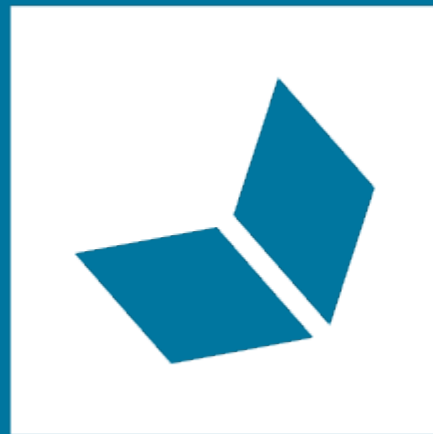


**MACHT FACEBOOK GLÜCKLICH ODER UNGLÜCKLICH?  
BEFUNDE EINER AKTUELLEN SCHÜLERBEFRAGUNG IN RHEINLAND-PFALZ**

Staatskanzlei Rheinland-Pfalz  
24.11.2016



**mainz  
media  
FORUM**



# Schülerbefragung „Always on“

Ergebnispräsentation



# Neue Medien und ihre Folgen...

Schlagzeilen | Hilfe | RSS | Newsletter | Mobil | Wetter | TV-Programm

**SPIEGEL ONLINE NETZWELT**

NACHRICHTEN VIDEO THEMEN FORUM ENGLISH DER SPIEGEL SPIEGEL TV ABO SHOP

Home Politik Wirtschaft Panorama Sport Kultur Netzwelt Wissenschaft Gesundheit einestages Karriere Uni Schule Reise Auto

Nachrichten > Netzwelt > Web > Facebook > Studie: Facebook macht Nutzer unzufrieden und neidisch Login | Registrierung

## Wissenschaftliche Studie: Facebook macht vielen schlechte Laune

Facebook-Nutzung kann zu Frust und Unzufriedenheit führen. So lautet das Ergebnis einer wissenschaftlichen Studie. Hunderte Mitglieder des Netzwerks befragten. Als Grund für die mit den negativen Nachrichten angegebene schlechte Laune gaben die Teilnehmer an, dass sie sich mit anderen verglichen und sich weniger wohl fühlten.



**Yasmin**  
13 Jahre

„Ich darf täglich eine halbe Stunde an den Computer. Dann höre ich mir Musik auf YouTube an.“



**Jule**  
11 Jahre

„Meinen Laptop brauche ich nur für die Schule; das Handy, um meine Eltern anzurufen.“

STUDIE ÜBER FACEBOOK

### Die Neidspirale

Facebook macht neidisch auf das vermeintlich schöne Leben von anderen, sagt eine Studie. Was Abhilfe schafft? Mut zu einer „Loser“-Kampagne!

VON BARBARA DRIBBUSCH



Selbstporträt mit Duckface. Wird gerne mit „Süße, du bist sooooo hübsch!“ kommentiert – und hinterlässt bei anderen Facebook-Freunden Neid. Bild: JoeEsco / photo

BERLIN taz | Man ahnt es schon lange: Facebook kann neidisch machen

Frankfurter Allgemeine Gesellschaft

20.04.2009

Ego-Shooter

## Ballerspiele machen schlau

Angeblich sind sie besser als ihr Ruf: Ballerspiele wie Counterstrike seien gut für Koordination und logisches Denken, sagen Psychologen. Geschickte Spieler würden später gute Chirurgen und reaktionsschnelle Autofahrer. Eine These mit vielen Gegnern.

Von KATHARINA SEKAREVA



Foto: DPA

# Macht uns der Computer dumm?

Der Psychiater Manfred Spitzer warnt vor »digitaler Demenz«; der Medienpsychologe Peter Vorderer hält das für Quatsch. Ein Streitgespräch

**DIE ZEIT:** Herr Professor Vorderer, Sie haben zwei Töchter, die eine ist 13, die andere 17 Jahre alt. **Spitzer:** Medieninstitute machen meist schlechte Studien, weil sie oft von der Computerindustrie beeinflusst sind. **Vorderer:** Ich bin kein Psychiater, sondern Medienpsychologe. Ich habe keine Töchter. **Spitzer:** Sie geben also selbst zu, dass Computerspiele diesen gefährlichen Einfluss haben? **Vorderer:** Ich habe keine Töchter. **Spitzer:** Sie geben also selbst zu, dass Computerspiele diesen gefährlichen Einfluss haben?

Immobilienmarkt Motormarkt Stellenmarkt SZ-Shop Tickets Anzeigen Weitere Angebote Abo & Service E-Paper Login

**Süddeutsche.de** Digital

Politik Panorama Kultur Wirtschaft Sport München Bayern Digital Auto Reise Video mehr Suche

Home Digital Facebook Studie - Attraktive Facebook-Freunde steigern die Beliebtheit

Süddeutsche.de als Startseite einrichten Hinweis nicht mehr anzeigen

24. April 2012 13:51 Studie

## Attraktive Facebook-Freunde steigern die Beliebtheit

# Zielsetzung



## ■ Status quo:

- Zahlreiche hervorragende Studien zur Internetnutzung von Kindern und Jugendlichen
- ABER: Wenig empirische Befunde zu den längerfristigen Wirkungen der Internetnutzung auf die Entwicklung

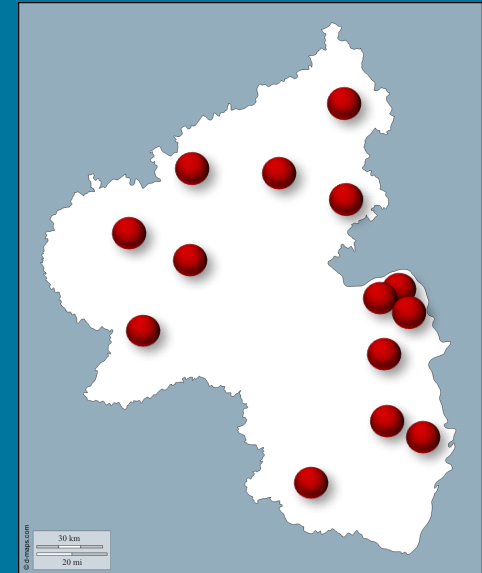
## ▶ Zentrale Ziele der Studie:

- Multi-disziplinäre Perspektive
- Erforschung einer Kohorte im Längsschnitt
- Themen: Sucht, „digitaler Stress“, Einfluss auf psychologische Entwicklung...

# Methode

## ■ Schülerbefragung:

- Gesteuerte Zufallsauswahl von 14 Schulen in Rheinland-Pfalz nach standardisiertem Stratifizierungsplan
- Befragung von Schülerinnen und Schülern der 5. und 10. Klassen
- Geplant: 3 Erhebungswellen im Abstand von je einem Jahr (Welle 2 läuft)



## ▶ Stichprobe der ersten Befragungswelle:

- 1.811 Schülerinnen und Schüler (54% weiblich)
- 11 – 17 Jahre (Mittelwert = 13,1 Jahre)



# „Always on“?

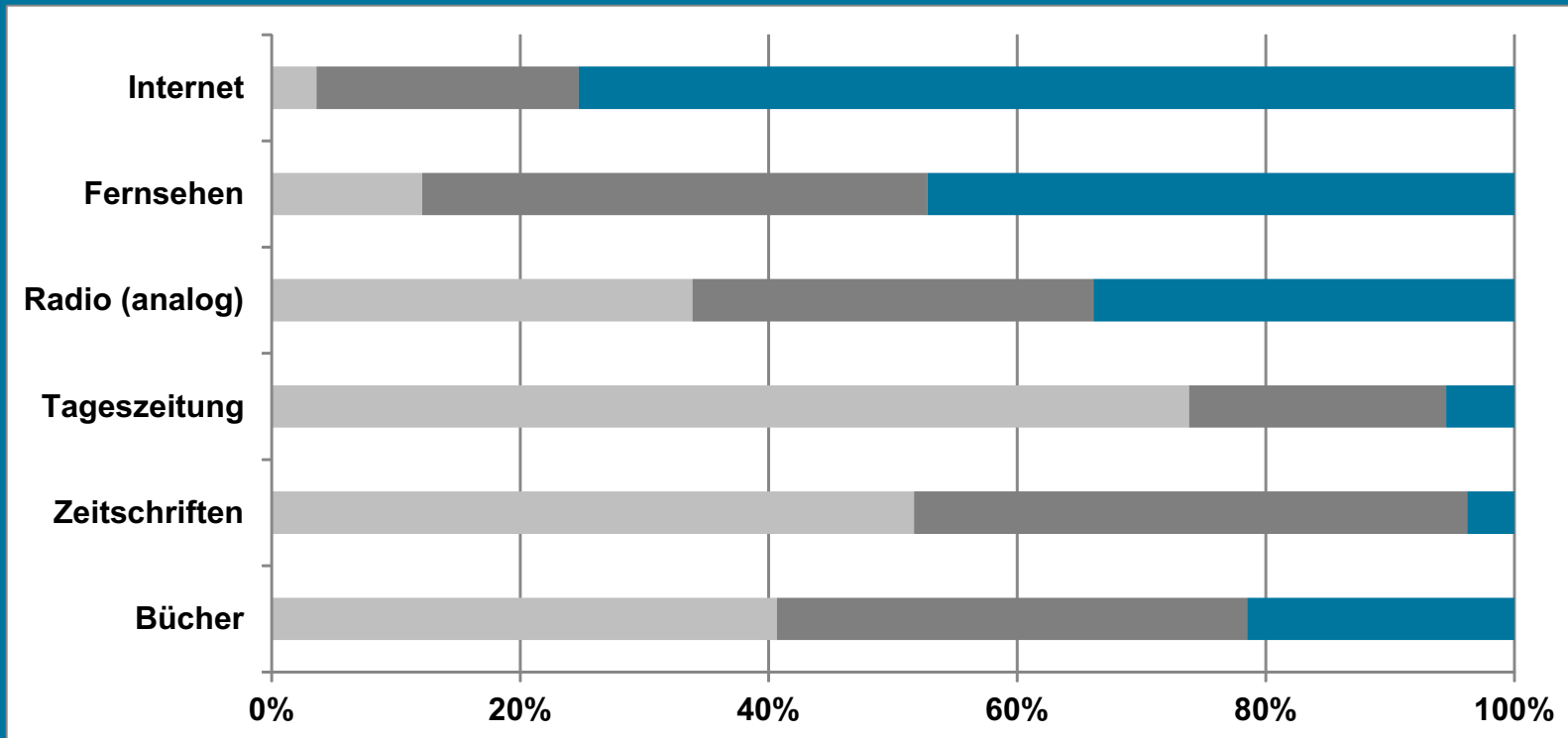
Befunde zum Themenbereich Internetsucht

# Internet als zentrales Leitmedium

nie/selten

mehrmals im Monat

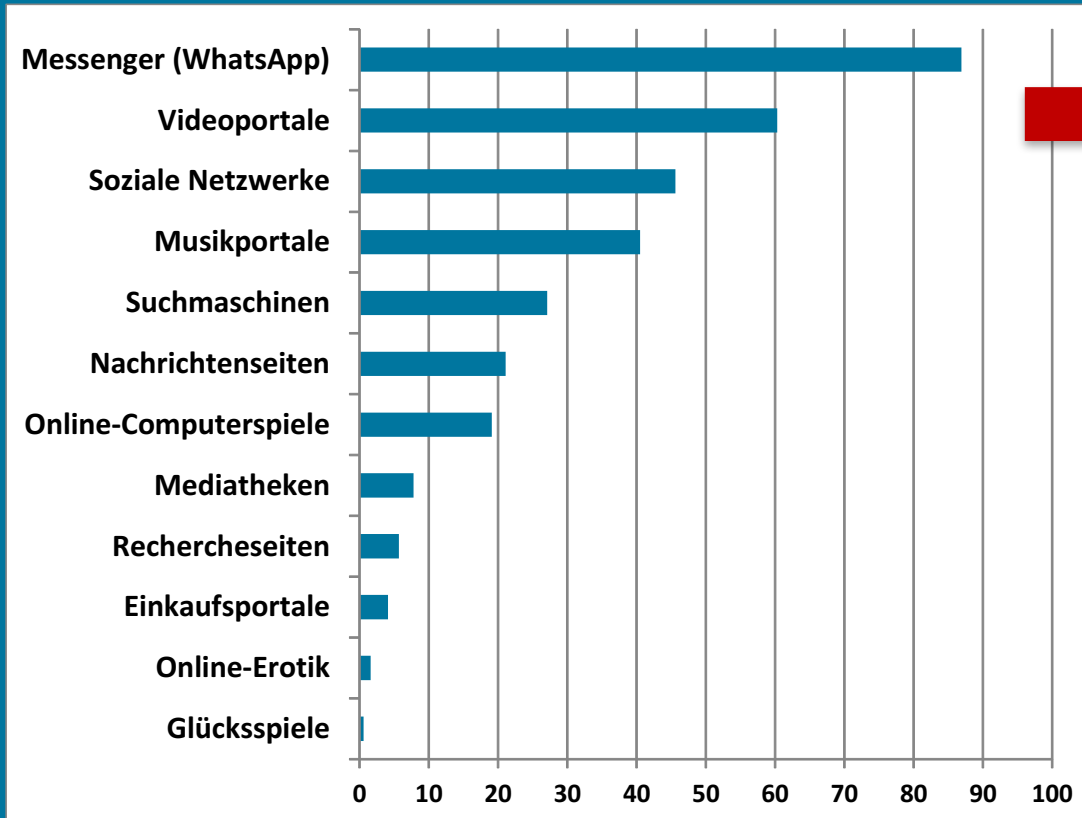
täglich/mehrmals täglich





# „Always on“?

- 82% der Befragten nutzen das Internet **täglich** und verbringen dort im Durchschnitt **3,4 Stunden** pro Tag



Kommunikation und Unterhaltung bilden den Schwerpunkt der Nutzung

Nutzung täglich/mehrmals täglich in %





## Computersucht

[REDACTED]@gmail.com



An: Woelfling, Klaus

Mittwoch, 25. September 2013 11:01

Sehr geehrter Herr Dr. Woelfling

Mein Sohn [REDACTED] (17 geworden) sitzt **nur** noch am Computer, hat im Maerz die Schule abgebrochen, verlaesst nicht das Haus, nur zu wichtigsten Arztterminen, er wiegt mittlerweile 150kg. Ich suche dringend eine Therapie gegen Computer(spiele)Sucht wenn moeglich stationaer, da er zu Hause wieder an den Computer gehen wuerde. Er nimmt von mir keine Belehrung hinsichtlich des Computergebrauchs an.

• Wir wohnen [REDACTED]

Fuer eine hilfreiche Info waere ich dankbar.

mit freundlichem Gruss  
[REDACTED]

Von Samsung-Tablet gesendet

# Diagnosekriterien Computerspielsucht



1. Gedankliches Eingenommensein
2. Entzugssymptomatik
3. Toleranzentwicklung
4. Erfolgreiche Abstinenzversuche
5. Verlust des Interesses an früheren Hobbys und Beschäftigungen
6. Exzessive Nutzung von internetbezogenen Computerspielen trotz bewusster psychosozialer Probleme
7. Lügen über das tatsächliche Ausmaß des Internetcomputerspiels
8. Emotionsregulative Aspekte
9. Eine wichtige Beziehung, Arbeits- oder Ausbildungsstelle aufgrund der Teilnahme an Internetspielen gefährdet

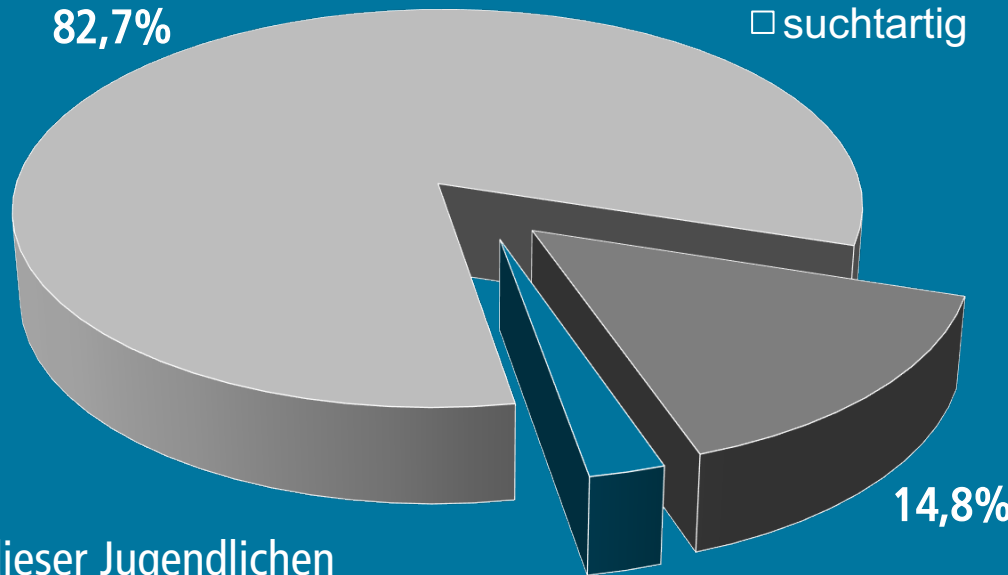
DIAGNOSTIC AND STATISTICAL  
MANUAL OF  
MENTAL DISORDERS  
FIFTH EDITION

DSM-5



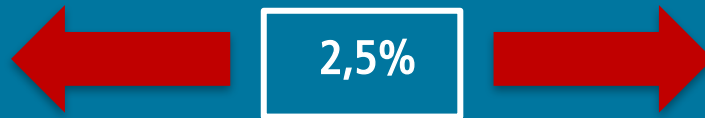
# Wie häufig tritt Internetsucht unter den Jugendlichen auf?

- unauffällig
- gefährdet
- suchtartig



Aktive Nutzungszeiten  
unauffällig: 2,7 Stunden  
gefährdet: 4,9 Stunden  
suchtartig: 6,8 Stunden

70% dieser Jugendlichen berichten über unverhältnismäßige Stressoren im letzten Jahr



3,0% Mädchen  
1,9% Jungen



# Welche Internetinhalte stehen mit einer suchtartigen Nutzung in Zusammenhang?



---

Online Computerspiele

Soziale Netzwerke

---

Online Streaming und Videos

multiple Aktivitäten

---

multiple Aktivitäten

---

„Männlich, einsam, ängstlich und depressiv – Begleiterkrankungen und Risikofaktoren von Internetsucht“

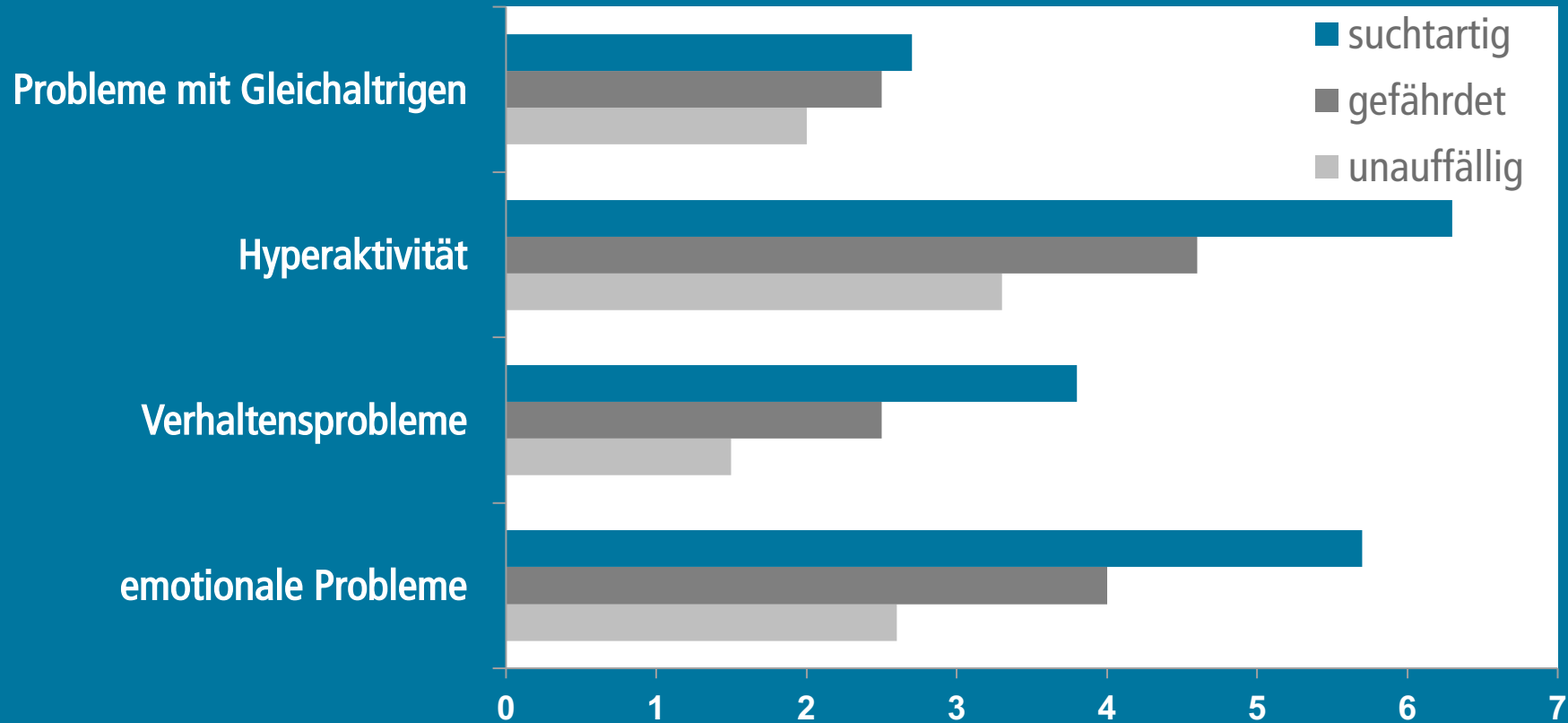
Wölfling, Schabinger, Beutel, Müller, Dreier  
In: Suchttherapie 16 (2015), S. 157-162

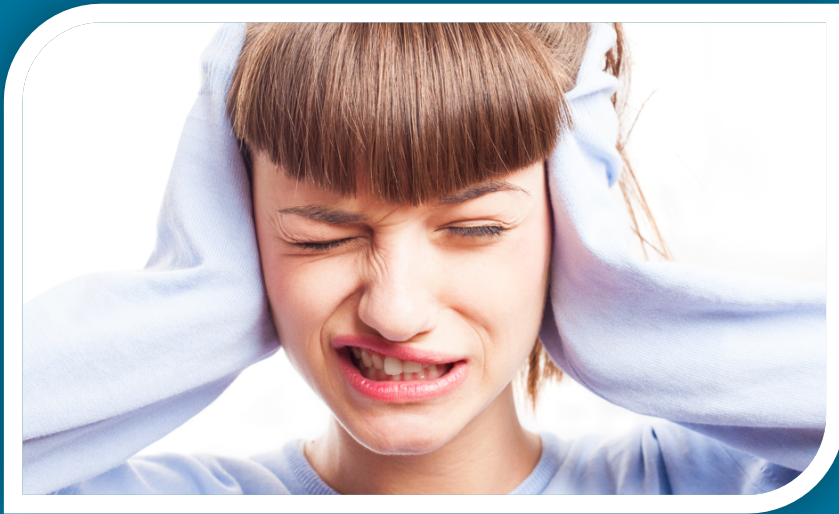
„A hidden type of internet addiction? Intense and addictive use of social networking sites in adolescents“

Müller, Dreier, Beutel, Duven, Giralt, Wölfling  
In: Computers in Human Behavior 55 (2016), S. 172-177



# Sind Jugendliche mit Internetsucht psychisch stärker belastet?





# Ständig unter Strom?

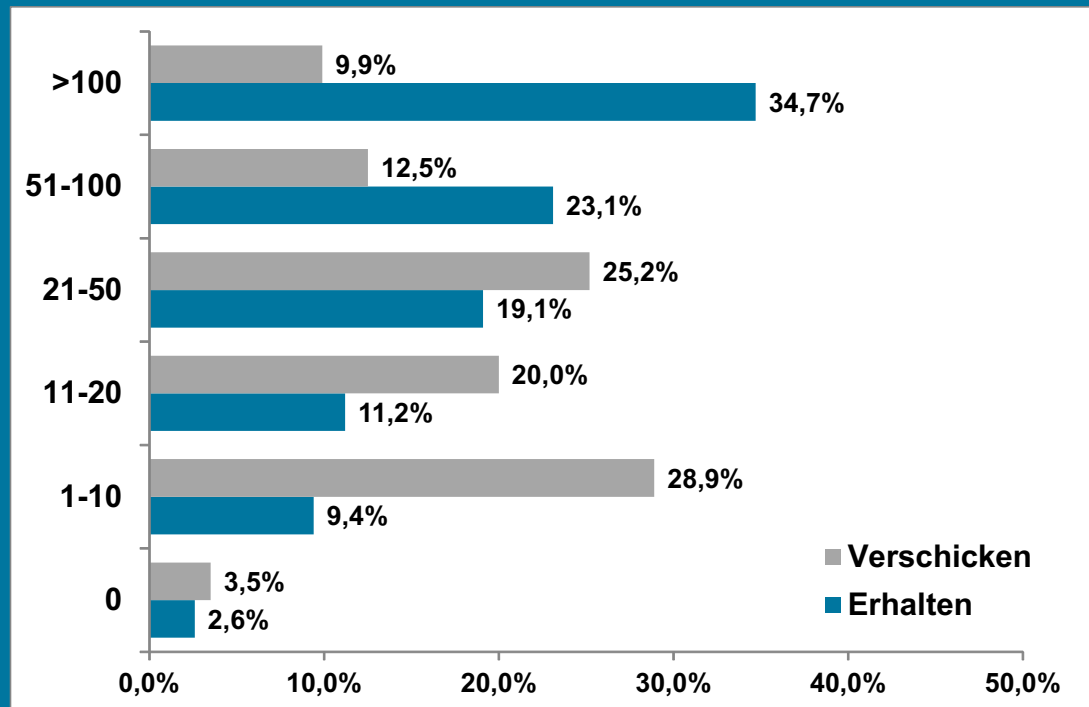
## Befunde zum Themenbereich „digitaler Stress“

Bild: Asierromero / Freepik



# „Communication Load“?

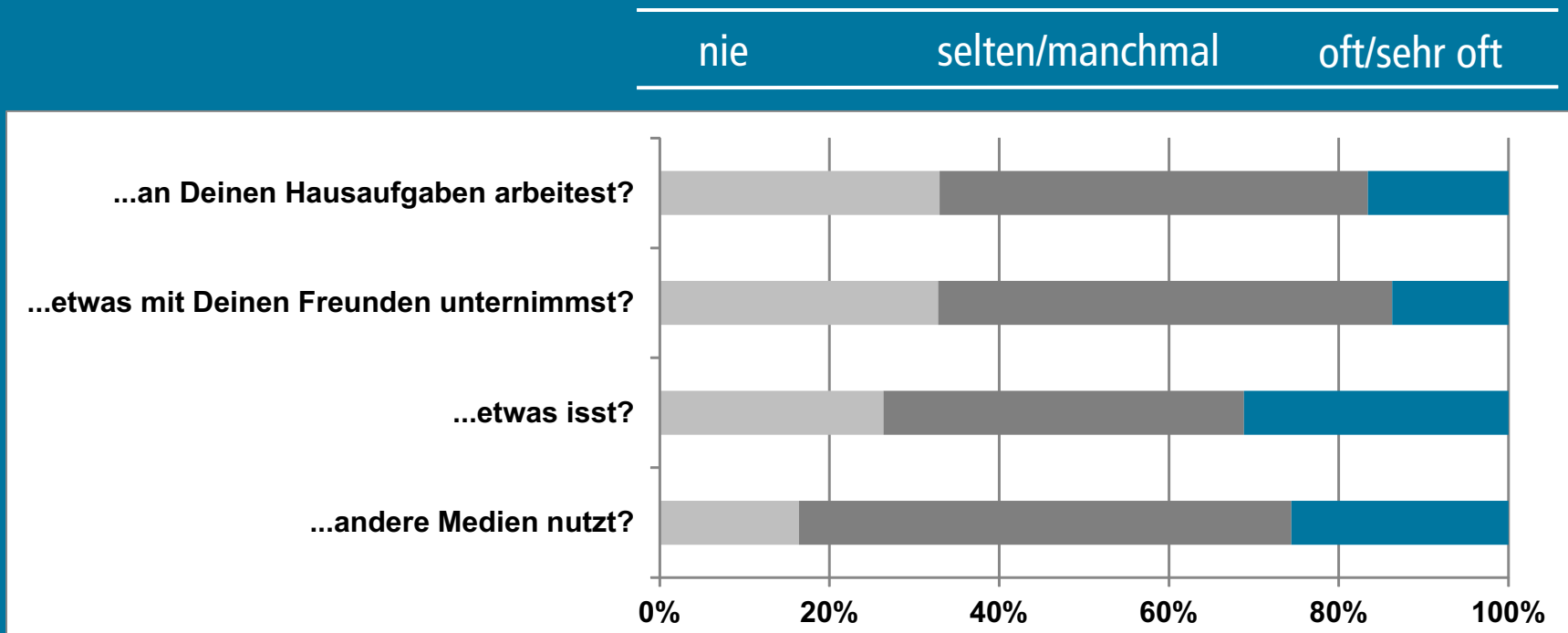
- 96% der Befragten besitzen ein Smartphone
- „Wie häufig pro Tag erhältst/verschickst Du normalerweise Nachrichten über dein Handy oder Smartphone?“





# Internet Multi-Tasking

- „Wie häufig nutzt Du das Internet, während Du gleichzeitig ...“

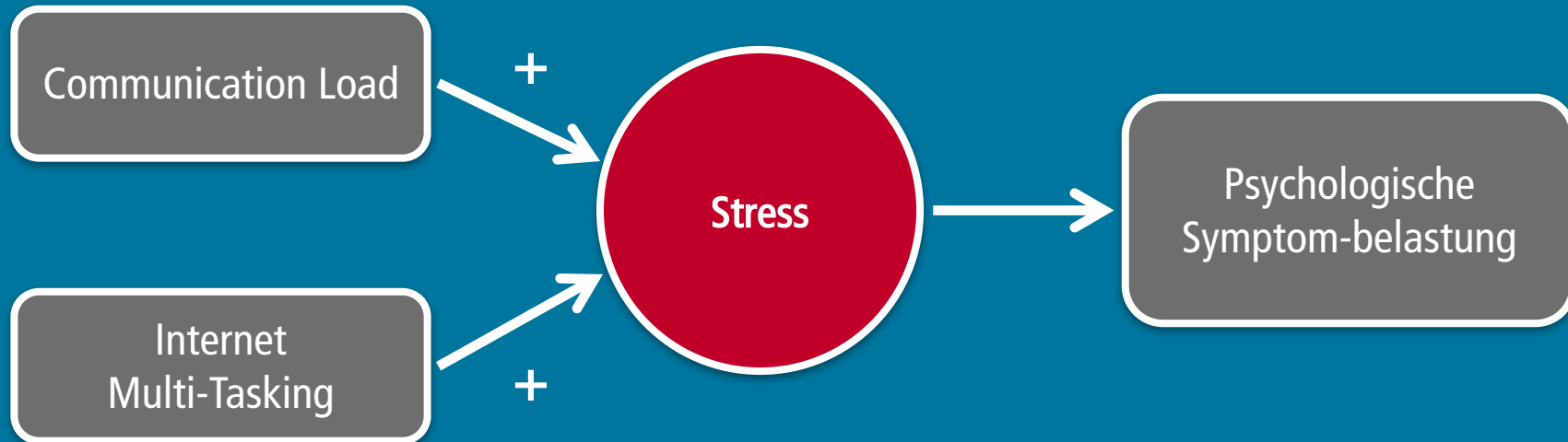






# Folge: „Digitaler Stress“

- Always on-Nutzungspraktiken erhöhen das Risiko für Stress und psychologische Symptombelastung





# Aufwachsen in der „Always on“- Gesellschaft?

Befunde zum Themenbereich Social Media-Nutzung  
und psychologische Entwicklungsaufgaben



# Psychologische Entwicklungsaufgaben

- In der Adoleszenz sind Jugendliche mit einer Vielzahl von Entwicklungsaufgaben konfrontiert (Havighurst, 1972):

**Stil-Orientierung:**  
Individuelle Stil- und  
Identitätsentwicklung

**Beziehungserfahrung:**  
Erste romantische und sexuelle  
Beziehungen

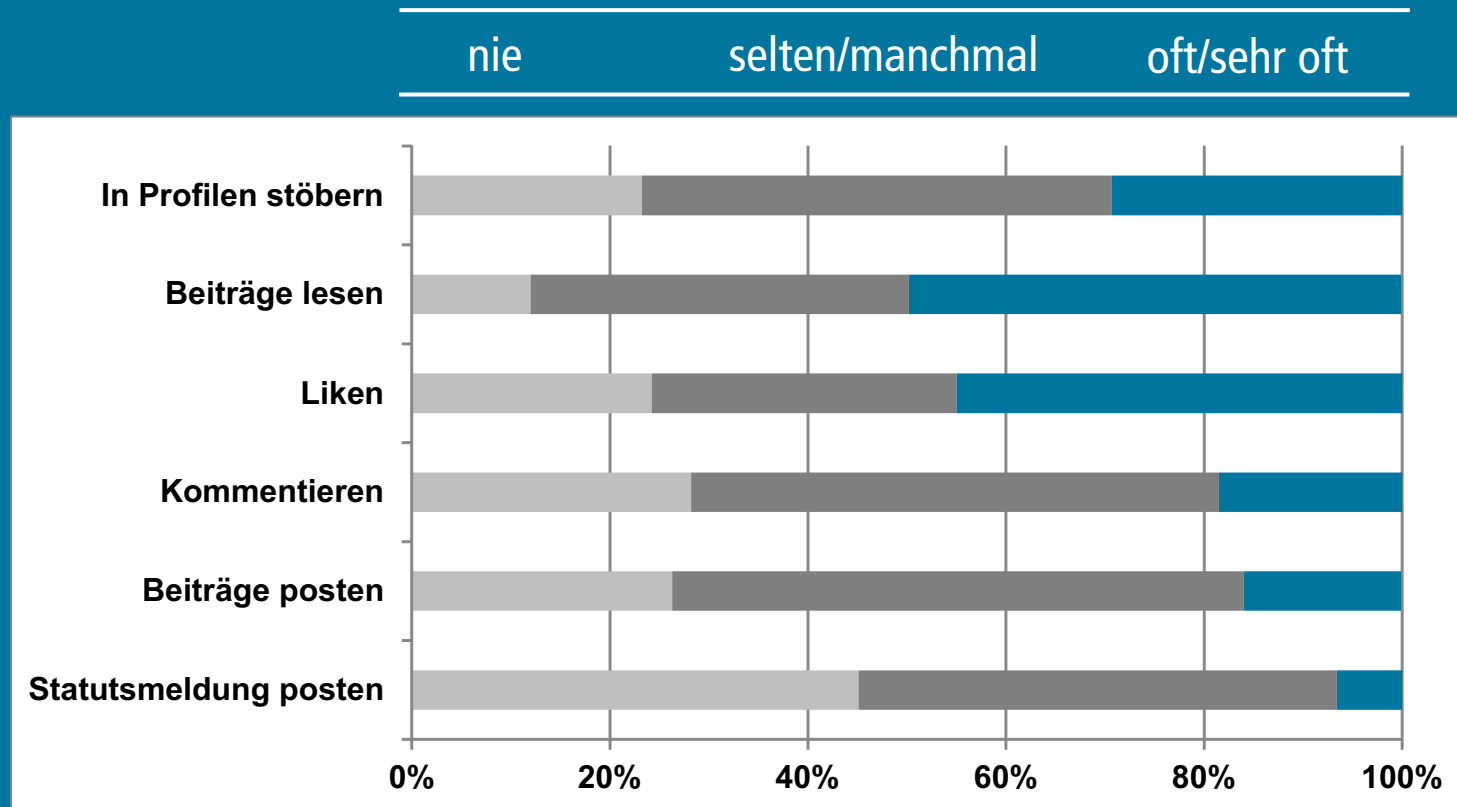
**Geschlechtsrolle:**  
Aneignung/Interpretation  
geschlechtsspezifischer  
Verhaltensweisen

**Autonomie:**  
Abgrenzung von den Eltern, Peers  
als zentrale Bezugsgruppe



# Stellenwert von Social Media

- 75,6% der Befragten nutzen Soziale Netzwerke, 55,6% sogar täglich oder mehrmals täglich





# Entwicklungsaufgaben und Social Media

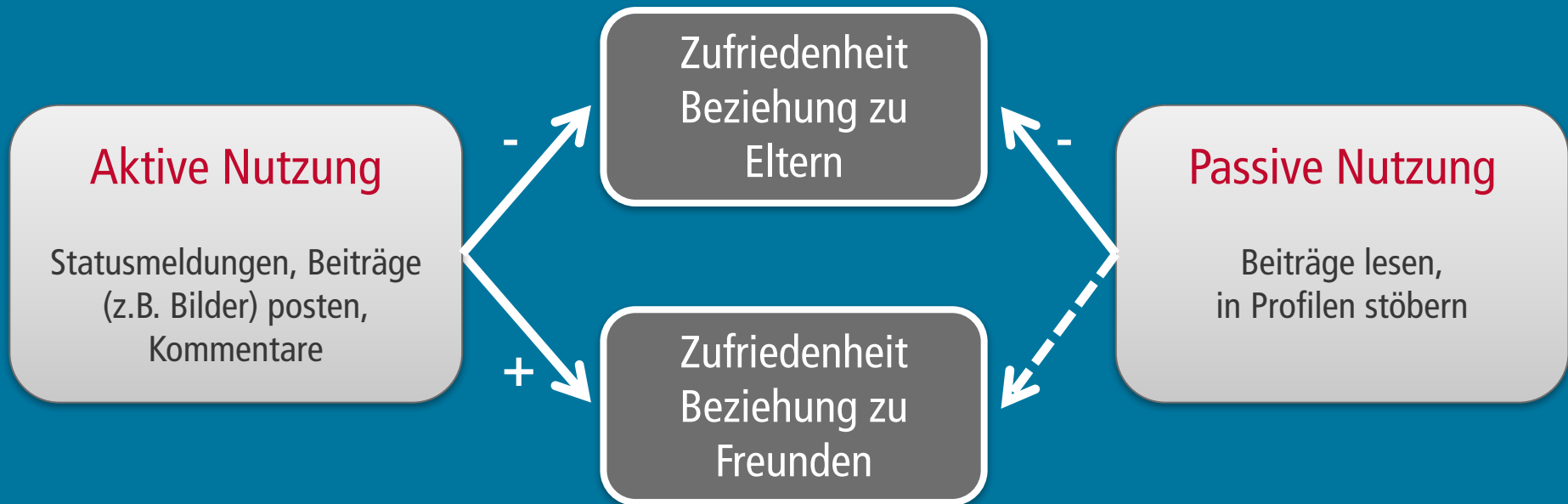
- Soziale Medien haben im Rahmen der psychologischen Entwicklung eine Interaktions- und Orientierungsfunktion





# Entwicklungsaufgaben und Social Media

- Soziale Medien dienen zur Abgrenzung gegenüber den Eltern und zur Beziehungspflege mit den Peers





# Sozialer Vergleich

- **Theorie des sozialen Vergleichs (Festinger, 1954)**
  - Menschen vergleichen sich bezüglich ihrer Fähigkeiten und Einstellungen ständig mit ihrem sozialen Umfeld
  - Findet sowohl online als auch offline statt
  - Zweck: Orientierung und Selbsteinschätzung
  - Kann positive und negative affektive Konsequenzen haben
- **Aufwärts-Vergleich:** Vergleich mit Person, die bezüglich des Vergleichsmerkmals überlegen ist
- **Abwärts-Vergleich:** Vergleich mit Person, die bezüglich des Vergleichsmerkmals unterlegen ist

# Vergleichsprozesse in sozialen Netzwerken

- Preisgabe von Informationen auf dem Profil, durch das Posten von Bildern und Statusmeldungen
- Dabei versuchen Nutzer sich möglichst positiv darzustellen → höhere Frequenz von aufwärts-Vergleichen als offline
- Aufwärts-Vergleiche können negative Folgen haben, z.B. Minderwertigkeitsgefühle, weniger Selbstbewusstsein

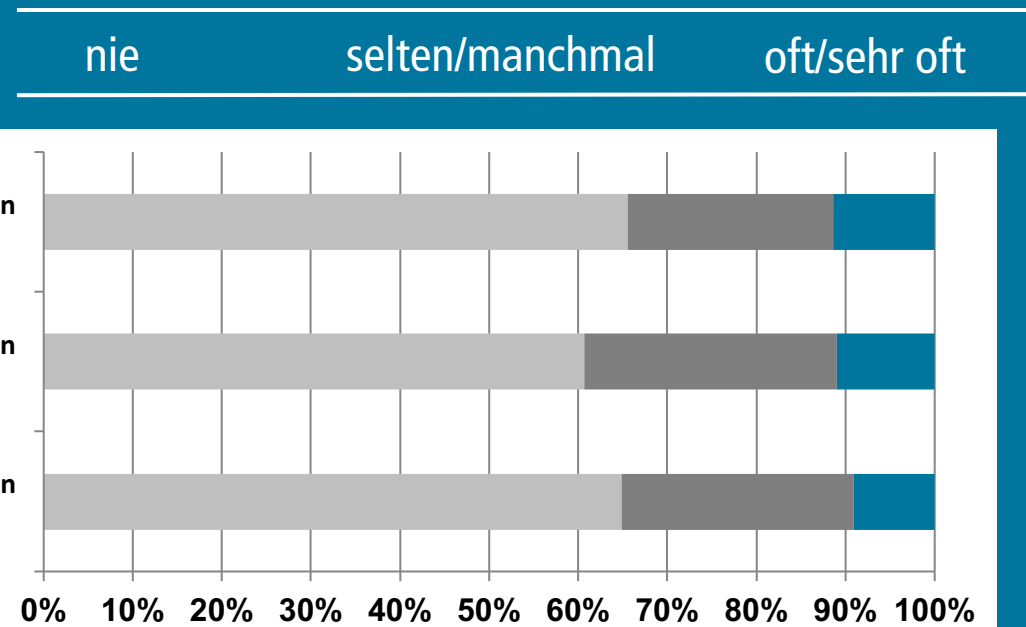


Bild (Junge): Pressfoto / Freepik



# Vergleichsprozesse in sozialen Netzwerken

- Ungefähr ein Drittel vergleicht sich aktiv auf sozialen Netzwerken wie Facebook, Snapchat oder Instagram



# Folgen für die Körperwahrnehmung

- Positives Feedback (Lob, Komplimente) zum eigenen Aussehen auf sozialen Netzwerken erhöhen die Körperzufriedenheit
- Der Vergleich mit anderen (Aussehen, Figur, Kleidung) auf sozialen Netzwerken verringert die Körperzufriedenheit → optimierte Darstellung anderer User frustriert





# Fazit

- Kinder und Jugendliche sind „always on“
  
- ▶ Chancen:
  - Wichtige Impulse und Orientierung für die psychologische Entwicklung
  - Insbesondere Social Media: zentrales Werkzeug der Interaktion mit den Peers und der Abgrenzung von den Eltern
  
- ▶ Risiken:
  - Die „dunkle Seite“ des Faszinationspotenzial von Social Media: Sucht, digitaler Stress, sozialer Druck
  - Desorientierung statt Lebenshilfe: Sozialer Vergleich und falsche Vorbilder

Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!

**MACHT FACEBOOK GLÜCKLICH ODER UNGLÜCKLICH?  
BEFUNDE EINER AKTUELLEN SCHÜLERBEFRAGUNG IN RHEINLAND-PFALZ**

Staatskanzlei Rheinland-Pfalz  
24.11.2016



**mainz  
media  
FORUM**