

Handout: Social Media und Einsamkeit

1. **Social Media ist ein fester Bestandteil der Lebenswelt queerer Jugendlicher.**

Viele verbringen täglich mehrere Stunden in sozialen Netzwerken. Doch wie steht es dabei um das Thema Einsamkeit?

Ambivalenz von Social Media

Social Media wirkt in Bezug auf Einsamkeit ambivalent:

- **Verstärkung von Einsamkeit:**
Die Nutzung sozialer Medien kann dazu führen, sich mehr aus der analogen Welt zurückzuziehen, besonders dann, wenn im direkten Umfeld wenig Anschluss oder keine queere Gleichgesinnten vorhanden sind.
- **Auslöser von Einsamkeit:**
Wer sich zu stark in digitalen Räumen verliert, pflegt unter Umständen weniger reale Kontakte. Die soziale Interaktion wird häufig ins Digitale verlagert, was Einsamkeitsgefühle verstärken kann.

Aber!

- **Möglichkeiten zur Überwindung von Einsamkeit:**
Soziale Netzwerke bieten auch Chancen: Sie ermöglichen queeren Jugendlichen, besonders außerhalb von Ballungsräumen, den Austausch mit Menschen, die ähnliche Erfahrungen und Werte teilen. Das kann verbinden und empoweren.

2. **Künstliche Intelligenz(KI) in Social Media**

KI ist heute Bestandteil vieler Social-Media-Plattformen, etwa durch chatbots oder ChatKIs

- Diese Programme können Gesprächspartner*innen simulieren und verschiedene Rollen einnehmen.
- Menschen können sich in der Interaktion mit solchen Systemen verlieren.

- Darunter können auch reale Beziehungen und soziale Fähigkeiten leiden.

3. Was können wir tun?

- Die digitale Lebenswelt junger Menschen ernst nehmen
- Social Media aktiv thematisieren und dazu Workshops anbieten
- Offenheit signalisieren
- Risiken benennen, Schutz biete und Ansprechpersonen oder Anlaufstellen aufzeigen

3.1 Konkrete Ideen könnten da sein:

- Empowerment durch Medien fördern
- Medien als Icebreaker oder auch als Brücke nutzen. (z.B. durch Memes oder Lieblingsinfluencer*innen)