

Virtuelles Stress-Buffering? Der Einfluss virtueller sozialer Unterstützung auf die erlebte und physiologische Stressreaktivität

Oswald D. KOTHGASSNER¹, Andreas GOREIS², Johanna X. KAFKA¹ & Anna FELNHOFER³

Abstract:

Theoretischer Hintergrund: Soziale Interaktionen finden zunehmend im virtuellen Raum statt. Dabei interagieren Menschen mittels virtueller Entitäten untereinander (Avatar), oder mit einer Entität, welche von einem Computer gesteuert wird (Agent). Auf Grundlage der Stress-Buffering-Hypothese, sollte soziale Unterstützung Auswirkungen auf akute Stressreaktionen zeigen. Jedoch wurde bislang nicht überprüft, ob diese Hypothese auch für virtuelle Interaktionen übertragbar ist. Ziel der Studie war daher die Untersuchung möglicher Stress reduzierender Effekte bei verschiedenen Formen der Unterstützung vor einem akuten Stressor, sowie andere behaviorale Reaktionen experimentell zu beobachten.

Methode: 56 Probanden durchliefen dazu den Trier Social Stress Test (TSST), zuvor wurde jedoch allen Zeit zur Vorbereitung auf den TSST gewährt. Dabei erhielt eine Gruppe verbal und durch Gesten verstärkten Zuspruch eines a) physisch im Raum anwesenden Menschen, oder im virtuellen Raum durch einen b) Avatars, c) Agenten, oder d) keine Unterstützung. Darüber hinaus wurde Hilfsverhalten, sowie Vermeidungsverhalten nach dem TSST über die vier Gruppen verglichen.

Ergebnisse: Die Ergebnisse zeigen, dass Probanden, welche durch einen Agenten unterstützt wurden, oder keine Unterstützung erhielten nach dem TSST signifikant höhere Herzraten zeigten, aber auch besorgter waren, sowie mehr Schamgefühle berichteten als Personen welche durch einen Avatar oder eine reale Person Zuspruch erhielten. Personen, dieser letzten beiden Gruppen zeigten auch erhöhte Tendenz zu prosozialem Verhalten, sowie tendenziell weniger Vermeidungsverhalten nach dem akuten Stressor.

Conclusio: Kurzzeitige virtuelle soziale Unterstützung durch einen Avatar scheint ähnliche Auswirkungen auf akute Stressreaktionen zu haben wie eine solche Unterstützung durch einen physisch präsenten Menschen. Dazu werden Implikationen für gesundheitsbezogene Anwendungen in Prävention und Therapie diskutiert.

¹ Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Medizinische Universität Wien

² Fakultät für Psychologie, Universität Wien

³ Universitätsklinik für Kinder- und Jugendheilkunde, Medizinische Universität Wien