

## Keynote am 21.06.2018

„Medienresilienz, na klar! Aber wie reitet man einen Drachen?“

### Vortrags-Leitung

**Dr. Manfred Nelting** (Gezeiten Haus Akademie)

### Was heißt Medienresilienz?

Interessierte Wahrnehmung von Medienangeboten mit zielgerichteter Auswahl bzw. Surf- oder Spielspaß, ohne unsere Selbststeuerung zu verlieren. Medienresilienz führt zu souveräner Mediennutzung, die uns dient und unser Leben wie andere Lebensvollzüge auch bereichert.

### Warum Medienresilienz?

Die Digitalisierung ist die erste Technologie ohne Bremsen. Maß und Mitte muss der Nutzer mitbringen. Die aktuelle aufmerksame Wahrnehmung ebenso wie die Forschung zeigen, dass immer weniger Menschen zu einer solchen souveränen Mediennutzung in der Lage sind und zunehmend in einen für ihre Ziele, ihre Persönlichkeitsentwicklung, ihre Gesundheit, ungünstigen bis schädlichen Gebrauch geraten.

## Woran liegt das?

Die Ursachen sind vielfältig: Erschöpfung, Sinnverlust, Beschleunigung gesellschaftlicher Prozesse ohne suffiziente Pausen, genereller Attraktivitätsverlust der Realität mit zunehmender Unfähigkeit im Alltag Glück zu finden und zu empfinden. Dabei geht die vorhandene Selbststeuerung leicht außer Balance. Wo sie gar nicht funktionstüchtig bestanden hat, potenziert sich das Problem.

## Themen/Gliederung

1. Digitalisierung, Medienresilienz,
2. Stressrelevante Einflüsse der Digitalisierung
3. Epigenetik und Telomerenforschung
4. Kompetenzen und Verfassung des Nutzers
5. Gehirnentwicklung beim Kind – Fokus Impulskontrolle
6. Konkrete Gesundheitsgefahren
7. Diesen Drachen reiten – wie erlerne ich diese Kunst?
8. Erkennen Unternehmen und Gesellschaft den Drachen? Disruption, VUKA-Welt, „Agil“ und der Mensch