

Instagram als Nachrichtenquelle

Plattform hat Facebook überholt

VON CHRISTOF BOCK

Berlin/Hamburg. Nachrichten über das Weltgeschehen erreichen junge Menschen in Deutschland inzwischen häufiger über Instagram als über Facebook. Das geht aus dem Reuters Institute Digital News Report hervor, der am Mittwoch erschienen ist. „Instagram hat bei den 18- bis 24-jährigen Facebook und Twitter als Nachrichtenquelle überholt“, sagt der Kommunikationswissenschaftler Sascha Hölig vom Leibniz-Institut für Medienforschung in Hamburg.

Rund ein Viertel (23 Prozent) der Internetnutzer im Alter von 18 bis 24 Jahren sieht sich bei Instagram regelmäßig Nachrichteninhalte an, das beim Vergleich mit anderen sozialen Medien damit vorn liegt. Facebook und YouTube rangieren mit 22 Prozent knapp dahinter. WhatsApp kommt bei den 18- bis 24-Jährigen auf zehn Prozent, Twitter nur auf sechs Prozent.

„Auch in der Gesamtheit der Befragten hat Instagram Twitter hinter sich gelassen“, sagte Hölig. „Es ist eben das angesagte Medium. Doch nutzt niemand Instagram, um Nachrichten zu suchen. Man bewegt sich eben dort – hauptsächlich, um Fotos von Freunden oder Essen zu sehen – und findet dann Nachrichten quasi als Beifang.“ Ohnehin nutze so gut wie niemand soziale Medien als alleinige Nachrichtenquelle. Nur drei Prozent der Befragten stützen sich nach eigenen Angaben ausschließlich darauf.

Die Wissenschaftler untersuchten für die aktuelle Studie auch das Vertrauen der Menschen in Nachrichten: Demnach stimmt in Deutschland etwa die Hälfte (47 Prozent) der erwachsenen Internetnutzer der Aussage zu, dass sie dem Großteil der Nachrichten vertrauen. Das sei ein vergleichsweise guter Wert, sagte Hölig. „Das Vertrauen in die Nachrichten allgemein ist in Deutschland im Vergleich zu anderen Ländern hoch. In Großbritannien sind es 40 Prozent, in den USA 32 Prozent, in Ungarn 28 Prozent und Frankreich sogar nur 24 Prozent.“

Behörden müssen digitaler werden

Brüssel. Deutschland hinkt den meisten EU-Staaten in Sachen digitale Behördengänge deutlich hinterher. Die größte digitale Herausforderung der Bundesrepublik sei, die Online-Kommunikation zwischen Behörden und Öffentlichkeit zu verbessern, heißt es in einem Bericht der EU-Kommission. Nicht einmal jeder zweite deutsche Internetnutzer (43 Prozent) würde Formen des E-Government nutzen, im EU-Schnitt sind es 64 Prozent. Damit landet Deutschland bei diesem Punkt auf Platz 26 der 28 EU-Staaten. Deutschland versucht allerdings bereits gegenzusteuern. 2017 wurde das Onlinezugangsgesetz verabschiedet. Es soll dafür sorgen, dass Bürger und Unternehmen ihre Anliegen bei der Verwaltung bis spätestens 2022 online erledigen können. Der veröffentlichte Desi-Bericht untersucht den digitalen Fortschritt von Wirtschaft und Gesellschaft in der EU. DPA

Mit virtueller Realität gegen die Angst

Behandlungen von Phobien können aufwendig sein, Wissenschaftler setzen deshalb auf die VR-Brille



FOTO: IRINA SKOKOVA/123RF

VON ELENA MATERA

Bremen. Ein Vortrag vor Kollegen, eine Fahrt im Fahrstuhl oder der Flug in den Urlaub – all diese Situationen lösen bei zahlreichen Menschen Angst aus. Ihr Puls steigt, die Hände fangen an zu zittern, der Schweiß bricht aus. Angststörungen zählen laut der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN) zu den häufigsten psychischen Erkrankungen in Deutschland.

Eine Angststörung kann nur bewältigt werden, indem sich die Betroffenen den angstauslösenden Situationen stellen, am besten in einer Psychotherapie. Bei einer sozialen Angststörung engagiert der Psychotherapeut etwa Schauspieler, mit denen der Betroffene interagieren muss. Leidet ein Patient an Höhenangst, geht der Therapeut mit ihm auf eine Aussichtsplattform oder einen Turm. Doch derartige Therapien sind zeitaufwendig und kosten Geld. Virtuelle Realität (VR), also eine von Computern künstlich geschaffene Realität, soll das in Zukunft ändern.

Therapie ist effektiv und günstig

In Deutschland wird die VR-Therapie bereits an verschiedenen Universitäten untersucht. Professor Andreas Mühlberger arbeitet am Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie an der Universität in Regensburg. Sein Team und er forschen bereits seit Jahrzehnten an VR. „Die Therapie mit virtueller Realität ist effektiv, insbesondere bei spezifi-

schen Angststörungen“, sagt Mühlberger. Man könne mit VR angstauslösende Situationen besser und öfter wiederholen und relevante Szenen einarbeiten.

Leidet ein Patient etwa an Flugangst und fürchtet sich dabei insbesondere vor Turbulenzen, können diese virtuell erzeugt werden. Der Aufwand mit VR sei laut Mühlberger demnach weitaus geringer als bei einer realen Therapie. Die virtuell geschaffene Realität wirkt trotzdem auf die Patienten echt. „Auch wenn dem Verstand klar ist, dass es keine reale Situation ist, werden dennoch emotionale Netzwerke angestoßen“, erklärt Mühlberger. VR kann daher reale Angstsituationen ersetzen.

Eben jenes Phänomen konnte auch Peter Schulz in der Abschlussarbeit seines Informatik-Studiums an der Universität Bremen feststellen. Er untersuchte, inwiefern VR bei Höhenangst helfen kann. Der 30-Jährige ist neben seiner wissenschaftlichen Arbeit auch Jugendleiter beim Deutschen Alpenverein (DAV) in Bremen. Er erlebte immer wieder, dass die Angst vor dem Sturz in die Tiefe auch geübte Kletterer empfinden können. „Ich wollte testen, ob es möglich ist, diese Angst mit virtueller Realität wegzutrainieren, in einer Laborsituation“, sagt Schulz. „Wir haben in Bremen ja leider keine Alpen.“

Für seinen Versuch haben 30 Probanden drei verschiedene Klettersituationen durchlebt. Einmal sollten sie ganz ohne VR klettern, auf zehn Metern Höhe in einer Kletterhalle. Bei der zweiten Situation standen sie auf dem Boden mit einer VR-Brille auf dem Kopf und Control-

lern in den Händen, die die Klettergriffe simulierten. In der dritten Situation hatten die Probanden die VR-Brille auf, befanden sich in Bodennähe, aber hatten zusätzlich Klettergriffe zum Anfassen. Bei allen Versuchsbedingungen wurde die Angst der Probanden gemessen, unter anderem mithilfe der Messung der mittleren Herzratenintervalle und der Atemfrequenz.

Das Ergebnis: Die Probanden hatten auch in Bodennähe Stress, obwohl die zehn Meter Höhe nur virtuell erzeugt wurden. „Der Stress war nochmals stärker, als die Probanden mit der VR-Brille auch noch Klettergriffe anfassen konnten. Die Haptik machte die ganze Situation realistischer“, sagt Schulz. Er ist überzeugt, dass VR helfen kann, mit der Höhenangst umzugehen. „Das Erlebnis des Fallens und des Aufgefangenwerdens durch das Seil kann diese Simulation dennoch nicht ersetzen“, meint er.

Haptik macht VR realistischer

Rainer Malaka, Professor der Informatik an der Universität Bremen, betreute unter anderem Schulz' Forschungen. Er leitet zudem eine eigene Arbeitsgruppe: Digitale Medien. Diese beschäftigt sich intensiv mit VR. Die Gruppe hat bereits mit diversen Psychologen und Ärzten zusammengearbeitet. Dabei hat sie unter anderem erforscht, wie Menschen sich entspannen können, wenn es zu beängstigenden Situationen kommt, etwa bei immer enger werdenden Räumen. „Eine wichtige Frage bei der Arbeit mit VR ist: Wie realistisch muss das Ganze sein?“, sagt Malaka. „Wenn man eine VR-

Brille aufsetzt und vor sich eine Planke sieht, die über einen Abgrund führt, dann fühlt sich das realistisch an. Dieses Gefühl kann man verstärken, indem man ein Brett auf den Boden legt.“ Das habe auch Schulz' Abschlussarbeit mit der VR-Brille und den Klettergriffen deutlich gezeigt. „Das Anfassen, die haptische Komponente, macht einen gewaltigen Unterschied in der Simulation. Dann tritt der Stress erst richtig auf. Und Stress ist ein Indikator für Angst.“

VR sei laut Malaka nicht nur bei der Angstbewältigung geeignet, auch in der Medizin komme die Technik zum Einsatz, etwa im Anatomieunterricht. Die Medizinstudenten müssten nicht mehr an Leichen üben, sondern könnten diese Praxis per VR erfahren. „Auch hier ist es wichtig, dass Organe angefasst werden. Das erreichen wir, indem wir Organe in 3-D ausdrucken“, sagt Malaka.

Er glaubt, dass VR in wenigen Jahren in der Medizin und der Psychotherapie fest etabliert sein wird. Auch Professor Mühlberger ist davon überzeugt. Bisher rentiert sich VR zwar noch nicht für die Therapeuten, da sie die Technik noch nicht abrechnen können. Das wird sich laut Mühlberger in den kommenden Jahren sicher ändern. Die Projekte in Bremen und Regensburg zeigen: die Forschung ist bereits weit in dem Gebiet der VR-Therapie. Die Praxis muss jetzt nur noch nachziehen. Und dann wird es vielleicht in Zukunft gar nicht mehr so ungewöhnlich sein, bei einem Psychotherapeuten mit einer VR-Brille in der Praxis zu sitzen und gegen seine Ängste anzugehen.

WESER Strand

Das Talk-Event



Moderatorin: Bärbel Schäfer



Talkgast: Peter Tschentscher

Sinnlich, streitbar, bremisch

Ein gebürtiger Bremer regiert Hamburg: Bärbel Schäfer spricht mit dem Ersten Bürgermeister Peter Tschentscher darüber, was Hamburg von Bremen lernen kann (und umgekehrt).

> Freitag, 5. Juli 2019 im Café Sand
> Einlass 20:30 Uhr, Talkbeginn 21:30 Uhr, Eintritt 15 €
> Gratis Fahrfahrt hin und zurück

Tickets: Pressehaus Bremen und regionale Zeitungshäuser | 04 21 / 36 36 36 | nordwest-ticket.de

Mit freundlicher Unterstützung von Mercedes-Benz

WESER KURIER