Ständig online

Wie sich die Kommunikation unter Jugendlichen durch das Social Web verändert und die heutigen Jugendlichen zu den ersten digitalen Natives unserer Zeit werden ließ.

Jugendliche, die auf der Straße gehend nicht den Blick von ihrem Smartphone lassen können, Schülergruppen, die zusammensitzen und sich gleichzeitig Textnachrichten mit anderen, die weit weg sind, hin- und herschicken. Kinder, die in öffentlichen Verkehrsmitteln auf Displays starren ohne die Umgebung dabei wahrzunehmen. Dies sind heute vertraute Bilder, da die Technik zum ständigen Begleiter der Jugendlichen geworden ist. Das sind die Digital Natives 2.0. Die heutige Jugend ist die erste Generation, die mit mobilem Internet und in sozialen Online-Netzwerken aufwächst. Das Alter, in dem Kinder das erste Handy bekommen, ist in den vergangenen Jahren stetig gesunken, die mobile Internetnutzung nahm währenddessen rasant zu. Rund 97 % aller Jugendlichen besitzen ein Smartphone, 92 % mit Internetzugang. Das von Jugendlichen am häufigsten verwendete Soziale Online-Netzwerk ist derzeit der Messenger-Dienst WhatsApp.

Heutige Jugendliche sind die ersten Digital Natives

Online- & Offline: nicht mehr zu trennen

Erinnert man sich zurück an die Zeiten, wo es noch keine Mobiltelefone und kein Internet gab, so wurden früher gerne Brieffreundschaften gepflegt und Treffen lange im Voraus geplant. Heute ist durch die digitalen Medien eine Kommunikation in Echtzeit möglich. Für Jugendliche sind heutzutage die „*Online-Welt*“ und die „*Offline-Welt*“ nicht mehr voneinander zu trennen. Besonders soziale Online-Netzwerke stellen Plattformen dar, um Erlebtes, Gedachtes und Gefühltes auszudrücken und für andere zugänglich zu machen. Sie werden von Jugendlichen zur Selbstdarstellung benützt, um sich im Identitätsentwicklungsprozess zu positionieren.

Der Kommunikationstrend „*FOMO*“

Ein neuer Kommunikationstrend, der sich in den letzten Jahren durch die Präsenz der digitalen Medien unter Jugendlichen etabliert hat, wird in der Fachsprache „*FOMO*“ (Fear Of Missing Out)* genannt. Dieser Begriff beschreibt die zwanghafte Sorge unter Jugendlichen, eine soziale Interaktion, eine ungewöhnliche Erfahrung oder ein anderes befriedigendes Ereignis zu verpassen und nicht mehr auf dem Laufenden zu bleiben. Denn zunehmend haben sich Verhaltensrichtlinien unter Jugendlichen etabliert, wo voneinander erwartet wird, dass auf Nachrichten sofort geantwortet wird.

Entwicklungspsychologisch betrachtet ist es in der Lebensphase Jugend, durch den zunehmenden Ablösungsprozess von den primären Bezugspersonen in der Familie, besonders entscheidend in die Peergroup (Gleichaltrigengruppe) eingebunden zu sein. Für viele Jugendliche ist es dabei sehr wichtig, immer zu wissen, was jedes Mitglied der Peergroup gerade macht und die Angst vor einem möglichen Ausschluss aus dem Kommunikationsprozess in der Gruppe steigt dadurch merklich. Das Bedürfnis Jugendlicher immer am neuesten Stand zu sein, kann zu einem enormen Kommunikationsdruck und in weiterer Folge zu einer exzessiven und unkontrollierten Nutzung von digitalen sozialen Medien führen. Dieser ständige Druck erreichbar sein zu müssen sollte mit großem Bedenken gesehen werden, da dadurch wichtige Identitätsentwicklungsprozesse erschwert werden. Zum einen, weil andere wichtige Bereiche wie Schule, Ausbildung, Zeit mit der Familie oder eigene Hobbies verdrängt oder gestört werden und zum anderen, weil es diese Zeiträume nur für sich selbst, ohne äußere Einflüsse, immer seltener gibt.

Das Phänomen „*Cybermobbing*“

Ein weiteres Risiko ist das Phänomen „*Cybermobbing*“. Cybermobbing kann in Form von Beleidigungen, Bedrohungen und Erpressungen, sozialem Ausschluss sowie dem Verbreiten von Lügen oder Geheimnissen über das Opfer in Erscheinung treten. Cybermobbing gibt es aber auch in Form von betrügerischem Auftreten, wo Täter durch Hacken der Zugangsdaten von Profilen der Opfer aus handeln und manipulierte Nachrichten an andere schicken. Im Vergleich zum herkömmlichen Schulmobbing gehen die Täter beim Cybermobbing noch skrupelloser und brutaler vor. Dieses Verhalten wird mit der Abwesenheit der physischen Präsenz des Gegenübers als fehlendes direktes Feedback in Verbindung gebracht.

Gefahr der enthemmteren Reaktionen

Außerdem besteht online eher die Gefahr, dass Jugendliche enthemmter reagieren, da sie sich online

sicherer oder stärker fühlen. Da eben die direkte Reaktion in Form des Gesichtsausdrucks oder anderer körpersprachlicher Elemente fehlt, kann es oft zu Fehleinschätzungen oder Grenzüberschreitungen kommen. Emotionen und Gefühle werden versucht, mithilfe von unterschiedlichen Smilys oder Emojis (Bildschriftzeichen) auszudrücken, wobei es auch hier zu Missverständnissen bei der Interpretation kommen kann.

Gefahr der Veröffentlichung des Privatlebens

In virtuellen Welten passiert oftmals eine Art *„veröffentlichtes Privatleben“*, was in vielen Fällen Eifersucht und Misstrauen in zwischenmenschlichen Beziehungen - besonders in Paarbeziehungen - fördern kann. Die ständige Verfügbarkeit und das Offenlegen des Privatlebens führen nicht selten zu gegenseitiger Kontrolle. Jeder schaut beim anderen ständig nach, wann sie oder er zuletzt online waren. Die Kontrolle über den Online-Status des anderen ist ein Klassiker. Und wer sucht, der findet: Plötzlich ist der andere bei WhatsApp online, obwohl er doch behauptete, zu der Zeit mit seiner Mutter im Kino zu sein. Oder was hat es zu bedeuten, wenn der andere mitten in der Nacht auf sozialen Netzwerken aktiv ist? Auch Facebook, Instagram und Snap Chat bieten einen guten Nährboden für Spekulationen: *„Was hat er geliked? Warum? Woher…?“*

Social Web: Vorteile und Chancen

Es sollte aber auch erwähnt werden, dass die Kommunikation im Social Web durchaus auch Vorteile und Chancen bringen kann. Sozial eher unsicheren Jugendlichen kann eine Möglichkeit geboten werden, mit anderen in Kontakt zu treten, da in einem als sicherer wahrgenommenen Raum die nötige Zeit für die Formulierung der Antwortnachrichten vorhanden ist.

Betrachtet man den Wandel unserer Gesellschaft in Richtung Auflösung fester Strukturen, Traditionen und Gemeinschaften sowie zunehmende Mobilität und häufigerem Wohnungswechsel, können durch die Möglichkeit der einfachen Vernetzung übers Internet bestehende Freundschaften oder Familienbindungen auch über eine weitere Distanz hinweg aufrecht erhalten werden. Auch Jugendliche aus ländlichen und abgeschiedenen Regionen haben nun, im Vergleich zu früher, eher die Chance jugendkulturell angebunden zu sein.

Durch den zuvor erwähnten Wandel unserer Gesellschaft wird vom Menschen zunehmend eine vermehrte Flexibilität, also die Bereitschaft sich auf etwas Neues einzulassen, erwartet. Dadurch hat es auch an Bedeutung gewonnen, sich mit anderen zu vernetzen, sich Gruppen zuzuordnen und sich *„soziales Kapital*[1]“ aufzubauen. Studien zufolge kann mithilfe von sozialen Online-Netzwerken das *„soziale Kapital“* erhöht werden, was im Hinblick auf den Informationsaustausch im schulischen oder beruflichen Bereich Vorteile bringen kann.

© 2017 Pixabay / marcino

Verbindung zur psychotherapeutischen Arbeit mit Jugendlichen

In der psychotherapeutischen Arbeit mit Jugendlichen wird es immer relevanter die Erlebnisse, Erfahrungen und emotionalen Konflikte, die „*online*“ im virtuellen Raum gemacht werden in den therapeutischen Prozess mit einzubeziehen, da in der gegenwärtigen Gesellschaft das Social Web zu einem wesentlichen Sozialisierungs- und Interaktionsraum für Jugendliche geworden ist. Dennoch empfinde ich es persönlich als sehr wichtig, die Jugendlichen einerseits für mögliche Gefahren des Social Webs zu sensibilisieren und auch zu vermitteln, dass gewisse, bewusst gewählte Zeiträume geschaffen werden sollten, in denen das Handy oder der PC ausgeschaltet wird.

Somit kann zum Beispiel einer anderen Person das Gefühl vermittelt werden, sich wirklich Zeit zu nehmen und ihr mit ungeteilter Aufmerksamkeit zu begegnen.

Quellen:

- Keupp, Heiner (2004). Sich selber finden – Identitätskonstruktionen heute und welche Ressourcen in Familie und Gesellschaft sie benötigen.
- Katzer, Catarina (2014). Cybermobbing. Wenn das Internet zur Waffe wird. Berlin: Springer Spektrum
- Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (2016). JIM 2016. Jugend, Information, (Multi-)Media Basisuntersuchung zum Medienumgang 12 bis 19-Jähriger
- Wampfler, Philippe (2014). Generation „Social Media“. Wie die digitale Kommunikation Leben, Beziehungen und Lernen Jugendlicher verändert. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht
- Borg-Laufs, Michael (Hg.) (2015). Soziale Online-Netzwerke in Beratung und Therapie. Tübingen: dgvt- Verlag
- Knop, K. / Schmitt, D. / Vorderer, P. (2015). Mediatisierung mobil. Handy- und Internetnutzung von Kindern und Jugendlichen – Zusammenfassung.

*Knop et al. 2015 u. Wampfler 2014

[i] „Das Sozialkapital ist die Gesamtheit der aktuellen und potenziellen Ressourcen, die mit dem Besitz eines dauerhaften Netzes von mehr oder weniger institutionalisierten Beziehungen gegenseitigen Kennens oder Anerkennens verbunden sind; oder anders ausgedrückt, es handelt sich dabei um Ressourcen, die auf der Zugehörigkeit zu einer Gruppe beruhen.“ (Bordieu 1983: 190f.)

Tina Hirsch, MSc
Psychotherapeutin
Ergotherapeutin

Peinherrweg 4,
4060 Leonding
Tel.: 0664 5726209
praxis.hirsch@gmx.at

Autorin