

## **Identitätsbildung im Zeitalter mobiler Kommunikation**

Abstract von **Iren Schulz**

*Heranwachsende sind in ihrem Körperbild noch nicht gefestigt und suchen sich Orientierung und Vorbilder in sozialen Medien. Dabei verschiebt sich die Wahrnehmung des eigenen Körperbildes und es finden soziale Vergleichsprozesse statt, die sich negativ auf die Entwicklung einer gesunden Persönlichkeit auswirken können.*

Digitale Communities bieten Jugendlichen heute eine scheinbar grenzenlose Zahl an möglichen Idolen, Subkulturen und jugendkulturellen Zuordnungen. Gleichzeitig sind die sozialen Medien der Ort geworden, an dem das Ergebnis von Identitätsbildungsprozessen permanent nach aussen kommuniziert wird.

Mit diesen Formen von Selbstdarstellung (Selfies) und der damit verbundenen Vergleichbarkeit und Nähe gehen nicht selten Perfektionismus, Minderwertigkeitsgefühle und Selbstoptimierung einher. Führt das zu Stress und einem gewissen Druck in der Entwicklung von Jugendlichen? Inwiefern beeinflusst und belastet das den Prozess des Erwachsenwerdens und der Selbstfindung?

### **Medien als Folie und Orientierung im Jugendalter**

Wer bin ich und wie möchte ich wahrgenommen werden? Wie möchte ich sein als Mann oder Frau? Von wem grenze ich mich ab und wer soll zu mir gehören? Unter anderem diese entwicklungspezifischen Fragen stehen im Jugendalter im Mittelpunkt und werden wie schon immer mit und über Medien beantwortet.

Das Smartphone und die darauf bezogenen Social Media-Anwendungen können Jugendliche kontinuierlich, zeit- und ortsunabhängig nutzen. Über diese Möglichkeiten hat sich auch das Bearbeiten jugendtypischer Entwicklungsaufgaben in Social Media-Anwendungen wie Instagram, Facebook oder TikTok (ehemals Mucial.ly) verlagert. Mädchen und Jungen leben darüber eine Form von öffentlicher Persönlichkeit aus, bei der sich bisherige Vorstellungen und Grenzen von Privatheit und Öffentlichkeit verschieben.

Über die digitalen Anwendungen des Zeigens und Sehens etablieren Mädchen und Jungen Bildpraktiken, die in einer inszenierten Authentizität münden: Jede(r) ist stets bemüht, «das beste Bild» von sich abzuliefern: in Bezug darauf, wie man sich fühlt und wie man aussieht, mit wem man befreundet und unterwegs ist, was man in der Freizeit tut oder was man isst und anzieht.

## **Herausforderungen digitaler Medien für Identitätsentwicklung**

Für Jugendliche scheinen diese Praktiken dann problematisch zu werden, wenn die in den sozialen Medien verbrachte Zeit zu lang wird. Mehrere Studien bestätigen, dass vor allem in der frühen Adoleszenz eine ausgiebige Verweildauer in Sozialen Medien mit negativen Stimmungen und einer negativen Wahrnehmung (Bodyimage) von sich selbst verbunden sind. Der Druck, immer happy, immer schön und immer aktiv zu sein, entsteht also da, wo die optimierte Darstellung in den Medien kein ausreichendes Regulativ und keinen Ausgleich in der Offlinewelt (zum Beispiel über Familie und Peer-Group) erfährt. Für die Frage von Prävention wird demzufolge auch hier deutlich, dass ein gesundes zeitliches Mittelmaß, vor allem aber auch die Fähigkeit, mediale Bilder kritisch zu hinterfragen und zu durchschauen, maßgeblich sind.

Dr. Iren Schulz  
Kommunikationswissenschaftlerin und Medienpädagogin  
Telefon: +49 (0)176 64360737  
Web: [www.irenschulz.de](http://www.irenschulz.de)  
Mail: [info@irenschulz.de](mailto:info@irenschulz.de)  
Twitter: [@irenschulz77](https://twitter.com/irenschulz77)  
Facebook: Medienkompetenz ist Lebenskompetenz