

## KERNAUSSAGEN DER MATERIALIEN

### Liebe Eltern, liebe Vertrauenspersonen!

In einer Zeit, in der Smartphones und soziale Netzwerke fest im Alltag verankert sind, ist es aus pädagogischer Sicht essenziell, junge Menschen sicher und kompetent in dieser digitalen Landschaft zu begleiten. Ein reflektierter und bewusster Umgang mit diesen Technologien trägt maßgeblich zur Stärkung der psychischen Resilienz und zur gesunden Identitätsentwicklung bei.

Mit diesem Infoblatt möchten wir Ihnen kompakte und leicht verständliche Informationen bieten, die Sie in Ihrer verantwortungsvollen Rolle als Begleiter:innen unterstützen. Wir hoffen, dass Sie hierdurch wertvolle Anregungen und neue Perspektiven gewinnen.

### LEBENSWELT SOCIAL MEDIA: AGIERENDE UND HERAUSFORDERUNGEN\*:

1. Resilienzförderung ist wesentlich, um Kinder und Jugendliche in ihrem Selbstbild und ihren möglichen Bewältigungsstrategien zu stärken, damit sie Herausforderungen (auch im Umgang mit Social Media) bewältigen, Selbstwirksamkeit erfahren und sich in ihrer Rolle als aktive Gestalter:innen gestärkt sehen.
2. Social Media-Plattformen verwenden gezielte Strategien, wie personalisierte und emotionale Inhalte sowie interaktive Elemente, um die Aufmerksamkeit, Verweildauer und Bindung der Nutzer:innen zu erhöhen.
3. Überzeugungsprinzipien wie künstliche Verknappung und Influencer-Marketing sind auf Social Media-Plattformen weit verbreitet, um das Nutzungsverhalten zu beeinflussen.
4. Nutzungsroutinen auf Social Media, wie das regelmäßige Überprüfen von Benachrichtigungen oder das endlose Scrollen, haben sich oft unbewusst eingeschlichen und prägen das tägliche Verhalten der Nutzer:innen.
5. Der Umgang mit sozialen Medien kann Stressfaktoren wie Informationsüberflutung und ständige Erreichbarkeit mit sich bringen. Die Einstellung zu Herausforderungen hat Auswirkungen auf das eigene Belastungserleben und kann aktiv verändert werden.
6. Heranwachsende sind in Sozialen Medien häufig mit problematischen Inhalten wie Fake News, Polarisierung, Cybermobbing oder visuellen Gewaltdarstellungen konfrontiert.
7. Heranwachsende können als aktive Teilnehmer:innen im digitalen Raum auftreten und Einfluss auf die öffentliche Meinung inkl. Marktgeschehen und Konsumtrends ausüben.



\* Die hier aufgeführten Kernaussagen bilden die Essenz jedes Kapitels unseres Lehrmaterials. Für einen vertieften Einblick laden wir Sie ein, die vollständigen Kapitel unter [www.mediasmart.de/resilienz](http://www.mediasmart.de/resilienz) kostenlos herunterzuladen.