

Leif Kramp / Stephan Weichert

Resilienz in der digitalen Gesellschaft

Mediennutzung in Zeiten von
Krisen, Kriegen und KI

HERBERT VON HALEM VERLAG

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <https://dnb.de> abrufbar.

Leif Kramp / Stephan Weichert

Resilienz in der digitalen Gesellschaft.

Mediennutzung in Zeiten von Krisen, Kriegen und KI

Köln: Halem, 2025

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme (inkl. Online-Netzwerken) gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

© 2025 by Herbert von Halem Verlag, Köln

ISBN (Print): 978-3-86962-666-6

ISBN (PDF): 978-3-86962-665-9

Herbert von Halem Verlagsges. mbH & Co. KG

Boisseréestr. 9-11, 50674 Köln

<https://www.halem-verlag.de>

info@halem-verlag.de

SATZ: Herbert von Halem Verlag

LEKTORAT: Rabea Wolf

DRUCK: docupoint GmbH, Magdeburg

UMSCHLAGGESTALTUNG: Claudia Ott Grafischer Entwurf, Düsseldorf

Copyright Lexicon ©1992 by The Enschedé Font Foundry.

Lexicon® is a Registered Trademark of The Enschedé Font Foundry.

Inhalt

Geleitwort. Von Dennis Ballwieser	9
1. AUFMERKSAMKEITSVERLUST, NACHRICHTENVERMEIDUNG, NEWS-BURNOUT: RELEVANZ VON RESILIENZ IN DER DIGITALEN GESELLSCHAFT	12
1.1 Verletzlichkeit von Gesellschaften	13
1.2 Demokratieschädlicher Abwärtstrend	15
1.3 Kampf gegen digitale Windmühlen	18
1.4 KI wird zur neuen Steuerungseinheit unseres Lebens	20
1.5 Auf dem Weg ins Zeitalter der Digitalen Resilienz	21
2. WIE WIR STARK BLEIBEN. DIGITALE WIDERSTANDSKRAFT ALS SCHLÜSSELRESSOURCE FÜR EINE RESILIENTE DEMOKRATIE	23
2.1 Verstoffwechslung öffentlicher Kommunikation: Resilienz als Konzept	24
2.2 ›News Burnout‹ und Nachrichtenvermeidung: Mediennutzung löst Unwohlsein aus	27

2.3	Ein Plädoyer für digitalen Minimalismus	29
2.4	Digitale Widerstandskraft: Wie resilient ist das Medienpublikum?	31
3.	WIE WIR DIGITALE MEDIEN NUTZEN – UND WARUM EIN RESILIENTER UMGANG MIT IHNEN NOTWENDIG IST	33
3.1	Mediale Verheißung, immer und überall	33
3.1.1	<i>Truman Show</i> im Digitalen: Summe der Extreme	34
3.1.2	Ausweitung der Digitalzone – Quantität statt Qualität	38
3.1.3	»Hier drin stecken viele süße Kätzchen«: Höhenflug der sozialen Medien	46
3.2	»Digital-vernetzte Gliedmaßen«: Welche Haltung haben wir gegenüber der Digitalisierung?	55
3.2.1	Der Mensch im Mittelpunkt: was uns trennt, was uns vereint	56
3.2.2	Den Alltag bewältigen, dem Alltag entfliehen	60
3.2.3	Der schnelle digitale Info-Kick, egal wie und woher	64
3.2.4	Krise gegen die Macht der Gewohnheit	71
3.2.5	Werteverfall und kostbare Entscheidungen	77
3.3	Gefangen in der digitalen Endlosschleife: von himmelhochjauchzend bis zu Tode betrübt	82
3.3.1	Digitaler Beipackzettel: Risiken und Nebenwirkungen	83
3.3.2	Kontrollverlust: zwischen Selbstverwirklichung und Selbstüberschätzung	88
3.3.3	Im Teufelskreis aus Trend und Tortur	99
3.4	Gesellschaftliche Zerreißprobe: Digitale Resilienz in Krisenzeiten	109
3.4.1	Eldorado der Desinformation	111
3.4.2	Shitstorm: lauter, böser, gegeneinander	118
3.4.3	Wie kommen wir raus aus der Selbstüberbietungsspirale?	123
3.4.4	Wünsche und Erwartungen an digitale Medien	127

4.	DER INDIVIDUELLE UMGANG MIT KOLLEKTIVEN HERAUSFORDERUNGEN: FÜNF PORTRÄTS DIGITALER MEDIENNUTZER	133
4.1	Der Überforderte	134
4.2	Die Getriebene	135
4.3	Die Skeptikerin	136
4.4	Der Vorsichtige	137
4.5	Die Optimistin	139
5.	DIGITALE RESILIENZ: WARUM WIR SIE BRAUCHEN, WIE WIR SIE STEIGERN UND WER DAFÜR VERANTWORTLICH IST	141
5.1	Wie resilienter Journalismus unsere Demokratie resilient macht: eine Art Pflichtenheft für Medien, Bildung und Zivilgesellschaft	144
5.2	<i>Digitale Entrümpelung</i> : Wie Mediennutzende innere Stärke im digitalen Zeitalter finden	153
6.	FAZIT: RESILIENZ IM DIGITALEN	159
7.	METHODE DER GRUNDLAGENSTUDIE »DIGITALE RESILIENZ IN DER MEDIENNUTZUNG«	166
	Literatur	170
	Autorenbiografien	194

GELEITWORT

Von Dennis Ballwieser

Dieses Buch stimmt hoffnungsvoll. Das ist im Medienkontext ein seit drei Jahrzehnten weitgehend verlassenes Konzept: Hoffnungsvoll in die Zukunft blicken. Und ganz so leicht machen es sich Leif Kramp und Stephan Weichert auf den folgenden, sehr lesenswerten und dicht gepackten Seiten auch nicht.

Die Bestandsaufnahme ist zunächst alles andere als hoffnungsvoll, sie ist selbstverständlich katastrophal; so gehört es sich in einer Medienkrise, die wenigstens mein gesamtes Berufsleben lang andauert: Wir Menschen als Individuen, unsere Gesellschaft, die gesamte Demokratie sind von Krisen in der digitalisierten Welt um ein vielfaches herausgefordert, als es jemals zuvor der Fall gewesen zu sein scheint – in jedem Fall kommunikativ. Und auch, wenn die Hybris, ausgerechnet unsere Situation sei die historisch Schlimmste, dümmlich sein mag, so bedroht sie doch mindestens unseren gewohnten, medial moderierten gesellschaftlichen Diskurs, und tatsächlich potenziell unsere Demokratie. Diese Überforderung führt auf mehreren Ebenen zur medialen Implosion, und zwar erneut: individuell, gemeinschaftlich, professionell.

Leif Kramp und Stephan Weichert prägen den Begriff der Resilienz in der medienwissenschaftlichen Diskussion. Sie fordern eine Debatte darüber ein, was mit Mediennutzer:innen und Medienmacher:innen in einer komplett digitalisierten Welt geschieht. Und sie suchen – Hoffnung! – nach den Chancen, die das Konzept der Resilienz angewendet auf diese digitale Medienbranche mit sich bringen kann, die man daraus entwickeln kann.

Mediennutzer:innen und Medienmacher:innen hätten durch die Digitalisierung alles gewinnen können und fühlen sich dennoch häufig beide als Verlierer: Nutzer:innen haben die Kontrolle über ihre Bildschirmzeit verloren, fühlen sich wie die sprichwörtlichen Smartphonezombies und sind gleichzeitig abhängig von ihren digitalen Endgeräten und misstrauen den Inhalten, die sie dort unkontrolliert konsumieren. Macher:innen überbieten sich in ihrer vermeintlichen digitalen Kompetenz, um mit ihren Inhalten auf sämtlichen digitalen Kanälen gleichzeitig präsent sein zu können, während sie eigentlich wenigstens im eigenen Kopf Ruhe bräuchten, um inhaltliche Angebote erarbeiten zu können, die – ob im digitalen oder analogen – es wert sind, genutzt zu werden. Getrieben von sich beschleunigenden technologischen und wirtschaftlichen Entwicklungen (zuletzt der künstlichen Intelligenz) bleibt die ersehnte neue Stabilität eines funktionierenden digitalen Medienangebots mit professionellen journalistischen Standards und funktionierendem wirtschaftlichen Fundament seit drei Jahrzehnten zuverlässig aus.

Auf Basis einer repräsentativen Befragung breiten Leif Kramp und Stephan Weichert das Konzept einer Resilienz im Digitalen aus, das eine eingehende Beschäftigung lohnt. Sie bieten kein Patentrezept und sie versprechen keine Lösung für die Medienkrise(n) in zehn Schritten. Sie erarbeiten Hoffnung machende Ansätze, die für Mediennutzer:innen und Medienmacher:innen mit kleinen Schritten im Alltag dazu führen können, dass digitale Mediennutzung sinnstiftend stattfinden könnte. Das ist eine große Chance.

Resilienz wird häufig verkürzt verstanden als die Fähigkeit, unter widrigen Bedingungen genauso leistungsfähig zu bleiben wie unter angenehmen Bedingungen. Leif Kramp und Stephan Weichert arbeiten heraus, dass es um mehr geht: Wir sollten einerseits unsere Fähigkeiten trainieren und uns andererseits unsere Kräfte gut einteilen und genau darauf achten, wofür wir sie einsetzen. Und wir sollten uns – in guten wie in schlechten Zeiten – deutlich mehr auf die direkte zwischenmenschliche Kommunikation konzentrieren.

Resilienz im Digitalen gibt Mediennutzer:innen und Medienmacher:innen ein Konzept an die Hand, mit dem sie über das sprechen können, was in der digitalen Medienwelt nicht funktioniert, um Neues, Gutes, Beständiges zu entwickeln.

Dr. Dennis Ballwieser ist Geschäftsführer der Wort & Bild Verlagsgruppe und Chefredakteur. Nach seiner Redakteursausbildung an der Deutschen Journalistenschule in München und dem Medizinstudium an der Ludwig-Maximilians-Universität München arbeitete er als Arzt in der Klinik für Anaesthesiologie am LMU Klinikum. Journalistisch war er für *Spiegel*, *Süddeutsche Zeitung*, den BAYERISCHEN RUNDFUNK und andere tätig. Seit 2015 ist er Geschäftsführer und seit 2020 zusätzlich Chefredakteur der *Apotheken Umschau* und seit 2023 gemeinsam mit Tina Haase, Julia Rotherbl und Stefan Schweiger in einem vierköpfigen Chefredakteursteam außerdem zuständig für die Magazine *Diabetes Ratgeber*, *Senioren Ratgeber* sowie *Apotheken Umschau ELTERN*.

1. AUFMERKSAMKEITSVERLUST, NACHRICHTENVERMEIDUNG, NEWS-BURNOUT: RELEVANZ VON RESILIENZ IN DER DIGITALEN GESELLSCHAFT

Seit der Corona-Pandemie hat kaum ein Begriff eine steilere Karriere gemacht als ›Resilienz‹, verstanden als Fähigkeit, mit schwierigen Situationen gelassener, souveräner, gestärkt umzugehen. In der digitalbeschleunigten Krisengesellschaft bezeichnet ›Digitale Resilienz‹ vor allem die menschliche und organisationale Kompetenz, angesichts von globalen Krisen historischen Ausmaßes handlungsfähig (und gesund) zu bleiben. Der Dauer-Krisenmodus, in dem sich die Gesellschaft derzeit befindet, rückt dabei klar die Funktion und Verantwortung der Medien in den Mittelpunkt. Die voranschreitende Digitalisierung und die rapide gewachsene Relevanz digitaler Medienangebote für alle Menschen macht die Sollbruchstellen öffentlicher Kommunikation sichtbar: Sie ist längst nicht mehr zuvorderst durch journalistische Angebote geprägt, sondern wird seit nunmehr einiger Zeit von sozialen Netzwerken, Messenger-Apps und seit Kurzem künstlicher Intelligenz (KI) dominiert.

In einer Zeit, in der digitale Technologien unser Leben und unsere Öffentlichkeit durchdringen, gewinnt also Resilienz im Digitalen an Bedeutung: Sie betrifft keineswegs ausschließlich die mentale Gesundheit von Einzelnen in der digitalen Transformation, sondern das demokratische Gemeinwesen im Ganzen. Krisen verstärken die Neigung zur digitalen Erschöpfung, viele Menschen schalten ab, wollen Nachrichten weder sehen, hören noch lesen. Die hierdurch verursachte Nachrichtenvermeidung hat in den vergangenen Jahren extreme Blüten getrieben, die in weiten Regionen der Welt empirisch greifbar zu machen versucht wurde (vgl. REUTERS INSTITUTE 2017–2024):

»More people are turning away from news, describing it as depressing, relentless and boring, a global study suggests. [...] The report found that audiences for traditional

news sources like tv and print have fallen sharply over the past decade, with younger people preferring to get their news online or via social media. [...] The report found widespread public suspicion about how artificial intelligence (AI) might be used in reporting, especially for hard news stories such as politics or war« (NANJI 2024).

In den unterschiedlichen Ausprägungen (Aufmerksamkeitsverlust, Informationslücken, Nachrichtenvermeidung, Nachrichtenmüdigkeit, Nachrichten-Burnout) ist der Negativtrend zur »News Avoidance« (REUTERS INSTITUTE 2024: 27ff.) virulent für die Funktionstüchtigkeit der Demokratie, weil er gleichbedeutend mit der Abwendung von traditionellen journalistischen Medien ist. Außerdem zeigt sich in den Auswertungen der in Kooperation mit vielen internationalen Forschungspartnern durchgeführten Reuters-Studie, dass es einen unmittelbaren Zusammenhang zwischen weltweitem Krisengeschehen, allgemeiner Politikverdrossenheit und (digitaler) Mediennutzung nicht nur in Deutschland, sondern rund um den ganzen Globus gibt:

»Industry leaders recognize the twin challenges of news fatigue and news avoidance, especially around long-running stories such as the wars in Ukraine and Gaza. At the same time, disillusion with politics in general may be contributing to declining interest, especially with younger news consumers, as previous reports have shown. [...] News organizations may draw different conclusions from these data, depending on their own mission and target audience, but taken as a whole, it is clear news consumers would prefer to dial down the constant updating of news, while dialing up context and wider perspectives that help people better understand the world around them. Most people don't want the news to be made more entertaining, but they do want more stories that provide more personal utility, help them connect with others, and give people a sense of hope« (REUTERS INSTITUTE 2024: 28).

1.1 Verletzlichkeit von Gesellschaften

Fest steht, dass der Abschaltimpuls der Menschen keine nachhaltige Lösung darstellt, sondern vielmehr an Mediendarstellungen gearbeitet werden muss, die möglichst viele Bevölkerungsteile erreichen. Es liegt, so unsere Auffassung, in der Verantwortung journalistischer Medien selbst, diesen Impetus der *Demokratiebildung und Gemeinwohlförderung gegen die antiresilienten Tendenzen in der Gesellschaft zu verteidigen*. Unser Buch ergründet und diskutiert insofern den Zusammenhang von Resilienz, Demokratie und Digitalisierung mit besonderem Fokus auf den Journalismus als privilegierte

kulturelle Praxis zur Herstellung kritischer Öffentlichkeit in einem Zeitalter sich überlagernder Krisen beginnend mit der Corona-Pandemie. Unser Leitmotiv ist, wie wir – im Sinne einer Demokratie-Resilienz – Antworten darauf finden können, inwiefern viele Bereiche des täglichen Lebens digital durchdrungen werden und welche Herausforderungen sich daraus ergeben. Die gesellschaftliche Verletzlichkeit ist im Zuge der Corona-Pandemie als *Zeitalter der Resilienz* (RIFKIN 2022) hinsichtlich der Dialektik der Moderne beschrieben worden, bei der Pandemien, industrielles Effizienzdenken, ökologischer Raubbau und die mögliche Ablösung der repräsentativen Demokratie durch die ›Peerocracy‹ zusammenfallen, einer Gesellschaftsordnung, in der es mehr direkte Beteiligungsmöglichkeiten – also z. B. Kollegen und Gleichaltrige (die ›Peers‹) – gibt.

Auch der Politikwissenschaftler Wolfgang Merkel hat die »Zerbrechlichkeit der Demokratie im 21. Jahrhundert« als Wandel beschrieben, der mit der außergewöhnlichen Verdichtung an externen Krisen wie Klimakatastrophe, Migration, Pandemie, Krieg und entgrenztem Kapitalismus einhergeht (MERKEL 2023). Angesichts dieser *Polykrise* (vgl. TOOZE 2022), gemeint als zeitgleich stattfindende existenzielle Krisen, die sich in ihren Wirkungen verstärken, operiert Merkel (2023) mit dem Begriff der ›Resilienz liberaler Demokratien‹: Unter Rückgriff u. a. auf die Corona-Pandemie analysiert Merkel die Vulnerabilität von Gesellschaften und reflektiert die politischen Instabilitäten, die durch ökonomische Krisen, Kriege und Katastrophen unter den Vorzeichen von Demokratieverdrossenheit, Wahlmüdigkeit und Parlamentsschwäche verstärkt werden.

Im gesellschaftlichen Diskurs trifft die Widerstandsfähigkeit von Demokratien auch außerhalb der wissenschaftlichen Beschäftigung zunehmend auf Gehör: Weltwirtschaftslage, ökologische Krise, die Angst vor neuen Pandemien und weltweites Kriegschaos, aber auch die Transformation von Gesellschaft durch digitale Medientechnologien und -angebote und speziell die Einflüsse von KI werden inzwischen auf breiter Basis als Bedrohung von Demokratie wahrgenommen. Resilienz, verstanden als – gesellschaftliche, organisationale oder individuelle – Anpassungsleistungen unter Stressbedingungen, meint im Sinne Merkels, »externe Herausforderungen und interne Stressoren zu absorbieren und sich den wandelnden funktionalen Bedingungen demokratischen Regierens dynamisch anzupassen, ohne in einen Regimewechsel zu geraten und seine definierenden Prinzipien, Funktionen und Normen aufzugeben oder zu beschädigen« (ebd.: 345).

1.2 Demokratieschädlicher Abwärtstrend

Resilienz wird in der digitalen Gesellschaft durch zahlreiche »externe Herausforderungen und interne Stressoren« (ebd.) somit zur zentralen Meta-Kompetenz: Die Fragilität der Demokratien erfordert nicht nur enorme Innovationskräfte seitens Organisationen und Individuen, mit den veränderten Bedingungen klarzukommen. Resilienz bedeutet auch, Krisen *in actu* zu bewältigen, sich von ihnen zu erholen und gestärkt aus ihnen hervorzugehen. Im Lichte der digitalen Gegenwart heißt das, sich den technologischen Herausforderungen anzupassen, wiewohl deren ethische, soziale und politische Implikationen mit den Interessen des demokratischen Gemeinwohls in Einklang zu bringen. Eine pessimistische Zeitdiagnose könnte lauten, dass die Widerstandsfähigkeit von Demokratien in einem schwierigen Spannungsverhältnis mit der Digitalisierung steht, weil digitale Technologien und deren Nutzung demokratieschädliche Abwärtstrends beschleunigen können. Es lohnt, sechs der dafür verantwortlichen Entwicklungen genauer in Augenschein zu nehmen:

1. *Die Grenzlinien privater und öffentlicher Kommunikation werden durchlässiger.* Die COVID-19-Pandemie hat den privaten und beruflichen Raum verschwimmen lassen. Videokonferenz-Tools wie Zoom und Microsoft Teams, aber auch die weitverbreitete Nutzung sozialer Medien haben die kommunikativen Verschiebungen verursacht, die eine kontinuierliche und von den Nutzenden oft unbemerkte Vermischung von persönlichen und öffentlichen Interaktionen begünstigen. Über Facebook, X (ehem. Twitter), Instagram, YouTube und TikTok erhält die Art und Weise, wie Menschen Informationen teilen, zudem einen neuen Charakter: Die Kommunikation ist im Kontrast zu klassischen Medien nahbarer, authentischer, direkter. Nicht nur persönliche Gedanken, Meinungen und Alltagserlebnisse werden auf den digitalen Plattformen öffentlich gepostet und sind somit für eine breite Öffentlichkeit zugänglich. Personalisierte Inhalte können auch durch Weiterleitungen, Likes und Shares eine immense Reichweite erlangen.
2. *Influencer und Creator bevölkern den medialen Raum.* Soziale Medien fördern eine Kultur der Selbstdarstellung, bei der einflussreiche und kreative Persönlichkeiten wie Greta Thunberg, PewDiePie oder MrBeast bewusst Einblicke in ihr Privat- und Sozialleben gestatten. Sie beeinflussen, wie Informationen konsumiert, geteilt und reflektiert werden. Ihr Einfluss resultiert aus engagierten und reichweitenstarken Communities, die

oft eine tiefere Bindung und ein höheres Vertrauen zu diesen Influencern haben als zu traditionellen Medien. Diese digitalen Akteure nutzen YouTube, Instagram, TikTok und andere soziale Netzwerke, um Inhalte zu erstellen, die von Lifestyle, Kochen und Unterhaltung bis hin zu Bildung und politischer Meinungsäußerung reichen. Die Inhalte gelten bei ihren Followern als besonders relevant und glaubwürdig, auch wenn ihre Macher selten professionellen Regeln oder ethischen Standards unterworfen sind.

3. *Mediale Abbildungen sind kaum divers, sie tendieren zu Homogenität.* Mediale Repräsentation beeinflusst die Wahrnehmung von Vielfalt in der Gesellschaft. Die Tendenz zur Gleichförmigkeit konnten die digitalen Medien nicht auflösen, nach wie vor beherrschen verzerrte Darstellungen (Bias) etwa bei Streaming-Diensten wie Netflix und Disney+, auf sozialen Netzwerken wie Instagram, TikTok und YouTube, aber auch bei Online-Nachrichtenmedien die Abbildungen von Realität: Sie implizieren eine homogene Sichtweise auf Nachrichten und Ereignisse, während bestimmte Gruppen und Themen unterrepräsentiert sind oder stereotypisiert werden. Dies gilt umso mehr für die Algorithmen sozialer Medien und KI-erstellte Inhalte, indem diese die Sichtbarkeit bestimmter Inhalte und Nutzender verstärken, die tendenziell im Mainstream zu verorten sind.
4. *Digitalisierung und Demokratie stehen in einem ambivalenten Spannungsverhältnis.* Digitale Medien können demokratische Prozesse stärken, sie verbinden Menschen miteinander, erleichtern Bürgerbeteiligung und politische Mobilisierung. Wie leicht eine große Anzahl von Unterstützern mobilisiert und politischen Druck ausüben kann, zeigt etwa die internationale Me-too-Bewegung, bei der Tausende Personen ihre persönlichen Erfahrungen mit sexueller Belästigung und Missbrauch öffentlich machten, was zu einer breiten gesellschaftlichen Debatte führte. Das zugrunde liegende Prinzip kann jedoch auch das Gegenteil bewirken, indem digitale Medien zur Verbreitung extremistischer Ansichten und zur Radikalisierung beitragen. Der Sturm auf das Kapitol in den USA hat gezeigt, wie schnell Hunderte Anhänger des damaligen US-Präsidenten Donald Trump gewaltsam in den Sitz des US-Kongresses in Washington, D.C., vordrangen. Anonymität und Reichweite des Internets erleichtern es, Hassreden und Gewaltaufrufe zu verbreiten, die die soziale Spaltung verstärken. Die digitale Ambivalenz macht sich auch in den Abhängigkeiten von großen Technologiekonzernen wie Alpha-

- bet, Meta und Apple bemerkbar, die immense Macht über die öffentliche Meinung und die Zugänglichmachung von Informationen haben.
5. *Mentale Störungen aufgrund von Online-Sucht sind ein ernstes Problem auf allen gesellschaftlichen Ebenen.* Eine der bedeutenden gesundheitlichen Herausforderungen sind psychische Störungen durch die exzessive Nutzung digitaler Medien und von Online-Plattformen. Sie kann zu sozialer Entfremdung, Erschöpfungssyndrom und Angststörungen führen – die Erscheinungsformen der als »Online-Sucht« (vgl. RÜHLE 2024) bezeichneten mentalen Disposition sind vielfältig. Zwar sind Störungen wie »Internet Gaming Disorder« von der Weltgesundheitsorganisation als Krankheit offiziell anerkannt. Jedoch sind die langfristigen negativen Folgen von digitalen Medien einschließlich KI noch unzureichend erforscht. Besonders betroffen sind Kinder und Jugendliche, deren Gehirne sich noch in Entwicklung befinden und daher besonders anfällig sind für die negativen Auswirkungen von ausufernder Bildschirmzeit.
 6. *Mediale Diskursverflachung in Richtung von Scheingefechten und Realitätsverweigerung.* Skandalisierung, Polarisierung, Simplifizierung und Personalisierung – alles das sind Warnsignale für einen Trend der vergangenen Jahre, der mit Diskursverschiebung beschrieben werden kann. Die »Erregungsverirrung« (KLUTE 2024) der sozialen Medien hat Debatten zunehmend in eine oberflächliche, oft polarisierende und skandalisierende Richtung verschoben, die sich u. a. auf die handelnde Politik massiv auswirkt. Während tiefergehende soziale Probleme wie die Klimakrise oder Polarisierung in der Gesellschaft stark vernachlässigt werden, führen stark vereinfachte Darstellungen in Social Media zu realitätsverweigernden Scheingefechten, die komplexere Diskussionen unterbinden. Tiefergehende Analysen und längere (journalistische) Beiträge haben es schwerer, die Aufmerksamkeit des Publikums zu binden, wohingegen durch Algorithmen ausgespielte Extrempositionen in den sozialen Medien zur Diskursverflachung beitragen und insgesamt einer gesellschaftlichen Empörungskultur Vorschub leisten können.

Auch wenn es mit Themen wie Krisen- und Risikokommunikation, »Nachrichtenwüsten«, Wirtschaftlichkeit und Geschäftsmodellen der klassischen Medien noch zahlreiche weitere gesellschaftliche Entwicklungslinien digitaler Medien gibt, die eine wissenschaftliche Gesamtbetrachtung verdienen, beschränken wir unseren Orientierungsrahmen für das vorliegende Buch auf diese genannten sechs Aspekte, um die Resilienz in der digitalen Gesellschaft zu ergründen.

Obwohl es inzwischen unzählige Maßnahmen und Strategien wie ›De-Bunking‹ (nachträgliche Widerlegung von Falschinformation) und ›Pre-Bunking‹ (Vorab-Aufklärung über Manipulationstechniken und Struktur von Fake News) gibt, die der gezielten Bekämpfung und Reduktion von Desinformation dienen, scheitern regelmäßig Versuche, ihre Verbreitung über digitale Medienkanäle einzuhegen. Fake News stellen nach wie vor oder besser: mehr denn je eine erhebliche Bedrohung für demokratische Prozesse dar, weil sie das Vertrauen in demokratische Institutionen untergraben und Wahlen beeinflussen können. Das bis dato bekannteste Beispiel ist die russische Einmischung in die us-Präsidentschaftswahlen 2016, bei der vor allem soziale Medien genutzt wurden, um politische Desinformation zu verbreiten und Wähler zu beeinflussen.

Dem Journalismus schwimmen die Felle davon: Seit der Pandemie und dem Ukraine-Krieg machen nicht nur Verschwörungstheorien, Desinformation und politische Propaganda die Runde. Auch die mentale Widerstandskraft des Journalismus selbst ist angegriffen: durch die Erosion seiner Geschäftsmodelle, Sparmaßnahmen, Entlassungen. Nichts scheint mehr, wie es einst war. Das Nachrichtensystem wird auf den Kopf gestellt, vor allem die Lokal- und Regionalzeitungsverlage stehen mit dem Rücken zur Wand. Seit Jahren geht es der Branche an den Kragen, die anhaltende Krisenstimmung setzt vielen Kollegen zu. Sie macht mürbe, überfordert, lässt viele am eigenen Tun zweifeln, manche sogar verzweifeln – bis hin zur Selbstaufgabe. Einige bangen um ihren Job, fürchten um ihre wirtschaftliche und sogar ihre kreative Existenz. Die Existenzangst hat viele Journalisten verändert, es regiert die Sorge vor Einschränkungen der Selbstwirksamkeit, dem Verlust der Selbstachtung. Robust durch schwierige Zeiten zu kommen im Sinne eines *Resilienten Journalismus* (DANIEL/WEICHERT 2022) ist unter den Vorzeichen digitaler Transformation und der weltweiten Krisen zur *ultima ratio* geworden.

1.3 Kampf gegen digitale Windmühlen

Auch im Kontext von KI und Medien spielt Digitale Resilienz eine übergeordnete Rolle: Vielleicht wird 2022 rückblickend als *annus horribilis* in die Mediengeschichte eingehen, weil in jenem Jahr der Launch des GPT-3.5-Modells und kurze Zeit später weiterer generativer KI-Systeme den Anfang vom Ende der Glaubwürdigkeit einläutete und selbst der Journalismus

in diesen Abwärtsstrudel gezogen wurde und seine fundamentale Rolle als vertrauenswürdige Informationsquelle einbüßte. Das ist freilich noch längst nicht ausgemacht. Doch hat sich binnen weniger Jahre die Produktion, die Recherche und der Vertrieb von Medieninhalten derart verändert, dass viele Medienhäuser dem Effizienzversprechen der Automatisierung folgen, während Risiken in Bezug auf das journalistische Handwerk und ethische Grundsätze eher stiefmütterlich behandelt werden. Der Wettlauf im Kampf gegen KI-gestützte Fake News und Desinformationskampagnen lässt sich so wohl kaum gewinnen (vgl. WEICHERT 2024a, 2024b, 2024c).

Gerade im internationalen Superwahljahr 2024 erwarteten Experten mehr Falsch- und Desinformation im Internet als in den Jahren zuvor: Schließlich ging es (neben einiger Landtagswahlen in Ostdeutschland) um die zukünftige Zusammensetzung des Europäischen Parlaments und der nächsten Regierung der Vereinigten Staaten von Amerika. Fälschungen, die durch KI-Systeme leichter zu erstellen und zu vertreiben sind, vervielfachten sich. Die Einsatzmöglichkeiten, per Algorithmen sogenannte ›Deepfakes‹ – realistisch wirkende Bilder, Stimmen und Videos – synthetisch zu erzeugen und in den medialen Kreislauf einzuspeisen, haben sich genauso drastisch vergrößert wie das Ausmaß der gesellschaftlichen und politischen Konsequenzen. Mit jedem Monat steigt die ›Erfolgsquote‹ von KI-erstellten Inhalten, die Modelle werden vermeintlich immer ›klüger‹ (vgl. SCHWARZE 2024), sodass die Wahrscheinlichkeit weiter rapide zunimmt, dass ihr Output von Nutzenden als echt wahrgenommen wird und damit das Risiko eines gestiegenen Misstrauens in die Authentizität von Medieninhalten steigt: Besonders Deepfakes erschweren es, zwischen echten und gefälschten Nachrichten zu unterscheiden. Das *Labyrinth der Lügen* (GROSSEKATHÖFER 2024) stellt eine ernsthafte Gefahr für die Demokratie dar, indem Wählerentscheidungen manipuliert oder sabotiert werden können.

Die Bedrohung durch Fake News ist real und vielschichtig. Vor dem Hintergrund der 2024 weltweit stattfindenden 83 Wahlen in 78 Ländern hat das Weltwirtschaftsforum sie deshalb als das »größte globale Risiko unserer Zeit« eingestuft, noch vor Extremwetterlagen und militärischen Konflikten: »Sie könne demokratische Prozesse bedrohen und zu Polarisierung führen, könne die Legitimität einer Regierung infrage stellen, Unruhen und innerstaatliche Gewalt auslösen« (ebd.: 97). So hätten Spezialisten des Auswärtigen Amtes Ende 2023, Anfang 2024 über 50.000 gefälschte Nutzerkonten bei X ausgemacht, die darauf angelegt worden

seien, »die Stimmung politisch aufzuheizen, in deutscher Sprache und mit insgesamt mehr als einer Million Tweets« (ebd.). Besonders oft sei der Vorwurf aufgetaucht, die Bundesregierung vernachlässige das eigene Volk, um die Ukraine zu unterstützen.

1.4 KI wird zur neuen Steuerungseinheit unseres Lebens

Die neueren Entwicklungen um die generative KI haben die Ausgangslage des Journalismus so gesehen verschlimmert. Quasi über Nacht wurden digitale Fälschungssysteme privatisiert, die es Journalisten zunehmend erschweren, Desinformation proaktiv und im großen Stil zu bekämpfen. Statt in »professionellen Trollfabriken« stammt ein Großteil der Fake News inzwischen von Privatnutzern und Kleinkriminellen: Dank frei verfügbarer Software-Tools und kostenloser Apps kann sich inzwischen theoretisch jeder Nutzer an dem von Fachleuten befürchteten »Tsunami der Desinformation« (ebd: 97) mit geringem Aufwand beteiligen. Bemühungen journalistischer Faktenprüforganisationen, die tagtäglich Desinformation aufdecken und widerlegen, gleichen inzwischen auch deshalb einem Kampf gegen digitale Windmühlen, weil der Wettlauf nicht zu gewinnen ist. Frequenz, Qualität und Durchdringung der fabrizierten Falschinformationen hat sich durch KI derart dynamisiert, dass viele nicht mehr hinterherkommen.

Auf individueller und organisationaler Ebene bedeutet KI technologischer Fortschritt und zugleich soziale Adaption, indem verschiedene Bereiche unseres Alltags und unserer Entscheidungsprozesse zunehmend durch sie gesteuert und beeinflusst werden: durch KI-gestützte Wearables (Apple Watch), KI-basierte Algorithmen (Spotify) oder KI-gesteuerte Smart-Home-Systeme (Amazon Alexa, Google Home). KI stellt nicht nur das Suchverhalten im Internet auf den Kopf, sondern verändert den Modus, wie Medien produziert, rezipiert und bewertet werden. Deshalb setzen auch viele Medienhäuser vermehrt auf KI, um Aufgaben wie das Verfassen von Teasern und die automatisierte Bespielung von Social-Media-Kanälen zu bewältigen. Ein Beispiel für die dringende Notwendigkeit von Resilienz zeigt sich vor allem im Bereich generativer KI: Sie hat die Fähigkeit, Werke zu erstellen, die von menschlichen kaum zu unterscheiden sind. Dies birgt erhebliche Risiken, wie die Täuschung der Öffentlichkeit und die Verbrei-

tung von Desinformation. Eine Gruppe Wissenschaftler des Center for AI Safety in San Francisco hat die Politik 2023 zu sofortigen Maßnahmen aufgefordert, den wachsenden Einfluss generativer KI-Systeme einzudämmen, um die Integrität des Journalismus zu schützen.

1.5 Auf dem Weg ins Zeitalter der Digitalen Resilienz

Doch scheint gerade hierin eine selbsterfüllende Prophezeiung zu liegen. Je mehr Journalisten die KI nutzen, um ihre inhaltlichen Beiträge aufzubessern, Daten aufzubereiten, Symbolbilder zu erzeugen, Stimmen synthetisch nachzuahmen oder – wie beim US-News-Sender CHANNEL1 – komplette Nachrichtensendungen nur noch mit Moderations-Avataren zu bestücken, desto stärker leidet die Authentizität journalistischer Praxis. Selbst gewissenhafte Nachrichtenanbieter haben zunehmend Schwierigkeiten, ihre professionelle Arbeit zu legitimieren. Um einem drohenden Glaubwürdigkeits- und Vertrauensverlust der Medien wirksam zu begegnen, formiert sich in den USA inzwischen eine Gegenbewegung: KI-Kritiker wie der Journalist Jim VandeHei, Mitgründer der wirtschaftlich profitablen Digitalangebote *Politico* und *Axios*, betonen, dass handgemachter Journalismus in einer KI-dominierten Welt wichtig bleibt, um die Integrität und Qualität journalistischer Inhalte zu bewahren. Seine Sichtweise spiegelt nicht nur die tiefe Skepsis gegenüber KI wider, die sich derzeit in manchen US-Medienhäusern manifestiert. Es zeigt sich auch, wie hilf- und schutzlos derzeit der Journalismus angesichts der potenziellen Risiken generativer KI ist. Bisher fehlt es noch an konkreten Richtlinien und Erfahrungen, wie man KI im journalistischen Alltag sinnvoll und ethisch korrekt einbinden kann.

Wir glauben, dass der Weg in das Zeitalter der Digitalen Resilienz vor allem dann geebnet werden kann, wenn die Widerstandskraft von Individuen und Organisationen, Gesellschaft und Demokratie zusammengedacht wird. Nur in dieser ganzheitlichen Perspektive können wir uns in die Lage versetzen, uns gegen digitale Bedrohungen effektiv zu schützen und gleichzeitig die Vorteile des digitalen Wandels optimal zu nutzen. Dazu sind Abgrenzungen und Anpassungen notwendig, ebenso wie Innovationsoffenheit und Veränderungsbereitschaft – allesamt zentrale Merkmale von Resilienz –, sowohl aufseiten der Medienschaffenden als

auch aufseiten des Medienpublikums. Im Kontext der Stärkung von Digitaler Resilienz auch die Wahrung journalistischer Prinzipien und Standards in den Blick zu nehmen, versteht sich dabei von selbst.