

Einflüsse von Social Media auf das Sexualverhalten bei Jugendlichen

Zusammenhänge zwischen exzessiver Web-Aktivität und riskantem Sexualverhalten

Aktuelle Studien zeigen einen deutlichen Zusammenhang zwischen der Entwicklung in der Adoleszenz, dem Einfluss durch Social Media und dem Selbstwertgefühl von Jugendlichen. Die Beobachtungen enthüllen tiefgreifende Auswirkungen auf globale Gesundheitsparadigmen. In diesem Artikel konzentrieren wir uns auf neue Untersuchungen, die Zusammenhänge einer exzessiver Mediennutzung mit riskantem Sexualverhalten aufzeigen. Auf der anderen Seite weisen wir auf Informationsmöglichkeiten über professioneller Webseiten für Jugendliche hin.



Victoria Crofts

VICTORIA CROFTS, DEHLIA MOUSSAOUI, MICHAL YARON



Dehlia Moussaoui



Michal Yaron

Nach Angaben der Weltgesundheitsorganisation machen Jugendliche ein Sechstel der Weltbevölkerung aus (1). Die Entwicklung in der Adoleszenz beinhaltet verschiedene Aspekte, darunter fallen das Selbstwertgefühl und das Sexualverhalten, welche für das allgemeine Wohlbefinden und die Gesundheit mitentscheidend sind (2). Einen wesentlichen Einfluss haben Medien und deren Nutzung. Wegen ihrer potenziellen Auswirkungen auf die Wahrnehmung und das Verhalten von Jugendlichen wurden die Effekte umfassend untersucht (3).

Mit der weit verbreiteten Verbreitung von Smartphones und dem einfachen Zugang zum Internet wird die digitale Kommunikation zu einem integralen Bestandteil täglicher Routine. Qualitative Untersuchungen, die mit jungen Menschen in Australien, Grossbritannien und Nordamerika durchgeführt wurden, deuten darauf hin, dass Jugendliche Social-Media-Plattformen nutzen, auch um Sexualität und Ge-

schlechtsidentität kennen zu lernen, wobei sie unterschiedliche Verhaltensweisen zeigen, die von Humor und Flirt bis hin zu Intimität oder Aggression reichen (4). Eine übermässige Nutzung, einschliesslich häufigem SMS-Schreiben und längerer Zeit auf Social-Media-Kanälen, wurde mit ungesunden Verhaltensweisen und einer verschlechterten Gesundheit von Jugendlichen in Verbindung gebracht (5).

Zunahme von riskantem Sexualverhalten

Die Auseinandersetzung mit sexuellen Inhalten wird mit vermehrter und auch früherer sexueller Aktivität sowie ungeschütztem Geschlechtsverkehr respektive Beteiligung an Aktivitäten mit mehreren Partnern in Verbindung gebracht. Folgen sind eine erhöhte Rate ungeplanter Schwangerschaften und ein Anstieg der Inzidenz von sexuell übertragbaren Infektionen (STI) bei Jugendlichen (6–8).

Die Ausbreitung von Dating-Apps revolutionierte die Beziehungen zwischen Jugendlichen; Verbindungen, welche Standort und Präferenzen der Nutzer angeben, wurden erleichtert. Studien offenbarten, dass die Nutzung von Dating-Apps ein erheblicher Risikofaktor für gefährliches sexuelles Verhalten sein kann, und dabei die Wahrscheinlichkeit von Sex ohne Kondom bei Personen, die online nach Partnern suchen, zunimmt (9), ebenso wie unerwünschte sexuelle Anforderungen einschliesslich Ausbeutung (10). Gleichzeitig hat sich sogenanntes Sexting* zu einem weit verbreiteten Mittel der sexuellen Erkundung unter

* Anmerkung der Redaktion
Sexting bezeichnet das Verhalten, sexuell eindeutige Nachrichten, Fotos oder Videos per mobiles Messaging zu verschicken.

Merkmale

- **Das Selbstwertgefühl und Sexualverhalten von Jugendlichen** im Verlauf ihrer Entwicklung werden heute **massgeblich von der Medienpräsenz** beeinflusst.
- **Negative Darstellungen in den Medien** beeinflussen sexuelle Entscheidungsprozesse von Jugendlichen und tragen zu einer **erhöhten Rate ungeplanter Schwangerschaften und sexuell übertragbarer Infektionen** bei.
- **Soziale Medien und webbasierte Interventionen** können sich **auch positiv** auf die sexuelle Gesundheit auswirken, indem sie gesunden Lifestyle fördern, über sexuelle Gesundheit aufklären und anonyme Unterstützung für schikanierte Personen bieten.
- **Bemühungen, webbasierte Interventionen mit traditionellen Methoden der Sexualerziehung zu integrieren**, sind von entscheidender Bedeutung, um Jugendliche mit korrekten Informationen zu versorgen (v.a. marginalisierte Gruppen) und gleichzeitig ein positives Selbstwertgefühl und Sexualerziehung zu fördern.

Jugendlichen entwickelt, das mit der zunehmenden Internetnutzung zusammenfällt. Jugendliche, die Sexting zur sozialen Bestätigung betreiben, sind jedoch anfällig für psychische Belastungen, wozu sexuelle Nötigung, Cybermobbing und Belästigung zählen (11).

Darüber hinaus verstärken häufig Medien, besonders Filme, negative Geschlechterstereotypen. Nicht einvernehmliches Verhalten und sexuelle Gewalt wird dort als oft normal dargestellt. Längeres Verweilen bei solchen Inhalten kann die Realitätswahrnehmung bei Jugendlichen beeinflussen, zur Verinnerlichung dieser Stereotypen beitragen und sich damit auf Entscheidungsprozesse auswirken (12).

Zusammenhang zwischen Selbstwertgefühl und Sexualverhalten

In den Medien werden häufig idealisierte Bilder von Schönheit, Erfolg und gesellschaftlicher Akzeptanz dargestellt, womit Jugendlichen vermeintliche Standards vorgeführt werden (13). Dieses Phänomen trägt dazu bei, dass ein geringes Selbstwertgefühl entsteht. Infolge Unzufriedenheit mit dem eigenen Körperbild, respektive Unzulänglichkeitsgefühle kommt es zu erhöhter Anfälligkeit für psychosoziale Probleme (v. a. Depressionen, Angstzustände und Essstörungen) (14). Social-Media-Plattformen verschärfen diese Effekte, indem sie einen ständigen Vergleich mit idealisierten Gleichaltrigen ermöglichen und damit die Unzufriedenheit der jungen Menschen in ihrer Selbstwahrnehmung verstärken (15).

Neue Studien fanden einen Zusammenhang zwischen geringem Selbstwertgefühl und riskantem Sexualverhalten bei Jugendlichen (2). Geringes Selbstwertgefühl wird mit einem Mangel an Durchsetzungsvermögen bei Entscheidungen für oder gegen Sex in Verbindung gebracht. Damit sind die Betroffenen anfälliger für ungeschützten Geschlechtsverkehr oder andere riskante Verhaltensweisen (16).

Ferner wird eine frühe sexuelle Aktivität mit geringem Selbstwertgefühl assoziiert, die Verwendung von Kondomen dagegen mit einem höherem (17). Möglicherweise sind heranwachsende Mädchen mit geringem Selbstwertgefühl besonders anfällig für Gruppenzwang und suchen Bestätigung durch riskantes sexuelles Verhalten. Der Zusammenhang ist jedoch vielschichtig und wird von verschiedenen individuellen und kontextuellen Faktoren beeinflusst (18).

Marginalisierte Jugendliche, einschliesslich diejenigen mit niedrigem sozioökonomischem Status, sind vergleichsweise stark für entsprechende Bilder in den Medien vulnerabel, was bestehende Ungleichheiten bezüglich Selbstwertgefühl und Sexualität verschärft (19). Stereotype Darstellungen in den Mainstream-Medien verstärken das Gefühl der Ausgrenzung und Marginalisierung dieser Gruppen weiter (20).

Positive Aspekte von Social Media auf sexuelle Gesundheit

Im Gegensatz dazu kann die Nutzung sozialer Medien auch mit vielen positiven Aspekten bezüglich der sexuellen Gesundheit von Jugendlichen verbunden sein.

Es gibt immer mehr Hinweise darauf, dass soziale Medien ein wirksames Instrument sind, um Jugendliche über sexuelle Gesundheit aufzuklären und gesunde Gewohnheiten zu fördern. Die Daten belegen, dass das Wissen über sexuelle Gesundheit im Zusammenhang mit webbasierten Interventionen zunimmt, auch wenn die Evidenz für eine spätere Verhaltensänderung (z. B. Verwendung von Kondomen und Verhütungsmitteln, STI-Screening) insgesamt schwach ist (21–26).

Webbasierte Interventionen zur Ergänzung der Sexuaufklärung

«Wissenschaften, Geschlechter, Identitäten» (SSI, www.unige.ch/ssi)

Auf dieser Website wird ein wissenschaftliches und pädagogisches Programm der Universität Genf (Medizinische Fakultät UNIGE, HUG; Santé sexuelle Suisse, Genf State Education dpt) angeboten, welches sexuelle Gesundheit und Gleichstellung der Geschlechter fördert, indem pädagogische Instrumente für eine positive Sexualerziehung bei Kindern und Jugendlichen angeboten werden. Das Programm umfasst Präsenz- und Online-Kurse für Lehrer, Sexualpädagogen und/oder Eltern. Fachleute aus den Bereichen Bildung und Gesundheit erhalten u.a. kostenlose Videos, Internetplattformen zu Genitalanatomie, Sexualphysiologie, Geschlechtsidentität und sexueller Orientierung (in 8 Sprachen) sowie illustrierte Broschüren und 3D-Kits der weiblichen und männlichen Geschlechtsorgane (27).

Das Outreach-Labor «Bioskop» der Universität Genf bietet Klassen der Mittel- und Sekundarschule einen interaktiven zweistündigen Workshop zu biologischer Geschlechtsentwicklung, Intergeschlechtlichkeit und verwandten psychosozialen Themen.

Wir sind der Meinung, dass webbasierte Interventionen die Sexualerziehung durch die Eltern, Schule und Gesundheitsdienstleister ergänzen sollten. Dabei muss im Auge behalten werden, dass die Möglichkeit, über sexuelle Gesundheit Jugendlicher in der Familie zu sprechen, von sozialen Faktoren, Erziehung der Eltern, kulturellem Hintergrund und individuellen Voraussetzungen stark abhängt. Trotz Ermutigungen, die Sexualerziehung von Kindesbeinen an schrittweise und entwicklungsgerecht einzuführen (28), zögern viele Eltern, mit ihren Kindern über das Thema zu sprechen. Diese Zurückhaltung könnte darauf zurückzuführen sein, unbeabsichtigt zu sexueller Aktivität zu ermutigen (29).

Die Rolle von Gesundheitsdienstleistern und zuverlässigen Online-Plattformen

Für Jugendliche, die zu Hause keinen Zugang zu Informationen über sexuelle Gesundheit haben, sind Internet und soziale Medien vermutlich der einfachste Weg, Kenntnisse über sexuelle Gesundheit zu erlangen. Die jungen Menschen benötigen aber Hilfe bei der Navigation, um zuverlässige Informationsquellen zu identifizieren und gleichzeitig kritisch gegenüber diesen möglicherweise ungenauen Informationen zu bleiben. Gesundheitsdienstleister sollten in der Lage sein, ihre Patientinnen und Patienten zu solchen zuverlässigen Online-Ressourcen zu führen (siehe Liste der Autoren unter Quelle 28 und lokaler Institutionen [30, 31]).

Die anonyme Nutzung von Websites oder Plattformen kann auch marginalisierten Personen (z. B. der LGBTQ+-Community) den Zugang zur Gesundheitsversorgung erleichtern. Damit kann ihnen Unterstützung einer Online-Community mit ähnlichen Merkmalen (u.a. Geschlechtsidentität, sexuelle Orientierung bzw. chronisch Erkrankungen ermöglicht werden (32). Darüber hinaus bieten neue Technologien eine einzigartige Chance, Normen zu verändern, die normalerweise in traditionellen Medien dargestellt werden. Die Initiative «labia library» zielt beispielsweise darauf ab, die Vielfalt der weiblichen Geschlechtsorgane aufzuzeigen, die den Einzelnen stärken und ihn dazu bringen kann, das Konzept der «Normalität» zu überdenken (33). Dies könnte auch als nützliche Ressource im Rahmen einer ärztlichen Konsultation dienen, insbesondere angesichts der wachsenden Zahl von Anfragen nach Genitaloperationen (insbesondere Schamlippenkorrekturen nach Vorbildern sogenannter «Standard-Schamlippen» in Pornofilmen).

Interessanterweise sind die sozialen Medien auch ein sicherer Raum, der es Opfern ermöglicht hat, sexuelle Gewalt offenzulegen, oft nach Jahren des Schweigens. Dieses Phänomen, das durch die «MeToo»-Bewegung verkörpert wird, hebt die Barrieren aus, sexuelle Übergriffe in Familien und sozialen Gruppen offenzulegen. Hinterfragt wird auch die Fähigkeit von Gesundheitsdienstleistern, Gewalt an ihren Patientinnen zu erkennen (34).

Schlussfolgerung

Das Verständnis des komplexen Zusammenspiels zwischen Medieneinfluss, Selbstwertgefühl und jugendlicher Sexualität ist entscheidend, um eine positive Entwicklung junger Menschen zu fördern und gesundheitliche Ungleichheiten anzugehen. Umfassende Ansätze, die Medienkompetenz, Bildung und Regulierungspolitik umfassen, sind notwendig, um die negativen Auswirkungen von Medien auf das Wohlbefinden von Jugendlichen zu vermindern. Bemühungen, ein positives Selbstwertgefühl zu fördern und eine umfassende Sexualerziehung anzubieten,

sind unerlässlich, um riskantes Sexualverhalten bei Jugendlichen zu vermeiden und eine gesunde Entwicklung in dieser Bevölkerungsgruppe zu fördern. ■

Dr. med. Victoria Crofts

Dr. med. Dehlia Moussaoui

Dr. med. Michal Yaron

E-Mail : Michal.Yaron@hcuge.ch

Department of Pediatrics, Obstetrics and Gynecology
Geneva University Hospitals
1205 Genève

Keine Interessenkonflikte in Zusammenhang mit diesem Artikel.

Die Autoren werden von einem Grant des Universitätsspitals Genf (HUG) unterstützt. (Fondation privée des HUG).

Übersetzung mit maschineller Unterstützung aus dem englischsprachigen Originalartikel** und weitere redaktionelle Überarbeitung.

Referenzen:

1. <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/adolescent-health-and-development>. World Health Organization (WHO). (2020). Adolescent development.
2. Kotiuga J, Yampolsky MA, Martin GM.: Adolescents' perception of their sexual self, relational capacities, attitudes towards sexual pleasure and sexual practices: a descriptive analysis. *J Youth Adolesc.* 2022 Mar;51(3):486–498.
3. Valkenburg PM, Peter J.: The Differential Susceptibility to Media Effects Model: Differential Susceptibility to Media Effects Model. *J Commun.* 2013 Apr;63(2):221–243.
4. Lim MSC, Cooper S, Lewis L, Albury K, Chung KSK, Bateson D, et al.: Prospective mixed methods study of online and offline social networks and the development of sexual agency in adolescence: the Social Networks and Agency Project (SNAP) protocol. *BMJ Open.* 2019 May 19;9(5):e024329.
5. Landry M, Turner M, Vyas A, Wood S.: Social media and sexual behavior among adolescents: Is there a link? *JMIR Public Health Surveill.* 2017 May 19;3(2):e28.
6. Bleakley A, Ellithorpe ME, Hennessy M.: Understanding the nature of media effects from onscreen exposure to alcohol, sex, and their combination. *J Adolesc Health.* 2019 Jul;65(1):51–56.
7. Frentzen E, Reisacher D, Brähler E, Rassenhofer M, Fegert JM, Witt A.: The Predictors of Awareness of Sexual Abuse and Sexual Violence in the Media and the Influence on Actions of the Individuals. *Front Psychiatry.* 2021;12:789144.
8. Sewak A, Yusef M, Deshpande S, Seydel T, Hashemi N.: The effectiveness of digital sexual health interventions for young adults: a systematic literature review (2010-2020). *Health Promot Int.* 2023 Feb 1;38(1):daac104.
9. Anderson LE, Dingle GA, O'Gorman B, Gullo MJ.: Young adults' sexual health in the digital age: Perspectives of care providers. *Sex Reprod Healthc.* 2020 Oct;25:100534.
10. Purba AK, Thomson RM, Henery PM, Pearce A, Henderson M, Katikireddi SV.: Social media use and health risk behaviours in young people: systematic review and meta-analysis. *BMJ.* 2023 Nov 29;383:e073552.
11. Verrastro V, Saladino V, Eleuteri S, Barberis N, Cuzzocrea F.: Sexting, Self-esteem, and Social Media: A Comparison among Frequent, Occasional, and Non-sexting Italian Adolescent Girls. *Psychol Russ.* 2023;16(4):3–20.
12. Kulkarni SJ, Porter AM, Mennick A, Gil-Rivas V.: "I feel like... their relationship is based on the media": Relationship Between Media Representation and Adolescents' Relationship Knowledge and Expectations. *J Prim Prev.* 2019 Oct;40(5):545–560.
13. Grabe S, Ward LM, Hyde JS.: The role of the media in body image concerns among women: a meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychol Bull.* 2008 May;134(3):460–476.
14. Tiggemann M, Slater A.: NetGirls: the Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. *Int J Eat Disord.* 2013 Sep;46(6):630–633.
15. Perloff RM.: Social Media Effects on Young Women's Body Image Concerns: Theoretical Perspectives and an Agenda for Research. *Sex Roles.* 2014 Dec;71(11–12):363–377.
16. McArdle P, Wiegersma A, Gilvarry E, Kolte B, McCarthy S, Fitzgerald M, et al.: European adolescent substance use: the roles of family structure, function and gender. *Addiction.* 2002 Mar;97(3):329–336.
17. Bleakley A, Hennessy M, Fishbein M, Jordan A.: It Works Both Ways: The Relationship between Exposure to Sexual Content in the Media and Adolescent Sexual

** Influences of social media on sexual behavior in adolescents. In: *Schweizer Zeitschrift für GYNÄKOLOGIE* 2024; 2: 4–6.

- Behavior. *Media Psychol.* 2008 Oct 1;11(4):443–461.
18. Brown JD, L'Engle KL.: X-Rated: Sexual Attitudes and Behaviors Associated With U.S. Early Adolescents' Exposure to Sexually Explicit Media. *Communication Research.* 2009 Feb;36(1):129–151.
 19. Brennan T. (Review: Rosalind Gill): *Gender and the Media.* Cambridge: Polity Press 2007. *Feminism & Psychology.* 2007 Aug;17(3):410–415.
 20. Diamond LM, Butterworth M.: Questioning Gender and Sexual Identity: Dynamic Links Over Time. *Sex Roles.* 2008 Sep;59(5–6):365–376.
 21. Martin P, Cousin L, Gottot S, Bourmaud A, de La Rochebrochard E, Alberti C.: Participatory Interventions for Sexual Health Promotion for Adolescents and Young Adults on the Internet: Systematic Review. *J Med Internet Res.* 2020 Jul 31;22(7):e15378.
 22. Jones K, Eathington P, Baldwin K, Sipsma H.: The impact of health education transmitted via social media or text messaging on adolescent and young adult risky sexual behavior: a systematic review of the literature. *Sex Transm Dis.* 2014 Jul;41(7):413–419.
 23. Wadham E, Green C, Debattista J, Somerset S, Sav A.: New digital media interventions for sexual health promotion among young people: a systematic review. *Sex Health.* 2019 Apr;16(2):101–123.
 24. Saha R, Paul P, Yaya S, Banke-Thomas A.: Association between exposure to social media and knowledge of sexual and reproductive health among adolescent girls: evidence from the UDAYA survey in Bihar and Uttar Pradesh, India. *Reprod Health.* 2022 Aug 17;19(1):178.
 25. Hieftje K, Edelman EJ, Camenga DR, Fiellin LE.: Electronic media-based health interventions promoting behavior change in youth: a systematic review. *JAMA Pediatr.* 2013 Jun;167(6):574–580.
 26. Hall KS, Westhoff CL, Castaño PM.: The impact of an educational text message intervention on young urban women's knowledge of oral contraception. *Contraception.* 2013 Apr;87(4):449–454.
 27. Abdulkadir J, Dewaele R, Firmenich N, Remuinan J, Petignat P, Botsikas D, et al.: In Vivo Imaging-Based 3-Dimensional Pelvic Prototype Models to Improve Education Regarding Sexual Anatomy and Physiology. *The Journal of Sexual Medicine.* 2020 Sep;17(9):1590–1602.
 28. Yaron M, Soroken C, Narring F, Brockmann C, Merglen A.: Adolescence and sexuality: a risky business. How best to inform parents??. *Rev Med Suisse.* 2018 Apr 18;14(603):843–848.
 29. Karofsky PS, Zeng L, Kosorok MR.: Relationship between adolescent-parental communication and initiation of first intercourse by adolescents. *J Adolesc Health.* 2001 Jan;28(1):41–45.
 30. <https://www.hug.ch/sante-sexuelle-et-planning-familial/documentation-sexualite>.
 31. <https://www.fr.ch/sante/prevention-et-promotion/sites-internet-en-lien-avec-la-sante-sexuelle>.
 32. O'Keeffe GS, Clarke-Pearson K.: Council on Communications and Media. The impact of social media on children, adolescents, and families. *Pediatrics.* 2011 Apr;127(4):800–804.
 33. <https://www.labialibrary.org.au/>.
 34. Alaggia R, Wang S.: "I never told anyone until the #metoo movement": What can we learn from sexual abuse and sexual assault disclosures made through social media? *Child Abuse Negl.* 2020 May;103:104312.