



Digital Medien – Chancen und Risiken für die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

Ursula Meidert

Dozentin

Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften

Departement Gesundheit



PUBLIC HEALTH SCHWEIZ
SANTE PUBLIQUE SUISSE
SALUTE PUBBLICA SVIZZERA

The Swiss Society for Public Health



SSPH+
SWISS SCHOOL OF
PUBLIC HEALTH



University of Applied Sciences
zhaw School of Health Professions



Welche gesundheitlichen Auswirkungen hat der digitale Medienkonsum auf Kinder und Jugendliche?



Quelle: heimat-krankenkasse.de



Interdisziplinäres Forschungsprojekt der ZHAW



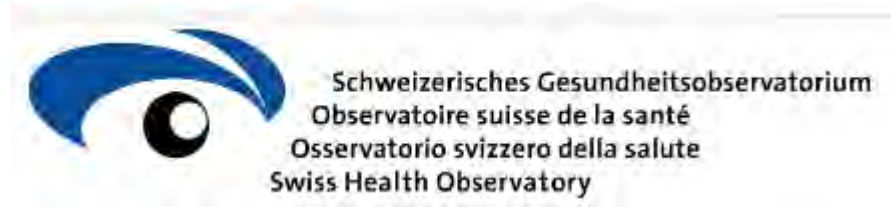
Angewandte Psychologie
Fachgruppe Medienpsychologie
Gregor Waller



Gesundheit
Institut für Ergotherapie
Ursula Meidert



Methoden



Zürcher Hochschule
für Angewandte Wissenschaften



- Auftrag des Schweizerischen Gesundheitsobservatoriums
- Literaturrecherche in 3 Datenbanken und GoogleScholar, Literatur seit 2010
- 72 Keywords zur physischen und psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen
- Rund 2889 Artikel wurden gefunden und ausgewertet



Datenlagen: viel Artikel aber ...

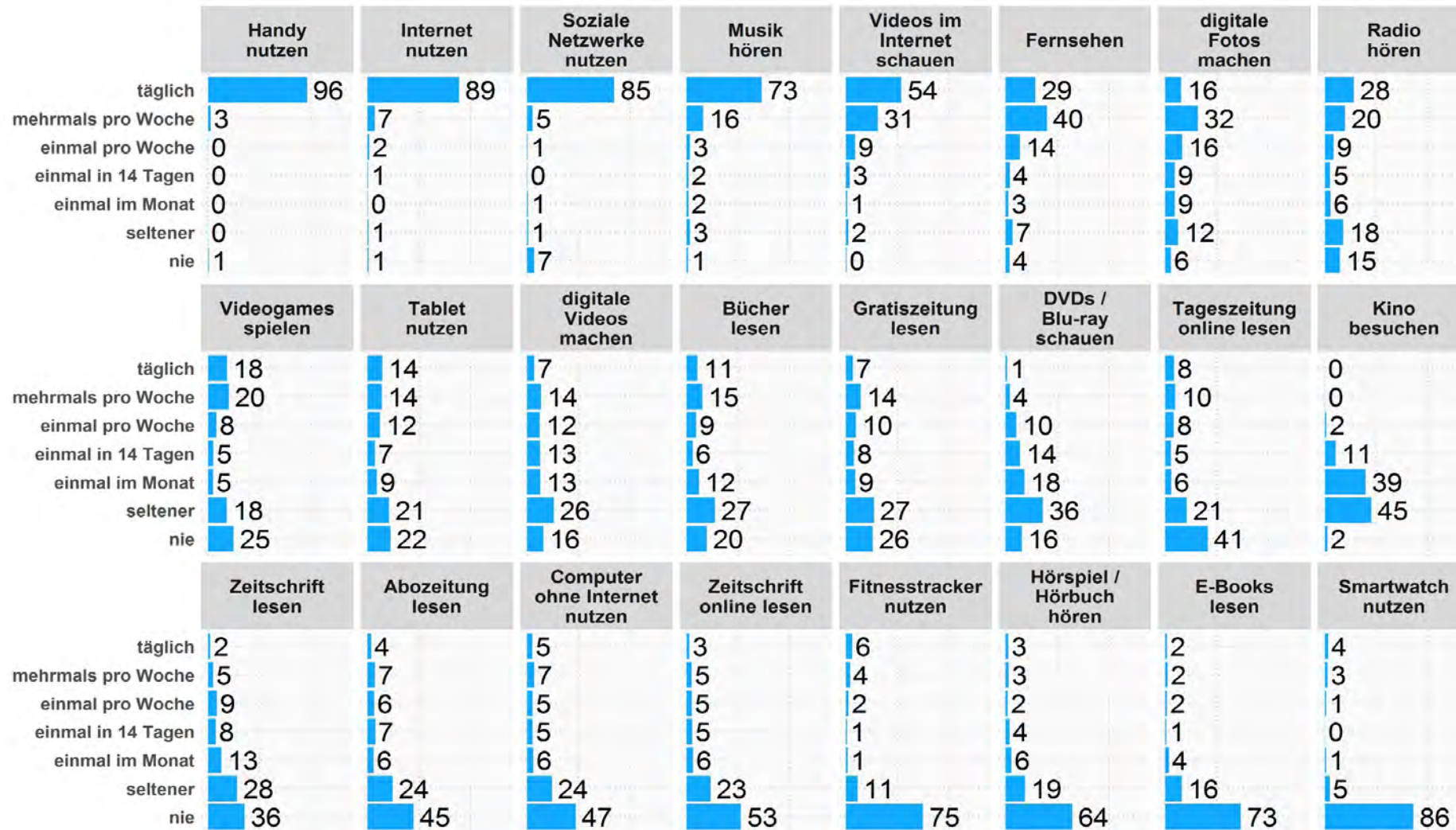
- Studien behandeln vor allem Internetnutzung und Mobiltelefonie
- Studien sind zum Grossteil aus dem englischsprachigen Raum, wenig Studien stammen aus der Schweiz
- Grossteil der Studien sind Querschnittstudien, es fehlen Studien, die Kausalitäten untersuchen
- Studien zu Kindern unter 12 Jahren sind selten
- Studien sind teils sehr widersprüchlich
- Studien sind schwer vergleichbar da uneinheitliche Operationalisierungen



Mediennutzung in der Schweiz

- Breites Angebot an Medien in den Haushalten vorhanden
- Kinder unter 6 Jahren nutzen digitale Medien erst wenig. Wichtigstes Medium ist Tablet
- Bei Primarschulkindern der TV ist am beliebtesten, 50% haben nach der 6. Klasse ein eigenes Handy
- Fast 100% der Jugendlichen besitzen ein Smartphone ab dem Übertritt in die Sekundarstufe, entsprechend wird das Handy das wichtigste Gerät.
- Das Handy wird intensiv genutzt: 95% der Jugendlichen nutzen es täglich

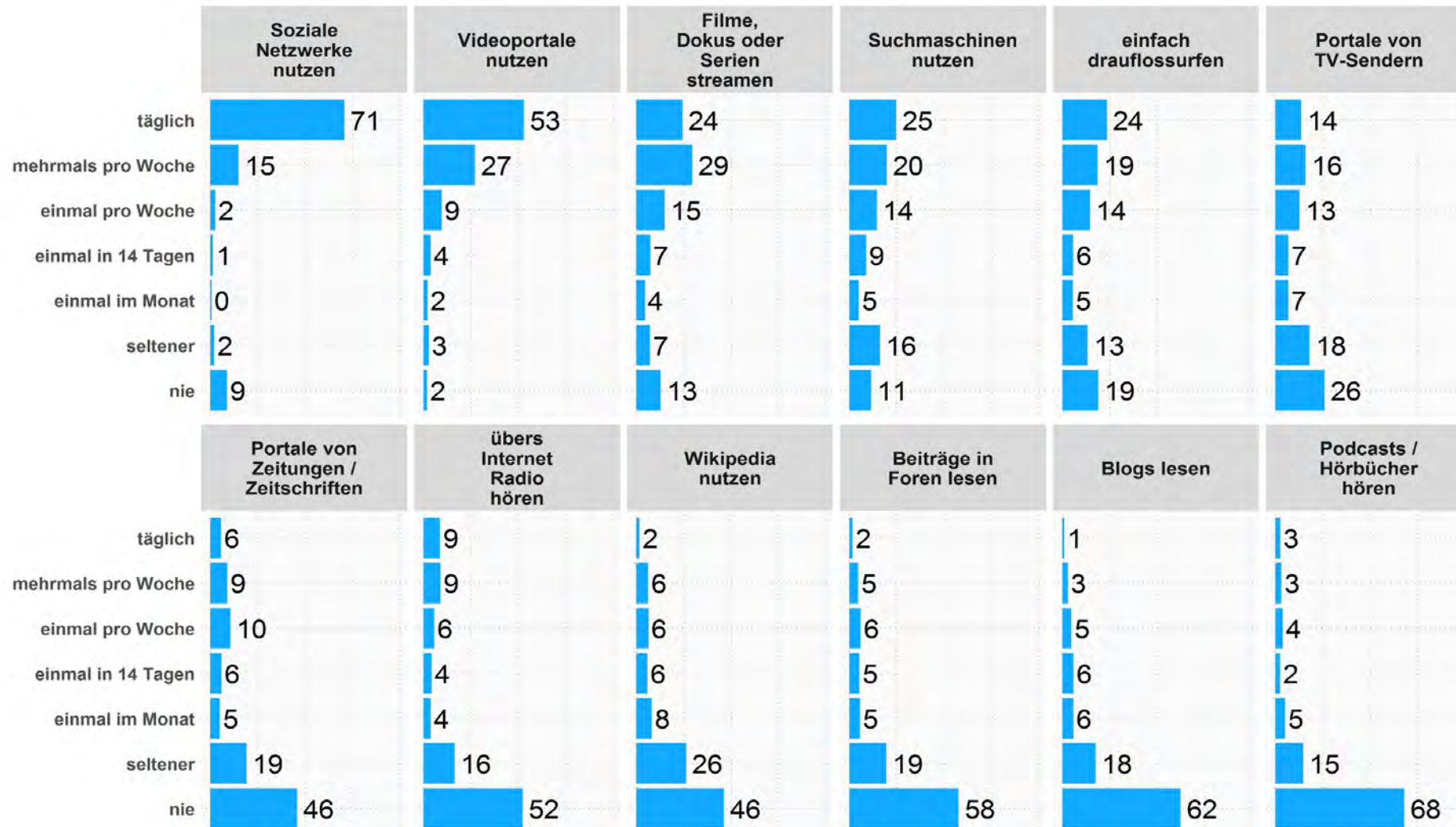
Mediennutzung 12- 19 Jährige in der Schweiz



N: 1166

Quelle: JAMES-Studie 2018

Mediennutzung 12- 19 Jährige in der Schweiz





Drei Quellen möglicher Risiken für die Gesundheit





Gesundheitliche Auswirkungen

Verwendete Technologien

Dauer und Art der Nutzung

Inhalte

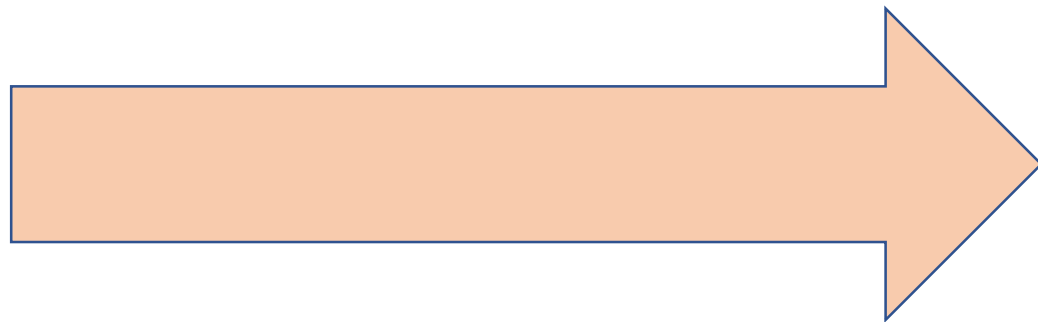
- Krebserkrankungen
- Schlafstörungen
- Augenbeschwerden
- Muskuloskelettale Beschwerden
- Kopfschmerzen
- Übergewicht & Adipositas
- Herz-Kreislaufkrankungen, Diabetes
- Schlafstörungen
- Übergewicht & Adipositas
- Schlafstörungen
- Depressivität
- Sucht
- Aggressivität & Gewalt
- Stress



Ressourcen

Inhalte

- Informationsquelle
- Gesundheitsbildung
- Gesundheitsinterventionen
- Gesundheitsförderung
- Austausch unter Peers
- Entspannung & Erholung



Niederschwelligkeit



Die Suche nach dem Negativen?

- Forschung im Bereich digitale Medien ist vorwiegend Defizit orientiert
- Aufgrund der verwendeten Methoden sind viele Resultate inkonklusiv





Ungenutztes Potential

- Verwenden von digitalen Technologien zur Operationalisierung und Erhebung der Daten
- Verwendung von technischen Lösungen zur Beschränkung des Zugriffs oder der «Scree-time»
- Bessere Nutzung des niederschweligen Zugangs zu Kindern und Jugendlichen für Gesundheitsthemen



Empfehlungen





Empfehlungen



