



Weiterführende Informationsangebote



Online-Angebote

Bundesamt für Sicherheit in der Informationstechnik – Wearables: So nutzen Sie Fitnesstracker, -armbänder und Co. sicher

➔ www.bsi.bund.de

Auf der Seite gibt es Informationen und Tipps zum sicheren Umgang mit Wearables und Fitnesstrackern.

Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte

➔ www.bfarm.de

Auf der Seite gibt es Informationen und Hinweise rund um Digitale Gesundheitsanwendungen (DiGa). In einem Verzeichnis sind alle aktuell als DiGa eingestuft Apps aufgelistet.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

➔ www.bzga.de

Auf der Seite gibt es Informationen zu Gesundheit, Prävention von Krankheiten bzw. gesundheitlicher Aufklärung.

Familien unter Druck

➔ www.familienunterdruck.de

In kurzen Videos werden einfache Hilfestellungen für den Umgang mit z. B. Stress und Ärger gegeben, um den Alltag in Familien besser zu meistern. Diese wurden von Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern sowie Expertinnen und Experten für psychische Gesundheit zusammengestellt. ➔ **Sie sind auch in englischer Sprache verfügbar.**

FLIMMO

➔ www.flimmo.de

Der FLIMMO – Elternratgeber für TV, Streaming & YouTube bietet in seiner Rubrik Medienerziehung einen Artikel zum Thema „Überforderung und Angst“.

Ich bin alles

➔ www.ich-bin-alles.de

Auf der Seite finden Kinder und Jugendliche Informationen, Videos und Podcasts zum Thema Depression und psychischer Gesundheit. In einem extra Bereich gibt es ebenfalls Informationen speziell für Eltern.

Ich bin alles @Schule

➔ www.schule.ich-bin-alles.de

Das Infoportal richtet sich speziell an Lehrkräfte und bietet Informationen zu psychischen Belastungen und Erkrankungen wie die Depression sowie zur psychischen Gesundheit bei Schülerinnen und Schülern.

jugendschutz.net

➔ www.jugendschutz.net

Die Seite klärt über die Verherrlichung von Essstörungen auf Social-Media-Angeboten, Risikoverhalten u. v. m. auf.

klicksafe

➔ www.klicksafe.de

Die Seite klärt über „Digital Wellbeing“, Geschlechterrollen und verschiedene andere Gesundheitsthemen auf und gibt Tipps für Eltern und pädagogische Fachkräfte.

Krisenchat

➔ www.krisenchat.de

Der Krisenchat bietet jungen Menschen in Not Unterstützung. Der Chat ist rund um die Uhr geöffnet, kostenlos und vertraulich. Pädagogische und medizinische Fachleute antworten den Kindern und Jugendlichen auf ihre Sorgen und bieten Hilfe bei Problemen. Neben dem Chat gibt es auch einen Bereich mit Artikeln rund um Themen wie Identitätsbildung, Depressionen oder Mobbing.

SCHAU HIN!

➔ www.schau-hin.info

Auf der Seite finden Eltern viele Informationen rund um Rollenbilder, Challenges und Influencer auf Social-Media-Angeboten. Außerdem beantworten die Mediencoaches von SCHAU HIN! Fragen zur Mediennutzung in Familien.



Studien

Der Krieg in der Ukraine – Studie I

➔ www.izi.br.de

Publikation des Internationalen Zentralinstituts für das Jugend- und Bildungsfernsehen (IZI) zum Thema Krieg in der Ukraine und der Einfluss auf Jugendliche.

Der Krieg in der Ukraine – Studie II

➔ www.izi.br.de

Publikation des Internationalen Zentralinstituts für das Jugend- und Bildungsfernsehen (IZI) zum Thema Krieg in der Ukraine und der Einfluss auf Jugendliche.

Gefährdungsatlas. Digitales Aufwachsen. Vom Kind aus denken. Zukunftssicher handeln.

➔ www.bzkg.de

Publikation der Bundeszentrale für Kinder- und Jugendmedienschutz (aktualisierte und erweiterte 2. Auflage, März 2022).

JIM-Studie 2023. Jugend, Information, Medien

➔ www.mpfs.de

Jährlich erscheinende Basisuntersuchung zum Medienumgang 12- bis 19-Jähriger des Medienpädagogischen Forschungsverbunds Südwest.

Jugendschutz im Internet. Risiken und Handlungsbedarf

➔ www.jugendschutz.net

Jahresbericht 2022 von jugendschutz.net.

KIM-Studie 2022. Kindheit, Internet, Medien

➔ www.mpfs.de

Zweijährlich erscheinende Basisuntersuchung zum Medienumgang 6- bis 13-Jähriger des Medienpädagogischen Forschungsverbunds Südwest.

Online-Erfahrungen von 9- bis 17-Jährigen. Ergebnisse der EU Kids Online-Befragung in Deutschland 2019

➔ www.leibniz-hbi.de

Studie des Leibniz-Instituts für Medienforschung | Hans-Bredow-Institut (HBI).

Problematische Mediennutzung im Kindes- und Jugendalter in der post-pandemischen Phase

➔ www.dak.de

Das Deutsche Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters (DZSKJ) führt am Universitätsklinikum Hamburg Eppendorf (UKE) im Auftrag der DAK-Gesundheit eine Längsschnittstudie zum Mediennutzungsverhalten von Kindern und Jugendlichen in Deutschland durch. Ausgewählte Ergebnisse der sechsten Erhebungswelle im August/September 2023.



Weitere Veröffentlichungen

Digitale Gesundheitskompetenz – Konzeptionelle Verortung, Erfassung und Förderung mit Fokus auf Kinder und Jugendliche

In: Bundesgesundheitsblatt, Gesundheitsforschung, Gesundheitsschutz 63 (2) (2020)
Bittlingmayer, U. H.; Dadaczynski, K.; Sahrai, D.; van den Broucke, St.; Okan, O.

Abrufbar ➔ [hier](#)

Digitale Gesundheitskompetenz von Schülerinnen und Schülern. Ausprägung und Assoziationen mit dem Bewegungs- und Ernährungsverhalten

In: Bundesgesundheitsblatt, Gesundheitsforschung, Gesundheitsschutz 63 (2) (2020)
Bittlingmayer, U. H.; Dadaczynski, K.; Sahrai, D.; van den Broucke, St.; Okan, O.

Abrufbar ➔ [hier](#)

Zur (Geschlechts-)Identitätskonstruktion in sozialen Medien

In: BzKJAKTUELL 3/2023; Hoffmann, D.

Abrufbar ➔ [hier](#)

Weiterführende Informationen aus anderen Themenbereichen

Weiterführende Informationen zum Thema „**Übermäßige Mediennutzung**“ finden sich in der „Linkliste: Beratungsstellen und Hilfsangebote“ sowie in der „Linkliste: Weiterführende Informationen“ im Bereich „**Medien in der Familie: Übermäßige Mediennutzung**“.

Speziell zum Thema „**Problematische Körperbilder**“ finden sich weiterführende Informationen in der „Linkliste: Beratungsstellen und Hilfsangebote“ sowie in der „Linkliste: Weiterführende Informationen“ im Bereich „**Sexualisierte Inhalte: Problematische Körperbilder**“.