

Insgesamt ist Gracias mutige Analyse eine Horizonterweiterung, die nicht anprangert, sondern dazu ermutigt, dem Geist unserer Tage kritisch gegenüberzustehen und sich nicht blindlings den Patientenverordnungen der Elite hinzugeben. Giuseppe Gracia ermutigt Christen dazu, sich mutig zu den biblischen Grundsätzen zu bekennen, wenn biblische Wahrheiten in der heutigen Zeit verletzt werden. Der Prophet Hosea warnte schon das Volk Israel: »Mein Volk geht zugrunde aus Mangel an Erkenntnis« (Hos 4,6). Dieser Weckruf ist heute

wie damals brandaktuell. Deshalb ermutigt der Verfasser zu einem »alternativen Lebensstil jenseits des Mainstreams« (S. 40). Er befürwortet, sich nicht dem Druck der Meinungsmache zu beugen, sondern sich der Debatte nach der Wahrheitsfrage zu stellen. Als Christ ist man heutzutage den Angriffen auf die wertkonservative Lebenshaltung ausgesetzt, doch gilt es, nicht auf derselben Ebene zu bleiben wie die Kritiker, sondern seine persönlichen Glaubensüberzeugungen anhand von Gottes Wort ins Gespräch zu bringen.

Henrik Mohn



Maren Urner:

### Schluss mit dem täglichen Weltuntergang

Wie wir uns gegen die digitale Vermüllung unserer Gehirne wehren

München (Droemer) 2019  
Klappenbroschur, 224 Seiten  
ISBN 978-3-426-27776-8  
€ 16,99

Der tägliche Medienkonsum beeinflusst das Gehirn und damit auch das Weltbild und -verständnis, so die These der Dozentin für Medienpsychologie an der Hochschule für Medien, Kommunikation und Wirtschaft in Köln, Dr. Maren Urner. Mit ihrem Buch *Schluss mit dem täglichen Weltuntergang* warnt sie vor den fatalen Auswirkungen der heutigen Berichterstattung. Als Neurowissenschaftlerin und Vorreiterin des Konstruktiven Journalismus erzählt sie von einer Berichterstattung, die nicht hoffnungslos sein möchte, aber auch nichts schönreden will, sondern zu kritischem Denken anregt.

Im ersten Kapitel zeigt die Verfasserin auf, dass die dauerhafte Verfügbarkeit von Informationen ein Schlüssel zu mehr Selbstbestimmtheit und besserer Informiertheit sein sollte. Doch werden wir »immer und überall verführt, zu

klicken, zu scrollen und zu swipen« (S. 13). Der Grund dafür ist simpel: Die wertvollste Ressource des 21. Jahrhunderts ist nicht mehr die Information, sondern unsere Aufmerksamkeit. So ist es nicht verwunderlich, dass das Internet des 21. Jahrhunderts und die damit verknüpften Geschäftsmodelle längst auf einem Kampf um unsere Aufmerksamkeit basieren. Der Autorin zufolge funktioniert dies so gut, »weil wir unsere wichtigste Ressource häufig unter Wert verkaufen, da wir unsere Aufmerksamkeit freizügig verschenken« (S. 17). Der Journalismus, die vierte Macht im Staat, nutzt diese Tatsache und folgt dem Kassenschlager »Only bad news is good news«. So entsteht ein System, das sich fortwährend selbst stärkt, da das Weltbild der Konsumenten mit negativen Informationen versorgt wird. Deshalb betont Urner: »Wenn Informationen immer und überall ver-

füßbar sind, besteht die Kunst nicht mehr darin, Informationen zu finden, sondern sie zu filtern, zu evaluieren, einzuordnen und auch kritisch zu hinterfragen« (S. 27).

Die Folgen der Abhängigkeit der Informationsflut für das Gehirn und die Psyche des Menschen werden im anschließenden Kapitel beleuchtet. »Was immer dein Gehirn in diesem oder jedem anderen Moment gerade tut, beeinflusst deine Wahrnehmung im nächsten Moment, sodass sich die jeweils akute Hirnaktivität und neue Erfahrungen unaufhörlich gegenseitig beeinflussen« (S. 30). Denn die Aktivität des Gehirns spielt zu jedem Zeitpunkt eine wichtige Rolle dabei, wie man die Welt wahrnimmt und Neues lernt. Eine tragende Rolle übernehmen dabei unsere Gewohnheiten, die 50 bis 95 Prozent unserer Handlungen ausmachen. »Unsere Gewohnheiten agieren quasi als ein mentaler Butler, der uns Zeit und andere Kapazitäten freihält, um Neues zu entdecken« (S. 35).

Die Schlussfolgerungen aus den Ausführungen sind erschreckend. Durch die permanente Dauerbeschallung und Bombardierung unserer Wahrnehmung mit all den negativen Ereignissen auf dieser Welt wird uns nicht nur ein negatives Weltbild aufgezwungen, sondern sowohl die Psyche als auch der Körper leiden darunter. Das Ganze fasst Urner unter dem aus der Psychologie stammenden Begriff der *erlernten Hilflosigkeit* zusammen. So wird aus einer informierten Bevölkerung eine Bevölkerung, die gelernt hat, hilflos zu sein. Daher fordert sie: »Als *Homo digitalis*, der täglich mit Computern und Inter-

net arbeitet und damit oft auch seine Freizeit verbringt, stehen wir vor der Herausforderung, unsere neue Lebensrealität in den Griff zu bekommen, bevor die neuen Technologien uns in den Griff bekommen« (S. 50).

Das dritte Kapitel stellt den konstruktiven Journalismus als Alternative zur heutigen Berichterstattung vor. Dies illustriert die Autorin am Werdegang ihres eigenen Online-Magazins *Perspective Daily*. Die Inhalte sind informativ und sicher für Personen aus der Branche als Anregung zu verstehen.

Im letzten Kapitel des Buches gibt die Autorin dem Leser Rüstzeug gegen die tägliche Informationsflut an die Hand, denn »die einzige Chance, die man im Kampf gegen Biases (kognitive Verzerrung) und Fehlbarkeiten hat, ist, sich dieser bewusst zu werden« (S. 159). So skizziert sie sieben Funktionen, die als eine Art Werkzeugkasten dienen, um seine persönliche Ausrüstung zu gestalten, damit man souverän mit Informationen und speziell Medien umzugehen weiß. Äußerst aufschlussreich sind dabei ihre Ausführungen über die neurowissenschaftlichen Erkenntnisse zur Verarbeitung von Informationen im Gehirn. Sie zeigen neu auf, wie wichtig es ist, sich multiperspektivisch zu informieren.

Urnere Ausführungen geben Hilfen zum Umgang mit der alltäglichen Informationsflut und zeigen gleichzeitig neue Wege aus der digitalen Abhängigkeit und Überforderung auf. Positiv hervorzuheben ist der flüssige Stil, den die Autorin verwendet. Ihre Erklärungen belegt sie mit diversen wissen-



schaftlichen Studien, die sie nur kurz erläutert, was den Lesefluss unterstützt.

Insgesamt eine vor allem informative und somit empfehlenswerte Lektüre im Zeitalter von Fake News und Co., die den Herausforderungen der Zeit kritisch und konstruktiv begegnet.

Henrik Mohn