# Presseinformation

### #fitspiration - Zweifelhafter Gesundheitstrend für Jugendliche?

**Das Projekt FIVE der Fachhochschule St. Pölten untersucht den Einfluss des Hashtags #fitspiration auf Geschlechterstereotype, Gesundheitsverhalten sowie Körperwahrnehmung von Jugendlichen der Oberstufe**

Erkenntnisse des Projekts sollen Grundlage für einen Online-Kurs liefern, der Jugendliche zu kritischem und bewusstem Umgang mit Social Media befähigt

**St. Pölten, 30.11.2021** – #fitspiration ist ein globaler Gesundheitstrend auf Social Media. Rund 20 Millionen Beträge gibt es alleine auf der Bildplattform Instagram. Der Gesundheitstrend auf Social Media, der hinter dem Hashtag #fitspiration steckt, möchte auf dem ersten Blick zu einem gesünderen Lebensstil motivieren. Allerdings werden unter #fitspiration häufig extreme oder unausgewogene Trainings- oder Ernährungspraktiken propagiert und sehr einseitige Geschlechternormen kommuniziert. Besonders Jugendliche nutzen Social Media sehr stark und informieren sich über diese Kanäle zu verschiedenen Themen. Welchen Einfluss #fitspiration auf die Geschlechteridentität, das Gesundheitsverhalten und die Körperwahrnehmung von Jugendlichen hat und welche psychischen Folgen daraus resultieren können, untersucht das Projekt „FIVE - #Fitspiration Image VErification”.

„Jugendliche nutzen Social Media intensiv. Nicht nur für den Austausch mit Freund\*innen, zur Unterhaltung und Selbstpräsentation, sondern auch als Quelle für Gesundheitsinformationen und als identitätsstiftende Community. Das bedeutet, dass Social Media einen wesentlichen Einfluss auf Gesundheits- und Konsumverhalten sowie auf die eigne Wahrnehmung haben. Hier setzt unser Projekt an. FIVE möchte klären, was Jugendliche dazu bewegt dem Hashtag #fitspiration zu folgen. Welche Körper- und Rollenbilder und Empfehlungen zu Gesundheit und Fitness werden vermittelt? Wie groß ist der Einfluss von Influencer\*innen und wie werden sie und ihre Marketingstrategien wahrgenommen? Mit FIVE möchten wir hinschauen und erfahren, welchen Einfluss #fitspiration auf das Ernährungs- und Bewegungsverhalten, auf die Wahrnehmung des eigenen Körpers und Geschlechternormen hat“, sagt FH-Prof. Mag. Dr. Elisabeth Höld, Projektleiterin und Senior Researcher am Institut für Gesundheitswissenschaften der FH St. Pölten.

**Tool für Jugendliche, um Bildmanipulation zu erkennen**

Auf Grundlage der gewonnenen Erkenntnisse soll unter Miteinbeziehung von Schulen in Wien und Niederösterreich ein fächerübergreifender Online-Kurs für die Sekundarstufe II konzipiert werden. Zentrales Element ist die Entwicklung eines zielgruppengerechten Werkzeugs zur bildforensischen Analyse. Denn die derzeit verfügbaren Tools, sind nicht geeignet, dass sich Schüler\*innen mit Bildforensik und Manipulationserkennung auseinandersetzen und dabei lernen, die Authentizität eines Bildes zu erkennen. FIVE möchte diese Lücke schließen und Jugendliche mit einem Bildanalyse-Werkzeug ausstatten, das sie selbstständig nutzen können und damit Manipulationen an Bildern insbesondere unter dem Hashtag #fitspiration aufzudecken. Das Bildanalyse-Tool wird als einfach zu bedienendes Fact-Checking-Service in den Online-Kurs integriert. Der Online-Kurs soll Jugendliche befähigen, kritisch und bewusst mit Bildern und Gesundheitsinformationen auf Social Media umzugehen.

„Ob ein Bild in Social Media der Realität entspricht, ist kaum noch nachvollziehbar, schon gar nicht für Jugendliche. Digitale Werkzeuge wie Photoshop, aber auch automatische Filter-Methoden, wie sie auf Plattformen wie Instagram und Snapchat zur Verfügung stehen, sind einfach zu bedienen und erschweren ein Originalbild von einer Manipulation zu unterscheiden. Wir sind der Meinung, dass Jugendliche auch im Rahmen des Unterrichts und durch ihre Lernmedien im sicheren Umgang mit digitalen Medien geschult werden sollten“, sagt Mag. Ulrike Zdimal-Lang, Hölzel Verlag.

**Online-Kurs blickt hinter die Kulissen von Social Media**

Jugendliche sollen auch erkennen, dass hinter den Auftritten der Influencer\*innen mitunter ein ausgeklügeltes Marketingmodell steckt, um Nahrungsergänzungsmittel und Sportbekleidung zu verkaufen. Darüber hinaus werden im Kurs Informationen zu Gender und Diversity, altersgerecht und unter Miteinbeziehung von Schulen in Wien und Niederösterreich aufgearbeitet.

„Die in Social Media präsentierten Bilder reproduzieren oft sehr veraltete geschlechterspezifische Stereotype und kreieren Gesundheits- und Schönheitsideale, die kaum erreichbar und auf einen bestimmten Körpertypus zugeschnitten sind. Durch diese Art der Aufklärung setzt FIVE den oftmals einseitigen und überzogenen Ansprüchen an Aussehen und Fitness von #fitspiration etwas entgegen und leistet einen wissenschaftlich fundierten Beitrag zur Gesundheit von Jugendlichen“ sagt Mag. Dr. Bettina Prokop, die Genderexpertin des Projekts.

**Über FIVE - #Fitspiration Image VErification**

Das fächerübergreifende Projekt FIVE wird unter der Leitung der Fachhochschule St. Pölten gemeinsam mit dem Hölzel Verlag und der Genderexpertin Bettina Prokop umgesetzt. Das Projekt wird von der Österreichischen Forschungsförderungsgesellschaft (FFG) aus dem Bereich FemTech finanziert.

Weitere Informationen zum Projekt finden Sie auf der Website unter: <https://research.fhstp.ac.at/projekte/five-fitspiration-image-verification>

Foto: Peter Rauchecker

**Über die Fachhochschule St. Pölten**

Die Fachhochschule St. Pölten ist Anbieterin praxisbezogener und leistungsorientierter Hochschulausbildung zu den Themen Medien, Wirtschaft, Digitale Technologien, Informatik, Security, Bahntechnologie, Gesundheit und Soziales. 26 Studiengänge und zahlreiche Weiterbildungslehrgänge bieten ca. 3.700 Studierenden eine zukunftsweisende Ausbildung. Neben der Lehre widmet sich die FH St. Pölten intensiv der Forschung. Die wissenschaftliche Arbeit erfolgt zu den oben genannten Themen sowie institutsübergreifend und interdisziplinär. Die Studiengänge stehen in stetigem Austausch mit den Instituten, die laufend praxisnahe und anwendungsorientierte Forschungsprojekte entwickeln und umsetzen.

**25 Jahre FH St. Pölten – 25 Ideas for Future**

Die Fachhochschule St. Pölten feiert im Herbst 2021 das 25-jährige Bestehen – und richtet den Blick zu diesem Anlass explizit in die Zukunft: Über 25 Wochen lang präsentierte die FH St. Pölten 25 innovative Zukunftsideen von Studierenden, Lehrenden und Mitarbeiter\*innen und gibt so einen Einblick in ihre große inhaltliche Bandbreite und Innovationskraft. Eine Ideenvernissage im Rahmen der Eröffnung des Campus St. Pölten im Oktober bildete das Finale. Die Zukunftsideen und weitere Informationen finden Sie hier: [www.fhstp.ac.at/25jahre](http://www.fhstp.ac.at/25jahre) .

**Pressekontakt:**

Mag. Maja Sito, BA

Expertin Corporate Communications

Marketing und Unternehmenskommunikation

M: +43 (676) 847 228 265

E: maja.sito@fhstp.ac.at

I: <https://www.fhstp.ac.at/de/presse>

Pressetext und Fotos zum Download verfügbar unter <https://www.fhstp.ac.at/de/presse>

Allgemeine Pressefotos zum Download verfügbar unter <https://www.fhstp.ac.at/de/presse/pressefotos-logos>

Die FH St. Pölten hält ausdrücklich fest, dass sie Inhaberin aller Nutzungsrechte der mitgesendeten Fotografien ist. Der Empfänger/die Empfängerin dieser Nachricht darf die mitgesendeten Fotografien nur im Zusammenhang mit der Presseaussendung unter Nennung der FH St. Pölten und des Urhebers/der Urheberin nutzen. Jede weitere Nutzung der mitgesendeten Fotografien ist nur nach ausdrücklicher schriftlicher Zustimmung (Mail reicht aus) durch die FH St. Pölten erlaubt.

Natürlich finden Sie uns auch auf Facebook und Twitter:

<https://www.facebook.com/fhstp> und [https://twitter.com/FH**\_**StPoelten](https://twitter.com/FH_StPoelten)

Sollten Sie in Zukunft keine weiteren Zusendungen der Fachhochschule St. Pölten wünschen, senden Sie bitte ein Mail mit dem Betreff „Keine Presseaussendungen" an presse@fhstp.ac.at .