

## Wenn das Telefon Angst macht

### **Online-Studie der Sektion Kognitive Neuropsychiatrie am UKHD sucht Teilnehmende**

Immer mehr Menschen – vor allem Jüngere – verspüren Angst, wenn das Telefon klingelt oder sie selbst jemanden anrufen müssen. Herzrasen, Zittern, Stottern, Übelkeit oder ein „leerer Kopf“ sind typische Symptome, die an eine soziale Phobie erinnern. Doch bislang ist kaum erforscht, warum Telefonangst entsteht, wer besonders darunter leidet und ob unsere Smartphone-Nutzung dabei eine Rolle spielt.

Die Sektion Kognitive Neuropsychiatrie am Universitätsklinikum Heidelberg und der Medizinischen Fakultät Heidelberg der Universität Heidelberg untersucht das Phänomen nun in einer Online-Studie. Ziel ist es, die Ursachen besser zu verstehen und langfristig Wege zu finden, Betroffene gezielt zu unterstützen.

### **Teilnahme**

Die Online-Befragung dauert etwa 30 bis 35 Minuten. Sie enthält Fragen zur Person, zum Erleben von Telefonaten, zur Smartphone-Nutzung und zum allgemeinen Befinden. Teilnehmen können alle Erwachsene, die seit mindestens einem Jahr ein Smartphone nutzen.

Unter allen Teilnehmenden werden drei Gutscheine im Wert von jeweils 50 Euro verlost.

Zur Teilnahme:

<https://redcap.kjphd.de/surveys/?s=AWWA7RXXTT7HNNH9>

### **Telefonangst könnte eine Form der sozialen Phobie sein**

„Manche Betroffene erleben beim Telefonieren deutliche Stresssymptome, ähnlich wie bei einer sozialen Angststörung“, erklärt Dr. Nadine Wolf, Studienleiterin. „Deshalb diskutieren wir in der Medizin, ob die sogenannte Telefonphobie tatsächlich eine eigene Form der sozialen Angststörung sein könnte. Wir möchten herausfinden, bei wem solche Ängste auftreten, welche Rolle persönliche Merkmale spielen und ob die Art und Häufigkeit der Smartphone-Nutzung damit zusammenhängt.“

Das Forschungsteam betrachtet dabei sowohl kognitive Merkmale, also Fähigkeiten wie Konzentration, Problemlöseverhalten oder Impulskontrolle, als auch emotionale Merkmale, also wie Menschen ihre Gefühle wahrnehmen, regulieren und was sie motiviert. Langfristig möchten die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler die Mechanismen hinter der Telefonangst besser verstehen und Wege finden, Betroffene gezielt zu unterstützen.

### **Weitere Informationen im Internet**

[Sektion Kognitive Neuropsychiatrie](#)

[Zur Studienteilnahme](#)