des Doomscrolling ist nicht neu. Wurden diesbezüglich bereits Präventionsmöglichkeiten in Angriff genommen?
6. Wie schätzen Sie die Gefahren des Doomscrolling für Jugendliche und Erwachsene ein?

Antwort, eingegangen am 24. Oktober 2022

Doomscrolling bezeichnet, kurzgefasst, den übermäßigen Konsum von schlechten Nachrichten. Beschrieben wird hiermit das Verhalten von Menschen, die nach einer schlechten Nachricht weitere Informationen suchen, um sich zu beruhigen, und dabei auf weitere schlechte Nachrichten stoßen – ein Teufelskreis also. Der Begriff bezeichnet ein Phänomen, das an sich keineswegs neu ist. Es liegt in der Natur des Menschen, schlechten Nachrichten mehr Aufmerksamkeit zu schenken als guten – Menschen sind darauf gepolt, auf mögliche Bedrohungen zu achten. Vermutlich hat es schon immer, spätestens aber seit Beginn der Massenmedien Menschen gegeben, die sich in schlechten Nachrichten sozusagen verloren haben. Verschärft wird der Konsum schlechter Nachrichten heutzutage aber durch die sozialen Medien. Sie sind so konzipiert, dass immer mehr Zeit in Social Media verbracht wird als ursprünglich geplant. Damit sind die Nutzer – zumindest theoretisch – einer größeren Anzahl schlechter Nachrichten ausgesetzt als in den klassischen Medien.

Wie kann verhindert werden, dass Menschen schlechte Nachrichten im Übermaß konsumieren und dadurch ihr Wohlbefinden beeinträchtigt wird?

Zunächst ist dazu zu sagen, dass der Medienkonsum der Menschen ihrer eigenen Entscheidung unterliegt. Doomscrolling ist nicht die einzige der potenziellen Gefahren, dazu zählen beispielsweise auch riskante Challenges, fragwürdige Vorbilder, das Propagieren von Körperbildern, das einen negativen Einfluss auf die Selbstwahrnehmung haben kann usw. Diesen potenziellen Gefahren können Menschen im Internet quasi jederzeit und überall begegnen, darum ist eine punktuelle Kampagne zu einem einzigen Gefahrenthema nur von sehr begrenztem Nutzen. In der Prävention geht es viel mehr generell um einen kritischen Umgang mit Medien und eine Hinterfragung der eigenen Mediennutzung, und andererseits um eine Stärkung der Widerstandskraft der Menschen.

1. Kritische Mediennutzung durch Förderung der Medienkompetenz
Der Medienkompetenz wird in der deutschsprachigen Gemeinschaft bereits seit etlichen Jahren viel Aufmerksamkeit geschenkt - und da es sich um ein Querschnittsthema handelt, das viele andere Bereiche tangiert, sind viele Akteure daran beteiligt. Bei der jugendlichen Zielgruppe sind dies, neben der Schule und den Schulmediotheken, Einrichtungen wie Jugendinfo oder der RDJ.

¹ Die nachfolgend veröffentlichten Texte entsprechen den hinterlegten Originalfassungen.

Das Medienzentrum unterstützt alle Altersgruppen durch zahlreiche Angebote, Workshops, Informationsveranstaltungen und individuelle Beratung dabei, Medien kompetent zu nutzen, kritisch zu betrachten und kreativ zu gestalten.

Überall dort wo es sich anbietet, arbeiten die verschiedenen Einrichtungen eng zusammen. Als Beispiel sei die Sexting-Kampagne des RDJ genannt, in die alle diese Akteure und weitere (Streetwork, Kaleido) eingebunden waren.

2. Stärkung der Widerstandskraft: mehr Resilienz für den Alltag

Resilienz ist die Fähigkeit, seine psychische Gesundheit während Widrigkeiten aufrechtzuerhalten oder danach schnell wiederherzustellen – eine Fähigkeit, die nicht nur im Hinblick auf den Umgang mit schlechten Nachrichten von Bedeutung ist.

Hier sind vor allem Einrichtungen aktiv, die sich mit der (psychischen) Gesundheit befassen. Beispielsweise hat Kaleido ein konkretes Resilienz-Training im Angebot. Weitere Beispiele: Der PatientenRat&Treff bietet aktuell eine Veranstaltungsreihe „Zum starken Ich“, die Frauenliga bietet ein gemeinsames Resilienz- und Stressbewältigungstraining für Eltern und Kinder, das Atelier Kunst und Bühne einen kreativen Selbstbehauptungskurs für Kinder. Auch Angebote wie der „Jugendtag“ zielen darauf ab, junge Menschen stark zu machen.

Gefahren des Doomscrolling für Jugendliche und Erwachsene

Sowohl die Medienkompetenz als auch die Resilienz sind Fähigkeiten, die individuell begründet und sehr unterschiedlich verteilt sind. Eine globale Einschätzung des Risikos für die ostbelgische Bevölkerung ist daher kaum möglich.

In der modernen Medienlandschaft tauchen Trends schnell auf und verschwinden häufig ebenso schnell. Damit sie nicht zu Gefahren werden, bleiben Medienkompetenz und Resilienz weiterhin wichtige Handlungsfelder.

Weitere Infos:

Doomscrolling - ZEBRA (fragzebra.de)

Digital Wellbeing – Wissen, was uns guttut (klicksafe.de)