

1. Wie kamen Sie dazu, sich mit Gesundheitskommunikation zu beschäftigen?

Es hat sich aus der Online-Forschung ergeben. Bei der Untersuchung verschiedener Formen der computervermittelten Kommunikation zeigte sich, dass Gesundheitsfragen oft eine Rolle spielen. Schon in der Frühphase des Internet haben Menschen z.B. über Mailinglisten oder Chat-Rooms Online-Selbsthilfegruppen organisiert, sei es zu Depressionen oder Hepatitis C. Und auch Gesundheitsprofis sind früh in die Online-Beratung eingestiegen. Bereits seit 1996 organisiert pro familia die Online-Sexualberatung Sextra und beantwortet Jugendlichen wie Erwachsenen Fragen rund um sexuelle Gesundheit.

2. Aus meiner Perspektive ist Gesundheitskommunikation...

Aus meiner Perspektive ist Gesundheitskommunikation über das Internet eine wichtige und wertvolle Ergänzung herkömmlicher Kanäle der Gesundheitskommunikation – mit weiterhin wachsender Bedeutung.

3. Wo liegen Ihre Forschungsschwerpunkte innerhalb der Gesundheitskommunikation? Mit welchen Fragen beschäftigen Sie sich gerade?

In meiner Forschung zu Online-Gesundheitskommunikation geht es um unterschiedliche Social Media Plattformen. Einen Schwerpunkt bildet aktuell die *Videoplattform YouTube*. YouTube ist nach der Suchmaschine Google die meistbesuchte Website im Internet. Und auf YouTube werden sehr viele gesundheits- und krankheitsbezogene Themen von unterschiedlichen Kommunikatoren behandelt: *Gesundheitsprofis* sind hier zunehmend aktiv, so gibt es beispielsweise Videos von Physiotherapie-Praxen, die zur Rückengymnastik und Mobilisierung anleiten, ebenso wie Videos von Psychotherapie-Praxen, die Persönlichkeitsstörungen und Beziehungsprobleme thematisieren. *Medienprofis* engagieren sich in der Gesundheitskommunikation auf YouTube: funk – das neue Angebot von ARD und ZDF – produziert seit 2016 etwa den YouTube-Kanal "Auf Klo", der neben Lifestyle und Unterhaltung auch Gesundheitsthemen wie Essstörungen oder Menstruation anspricht. Vor allem aber sind *Gesundheitslaien* im Zuge von Peer-to-Peer-Gesundheitskommunikation auf YouTube aktiv: Sie erzählen ihre Krankheitsgeschichten rund um Krebs, Akne oder Drogenabhängigkeit und/oder geben dem Publikum Tipps zur gesunden Lebensführung. Es gilt, das boomende und heterogene Feld der Video-Gesundheitskommunikation hinsichtlich Videoproduktion, Videoinhalten, Videorezeption und Videowirkungen zu erforschen.

Was die *Gesundheitsthemen* betrifft, auf die sich meine Forschung konzentriert, so sind diese aufgefächert. Das Spektrum reicht von Online-Fitness- und Ernährungstipps über Online-Alkoholprävention bis zu Online-Sexualaufklärung. Ebenso haben wir unterschiedliche *Zielgruppen*

im Blick. Oft geht es um Jugendliche, insbesondere auch um Mädchen, deren gesundheitsbezogene Online-Kommunikation in der breiten Öffentlichkeit oft zu einseitig negativ dargestellt wird. Zukünftig werden wir aber auch verstärkt ältere Zielgruppen der Online-Gesundheitskommunikation in unsere Forschung einbeziehen.

4. Gesundheit und Social Media – welche Chancen und welche Risiken zeigen sich?

Social Media bieten viele Chancen des gesundheitsbezogenen *Empowerment* durch verbessertes gesundheitsbezogenes Informations-, Identitäts- und Beziehungsmanagement. So kann man sehr schnell sehr spezifische Gesundheitsinformationen, Rollenmodelle und soziale Unterstützung finden, auch bei seltenen oder schambehafteten Gesundheitsproblemen. Das geht jedoch Hand in Hand mit Risiken des *Disempowerment*. Dazu gehören soziale Ausgrenzung und Aggression sowie Fehlinformationen in Online-Kontexten. Allzu oft erleben Menschen wirklich den Fall, dass sie nach ihren Beschwerden "googeln" und hinterher übermäßig besorgt sind, weil sie nun glauben, an einer schweren Krankheit zu leiden. Weiterhin besteht eine Verbindung zwischen problematischer Social-Media-Nutzung und Gesundheitsgefahren, besonders bei vulnerablen Zielgruppen. So kann Social-Media-Nutzung durch den ständigen sozialen Vergleich mit idealisierten Körperdarstellungen bestehende Probleme mit dem eigenen Selbstwert und Körperbild weiter verschlechtern. Auch exzessive Online-Nutzung als Selbstheilungsversuch (z.B. bei Depressionen und Ängsten) kann die Ursprungsprobleme verschlimmern.

5. Wo besteht Ihrer Einschätzung nach im Themenfeld Social Media und Gesundheit besonders vordringlicher Forschungs- und Handlungsbedarf?

Ein nach wie vor wichtiges Thema ist *Qualitätssicherung* in der Online-Gesundheitskommunikation. Dabei geht es einerseits um die Verbesserung der internetbezogenen Informations- und Gesundheitskompetenz der Bevölkerung. Andererseits geht es um die Förderung der Qualität von Online-Gesundheitsinhalten und um die bessere Differenzierbarkeit von qualitätsvollen und fragwürdigen Online-Quellen, z.B. durch mehr Initiativen, die qualitätsgeprüfte Internet-Adressen zu einzelnen Gesundheitsfragen fortlaufend sammeln und strukturiert anbieten. Das sorgfältige und nachhaltige Kuratieren von gesundheitsbezogenem Online-Content ist eine wichtige, aber auch sehr kosten- und personalintensive Aufgabe. Was man bislang im Internet findet, sind zahllose veraltete und unvollständige Link-Listen, weil keine oder keine ausreichenden Ressourcen für die kontinuierliche Pflege eingeplant waren.

Weiterhin ist die gerade aktuelle öffentliche und fachliche Debatte zum Umgang mit *Aggression, Hass und Mobbing im Netz* ein vordringliches Problem auch aus Gesundheitsperspektive. Zielscheibe von Online-Aggression zu werden, ist ein immenser Stressor mit negativen Konsequenzen für die Gesundheit bis hin zu Suizidalität. Hier geht es um besseren rechtlichen Schutz, um die

Verantwortung der Plattformbetreiber, aber auch um die Förderung eines zivilisierten Umgangs im Netz – einschließlich Online-Zivilcourage im Sinne der Selbstverpflichtung angemessen einzugreifen, wenn man mitbekommt, dass andere im Netz attackiert werden.

The screenshot shows a website with a navigation bar at the top containing the following links: Home, Research, Publications, Presentations, Teaching, CV, and News. Below the navigation bar, the main content area is divided into three sections:

- 5th edition (2016):** Features the book cover for "Forschungsmethoden und Evaluation" by Nicola Döring and Jürgen Bortz, published by Springer. The cover includes the text "in den Sozial- und Humanwissenschaften" and "5. Auflage".
- current debates:** Features a video thumbnail showing a young man and woman sitting on a bench outdoors, looking at a smartphone together. The video title is "Adolescent sexting: Why it is (not) a problem". A vertical credit line on the right side of the video reads "Quelle: morguefile, FilmenJan".
- 3rd edition in preparation:** Features the book cover for "Sozialpsychologie des Internet" by Nicola Döring, published by Hogrefe. The cover includes the text "Die Bedeutung des Internet für Kommunikationsprozesse, Identitäten, soziale Beziehungen und Gruppen" and "2., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage".

At the bottom of the main content area, there is a footer bar with the following text: "TU Ilmenau | Fachgebiet Medienpsychologie und Medienkonzeption | nicola.doering@tu-ilmenau.de".

www.nicola-doering.de