Bitkom e.V. |

Depressionen: Social Media als Frühwarnsystem

- **3 von 10 Deutschen sehen Potenzial zum Erkennen mentaler Krankheiten**
- **34 Prozent würden Online-Programme bei psychischen Problemen nutzen**

Berlin, 13. September 2019 - Soziale Medien können ein Frühwarnsystem für psychische Krankheiten wie Depressionen sein – das hält jeder dritte Bundesbürger für möglich. 36 Prozent geben in einer repräsentativen Befragung des Digitalverbands Bitkom unter 1.005 Personen ab 16 Jahren an, Einträge in sozialen Netzwerken stellen aus ihrer Sicht eine Chance bzw. eher eine Chance zum Erkennen oder Vorhersagen depressiver Anzeichen dar. Jeder Zehnte (10 Prozent) gibt außerdem an, selbst von einer psychischen Krankheit betroffen zu sein oder jemanden in direktem Umfeld zu haben, bei dem dies der Fall ist.

Erste Studien mit freiwilligen Teilnehmern haben ergeben, dass Einträge bei Twitter, Facebook, Instagram und Co. Hinweise darauf liefern können, ob eine Person in nächster Zeit an einer psychischen Krankheit wie Depression erkrankt. Dabei geht es etwa um die Worte, die die Nutzer in ihren Posts verwenden. Oder um Farben und Motive der Fotos. Forscher bilden aus diesen Daten Indizes, die erkennen können, ob sich bei einer Person eine psychologische Krise andeutet.

„Depressive Erkrankungen lassen sich gut behandeln – allerdings bleiben sie auch häufig unerkannt“, sagt Ariane Schenk, Bitkom-Referentin für Health & Pharma. „Die Auswertung von Social-Media-Posts kann, sofern ein Nutzer damit einverstanden ist, einen ersten Schritt darstellen, psychologische Krisen vorherzusagen oder zu erkennen.“ Diesen Nutzen sehen aber längst noch nicht alle Befragten: 59 Prozent schätzen ein solches Frühwarnsystem als Risiko bzw. eher als Risiko ein.

Potenzial sieht wiederum jeder dritte Befragte in Online-Programmen für Menschen mit psychischen Problemen oder Erkrankungen wie Burnout. Einige Krankenkassen bieten solche digitalen Programme an, mit denen reguläre Behandlungen beim Psychologen oder Psychotherapeuten ergänzt oder die Wartezeiten dafür überbrückt werden können. 34 Prozent sagen, sie würden solche Online-Programme nutzen. „Diese Programme können für jeden sinnvoll sein, der auf einen Therapieplatz wartet oder auch außerhalb der Sprechzeiten seines Arztes Hilfe sucht. Je stärker solche Angebote verfügbar gemacht werden, desto mehr Menschen können davon profitieren“, so Schenk.

Hinweis zur Methodik: Grundlage der Angaben ist eine repräsentative Befragung, die Bitkom Research im Auftrag des Digitalverbands Bitkom durchgeführt hat. Dabei wurden 1.005 Verbraucher ab 16 Jahren in Deutschland telefonisch befragt. Die Fragestellungen lauteten: „Sind Sie selbst oder sind Menschen in Ihrem direkten Umfeld von psychischen Erkrankungen betroffen?“ und „Erste Studien zeigen, dass aus verschiedenen Daten wie zum Beispiel Social-Media-Verhalten, Aktivitätslevel etc. Indizes gebildet werden können, die erkennen können, dass sich bei einer Person eine psychologische Krise andeutet. Wie schätzen Sie das Potenzial solch eines Frühwarnsystems ein?“ und „Digitale Programme können eine reguläre Behandlung bei einem Psychologen oder Psychotherapeuten ergänzen oder die Wartezeit dafür überbrücken. Könnten Sie sich vorstellen, solche Online-Programme zu nutzen?“

Kontakt

Marie Kreß
Pressereferentin
Telefon: +49 30 27576-432

E-Mail: m.kress@bitkom.org

Dr. Ariane Schenk
Bereichsleiterin E-Health
Nachricht senden

Direktlink: ***https://www.bitkom.org/Presse/Presseinformation/Depressionen-Social-Media-als-Fruehwarnsystem***