

06
Apr
2018

Wie soziale Netzwerke helfen können, nützliche Informationen und emotionale Unterstützung zu bekommen.

NEUROWISSENSCHAFT - Leibniz-Institut für Wissensmedien (IWM) Tübingen

Facebook und andere soziale Netzwerke mehrmals täglich aufzurufen, gehört für viele mittlerweile zur täglichen Routine. Während oft befürchtet wird, dass das permanente Checken der überwiegend positiven Statusmitteilungen anderer zu Stress, Neid und reduziertem Wohlbefinden führt, haben Forscher/innen des IWM (Leibniz-Institut für Wissensmedien) in einer groß angelegten Studie heraus gefunden: Stress ist von äußeren Faktoren und nicht zB der Nutzung von Facebook beeinflusst. Befürchtungen, Facebook würde sich negativ auf das Wohlbefinden ausüben, sind überzogen. Die Plattform bietet Möglichkeiten sozialer Unterstützung.

Auch die berufliche Nutzung sozialer Medien zahlt sich aus: Wer LinkedIn nutzt, hat berufliche Informationsvorteile.

Soziale Medien helfen uns, mit vielen Menschen in Verbindung zu bleiben – ganz egal, ob es enge Freunde sind und damit starke Bindungen, Bekannte und damit schwache Bindungen oder Menschen, die wir kaum kennen. Starke Bindungen geben uns emotionale Unterstützung, während schwache Bindungen uns neue Informationen liefern, dies zeigt die Forschung zu sozialen Netzwerken.

Prof. Dr. Sonja Utz, Leiterin des Projekts ReDefTie, und ihr Team untersuchten, inwiefern soziale Medien es verändern, wie und von wem wir Informationen und emotionale Unterstützung erhalten. Bei „Redefining tie strength“ geht es also darum „Bindungsstärke neu zu definieren“. Deutlich stärkere Effekte zeigten sich für die Nutzung von Business-Netzwerken wie LinkedIn. Die Nutzer/innen berichteten höhere Informationsvorteile im beruflichen Kontext als die Nichtnutzer/innen. Aktive Nutzung und gezielter Netzwerkaufbau spielen dabei eine entscheidende Rolle.

Die im Kontext des Projekts durchgeführten Experimente weisen darauf hin, dass bereits das regelmäßige Überfliegen von Updates dazu beiträgt, sogenannte ambient awareness, also Wissen über die Netzwerkmitglieder und deren Expertise, zu entwickeln. Diese Ergebnisse haben Implikationen für den Einsatz sozialer Medien im organisationalen



Paul Lürzer KG
Weinbergstiege 2
5201 Seekirchen am Wallersee

Telefon: 0043 (0) 664 4108140
E-Mail: office@luerzer-training.at
Website: <http://www.luerzer-training.at>
Xing: https://www.xing.com/profile/Paul_Luerzer
Skype: luerzerpaul

THEMA: Wie soziale Netzwerke uns helfen können.

Wissensmanagement. Sie zeigen, dass die auf beruflichen Plattformen verbrachte Zeit keine Verschwendung ist, sondern ermutigt werden könnte. Sie hilft dabei, richtige Ansprechpartner/innen zu finden und aktuelle Entwicklungen im Blick zu haben.

Mit diesen Ergebnissen liefert die Langzeitstudie von Sonja Utz einen wertvollen Beitrag zu einer nuancierten Diskussion über die Effekte sozialer Medien.

Facebook bringt soziale Unterstützung, LinkedIn Informationsvorteile. In einer Studie mit niederländischen Internetanwender/innen (Zeitraum 2013 – 2017) wurden die Effekte der Nutzung verschiedener sozialer Medien untersucht. Durch die Berücksichtigung privat genutzter Plattformen wie Facebook und beruflich genutzter Plattformen wie LinkedIn wurde ein differenziertes Bild gewonnen.

Facebook führt langfristig nicht zu mehr Stress oder geringerer Lebenszufriedenheit. So wird Facebook überwiegend für die Pflege von Freundschaften genutzt. Sceptiker argumentieren, dass soziale Netzwerke die Illusion von Freundschaft vermitteln würden. Doch die Ergebnisse der Studie zeigen, dass diese Netzwerke und die virtuellen Freunde konkreten Nutzen bringen können und diese soziale Beziehungen somit mehr als eine Illusion sind: Die Facebook-Nutzer (etwa 73% der Befragten) berichteten über mehr erhaltene Online-Unterstützung in sozialen Netzwerken als die Nichtnutzer. Und je mehr sie danach fragten, umso mehr Unterstützung erhielten sie. Über einen längeren Zeitpunkt verstärkte sich dieser Effekt sogar: Personen, die einmal soziale Unterstützung im Internet erhalten hatten, fragten ein halbes Jahr später auch häufiger ihr Online-Netzwerk um Rat.

Zudem führte die Nutzung von Facebook langfristig nicht zu mehr Stress oder geringerer Lebenszufriedenheit. Befürchtungen, Facebook würde sich negativ auf das Wohlbefinden ausüben, wirken somit überzogen.

Ein weiteres Ergebnis der Studie:

Mehr erhaltene soziale Unterstützung führt nicht gleich zu höherer Lebenszufriedenheit – Stress und Lebenszufriedenheit werden folglich mehr durch offline Ereignisse beeinflusst als durch die Nutzung sozialer Medien.



Paul Lürzer KG
Weinbergstiege 2
5201 Seekirchen am Wallersee

Telefon: 0043 (0) 664 4108140
E-Mail: office@luerzer-training.at
Website: <http://www.luerzer-training.at>
Xing: https://www.xing.com/profile/Paul_Luerzer
Skype: luerzerpaul