

Belastung und Prävention

Viele fühlen sich stark belastet & Therapie- und Hilfsangebote fehlen
Was wirkt in der Suchtprävention?

Aktueller Substanzkonsum

Der illegale Substanzkonsum stellt ein wachsendes Problem dar
Was läuft in Berlin und Basel?

Soziale Medien/Influencer:innen

Die Auswirkungen von Sozialen Medien
Gespräch mit zwei Influencern: Wie kann Präventionsarbeit digital funktionieren?

SuchtMagazin

Interdisziplinäre Fachzeitschrift
der Suchtarbeit und Suchtpolitik



Inhalt

- 5 **Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen:
Dringender Handlungsbedarf**
Carlo Fabian, Stefanie J. Schmidt, Mitja Mosimann
-
- 16 **Wirksame Suchtprävention: eine ethische Verpflichtung**
Gregor Burkhardt, Dörte Petit
-
- 22 **Ob Basel, Berlin oder Babylon – geballert wird überall.**
Jill Zeugin, Rüdiger Schmolke
-
- 28 **Substanzkonsum junger Menschen in der Schweiz:
Verbreitung, Entwicklungen und Auswirkungen**
Lukas Eggenberger, Clarissa Janousch, Michelle Loher,
Denis Ribeaud, Boris B. Quednow
-
- 36 **Lost in Space? Soziale Medien und deren
Auswirkungen auf Jugendliche**
Rahel Heeg, Olivier Steiner
-
- 42 **«Social Media musst du mit Social Media bekämpfen.»**
Gespräch mit Endrit Sadiku, Fehdi Benbella und Stefano Lenherr
-
- 48 **Im Visier der Geldspielindustrie: Jugend, Sport und Werbung**
Dörte Petit, Matthias Weber, Luca Notari, Hannah Wettstein
-
- 55 **Podcast zum Thema:
Modafinil: Zwischen Smart Drug und Ersatztherapie bei
Stimulanzien-Abhängigkeit**
Stefanie Bötsch
-
- 56 **Fazit.
ForschungsSpiegel von Sucht Schweiz**
Substanzungebundene problematische Verhaltensweisen im digitalen
Zeitalter: Herausforderungen und Perspektiven
-
- 61 **Newsflash**
-
- 62, 63 **Bücher**
-
- 64, 65 **Veranstaltungen**
-
- 66 **Fotoserie**
Caitleen Karst
-

Lost in Space? Soziale Medien und deren Auswirkungen auf Jugendliche

2024-5
Jg. 50
S. 36 - 40

Jugendliche nutzen Soziale Medien intensiv: zur Unterhaltung, zur Information, für die Beziehungspflege und zur Selbstpräsentation. Insgesamt ist der Zusammenhang zwischen der Nutzung Sozialer Medien und dem Wohlbefinden nicht eindeutig, auch wenn die Zahl der Jugendlichen mit suchtartiger Nutzung steigt. Jugendliche fühlen sich in Bezug auf ihre Mediennutzung von Erwachsenen oftmals nicht verstanden. Eine lebensweltnahe, verstehende Auseinandersetzung ist grundlegend für Sensibilisierung und Bildung als auch für Beratung und Hilfe.

RAHEL HEEG

Prof. Dr., Co-Leiterin Institut für Kinder- und Jugendhilfe, Hochschule für Soziale Arbeit FHNW, Hofackerstrasse 30, CH-4132 Muttenz, rahel.heeg@fhnw.ch, <https://t1p.de/cqii0>

OLIVIER STEINER

Prof. Dr., Professor am Institut Kinder- und Jugendhilfe, Hochschule für Soziale Arbeit FHNW, Hofackerstrasse 30, CH-4132 Muttenz, olivier.steiner@fhnw.ch, <https://t1p.de/iwg6i>

Digitalisierte Lebenswelten Jugendlicher

Im nachfolgenden Artikel werden quantitative Ergebnisse aus verschiedenen Studien dargestellt und mit Zitaten von Jugendlichen illustriert. Die Interviews wurden im Rahmen der laufenden Studie «re:connect» mit Jugendlichen in restriktiven Settings der Jugendhilfe und der Jugendpsychiatrie durchgeführt.¹

Digitale Medien sind ein elementarer Bestandteil der Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen. Insbesondere Smartphones sind unentbehrliche «Alles-in-einem»-Alltagsbegleiter (Calmbach et al. 2016) und werden täglich mehrere Stunden genutzt (Külling et al. 2022). Die Jugendlichen können sich nicht mehr vorstellen, ihren Alltag ohne Smartphone zu bewältigen (Heeg et al. 2018). Online und offline sind dabei eng miteinander verflochten (Heeg et al. 2018; Steiner & Heeg 2019).

In der Öffentlichkeit wird die Nutzung digitaler Medien durch Jugendliche vielfach problematisiert. Eine repräsentative Erhebung aus dem Jahre 2019 zeigt allerdings, dass für junge Menschen die positiven Elemente des Online-Seins

überwiegen: Die meisten Jugendlichen schätzen es, jederzeit in Kontakt mit anderen sein zu können. Sie sind der Meinung, dass die Vielfalt an Informationen ihr Leben bereichert und dass ihre Online-Aktivitäten sie glücklich und ihr Leben reicher machen. Allerdings hat etwa ein Drittel der Befragten Angst, etwas Wichtiges zu verpassen und ähnlich viele fühlen sich unter Druck gesetzt durch Apps, welche die Nutzung belohnen. Ein Viertel der jungen Menschen wird nervös, wenn sie längere Zeit offline sind. Im Vergleich mit 40- bis 55-jährigen Personen erleben junge Menschen sowohl die positiven als auch die negativen Aspekte des Online-Seins intensiver (Steiner & Heeg 2019).

Jugendliche fühlen sich oftmals von den Erwachsenen in Bezug auf ihre Mediennutzung in ihrem Umfeld nicht verstanden, was ausgewählte Zitate aus der Studie re:connect illustrieren:

«Die Erwachsenen sollten nicht immer vom Schlimmsten ausgehen. Medien haben auch viel Gutes an sich. Auch fürs Wissen. Aber eben auch in Kontakt bleiben mit anderen. Es hat auch viel Gutes» (Antima, 14).

«Es gibt manche Menschen, die ein Handy als einen Escape benutzen. Und dann, wenn ein Mensch das Handy als einen Escape benutzt, dass man es halt versteht, dass der Mensch halt recht viel am Handy ist. Und dann, was halt einfach auch verletzen kann, wenn man sagt, du bist viel am Handy, du Handysüchtige!» (Nanda, 14).

«Es gibt halt schon Erwachsene, die irgendwie sagen, ja du hast jetzt Kopfschmerzen wegen dem Handy oder so. Oder keine Ahnung, so unnötige Sprüche, die man halt eigentlich nicht so hören will. Und ja, dann kommen so andere Geschichten, so ja früher hatten wir so etwas noch nicht. Und ja, das sind so Sprüche, die mich einfach nerven, weil was kann ich dafür, dass ich früher nicht gelebt habe und so» (Victoria, 12).

Lebenswelt Soziale Medien

Soziale Medien sind digitale Plattformen, über die Informationen aller Art zugänglich gemacht werden können und auf welchen User:innen miteinander kommunizieren und soziale Beziehungen knüpfen. Im Gegensatz zu traditionellen Medien generieren die Nutzer:innen die Inhalte wie Bilder, Videos und Texte gemeinsam (Vandenbosch et al. 2022).

Umfangreiche Nutzung Sozialer Medien

Laut der JAMES-Studie nutzte im Jahr 2022 jeweils ungefähr die Hälfte der Jugendlichen täglich Instagram, Snapchat und TikTok (Külling et al. 2022). In der Studie «always on» verwendeten 29 % der 16- bis 25-Jährigen Soziale Medien mehrmals pro Stunde (Steiner & Heeg 2019). In einer deutschen Befragung nutzte ein Viertel der 12- bis 17-Jährigen Soziale Medien vier Stunden am Tag oder mehr (forsa Politik- und Sozialforschung GmbH 2017). Die Nutzungsdauer Sozialer Medien ist unter Jugendlichen insgesamt hoch.

In Sozialen Medien kommen verschiedene Aktivitätsformen zusammen. So nutzen fast alle Jugendlichen Soziale Medien regelmässig zur Unterhaltung (91 %) und zur Information (55 %) (Külling et al. 2022). Soziale Medien sind des Weiteren ein wichtiger Ort der Beziehungspflege (Heeg et al. 2018) und ein Ort der Selbstpräsentation, wobei manche erhebliche Zeit und Mühe investieren, die «beste» Version von sich selbst zu präsentieren (Vandenbosch et al. 2022).

Alle Aktivitäten in Zusammenhang mit Sozialen Medien – in Kontakt sein, Spass und Unterhaltung, auf Profilen anderer herumstöbern, anderen auf Social Media etwas von sich zeigen – sind jungen Menschen wichtiger als älteren Erwachsenen (Steiner & Heeg 2019).

Die meisten Jugendlichen, die Soziale Medien nutzen, schauen regelmässig Beiträge von anderen an, liken Beiträge, chatten oder schreiben persönliche Nachrichten. Etwas weniger als die Hälfte postet regelmässig zeitlich limitierte eigene Beiträge, ca. ein Viertel postet Beiträge für ein ausgewähltes Publikum, etwa ein Zehntel postet öffentlich sichtbare Beiträge (Mädchen etwas häufiger als Jungen) (Külling et al. 2022).

Anspruchsvolle Beziehungspflege

Die Beziehungsgestaltung über Soziale Medien ist für Jugendliche herausfordernd. Fortlaufende Nachrichten, Bilder, Informationen über die aktuelle Tätigkeit und den Standort wecken im Freundeskreis ein Gefühl der ständigen Verbundenheit. Die Flämmchen² auf Snapchat versinnbildlichen diese Verbundenheit:

«Man schickt jeden Tag ein Foto, dann schickt sie eines zurück. Dann kriegt man Flämmchen. Das war für mich richtig bedeutend. Richtig, richtig. Wenn man das ja 24 Stunden nicht macht, dann gehen sie ja weg. [...] Dann kommt man auch schon in Stresssituationen. Eigentlich immer gleich am Morgen, wenn ich aufstehe, schicke ich immer schon ein Bild. Damit ich es auch schon gemacht habe ...» (Aaron, 17).

Die enge Verbundenheit geht einher mit «Reziprozitätserwartungen» (Eisentraut 2016), umgehend auf eingehende Nachrichten reagieren zu müssen (vgl. auch Steiner & Heeg 2019).³ Insgesamt ist die Anzahl an Nachrichten auf den verschiedenen Plattformen hoch und muss fortlaufend «abgearbeitet» werden. Wie ein Jugendlicher formulierte: «Ich habe in sieben Minuten 101 WhatsApp Nachrichten erhalten. Ich habe gar keine Chance, die alle zu lesen» (Heeg et al. 2018). Die ausserordentlich hohe Zahl an Nachrichten wurde in dieser Studie von anderen Jugendlichen bestätigt.

Das kontinuierliche Teilen der eigenen Aktivitäten ist für viele Jugendliche selbstverständliche Routine:

«Ich muss nicht mal überlegen, sobald ich etwas Schönes sehe, nehme ich gleich das Handy hervor und mache eine Story auf Insta. Wenn ich irgendwo im Ausland bin, dann muss ich eine Story machen. Das ist einfach ein Muss. Die Leute, die mich kennen, müssen wissen, wo ich jetzt bin» (Aaron, 17).

Die Beziehungspflege über Soziale Medien ist auch inhaltlich anspruchsvoll. Gerade jüngere Jugendliche berichten von vielen Missverständnissen und Streits auf Sozialen Netzwerken (Heeg et al. 2018). Jemandem zu folgen oder nicht zu folgen wird als Beziehungsinformation verstanden, und der eigene Status ist über die Anzahl der Kommentare, Likes und Follower sichtbar. Viele Jugendliche stecken viel Energie in eine optimierte Selbstdarstellung in den Sozialen Medien:

«Also ich habe viele Kolleginnen, die die ganzen Sachen posten, damit sie Likes bekommen, Follower bekommen» (Elina, 14).

«Ich kenne ein paar Leute, die stundenlang Fotos bearbeiten, nur weil es einen

süchtig macht, was in den Kommentaren steht. Da siehst du superschön aus und das geil dich an, mehr zu machen» (Hemant, 18).

Auch Jugendliche, die Sozialen Medien kritisch gegenüberstehen, können sich dem Druck kaum entziehen, die Selbstdarstellung in Sozialen Medien mit Blick auf die zu erwartende Anerkennung bewusst zu gestalten (Heeg et al. 2018).

Welche Inhalte auf Sozialen Medien sichtbar werden, wird (auch) durch Algorithmen beeinflusst. Manche Jugendliche machen sich viele Gedanken zu den Auswirkungen der Algorithmen. Im Projekt re:connect sprachen zwei Jugendliche in Zusammenhang mit psychischen Belastungen darüber, wobei sie sehr unterschiedlich damit umgingen:

«Man wird voll im Kopf mental einfach zerstört. Wenn man so Depressionen hat, man schaut so halt Depressionen-Videos an. Insta macht es schlau, die zeigen es immer wieder, genau dasselbe, Depressionen, Depressionen. Das heisst, man kommt nie raus» (Hemant, 18).

«Im Internet werden ja durch die Algorithmen Videos vorgeschlagen, wo man wie relaten kann, wo man versteht, also man fühlt, was die sagen oder man fühlt sich verstanden irgendwie, und dann kann man in ein tieferes Loch sinken oder so. Je nachdem benutze ich es auch, wenn ich weiss, ok, jetzt habe ich so viele Gefühle und ich kann sie nicht loslassen, schaue ich mir Videos an, weil ich weiss, ok, die machen mich eher traurig, dann falle ich halt wirklich kontrolliert in dieses Loch und gehe dann wieder hoch, weil ich dann weiss, ok, jetzt kann ich dann wieder ein paar Gedichte anschauen oder so oder irgendwie etwas anderes machen, dann komme ich wieder hoch» (Ronja, 17).

Soziale Medien sind somit ein zentraler Lebensort für Jugendliche, an welchem Beziehungspflege, Information, Spass und Unterhaltung und Selbstdarstellung zusammenfliessen. Zugleich kann das Wohlergehen Jugendlicher durch die Nutzung Sozialer Medien gefährdet werden. Im Folgenden wird ein Überblick zu aktuellen Forschungsergebnissen diesbezüglich gegeben.

(Negative) Folgen der Nutzung Sozialer Medien: ein Überblick

Eine umfangreiche Forschungstradition besteht zu «illbeing» und digitalen/Sozialen Medien, verstanden als fehlende Gesundheit und fehlendes Wohlbefinden aufgrund von (übermässiger) Nutzung digitaler/Sozialer Medien. Die Schweizer Gesundheitsbefragungen (SGB) aus den Jahren 2017 und 2022 zeigen die Entwicklung von Internetabhängigkeit in der Schweiz auf. Die Studien stellen eine deutliche Zunahme von manifester Abhängigkeit und von Abhängigkeitsgefährdung bei 15- bis 24-Jährigen fest.⁴ Die Zahl der jungen Menschen mit problematischer Internetnutzung (im Sinne einer Internetabhängigkeit) verdoppelte sich beinahe von 11,2 % im Jahr 2017 auf 22,2 % im Jahr 2022. Die Zahl der jungen Menschen mit Abhängigkeitsgefährdung stieg im gleichen Zeitraum von 15,1 % auf 19,1 %. Die Zahl der jungen Frauen mit problematischer Internetnutzung (im Sinne einer Internetabhängigkeit) stieg besonders stark und liegt nun knapp höher als die Zahl der jungen Männer (24,3 % vs. 20,2 %). Auch bei älteren Personengruppen steigt die Internetabhängigkeit, allerdings auf einem tieferen Niveau und mit höherem Alter in geringerem Ausmass (BFS 2024).

Die Schweizer HBSC-Studie untersucht die suchtartige Nutzung von Sozialen Medien anhand der Social Media Disorder Scale (SMDS).⁵ Nach dieser Definition nutzen etwa 7 % der 11- bis 15-Jährigen in der Schweiz Soziale Medien auf eine problematische Weise (Mädchen: 9,7 %, Jungen: 4,4 %) (Delgrande Jordan & Schmidhauser 2023). Dies geht einher mit einem schlechteren Gesundheitszustand und geringerem emotionalen Wohlbefinden, einer geringeren Lebenszufriedenheit, mit psychoaffektiven und chronischen physischen Symptomen, mit Stress und Einsamkeit, mit zu wenig Schlaf sowie mit Unzufriedenheit mit dem eigenen Körpergewicht – wobei es sich hierbei um korrelative und nicht um kausale Zusammenhänge handelt (Delgrande Jordan et al. 2023).

Ähnliche Resultate liegen aus Deutschland vor (forsa Politik- und Sozialforschung GmbH 2017). Auch Schwierigkeiten in der Impulskontrolle und bei

zielorientiertem Verhalten stehen in Zusammenhang mit übermässiger Nutzung Sozialer Medien (Wartberg et al. 2021).

Die Jugendlichen im Projekt re:connect beschreiben eindrücklich, wie herausfordernd die Regulierung der Nutzung Sozialer Medien sein kann:

«Und am Abend, wenn ich eigentlich schlafen gehen möchte, sage ich mir immer, noch ein TikTok. Dann wird es noch ein Zweites. Dann bin ich wieder eine halbe Stunde am Handy. Dann sind es plötzlich zwei Stunden. Ich habe den Drang, dass ich irgendein wichtiges Video verpasse» (Hannah, 16).

Ähnliche Aussagen fanden sich in früheren Studien (Heeg et al. 2018; Steiner & Heeg 2019).

Als weitere negative Folgen werden insbesondere zwei Themen intensiv diskutiert: Erstens erleben Jugendliche auf Sozialen Medien Mobbing und sexuelle Belästigung (Külling et al. 2022). Zweitens werden negative Auswirkungen von Sozialen Medien auf das Körperbild erforscht. Eine Studie aus Italien fand bei Jugendlichen Zusammenhänge zwischen problematischer Smartphonennutzung, Schwierigkeiten in der Emotionsregulation und einem negativen Körperbild (Lo Coco et al. 2022). Eine Jugendliche im Projekt re:connect beschreibt dies plastisch:

«Ich glaube, vor allem als Mädchen ist das recht schlimm, wenn man zum Beispiel eine Frau sieht, die 800 Liter Plastik im Arsch hat, und im Gesicht, und alles ist an ihr gemacht. Und dann denkst du dir, ich will auch so aussehen. Mit 14 will ich aussehen wie eine 30-Jährige, die sich komplett hat operieren lassen. [...] Das hat mich am Anfang auch ein bisschen heruntergezogen, bis ich halt gecheckt hab, die sieht gar nicht so aus» (Sara, 15).

Wenn der Blick auf «wellbeing» von Jugendlichen und die Nutzung Sozialer Medien gerichtet wird, ist die Studienlage uneindeutig, wie ein Überblick über eine grosse Zahl an Metaanalysen und Reviews aufzeigt (Valkenburg et al. 2022). Insgesamt reichen die Zusammenhänge zwischen der Nutzung von Sozialen Medien und Wohlbefinden von stark positiv bis stark negativ. Die Autor:innen

folgern, dass die Handlungsbefähigung Jugendlicher eine zentrale Ausgangsbedingung für die Mediennutzung und -wirkung darstelle. Es gebe keine gerichtete, einheitliche Wirkung der Nutzung Sozialer Medien auf das Wohlbefinden. Stattdessen unterscheiden sich Jugendliche in ihrer Agency (Handlungsfähigkeit) bezogen auf die selektive Nutzung Sozialer Medien, bezogen auf Prozesse und bezogen auf die Vulnerabilität für negative Folgen der Nutzung Sozialer Medien⁶ (Valkenburg et al. 2022: 5; methodische Diskussion bei Valkenburg 2022).

Ein Beispiel für eine solche Differenzierung liefert eine Studie aus Norwegen. Diese identifizierte zwei Nutzungstypen präadoleszenter Mädchen: Bei Mädchen mit Fokussierung auf Kommunikation hatten Soziale Medien keine negativen Auswirkungen auf das Körperbild, wohingegen bei Mädchen mit Fokussierung auf das Aussehen das Körperbild durch Soziale Medien negativ beeinträchtigt wurde (Markey & Daniels 2022).

Fazit: Digitaler Kinderschutz bei problematischer Nutzung Sozialer Medien

Soziale Medien sind für Jugendliche ein wichtiger Lebensort und mit vielen Teilhabe-, Kommunikations- und Selbstdarstellungschancen verbunden. Gleichzeitig kann eine problematische Nutzung von Sozialen Medien gravierende negative Folgen für das Wohlergehen Jugendlicher haben. Ein wirksamer Schutz von Heranwachsenden basiert auf vier Säulen des digitalen Kinderschutzes: Sensibilisierung und Bildung, Beratung und Hilfe, Überwachung und Regulierung, Gefahrenabwehr und Strafverfolgung (Biesel et al. 2023).

Die Säule Sensibilisierung und Bildung beinhaltet die Auseinandersetzung mit digitalen Risiken. Bildungsangebote sollen Jugendliche in ihrem kritischen Denken fördern und für negative Folgen der Nutzung Sozialer Medien sensibilisieren. Erwachsene Bezugspersonen brauchen dafür ein nicht wertendes Interesse an den Erfahrungen und den Einschätzungen der Jugendlichen. Hinderlich ist ein Fokus allein auf problematische Aspekte und insbesondere auf die Nutzungsdauer, da dies die Lebensrealität

tät von Jugendlichen nicht abbildet und dazu führt, dass sich die Jugendlichen nicht auf die Gespräche einlassen. So antwortet Elina auf die Frage, worauf Erwachsene achten sollten:

«Es ist mega schwierig. Wenn ich erwachsen wäre, wüsste ich auch nicht, was ich machen würde. Weil ich weiss, es geht hier rein und da raus» (Elina, 14).

Bei der zweiten Säule Beratung und Hilfe erhalten Jugendliche und Erziehungsberechtigte Unterstützung, wenn sie negative Folgen der Nutzung von Sozialen Medien erleben. Bezogen auf Soziale Medien ist insbesondere dann Hilfe notwendig, wenn die Jugendlichen ihre Nutzungszeit nicht mehr regulieren können und ihre Gesundheit, Beziehungen und schulische Leistungen leiden, wenn sie Mobbing oder sexuelle Belästigung erfahren oder wenn ihr Körperbild negativ beeinflusst wird. Auch dann bleiben Soziale Medien tief in den Alltag jugendlicher eingewoben und eine Abstinenzforderung ist realitätsfern. Zudem sollten Soziale Medien (oder das Handy) nicht als kausale Ursache von Illbeing betrachtet werden. Viel wichtiger ist, dass die ursächlichen Probleme der Jugendlichen angegangen werden, die häufig nicht medienbezogen, sondern sozial verursacht sind.

«Man sollte versuchen, die Jugendlichen zu verstehen. Weil wenn Jugendliche mehr am Handy sind, dann hat das einen Grund. [...] Hast du irgendetwas? Frag einfach. Das nützt schon so viel» (Chiara, 18).

Die Säule der Überwachung und Regulierung beinhaltet beispielsweise das Blockieren von Absender:innen, die Sperrung des Zugriffs auf persönliche Onlineprofile, die Moderation von digitalen Austauschräumen sowie altersbezogene Zugangsbeschränkungen zu Apps und Webseiten. In der vierten Säule bzw. im Bereich Gefahrenabwehr und Strafverfolgung geht es insbesondere darum, Anbieter von Apps und Webseiten davon abzuhalten, schädliche digitale Inhalte zur Verfügung zu stellen oder die algorithmische Zuspitzung auf negativ wirkende Inhalte einzudämmen. Des Weiteren sollen Personen beispielsweise für

Cybermobbing verantwortlich gemacht werden. Aktuell sind sowohl Regulierungsmassnahmen als auch Gefahrenabwehr und Strafverfolgung unbefriedigend (Mossbrucker 2023). Der Bericht der nationalen Expert:innengruppe «Onlinesucht» (Stortz & Perissinotto 2024) formuliert für die Schweiz dringenden Handlungsbedarf in den Bereichen Forschung, Gesetzgebung, Information und Beratung.

Der aktuelle Forschungsstand legt nahe, dass Soziale Medien auf Jugendliche unterschiedlich wirken. Dies ist bei der Säule Sensibilisierung und Bildung als auch bei der Säule Beratung und Hilfe zu berücksichtigen. Eine pauschale Problemdefinition sowie eine pauschale Problembearbeitung müssen vermieden werden, und es ist auf eine altersgemässe Ansprache und altersgerechte Themenwahl zu achten. Ein grosses Potenzial hat der Einbezug von Jugendlichen im Sinne von Peer-Bildung: Weil Heranwachsende mit Gleichaltrigen offener über ihre digitalen Erfahrungen sprechen, sind Peers für die Reflexion digitaler Risiken und den Umgang mit digitalen Kindeswohlgefährdungen höchst bedeutsam.

Literatur

- Biesel, K./Heeg, R./Steiner, O. (Hrsg.) (2023): Digitale Kindeswohlgefährdung. Herausforderungen und Antworten für die Soziale Arbeit. Opladen: Verlag Barbara Budrich.
- BFS – Bundesamt für Statistik (2024): Schweizerische Gesundheitsbefragung 2022. Standortabelle Problematische Internetnutzung. Neuchâtel: BSF. <https://t1p.de/ngqgp>, Zugriff 11.09.2024.
- Calmbach, M./Borgstedt, S./Borchard, I./Thomas, P.M./Flaig, B.B. SINUS Markt- und Sozialforschung GmbH (2016): Wie ticken Jugendliche 2016? Lebenswelten von Jugendlichen im Alter von 14 bis 17 Jahren in Deutschland. Wiesbaden: Springer.
- Delgrande Jordan, M./Schmidhauser, V. (2023): Comportements en ligne des 11 à 15 ans en Suisse – situation en 2022 et évolution récente. Résultats de l'étude Health Behaviour in School-aged Children (HBSC). Addiction Suisse. <https://t1p.de/50umh>, Zugriff: 05.09.2024.
- Delgrande Jordan, M./Schmidhauser, V./Balsiger, N. (2023): Santé et bien-être des 11 à 15 ans en Suisse – situation en 2022, évolution dans le temps et corrélats – résultats de l'étude Health Behaviour in School-aged Children (HBSC). Rapport de recherche 159: Addiction Suisse.
- Eisentraut, S. (2016): Mobile Interaktionsordnungen im Jugendalter. Zur Soziologie des Handygebrauchs. Weinheim: Beltz Juventa.
- forsa Politik- und Sozialforschung GmbH (2017): WhatsApp, Instagram und Co. – so süchtig macht Social Media. Berlin.
- Gmel, G./Khazaal, Y./Studer, J./Baggio, S./Marquet, S. (2019): Development of a short form of the compulsive internet use scale in Switzerland. International Journal of Methods in Psychiatric Research 28(1). doi.org/10.1002/mpr.1765
- Heeg, R./Genner, S./Steiner, O./Schmid, M./Suter, L./Süss, D. (2018): Generation Smartphone. Ein partizipatives Forschungsprojekt mit Jugendlichen. Basel und Zürich: Hochschule für Soziale Arbeit FHNW und ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften. <https://t1p.de/2t6wl>, Zugriff 05.09.2024.
- Külling, C./Waller, G./Suter, L./Willemse, I./Bernath, J./Skirgila, P./Streule, P./Süss, D. (2022): James – Jugend, Aktivitäten, Medien – Ergebnisbericht zur JAMES-Studie 2022. Zürich: ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.
- Lo Coco, G./Salerno, L./Giordano, C./Di Blasi, M./Rodgers, R.F. (2022): Understanding the smartphone generation: is problematic smartphone use associated with low body esteem among adolescent girls and boys? Current Psychology 41(5): 3173-3184.
- Mossbrucker, D. (2023): Direkt vor unseren Augen: wie Pädokriminelle im Internet vorgehen – und wie wir Kinder davor schützen. Originalausgabe. München: Droemer.
- Steiner, O./Heeg, R. (2019): Studie «always on»: Wie Jugendliche das ständige Online-Sein erleben. Hochschule für Soziale Arbeit FHNW: Muttentz/Olten. <https://t1p.de/cyb0g>, Zugriff 05.09.2024.
- Stortz, C./Perissinotto, C. (2024): «Problematische/Risikoreiche Bildschirmnutzung» in der Schweiz. Erkenntnisse und Empfehlungen der nationalen Expert:innengruppe «Onlinesucht». Zürich, Lausanne: Synthesebericht 2021-2024.
- Valkenburg, P.M. (2022): Social media use and well-being: What we know and what we need to know. Current Opinion in Psychology 45: 101294.
- Valkenburg, P.M./Beyens, I./Meier, A./Vanden Abeele, M.M.P. (2022): Advancing our understanding of the associations between social media use and well-being. Current Opinion in Psychology 47: 101357.
- Vandenbosch, L./Fardouly, J./Tiggemann, M. (2022): Social media and body image: Recent trends and future directions. Current Opinion in Psychology 45: 101289.
- Wartberg, L./Thomasius, R./Paschke, K. (2021): The relevance of emotion regulation, procrastination, and perceived stress for problematic social media use in a representative sample of children and adolescents. Computers in Human Behavior 121: 106788.

Endnoten

¹ Das Projekt re:connect wird in 9 Einrichtungen in restriktiven Settings der Jugendhilfe oder der Jugendpsychiatrie durchgeführt. Im Mittelpunkt steht die Frage, wie Jugendliche digitale Medien nutzen können, sollen und dürfen, wenn sie wegen Fremd-/Selbstgefährdungen in einem restriktiven Setting untergebracht sind. Es wurden 38 Jugendliche zu ihrem Alltag mit digitalen Medien in der Einrichtung befragt. Zusätzlich wurden in allen Einrichtungen Gruppeninterviews mit Fachpersonen geführt. Für weitere Informationen zum Projekt re:connect siehe Webseite der Fachhochschule Nordwestschweiz (FHNW): <https://t1p.de/l9nyn>, Zugriff 16.09.2024.

² Die Zahl der Flämmchen auf Snapchat gibt an, an wie vielen Tagen zwei Personen täglich Foto- oder Video-Nachrichten (Snaps) ausgetauscht haben. Wenn eine Person an einem Tag keinen Snap schickt, sind die Flämmchen für beide verloren.

³ Unterschiedliche Peergroups orientieren sich unterschiedlich stark an «Always-on»-Standards (Knop et al. 2016).

⁴ Die Einstufung der Internetnutzung geschieht anhand von acht folgenden Fragen, der sogenannten 8-Item-Kurzform des CIUS (Compulsive Internet Use Scale) gemäss Gmel et al. 2019: «Mir fällt es schwer, die Internetsitzung zu beenden, wenn ich online bin; Ich nutze lieber das Internet, anstatt mit anderen (z. B. Partner, Freunde, Familie) Zeit zu verbringen; Ich bin wegen meiner Internetnutzung unausgeschlafen; Ich sehe mich nach der nächsten Internetsitzung zu beenden, wenn ich online bin; Ich vernachlässige gewisse Sachen (z. B. Studium, Arbeit, Aktivitäten mit Freunden oder mit der Familie), weil ich lieber online bin; Ich nutze das Internet, wenn ich mich nicht gut fühle (traurig, deprimiert); Ich fühle mich ruhelos, frustriert oder gereizt, wenn ich das Internet nicht nutzen kann».

⁵ Die «Social Media Disorder Scale» (SMDS) besteht aus folgenden neun Items: an nichts anderes denken können; sich unzufrieden fühlen; sich schlecht fühlen; Versuchen, weniger Zeit online zu verbringen; andere Aktivitäten vernachlässigen; sich mit anderen Personen streiten; Eltern oder Freund*innen anlügen; negativen Gefühlen entfliehen; ernsthafte Konflikte mit der Familie.

⁶ Eigene Übersetzung. Im Original: «There is no such thing as a one-directional, uniform effect of social media use on well-being. Instead, we need to account for agency-based differences in selective social media use, agency-based differences in the mechanisms leading to outcomes, and agency-based differences in susceptibility to the outcomes of social media use».



Lieferbare Nummern

Bestellungen

abo@suchtmagazin.ch

Alle verfügbaren Ausgaben finden Sie unter

www.suchtmagazin.ch

2024

- 1 Wohnen, Angebote, Institutionen
- 2 KI und Sucht
- 3 50 Jahre SuchtMagazin (Doppelnummer 3&4/2024)
- 5 Junge Menschen heute

2023

- 1 Stigmatisierung und Diskriminierung
- 2 Behinderung und Sucht
- 3 Geschäftsmodell Sucht (Doppelnummer 3&4/2023)
- 5 Gefährdung und Sucht
- 6 Suchtverständnis, Rauchen und aktuelle Themen

2022

- 1 Corona-Pandemie
- 2 Schadensminderung
- 3 Soziale Arbeit und Sucht
- 4 Sucht- und Genussmittel Alkohol (Doppelnummer 4&5 2022)
- 6 Digitalisierung, Diversität, Nachtleben

2021

- 1 Leistungsgesellschaft
- 2 Mann und Sucht
- 3 Suchtpolitik der Zukunft (Doppelnummer 3&4/2021)
- 5 Jugendliche
- 6 Aktuelle Themen

2020

- 1 Rituale
- 2 Frau und Sucht
- 3 Phänomenologie des Konsums
- 4 Jugend heute
- 5 Die Klientel der Zukunft
- 6 Sucht-Perspektiven

2019

- 1 Wohnen, Wohnungsnot, Sucht
- 2 Digitalisierung
- 3 Arbeit am Sozialen
- 4 Genetik
- 5 Sucht im Alter
- 6 Schadensminderung, Suchtpolitik, Suchthilfe konkret

Impressum

Erscheinungsweise

6 Ausgaben pro Jahr, 50. Jahrgang

Inserateschluss Ausgabe

6/2024, 25. November 2024

Redaktionsleitung

Walter Rohrbach

Layout

Roberto Da Pozzo

Druckauflage

1000 Exemplare

Abonnemente

abo@suchtmagazin.ch

www.suchtmagazin.ch

Jahresabonnement

CHF/€ 90.–

Unterstützungsabonnement

CHF/€ 120.–

Kollektivabonnement

(ab 5 Exemplaren)

CHF/€ 70.–

Einzelnummer

Print: CHF/€ 18.– (exkl. Porto)

PDF: CHF/€ 15.–

Redaktionskomitee

Sandra Bärtschi, Facia Marta Gamez, Marcel Krebs, Simon Marmet, Markus Meury, Christina Rummel, Corina Salis Gross, Domenic Schnoz

Gestaltung

Walter Rohrbach, Lea Hofmann, Marcus Casutt

Druck/Vertrieb

Werner Druck & Medien AG
4001 Basel

Bankverbindung

Gesundheitsstiftung Radix,
Infodrog, CH-8006 Zürich,
PostFinance, Mingerstrasse 20,
CH-3030 Bern
Kto-Nr. 85-364231-6
IBAN CH930900000853642316
BIC POFICHBEXXX
Clearing: 09000

Kontakt

Redaktion, Walter Rohrbach,

Telefon +41(0)31 385 00 16,

info@suchtmagazin.ch,

www.suchtmagazin.ch

Herausgeber

Infodrog, Eigerplatz 5,
CH-3007 Bern

Infodrog ist die vom Bundesamt für Gesundheit BAG eingesetzte nationale Koordinations- und Fachstelle Sucht mit der gesetzlichen Grundlage des Betäubungsmittelgesetzes.

Kündigungsfrist

1 Monat, Kündigung jeweils auf Ende Kalenderjahr

Open Access

Autor:innen haben nach einer Sperrfrist von sechs Monaten das Recht ihre Beiträge auf dem institutionellen Repositorium ihrer Hochschule gemäss Schweizer Urheberrechtsgesetz frei zur Verfügung zu stellen.

Rubrik «Fazit»

Sucht Schweiz,
fazit@suchtschweiz.ch

Sabine Dobler, Gerhard Gmel, Markus Meury, Monique Portner-Helfer

Lektorat

Gabriele Wolf, Sandra Bärtschi

Inserate

www.suchtmagazin.ch/inserieren

info@suchtmagazin.ch

ISSN

1422-2221

Kommende Schwerpunkte

Nr. 6/2024 — Aktuelle Themen

Inserateschluss: 25. November 2024
erscheint im Dezember 2024

Nr. 1/2025 — Betroffene

Inserateschluss: 25. Januar 2025
erscheint im Februar 2025

Nr. 2/2025 — Qualität und Wirkfaktoren in der Suchtarbeit

Inserateschluss: 25. März 2025
erscheint im April 2025

Nr. 3&4/2025 — N.N.

Inserateschluss: 25. Juli 2025
erscheint im August 2025

Redaktion & Inserate

info@suchtmagazin.ch
www.suchtmagazin.ch/inserieren

Abonnemente

abo@suchtmagazin.ch

