Softwarepotential

Menschen kommunizieren / Soziale Isolation

Technologischer Fortschritt

Veränderung der Gesellschaft

Diskriminierung

Wirtschaftliche Ungleichheit

Mentale Krankheiten

Fehlende soziale Fähigkeiten

Kommunikation

Geografische Isolation

Veränderung der sozialen Netzwerke im Alter

Kultur

Arbeit

Schule

Chronischer Stress

Jeder 4. von Depressionen betroffen
84% Rückzug aus sozialem Leben
40% Trennung von Partner...

Depression

Bipolare Störung

Stimmungsstörungen

Neurodivergenz

Angststörungen

Generalisierte Angststörung

Soziale Phobie

Angst vor sozialen Situationen, Bewertung durch andere, Furcht vor peinlichen, demütigenden Situationen. Meiden sozialer Kontakte und Aktivitäten.

Vermehrter Kontakt zu Freunden, Familie und sozialen Aktivitäten und isolieren sich. Fehlendes Interesse an sozialen Interaktionen

Missverständnisse

Mangelnde Perspektivenübernahme

Soziale Dissonanzen

Mobbing

Trauma

Sozialer Rückzug

Einsamkeit

Beziehungen

Kommunikation

Eingeschränkte soziale Erfahrungen

Angst vor Ablehnung

Schüchternheit

Persönlichkeit

Kommunikationsmodelle

Kulturelle, geografische oder sprachliche Barrieren

Schlechtes Internet

Unzureichende Infrastruktur

Bildung

Arbeit

Begrenzter Zugang zu Ressourcen und Dienstleistungen

Politische Orientierung

Fehlende Toleranz

Interkulturelle Kommunikation

Komplimente

Missverständnisse

Chancen

Begrüßungsrituale Traditionen Religionen Gebräuche

Verbal Nonverbal (Gestik, Mimik, Körperhaltung, ...)

Vereinbarungen vs. Pünktlichkeit Small Talk vs. direkte Kommunikation Höflichkeit vs. "wertvolle" Anrede Verbotenes Essen / Trinken, etc.

Chat-Kommunikation

Emotionen durch Emojis

Sprachnachrichten

Bilder / Videos

Missverständnisse

Unterschiedliche Kommunikationskulturen innerhalb einer Kultur

Jugendsprache

Smash Bodenlos Cringe

Anpassen an Gesprächspartner

Freunde und Familie

Beruf

Krankheiten

Andere Lebensstile

Kündigung

Neuer Job

Neue Kontakte

Rente

Behinderungen

Tod

Kontaktverlust

Isolation sozialer Aktivität

Aktivitätstheorie: Sie besagt, dass gute Lebenszufriedenheit durch das Beibehalten von sozialen Interaktionen ermöglicht

Kommunikation in Beziehungen

Förderung von Verständnis und Empathie
Stärkung der Bindung und Intimität
Konfliktlösung und Kompromissfindung
Klärung von Erwartungen und Bedürfnissen
Aufbau von Vertrauen und Sicherheit
Unterstützung und Ermutigung
Förderung persönliche Entwicklung

Fehlkommunikation und Missverständnisse
Konflikte und Streitigkeiten
Kommunikationsblockaden oder Schweigen
Kritik oder negative Kommunikationsmuster
Mangelnde Offenheit und Ehrlichkeit
Kommunikationsüberlastung
Unangemessener Umgang mit Emotionen

Kommunikation früher und heute: Verän...
Via Wissenschaften heute unterschieden sich vom...
streamtype-focus.de

Kommunikation

Früher
- Briefe
- Schwarzes Brett
- Marktschreier

Heute
- Direkte Nachrichte, Anrufe
- Social Media
- Online Werbung

Beziehung mit mental krankem Partner

Stärkung der Bindung
Entwicklung von Empathie und Verständnis
Gemeinsames Wachstum

Kommunikationsschwierigkeiten
Belastung der Pflege
Auswirkungen auf die Intimität

Komplementarität: Manche Menschen suchen nach Partnern, die ihre eigenen Stärken und Schwächen ergänzen.

Glücklicher Partner? Längeres Leben! | DW | 15.05.2019
Der zufriedene Partner ist nicht nur die angenehmere Gesellschaft...
dw.com

psychische Probleme
ohne Probleme
100%
80%
60%
40%
20%
0%
einsam
nicht einsam

https://www.stiftung-gesundheitswissen.de/sites/default/files/Dateien/Studien/Soziale_Isolation_und_Einsamkeit_in_Deutschland_-_Ergebnisse_der_Deutschen_Gesundheitsstudie_2022.pdf

Bipolare Störungen - Psychische Störun...
Bipolare Störungen - Ursachen, Folgeerkrankungen...
medmeister.com

Die 8 Kommunikationsstile nach Schulz...
Dieser auf Ihr Gegenüber reagieren mit den 8 Kom...
mag.haberl.de

Warum die Liebe heute schwieriger ist als fr...
Liebe ist nie mehr und leider gerader. Was...
orf.at

Social Media and Mental Health - HelpGuid...
Excessive use of social media can fuel anxiety, de...
helpguide.org

'Situationships' And 'Ghosting': The Mental...
Commitment And 'Ghosting': The Mental Health C...
forbes.com

Feeling Ostracized by Others' Smartphone...
Ostracizing (i.e., The act of avoiding...
mdpi.com

https://www.apa.org/monitor/2019/05/ce-corner-isolation

LibGuides: Fake News: Consequences of f...
Article at what fake news is, the consequences...
libguides.wabash.edu.au

Selber Effekt wie Drogen: Es braucht einen immer höheren Kick

Höhere und unrealistische Erwartungen an das Sex-Leben

Scham und verringertes Selbstwertgefühl

Verringerte Zufriedenheit in Beziehungen

Catfishing

Erhöhtes Risiko, auf kriminelle Menschen zu treffen

Emotionale Konsequenzen

Selbstzweifel

Freundschaften leiden

Negativer Effekt auf Selbstbewusstsein und Körperbild

Vertrauensverlust

Propaganda

Verbreitung von Falschmeldungen

Verlernen von sozialen Fähigkeiten

Pornosucht

Computer-spielesucht

Smartphone-Abhängigkeit

Verpasste Chance für persönliches Wachstum

Schwer zu filtern, was wichtig und was unwichtig ist

Verstärkung von Bestätigungseffekten Gleichgesinnte anziehen Perspektiv...

Eigene Glaubenssätze werden nicht konfrontiert

Kontendiebstahl

Phishing

Identitätsdiebstahl

Teilen von zu viel persönlichen Informationen

Hate-Speech

Deepfakes

Auswirkung auf persönliche Markenbildung

Verwaltungs- und Kontrollschwierigkeiten bei Online Identitäten

Schnelllebigkeit Perfektionsdrang Selbstoptimierung Ich-zentrierte Gesellschaft

The Link Between Pornography and Lonell...
The impact of explicit content on emotional affect...
psychologytoday.com

Pornografie

Online Dating

Fehlendes Erkennen von Microexpressions

Phishing Arten von Cyberattacken

Ghosting, Benching

Social Media

Fake-News

Weniger persönliche Kontakte

Online Sucht

Verbreitung persönlicher Informationen

Informations-überflutung

Filterblasen und Echorooms

Online-Betrug

Online-Kommunikation

Online-Enthemmungs-Effekt Kontrollverlust eine Fol...

Digitale Spuren und Ruf

Cybermobbing

Mobbing / Ausschluss

Rasse, ethnische Herkunft, Geschlecht, sexuelle Orientierung

Vorurteile

Rassismus
Sexismus
Altersdiskriminierung
Klassismus
Ableismus
Homophobie
Transphobie
Fettphobie

Persönliche Werte
Materielle Werte
Grundwerte

Andere Werte und Normen

Erziehung

ARBEIT

Weniger pendeln / Dienstreisen
Weniger Fahrtswege
Leben, wo man möchte / Keine Ausrichtung nach Arbeitsort
Mehr Wohnraum, weniger Bürofläche
Mehr Freiheit / Flexibilität (z.B. Arbeitszeiten, Jobwahl)
Neue Felder und Berufe entstehen

Weniger Jobsicherheit
Kaum persönlicher Kontakt zu Kollegen / Teambuilding leidet
Keine gemeinsamen Pausen / fehlende lockere Gespräche
Kosten für Umschulungen, Technik
Druck der rasanten digitalen Entwicklung
Fehlende informelle Betreuung

Arbeits- und Privatleben verschwimmen

https://www.rnh-institut.de/rnh-erlaeutert-journalismus...

Flexibilität
Komplexere Aufgaben
Beschleunigte Geschwindigkeit
Eigenverantwortung
Selbstverwirklichung
Work-Live-Balance

Homeoffice
Virtuelle Teams
Videokonferenzen

Mehr Arbeitswechsel

Neue Arbeitsmodelle

Weniger Kommunikation in Beziehungen

Arbeits- und Privatleben verschwimmen

Ständig erreichbar sein

Bessere Vernetzung

Globalisierung + Digitalisierung

Naturkatastrophen
Klimawandel
Pandemien

Notsituationen im öffentlichen Bereich

Kultur

Religion
Kultur

BEZIEHUNGEN

Gesetzlich geregelt und nicht mehr so eng mit der Kirche verflochten.

Scheidungen

Mehr Trennungen

Frühere Beziehungsmodelle

"Kulturen" Anker fallen weg

Wohnungen

"Alles ist möglich"

Ehen sind auflösbar
Menschen sind nicht mehr (wirtschaftlich) aufeinander angewiesen
Keine traditionelle Rollenverteilung mehr

Früher: Mietvertrag nur als Eheleute (nicht unverheiratet)

Klassische Beziehung
Offene Beziehung
Polyamore Beziehung
Affäre
Freunde mit Vorzügen

Früher
- Früh heiraten
- Kinder bekommen
- Bis ins Alter zusammen bleiben
- Scheidungen nicht toleriert

Hauptbiografie mit einem Partner

Heute
- Später heiraten
- Kinder später oder nicht
- Mehrere Beziehungen
- Scheidungen / Trennungen möglich

Kettenbiografie

Statistik: Frauen reichen häufiger die Schei...
In Deutschland sind auch in vergangenen Jahr...
bz.ch

Heiraten aus gesellschaftlichem Zwang

Spät heiraten = Mehr Zeit, eine passende Verbindung zu finden

Heiraten aus Liebe hoffentlich

Mehr Freiheiten / Selbstbestimmung

56% der Scheidungsanträge wurden von Frauen gestellt

Berufliche und finanzielle Unabhängigkeit

Stärker ausgeprägte Singlekompetenz

Kinder gebremster Eltern

Negative Gründe für Trennungen (Fremdgehen, Unehrlichkeit, sexuelle Unzufriedenheit, mangelnde Liebesbeweise, etc.)

Individualisierung (z.B. Freizi Bedürfnisse)

Online-Hobbies

https://www.bvrd.de/sites/default/files/vereine_in_deutschland_2022.pdf

Fehlende soziale Unterstützungssysteme

Weniger Vereine werden eingetragen

Weniger Kinder in Sportvereinen

	Mädchen 2008	Mädchen 2022	Jungen 2008	Jungen 2022
0-6 Jahre	3'594 %	39.58 %	39.58 %	32.92 %
7-14 Jahre	62.87 %	56.45 %	81.78 %	73.30 %
15-18 Jahre	45.48 %	44.47 %	66.7 %	63.63 %

Mitgliedschaft Sportverein: Anteil Altersgru...
Die Statistik zeigt den Anteil der Bevölkerung mit ei...
de.statista.com

Mitgliedschaft in einem Sportverein - Anteil...
Die Statistik zeigt den Anteil der Bevölkerung mit ei...
de.statista.com

Kinder in Sportvereinen in Deutschland | St...
In Hamm wo nicht Fußballverein geben ist ein...
de.statista.com

ADK-Studie (2022):
40 % der Eltern mit niedrigem sozioökonomischen Status gaben an, dass ihre Kinder in einem Sportverein sein
71 % der Eltern mit hohem sozioökonomischen Status gaben an, dass ihre Kinder in einem Sportverein sein

Wirtschaftliche Not

Armut

Bildung

Eingeschränkter Zugang zu Aktivitäten und Ressourcen

Eingeschränkter Zugang zu sozialen Chancen

Interkulturelle Kommunikation anhand von...
Interkulturelle Kommunikation - weltweit.
usamo.org.com

DIESE EMOJIS SIND "UNCOOL"
Ein Emoji kann ein gut Alter unserer Chatpartner vete...
vertuna.de

Manche Emojis sind cool, manche nutzt man nicht, weil sie uncool / "out" sind

Uncool
Cool

Anpassen an Gesprächspartner

Ökonomische Ressourcen
Soziale Netzwerke
Kulturelle Ressourcen
Persönliche Ressourcen

Ökonomische Ressourcen
- Einkommen
- Vermögen
- Zugang zu finanziellen Mitteln

Soziale Netzwerke
- Familie
- Freunde
- Gemeinschaft
- Unterstützungsnetzwerke

Kulturelle Ressourcen
- Bildung
- Sprache
- Traditionen
- Werte

Persönliche Ressourcen
- Gesundheit
- Fähigkeiten
- Selbstvertrauen
- Resilienz

Kommunikationsstil
- Indirekter Kommunikationsstil
- Hoflicher Kommunikationsstil
- Direkter Kommunikationsstil
- Aggressiv-emotionaler Kommunikationsstil
- Beweisender Kommunikationsstil
- Bestimmender-kontrollierender Kommunikationsstil
- Distanzierender Kommunikationsstil
- Mitteilungsfreudiger-dramatisierender Kommunikationsstil

Bsd/Ghtig-abhängiger Kommunikationsstil