

## Wiener Gesundheitsförderungskonferenz 2018

Gesundheit und Digitalisierung. Inspirationen für die Praxis der Gesundheitsförderung.  
10. September 2018

### **Faszinierend verführerisch**

Digitale Medien in der Lebenswelt von Heranwachsenden und in der Gesundheitsförderung

**Dr.<sup>in</sup> Claudia Lampert**

Dass digitale Medien im Alltag von Kindern und Jugendlichen eine wichtige Rolle spielen, ist kaum mehr zu übersehen. Insbesondere mit der Verbreitung von Smartphones und Social-Media-Diensten haben sich neue attraktive Nutzungsmöglichkeiten eröffnet. Bei den Heranwachsenden steht vor allem der kommunikative Austausch mit anderen im Vordergrund, am liebsten über *WhatsApp*. An zweiter Stelle steht die Nutzung von Unterhaltungsangeboten (z.B. *YouTube*), gefolgt von Spielen und schließlich der Suche nach Informationen (MPFS 2017). Besonders attraktiv ist an den Angeboten des Social Web die Möglichkeit der unmittelbaren zeit- und ortsungebundenen Kommunikation und Mediennutzung sowie das Gefühl, mit der Welt verbunden sein. Allerdings bringt dies auch neue Herausforderungen mit sich, z.B. den Umgang mit dem sozialen Druck, jederzeit erreichbar sein zu müssen, mit der Angst, etwas zu verpassen (Stichwort: Fear of Missing out, (Knop, Hefner, Schmitt, & Vorderer, 2015; Przybylski, Murayama, DeHaan, & Gladwell, 2013) oder auch mit dem Gefühl, sich im Social Web permanent mit anderen vergleichen oder sich nach den im Internet geltenden Normen in einer besonders vorteilhaften Weise präsentieren zu müssen.

Gerade weil Kinder und Jugendliche begeisterte Onlinenutzer sind, werden Social-Media-Angebote zugleich als besonders geeignete Kommunikationskanäle gesehen, wenn es darum geht, diese Zielgruppe zu erreichen (Lampert, 2017; Lampert & Voß, 2018). Dies gilt auch für präventive oder gesundheitsbezogene Themen. So hat sich das Angebot an gesundheitsbezogenen Onlineangeboten und Apps in den letzten Jahren enorm ausgeweitet: Ernährungs-, BMI- und Abnehm-Apps, Bewegungstracker, Akne- und Stressbewältigungs-Apps – der Markt hält für jede Krankheit und für jedes Gesundheitsthema ein Angebot parat. Die Fülle, Dynamik und Unübersichtlichkeit des Angebots sowie unverbindliche Qualitätsstandards erschweren es jedoch, gute und seriöse Angebote ausfindig zu machen (Albrecht, 2016). Angesichts der faszinierenden technischen Möglichkeiten bleiben Fragen nach den gesundheitlichen Potenzialen, aber auch nach den Grenzen, Risiken und Nebenwirkungen digitaler Gesundheitsangebote häufig unberücksichtigt.

Der Vortrag beleuchtet den Stellenwert digitaler Medienangebote im Alltag von Heranwachsenden und die damit verbundenen (gesundheitsbezogenen) Herausforderungen. Überdies wird aufgezeigt, dass die von Jugendlichen bevorzugten Social-Media-Angebote nur bedingt geeignet sind, um sie mit präventiven und gesundheitsbezogenen Botschaften zu erreichen. Den Abschluss bilden Überlegungen und Hinweise, wie Kinder und Jugendliche dabei unterstützt werden können, die gesundheitsfördernden Potenziale digitaler Medien zu nutzen und einen gesunden und souveränen Medienumgang zu entwickeln.

## Wiener Gesundheitsförderungskonferenz 2018

Gesundheit und Digitalisierung. Inspirationen für die Praxis der Gesundheitsförderung.

10. September 2018

### Referenzen

- Albrecht, U.-V. (2016). Kapitel Kurzfassung. In U.-V. Albrecht (Hrsg.), *Chancen und Risiken von Gesundheits-Apps (CHARISMHA)*. Medizinische Hochschule Hannover.
- Knop, K., Hefner, D., Schmitt, S., & Vorderer, P. (2015). *Mediatisierung mobil: Schriftenreihe Medienforschung der Landesanstalt für Medien Nordrhein-Westfalen* (Bd. 77). Leipzig: Vistas.
- Lampert, C. (2017). Unterhaltsam, interaktiv, gesundheitsfördernd? Potenziale und Grenzen digitaler Gesundheitsangebote für Kinder und Jugendliche. *Kinder- und Jugendschutz in Wissenschaft und Praxis*, 62(4), 141–145.
- Lampert, C., & Voß, M. (2018). Möglichkeiten und Grenzen digitaler Gesundheitsangebote im Unterhaltungsformat. In *Digitale Gesundheitskommunikation – Zwischen Meinungsbildung und Manipulation* (S. 211–222). Bremen: APOLLON University Press; Scherenberg, V., Pundt, J.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841–1848.