

IT-Lotse Thema 08.09.2026



Social Media

Wissen was los ist, Sucht, Messlatte



Inhalt



- Wie es begann
- Anwendungsfelder
- Gesundheitliche Auswirkung
- Junge Erwachsene sind immer unglücklicher
- Und wie geht es Dir?

Wie es begann



- 1980 – Bulletin Board System (BBS), FidoNet, CompuServe
- 2004 – Facebook
- 2010 – Instagram
- 2016 – TikTok

Quelle: Wikipedia
https://de.wikipedia.org/wiki/Soziale_Medien#Technische_Entwicklung

Anwendungsfelder



- Social Media Marketing (SMM)
 - Das Generieren von Online-Unterhaltungen zu Unternehmensinhalten
 - Das Animieren der Nutzer zum Teilen von Unternehmensinhalten mit ihrem Netzwerk.
- Social Media Monitoring
 - Es wird in erster Linie von Unternehmen, aber auch von Verbänden und politischen Parteien genutzt, um unmittelbare Meinungen, Kritik und Anregungen zu Produkten oder Dienstleistungen zu erhalten
- Online-Reputationsmanagement in der Politik
 - Das grundlegende Ziel ist es, die öffentliche Wahrnehmung proaktiv zu gestalten

Quelle: Wikipedia
https://de.wikipedia.org/wiki/Soziale_Medien#Unternehmerische_Anwendungsfelder
<https://de.wikipedia.org/wiki/Online-Reputationsmanagement>

Gesundheitliche Auswirkung



- 2012 bis 2018 – Eine Langzeitstudie der Universität Montreal mit 3.800 Teenagern
 - Je mehr Zeit die Teilnehmenden mit sozialen Medien verbrachten, umso mehr nahmen depressive Symptome zu
- 2021 – Studie der Universitäten Arkansas und Pittsburgh
 - Nach den sechs Monaten hatten 9,6 Prozent der Teilnehmer depressive Symptome entwickelt

Quelle: AOK

<https://www.aok.de/pk/magazin/digital-gesund/mediennutzung/soziale-medien-gefahren-beim-umgang-mit-instagram-und-co/>

[https://www.ajpmonline.org/article/S0749-3797\(20\)30447-5/fulltext#articleInformation](https://www.ajpmonline.org/article/S0749-3797(20)30447-5/fulltext#articleInformation)

<https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/article-abstract/2737909>

Junge Erwachsene sind immer unglücklicher



- 2017 – US Studie über junge Erwachsene
 - Nutzer zwischen 19 und 32 Jahren haben eine signifikant erhöhte Wahrscheinlichkeit, an Depressionen oder Angststörungen zu leiden
- 2024 – Britischen Studie über junge Erwachsene
 - Sie sähen stärker ihre Defizite

Quelle: AOK

<https://www.aok.de/pk/magazin/digital-gesund/mediennutzung/soziale-medien-gefahren-beim-umgang-mit-instagram-und-co/>

<https://www.interdependence.org/the-global-loss-of-the-u-shaped-curve-of-happiness/>

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563216307543?via%3Dihub>

Und wie geht es Dir?



Urheber: LadyofHats