



Basi

Bundesarbeitsgemeinschaft für Sicherheit
und Gesundheit bei der Arbeit

Digitale Medien – Herausforderung und Chance für die Prävention bei jungen Leuten

Tamara Hammer

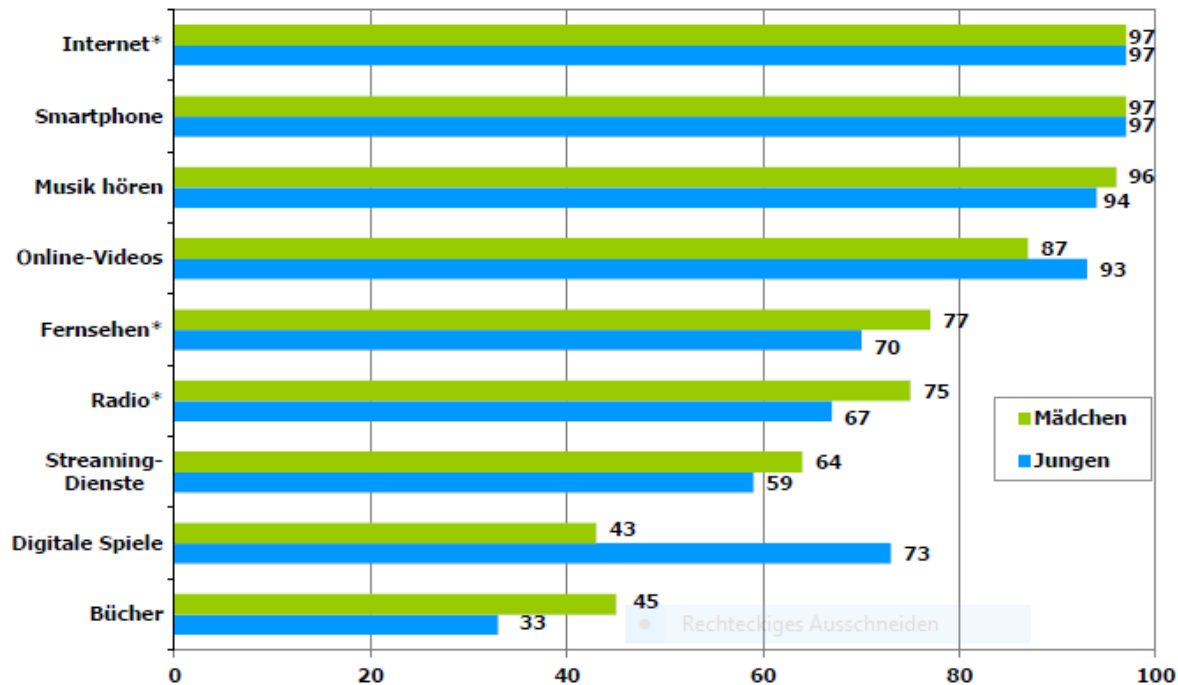
Film

Vortrag beim 15. Bundesweiten Betriebsärztetag
09. – 10. März 2019 in Dresden

Mediennutzung ist allgegenwärtig

Mit welchen Medien beschäftigen sich Jugendliche täglich bzw. mehrmals pro Woche?

Nach Geschlecht, Auswahl, 2018 (Angaben in %)



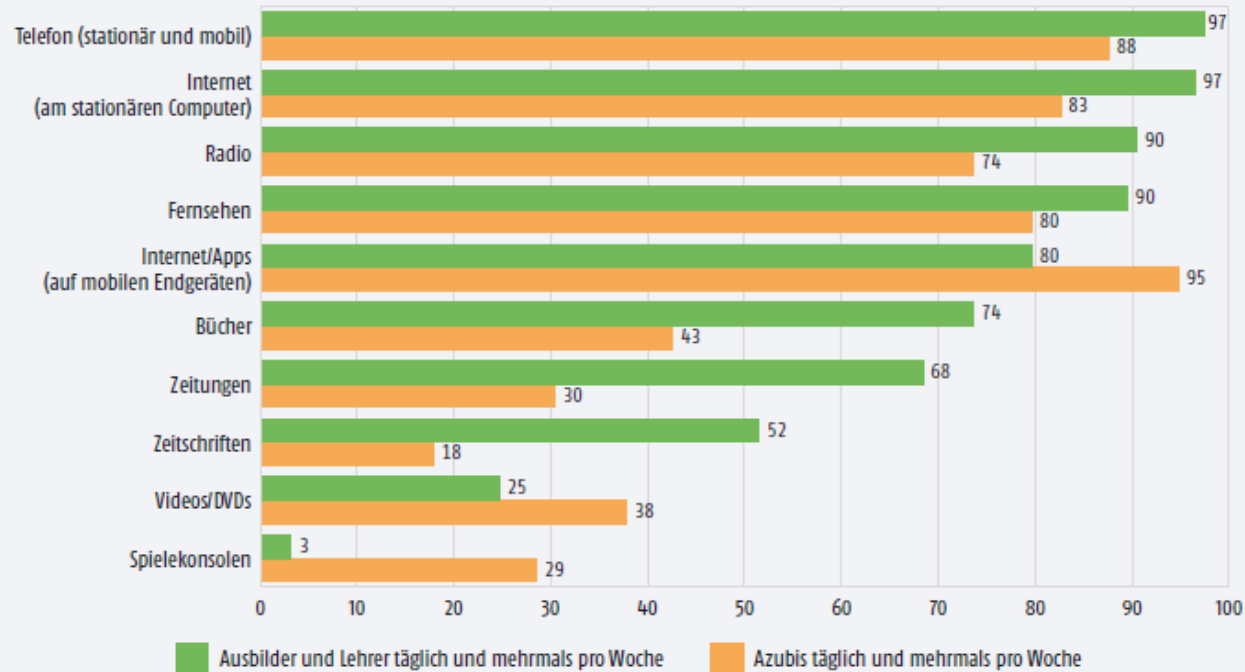
Basis: n= 1.200, 12-19 Jahre.
*Nutzung egal über welchen Zugang.

Quelle: JIM-Studie 2018, mpfs, S. 14.

Mediennutzung Auszubildende vs. Ausbilder

Abbildung 12

Mediennutzung durch Auszubildende, Ausbildende und Berufsschullehrende (in Prozent)

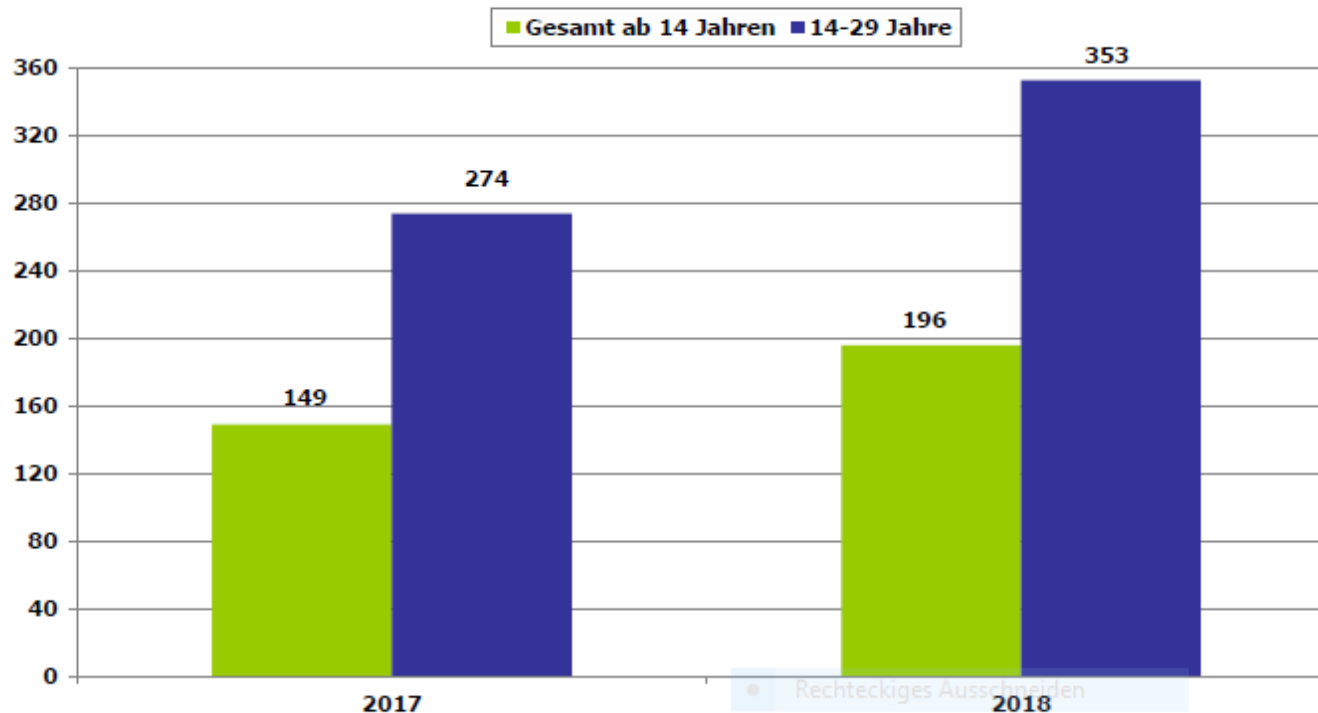


Frage: Wie häufig nutzen Sie selbst die folgenden Medien und Mediendienste? | N=753-766 Azubis, n=202 Ausbilder/Lehrer | Angaben in % |

© BIBB und MMB-Institut, 2015

Tägliche Nutzungsdauer des Internets 2017 und 2018

Vergleich Gesamtbevölkerung und Jugendliche/junge Erwachsene, in Minuten/Tag



Basis: deutschsprachige Bevölkerung ab 14 Jahren.
2018: n=2.009, 2017: n=2.017.

Quelle: ARD/ZDF-Online-Studien 2017 und 2018,
Frees/Koch, in: Media Perspektiven 9/2018, S. 404.

Gesundheitliche Beschwerden bei Auszubildenden

Tabelle 1: "Wie oft haben Sie die folgenden gesundheitlichen Beschwerden?"

	Anteil der Antwort "Immer/häufig" in Prozent		
	Männer	Frauen	Gesamt
<i>Körperliche Symptome</i>			
Rückenschmerzen	11,8	31,8	21,1
Verspannungen, Verkrampfungen	11,3	34,7	22,1
Reizung der Augen	6,4	13,8	9,9
Kreislaufstörungen	1,3	10,7	5,7
Erkältungen	9,6	14,3	11,8
Magenschmerzen/Sodbrennen	7,1	14,0	10,3
Kopfschmerzen	14,5	38,8	25,7
Hautprobleme	8,9	20,2	14,1
<i>Psychische Symptome</i>			
Müdigkeit, Mattigkeit, Erschöpfung	31,3	41,7	36,0
Schlafstörungen	7,9	12,4	10,0
Mühseligkeit, Traurigkeit, Bedrückung	5,9	12,4	8,8
Lustlosigkeit, ausgebrannt sein	13,3	17,2	15,1
Reizbarkeit	7,6	14,3	10,7
<i>Körperliche und zugleich psychische Symptome</i>	24,2	43,7	33,1

Quelle: Fehlzeiten-Report 2015 © W&G 2015

Gesundheitsverhalten von Auszubildenden

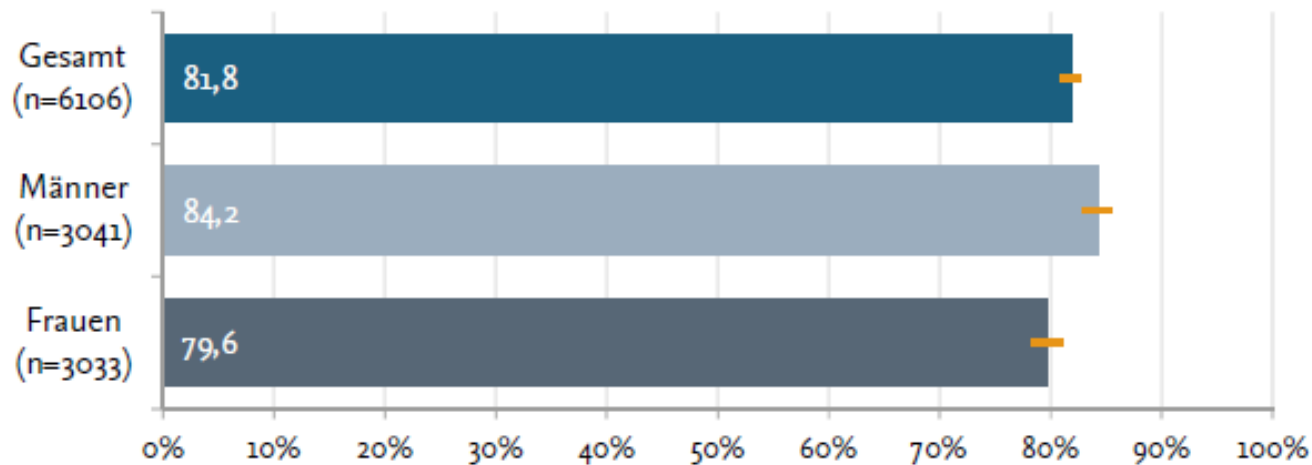
Tabelle 2: Gesundheitsverhalten der Auszubildenden: Anteile von Auszubildenden mit negativen Verhaltensausprägungen in Prozent

	Männer	Frauen	Gesamt
Häufigkeit sportlicher Aktivitäten			
Nie oder einmal pro Monat	23,6	28,9	26,1
Essgewohnheiten			
Kein tägliches Frühstück	26,5	27,5	27,0
Kein tägliches Mittagessen	13,0	19,1	15,8
Fast Food, mehrmals die Woche	23,4	9,6	17,0
Süßigkeiten, mehrmals die Woche	49,8	66,4	57,4
Schlafgewohnheiten			
Unter 7 Stunden Schlaf, werktags	34,4	26,2	30,5
Wochentags in Arbeit und Schule fast nie/niemals ausgeruht	11,3	13,7	12,4
Rauch- und Trinkverhalten			
Rauchen, regelmäßig und gelegentlich	39,9	30,7	35,7
Ein- oder mehrmals pro Woche mindestens 6 alkoholische Getränke	25,9	10,4	18,7
Erfahrung mit Drogen in letzten 12 Monaten			
Cannabis, Marihuana schon ausprobiert	17,7	9,6	13,9
Cannabis, Marihuana, gelegentlich/häufiger	7,1	3,7	5,5
Ecstasy, Speed, zumindest schon ausprobiert	3,3	1,7	2,5
Kokain, Heroin, zumindest schon ausprobiert	1,3	0,8	1,1
Medikamente zur Leistungssteigerung zumindest schon ausprobiert	4,6	4,9	4,7

Quelle: Fehlzellen-Report 2015 © WIdO 2015

Gesundheit von Studierenden

Abbildung 1: Subjektive allgemeine Gesundheit der Studierenden, differenziert nach Geschlecht.

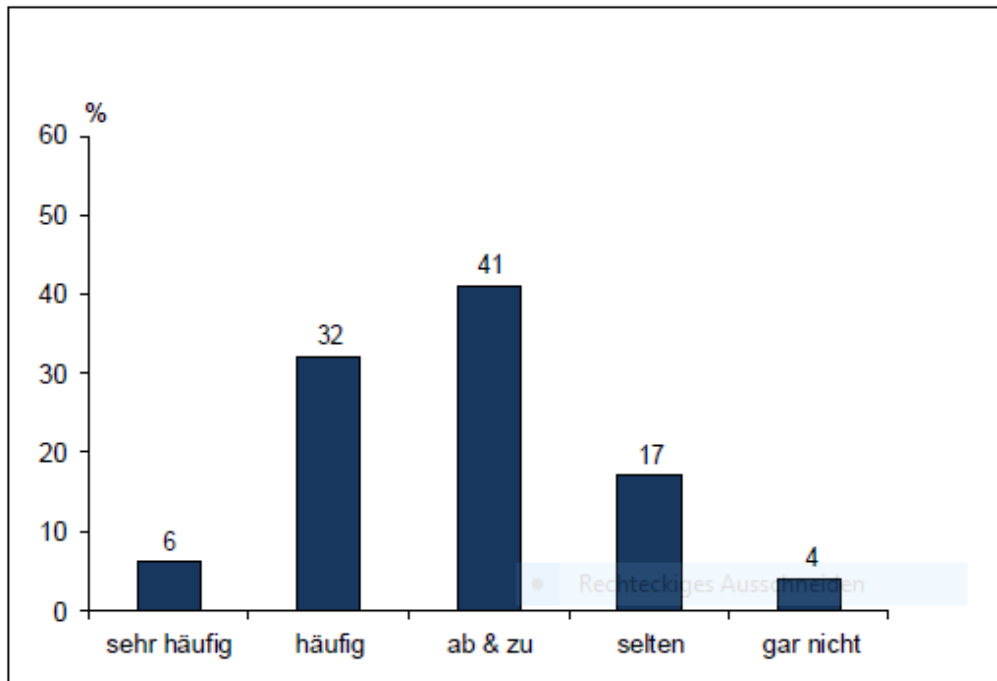


Anmerkung: Anteil der Studierenden, die ihre allgemeine Gesundheit als „gut“ oder „sehr gut“ einschätzen. Angaben in Prozent in blauen Balken, 95%-Konfidenzintervalle in orangefarbenen Linien.

aus: Grützenmacher, J. u. A.: Gesundheit Studierender in Deutschland 2017

Schlafmangel in Folge von Medienkonsum

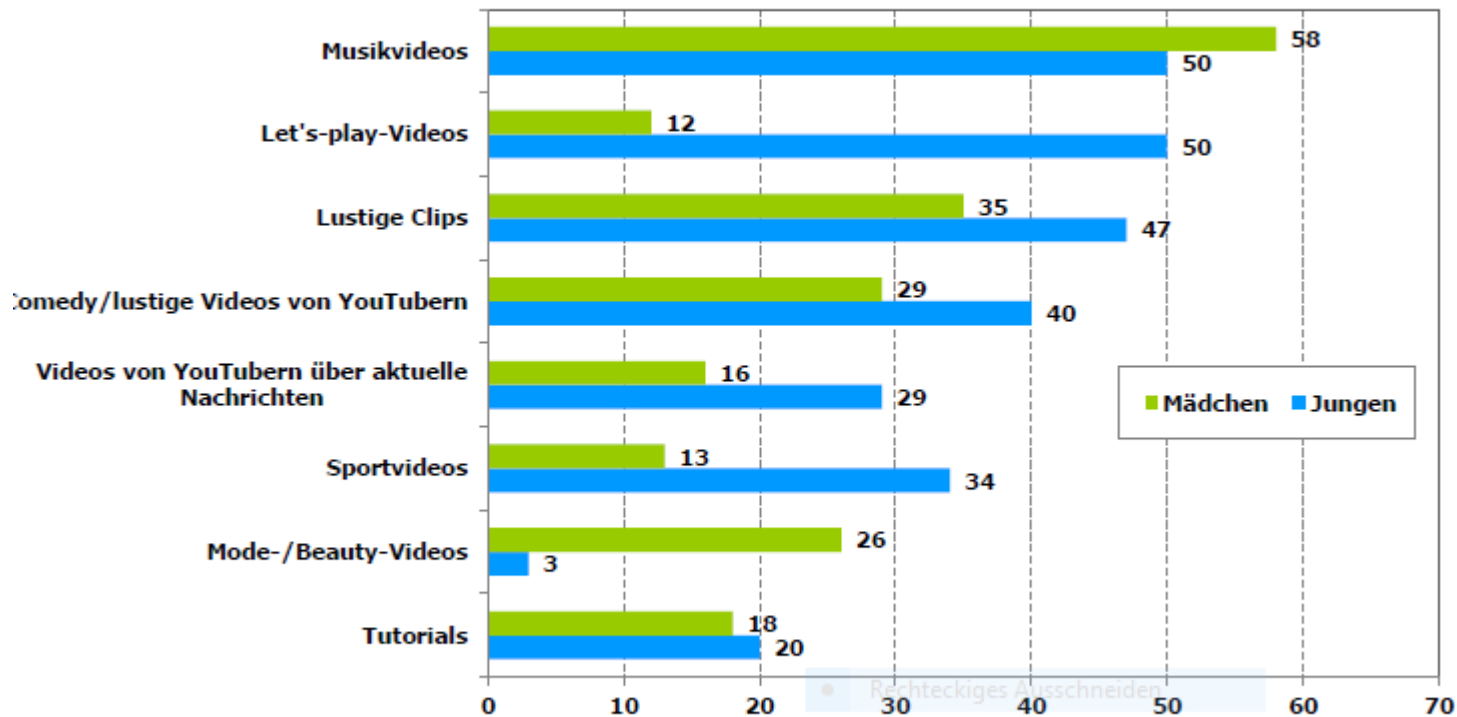
Tagsüber ausgeruht und leistungsfähig fühlen



Deutsche Azubi-Gesundheitsstudie (DAGS) Gesundheitszustand, Gesundheitsverhalten und Belastungen von 16- bis 25jährigen Auszubildenden im Quer- und Längsschnitt (n >12.000 Auszubildende)

Was sehen sich Jugendliche auf youtube an?

Täglich/mehrmals pro Woche, nach Geschlecht, Auswahl, 2018 (Angaben in %)

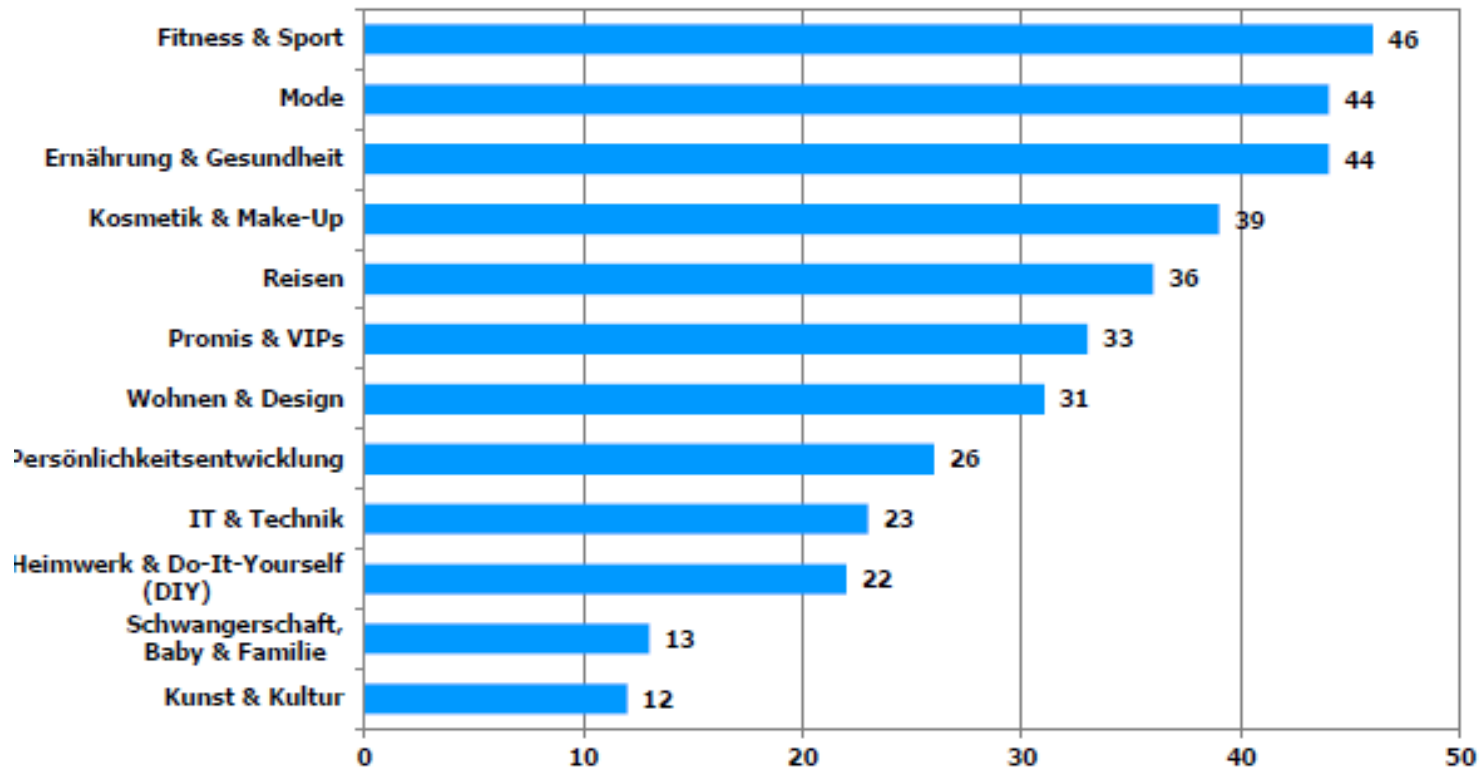


Basis: n=1.197, 12-19 Jahre; Befragte, die zumindest seltener YouTube nutzen.

Quelle: JIM-Studie 2018, mpfs, S. 50.

Follower: Fitness und Sport an erster Stelle

„Aus welchen Bereichen kommen die Influencer, denen Sie in Ihren sozialen Netzwerken folgen?“
Mehrfachnennungen möglich, 2018 (Angaben in %)



Basis: Follower von Influencern in Social Media
(n=198), 14+ Jahre.

Quelle: bitkom Research 2018, S. 22.

Medienkompetenz aufbauen

Beispiel „Handysektor“

- unabhängige Anlaufstelle für den digitalen Alltag – mit vielen Tipps, Informationen und auch kreativen Ideen rund um Smartphones, Tablets und Apps.
- Unterstützung bei Fragen oder Problemen mit digitalen Medien.

„Bei uns gibt es keine Verbote oder den erhobenen Zeigefinger – stattdessen machen wir dich fit, so dass du selbst kompetent entscheiden kannst, wie du mit digitalen Medien umgehen willst.“

www.handysektor.de ist ein gemeinschaftliches Projekt der Landesanstalt für Medien NRW und des Medienpädagogischen Forschungsverbundes Südwest (mpfs) in Kooperation mit klicksafe.de

Qualitätsgesicherte Gesundheitsinformationen Im Netz

- Online-Angebote, die durch die [Health on the Net Foundation](#) oder das [Aktionsforum Gesundheitsinformationssystem \(afgis\)](#) zertifiziert sind, bieten eine Bewertung der Apps an. Entsprechende Siegel finden sich meist oben auf der Startseite eines Gesundheitsportals.
- Das Zentrum für Telematik und Telemedizin (ZTG) prüft und bewertet mit seiner ["AppCheck"](#) digitale Angebote und berichtet über die Ergebnisse.



APPCHECK
DIE INFORMATIONS- UND BEWERTUNGSPLATTFORM FÜR GESUNDHEITSAPPS

Vertrauenswürdigkeit & Qualität einer App

Sie haben folgende Herstellerangaben gefunden

- Impressum, Kontakt
- Sachverständigkeit
- Belegbarkeit und Zuordnung
- Finanzierung
- Werbepolitik: Werbeaussagen mit dem Wort "Anzeige" gekennzeichnet
- Erklärung zur Werbefreiheit der Gesundheitsinformationen vorhanden
- Datenschutzerklärung vorhanden
- !! Erhebung Ihrer Gesundheitsdaten: Zustimmung wird bei Ihnen eingeholt**
- !! Zustimmung können Sie jederzeit rückgängig machen**
- !! Schutz Ihrer Daten durch Passwort oder Verschlüsselung**
- Hinweis vorhanden „App kann den Arzt nicht ersetzen“

(HealthOn 2019: Checkliste Vertrauenswürdigkeit und Qualität, www.healthon.de)



Internet Filmportale mit Bezug zu Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit

www.arbeitsschutzfilm.de

- Sicherheit- und Gesundheitsthemen positiv besetzen!
- Umfangreiche Sammlung von im Internet frei zugänglichen Filme und Arbeitsschutzclips

<https://2017.media prevention.org/en/index.html>

- Die „Oscars“ des Arbeitsschutzes
- 235 Beiträgen aus 38 Ländern
- Preisträger: sechs Filme und drei Multimedia-Produkte

Serious Games und E-Learning

Projekt „Simulationsspiel Kultur der Prävention“

Unter welchen Bedingungen eignen sich Serious Games für die Vermittlung relevanter Kompetenzen in der Präventionsarbeit? Prototyp fertig im März 2019, www.simkult.de

Lebensstil-Beeinflussung - Serious Games bei Herz- Kreislauf-Problemen oder erworbener Diabetes

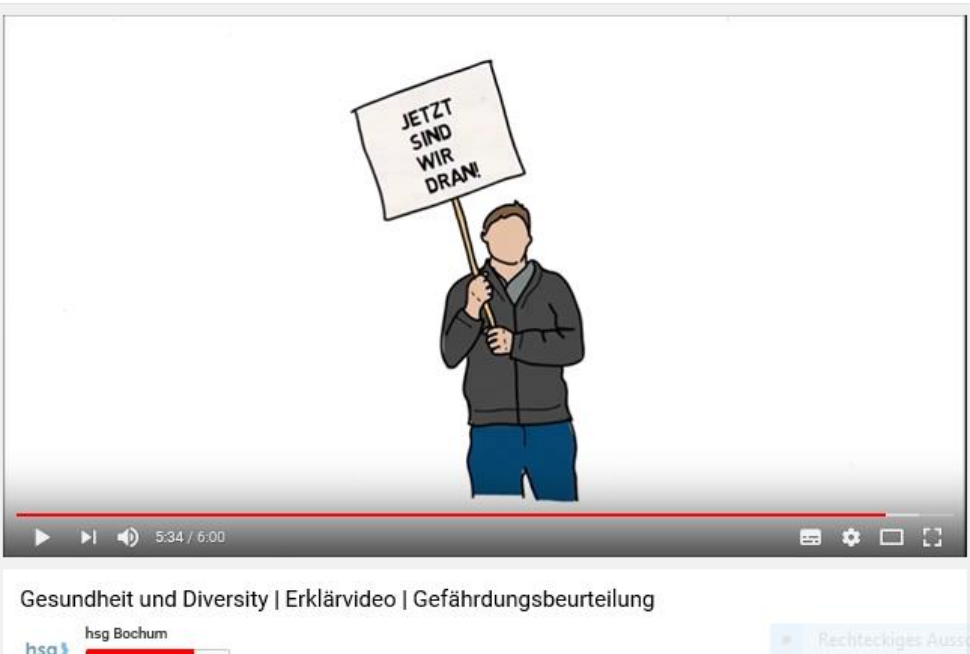
www.serious-games-solutions.de/games-for-health/

Nanorama - eine Wortkreation aus "Nano" und "Panorama,,

Nanomaterialien und entsprechende Arbeitsschutzmaßnahmen beim Umgang mit diesen. Ziel ist es, alle Situationen zu finden und die Fragen, welche beim Anklicken der einzelnen Situationen erscheinen, richtig zu beantworten. Branchen und Arbeitsbereiche: Bau, Labor, Kfz-Werkstatt, Textil, Produktion.

<http://nano.dguv.de/nanoramen/>

Vom Medienkonsum zum Selbermachen I



Erklärvideo zur
Gefährdungsbeurteilung

[Erklärvideo](#)

Sibel Erk, Hazal Kandemir, Burcu Demirci, Mahur Hesamiashrafi

Studierende der Hochschule für Gesundheit Bochum (Sommersemester 2017)

<https://www.hs-gesundheit.de/de/zielgruppe/presse/pressemitteilungen/pressemitteilung/article/video-von-hsg-studentinnen-zur-gefaehrdungsbeurteilung-1/>

Vom Medienkonsum zum Selbermachen II

Präventionsprogramm "Jugend will sich-er-leben"

Kreativwettbewerb Thema "FEHLER UND UMGANG MIT FEHLERN,,

- (Berufs)Schülerinnen und Schüler wählen selbst das Präsentationsformat: Slam Poetry – Rap – Video – Plakat – Meme – Visual Statement – GIF – Comic – Projektarbeit

www.jwsl.de

Vom Medienkonsum zum Selbermachen III

komm **mit** mensch

Sicher. Gesund. Miteinander.



Unfallkassen und Berufsgenossenschaften
Ihre gesetzliche Unfallversicherung



Jetzt anmelden und Film einreichen!

»Dreh deinen Film...«

...zum kommmitmensch Film & Media Festival
der **A+4** 2019 - mehr Sicherheit
und Gesundheit bei der Arbeit!

HIER LANG GEHT'S ZUR ANMELDUNG >

Rechteckiges Ausschneiden

Scrollen um mehr zu erfahren

Fazit

- Digitale Instrumente wie z.B. digitale Selbstlernprogramme und Serious Games können zur Förderung von Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit eingesetzt werden.
- Medien, insbesondere Social Media, können eine unterstützende Wirkung für Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit haben.
- Es gilt, an die Mediengewohnheiten der Jugendlichen anzuknüpfen und niederschwellige Angebote zu machen.

Aber:

- Sie können Dozenten oder Beratende nicht ersetzen, da beim Lernen Gefühle und Interaktion immer eine wichtige Rolle spielen.
- Sie können Beratungsgespräche, Seminare und Kurse nur ergänzen.

Anhang 1: Grunddaten Jugend und Medien 2019

Aktuelle Ergebnisse zur Mediennutzung von Jugendlichen in Deutschland

nach: Internationales Zentralinstitut für das Jugend- und Bildungsfernsehen (IZI) von Heike vom Orde (IZI) und Dr. Alexandra Durner, 2019

bitkom research: Kinder und Jugend in der digitalen Welt. 2017.URL: <https://www.bitkom.org/Presse/Anhaenge-an-PIs/2017/05-Mai/170512-Bitkom-PK-Kinder-und-Jugend-2017.pdf>

bitkom research: Social Media & Social Messaging. Berlin 2018. URL: <https://www.bitkom-research.de/Social-Media-Social-Messaging-2018>

Bravo/YouGov: Politische Jugendstudie. 2017.URL: <https://yougov.de/news/2017/07/18/politische-jugendstudie-von-bravo-und-yougov-teenage/>

Brüggen, Niels u.a.: Jugendmedienschutzindex: Der Umgang mit onlinebezogenen Risiken. Berlin 2017.URL: http://www.fsm.de/sites/default/files/FSM_Jugendmedienschutzindex.pdf

Bündnis gegen Cybermobbing: Cyberlife II. Spannungsfeld zwischen Faszination und Gefahr. Cybermobbing bei Schülerinnen und Schülern. Karlsruhe 2017.URL: https://www.buendnis-gegen-cybermobbing.de/fileadmin/pdf/studien/2016_05_02_Cybermobbing_2017End.pdf

DAK-Studie: WhatsApp, Instagram und Co. – so süchtig macht Social Media. Berlin 2017.URL: <https://www.dak.de/dak/download/dak-studie-social-media-nutzung-1968596.pdf>

Deutsches Institut für Vertrauen und Sicherheit im Internet (DIVSI): DIVSI U25-Studie. Hamburg 2018.URL: <https://www.divsi.de/wp-content/uploads/2018/11/DIVSI-U25-Studie-euphorie.pdf>

Elbdudler/YouGov: elbdudler Jugendstudie 2018. URL: <https://jugendstudie.elbdudler.de/>

Feierabend, Sabine/Rathgeb, Thomas/Reutter, Theresa: Jugend, Information, Medien. In: Media Perspektiven 12/2018, S.587-600. URL: https://www.ard-werbung.de/fileadmin/user_upload/media-perspektiven/pdf/2018/1218_Feierabend_Rathgeb_2019-01-08.pdf

noch Anhang 1: Grunddaten Jugend und Medien 2019

Aktuelle Ergebnisse zur Mediennutzung von Jugendlichen in Deutschland

nach: Internationales Zentralinstitut für das Jugend- und Bildungsfernsehen (IZI) von Heike vom Orde (IZI) und Dr. Alexandra Durner

Forsa: Hate Speech 2017. URL: https://www.lfm-nrw.de/fileadmin/user_upload/lfm-nrw/Service/Pressemitteilungen/Dokumente/2017/Ergebnisbericht_Hate-Speech_forsa-Mai-2017.pdf

Forsa/DAK Gesundheit: Internet- und Computergebrauch bei Kindern und Jugendlichen. November 2015. URL: http://www.dak.de/dak/download/Forsa_Studie_Internetsucht_im_Kinderzimmer-1728400.pdf

Frees, Beate/Koch, Wolfgang: ARD/ZDF-Onlinestudie 2018: Zuwachs bei medialer Internetnutzung und Kommunikation. In: Media Perspektiven 9/2018, S. 398-413. URL: http://www.ard-zdf-onlinestudie.de/files/2018/0918_Frees_Koch.pdf

GfK: Frequency of Reading Books. Global GfK survey 2017. URL: https://cdn2.hubspot.net/hubfs/2405078/Landing_Pages_PDF/Global%20Studies%20Roper/Global-GfK-survey_Frequency-reading-books_2017.pdf

iconkids & youth international research GmbH: Trend Tracking Kids 2018 Bericht. URL: <http://iconkids.com>

Kupferschmitt, Thomas: Onlinevideo: Gesamtreichweite stagniert, aber Streamingdienste punkten mit Fiction bei Jüngeren. In: Media Perspektiven 9/2017, S. 447-462. URL: http://www.ard-werbung.de/fileadmin/user_upload/media-perspektiven/pdf/2017/0917_Kupferschmitt.pdf

Media Perspektiven Basisdaten 2017. Daten zur Mediensituation in Deutschland 2017. Frankfurt am Main, 2017. URL: http://www.ard-werbung.de/fileadmin/user_upload/media-perspektiven/Basisdaten/Media_Perspektiven_Basisdaten_2017_online_Neu.pdf

Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (mpfs): JIM-Studie 2018. Jugend, Information, (Multi-) Media. Stuttgart 2018. URL: https://www.mpfs.de/fileadmin/files/Studien/JIM/2018/Studie/JIM_2018_Gesamt.pdf

Vodafone Stiftung Deutschland: Engagiert aber allein. Wie sich junge Menschen durch die Online-Welt navigieren und welche Unterstützung sie dafür suchen. Düsseldorf 2018. URL: https://www.vodafonestiftung.de/uploads/tx_newsjson/Vodafone_Stiftung_Engagiert_aber_allein_18_01.pdf

Anhang 2 Literaturlauswahl

Betz M, Brand S, Preißler L (2018) Gesundheitsförderung mit digitalen Instrumenten bei Auszubildenden. In: Dienstbühl I, Stadeler M, Scholle HC (Hrsg) Prävention von arbeitsbedingten Gesundheitsgefahren und Erkrankungen. Bussert & Stadeler, Jena Vorbereitung)

Badura/Ducki/Schröder/Klose/Meyer (Hrsg.): Fehlzeiten-Report 2015, Schwerpunktthema: Neue Wege für mehr Gesundheit – Qualitätsstandards für ein zielgruppenspezifisches Gesundheitsmanagement, Springer 2015

Deutsche Azubi-Gesundheitsstudie (DAGS) Dr. Manfred Betz (Institut für Gesundheitsförderung und -forschung, Dillenburg) /Prof. Dr. Ulrich Köhler (Zentrum für Schlafmedizin der Universität Marburg) /PD Dr. Gereon Berschin (Bereich Sportmedizin der Universität Marburg)

Gesundheitsreport 2017 – Gesundheit von Auszubildenden, Herausgeber: Techniker Krankenkasse www.tk.de

J. Grützmaier, B. Gusy, T. Lesener, S. Sudheimer, J. Willige: Gesundheit Studierender in Deutschland 2017, Ein Kooperationsprojekt zwischen dem Deutschen Zentrum für Hochschul- und Wissenschaftsforschung, der Freien Universität Berlin und der Techniker Krankenkasse.

Schirmmaier L, Betz M, Brand S (2018) Einsatz von digitalen Instrumenten im Rahmen des BGM. In: Pfannstiel M, Birk-Braun I, Mehlich H (Hrsg) Betriebliches Gesundheitsmanagement - Maßnahmen, Konzepte, Evaluation. Springer, Heidelberg

Krämer, Heike; Jordanski, Gabriele; Goertz, Lutz: Medien anwenden und produzieren – Entwicklung von Medienkompetenz in der Berufsausbildung, Bundesinstitut für Berufsbildung, Bonn, Heft-Nr.: 181

Lampert, Claudia / Voß, Michaela: (2018): Gesundheitsbezogene Apps für Kinder – Ergebnisse des Projekts HealthApps4Kids. Hamburg: Verlag Hans-Bredow-Institut, Februar 2018 (Arbeitspapiere des Hans-Bredow- Instituts Nr. 43)

Lampert, C.; Voß, M. (2018): Möglichkeiten und Grenzen digitaler Gesundheitsangebote im Unterhaltungsformat. In: Scherenberg, V.; Pundt, J. (Hrsg.): Digitale Gesundheitskommunikation – Zwischen Meinungsbildung und Manipulation. Bremen: APOLLON University Press, S. 211-222.

Anhang 3 Internet-Angebote / Filmportale

Internet-Angebote

www.handysektor.de Landesanstalt für Medien NRW und Medienpädagogischer Forschungsverbundes Südwest (mpfs) in Kooperation mit klicksafe.de

Deutsches Jugend-Institut: Datenbank "Apps für Kinder" www.dji.de/ueber-uns/projekte/projekte/apps-fuer-kinder-angebote-und-trendanalysen/datenbank-apps-fuer-kinder.html

Selbsttests www.azubifit.com/mach-mit-sei-azubifit/teste-dich-selbst/

ZTG Zentrum für Telematik und Telemedizin GmbH www.appcheck.de

Jugend will sich-er-leben www.jwsl.de

Filmportale

www.arbeitsschutzfilm.de

www.napofilm.net/de

<https://2017.mediainprevention.org/en/playlist/genre.html>

Anhang 4: Software zum Erstellen von Erklärvideos

Kostenfreie Produkte:

PowToon www.powtoon.com

Animaker bis 2 Minuten Länge kostenfrei www.animaker.de

Biteable biteable.com

Kostenpflichtige Produkte:

MySimpleshow www.mysimpleshow.com

Vyond www.vyond.com

Animaker (kostenpflichtig ab 2 Minuten Länge) www.animaker.de

Übersicht über Schnittsoftware für Videoclips

<https://filmpuls.info/video-bearbeiten/>