

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1
2	Soziale Medien als Plattform für mentale Gesundheit:	
	Darstellung und Themen	5
	Teilen persönlicher Einblicke und Community-Support	6
	Ratschläge und (Selbsthilfe-)Tipps	8
	Aufklärung und Sensibilisierung	10
	Mental Health Aktivismus	12
	Mentale Gesundheitsthemen in Form von Unterhaltung und Humor	13
3	Die Akteure im Social Media-Diskurs über mentale Gesundheit	15
	Betroffene und Angehörige	15
	Expert:innen und professionelle Akteure	17
	(Mental Health) Influencer:innen	19
	Medienschaffende und Journalist:innen	21
4	Herausforderungen und Kontroversen	23
	Aufmerksamkeit vs. Kommerzialisierung von mentaler Gesundheit	23
	Enstigmatisierung vs. Verharmlosung und Ästhetisierung psychischer Erkrankungen	24
	Erfahrungswissen vs. Faktenwissen: Qualität der Informationen und Fehlinformationen	25
	Selbstdiagnosen und Therapiesprache	26
5	Fazit	29
	Was Sie aus diesem <i>essential</i> mitnehmen können	31
	Literatur	33