

Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg

Fakultät Wirtschaft und Soziales

Department Soziale Arbeit

Bachelor Soziale Arbeit

Jugend und Freundschaft in Zeiten sozialer Medien

Inwiefern soziale Medien und digitale Kommunikation die Beziehungen Jugendlicher beeinflussen und welche Auswirkungen dies auf ihre psychosoziale Entwicklung hat

Bachelor-Thesis

Tag der Abgabe: 12.06.2025

Vorgelegt von: Mailin Schunk

Matrikel-Nr.: [REDACTED]

Adresse: [REDACTED]

Betreuender Prüfer: Prof. Dr. Gunter Groen

Zweite Prüferin: Prof. Dr. Bettina Radeiski

Danksagung

An dieser Stelle möchte ich mich von ganzem Herzen bei allen Menschen bedanken, die mich bei dieser Bachelorarbeit unterstützt und begleitet haben.

Danke an meine Betreuer:innen Gunther Groen und Bettina Radeiski, deren Hilfe, Begleitung und gute Ratschläge mir sehr geholfen haben und mir viel Sicherheit gegeben und Ängste genommen haben.

Vielen Dank auch an meine WG, in alter und in neuer Konstellation, die mein Studium und meine Bachelorarbeit über immer für mich da waren und mich durch gute und schlechte Zeiten, mit vielen Tassen Tee und Kaffee begleitet haben, ihr seid die Besten!

Danke an LT, LS., PZ. und AD, mit denen zusammen ich viele Stunden gemeinsam mit dem Schreiben unserer Bachelorarbeiten verbracht habe, die dabei viele Fragen beantworten und Stress nehmen konnten und jederzeit für eine gute Ablenkung da waren.

Ein sehr großer Dank geht an MS-M, LT und LS, die diese Bachelorarbeit gewissenhaft und mit fachlicher Strenge Korrektur gelesen haben und sich mit Feedback nicht zurückgehalten haben, obwohl sie alle selbst gerade mit ihrer Bachelorarbeit zu tun hatten. Danke vor allem an LT und LS für die Nachschicht zum Korrekturlesen, ein letztes Mal Studi-Core mit euch!

Vielen Dank auch an meine Eltern, die mich in meinem Studium unterstützt haben und ebenfalls gewissenhaft meine Bachelorarbeit Korrektur gelesen haben, obwohl sie vom Thema keine Ahnung hatten.

Ein riesiges Dank an alle, die hier nicht genannt wurden, aber mich auf verschiedenste Weise immer wieder im Studium, beim Schreiben und einfach im Leben nebenbei unterstützt haben, Freund:innen, Kommiliton:innen, Dozent:innen und Familie, danke euch allen!

Viel Freude beim Lesen!

Inhaltsverzeichnis

Abbildungsverzeichnis

1. Einleitung.....	1
2. Grundlagen der Entwicklungspsychologie bezüglich der psychosozialen Entwicklung und Peerbeziehungen Jugendlicher	3
2.1. Zu Entwicklungsaufgaben und Identitätsentwicklung des Jugendalters	3
2.2. Bedeutung von Gleichaltrigen in der psychosozialen Entwicklung Jugendlicher	6
3. Soziale Medien	10
3.1. Mediennutzung durch Jugendliche	10
3.2. Mechanismen sozialer Medien und ihrer Akteur:innen.....	12
3.2.1.Mechanismen durch Plattformbetreiber sozialer Medien zur Maximierung des Nutzer:innenverhaltens	13
3.2.2.Exkurs: Die Rolle von Influencer:innen und parasozialen Beziehungen	15
3.3. Merkmale sozialer Medien und Transformation Framework	16
4. Einfluss sozialer Medien auf die Beziehungen und die psychosoziale Entwicklung Jugendlicher.....	19
4.1. Einfluss von sozialen Medien auf die Freundschaftsbeziehungen Jugendlicher.....	19
4.1.1.Bestehende Beziehungen	19
4.1.2.Erweiterung des sozialen Netzes.....	22
4.2. Auswirkungen auf psychosoziale Entwicklung.....	25
4.2.1.Intrapersonelle Identitätsentwicklung.....	27
4.2.2.Interpersonelle Identitätsentwicklung.....	28
4.2.3.Selbstwert	30
4.2.4.Soziale Entwicklung	32
5. Neue Herausforderungen durch soziale Medien und Implikationen für die Soziale Arbeit	34
5.1. Risikoverhalten	34
5.2. Cybermobbing	35
5.3. Fear Of Missing Out (FOMO).....	36
5.4. Art und Umfang des Medienkonsums	37
5.5. Implikationen für die Soziale Arbeit.....	40
6. Schlussbetrachtung	41
Literaturverzeichnis.....	45
Eidesstattliche Erklärung.....	51

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1:	Identitätsentwicklung auf intrapersoneller und interpersoneller Ebene im Kontext sozialer Medien.....	26
---------	---	----

1. Einleitung

Soziale Medien und digitale Kommunikation prägen seit Jahren zunehmend den Alltag von Jugendlichen und lassen sich aus diesem inzwischen kaum noch wegdenken. Plattformen wie TikTok, Instagram und Snapchat werden zur Freizeitgestaltung und Kommunikation genutzt und beeinflussen dadurch maßgeblich die Art und Weise, wie Jugendliche Beziehungen gestalten und soziale Interaktionen erleben. Schon seit einigen Jahren gelten Jugendliche als Teil einer Generation, die im öffentlichen und wissenschaftlichen Diskurs heute oft als „Digital Natives“ (Schlichting 2024, S. 45) betitelt werden. Damit wird diese Generation in Kontrast zu älteren Generationen gestellt, die als „Digital Immigrants“ (ebd.) unter anderen Bedingungen aufgewachsen sind. Dabei wird davon ausgegangen, dass dieser Paradigmenwechsel – ausgelöst durch das Vordringen digitaler Technologien in alle Lebensbereiche – eine neue und veränderte Erfahrungswelt geschaffen werden würde. Durch die Sozialisation Jugendlicher in dieser neuartigen Lebenswelt wirkt sich auf ihre Entwicklung, Wahrnehmung und ihr Verhalten aus (vgl. ebd., S. 45f.).

Dies stellt sowohl die Soziale Arbeit als auch Bildungs- und Erziehungsinstanzen vor neue Herausforderungen. Fachkräfte und Einrichtungen sind gefordert, sich an die veränderte Lebenswelt ihrer Klient:innen anzupassen. Die intensive Nutzung sozialer Medien kann positive und negative Auswirkungen haben, sie bietet neue Chancen, aber auch neue Herausforderungen. Angesichts der zunehmenden Digitalisierung von Freizeitgestaltung, Peerbeziehungen und sozialen Interaktionen müssen die dadurch entstehenden Entwicklungen durch die Fachkräfte verstanden werden, um ihr fachliches Arbeiten dementsprechend anzupassen, sowie geeignete pädagogische und notwendige präventive Maßnahmen entwickeln zu können.

Das Thema der sozialen Medien und ihrer Auswirkungen auf die Peerbeziehungen und die Entwicklung Jugendlicher werden bereits in verschiedenen wissenschaftlichen Disziplinen erforscht. Es gibt bereits zahlreiche Studien, die den Einfluss und die Auswirkungen sozialer Medien aus pädagogischer, soziologischer, psychologischer, philosophischer und medizinischer Perspektive erforschen. So entstand zudem im Laufe der Zeit das neue Feld der Medienpädagogik, welches sich speziell mit der Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen und den notwendigen Kompetenzen dafür auseinandersetzt. Andere Disziplinen beschäftigen sich mit den sozialen, psychologischen und körperlichen Auswirkungen der Mediennutzung. So zeigen viele Studien Veränderungen in den Interaktionen und der Entwicklung.

Im Rahmen dieser Arbeit sollen unter Berücksichtigung verschiedener Perspektiven, die aus Sicht der Sozialen Arbeit relevanten Erkenntnisse erforscht und erörtert werden. Ziel ist hierbei

die differenzierte Beantwortung der Fragestellung: *Inwiefern soziale Medien und digitale Kommunikation¹ die Peerbeziehungen Jugendlicher beeinflussen – und welche Auswirkungen dies schließlich auf ihre psychosoziale Entwicklung hat.*

Diese Arbeit ist als Literaturarbeit konzipiert, zur Beantwortung der Fragestellung wird also eine systematische Analyse der vorhandenen Forschungen und wissenschaftlichen Literatur genutzt. Dieses Format ermöglicht eine fundierte theoretische Auseinandersetzung mit sozialen Phänomenen und eine kritische Analyse vorhandener Forschungsergebnisse. Durch die Vielzahl an relevanten wissenschaftlichen Texten zu dem Thema erscheint diese Art der Betrachtung sinnvoll, indem vorhandene Literatur und Forschungen analysiert und in Zusammenhang miteinander gesetzt werden. Dadurch kann ein ausführlicher Überblick über das Thema der Fragestellung präsentiert werden.

Der Text gliedert sich in sechs verschiedene Kapitel, wobei vier Kapitel den thematischen Hauptteil ausmachen. Nachdem das erste Kapitel an dieser Stelle in die Arbeit einleitet, wird im zweiten Kapitel der entwicklungspsychologische theoretische Rahmen abgesteckt. Dabei wird unter Berücksichtigung verschiedener theoretischer Ansätze das Konzept der Entwicklungsaufgaben mit dem Fokus auf die psychosoziale Entwicklung und die Identitätsentwicklung erläutert, sowie die Bedeutung Gleichaltriger in diesem Kontext. Das dritte Kapitel beschäftigt sich näher mit dem Thema der sozialen Medien, es wird dabei unter anderem auf die Mediennutzung Jugendlicher und die Mechanismen sozialer Medien eingegangen, wobei als Exkurs auch der Einfluss von Influencer:innen thematisiert wird. Zudem werden auf besondere Merkmale sozialer Medien eingegangen. Diese beiden Kapitel bilden die theoretische Grundlage für die folgenden Kapitel und sollen ein tieferes Verständnis über die psychosoziale Entwicklung Jugendlicher, sowie die Relevanz, die Funktionsweise und die Besonderheiten sozialer Medien liefern. Im vierten Kapitel werden diese Erkenntnisse der ersten beiden Hauptkapitel genutzt, um sich der Beantwortung der Frage zu widmen, inwiefern soziale Medien und digitale Kommunikation die Peerbeziehungen Jugendlicher beeinflussen und welche Entwicklungen dies auf ihre psychosoziale Entwicklung hat. Hierbei wird zunächst der Einfluss sozialer Medien auf die Peerbeziehungen Jugendlicher analysiert, darauf folgt die Analyse der Auswirkungen auf die psychosoziale Entwicklung, insbesondere auf die Identitätsentwicklung, den Selbstwert und die soziale Entwicklung. Das fünfte Kapitel setzt sich schließlich mit neuen

¹ Die beiden Begriffe „soziale Medien“ und „digitale Kommunikation“ werden in der Arbeit beide verwendet. In ihrer Bedeutung wird digitale Kommunikation hierbei als eine Nutzungsform sozialer Medien betrachtet. Im Text wird eher der Begriff „soziale Medien“ verwendet, außer wenn der zitierte Text explizit von „digitaler Kommunikation“ spricht.

Herausforderungen sozialer Medien auseinander und thematisiert Risikoverhalten, Cybermobbing „Fear of Missing Out“ und die Auswirkungen von passiven versus aktiven sowie übermäßigem Medienkonsum. Daraufhin folgen die Implikation, die sich aus den beschriebenen Herausforderungen, sowie den weiteren Erkenntnissen dieser Arbeit für die Soziale Arbeit entwickeln lassen. Das sechste Kapitel bietet eine Schlussbetrachtung und fasst im Rahmen dieser die wichtigsten Erkenntnisse zusammen, liefert eine kritische Betrachtung, wirft einen Blick auf offene Forschungsfragen und bietet einen Ausblick.

2. Grundlagen der Entwicklungspsychologie bezüglich der psychosozialen Entwicklung und Peerbeziehungen Jugendlicher

Dieses Kapitel setzt sich mit den entwicklungspsychologischen Grundlagen auseinander, die notwendig sind, um den Zusammenhang von der Entwicklung Jugendlicher und Peerbeziehungen zu verdeutlichen. Die psychosoziale Entwicklung Jugendlicher wird im Rahmen der Entwicklungsaufgaben im Jugendalter beleuchtet.

Dabei werden in Kapitel 2.1. die theoretischen Grundlagen der Entwicklungsaufgaben anhand von Havighurst, Erikson und Marcia, sowie einer modernen Perspektive durch Hurrelmann und Quenzel untersucht. Der Fokus liegt hierbei besonders auf der Identitätsentwicklung und sozialen Entwicklung in der Adoleszenz.

Im Anschluss wird in Kapitel 2.2. ein Fokus auf die Bedeutung von Gleichaltrigen bei der Bewältigung von Entwicklungsaufgaben und der psychosozialen Entwicklung in der Adoleszenz gelegt. Freundschaften und Peergroups sind eine essenzielle Stütze in der Identitätsfindung und fördern die soziale Entwicklung. Zusätzlich werden auch die Risiken, denen Jugendliche im Zusammenhang mit Gleichaltrigen ausgesetzt sind, betrachtet.

2.1. Zu Entwicklungsaufgaben und Identitätsentwicklung des Jugendalters

Das Konzept der Entwicklungsaufgaben als definierender Faktor der menschlichen Entwicklung wurde ursprünglich durch Robert J. Havighurst (1953) entwickelt. Dabei definiert er eine Entwicklungsaufgabe als:

„[...] eine Aufgabe, die in einem bestimmten Lebensabschnitt des Individuums entsteht, deren erfolgreiche Bewältigung zu dessen Zufriedenheit und Erfolg bei der Lösung nachfolgender Aufgaben beiträgt, während ein Misslingen zu Unglücklichsein des Individuums, zu Missbilligung seitens der Gesellschaft und Schwierigkeiten mit späteren Aufgaben führt.“

(Havighurst 1953, S. 2; zit. n. Eschenbeck/Knauf 2018, S. 25)

Als zentrale Entwicklungsaufgaben des Jugendalters beschreibt Havighurst unter anderem den Aufbau von Beziehungen zu Gleichaltrigen, eine emotionale Ablösung von Eltern und anderen Erwachsenen und das Erlangen eines persönlichen Wertesystems (vgl. Havighurst 1953, S. 2; ind. zit. n. Eschenbeck/Knauf 2018, S. 26).

Während Havighurst damit den Grundstein für das Konzept der Entwicklungsaufgaben legte, wurden essenzielle Aspekte der Theorie später durch andere Forschende weiterentwickelt. So beschreibt Erik Erikson die *Identitätsentwicklung* als zentrale Entwicklungsaufgabe in der Lebensphase Jugend und ergänzt damit Havighursts Ansatz um einen wichtigen Punkt. Erikson beschreibt dabei in seinem Modell der psychosozialen Stadien acht Phasen im Verlauf des Lebens, die jeweils durch eine psychosoziale Krise gekennzeichnet sind, die durch das Individuum gelöst werden muss, um sich erfolgreich zu entwickeln. So beschäftigt sich die Jugendphase als fünfte Phase der Entwicklung mit Fragen wie „Wer bin ich“ und der Rolle des „Ichs“ in der Gesellschaft, die kennzeichnende Krise dieser Phase findet zwischen „Identität“ und „Identitätsdiffusion“ statt (vgl. Erikson 2017, S. 59ff., 214). Unter Identität versteht Erikson hierbei das Ergebnis des Prozesses, bei dem aus früheren Erfahrungen die Entwicklungen der Kindheit, den individuellen Zukunftsvorstellungen, sowie gegenwärtigen Rollen ein Selbstbildnis geformt wird (vgl. Erikson 1998, S. 86f.). Daraus entstehe ein Gefühl von Kontinuität und Gleichheit des eigenen Selbst. Die Identitätsentwicklung versteht Erikson dabei als einen dynamischen Prozess, sie ist durch stetige Veränderungen und Anpassungen vor allem im Verlauf der Adoleszenz, aber auch über die ganze Lebensspanne geprägt (Erikson 1998, S. 131; Erikson 2017, S. 140f.).

Die Identitätsentwicklung findet in einem Spannungsfeld zwischen den Polen der *Identitätsfindung* und der *Rollendiffusion* statt. Identitätsfindung beschreibt dabei das Erleben von einem stabilen Selbstbild und Kontinuität. Als Rollendiffusion beschreibt Erikson dagegen ein Scheitern bei dem Prozess, aus den aus vorherigen Lebensphasen mitgenommene Erfahrungen eine stabile Identität zu formen. Dies kann wiederum zu Unsicherheiten und Orientierungslosigkeit führen (vgl. ebd., S. 134f.). Der Prozess der Identitätsentwicklung beinhaltet die Überprüfung und Integration von Identitätselementen aus der Kindheit in die Gesellschaft. Das gesellschaftliche Milieu ersetzt hierbei das Milieu der Kindheit, während die Jugendlichen gleichzeitig nach neuen Rollen und Modellen zur Orientierung suchen (vgl. ebd., S. 131).

Eriksons Modell wurde wiederum durch James E. Marcia weiterentwickelt. Er entwickelte – wie im Folgenden zitiert – vier Identitätszustände, welche er zunächst als methodisches Werkzeug in einer empirischen Studie zu Eriksons Identitätstheorie verwendete, die schließlich aber

selbst zu einer anerkannten Theorie wurden. Diese Identitätszustände ergeben sich aus einem Zusammenspiel der *Exploration von* und der *Verpflichtung zu* einer Identität, dabei sind sie nicht endgültig und Menschen können zwischen verschiedenen Zuständen wechseln. Folgende vier Identitätszustände beschreibt Marcia (1980):

1. Im Fall der *erarbeiteten Identität* fand eine Exploration statt, wodurch sich selbst gewählten Werten, Überzeugungen und Zielen verpflichtet wird.
2. Im Gegensatz dazu fand bei der *übernommenen Identität* keine Exploration statt, hierdurch werden zwar Werte, Überzeugungen und Ziele verfolgt, diese wurden jedoch nicht selbst gewählt, sondern von Eltern oder anderen Autoritäten übernommen.
3. Eine *diffuse Identität* entsteht, wenn ein junger Mensch weder erfolgreich nach einer Identität gesucht hat noch sich einer verpflichtet hat. Es besteht wenig Interesse sich mit eigenen Werten, Überzeugungen und Zielen auseinanderzusetzen, unabhängig davon, ob bereits eine Exploration stattgefunden hat.
4. Bei der kritischen Identität, auch *Moratorium* genannt, findet aktuell eine Explorationsperiode statt, wodurch sich noch keiner Identität endgültig verpflichtet wurde.

(vgl. ebd. 1980, S. 161)

Damit werden Eriksons Theorie, welche lediglich zwischen einer erfolgreichen Identitätsfindung und dem Scheitern daran, sowie der daraus resultierenden Identitätskrise unterscheidet, neue Variablen hinzugefügt. Dadurch werden die einzelnen Zustände differenzierter beleuchtet. Die einzelnen Identitätszustände haben einen entscheidenden Einfluss auf das Leben, so können sie zum Beispiel Ängste, Selbstwert, Moral und Autonomie von Personen beeinflussen, ebenso wie den Umgang mit anderen Individuen (vgl. ebd. S. 161ff.).

Sowohl Erikson als auch Marcia beschreiben die Identität dementsprechend als zentrale Entwicklungsaufgabe Jugendlicher. Ein Grund dafür, dass die Identität während der Adoleszenz an Wichtigkeit zunimmt, ist die Weiterentwicklung der intellektuellen Fähigkeiten der Jugendlichen. Dadurch können sie sich selbst besser als Individuum wahrnehmen und im Kontrast zu Anderen betrachten. Die Vorstellung ihrer eigenen Identität in Form von ihrem Selbstkonzept und Selbstwert verändert sich (vgl. Feldman 2025, S. 473). Was das genau bedeutet, wird in Kapitel 4 näher beleuchtet werden.

Weiterführend zu den Theorien von Erikson und Marcia zur Identitätsentwicklung beleuchten Hurrelmann und Quenzel im Rahmen der Shell-Studie 2015 die Entwicklungsaufgaben aus einer moderneren Perspektive, die allerdings in sich weiterhin starke Parallelen zu Havighurst zeigt. Durch die moderne Perspektive werden auch Entwicklungen wie neue Technologien und

soziale Medien berücksichtigt. Hurrelmann und Quenzel unterscheiden in ihrer Theorie zwischen den vier zentralen Entwicklungsaufgaben: Qualifizieren, Binden, Konsumieren und Partizipieren, die sich jeweils in einer individuellen und einer gesellschaftlichen Dimension wiederfinden lassen. Dabei soll die individuelle Dimension zu einem Aufbau der eigenen Person beitragen, die sich durch individuelle körperliche, psychische und soziale Merkmale und Kompetenzen auszeichnet. Die gesellschaftliche Dimension soll die soziale Integration in die Gesellschaft ermöglichen (vgl. Quenzel/Hurrelmann 2022, S. 23-27).

Hier relevant ist dabei vor allem die Entwicklungsaufgabe *Binden*. Diese erfordert die Entwicklung eines körperlichen und psychischen Selbstbildes, sowie die Bildung der eigenen Identität. Daraus soll die Fähigkeit entstehen, erfolgreich Kontakte und Bindungen zu anderen Menschen einzugehen (vgl. ebd., S. 24). Ebenfalls von Bedeutung ist im Kontext dieser Arbeit die Entwicklungsaufgabe *Konsumieren*, welche das Knüpfen erfüllender und stabiler Beziehungen, die Entwicklung eines gesunden Lebensstils und einen guten Umgang mit Freizeit- und Konsumangeboten erfordert. Dadurch soll „psychische Reproduktion“, also eine Möglichkeit zur Erholung und Regeneration, ermöglicht werden (vgl. ebd., S. 25-27).

Insgesamt sind Entwicklungsaufgaben ein wichtiger Faktor der Entwicklung Jugendlicher, denn ihre Bewältigung ermöglicht unter anderem die Identitätsbildung und die soziale Integration. Auf Grundlage von Havighurst legen Erikson und Marcia einen großen Fokus auf psychosoziale und individuelle Identitätsprozesse. Moderne Ansätze zeigen, wie Entwicklungsaufgaben sich dynamisch an gesellschaftliche Veränderungen anpassen, die grundlegenden Ziele der Entwicklung aber gleichbleiben. Im Verlauf dieser Arbeit wird anhand der hier beschriebenen Entwicklungsaufgaben die psychosoziale Entwicklung Jugendlicher aus einer modernen Perspektive im Kontext sozialer Medien und digitaler Kommunikation beleuchtet.

2.2. Bedeutung von Gleichaltrigen in der psychosozialen Entwicklung Jugendlicher

Im vorangegangenen Kapitel wurde bereits auf die Rolle von Gleichaltrigen bei der Bewältigung von Entwicklungsaufgaben eingegangen, dieses Thema soll an dieser Stelle nochmal vertieft und ergänzt werden. Dabei ist sich die Forschung einig, dass der Einfluss von Gleichaltrigen vor allem in der Jugend eine große Rolle bei der Entwicklung spielt. Während in der Regel der Einfluss der Eltern eine große Rolle bei den Grundmustern der Persönlichkeitsentwicklung spielt, müssen sie diesen Einfluss mit steigendem Alter der Jugendlichen vermehrt mit Gleichaltrigen, der Schule und den Medien teilen (vgl. Quenzel/Hurrelmann 2022, S. 28f.). Die Rolle von Gleichaltrigen in der Adoleszenz wird deutlich durch das „[...] scheinbar zwanghafte

Bedürfnis, mit Freunden zu kommunizieren [...]“ (Feldman 2025, S. 492). Denn im Gegensatz zu Eltern-Kind-Beziehungen sind Freundschaften symmetrische Beziehungen, die vor allem auf Reziprozität und Freiwilligkeit basieren (vgl. Seiffge-Krenke 2018, S. 109). Sie bieten Jugendlichen also auch mehr Freiheiten als die Beziehungen zum Elternhaus, vor allem in der Adoleszenz, die von dem Wunsch nach Autonomie sowie Ablösung und Distanzierung von den Eltern geprägt ist. Freundschaften und Peergruppen spielen auch dadurch eine wichtige Rolle bei der Entwicklung Jugendlicher, da sich Gleichaltrige denselben Entwicklungsaufgaben zur gleichen Zeit stellen müssen (vgl. Quenzel/Hurrelmann 2022, S. 156; Seiffge-Krenke 2018, S.108). Haben Jugendliche gut funktionierende Freundschaften, kann dies als Indiz für eine erfolgreiche Bewältigung der Entwicklungsaufgaben gewertet werden, während das Fehlen von Freundschaften zu Isolation und Einsamkeit und als Folge daraus, zu depressiven Stimmungen, negativem Selbstbild und einem allgemein niedrigen Wohlbefinden bei den betroffenen Jugendlichen führen kann (vgl. Quenzel/Hurrelmann 2022, S. 157). Dadurch, dass sich die Jugendphase weiter ausdehnt und länger andauert, nimmt auch die Sozialisation durch Gleichaltrige zu. Denn diese dienen Jugendlichen über einen längeren Zeitraum als Unterstützungsinstanz (vgl. ebd., S. 160).

Als Teil der adoleszenten Entwicklung sind Gleichaltrige eine maßgebliche Stütze beim Prozess der *Identitätsfindung*, wie auch Erikson in seinem Konzept beschreibt. Sie bieten Jugendlichen einen Wirkungskreis, sich in ihrer Entwicklung und ihrer Rolle ausprobieren zu können, ohne sich von den Vorstellungen und Erwartungen anderer – vor allem von Erziehungspersonen – einschränken lassen zu müssen (vgl. Erikson 1998, S. 132). Gleichzeitig bieten sie gegenseitige Unterstützung in Phasen des Unbehagens und bei Unsicherheiten (vgl. ebd., S. 136). Freundschaften und Identität können dabei als wechselseitiger Prozess betrachtet werden. So stützen Freundschaften einerseits die Identitätsentwicklung – nach Marcia können die jeweiligen Identitätszustände allerdings auch den Umgang mit Anderen beeinflussen. So fehlen zum Beispiel Jugendlichen mit einer diffusen Identität klare Vorstellungen der eigenen Identität und Ziele, wodurch sie in sozialen Beziehungen eher distanzierter und Anderen gegenüber teilweise misstrauisch gestimmt sind. Jugendliche mit einer erarbeitenden Identität dagegen übernehmen ihre Werte und Ziele von Autoritätspersonen und haben grundsätzliche stabile soziale Beziehungen, neigen allerdings aufgrund ihres Beziehungserlebens in der Kindheit häufig zur Verdrängung und Konfliktvermeidung (vgl. Marcia 1980, S. 167f.).

Inge Seiffke-Krenke, die auf Grundlage von Erikson die Identitätsentwicklung Jugendlicher erforscht, stellt ebenfalls die These auf, dass Identität sich aus Beziehungen entwickelt. So

werde ab der Adoleszent „[...] die Identitätsentwicklung immer stärker durch den Einfluss anderer bestimmt und verändert.“ (Seiffge-Krenke 2021, S. 46.) Jugendliche entwickeln eine immer komplexer werdende Vorstellung von sich selbst, indem sie sich entweder durch andere selbst erleben oder sich von ihnen abgrenzen (vgl. ebd. 2021, S. 46). Freundschaften bieten den Jugendlichen auch emotionale Sicherheit und helfen dabei, die in der Pubertät stattfindenden körperlichen Veränderungen zu verarbeiten und schließlich eine geschlechtliche Identität zu bilden (vgl. Seiffge-Krenke 2018, S. 108). Dabei spielen auch *soziale Vergleichsprozesse* eine wichtige Rolle. Hierdurch können Meinungen, Fähigkeiten und körperliche Veränderungen verglichen und bewertet werden. Gleichaltrige teilen die eigenen Erfahrungen und können daher eine geeignete Wissensquelle für Jugendliche sein. Eltern und andere Erwachsene dagegen werden weniger als hinreichende Wissensquelle wahrgenommen, da sie einerseits als zu weit über diese Veränderungen hinaus empfunden werden, und andererseits im Wunsch nach Autonomie immer mehr die Autorität Erwachsener infrage gestellt wird (vgl. Feldman 2025, S. 492). Ein weiterer bedeutender Faktor ist die Suche nach Anerkennung, die durch die Bestätigung von Gleichaltrigen erlangt werden kann. Diese spielt eine wichtige Rolle bei der Entwicklung von Identität und Selbstwert von Jugendlichen (vgl. Erikson 1998, S. 133).

Darüber hinaus wird ebenfalls die Entwicklung *sozialer Kompetenzen* durch Freundschaften beeinflusst. Während der Grundstein für diese Entwicklung in den ersten Lebensjahren in der Regel durch die Eltern gelegt wird, übernehmen auch hierbei mit der Adoleszenz zunehmend Gleichaltrige diese Aufgabe und Freundschaften spielen eine zunehmend zentrale Rolle bei der erfolgreichen Ausbildung sozialer Kompetenzen. Dabei können Peer-Beziehungen auf verschiedenste Weisen als eine Art Training für spätere zwischenmenschliche Beziehungen dienen. Sie helfen bei der Entwicklung der sozialen Identität, der Bildung des Selbstwertes und dem Üben wichtiger sozialer Fertigkeiten (wie zum Beispiel Perspektivübernahme). Freundschaften stellen somit eine bedeutsame Lernumgebung für den Erwerb sozialer Kompetenzen dar, erfordern jedoch auch bereits vorhandene soziale Kompetenzen, um bestehen zu bleiben (vgl. Scheithauer/Braun/König/Bruckmann/Warncke 2018, S. 220f.). So wird in der Adoleszenz die Fähigkeit zu komplexen sozialen Vergleichsprozessen und Perspektivübernahmen entwickelt, was häufig mit einem kurzweiligen Anstieg des egozentrischen Denkens einhergeht (vgl. Seiffge-Krenke 2018, S. 109). Damit Freundschaften weiter gut funktionieren, muss diesem Denken schnell entgegengewirkt werden, indem durch Interaktionen in Peergruppen schnell gelernt wird, auch die Gefühle anderer wahrzunehmen und diese sowie die eigenen zu kommunizieren (vgl. Seiffge-Krenke 2018, S. 109).

Durch die Entwicklung dieses egozentrischen Denkens entwickeln Jugendliche zeitweise die Annahme, dass sich Andere ebenso auf sie fokussieren wie sie selbst. Dadurch entsteht ein Gefühl, des ewigen beobachtet-werdens. David Elkind (1990) bezeichnet dies als ein *imaginäres Publikum* und beschreibt, dass Jugendliche daraus das Gefühl entwickeln, auf einer Bühne zu stehen „[...] und daß alle Menschen um die herum sich ihres Aussehens und Verhaltens ebenso bewusst sind und auch ebenso interessiert daran sind, wie sie es selbst sind.“ (ebd., S. 50) Vor allem unter Einbezug moderner sozialer Medien ist der Gedanke des imaginären Publikums äußerst interessant, wenn das Publikum sich aus dem offline auf die digitale Ebene erweitert. Dies wird im späteren Verlauf dieser Arbeit näher betrachtet werden.

Neben der Identitätsbildung und der sozialen Entwicklung nützen Freundschaften Jugendlichen auf weitere verschiedenste Arten und Weisen, wie zum Beispiel dem Entwickeln vertrauensvoller Kontakte, der Erkundung neuer Emotionen sowie Denk- und Verhaltensweisen und der Erfahrung von Solidarität und Beistand bei Problemen. Freundschaften nehmen außerdem Einfluss auf die Gestaltung der Mediennutzung und Freizeit- und Konsumaktivitäten der Jugendlichen. Des Weiteren lernen die Jugendlichen anderen bei Problemen beizustehen (vgl. Quenzel/Hurrelmann 2022, S. 155ff.).

Freund:innen und Peergruppen können allerdings auch einen negativen Einfluss auf Jugendliche und ihrer Entwicklung haben. Zusätzlich zu dem bereits erwähnten sozialen Druck und den Vergleichsprozessen können sie gemeinsames Risikoverhalten bis hin zu aggressivem Verhalten gegenüber anderen Gleichaltrigen bedingen (vgl. Seiffge-Krenke 2018, S. 109f.).

Während *Risikoverhalten* Jugendlicher aus gesellschaftlicher Sicht als normabweichendes Verhalten betrachtet wird, wird es aus entwicklungspsychologischer Sicht neben einem Risiko auch als Chance für die individuelle Entwicklung gesehen, indem neben Risiken für die Entwicklung auch funktionale und zielgerichtete Aspekte berücksichtigt werden (vgl. Seiffge-Krenke 1994, S. 115). So ist Risikoverhalten auch trotz Risiken ein wichtiger Teil der jugendlichen Entwicklung.

Risikoverhalten lässt sich auf verschiedene Weisen kategorisieren, so teilt Jürgen Raithel es in gesundheitliches Risikoverhalten, delinquentes Risikoverhalten und finanzielles Risikoverhalten ein. Verschiedene Beispiele für Risikoverhalten sind Substanzkonsum, Ernährungsverhalten, Risikosport und vieles mehr. Des Weiteren kann Risikoverhalten in internalisierende Verhaltensweisen (z. B. Medikamentenkonsum, Suizidalität, problematisches Ernährungsverhalten) und externalisierende Verhaltensweisen (z. B. Alkohol-, Tabak- und Drogenkonsum, gewalttätiges Verhalten, Risikosport) eingeteilt werden, wobei erstere eher feminin und zweite

eher maskulin konnotiert sind (vgl. Raithel 2016, S. 243f). Vor allem im Bezug auf Substanzkonsum spielen Gleichaltrige eine große Rolle. So sind sie Studien zufolge einer der wichtigsten Faktoren zu Beginn und Aufrechterhalten von Drogenkonsum im Jugendalter (vgl. Seiffge-Krenke 1994, S. 121). Insgesamt können sich in Gruppen negative Dynamiken entwickeln, die zum Beispiel zu Hänkeln oder sogar Mobbing, schlechten Einflüssen und Konkurrenz führen können (vgl. Quenzel/Hurrelmann 2022, S. 159f.).

3. Soziale Medien

Bevor näher auf die Rolle und den Einfluss sozialer Medien auf Jugendliche eingegangen werden kann, ist es relevant festzustellen, was tatsächlich gemeint ist, wenn von sozialen Medien gesprochen wird. Denn eine genaue Definition für den Begriff der „sozialen Medien“ ist kompliziert zu finden, da der Begriff eine Vielzahl von Anwendungen abdeckt, die in sich sehr unterschiedlich sein können. Um potenzielle Missverständnisse zu vermeiden, wird die Verwendung des Begriffs im Rahmen dieser Arbeit anhand des „Handbuch soziale Medien“ kurz definiert. Die Autor:innen des Werkes stellen zwei wesentliche Gemeinsamkeiten aller Anwendungen fest, die sich unter diesem Begriff wiederfinden lassen. Daraus formulieren die Autor:innen für sich ein Verständnis von sozialen Medien als:

„[...] Sammelbegriff für Angebote auf Grundlage digital vernetzter Technologien, die es Menschen ermöglichen, Informationen aller Art zugänglich zu machen und davon ausgehend soziale Beziehungen zu knüpfen und/oder zu pflegen.“
(Schmidt/Taddicken 2022, S. 5)

Soziale Medien und ihre Akteur:innen spielen inzwischen eine kaum wegzudenkende Rolle im Leben und der psychosozialen Entwicklung von Jugendlichen. Sie prägen die Alltagsgestaltung und machen sich dabei verschiedener ihrer Bedürfnisse zunutze, um Jugendliche für sich zu gewinnen und zu binden. Ziel dieses Kapitels ist es, das Mediennutzungsverhalten Jugendlicher (Kapitel 3.1.), sowie Mechanismen sozialer Medien und ihre Akteur:innen (Kapitel 3.2.) näher zu verstehen, und zuletzt einen Überblick über die verschiedenen Merkmale, die soziale Medien vor allem für Jugendliche attraktiv machen, zu verschaffen (Kapitel 3.3.). Somit soll zunächst aufgezeigt werden, inwiefern Jugendliche soziale Medien nutzen und dann verstanden werden, welches tiefergehende Gründe für diese Nutzung sind.

3.1. Mediennutzung durch Jugendliche

Aufgrund der zunehmenden Relevanz des Themas existieren inzwischen zahlreiche Studien zu der Mediennutzung Jugendlicher. Die wohl bekannteste und umfassendste Untersuchung in Deutschland ist die JIM-Studie (Jugend, Information, Medien), welche jährlich in Deutschland

lebende, deutschsprachige Jugendliche zwischen zwölf und 19 Jahren befragt (vgl. JIM-Studie 2024, S. 2).

Laut den Ergebnissen der aktuellen JIM-Studie zu technischen Geräten besitzen nahezu alle befragten Jugendlichen (93 %) ein eigenes Smartphone, zusätzlich verfügen 68 % über einen eigenen Computer oder Laptop und 59 % über ein eigenes Tablet (vgl. ebd., S. 8). Das Smartphone wird dabei als zentrales Medium der Freizeitgestaltung hervorgehoben (vgl. ebd., S. 13). Ein Großteil der Medienzeit entfällt auf die Nutzung von Apps. Ohne vorgegebene Antwortoptionen nannten die befragten Jugendlichen als wichtigste Anwendungen vor allem Apps zur digitalen Kommunikation und soziale Medien wie WhatsApp² (81 %), Instagram³ (31 %), YouTube⁴ (26 %), TikTok⁵ (25 %) und Snapchat⁶ (20 %). Als weitere wichtige Anwendung wird Spotify (13 %) genannt, eine App zum Streamen von Musik. Die Nutzung von Facebook⁷ hingegen nimmt ab und spielt mit nur noch drei Prozent eine untergeordnete Rolle (vgl. S. 26). Social-Media-Anwendungen wie WhatsApp, Instagram, TikTok und Snapchat werden besonders häufig – mehrmals täglich – verwendet (vgl. ebd., S. 32-34).

Die Studie erfasst ebenfalls die Nutzung bestimmter Funktionen, die durch ihre Gestaltung speziell darauf abzielen, Jugendliche systematisch zu binden und zur täglichen oder mehrfach täglichen Nutzung zu animieren. Dazu zählen etwa Snapchat-Streaks („Flammen“) und YouTube-Shorts. 32 % (Snapchat-Streaks) bzw. 26 % (Youtube-Shorts) der befragten Jugendlichen nutzen diese Funktionen täglich oder mehrmals täglich (vgl. ebd., S. 34f.).

Interessanterweise zeigt die Studie, dass Jugendliche ein gewisses Bewusstsein für ihr eigenes Mediennutzungsverhalten haben. Zwei Drittel der Befragten geben an, regelmäßig länger am Smartphone zu sein als ursprünglich geplant. Ein Drittel der Befragten äußerten des Weiteren Angst, etwas zu verpassen, wenn sie nicht erreichbar sind (oft als „FOMO“ = „Fear Of Missing

² WhatsApp ist ein Instant Messaging Dienst, der zu Meta, dem Mutterkonzern von Facebook gehört (Statista 2025).

³ Instagram wurde 2010 als Fotoplattform gegründet und später von Facebook (heute Meta) übernommen, inzwischen gibt es viele weitere Funktionen, die häufig an beliebte Funktionen anderer Plattformen angelehnt sind (ZDF 2023).

⁴ Bei YouTube können verschiedenste Videos angesehen und hochgeladen werden, zum Anschauen von Videos ist keine Anmeldung notwendig. Die Plattform wurde 2005 gegründet und später von Google übernommen (ZDF 2023).

⁵ Mit TikTok können kurze Videos im Hochformat aufgenommen, geteilt und mit Musik unterlegt werden. Die App wurde 2017 durch das chinesische Unternehmen ByteDance groß gemacht, nachdem sie den Vorhänger musical.ly aufgekauft und mit TikTok zusammengelegt haben (ZDF 2023).

⁶ Bei Snapchat können sog. „Snaps“ (Bilder, Videos, Texte) verschickt und bearbeitet werden. Snaps lassen sich zeitlich begrenzt ansehen und verschwinden danach. Die App wurde 2011 von drei Studenten gegründet, denen die App heute noch gehört (ZDF 2023).

⁷ Facebook ist ein soziales Netzwerk inklusive Messenger Dienst, das 2004 gegründet wurde und zu Meta gehört (Statista 2025).

Out“ bezeichnet). Ein Viertel fühlt sich durch die Vielzahl der Möglichkeiten sozialer Medien überfordert. Gleichzeitig bewerten 38 % den digitalen Kontakt als gleichwertig mit persönlichen Treffen (vgl. JIM-Studie 2024, S. 28).

Ein weiterer Aspekt der Untersuchung widmet sich der Motivationen von Jugendlichen für die Nutzung von verschiedenen Apps. Zentrales Nutzungsmotiv dabei scheint die Kommunikation mit Freund:innen zu sein, wobei WhatsApp mit 79 % als bevorzugte Plattform genutzt wird. Darüber hinaus dienen App häufig dem Zeitvertreib, zum Abschalten oder der Überbrückung von Langeweile. Hierbei werden vor allem YouTube (38 %), Instagram (16 %) und TikTok (31 %) genutzt. Zur Unterhaltung greifen die Befragten an, vor allem auf YouTube (25 %), Instagram (10 %), TikTok (22 %) und WhatsApp (24 %) zurück. Zudem werden Apps genutzt, um andere am eigenen Leben teilhaben zu lassen. Hierfür werden vor allem Instagram (25 %) und WhatsApp (29 %) genutzt (vgl. ebd., S. 37).

3.2. Mechanismen sozialer Medien und ihrer Akteur:innen

Die Zahlen der JIM-Studie zeigen deutlich die Relevanz sozialer Medien für Jugendliche, ihren Alltag und ihre Peerbeziehungen. Jugendliche nutzen soziale Medien zur Konstruktion ihrer personalen und sozialen Identität, zum Beispiel indem Faktoren wie Körperbild, Erfolg und Selbstbild online mit anderen verglichen werden und das Streben nach sozialen Bindungen vorangetrieben wird. Insofern spielen soziale Medien auch eine wichtige Rolle bei der Ablösung vom Elternhaus hin zu Gleichaltrigen (vgl. Gemkov 2023).

Plattformbetreiber verschiedener sozialer Medien spielen eine aktive Rolle dabei, die Präsenz ihrer Plattformen im Alltag Jugendlicher zu verstärken, indem sie bestimmte Mechanismen nutzen, um zur Nutzung anzuregen. Zusätzlich agieren in den sozialen Medien externe Akteur:innen wie Influencer:innen, mit denen Jugendliche bei der Nutzung sozialer Medien besondere Beziehungen bilden. In diesem Kapitel werden diese beiden Faktoren beleuchtet, um zu verstehen, inwiefern soziale Medien Jugendliche in ihrer Entwicklung und Lebensgestaltung beeinflussen.

3.2.1. Mechanismen durch Plattformbetreiber sozialer Medien zur Maximierung des Nutzer:innenverhaltens

Um Nutzer:innen dazu zu verleiten, im Interesse der Unternehmen hinter den sozialen Medien zu handeln, nutzen Plattformbetreiber⁸ verschiedene – zum Teil als ethisch fraglich wahrgenommene – Taktiken, die den finanziellen Ertrag der Plattformen maximieren sollen, indem die Aufmerksamkeit der Nutzer:innen erfasst, Nutzerdaten monetarisiert und zukünftiges Verhalten vorhergesagt und beeinflusst werden kann. Nutzer:innen sollen dafür möglichst viel Zeit auf den jeweiligen Plattformen verbringen. Dabei werden unter anderem menschliche Schwächen und Denkmuster im Bezug auf Informationsverarbeitung ausgenutzt um Nutzer:innen zu gewünschten Handlungen zu manipulieren (vgl. Kozyreva/Lewandowsky/Hertwig 2020, S. 111f.). Häufig verwendet werden in diesem Kontext sogenannte “Dark Patterns”. Dieser Begriff bezeichnet “[...] user interface design choices that benefit an online service by coercing, steering, or deceiving users into making unintended and potentially harmful decisions.” (Mathur/Friedman/Lucherini/Mayer/Chetty/Narayanan 2019, S. 1; zit. n. Kozyreva et al. 2020, S. 112) Solche Muster können subtil oder offensichtlich gestaltet sein, verfolgen jedoch stets das Ziel, die Plattformbetreiber zu begünstigen.

Das Deutsche Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters (DZSKJ) unterteilt die Dark Patterns in drei verschiedene Kategorien: „Time Patterns“, „Social Patterns“ und „Money Patterns“. Diese sind darauf ausgelegt, entweder die Verweildauer auf den Plattformen zu verlängern, soziale Interaktionen zu fördern oder Anreize für finanzielle Ausgaben zu schaffen (vgl. Mediensuchthilfe.info o. J.). Besonders die Time Patterns und Social Patterns sind eng mit dem Sozialleben Jugendlicher verknüpft, haben tiefgreifende Auswirkungen auf deren Lebensgestaltung und werden daher im Folgenden näher beleuchtet.

Durch *Time Patterns* nehmen soziale Medien zunehmend Einfluss auf die Zeitgestaltung. Eine endlose Auswahl an Inhalten, sowie der ständige Zufluss an neuen Inhalten fördern die Angst, etwas zu verpassen und dadurch den Anschluss zu verlieren (vgl. ebd.). Es entsteht ein „ständige[r] Neuigkeitscharakter bei gleichzeitiger Aufmerksamkeitsknappheit.“ (Gemkov 2023) Push-Benachrichtigungen, häufig kombiniert mit akustischen Signalen, intensivieren diesen Effekt, indem sie Nutzer:innen sofort über neue Inhalte informieren. Zudem wird von einigen Plattformen mit sogenannten „Fake Notifications“ gearbeitet, die beispielsweise unwichtige Updates oder neue Beitragsempfehlungen präsentieren, um Aufmerksamkeit zu generieren.

⁸ Hier nicht gegendert, da weniger von Personen als von Unternehmen die Rede ist, die hinter Plattformen stehen.

Schlussendlich sorgen Algorithmen und Personalisierungen dafür, dass soziale Medien Nutzer:innen vor allem die Inhalte anzeigen, die den persönlichen Interessen entsprechen. Dafür wird analysiert, bei welchen Beiträgen wie lange gestoppt wird, was geliket, kommentiert und geteilt wird und welchen Konten gefolgt wird (vgl. Gemkov 2023; Mediensuchthilfe.info o. J.). *Social Patterns* nutzen soziale Mechanismen und Belohnungsstrategien, um soziale Interaktionen zu fördern und Nutzer:innen enger an die Plattformen zu binden. Typische Beispiele sind Lesebestätigungen bei WhatsApp, die sozialen Druck erzeugen, um ständige Erreichbarkeit sicherzustellen. Auch Funktionen wie Snapchat-Streaks erfordern eine regelmäßige, idealerweise tägliche Aktivität, um soziale Verpflichtungen und Interaktionen aufrechtzuerhalten. Eine weitere Taktik sind „Mechanismen der Anerkennung“, die als Belohnungsstrategien fungieren. Dabei werden die Anzahl von Likes, Shares, Kommentaren oder Follower:innen genutzt, um Beliebtheit und Aufmerksamkeit numerisch widerzuspiegeln. So entsteht zum einen ein Wettbewerb, außerdem wird durch das positive Feedback das Glückshormon Dopamin ausgeschüttet (vgl. Gemkov 2023; Mediensuchthilfe.info o. J.).

Ebenfalls weit verbreitet ist das sogenannte „Digital Nudging“. Als Weiterentwicklung des verhaltensökonomischen Begriff „Nudge“, wonach durch verhaltenswissenschaftliche Erkenntnisse über Verhaltenstendenzen, Heuristiken und kognitive Verzerrungen (Biases) menschliche Entscheidungen gezielt beeinflusst werden sollen, beschreibt Digital Nudging:

„[...] das gezielte Design von Elementen der Benutzeroberfläche [...], dass auf die Beeinflussung des (Entscheidungs-) Verhaltens von Nutzerinnen und Nutzern abzielt.“
(Kammerl/Kramer/Müller/Potzel/Tischer/Wartberg 2023, S. 40)

Dazu können zum Beispiel das grafische Design, die audiovisuelle Gestaltungen, Erinnerungen, Push-Nachrichten oder Formulierungen gehören. So macht sich zum Beispiel der Status-Bias (die Tendenz, im Ist-Zustand zu verweilen) voreingestellte Standardeinstellungen zu nutze. Nutzer:innen werden dabei dazu beeinflusst, bestimmte Einstellungen einer Plattform zu akzeptieren, ohne sich der Konsequenzen bewusst zu sein. Dies betrifft häufig Einstellungen, die personalisierte Werbung, Privatsphäre und Datenverarbeitung regeln, wodurch Nutzer:innen unwillentlich persönliche Daten weitergeben, die durch die Anbieter der jeweiligen Plattformen genutzt und weiterverkauft werden können (vgl. Kammerl et al. 2023, S. 41; Kozyreva et al. 2020, S. 113).

Durch diese verschiedenen Mechanismen wird das Nutzungsverhalten unbewusst beeinflusst, wodurch mehr Zeit auf Plattformen verbracht wird, Beziehungen beeinflusst werden und ungewollt persönliche Daten weitergegeben werden. Vor allem durch Time und Social Patterns

verfestigt sich die Rolle sozialer Medien im Alltag Jugendlicher, wodurch sich ihr Einfluss auf Jugendliche und ihre Entwicklung möglicherweise weiter verstärkt.

3.2.2. Exkurs: Die Rolle von Influencer:innen und parasozialen Beziehungen

Eine weitere wichtige Rolle im digitalen Leben von Jugendlichen spielen Influencer:innen. Diese nehmen einen großen Einfluss auf die Entwicklung und den Konsum von Jugendlichen. „Influencer“ (aus dem Englischen „to influence“ = beeinflussen) als Begriff differenziert sich im wissenschaftlichen und gesellschaftlichen Exkurs von Prominenten wie Sportler:innen und Künstler:innen, die ebenfalls als Einflussfaktoren auf Jugendliche wirken können. Nymoen und Schmitt definieren wie folgt:

„Der Influencer [...] ist stattdessen zu verstehen als eine Person, die in den sozialen Medien zu Bekanntheit gelangt ist und sowohl eigene Inhalte als auch Werbe-Content für Produkte aller Art (von Kleidung über Fitness- und Kosmetikprodukte bis hin zu Finanzdienstleistungen) in Form von Posts, Fotos und Videos veröffentlicht.“
(Nymoen/Schmitt 2021, S. 8)

Dabei treten Influencer:innen im Vergleich zu anderen Arten von Prominenten häufig nahbarer und persönlicher ihren Follower:innen gegenüber auf, indem sie versuchen, ihre eigene Person authentisch zu vermarkten. Die Vermarktung von sich selbst und Konsumgütern spielt dabei eine große Rolle. Influencer:innen agieren als „[...] sprechende Schaufensterpuppen, [...] die ihre Follower:innen täglich zum Kauf überreden.“ (vgl. ebd., S. 25) Hierdurch haben sie dementsprechend auch einen großen Einfluss auf das Konsumverhalten Jugendlicher, vor allem durch ihre mögliche Vorbildfunktion und beeinflussen somit auch die Bearbeitung der Entwicklungsaufgabe „Konsumieren“.

Infolgedessen stellt sich die Frage, inwiefern Influencer:innen ihren Einfluss auf ihre Follower:innen etablieren. Hierfür werden über verschiedene soziale Medien Kanäle Follower:innen per „Auf-du-und-du-Kommunikation“ direkt angesprochen. Dadurch entsteht ein Gefühl von Nähe und die Influencer:innen wirken authentisch (vgl. ebd., S. 8f.). Inwiefern hier tatsächlich von Authentizität gesprochen werden kann, ist zu hinterfragen, besser wäre wohl von einer wahrgenommenen Authentizität zu sprechen, die bewusst durch die Influencer:innen kultiviert wird, um die eigene Person zu vermarkten. Diese wahrgenommene Authentizität ist allerdings sehr wichtig für die Stärkung der Beziehung zwischen dem oder der Influencer:in und dem Individuum (vgl. Hoffner/Bond 2022, S. 1).

Die Wissenschaft beschreibt diese Art von Beziehung zwischen einem Individuum und einer Medienfigur oder prominenten Person als „Parasoziale Beziehung“. Geprägt wurde dieses Konzept von Horton und Wohl, die mit dem Begriff die Illusion einer Beziehung zwischen einem

Zuschauer und einem Performer des Radios, Fernsehens oder Films bezeichnen. Die innerhalb einer solchen Beziehung stattfindenden Interaktionen seien „[...] one-sided, nondialectical, controlled by the performer, and not susceptible of mutual development.“ (Horton/Wohl 1956, S. 215) Im Gegenzug zu einer “ortho-social“ (gemeint ist damit eine herkömmlich soziale Beziehung) fehlt einer parasozialen Beziehung eine wirksame Gegenseitigkeit, es findet also kein beidseitig wirkungsvoller Austausch statt (vgl. ebd. 1956, S. 215).

Das Konzept wurde zwar ursprünglich im Bezug auf Massenmedien entwickelt, lässt sich aber laut Forscher:innen auch auf Influencer:innen projizieren. So vergleichen Breves/Liebers/Motschenbacher/Reus (2021) die Interaktion zwischen einem Fan und einem:einer Influencer:in mit einem Beispiel aus dem ursprünglichen Ansatz, dem Schreiben eines Fanbriefes an eine prominente Person (vgl. ebd. 2021, S. 5). Plattformen wie Instagram, YouTube oder TikTok werden durch Influencer:innen genutzt, um persönliche Informationen zu teilen, Einblicke in ihren Alltag zu liefern und in großem Maße Unmittelbarkeit zu schaffen (vgl. Hoffner/Bond 2022, S. 1; Stein/Breves/Anders. 2024, S. 3436). Darüber hinaus werden Influencer:innen häufig als ähnlicher zur eigenen Person wahrgenommen als andere Prominente, was die Intensität der parasozialen Bindung zusätzlich fördert (vgl. Stein et al. 2024, S. 3436). Verstärkend wirken außerdem Computer-basierte Interaktionen zwischen Influencer:innen und ihren Fans, zum Beispiel wenn auf Kommentare von Fans geantwortet wird oder Beiträge von Fans repostet werden. Es wird eine Interaktion zwischen Medienperson und Fan suggeriert, eine dauerhafte Bindung bleibt aber aus und definiert die Beziehung so als parasozial.

Innerhalb der sozialen Medien verschwimmt allerdings die Grenze zwischen sozial und parasozial, indem Interaktionsfunktionen von sozialen Medien sich nicht zwischen Offline-Freund:innen und Medienpersonen unterscheiden. In beiden Fällen kann man Personen folgen, Beiträge liken und kommentieren (vgl. Hoffner/Bond 2022, S.1). Im Feed erscheinen Beiträge von Offline-Freund:innen aneinandergereiht mit Beiträgen von Medienpersonen. Durch diese verschwimmenden Grenzen können parasoziale Beziehungen das Wohlbefinden einer Person ebenso beeinflussen wie Offline-Freundschaften (vgl. ebd.). Insofern ist nicht auszuschließen, dass Parasoziale Beziehungen zu Influencer:innen über die sozialen Medien ähnliche Einflüsse auf die Entwicklung Jugendlicher haben können, wie herkömmliche soziale Beziehungen.

3.3. Merkmale sozialer Medien und Transformation Framework

In ihrer Forschung zu Peer-Beziehungen im Kontext sozialer Medien definieren Nesi/Choukas-Bradley/Prinstein (2018) sieben zentrale Merkmale sozialer Medien, die zu der Attraktivität

sozialer Medien für Nutzer:innen, insbesondere Jugendliche beitragen. Im Gegensatz zu den im Kapitel 3.2.1. beschriebenen Mechanismen, die von Anbietern sozialer Medien genutzt werden um das Nutzer:innenverhalten zu verstärken, beschreiben die Merkmale nach Nesi et al. Eigenschaften von sozialen Medien an sich, die diese für Jugendliche interessant machen.

Diese Merkmale umfassen *Asynchronität*, *Permanenz*, *Publizität*, *Verfügbarkeit*, *Cue-Abwesenheit*, *Quantifizierbarkeit* und *Visualität* (vgl. Nesi et al. 2018, S. 273).

Das Merkmal *Asynchronität* beschreibt die geraffte Zeit zwischen verschiedenen Aspekten einer Unterhaltung (vgl. ebd.). Dabei variiert der Grad der Asynchronität je nach Art der Kommunikation. Während Videokommunikation beinahe synchron ist, können E-Mails, Chats oder Messenger-Dienste als asynchron wahrgenommen werden, insbesondere auch dadurch, dass allein das Verfassen einer Nachricht mehr Zeit benötigt als das Sprechen eines Satzes. Zudem müssen Nachrichten nicht unmittelbar nach dem Empfangen gelesen werden, was ebenfalls zu Verzögerungen führen kann (vgl. Nesi et al. 2018., S. 274f.). Diese Eigenschaften ermöglichen es Nutzer:innen, Nachrichten durchdacht zu verfassen und Formulierungen zu bearbeiten, bis sie zum Beispiel den gewünschten Ton treffen („rehearsability“) oder gleichzeitig mit mehreren Personen unabhängig voneinander zu kommunizieren („parallelism“) (vgl. ebd., S. 275).

Ein weiteres Merkmal ist *Permanenz*, damit wird das Ausmaß beschrieben, in dem Inhalte oder Nachrichten nach einer ursprünglichen Interaktion der Veröffentlichung zugänglich bleiben. Jugendliche scheinen sich dieser Permanenz bei einigen Medien bewusst zu sein, etwa beim Posten von Beiträgen auf Plattformen, bei anderen Medien scheint die Permanenz weniger deutlich zu sein. So sind Inhalte bei Plattformen wie zum Beispiel Snapchat zwar nur kurz sichtbar, können aber unter anderem durch Screenshots oder Fotos dauerhaft gesichert werden. Um sich dieser Permanenz bewusst zu sein, scheinen Jugendliche in der Lage sein zu müssen, sie nachvollziehen zu können. Dies kann zum Beispiel geschehen, indem sie Beiträge in ihrem Profil nachverfolgen können, eine Möglichkeit, die beim Teilen über Snapchat nicht möglich ist. Die Permanenz in den sozialen Medien ermöglicht Nutzer:innen das Suchen, Abrufen, Replizieren und Überprüfen von Inhalten, was eine langfristige Verarbeitung und Nutzung von geteilten Inhalten ermöglicht (vgl. ebd. S. 275).

Publizität beschreibt die Möglichkeiten sozialer Medien, mit einer großen Öffentlichkeit zu kommunizieren, seien es Peers, Erwachsene oder fremde Personen, was offline oft nicht in gleichem Maße möglich wäre. Dies umfasst einerseits das öffentliche Teilen von Beiträgen mit einer Vielzahl an Follower:innen, andererseits die Kommunikation in Gruppenchats mit vielen Teilnehmer:innen gleichzeitig (vgl. ebd., S. 276). Im Sinne des Ansatzes eines imaginären

Publikums wird durch Publizität ein tatsächliches Publikum kreiert, allerdings machen soziale Medien es kompliziert einzuschätzen, wer wirklich dem Publikum angehört und zum Beispiel Posts online sieht und wer dagegen nicht. Nur weil jemand dem imaginären Publikum einer:ines Jugendlichen angehört, muss diese Person nicht unbedingt wirklich sehen was gepostet wird (vgl. boyd⁹ 2020, S. 31f.).

Als weiteres Merkmal werden die Zugänglichkeit zu und das einfache Teilen von Inhalten unabhängig vom Standort als *Verfügbarkeit* bezeichnet. Dies beinhaltet auch die Leichtigkeit, mit der Kontakt hergestellt und Netzwerken beigetreten werden kann. Ein zentrales Merkmal hiervon ist „[...] the removal of barriers, physical or otherwise, in regard to communication.” (Nesi et al. 2018, S. 276).

Ein weiteres Merkmal ist *Cue*¹⁰-*Abwesenheit*, da durch die fehlende physische Präsenz bei der Online-Kommunikation häufig wichtige interpersonelle Signale, wie zum Beispiel Tonfall, Gestik oder Mimik verloren gehen. Dadurch werden der Ausdruck und die Wahrnehmung von Emotionen eingeschränkt. Das Vorhandensein von Cues kann je nach Medium variieren, so sind bei der Videokommunikation noch mehrere visuelle und akustische Cues vorhanden, während in voll anonymisierten Textumgebungen oft alle identifizierbaren Informationen fehlen (vgl. ebd., S. 276f.).

Des Weiteren ermöglichen es soziale Medien, soziale Interaktionen in Form von Zahlen darzustellen. Diese *Quantifizierbarkeit* ermöglicht es zum Beispiel durch „Likes“, „Shares“, „Kommentare“ oder die Anzahl von Follower:innen soziale Aktivitäten messbar darzustellen. Ein Extrembeispiel hierfür bietet die Plattform Snapchat, die zum einen allen Nutzer:innen einen „Snapchat-Score“ zuordnet, der die Anzahl der gesendeten und empfangenen Nachrichten widerspiegelt, zum anderen wird durch „Snapchat-Flammen“ ein Streak angezeigt, also wie viele aufeinanderfolgende Tage Nutzer:innen sich Posts hin und her geschickt haben (vgl. ebd., S. 277).

Zuletzt beschreibt *Visualität* das Ausmaß, in dem ein Medium den Fokus auf das Teilen visueller Inhalte wie Fotos oder Videos legt. Verschiedene Plattformen, darunter Instagram und Snapchat, bieten Filter und andere visuelle Werkzeuge an, um ästhetische Inhalte zu erstellen. Dadurch wird eine visuelle Kommunikation gefördert, zum Beispiel durch den Austausch von

⁹ Eigenschreibweise der Autorin

¹⁰ Um die Kernbedeutung des englischen Begriffes in der Übersetzung beizubehalten, wird der englische Begriff „Cue“ hier im Deutschen weiterverwendet, um die Varianz interpersoneller Signale wie Tonfall, Mimik und Gestik darzustellen.

Selfies. Durch diese Fokussierung auf visuelle Inhalte entsteht jedoch häufig eine zweidimensionale Darstellung von Identität, die weniger komplex ist als durch persönliche Interaktionen. Durch diese sieben Merkmale entsteht laut Nesi et al. ein einzigartiges Online-Umfeld, das sich stark von der Offline-Umwelt unterscheidet. Um dieses Umfeld zu beschreiben, führen sie die Bezeichnung des „*Transformation Framework*“ (Nesi et al. 2018, S. 277) ein. Dieses kann die Kommunikation von Menschen miteinander beeinflussen, ebenso wie sie sich online präsentieren und Inhalte konsumieren. Inwiefern dies die Sozialbeziehungen von Jugendlichen und somit möglicherweise ihre Entwicklung beeinflussen kann, wird im Verlauf dieser Arbeit näher beleuchtet.

4. Einfluss sozialer Medien auf die Beziehungen und die psychosoziale Entwicklung Jugendlicher

Nachdem die vorherigen Kapitel eine Grundlage für die Fragestellung gelegt haben, setzt sich dieses Kapitel nun mit der Beantwortung dieser auseinander. Es soll zunächst der Einfluss sozialer Medien und digitaler Kommunikation auf die (Freundschafts-)Beziehungen Jugendlicher festgestellt werden (4.1.). Im Anschluss wird der Einfluss auf verschiedene Aspekte der psychosozialen Entwicklung Jugendlicher beleuchtet (4.2.). Dafür werden vorhandene Literatur und Forschungen analysiert und in Kontext der zuvor beschriebenen Grundlagen gesetzt.

4.1. Einfluss von sozialen Medien auf die Freundschaftsbeziehungen Jugendlicher

Durch die vielfachen Besonderheiten der digitalen Umgebung können sich die Beziehungen Jugendlicher auf unterschiedlichste Arten und Weisen verändern. Die verschiedenen Merkmale sozialer Medien erschaffen neue Möglichkeiten Beziehungen zu knüpfen und zu pflegen und verändern das Kommunikationsverhalten. So verändern sich bestehende Beziehungen (4.1.1.) und es kann das soziale Netz erweitert werden (4.1.2.). Anhand mehrerer Studien versucht dieses Kapitel einen Überblick darüber zu schaffen, welche Rolle soziale Medien bei diesen Aspekten spielen und wie diese dadurch beeinflusst oder verändert werden.

4.1.1. Bestehende Beziehungen

Zahlreiche empirische Untersuchungen stellen fest, dass Jugendliche soziale Medien vorwiegend nutzen, um mit ihren Offline-Freund:innen in Kontakt zu bleiben und bestehende Beziehungen zu stärken (vgl. z. B. Yau/Reich 2019, S. 200). Eine viel zitierte Studie von Reich/Subrahmanyam/Espinoza (2012) zeigt, dass die sozialen Netzwerke Jugendlicher online und offline

stark miteinander verbunden sind. Dabei stammen die meisten ihrer Online-Kontakte aus ihrem direkten Offline-Umfeld (vgl. Reich et al. 2012, S. 365). Diese Erkenntnis unterstreicht, dass digitale Plattformen weniger als Ersatz für physische Begegnungen dienen, sondern vielmehr als ergänzende Kommunikationskanäle fungieren.

Um die Rolle von Online-Kommunikationsmitteln in Freundschaften zu erforschen, haben Mittmann/Woodcock/Dörfler/Krammer/Pollak/Schrank (2022) zehn bis 14-Jährige befragt. Des Weiteren hat Amanda Lenhart (2015) die Ergebnisse einer Studie analysiert, in der 13 bis 17-Jährige zu Freundschaften im digitalen Zeitalter befragt wurden. Zwar decken beide Studien leicht unterschiedliche Altersgruppen ab, jedoch haben die Ergebnisse und Aussagen beider Studien große Ähnlichkeiten miteinander und stimmen ebenfalls mit den zuvor beschriebenen Ergebnissen der JIM-Studie überein. Der Besitz eines Handys sowie der Zugang zu Internet und sozialen Medien werden als entscheidend für Freundschaften und deren Pflege wahrgenommen. (vgl. Lenhart 2015, S. 4; Mittmann et al. 2022, S. 12). So stehen Jugendliche mit einem Zugang zu Handy, Internet und sozialen Medien eher täglich in Kontakt mit Freund:innen als Jugendliche, die einen oder mehrere dieser Zugänge nicht haben (vgl. Lenhart 2015, ebd.). Die Hälfte der von Lenhart befragten Jugendlichen nennt das „Texting“ als häufigste Kommunikationsform mit engen Freund:innen, insgesamt scheinen Wege der Smartphone-basierten Kommunikation (telefonieren, Nachrichten oder soziale Medien) die beliebtesten Kommunikationswege mit engen Freund:innen zu sein (vgl. ebd.). Dabei lassen sich in der digitalen Kommunikation variierende Level an Intimität wiederfinden, von oberflächlichen Interaktionen, wie zum Beispiel zur Organisation von Dingen, über leichte Nachrichten – zum Beispiel der Austausch von lustigen Videos oder Smalltalk – und Selbstdarstellungen, bis hin zu intimen Themen (vgl. Mittmann et al. 2022, S. 14). Die Ergebnisse dieser beiden Studien verdeutlichen gut, dass Handys und soziale Medien eine maßgebliche Rolle in den Freundschaften von Jugendlichen spielen. Die Forschung ist sich dabei allerdings uneinig, ob dies nun eine Bereicherung oder eine Beeinträchtigung für bestehende Freundschaften Jugendlicher darstellt. Dazu wurden zwei verschiedene Hypothesen aufgestellt, die versuchen die Konsequenzen darzustellen:

Die sogenannte *Verdrängungshypothese* geht davon aus, dass die Nutzung digitaler Medien und des Internets soziale Interaktionen im realen Leben ersetzt und dadurch das Wohlbefinden von Jugendlichen beeinträchtigt. Digitale Beziehungen werden als weniger qualitativ hochwertig angesehen als solche, die im direkten persönlichen Kontakt geformt werden, da diesen Zuneigung und Engagement fehlen würde. Dies führt dazu, dass Jugendliche durch die vermehrte Internetnutzung schwächeren Bindungen den Vorzug vor stärkeren geben könnten (vgl. z. B.

Kraut/Patterson/Lundmark/Kiedler/Mukopadhyay/Scherlis 1998, S. 1028 in: Valkenburg/Peter 2007, S. 1170).

Im Gegensatz dazu postuliert die *Stimulationshypothese* eine Verbesserung der Freundschaftsqualität. Das Vorhandensein von Kommunikationstechnologien wie zum Beispiel Instant Messaging würde Jugendliche dazu ermutigen, mehr mit bereits vorhandenen Freund:innen zu kommunizieren (vgl. Valkenburg/Peter 2007, S. 1178). Inzwischen wird weitgehend die Stimulationshypothese vertreten. So konnten Valkenburg und Peter feststellen, dass Internetkommunikation im Zusammenhang mit verbrachter Zeit mit Freund:innen und der Qualität existierender Freundschaften Jugendlicher steht (vgl. ebd.).

Eine modernere Perspektive bietet Malinda Desjarlais (2019), sie schlägt gleichzeitig auch eine Erklärung für den Kurswechsel der Forschung von negativen zu überwiegend positiven Konsequenzen sozialer Medien vor. Grund dafür könnte laut ihr die starke Zunahme der Internetnutzung unter Jugendlichen sein. Während frühere Studien aus den 1990er Jahren (z. B. durch Kraut et al. 1998) vor allem erstmalige Internetnutzer:innen erforschten, deren Offlineumfeld weitestgehend noch nicht online war, zeigen neuere Studien (z. B. durch Reich et al. 2012), dass online eben vor allem mit dem Offline-Umfeld kommuniziert wird. Soziale Medien werden als ein „[...] tool for socialization [...]“ (Desjarlais 2019, S. 5) genutzt, sie ergänzen den Kontakt zum Offline-Umfeld, aber ersetzen ihn nicht (vgl. ebd.).

Wichtig zu erwähnen ist dabei auch, dass Valkenburg und Peter die positiven Effekte der Onlinekommunikation nur beim Kontakt mit vorhandenen Freund:innen feststellen konnte, nicht aber bei anonymen Kontakten zum Beispiel über Chatrooms (vgl. Valkenburg/Peter 2007, S. 1178).

Des Weiteren erweitern soziale Medien Freundschaften nicht nur, sie *verändern auch deren Dynamik und die Kommunikation*. In Kapitel 3.3. wurde bereits das Transformation Framework vorgestellt, anhand dessen Merkmale Nesi et al. (2018) fünf Dimensionen identifizieren, innerhalb derer sich Peer-Beziehungen durch soziale Medien verändern:

1. Es nehmen die Häufigkeit und Unmittelbarkeit von Peer-Interaktionen zu. Durch zum Beispiel Asynchronität und Verfügbarkeit ist Kommunikation unabhängig von zeitlichen und geografischen Grenzen. Dadurch können Jugendliche öfter und leichter in Kontakt miteinander treten.
2. Es verstärken sich die Anforderungen an Beziehungen und die Intensität von Kommunikation. Aufbauend auf der ersten Dimension steigen durch den vereinfachten Kontakt

auch die Erwartung an Verfügbarkeit und die Anforderung, immer erreichbar zu sein. Hierauf wird ausführlicher in Kapitel 4.2.4. eingegangen.

3. Die Qualität von Interaktionen kann sich verändern, indem diese durch Merkmale wie Cue-Abwesenheit und Asynchronität verändert wahrgenommen werden kann. Kommunikation oder auch Unterstützungsprozesse könnten als weniger reichhaltig wahrgenommen werden und das Risiko für Missverständnisse könnte sich erhöhen.
4. Es werden Möglichkeiten für kompensatorisches Verhalten geschaffen. Jugendliche könnten Verhaltensweisen, welche offline möglich wären, wegen verbessertem Komfort oder besserer Zugänglichkeit vermehrt online ausführen.
5. Zuletzt entstehen auch Möglichkeiten für neue Verhaltensweisen, die offline gar nicht möglich gewesen wären. So können zum Beispiel private Inhalte geteilt oder bearbeitet werden, was vor allem in Fällen von Mobbing zu neuen Herausforderungen führen könnte.

(vgl. Nesi et al. 2018, S. 278)

Zusammenfassend lässt sich also feststellen, dass soziale Medien Freundschaften vor allem erweitern oder ergänzen, nicht aber ersetzen. So könnte sich durch die neuen Kommunikationsmöglichkeiten die Freundschaftsqualität sogar verbessern. Des Weiteren verändern sich Peer-Beziehungen durch die neuen Möglichkeiten, die durch soziale Medien entstehen. Mit diesen neuen Möglichkeiten kommen allerdings auch neue Herausforderungen, von denen einige im späteren Verlauf dieser Arbeit thematisiert werden.

4.1.2. Erweiterung des sozialen Netzes

Obwohl Jugendliche – wie im vorherigen Kapitel festgestellt – primär mit Leuten online kommunizieren, die ihnen durch ihren Offline-Alltag bekannt sind, kann durch die Verfügbarkeit sozialer Medien, vor allem dem Fehlen geografischer Grenzen, auch eine Erweiterung des sozialen Netzes durch soziale Medien stattfinden (vgl. Nesi et al. 2018, S. 275; Webster/Dunne/Hunter 2021, S. 201).

Yau und Reich (2019) stellen bei einer Befragung zwölf bis 18-Jähriger fest, dass Plattformen wie Facebook und Instagram häufig auch genutzt werden, um einen Onlinekontakt mit Personen herzustellen, die offline neu kennengelernt wurden. Dabei werden diese meistens zunächst bei diesen Plattformen hinzugefügt, bevor andere Plattformen hinzukommen. Sie stellen ebenfalls fest, dass zwar vor allem Personen hinzugefügt werden, die Jugendliche offline kennen, „kennen“ aber in diesem Fall sehr lose gefasst ist. Das beinhaltet auch Personen, die mal

gesehen wurden, mit denen mal geredet wurde, die auf die gleiche Schule gehen oder mit denen man gemeinsame Freund:innen hat (vgl. Yau/Reich 2019, S. 200). Infolgedessen erschaffen Jugendliche „[...] a diverse network of people of varying degrees of closeness to whom they could share information and present themselves. [Facebook und Instagram] were not exclusive spaces for close friends to interact.“ (ebd., S. 201) Es scheint also durch soziale Medien eine Erweiterung des sozialen Netzes stattzufinden. Allerdings scheint das Hinzufügen neuer Kontakte zumindest minimal an die Offline-Umgebung geknüpft zu sein, indem irgendeine Art von Verbindung zu Personen offline besteht, die neu dem Online-Netz hinzugefügt werden.

Weiterhin scheint das Hinzufügen von Personen, denen man persönlich nicht nahesteht mit fortschreitendem Alter nachzulassen. So stellen Yau und Reich in ihrer Befragung fest, dass viele ältere Jugendliche den Kontakt mit ihnen kaum bekannten Peers als nicht bedeutungsvoll empfinden. Sie führen dies auf die schwindende Wichtigkeit von Beliebtheit mit zunehmenden Alter zurück, wenn Jugendliche selbstständiger werden und Intimität eher durch einzelne Beziehungen suchen (vgl. ebd., S. 205).

Dennoch zeigen andere Forschungen auch das Schließen neuer Freundschaften durch digitale Technologien. Amanda Lenhart befragte 13 bis 17-Jährige ebenfalls zu Freundschaften in digitalen Zeiten. Ihre Ergebnisse zeigen, dass 57 % der befragten Jugendlichen bereits online neue Freundschaften geschlossen haben, die Hälfte davon hat sogar mehr als fünf neue Freund:innen durch digitale Technologien geschlossen. Sie stellt fest, dass Jungen eher online Freundschaften schließen als Mädchen. Eine weitere Rolle spielt das Alter, da ältere Jugendliche eher Freundschaften online schließen als jüngere (vgl. Lenhart 2015, S. 3). Damit entsteht ein interessanter Kontrast zu den Ergebnissen von Yau und Reich, die mit zunehmendem Alter eine Verminderung des Hinzufügens von und Kontaktes mit weniger engen Kontakten feststellen. Eine mögliche Erklärung könnte sein, dass Jugendliche mit zunehmendem Alter engere Beziehungen vor losen Kontakten bevorzugen, wodurch sich der Fokus bei der Nutzung sozialer Medien möglicherweise eher zum Schließen weniger enger Kontakte, als dem Hinzufügen vieler unbedeutender neigt.

Insgesamt scheinen Videospiele eine häufige Quelle für neue Freundschaften zu sein, so schließen Jugendliche, die online Videospiele spielen, häufiger neue Freundschaften als andere. Aber auch soziale Medien sind eine Quelle für neue Freundschaften, so haben 61 % der durch Lenhart befragten Jugendlichen, die soziale Medien nutzen, schon neue Freundschaften durch soziale Medien geschlossen. Insgesamt schließen mehr der befragten Jugendlichen Freundschaften

über soziale Medien als über Videospiele, wobei männliche Jugendliche gleichermaßen über beide Medien neue Freundschaften schließen (vgl. Lenhart 2015, S. 3)

Unter anderem Valkenburg und Peter (2011) präsentieren zwei Hypothesen, die zu erklären versuchen, wie und warum Jugendliche ihr soziales Netz erweitern:

Die „*Rich-get-richer-Hypothese*“ besagt, dass primär extrovertierte Jugendliche mit besser ausgeprägten sozialen Fähigkeiten von Online-Kommunikation profitieren. Merkmale sozialer Medien, wie zum Beispiel Asynchronität und Verfügbarkeit vereinfachen den Kontakt online. Dadurch entwickeln sich vorhandene soziale Fähigkeiten und das Schließen neuer Freundschaften wird online erleichtert (vgl. Peter/Valkenburg/Schouten 2005, S. 423; Valkenburg/Peter 2011, S. 124).

Die „*Social Compensation Hypothese*“ dagegen geht davon aus, dass vermehrt introvertierte, einsame Jugendliche mit weniger ausgeprägten sozialen Fähigkeiten von Online-Kommunikation profitieren. Durch die Cue-Abwesenheit können schwächere soziale Fähigkeiten kompensiert werden, wodurch introvertierte Jugendliche sich online leichter selbst enthüllen, und dadurch einfacher neue Freundschaften schließen könnten (vgl. Peter et al. 2005, S. 423; Valkenburg/Peter 2011, S. 124).

Allerdings stellen Peter et al. (2005) in Rahmen ihrer Arbeit ebenfalls fest, dass beide Hypothesen zwar wertvolle Beschreibungen von möglichen Auswirkungen der Online-Kommunikation bieten, aber nicht ausreichend in der Lage sind zu erklären, wie und warum Jugendliche online Freundschaften schließen. So scheinen Introversion oder Extroversion dies nicht direkt zu beeinflussen, viel mehr beeinflusst dies die Selbstenthüllung, die Häufigkeit der Online-Kommunikation und das Motiv zur sozialen Kompensation. Peter et al. (2005) gehen infolgedessen von einer modifizierten Rich-get-richer-Hypothese aus. Aufgrund ihrer ausgeprägteren sozialen Fähigkeiten würden extrovertierte Jugendliche sich online besser selbst enthüllen und leichter mit anderen interagieren. Dementsprechend würde Online-Kommunikation primär für extrovertierte Jugendliche neue Möglichkeiten schaffen, Freundschaften zu schließen. Allerdings zeigen die Ergebnisse, dass auch introvertierte Jugendliche online Freundschaften schließen. Kernmotivator ist in dem Fall soziale Kompensation, was wiederum Selbstenthüllung und die Häufigkeit der Online-Kommunikation verstärkt. So schlussfolgern sie, dass die sozialen Auswirkungen des Internets tatsächlich von den *Motiven der Nutzer:innen* abhängen. Diese müssten berücksichtigt werden, anstatt von den Eigenschaften des Mediums auf Nutzung und Auswirkungen zu verallgemeinern (vgl. ebd., S. 428f.)

Um die gemischten Ergebnisse zu interpretieren, erweitern Desjarlais und Willoughby (2010) in ihrer Forschung den Rahmen beider Hypothesen, indem sie davon ausgehen, dass im Sinne der Social-Compensation-Hypothese sozial ängstliche Jugendliche, die Online-Kommunikation nutzen, bedeutungsvollere Freundschaften haben als sozial ängstliche Jugendliche, die weniger online kommunizieren. Bezogen auf die Rich-get-richer-Hypothese wird von einem ähnlichen Standpunkt ausgegangen, dass durch ihre stärker ausgeprägten sozialen Fähigkeiten extrovertierte und sozial weniger ängstliche Jugendliche ebenfalls von Online-Kommunikation in ihren Freundschaften profitieren (vgl. Desjarlais/Willoughby 2010 ind. zit. n. Desjarlais 2019, S. 8). Dabei stellen sie fest, dass Online-Kommunikation bei Mädchen zu einer Verbesserung der Qualität ihrer Freundschaften führt, unabhängig vom Grad der sozialen Ängstlichkeit. Hierbei werden also beide Hypothesen unterstützt. Jungen dagegen profitieren vor allem von Online-Kommunikation, wenn sie sozial ängstlicher sind. Bei Jungen mit wenig bis keine sozialen Ängsten zeigt sich kein Einfluss von Online-Kommunikation auf die Qualität ihrer Freundschaften. Es wird also nur die Social-Compensation-Hypothese gestützt (vgl. Desjarlais/Willoughby 2010 ind. zit. n. Desjarlais 2019, S. 9).

Desjarlais (2019) schlussfolgert daraus, dass von Möglichkeiten zur Online-Selbstenthüllung vor allem Mädchen profitieren. Sozial unsicheren Jungen scheint es allgemein schwer zu fallen, sich Freund:innen gegenüber selbst zu enthüllen, dadurch profitieren sie im Vergleich zu sozial weniger unsicheren Jungen mehr von Online-Kommunikation (vgl. ebd., S. 9). Sie betont auch, dass Onlinekommunikation vor allem für sozial unsicherere Jugendliche eine Stütze sein kann, nicht aber als Lösung für soziale Schwierigkeiten oder als Ersatz für Kommunikation von Angesicht zu Angesicht betrachtet werden kann (vgl. ebd., S. 14).

Betrachtet man beide Erklärungsansätze, lässt sich zusammenfassend feststellen, dass die zentralen Faktoren zur Erweiterung des sozialen Netzes durch Online-Kommunikation zum einen die Motive der Nutzung und zum anderen der Grad an Selbstenthüllung sind. Das deckt sich sowohl mit den Ergebnissen des vorherigen Kapitels, als auch mit Erkenntnissen im weiteren Verlauf der Arbeit, die in sozialen Medien vor allem ein Werkzeug der Sozialisation erkennen. Zudem wird die die Selbstenthüllung in den folgenden Kapiteln zur psychosozialen Entwicklung noch eine wichtige Rolle spielen.

4.2. Auswirkungen auf psychosoziale Entwicklung

Nachdem das vorherige Kapitel einen Einblick in den Einfluss sozialer Medien auf die Beziehungen Jugendlicher geliefert hat, wird dieses Kapitel nun den Fokus auf die

psychosoziale Entwicklung legen. Dabei wird der Fokus vor allem auf die Aspekte der Entwicklung Jugendlicher gelegt, die durch soziale Medien und ihre Peer-Beziehungen beeinflusst werden. Eine große Rolle spielt dabei die Identitätsentwicklung. Bereits Erikson hat diese als Kernaufgabe der Jugendphase betitelt und auch in aktuellen Forschungen zu Jugend und sozialen Medien spielt diese eine wichtige Rolle.

Vanesa Pérez-Torres (2024) betrachtet Identitätsentwicklung in einer komplexen Wechselwirkung zwischen intrapersonellen, interpersonellen und sozialen Bereichen, letzteren machen in dieser Betrachtung die sozialen Medien aus. Die folgende Abbildung zeigt ihr Modell der Identitätsentwicklung. Demnach werden intrapersonelle und interpersonelle Identitätsentwicklung im sozialen Umfeld der sozialen Medien betrachtet. Verschiedene Aspekte der Identitätsentwicklung, wie das Selbstkonzept und die Selbstpräsentation als Teil der intrapersonellen Identitätsentwicklung, sowie das Online-Publikum, Vorbilder und soziale Vergleiche als Teil der interpersonellen Identitätsentwicklung können innerhalb der sozialen Medien stattfinden (vgl. ebd., S. 22175):

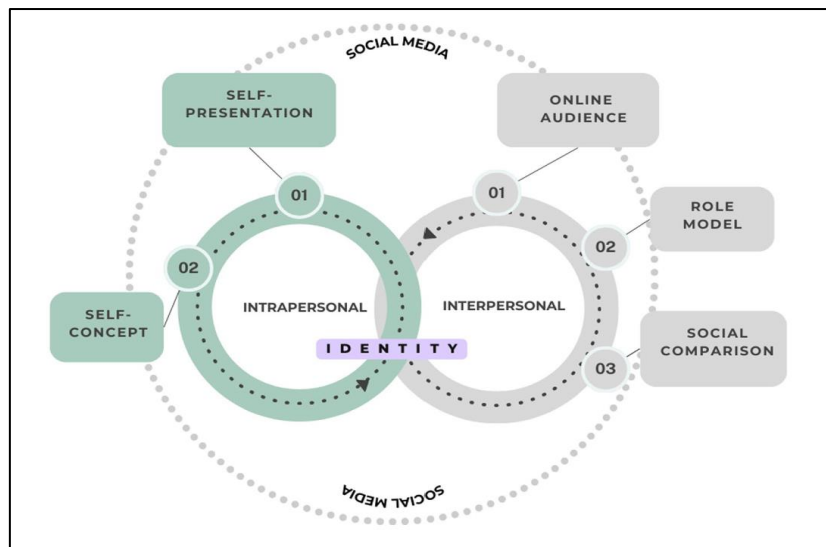


Abb. 1: Identitätsentwicklung auf intrapersoneller und interpersoneller Ebene im Kontext sozialer Medien (Quelle: Pérez-Torres 2024, S. 22175)

Dieses Kapitel orientiert sich an diesem Modell und teilt die Betrachtung daher ebenfalls in die intrapersonelle (4.2.1.) und interpersonelle (4.2.2) Identitätsentwicklung auf und ergänzt das Thema durch einen gesonderten Fokus auf die Entwicklung des Selbstwerts (4.2.3). Zuletzt wird ebenfalls ein Fokus auf die soziale Entwicklung gelegt, die im Kontext sozialer Medien stattfindet (4.2.4.).

4.2.1. Intrapersonelle Identitätsentwicklung

Als Teil der intrapersonellen Entwicklung der Identität beschreibt Pérez-Torres die Fähigkeit zur Selbstpräsentation und das Selbstkonzept. Beides sind in der Forschung viel beschriebene Konzepte, die eine wichtige Rolle in der Erforschung sozialer Medien spielen.

Valkenburg und Peter beschreiben *Selbstpräsentation*, neben *Selbstenthüllung*, in ihrer Übersichtsarbeit als eine von zwei zentralen Fähigkeiten, deren Erlernen für die Erfüllung von Entwicklungsaufgaben und somit die Identitätsentwicklung in der Jugend notwendig sind (vgl. Valkenburg/Peter 2011, S. 122). Dabei beziehen sie sich auf die Ausführungen von B.R. Schlenker zum privaten und öffentlichen Selbst, der diese beiden Fähigkeiten als öffentlich und in Maßen für andere vorgeführt beschreibt. Damit stehen diese in Kontrast zu zum Beispiel Selbstreflexion, welche privat und für die eigene Person durchgeführt wird (vgl. Schlenker 1986, S. 22). Selbstpräsentation ist dabei oberflächlicher, es werden ausgewählte Aspekte der eigenen Personen anderen präsentiert, während Selbstenthüllung das Enthüllen intimerer Aspekte des wahren Selbst beschreibt (vgl. Valkenburg/Peter 2011, S. 122).

Durch die sozialen Medien haben Jugendliche einen neuen Kontext, in dem selektiv Selbstpräsentation stattfinden kann. Die Visualität sozialer Medien ermöglicht neue Formen der Selbstpräsentation, indem gewünschte, meist positive Bilder kontrolliert präsentiert werden können. Das Veröffentlichte kann online bearbeitet und getestet werden, dies kann einen positiven Einfluss auf die Identitätsfindung haben (vgl. Pérez-Torres 2024, S. 22171). Dadurch kann gewissermaßen eine Rollenexploration stattfinden, die maßgeblich zur Identitätsbildung beitragen kann.

Das vorherige Kapitel zeigte zudem bereits, dass auch Selbstenthüllung eine wichtige Rolle im Kontext sozialer Medien spielt, insbesondere im Zusammenhang mit der Erweiterung des sozialen Umfelds durch oder mit Hilfe von sozialen Medien. Reich et al. stellen fest, dass soziale Unterstützung innerhalb der sozialen Medien die Selbstenthüllung Jugendlicher fördern würde (vgl. Reich et al., S. 15).

Das von Pérez-Torres als zweiten Aspekt der intrapersonellen Identitätsentwicklung beschriebene *Selbstkonzept* (von Campbell auch als „Klarheit über das Selbstkonzept“ beschrieben) bezeichnet das Ausmaß, in dem Überzeugungen und Meinungen über das eigene Selbst klar und selbstbewusst definiert, sowie innerlich konsistent und stabil sind (vgl. Campbell 1990 ind. zit. n. Valkenburg/Peter 2011, S. 123). Somit braucht es ein klares Selbstkonzept, um im Sinne von Erikson eine stabile Identität zu entwickeln, und sich nach Marcia einer Identität zu

verpflichten, sodass eine übernommene oder bestenfalls eine erarbeitete Identität entwickelt werden kann.

Um den Einfluss von Onlinekommunikation auf das Selbstkonzept zu beschreiben, gibt es – wie im folgenden zitiert – zwei gegensätzliche Hypothesen. Zunächst beschreibt die *Selbstkonzept-Fragmentierungshypothese*, dass durch die Möglichkeit, online verschiedene Identitäten zu erstellen, die Persönlichkeit Jugendlicher fragmentieren könnte. Durch die vielen Wege, neue Beziehungen zu schließen und dadurch mit neuen Menschen und Ideen in Kontakt zu kommen, könnten fragile Identitäten weiter destabilisiert werden. Im Gegensatz dazu beschreibt die *Selbstkonzept-Einheitshypothese*, dass die Vielfalt an Online-Aktivitäten im Internet Jugendlichen Gelegenheiten bietet, mit unterschiedlichen Menschen zu interagieren. Dadurch können sie authentische Aspekte ihres Selbst präsentieren und durch ein erweitertes soziales Feedback validieren lassen und somit mehr Klarheit über ihr Selbstkonzept erhalten. Valkenburg und Peter (2011) fanden widersprüchliche Ergebnisse, so konnten sie keine eindeutigen Beweise weder für positive noch für negative Auswirkungen des Internets auf die Klarheit über das Selbstkonzept finden. Stattdessen würden andere Faktoren, wie Einsamkeit oder soziale Ängste einen stärkeren Einfluss darauf haben (vgl. ebd. 2011, S. 123). Da jedoch das Modell von Pérez-Torres Wechselwirkungen zwischen den einzelnen Faktoren der Identitätsentwicklung beschreibt ist nicht auszuschließen, dass das Selbstkonzept nicht indirekt anderweitig durch das Internet und soziale Medien beeinflusst wird. In Kapitel 4.2.3. wird dies aus einer anderen Perspektive daher noch einmal näher beleuchtet werden.

4.2.2. Interpersonelle Identitätsentwicklung

Eine wichtige Rolle bei der interpersonellen Identitätsentwicklung im Kontext sozialer Medien spielt – wie im Folgenden zitiert – das *Publikum*, das Jugendliche online in den sozialen Medien finden. Durch die Publizität sozialer Medien steht ihnen ein großes Publikum zur Verfügung, an dem Jugendliche sich in ihrer Identitätsfindung orientieren können. Durch den verstärkten Fokus auf die eigene Person in der Adoleszenz ist dieses Publikum sehr wichtig für die Identitätsfindung Jugendlicher, da es ihnen ermöglicht diese eigene Identität zu gestalten, zu präsentieren und Feedback von Gleichaltrigen dafür zu erhalten. Vor allem durch den Wunsch nach Zugehörigkeit und Anerkennung ist das online präsentierte Bild häufig ein idealisiertes. Trotzdem spielen für Jugendliche dieses Feedback eine wichtige Rolle, so kann ein positives Feedback den Selbstwert stärken, das Selbstkonzept validieren und ein Zugehörigkeitsgefühl vermitteln (mehr dazu im folgenden Kapitel) (vgl. Pérez-Torres 2024, S. 22172). Während Erikson

Gleichaltrige bereits als wichtige Quelle der Anerkennung und Bestätigung beschrieb, transportieren sich diese Prozesse also nun in die digitale Umgebung. Durch Selbstpräsentation kann eine Rollenexploration stattfinden, die in den sozialen Medien durch das digitale Umfeld validiert werden kann.

Allerdings spielt nicht nur das reale Publikum online eine wichtige Rolle, sondern auch das imaginäre. Dadurch, dass Jugendliche häufig hunderte Kontakte online haben, sei es laut Cingel und Krcmar unwahrscheinlich, dass alle diese Kontakte tatsächlich das Profil eines Individuums besuchen. Infolgedessen sei das von Jugendlichen online wahrgenommene Publikum ein imaginäres Publikum (vgl. Cingel/Krcmar 2014, S. 156). Dabei wird das imaginäre Publikum genutzt, um das eigene Verhalten und Auftreten auszuprobieren und zu bestimmen. Es wird die Perspektive des imaginären Publikums eingenommen, um die Gestaltung des Onlineauftritts daran zu orientieren und einem imaginären Publikum somit zu gefallen (vgl. ebd.; Pérez-Torres 2024, S. 22172).

Als weiteren Aspekt der interpersonellen Identitätsentwicklung beschreibt Pérez-Torres (2024) die *Rolle von Online-Vorbildern*. Rollenvorbilder können eine wichtige Quelle der Rollenexploration und somit der Identitätsentwicklung sein, wie auch Erikson sie beschrieben hat. Im Kontext sozialer Medien wird diese Rolle, außerhalb vom eigenen Umfeld, vor allem von Prominenten und Influencer:innen übernommen, die Teile ihres Lebens online präsentieren (vgl. ebd., S. 22174). Durch das Fehlen von geografischen Grenzen können Jugendliche online deren Leben verfolgen und persönliche Einblicke in den Alltag der Prominenten erhalten, sodass das Gefühl entsteht, sie seien ein Teil dieses Lebens (vgl. Webster et al., S. 201). Dabei können Online-Persönlichkeiten als Referenz für die eigene Identitätsentwicklung Jugendlicher fungieren, indem Jugendliche sich mit diesen identifizieren (vgl. Pérez-Torres 2024, S. 22174).

Parasoziale Beziehungen können hierbei verschiedene positive und negative Auswirkungen haben. Zum Beispiel können sie eine Vorbildfunktion haben, Rollenexploration bedingen, positives Verhalten bewerben oder verschiedene Stigmata abbauen. Andererseits kann die Vorbildfunktion auch negative Folgen haben, die zum Beispiel Risikoverhalten, ein negatives Selbstwert durch Aufwärtsvergleiche bedingen oder kritische Inhalte verbreiten, die von Jugendlichen übernommen werden (vgl. Hoffner/Bond 2022, S. 2). So beschreibt die Medienpsychologin Nicola Döring die Reproduktion hegemonialer Geschlechterbilder innerhalb der sozialen Medien. Dies geschieht zum Beispiel durch Influencer:innen wie Andrew Tate, der mit seinen Millionen Follower:innen (zu denen viele männliche Jugendliche gehören) seine kritischen und häufig misogynen Inhalte teilt und sein Bild des „echten Mannes“ verbreitet (vgl. Döring 2023,

S. 11). Aber auch toxische Weiblichkeit und damit einhergehend unrealistische Körper- oder Rollenbilder lassen sich finden, von Inszenierungen bis hin zu Idealisierungen von zum Beispiel Essstörungen (vgl. Döring 2023, S. 13f.). Allerdings sei auch immer das Gegenteil zu finden, so gäbe es auch viele Influencer:innen die andere Inhalte verbreiten, zum Beispiel in Form von alternativen Geschlechterbildern und Schönheitsidealen, sowie Aufklärung zu verschiedensten Themen (vgl. ebd., S. 15).

Warum parasoziale Beziehungen so einen Einfluss auf Jugendliche haben können, erklären Hoffner und Bond (2022) wie folgt: Für die Jugendlichen entsteht im Zusammenhang mit Online-Persönlichkeiten ein Bedürfnis nach Zugehörigkeit, welches Hoffner und Bond neben anderen bereits zitierten Studien als einen Kernmotivator für die Nutzung sozialer Medien beschreiben. Sie stellen fest, dass dieses Bedürfnis teilweise auch durch Parasoziale Beziehungen erfüllt werden würde. Parasoziale Beziehungen könnten Offline-Beziehungen ergänzen oder sogar ersetzen, vor allem wenn soziale Defizite in den sozialen Netzen offline vorhanden sind. Unter anderem die soziale Isolation während der Coronapandemie habe gezeigt, dass Parasoziale Beziehungen durchaus wertvoll für soziale Verbindungen und das Wohlbefinden sein können, vor allem wenn herkömmliche soziale Routinen nicht zur Verfügung ständen (vgl. ebd., S. 3)

4.2.3. Selbstwert

Da Selbstwert und Identitätsentwicklung eng miteinander verknüpft sind, wurden viele der hier genannten Aspekte zuvor bereits erwähnt, werden aber im Kontext des Selbstwertes vertieft. Der Selbstwert ist neben dem Selbstkonzept ein wichtiger Aspekt der Identitätsentwicklung (vgl. Campbell 1990 ind. zit. n. Valkenburg/Peter 2011, S. 123) und somit ein wichtiger Teil der psychosozialen Entwicklung. Eine Kernaussage der Selbstwerttheorie bezeichnet den Selbstwert als ein „[...] fundamental human motive [...]“ (Rosenberg/Scholer/Schoenbach 1989, S. 1005), aus diesem Grund haben Menschen ein universelles Bedürfnis, ihn schützen und stärken zu wollen (vgl. ebd., S. 1006). Beeinflusst wird der Selbstwert laut Valkenburg und Peter (2011) unter anderem durch Kontrolle über das eigene Umfeld sowie Zustimmung und Akzeptanz durch andere. Beides kann Jugendlichen die Online-Kommunikation bieten. Diese erlaubt es Nutzer:innen zu kontrollieren, was andere über sie erfahren, ebenso können verschiedene Varianten der eigenen Person online erschaffen oder verändert und die Geschwindigkeit und der Umfang von Selbstenthüllung beeinflusst werden. Die Online-Umgebung schafft einen Rahmen, in dem mit Selbstpräsentation und Selbstenthüllung, sowie dem Feedback anderer darauf (zum Beispiel über Blogs und soziale Medien Seiten) experimentiert werden kann, wodurch

Jugendliche ihren Selbstwert verbessern können. Wenn allerdings vermehrt negative Reaktionen auftreten, hat dies negative Auswirkungen auf den Selbstwert. Zwanghafte Internetnutzung kann ebenfalls mit niedrigem Selbstwert zusammenhängen (vgl. Valkenburg/Peter 2011, S. 123f).

Einfluss auf den Selbstwert können sowohl intrapersonelle als auch interpersonelle Aspekte im Zusammenspiel miteinander haben. Krause/Baum/Baumann/Krasnova (2021) beschreiben dies anhand eines von ihnen entwickelten Modells, dem *Selbstwert-Updating*, welches den Prozess von kurzfristigen Änderungen des Selbstwerts und den Einfluss der sozialen Medien darauf darstellt. Demnach basiert Selbstwert-Updating auf drei verschiedenen Prozessen, die den Selbstwert positiv oder negativ beeinflussen können: soziale Vergleiche, Verarbeitung sozialen Feedbacks und Selbstreflexion (vgl. ebd., S. 13).

Die Theorie des *sozialen Vergleichs* geht davon aus, dass jeder Mensch den Drang hat, seine Meinungen und Fähigkeiten – und in der Folge auch sein Verhalten – zu evaluieren. Dafür werden primär die eigenen Meinungen und Fähigkeiten mit denen der Anderen verglichen, bevorzugt mit Personen die einem Selbst ähnlich sind (vgl. Festinger 1954, S. 117ff.). Dabei können Vergleiche aufwärts stattfinden, mit Personen die besser dastehen als man selbst, was häufig mit negativen Auswirkungen auf den Selbstwert einhergeht. Wenn Vergleiche abwärts stattfinden, also mit Personen die schlechter dastehen, kann dies den Selbstwert dagegen verbessern (z. B. Morse/Gergen 1970; Thornton/Moore 1993; ind. zit. n. Krause et al. 2021, S. 14). Im Kontext sozialer Medien finden soziale Vergleiche häufig statt, oft bedingt durch die positiven Selbstdarstellungen anderer. Dadurch finden primär Aufwärtsvergleiche statt, die negative Auswirkungen auf den Selbstwert haben können (vgl. Krause et al. 2021, S. 14). Eine weitere Rolle spielt in den sozialen Medien, dass sie den Vergleich mit ähnlichen Personen erleichtern. Durch die Funktionsweisen sozialer Medien (allen voran Algorithmen) werden vor allem für die Nutzer:innen relevante Inhalte angezeigt, also Personen und Inhalte, die der eigenen Person und den eigenen Interessen ähneln. Dies regt soziale Vergleichsprozesse weiter an (vgl. Verduyn/Ybarra/Résibois/Jonides/Kross 2017, S. 30).

Als weiteren Aspekt des Selbstwert-Updating wird *soziales Feedback* beschrieben. Um dies zu erhalten, werden Reaktionen aus dem sozialen Umfeld genutzt, um Akzeptanz und Anerkennung durch andere angemessen einschätzen zu können und so das Bedürfnis nach Zugehörigkeit zu erfüllen (vgl. Baumeister/Leary 1995; ind. zit. n. Krause et al. 2021, S. 14). So kann positives Feedback den Selbstwert positiv beeinflussen, negatives Feedback dagegen kann starke negative Auswirkungen auf diesen haben und unter anderem zu Ängsten und zu

Depressionen führen (vgl. Baumeister/Leary 1995; ind. zit. n. Krause et al. 2021, S. 14). Die sozialen Medien können für Selbstpräsentation genutzt werden, um das Auftreten online zu optimieren und so positives Feedback durch Kommentare oder Likes zu erhalten (vgl. Koutamanis/Vossen/Valkenburg 2015, S. 486). Dabei kommt die Quantifizierbarkeit sozialer Medien den Jugendlichen zunutze, da die Reaktionen des Umfelds durch Zahlen gemessen werden können. Insgesamt konnten verschiedene Studien feststellen, dass negatives Feedback online selten ist, und wenn dann häufig ein Resultat von riskanterer Selbstpräsentation und insgesamt riskanterem Auftreten online ist (vgl. ebd. 2015, S. 491f.).

Zuletzt kann das Reflektieren der eigenen Nutzung sozialer Medien (zum Beispiel Interaktionen und das Veröffentlichen von persönlichen Inhalten) eine Form von *Selbstreflexion* sein. So wird das Bewusstsein über positive Effekte der eigenen Personen gestärkt und so der Selbstwert gefördert (vgl. Krause et al. 2021, S. 14). Dabei kann vor allem eine selbstaffirmative Nutzung positive Auswirkungen haben. Dies bedeutet nach Khoo/Yang/Toh (2024) in ihrer dazugehörigen Forschung, dass die jeweiligen Befragten zunächst fünf Minuten auf ihren eigenen Instagram-Profil verbringen sollten. Sie wurden dann aufgefordert, sich zum Beispiel Posts, markierte Beiträge und Highlights anzuschauen und sollten dann reflexive Fragen dazu beantworten. Aufbauend auf der Selbstkonzept-Einheitshypothese von Valkenburg und Peter gehen sie davon aus, dass das Auseinandersetzen mit dem eigenen Profil Möglichkeiten zur Reflexion des eigenen Selbst schafft, infolgedessen Klarheit über das Selbstkonzept fördern kann und dies wiederum den Selbstwert verbessern würde (vgl. ebd. 2024, S. 3-5).

Die genauen Auswirkungen der einzelnen Prozesse unterscheidet sich von Person zu Person, so wäre es auch möglich, dass das bereits vorhandene Selbstwertgefühl einen Einfluss auf die beschriebenen Prozesse und ihre Auswirkungen hat. Des Weiteren könnte es hilfreich sein zu erforschen, welche Rolle zum Beispiel Einsamkeit, Ängste oder Depressionen dabei spielen (vgl. Krause et al. 2021, S. 32).

4.2.4. Soziale Entwicklung

Ein weiterer wichtiger Aspekt der jugendlichen Entwicklung ist die soziale Entwicklung, also das Schließen von sozialen Kontakten und soziale Kompetenzen. So spielen Beziehungen in Erikson und Marcias Theorien zur Identitätsfindung eine wichtige Rolle, Havighurst nennt Kontakte zu Gleichaltrigen als eine Entwicklungsaufgabe und auch Hurrelmann und Quenzel thematisieren soziale Beziehungen durch die Entwicklungsaufgabe „Binden“. Da sich, wie bereits festgestellt, Kommunikations- und Beziehungsdynamiken durch die verschiedenen

Merkmale sozialer Medien ändern, kann man durchaus davon ausgehen, dass sich auch die soziale Entwicklung insgesamt durch soziale Medien verändert.

In Kapitel 4.1.2. wurde bereits der Einfluss sozialer Medien auf die Bildung von Freundschaften thematisiert, dabei wurde festgestellt, dass soziale Medien einerseits die Qualität von Kommunikation und Freundschaften verbessern, aber auch zu neuen sozialen Herausforderungen führen können (siehe Kapitel 4.1.1.), wodurch die soziale Entwicklung beeinflusst werden könnte. Während die verbesserten Kommunikationsmöglichkeiten einerseits Nähe, Intimität und Zuneigung bedingen, können andererseits durch überall und jederzeitige Erreichbarkeit soziale Erwartungen entstehen, die zu Angst und Unsicherheit führen. Diese negativen Auswirkungen ständiger Erreichbarkeit zeigen, dass diese Anforderung nicht nur von individueller Wahrnehmung und technischen Möglichkeiten abhängt, sondern sich in allgemeine soziale Strukturen einbettet und zu normativen Erwartungen entwickelt. Allerdings stellen Mascheroni und Vincent als Resultat ihrer qualitativen Befragung von Kindern und Jugendlichen hinsichtlich Smartphone-Nutzung fest, dass der Umgang von Jugendlichen mit den kommunikativen Möglichkeiten nicht statisch zu sein scheint. Sie entwickeln scheinbar mit der Zunahme von Unabhängigkeit und Autonomie zunehmend die Fähigkeit, mit den Zugängen und Möglichkeiten neuer Apps und den daraus resultierenden Emotionen umzugehen (vgl. Mascheroni/Vincent 2016, S. 322). Unter der Voraussetzung, dass die Annahmen von Mascheroni und Vincent korrekt sind (hierbei wären weitere Studien zu dem Thema sinnvoll), könnte das Erlernen eines gesunden Umgangs mit den Möglichkeiten digitaler Kommunikation also als ein Teil der sozialen Entwicklung Jugendlicher gesehen werden, sodass sich von entstehenden Anforderungen und Druck angemessen distanziert werden kann.

Interessant wäre es ebenfalls zu erforschen, inwiefern bestimmte Merkmale Sozialer Medien die Sozialkompetenz von Jugendlichen verändern und welche Auswirkungen Soziale Medien auf die Emotionale Intelligenz von Jugendlichen und deren Umgang mit Emotionen haben. So vermindert die Cue-Abwesenheit in sozialen Medien bestimmte Signale, anhand derer normalerweise Emotionen erkannt werden. Leider konnten zu diesem Thema keine Forschungen gefunden werden, insofern wäre dies möglicherweise ein interessanter Forschungsansatz für zukünftige Forschungen.

5. Neue Herausforderungen durch soziale Medien und Implikationen für die Soziale Arbeit

Durch die Veränderungen treten neben neuen Möglichkeiten durch soziale Medien auch neue Herausforderungen für Jugendliche und ihre Entwicklung auf. Einige Beispiele für neue Herausforderungen, die in vorhergingen Kapiteln teilweise bereits angeschnitten wurden, werden im Folgenden ausführlicher erläutert. Wichtig zu erwähnen ist, dass zu allen hier erwähnten Herausforderungen in deutlich größeren Umfang geschrieben werden könnte. An dieser Stelle soll jedoch lediglich ein Überblick verschafft werden, alles weitere würde den Rahmen dieser Arbeit überschreiten. Im Anschluss an die Erläuterung der neuen Herausforderungen wird Bezug auf die Rolle der sozialen Arbeit genommen und inwiefern diese die erwähnten Herausforderungen und die allgemeine neue digitale Lebensrealität meistern kann.

5.1. Risikoverhalten

Der Umgang in Peergruppen kann für Jugendliche eine Quelle für Risikoverhalten sein. Im allgemeinen Diskurs über soziale Medien ist dies ebenfalls ein häufiges Thema. Denn auch durch Rollenvorbilder in der Online-Umgebung können Risikoverhaltensweisen bedingt werden. Verschiedene Studien untersuchen die Bedeutung sozialer Medien für das Gesundheits- und Risikoverhalten Jugendlicher. Purba/Thomson/Henery/Pearce/Henderson/Katikireddi (2023) erforschten in einer Metaanalyse mehrere Studien auf den Zusammenhang zwischen der Nutzung sozialer Medien und gesundheitlichem Risikoverhalten bei Jugendlichen. Richter/Heilmann/Moor (2021) untersuchten dies zudem in einer Querschnittsstudie, dabei erforschten sie auch die geschlechtsspezifischen Unterschiede.

Dabei konnten Purba et al. (2023) einen Zusammenhang zwischen der Nutzung sozialen Medien und jugendlichem Risikoverhalten feststellen. Dazu zählen erhöhter Alkohol-, Drogen-, Tabak- und elektronischer Nikotinkonsum, Glücksspiel, sexuelles Risikoverhalten, antisoziales Verhalten, ungesunde Ernährung und Mehrfachrisikoverhalten (vgl. ebd., S. 12). Eine Studie aus dem Jahr 2017 konnte ebenfalls einen Zusammenhang zwischen intensiver Mediennutzung bei Jugendlichen und häufigem, starken Alkoholkonsum herstellen (vgl. Brunborg/Andreas/Kvaavik 2017, ind. zit. n. Richter et al. 2021, S. 202).

Richter et al. (2021) konnten feststellen, dass es bei Mädchen einen deutlichen Zusammenhang zwischen sozialer Mediennutzung, subjektiver Gesundheit und insbesondere riskanten Verhaltensweisen gibt. Bei Jungen wird vor allem ein Zusammenhang zwischen sozialer Mediennutzung und Risikoverhalten festgestellt (vgl. ebd., S. 202).

Ein weiterer relevanter Aspekt ist die enge Verbindung zwischen dem Konsum von Tabak und Alkohol und der Zugehörigkeit zu bestimmten Peergruppen, was auf eine soziale Komponente hinweist. In diesem Zusammenhang könnte auch die Mediennutzung eine Rolle spielen, indem Jugendliche mit risikobehaftetem Verhalten vermehrt soziale Medien nutzen, um den Kontakt zu Gleichgesinnten zu intensivieren. Dies könnte insbesondere für jene Jugendlichen zutreffen, die weniger stark in traditionelle Peergruppen eingebunden sind und stattdessen verstärkt digitale Kommunikationswege nutzen, um soziale Interaktionen zu pflegen (vgl. Richter et al., S. 204).

Da die Studie von Richter et al. (2021) als Querschnittstudie konzipiert wurde, gestaltet es sich bei der Interpretation der Ergebnisse als schwierig, eindeutig zwischen Ursache und Wirkung zu unterscheiden (vgl. ebd., S. 202f.). Beide Richtungen sind denkbar: Entweder fördert Mediennutzung problematisches Verhalten oder Jugendliche mit Risikoverhalten nutzen verstärkt soziale Medien (vgl. ebd., S. 203). Purba et al. (2023) stellen jedoch fest, dass insbesondere beim Alkoholkonsum und ungesundem Essverhalten stärkere Auswirkungen der Nutzung durch soziale Medien nachweisbar waren, wenn Jugendliche online Inhalten ausgesetzt waren, die speziell dieses Risikoverhalten darstellen (vgl. ebd. 2023, S. 12).

Wichtig sei zu beachten, dass experimentelles Verhalten ein normaler Bestandteil der Adoleszenz ist (vgl. ebd., S. 13). So bietet Risikoverhalten aus entwicklungspsychologischer Sicht auch immer eine Chance für die individuelle Entwicklung. Nichtsdestotrotz müssen Risiken für die Entwicklung berücksichtigt werden.

5.2. Cybermobbing

Nachdem in den vorherigen Kapiteln bereits etabliert wurde, dass die Kommunikation und das Umfeld in den sozialen Medien von großer Bedeutung sind und erhebliche Auswirkungen auf die Entwicklung Jugendlicher haben können, muss an dieser Stelle auch die Herausforderung des Cybermobbing thematisiert werden. So ist Cybermobbing als „negatives Kommunikationsverhalten“ weit verbreitet, vor allem unter Jugendlichen und jungen Erwachsenen (vgl. Paschel/Schultz/Salisch/Pfetsch et al. 2025, S. 103). Es kann dabei zum Beispiel in Form von wiederholten Beleidigungen, virtuellen Drohungen, dem Verbreiten von Bildern oder Videos, sozialen Ausschluss und einigem mehr auftreten (vgl. ebd., S. 105). Kwan/Dickson/Richardson/MacDowall/Burchett/Stansfield/et al. (2020) konnten in ihrer systematischen Analyse verschiedener Studien einen negativen Zusammenhang zwischen Cybermobbing und verschiedenen mentalen und psychosozialen Auswirkungen identifizieren, insbesondere Depressionen,

Suizidalität, Ängste, Aggressionen, Substanzmissbrauch, selbstverletzendes Verhalten und ADHS/Hyperaktivität. Zudem spielen niedriger Selbstwert, Probleme mit Peers, Stress, Einsamkeit und Lebenszufriedenheit eine Rolle. Da jedoch keine der analysierten Studien als Langzeitstudie ausgelegt waren, ist es schwer festzulegen, ob die beschriebenen Probleme Auswirkungen und/oder Ursache des Cybermobbings waren (vgl. Kwan et al.. 2020, S. 76). Unabhängig davon ist aber davon auszugehen, dass die beschriebenen Probleme in Teilen als Folge von Cybermobbing betrachtet werden können und somit festgestellt werden kann, dass Cybermobbing drastische Auswirkungen auf die Betroffenen haben kann.

5.3. Fear Of Missing Out (FOMO)

Ein Phänomen, dass bereits häufig im Verlauf dieser Arbeit im Zusammenhang mit der Nutzung sozialer Medien erwähnt wurde, ist „Fear Of Missing Out“ (kurz: FOMO), also die Angst, etwas zu verpassen. Durch die Verfügbarkeit sozialer Medien besteht ein ständiger Zugang zu Inhalten und Kontakten, wodurch für Jugendliche die Möglichkeit besteht, ständig in Verbindung mit dem sozialen Umfeld zu stehen. Zusammen mit dem Bedürfnis Jugendlicher nach Zugehörigkeit kann dadurch Druck entstehen. Beyens/Frison/Eggermont (2016) versuchen den Zusammenhang dieser Komponenten zu erforschen, indem sie einerseits die Rolle von FOMO zwischen dem Bedürfnis nach Zugehörigkeit und Beliebtheit und der Facebook-Nutzung Jugendlicher untersuchen und andererseits den Zusammenhang zwischen FOMO, erlebtem Stress und der Facebook-Nutzung von Jugendlichen erforschen (vgl. ebd. 2016, S. 4). Die Studie von Beyens et al. bezieht sich zwar auf Facebook, man kann jedoch davon ausgehen, dass andere Plattformen zu ähnlichen Ergebnissen führen würden. Trotzdem wären an dieser Stelle weitere Studien über andere Plattformen sinnvoll, um das hier wiedergegebene durch weitere Perspektiven zu erweitern, da aktuelle Studien zur Mediennutzung bereits gezeigt haben, dass die Facebook-Nutzung unter Jugendlichen deutlich zurückgegangen ist.

Die Studie von Beyens et al. zeigt, dass ein ausgeprägtes Bedürfnis nach Zugehörigkeit und Beliebtheit bei Jugendlichen mit einer intensiveren Nutzung von Facebook einhergeht. Die Forschenden erklären sich diesen Zusammenhang durch das Phänomen FOMO. Die Ergebnisse verdeutlichen, dass FOMO eine vermittelnde Rolle in den Zusammenhängen zwischen dem Bedürfnis Jugendlicher nach Zugehörigkeit und Beliebtheit und ihrem empfundenen Stress auf Facebook spielt. Jugendliche mit einem stärkeren Bedürfnis nach Zugehörigkeit und Beliebtheit erlebten mehr FOMO, was wiederum ihren empfundenen Stress erhöhte, wenn sie auf Facebook unbeliebt waren oder sich nicht zugehörig fühlten (vgl. ebd., S. 16f.).

Wie bereits einleitend erwähnt, sind soziale Medien in der heutigen Medienwelt ständig verfügbar, wodurch sich das Auftreten von FOMO bei Jugendlichen höchstwahrscheinlich verstärkt. Der permanente Zugang zu sozialen Medien wie die permanenten Möglichkeiten zur Vernetzung mit andern können das Erleben von FOMO antreiben. Dadurch kann ein Teufelskreis entstehen, indem FOMO Jugendliche zu einer vermehrten Nutzung sozialer Medien anregt, was wiederum die Bedingungen für ein Auftreten von FOMO verstärkt (vgl. Beyens et al., S. 17).

5.4. Art und Umfang des Medienkonsums

Wie in vorherigen Kapiteln bereits angedeutet, haben sowohl Art als auch Umfang des Medienkonsums maßgebliche Auswirkungen. Im Folgenden werden nacheinander beide Dimensionen anhand der passenden Forschungen dargestellt und diskutiert.

Burke/Kraut/Marlow (2011) unterteilen die *Art der sozialen Aktivitäten* auf Facebook in drei Formen, die sich auch auf andere soziale Medien übertragen lassen: direkte Kommunikation, passiver Konsum und Broadcasting.

Bei der *direkten Kommunikation* findet ein direkter Austausch mit einzelnen Freund:innen statt, gemeint sind Nachrichten, aber auch das Liken, Kommentieren und Markieren von und in Beiträgen. Es findet eine Interaktion statt, die in einer Beziehung Interesse bekundet. Im Kontrast dazu steht der *passive Konsum*, bei dem soziale Neuigkeiten und Updates online verfolgt werden, nicht aber mit diesen interagiert wird. Etwas außen vor von diesen beiden Formen steht das *Broadcasting*, bei dem persönliche Beiträge verfasst werden, die von anderen konsumiert werden, nicht aber eine bestimmte Person ansprechen sollen (vgl. ebd. 2011, S. 2f.).

Verduyn et al. (2017) greifen diese drei Formen auf und unterteilen diese in *aktive Nutzung* (direkte Kommunikation und Broadcasting) und *passive Nutzung* (passiver Konsum). Anhand dieser Unterteilung untersuchen die Autor:innen die unterschiedlichen Auswirkungen der jeweiligen Nutzungsart. Dabei konnten sie feststellen, dass passive Nutzung mit einem schlechteren subjektiven Wohlbefinden einhergeht, wobei der genau Umfang dessen durch längerfristige Studien festgestellt werden müsste. Der Zusammenhang zwischen aktiver Nutzung und dem subjektiven Wohlbefinden sei uneindeutiger gewesen, jedoch konnten die meisten analysierten Studien einen positiven Zusammenhang feststellen (vgl. ebd., S. 11-14). Sie konnten außerdem feststellen, dass zumindest bei Facebook passive Nutzung häufiger stattfindet als aktive Nutzung (vgl. ebd., S. 14). Als eine Form der aktiven Nutzung wurde in Kapitel 4.2.3.

bereits eine selbstaffirmative Nutzung nach Khoo et al. dargestellt, die eindeutig positive Auswirkungen zeigte.

Neben der Art der Nutzung spielt immer auch der *Umfang des Medienkonsums* eine Rolle. Die sogenannte „Goldlöffchen-Hypothese“ (Przybylski/Weinstein 2017) beschreibt, dass es ein optimales Maß an Medienkonsum gibt. Die Hypothese besagt im Detail, dass ein moderater Technologiekonsum weder schädlich noch nachteilig ist, und im richtigen Maße sogar Vorteile bieten kann. Nutzen Jugendliche Technologien zu wenig, können sogar Nachteile entstehen, da ihnen wichtige soziale Erfahrungen vorenthalten bleiben. Zudem konnten im Verlauf der Arbeit bereits einige positive Effekte sozialer Medien festgestellt werden. Übermäßiger Konsum dagegen kann im Sinne der Verdrängungshypothese andere wichtige Aktivitäten im Alltag verdrängen. Wie im Märchen von Goldlöffchen geht es bei der Goldlöffchen-Hypothese darum, genau im richtigen Maße vernetzt zu sein, indem digitale Aktivitäten das Leben Jugendlicher bereichern, nicht aber andere Aktivitäten verdrängen (vgl. Przybylski/Weinstein 2017, S. 204f.). Die Autor:innen konnten ihre Hypothese durch eine Studie bestätigen. Dabei stellen sie fest, dass der Zusammenhang zwischen digitaler Bildschirmzeit und psychischem Wohlbefinden nicht linear ist. Es wird stattdessen von verschiedenen Faktoren ausgegangen, die eine beeinflussende Rolle spielen könnten. Es scheint äußerst wichtig zu sein, den sozialen und entwicklungsbedingten Kontext von digitaler Mediennutzung zu berücksichtigen. Der Zusammenhang zwischen Bildschirmzeit und Wohlbefinden schien außerdem teilweise abhängig davon zu sein, ob digitale Aktivitäten am Wochenende oder Wochentags stattfanden. So konnten am Wochenende etwa bis zu zwei Stunden länger digitale Medien genutzt werden, bevor negative Effekte auftraten. Zudem scheinen nicht alle digitalen Aktivitäten die gleichen Auswirkungen zu haben, so hatten zum Beispiel allgegenwärtige Aktivitäten (wie die Nutzung des Smartphones) und anstrengendere Aufgabenwechsel (z. B. Videospiele) deutlich schneller negative Effekte als andere digitale Aktivitäten. Grund dafür könnte sein, dass diese Aktivitäten schneller andere strukturierende Alltagsaktivitäten verdrängen, die die schulische, interpersonelle oder soziale Entwicklung und somit das Wohlbefinden fördern würden. Trotzdem stellen die Autor:innen fest, dass anhand ihrer statistischen Daten der schädliche Einfluss von Bildschirmzeit auf das Wohlbefinden Jugendlicher relativ gering auszufallen scheint (vgl. Przybylski und Weinstein 2017, S. 211f.).

Auch Boer/Van Den Ejinden/Boniel-Nissem/Wong/Inchley/Badura/et al. (2020) untersuchen die Auswirkung des Umfangs der Nutzung sozialer Medien. Dafür analysieren sie Studienergebnisse aus 29 Ländern, die das Gesundheitsverhalten von Schulkindern erforschen. Hierbei

unterscheiden sie in den Auswirkungen zwischen *einer intensiven Nutzung* und einer *problematischen Nutzung* sozialer Medien. Eine problematische Nutzung unterscheidet sich dabei von intensiver Nutzung dadurch, dass Jugendliche mit problematischem Nutzungsverhalten unter anderem ihre Mediennutzung schlechter regulieren können und Stress oder Anspannung empfinden, wenn ihre Nutzung eingeschränkt wird (vgl. Boer et al. 2020, S. S90¹¹).

Sie konnten feststellen, dass eine *intensive Nutzung* sozialer Medien unter anderem soziale Vergleiche, die Vernachlässigung von Schule und sozialen Kontakten, sowie infolgedessen ein negatives Wohlbefinden fördern kann. Allerdings sei ein intensiver Medienkonsum insgesamt ein weit verbreitetes Verhalten bei Jugendlichen und somit nicht zwangsläufig ein Zeichen von Kontrollverlust, wodurch negative Folgen möglicherweise begrenzt sind (vgl. ebd. 2020, S. S90). Im Gegenteil, ein intensives Nutzungsverhalten könnte auch positive Auswirkungen haben, indem es die Unterstützung durch Freund:innen fördern würde (vgl. ebd., S. S96). Dabei sei Einfluss dieses Umfangs auf das Wohlbefinden stark vom nationalen Kontext der Befragten abhängig: In Ländern mit einer insgesamt geringen Verbreitung intensiver Nutzung sozialer Medien hat ein intensives Nutzungsverhalten mehr negative Auswirkungen auf die Nutzer:innen. Diese treten in Form von psychischen Beschwerden, geringerer Lebenszufriedenheit und weniger familiärer Unterstützung auf. In Ländern mit einer hohen Verbreitung intensiver Mediennutzung dagegen war ein intensives Nutzungsverhalten eher mit besserer Lebenszufriedenheit und familiärer Unterstützung verbunden (vgl. ebd., S. S96). Unter Berücksichtigung der Goldlückchen-Hypothese ergibt dies durchaus Sinn, da Mediennutzung laut dieser im sozialen Kontext betrachtet werden muss. Wenn insgesamt ein geringerer Medienkonsum in einem Umfeld stattfindet, treten schneller negative Folgen bei vermehrtem Medienkonsum auf.

Die Auswirkungen eines *problematischen Nutzungsverhaltens* beeinträchtigen das Wohlbefinden deutlich stärker als ein intensives Nutzungsverhalten. Es führt zu negativen Auswirkungen auf das mentale, schulische und soziale Wohlbefinden, da Schulaufgaben und offline verbrachte Zeit mit Familie und Freund:innen schnell dadurch vernachlässigt werden. Es kommt zu Kontrollverlust und einer ständigen Beschäftigung mit sozialen Medien, wodurch sich die entstehenden Probleme weiter verschärfen (vgl. ebd. et al. 2020, S. S90). Boer et al. stellen fest, dass in allen untersuchten Ländern und über alle von ihnen untersuchten Dimensionen (psychisch, schulisch und sozial) hinweg ein problematisches Nutzungsverhalten mit geringerem Wohlbefinden verbunden ist. Der Einfluss war in Ländern mit einer geringeren Verbreitung eines problematischen Nutzungsverhalten stärker ausgeprägt (vgl. ebd., S. S96). Dies passt zu den

¹¹ Art der Nummerierung aus Publikation übernommen

Ergebnissen zu einem intensiven Nutzungsverhalten und lässt sich im Sinne der Goldlöckchen-Hypothese gleichermaßen erklären.

Boer et al. (2020) betonen die Wichtigkeit einer differenzierten Betrachtung zwischen einer intensiven und einer problematischen Nutzung als zwei unterschiedliche Phänomene. Dadurch können Risiken besser eingeschätzt werden. Die viel beschriebenen Risiken sozialer Medien sind häufig Resultat einer problematischen Mediennutzung, die oft mit Kontrollverlust und übermäßiger Beschäftigung mit sozialen Medien einhergehen (vgl. ebd., S. S97).

5.5. Implikationen für die Soziale Arbeit

Nachdem nun die Rolle sozialer Medien in der Entwicklung Jugendlicher und die neu entstehenden Herausforderungen erläutert wurden, muss sich damit auseinandergesetzt werden, wie Fachkräfte (insbesondere der Sozialen Arbeit) mit diesen Veränderungen umgehen sollten. Während die Jugendphase durch ihre Komplexität für Fachkräfte grundsätzlich schon fordernd ist, führen die gesellschaftlichen digitalen Transformationsprozesse zusätzlich zu neuen Herausforderungen, die berücksichtigt werden müssen. Laut Gravelmann sei „[...] die Fähigkeit im Umgang mit den Herausforderungen der digitalen Welt [...]“ (Gravelmann 2024, S. 101) heute ein wesentlicher Teil der Professionalität von Fachkräften und hat sich zunehmend zu einer sozialpädagogischen Kernkompetenz entwickelt (vgl. Gravelmann 2024, S. 101). Allerdings zeigen Befragungen, dass es in vielen Einrichtungen keine festen Konzepte zu diesem Thema gibt. Fachkräfte müssen einen eigenen Umgang mit der Digitalität finden und dabei häufig auf eigene Vorerfahrungen, Vorkenntnisse, Intuition und Mediensozialisation zurückgreifen (vgl. Feyer/Rusack/Schilling/Schröer/Tillmann/Weßel/et al. 2022, S. 14). Dadurch entsteht eine „diffuse Fachlichkeit“, die zu diversen und intransparenten Vorgehen in Einrichtungen führen kann. Es bedarf daher einer fachlich reflektierten Rahmung für die Praxis. Es ist also von erheblicher Relevanz für die berufliche Praxis, dass sich Fachkräfte bis zu einem gewissen Grad in der digitalen Welt zurechtfinden (vgl. ebd.).

Im nächsten Schritt muss Jugendlichen eine angemessene Medienerziehung ermöglicht werden. Dabei sei ein wesentlicher Anspruch, dass Jugendliche nicht nur vor sozialen Medien bewahrt werden. Stattdessen soll Medienerziehung durch ein aktives pädagogisches Vorgehen:

„[...] Handlungs- und Erfahrungsräume bieten, in denen Kinder und Jugendliche frühzeitig Erfahrungen mit den verschiedenen Medien [...] sammeln, diese auf gegenüber Erwachsenen ausdrücken und gemeinsam aktiv bearbeiten können.“
(Behr/De Reese/Dreyer/Eggert/Fleischer/Hajok/et al. 2019, S. 62f.)

Dadurch, dass Kinder und Jugendliche in einer mediatisierten Welt aufwachsen, sei es zudem wichtig, an individuelle Kompetenzen, Alltagserfahrungen und Vorwissen anzuknüpfen. Dazu

zähle ein Heranführen an die Medien, um einen kritisch-reflexiven Umgang mit Medieninhalten zu lehren. Dies sei vor allem relevant für die Arbeit mit Jugendlichen, die sich bereits in der digitalen Welt bewegen (vgl. Behr et al. 2019, S. 63).

Im Sinne einer solchen Medienerziehung können auch die beschriebenen Herausforderungen angegangen werden. Es gilt Chancen und Risiken offen zu thematisieren (vgl. ebd.), sodass dadurch ein offener Diskurs entstehen kann. So setzen sich auch Purba et al. (2023) im Zusammenhang mit Risikoverhalten im Kontext sozialer Medien mit der Wichtigkeit der fachlichen Perspektive auseinander. Sie stellen dabei fest, dass sich benötigte Schutzmaßnahmen für die digitale Welt aktuell noch in der Entwicklung befinden. Daher sei es notwendig, dass in allen akademischen, staatlichen, gesundheitlichen und pädagogischen Bereichen Vorsichtsmaßnahmen intensiv vorangetrieben werden, bis die Risiken sozialer Medien vollständig verstanden werden (vgl. Purba et al. 2023, S. 13). Diese Perspektive lässt sich auch auf andere Herausforderungen im Umgang mit sozialen Medien übertragen und passt zu den Ausführungen von Feyer et al. und Gravelmann. Insgesamt lassen sich also große fachliche Lücken im Umgang mit sozialen Medien feststellen, die für eine Integration des Themas in die Soziale Arbeit, sowie einen angemessenen Umgang mit Herausforderungen geschlossen werden müssen.

Aber auch die Chancen und neuen Möglichkeiten sozialer Medien müssen in Betracht gezogen werden. Ein interessanter Aspekt wäre das Vermögen sozialer Medien, die Selbstenthüllung Jugendlicher zu fördern. So sehen Best/Manktelow/Taylor (2014) darin eine Möglichkeit für Fachkräfte, um normalerweise schwer erreichbare Personengruppen wie junge männliche Personen oder psychisch belastete Personen zu erreichen (vgl. ebd. 2014, S. 22). Auch die beschriebene Verfügbarkeit sozialer Medien könnte einen neuen Zugang zu Jugendlichen ermöglichen, die sonst nicht in Einrichtungen der Sozialen Arbeit ankommen. Dies sind nur zwei Beispiele, wie die Soziale Arbeit sich die Popularität sozialer Medien zunutze machen könnte. Wichtig dabei ist ebenfalls wie oben beschrieben, dass Fachkräfte ein Verständnis für die mediatisierte Welt Jugendlicher entwickeln, sodass Jugendliche in ihrer Lebenswelt abgeholt werden können.

6. Schlussbetrachtung

Im Verlauf dieser Arbeit konnte festgestellt werden, wie vielschichtig der Zusammenhang zwischen sozialen Medien, Peerbeziehungen und der psychosozialen Entwicklung ist. Aufbauend auf dem Konzept der Entwicklungsaufgaben – mit besonderem Fokus auf die Identitätsentwicklung nach Erikson und Marcia – wurde erarbeitet, inwiefern soziale Medien und digitale

Kommunikation die Beziehungen Jugendlicher beeinflussen und welche Auswirkungen dies auf ihre psychosoziale Entwicklung hat.

Ausgehend davon, dass die Identitätsentwicklung die zentrale Entwicklungsaufgabe des Jugendalters ist, wurde festgestellt, dass Peerbeziehungen bei diesem Prozess eine erhebliche Rolle spielen. Ein weiterer prägender Faktor innerhalb der Lebenswelt Jugendlicher machen heutzutage die sozialen Medien aus. Nahezu alle Jugendlichen nutzen ein Smartphone, primär um mit Freund:innen in Kontakt zu treten. Durch verschiedene Mechanismen wird die Nutzung sozialer Medien systematisch gefördert, zusätzlich spielen Akteur:innen wie Influencer:innen eine große Rolle. Verschiedene Merkmale wie zum Beispiel Asynchronität und Quantifizierbarkeit erschaffen eine einzigartige Online-Umgebung, die für Jugendliche äußerst attraktiv ist. Durch die Präsenz im Alltag, haben soziale Medien unweigerlich einen großen Einfluss auf die Beziehungen und die psychosoziale Entwicklung Jugendlicher. So konnte festgestellt werden, dass Jugendliche soziale Medien primär nutzen, um bestehende Offline-Freundschaften zu ergänzen und zu stärken. Allerdings ermöglichen sie es auch, das bestehende soziale Netzwerk zu erweitern, teilweise auch über geografische Grenzen hinaus. Insgesamt wird aber davon ausgegangen, dass soziale Medien im Sinne der Stimulationshypothese eher Offline-Beziehungen erweitern, anstatt sie zu verdrängen. Zudem verändert sich das Kommunikationsverhalten Jugendlicher mit ihren Peers durch die neuen Bedingungen und Möglichkeiten der Online-Umgebung.

Bezogen auf die psychosoziale Entwicklung haben soziale Medien ebenfalls einen erheblichen Einfluss. So können durch neue Möglichkeiten einer gesteuerten Selbstpräsentation und Ansporn zur Selbstenthüllung durch soziale Unterstützung die intrapersonelle Identitätsentwicklung gefördert werden. Keine genauen Ergebnisse konnten bezüglich des Einflusses auf das Selbstkonzept gefunden werden. Auch die interpersonelle Identitätsentwicklung wird durch die sozialen Medien beeinflusst. So können Jugendliche durch die Publizität sozialer Medien Anerkennung erfahren und Feedback erhalten, und durch Online-Vorbilder wie zum Beispiel Influencer:innen Rollen explorieren. Letztere können allerdings auch negative Auswirkungen haben, indem sie als negative Vorbilder fungieren. Des Weiteren bieten soziale Medien neue Möglichkeiten für soziale Vergleiche, soziales Feedback und Selbstreflexion, die den Selbstwert positiv oder negativ beeinflussen. Außerdem schaffen die veränderten Kommunikationsmöglichkeiten neue Anforderungen in Beziehungen. Den Umgang damit erlernen Jugendliche allerdings mit der Zeit, wodurch der gesundende Umgang mit den Möglichkeiten der digitalen Kommunikation zu einem Teil der sozialen Entwicklung wird.

Durch die neuen Möglichkeiten sozialer Medien entstehen auch neue Herausforderungen. So beeinflussen soziale Medien das Risikoverhalten Jugendlicher, bieten Raum für Cybermobbing und fördern die Angst, etwas zu verpassen. Zudem kann eine passive Mediennutzung negative Auswirkungen haben, eine selbstaffirmative aktive Nutzung dagegen eindeutig positive. Auswirkungen hat auch der Umfang des Medienkonsum. Nimmt dieser zu große Ausmaße an hat er negative Auswirkungen, wobei hier der soziale und entwicklungsbedingte Kontext eine große Rolle spielt. All dies stellt die Soziale Arbeit vor neue Herausforderungen. Es müssen fachlich reflektierte Rahmungen und Kompetenzen von Fachkräften gefördert werden, damit Jugendlichen eine angemessene Medienerziehung ermöglicht werden kann.

Durch die Bearbeitung der Fragestellung konnte festgestellt werden, dass die psychosoziale Entwicklung Jugendlicher in einem Spannungsfeld zwischen sozialen Medien, Entwicklungsaufgaben und Peerbeziehungen stattfindet, sowie vielen Faktoren, die im Rahmen dieser Arbeit gar nicht näher beleuchtet wurden. Dadurch sind auch die Zusammenhänge zwischen den einzelnen Themen dieser Arbeit deutlich komplexer, als zu Beginn vermutet, was teilweise zu Herausforderungen bei der Bearbeitung der Fragestellung führte. Es wird deutlich, dass die hier dargestellten Zusammenhänge zwar einen ersten Einblick in die Thematik verschaffen, der Rahmen einer Bachelor-Thesis für die Komplexität des Themas kaum ausreicht. So wurde diese Arbeit unter anderem aus einer rein westlichen Perspektive, mit Quellen und Forschungen primär aus europäischen und nordamerikanischen Ländern geschrieben. Dies war eine bewusste Entscheidung, um den Rahmen zu halten, jedoch wäre weitere Perspektiven ebenfalls interessant in Betracht zuziehen. Welchen Einfluss hätten andere digitale Infrastrukturen oder andere gesellschaftliche Normen und Wertesysteme auf die Beantwortung der gleichen Fragestellung? Auch methodische Grenzen spielten eine große Rolle. So entstanden viele der zitierten Studien auf Grundlage von selektiven Stichproben oder Selbstberichten, wobei Ergebnisse verzerrt werden können. Allgemein wären deutlich mehr Langzeitstudien notwendig gewesen, um differenziertere Ergebnisse zu garantieren, ein Punkt, auf den auch die Autor:innen der hier zitierten Studien häufig aufmerksam gemacht haben. Allerdings sind bisher wenig Langzeitstudien zu diesem Thema vorhanden. Weiterhin ließ sich die gesamte Komplexität sozialer Medien im Kontext dieser Arbeit nur begrenzt darstellen. Der Fokus wurde bewusst auf Aspekte sozialer Medien gelegt, die im Zusammenhang mit Peerbeziehungen und der psychosozialen Entwicklung Jugendlicher stehen, also den für die Fragestellung relevanten Themen. Dadurch wurden aber auch wichtige Chancen und Risiken sozialer Medien gar nicht erst thematisiert. Ein Beispiel wäre die Rolle die unter anderem Fake News im Rahmen sozialer Medien im Bezug auf

Jugendliche spielen. Auch dies wäre zukünftig ein interessanter Forschungsansatz, zum Beispiel im Bezug auf die Meinungsbildung und politische Bildung Jugendlicher, die ebenfalls eine Rolle in der Entwicklung spielen.

Für zukünftige Forschungen ergeben sich aus dieser Arbeit einige Perspektiven, die offen geblieben sind. So ist zwar die Auswahl an Forschungen zu den Auswirkungen sozialer Medien auf Aspekte der psychosozialen Entwicklung Jugendlicher sehr beeindruckend, sie weist aber auch Lücken auf. So konnten für diese Arbeit wenige Quellen gefunden werden, die sich explizit mit den Auswirkungen auf die soziale Entwicklung Jugendlicher beziehen. Es stellt sich die Frage, inwiefern zum Beispiel die Sozialkompetenz von Jugendlichen durch die veränderte Umgebung innerhalb sozialer Medien unter anderem durch das Transformation Framework beeinflusst wird. Wie beeinflusst zum Beispiel die Cue-Abwesenheit den Umgang mit und das Erleben von Gefühlen für Jugendliche? Tiefergehende Forschungen in diesem Bereich könnten zu einem besseren Verständnis der Auswirkungen sozialer Medien führen. Wie bereits erwähnt fehlen insgesamt ausreichend Langzeitstudien zu diesem Thema, die weitere Erkenntnisse liefern könnten. Auch langfristige Auswirkungen im Lebenslauf wären im Laufe der Zeit interessant zu erforschen. Allerdings befinden sich die digitale Umgebung und soziale Medien in ständiger Entwicklung und verändern sich, langfristige Forschungen müssten sich an diese Umstände anpassen.

Zusammenfassend soll am Ende dieser Arbeit festgehalten werden, dass die Rolle sozialer Medien im Alltag Jugendlicher nicht unterschätzt werden darf. Vielmehr muss sie verstanden werden und darauf in der Arbeit mit Jugendlichen aufgebaut werden. Diese Arbeit hat einen Einblick ermöglicht, welche Rolle soziale Medien und Peerbeziehungen im Zusammenhang miteinander in der psychosozialen Entwicklung Jugendlicher spielen. Dabei ist es zwar wichtig, sich der Risiken bewusst zu sein, aber auch Chancen nicht außen vor zu lassen. Desjarlais bezeichnete soziale Medien als ein „tool for socialisation“. Mit dieser Betrachtung sollte versucht werden, soziale Medien als ein Werkzeug zu betrachten, dessen Nutzung gelernt werden muss, aber bei guter Nutzung neue Möglichkeiten bietet, wenn diese nur richtig verstanden werden.

Literaturverzeichnis

- Baumeister, Roy F.; Leary, Mark R. (1995): The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation., in: *Psychological Bulletin*, Jg. 117, Nr. 3, S. 497–529, doi: 10.1037/0033-2909.117.3.497.
- Behr, Julia; De Reese, Lidia; Dreyer, Stephan; u. a.; Sandra Fleischer und Daniel Hajok (Hrsg.) (2019): *Medienerziehung in der digitalen Welt: Grundlagen und Konzepte für Familie, Kita, Schule und Soziale Arbeit*, 1. Auflage, Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH, doi: 10.17433/978-3-17-026162-4.
- Beyens, Ine; Frison, Eline; Eggermont, Steven (2016): “I don’t want to miss a thing”: Adolescents’ fear of missing out and its relationship to adolescents’ social needs, Facebook use, and Facebook related stress, in: *Computers in Human Behavior*, Jg. 64, S. 1–8, doi: 10.1016/j.chb.2016.05.083.
- Boer, Maartje; Van Den Eijnden, Regina J.J.M.; Boniel-Nissim, Meyran; u. a. (2020): Adolescents’ Intense and Problematic Social Media Use and Their Well-Being in 29 Countries, in: *Journal of Adolescent Health*, Jg. 66, Nr. 6, S. S89–S99, doi: 10.1016/j.jadohealth.2020.02.014.
- boyd, danah (2020): *It’s Complicated: The Social Lives of Networked Teens*, Yale University Press, doi: 10.12987/9780300166439.
- Breves, Priska; Liebers, Nicole; Motschenbacher, Bernadette; et al. (2021): Reducing Resistance: The Impact of Nonfollowers’ and Followers’ Parasocial Relationships with Social Media Influencers on Persuasive Resistance and Advertising Effectiveness, in: *Human Communication Research*, Jg. 47, Nr. 4, S. 418–443, doi: 10.1093/hcr/hqab006.
- Brunborg, Geir Scott; Andreas, Jasmina Burdzovic; Kvaavik, Elisabeth (2017): Social Media Use and Episodic Heavy Drinking Among Adolescents, in: *Psychological Reports*, Jg. 120, Nr. 3, S. 475–490, doi: 10.1177/0033294117697090.
- Burke, Moira; Kraut, Robert; Marlow, Cameron (2011): Social capital on facebook: differentiating uses and users, in: *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, Vancouver BC Canada: ACM, S. 571–580, doi: 10.1145/1978942.1979023.
- Campbell, Jennifer D. (1990): Self-esteem and clarity of the self-concept., in: *Journal of Personality and Social Psychology*, Jg. 59, Nr. 3, S. 538–549, doi: 10.1037/0022-3514.59.3.538.
- Cingel, Drew P.; Krcmar, Marina (2014): Understanding the Experience of Imaginary Audience in a Social Media Environment: Implications for Adolescent Development, in: *Journal of Media Psychology*, Jg. 26, Nr. 4, S. 155–160, doi: 10.1027/1864-1105/a000124.
- Desjarlais, Malinda (2019): Online Self-Disclosure: Opportunities for Enriching Existing Friendships, in: Malinda Desjarlais (Hrsg.), *Advances in Psychology, Mental Health, and Behavioral Studies*, IGI Global, S. 1–27.

- Desjarlais, Malinda; Willoughby, Teena (2010): A longitudinal study of the relation between adolescent boys and girls' computer use with friends and friendship quality: Support for the social compensation or the rich-get-richer hypothesis?, in: *Computers in Human Behavior*, Jg. 26, Nr. 5, S. 896–905, doi: 10.1016/j.chb.2010.02.004.
- Döring, Dr. Nicola (2023): Jenseits von Alpha Males und Insta Girls – Wie vielfältig sind Geschlechterbilder in sozialen Medien?, in: *BzKJ Aktuell*, Nr. 03/2023, S. 11–17.
- Elkind, David (1990): *Total verwirrt: Teenager in der Krise*, Hamburg: Kabel.
- Erikson, Erik H. (2017): *Identität und Lebenszyklus: drei Aufsätze*, 28., Frankfurt am Main: Suhrkamp (Suhrkamp-Taschenbuch Wissenschaft).
- Erikson, Erik H. (1998): *Jugend und Krise: die Psychodynamik im sozialen Wandel*, 5. Auflage., Stuttgart: Klett-Cotta.
- Eschenbeck, Heike; Knauf, Rhea-Katharina (2018): Entwicklungsaufgaben und ihre Bewältigung, in: Arnold Lohaus (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie des Jugendalters*, Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg (Springer-Lehrbuch), S. 23–50, doi: 10.1007/978-3-662-55792-1_2.
- Feldman, Robert S. (2025): *Entwicklungspsychologie: von der Kindheit bis ins hohe Alter*, 10. Auflage., München: Pearson (Pearson Studium - Psychologie).
- Festinger, Leon (1954): A Theory of Social Comparison Processes, in: *Human Relations*, Jg. 7, Nr. 2, S. 117–140, doi: 10.1177/001872675400700202.
- Feyer, Jessica; Rusack, Tanja; Schilling, Carina; et al. (2022): Das Recht junger Menschen auf analog-digitale Teilhabe verwirklichen – Empfehlungen für stationäre Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe sowie Internate, in: , Universitätsverlag Hildesheim, doi: 10.18442/211.
- Gemkov, Johannes (2023): Jugend und soziale Medien, *bpb.de*, [online] <https://www.bpb.de/shop/zeitschriften/izpb/medienkompetenz-355/523579/jugend-und-soziale-medien/> [17.01.2025].
- Gravelmann, Reinhold (2024): *Jugend online! Soziale Arbeit offline?. Digitale Lebenswelten junger Menschen als Herausforderung für die Praxis Sozialer Arbeit*, 1. Auflage, Weinheim: Beltz Juventa.
- Havighurst, Robert James (1953): *Human Development and Education*, David McKay Company.
- Hoffner, Cynthia A.; Bond, Bradley J. (2022): Parasocial relationships, social media, & well-being, in: *Current Opinion in Psychology*, Jg. 45, S. 101306, doi: 10.1016/j.copsyc.2022.101306.
- Horton, Donald; Richard Wohl, R. (1956): Mass Communication and Para-Social Interaction: Observations on Intimacy at a Distance, in: *Psychiatry*, Jg. 19, Nr. 3, S. 215–229, doi: 10.1080/00332747.1956.11023049.

- JIM-Studie (2024): *Jugend, Information, Medien. Basisuntersuchung zum Medienumgang 12- bis 19-jähriger*, Rheinland-Pfalz: Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (mpfs).
- Kammerl, Rudolf; Kramer, Michaela; Müller, Jane; et al. (2023): *Dark Patterns und Digital Nudging in Social Media - wie erschweren Plattformen ein selbstbestimmtes Medienhandeln? Expertise für die Bayerische Landeszentrale für neue Medien*, Baden-Baden: Nomos (BLM-Schriftenreihe - Bayerische Landeszentrale für neue Medien).
- Khoo, Shuna Shiann; Yang, Hwajin; Toh, Wei Xing (2024): Leveraging Instagram to enhance self-esteem: A self-affirmative intervention study and multilevel mediation analysis, in: *Computers in Human Behavior*, Jg. 150, S. 107972, doi: 10.1016/j.chb.2023.107972.
- Koutamanis, Maria; Vossen, Helen G.M.; Valkenburg, Patti M. (2015): Adolescents' comments in social media: Why do adolescents receive negative feedback and who is most at risk?, in: *Computers in Human Behavior*, Jg. 53, S. 486–494, doi: 10.1016/j.chb.2015.07.016.
- Kozyreva, Anastasia; Lewandowsky, Stephan; Hertwig, Ralph (2020): Citizens Versus the Internet: Confronting Digital Challenges With Cognitive Tools, in: *Psychological Science in the Public Interest*, SAGE Publications Inc, Jg. 21, Nr. 3, S. 103–156, doi: 10.1177/1529100620946707.
- Krause, Hannes-Vincent; Baum, Katharina; Baumann, Annika; et al. (2021): Unifying the detrimental and beneficial effects of social network site use on self-esteem: a systematic literature review, in: *Media Psychology*, Routledge, Jg. 24, Nr. 1, S. 10–47, doi: 10.1080/15213269.2019.1656646.
- Kwan, Irene; Dickson, Kelly; Richardson, Michelle; et al. (2020): Cyberbullying and Children and Young People's Mental Health: A Systematic Map of Systematic Reviews, in: *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, Jg. 23, Nr. 2, S. 72–82, doi: 10.1089/cyber.2019.0370.
- Lenhart, Amanda (2015): Teens, Technology and Friendships, *Pew Research Center*, [online] <https://www.pewresearch.org/internet/2015/08/06/teens-technology-and-friendships/> [12.12.2024].
- Marcia, James E. (1980): Identity in Adolescence, in: Joseph Adelson (Hrsg.), *Handbook of Adolescence Psychology*, New York: Wiley (Wiley series on personality processes), S. 158–187.
- Mascheroni, Giovanna; Vincent, Jane (2016): Perpetual contact as a communicative affordance: Opportunities, constraints, and emotions, in: *Mobile Media & Communication*, Jg. 4, Nr. 3, S. 310–326, doi: 10.1177/2050157916639347.
- Mediensuchthilfe.info (o. J.): Suchtfördernde Eigenschaften sozialer Medien, [online] <https://mediensuchthilfe.info/suchtfördernde-eigenschaften-soziale-medien/> [17.01.2025].

- Mittmann, Gloria; Woodcock, Kate; Dörfler, Sylvia; et al. (2022): “TikTok Is My Life and Snapchat Is My Ventricle”: A Mixed-Methods Study on the Role of Online Communication Tools for Friendships in Early Adolescents, in: *The Journal of Early Adolescence*, Jg. 42, Nr. 2, S. 172–203, doi: 10.1177/02724316211020368.
- Nesi, Jacqueline; Choukas-Bradley, Sophia; Prinstein, Mitchell J. (2018): Transformation of Adolescent Peer Relations in the Social Media Context: Part 1—A Theoretical Framework and Application to Dyadic Peer Relationships, in: *Clinical Child and Family Psychology Review*, Jg. 21, Nr. 3, S. 267–294, doi: 10.1007/s10567-018-0261-x.
- Nymoen, Ole; Schmitt, Wolfgang M. (2021): *Influencer: die Ideologie der Werbekörper*, Berlin: Suhrkamp (edition suhrkamp).
- Paschel, Felix; Schultz, Mary; Salisch, Maria von; et al. (2025): *Cybermobbing, Hatespeech, Sexting und Cybergrooming: Online-Interaktionsrisiken von Kindern und Jugendlichen aus psychologischer Sicht*, 1. Auflage., Weinheim: Juventa Verlag.
- Pérez-Torres, Vanesa (2024): Social media: a digital social mirror for identity development during adolescence, in: *Current Psychology*, Jg. 43, Nr. 26, S. 22170–22180, doi: 10.1007/s12144-024-05980-z.
- Peter, Jochen; Valkenburg, Patti M.; Schouten, Alexander P. (2005): Developing a Model of Adolescent Friendship Formation on the Internet, in: *CyberPsychology & Behavior*, Jg. 8, Nr. 5, S. 423–430, doi: 10.1089/cpb.2005.8.423.
- Przybylski, Andrew K.; Weinstein, Netta (2017): A Large-Scale Test of the Goldilocks Hypothesis: Quantifying the Relations Between Digital-Screen Use and the Mental Well-Being of Adolescents, in: *Psychological Science*, Jg. 28, Nr. 2, S. 204–215, doi: 10.1177/0956797616678438.
- Purba, Amrit Kaur; Thomson, Rachel M; Henery, Paul M; et al. (2023): Social media use and health risk behaviours in young people: systematic review and meta-analysis, in: *BMJ*, S. e073552, doi: 10.1136/bmj-2022-073552.
- Quenzel, Gudrun; Hurrelmann, Klaus (2022): *Lebensphase Jugend. Eine Einführung in die sozialwissenschaftliche Jugendforschung*, 14. Auflage, Weinheim: Beltz Verlagsgruppe.
- Raithel, Jürgen (2016): Risikoverhalten von Jugendlichen, in: *unsere jugend*, Jg. 68, S. 242–251.
- Reich, Stephanie M.; Subrahmanyam, Kaveri; Espinoza, Guadalupe (2012): Friending, IMing, and hanging out face-to-face: Overlap in adolescents’ online and offline social networks., in: *Developmental Psychology*, Jg. 48, Nr. 2, S. 356–368, doi: 10.1037/a0026980.
- Richter, Matthias; Heilmann, Kristina; Moor, Irene (2021): The Good, the Bad and the Ugly: Die Beziehung zwischen sozialer Mediennutzung, subjektiver Gesundheit und Risikoverhalten im Kindes- und Jugendalter, in: *Das Gesundheitswesen*, Jg. 83, Nr. 03, S. 198–207, doi: 10.1055/a-1075-2224.

- Rosenberg, Morris; Schooler, Carmi; Schoenbach, Carrie (1989): Self-Esteem and Adolescent Problems: Modeling Reciprocal Effects, in: *American Sociological Review*, Jg. 54, Nr. 6, S. 1004, doi: 10.2307/2095720.
- Scheithauer, Herbert; Braun, Viola; König, Laura; et al. (2018): Soziale Kompetenzen im Jugendalter, in: Burkhard Gniewosz und Peter F. Titzmann (Hrsg.), *Handbuch Jugend*, Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH, S. 217–136.
- Schlenker, Barry R. (1986): Self-Identification: Toward an Integration of the Private and Public Self, in: Roy F. Baumeister (Hrsg.), *Public Self and Private Self*, New York, NY: Springer New York, S. 21–62, doi: 10.1007/978-1-4613-9564-5_2.
- Schlichting, Micha (2024): *Digital Natives zwischen Emanzipation und Konformität: Individuation im digital-medial geprägten Möglichkeitsraum der Adoleszenz*, Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden (Adoleszenzforschung), doi: 10.1007/978-3-658-46032-7.
- Schmidt, Jan-Hinrik; Taddicken, Monika (Hrsg.) (2022): *Handbuch Soziale Medien*, Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden, doi: 10.1007/978-3-658-25995-2.
- Seiffge-Krenke, Inge; Rolf Göppel (Hrsg.) (2021): *Die Jugendlichen und ihre Suche nach dem neuen Ich: Identitätsentwicklung in der Adoleszenz*, 2. Auflage, Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH, doi: 10.17433/978-3-17-041753-3.
- Seiffge-Krenke, Inge (2018): Freundschaften und romantische Beziehungen, in: Peter F. Titzmann und Burkhard Gniewosz (Hrsg.), *Handbuch Jugend*, Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH, S. 107–125.
- Seiffge-Krenke, Inge (1994): *Gesundheitspsychologie des Jugendalters*, Göttingen ; Seattle: Hogrefe, Verlag für Psychologie (Reihe Gesundheitspsychologie).
- Statista (2025): Social Media Trends – Welche Plattformen sind am beliebtesten?, *Statista.de*, [online] <https://de.statista.com/themen/1842/soziale-netzwerke/> [17.03.2025].
- Stein, Jan-Philipp; Breves, Priska Linda; Anders, Nora (2024): Parasocial interactions with real and virtual influencers: The role of perceived similarity and human-likeness, doi: 10.1177/14614448221102900.
- Valkenburg, Patti M.; Peter, Jochen (2011): Online Communication Among Adolescents: An Integrated Model of Its Attraction, Opportunities, and Risks, in: *Journal of Adolescent Health*, Jg. 48, Nr. 2, S. 121–127, doi: 10.1016/j.jadohealth.2010.08.020.
- Valkenburg, Patti M.; Peter, Jochen (2007): Online Communication and Adolescent Well-Being: Testing the Stimulation Versus the Displacement Hypothesis, in: *Journal of Computer-Mediated Communication*, Jg. 12, Nr. 4, S. 1169–1182, doi: 10.1111/j.1083-6101.2007.00368.x.
- Verduyn, Philippe; Ybarra, Oscar; Résibois, Maxime; et al. (2017): Do Social Network Sites Enhance or Undermine Subjective Well-Being? A Critical Review, in: *Social Issues and Policy Review*, Jg. 11, Nr. 1, S. 274–302, doi: 10.1111/sipr.12033.

- Webster, Deborah; Dunne, Laura; Hunter, Ruth (2021): Association Between Social Networks and Subjective Well-Being in Adolescents: A Systematic Review, in: *Youth & Society*, Jg. 53, Nr. 2, S. 175–210, doi: 10.1177/0044118X20919589.
- Yau, Joanna C.; Reich, Stephanie M. (2019): “It’s Just a Lot of Work”: Adolescents’ Self-Presentation Norms and Practices on Facebook and Instagram, in: *Journal of Research on Adolescence*, Jg. 29, Nr. 1, S. 196–209, doi: 10.1111/jora.12376.
- ZDF (2023): logo!: Welche Firmen hinter den Plattformen stecken, *logo!*, [online] <https://www.zdf.de/kinder/logo/uebersicht-ueber-einige-soziale-netzwerke-100.html> [17.03.2025].

Eidesstattliche Erklärung

Ich versichere, dass ich die vorliegende Arbeit ohne fremde Hilfe selbstständig verfasst und nur die angegebenen Quellen und Hilfsmittel benutzt habe. Wörtlich oder dem Sinn nach aus anderen Werken entnommene Stellen sind in allen Fällen unter Angabe der Quelle kenntlich gemacht.

Ort, Datum

Unterschrift

Hamburg, der 11.06.2025
