

## **Digital Wellbeing? – Reflexionen zur Ergonomie des Digitalen**

*Eine interaktive Diskussionsveranstaltung des IuK-Verbundes der Universität Rostock*

**WANN:** 15. Januar 14:00—15:30 Uhr

**WO:** Online (Zugangsdaten werden nach Anmeldung mitgeteilt)

**ANMELDUNG:** Bitte **formlos per Mail** an Frau Dr. Bräuning: [christine.braeuning@uni-rostock.de](mailto:christine.braeuning@uni-rostock.de)  
Sie bekommen dann die Zugangsdaten rechtzeitig vor dem Event geschickt.

### **INHALT:**

In den letzten Monaten haben wir digitale Werkzeuge und Medien so intensiv wie nie zuvor genutzt. Hierdurch sind neue Praktiken und Verhaltensweisen entstanden. Was davon schätzen wir mittlerweile und wollen es mitnehmen in die Zeit nach der Pandemie? Worin haben sich (bisher jedenfalls) noch ungelöste Probleme gezeigt? Welche Aspekte der Arbeit und des Lebens wollen wir gar nicht digitalisieren?

Im Rahmen der IuK-Veranstaltung „Digital Wellbeing“ soll ein Dialog zu den jüngsten Erfahrungen und vielleicht auch Überraschungen in Bezug auf die „Ergonomie des Digitalen“ geführt werden. Wir wollen konkret der Frage nachgehen, wo und wie sich Digitalisierung in Bezug auf die Arbeitsergebnisse, die (sozialen) Prozesse und auch die hierfür erforderlichen Anstrengungen als förderlich erwiesen hat. Dies soll anhand der persönlichen Erfahrungen der letzten Wochen und Monate thematisiert werden. Dabei soll auch das Thema etwaiger Qualitätsverluste oder Mehrbelastungen nicht ausgespart werden. Besonders interessant sind persönliche Erfahrungen und Beispiele, die unerwartet eingetretene Verbesserungen oder Widrigkeiten aufzeigen.

### **VORLÄUFIGE ABLAUFPLANUNG.**

#### **1) Vortrag – Daten und Fakten zur Digitalisierung**

Im Rahmen eines Impulsvortrags soll ein kurzer, quantitativ orientierter Überblick über ausgewählte Phänomene und Trends der Digitalisierung erfolgen. Abschließend sollen einige Leitfragen anhand von drei Perspektiven aufgezeigt werden, die in Kleingruppen ja nach Interessenlage der Teilnehmenden vertieft diskutiert werden können.

#### **2) Offene Diskussion in virtuellen Kleingruppen**

Wie in einer Konferenzpause an Stehtischen, an denen sich spontan kleine Gesprächsrunden zusammenfinden, sollen drei Themenaspekte (auf Anregung der Teilnehmer gerne auch mehr) über ein digitales Werkzeug vertieft diskutiert werden.

Die drei Aspekte sind die Wirkung der Digitalisierung auf die

- **Kommunikationsprozesse**, insbesondere in Lehr- und Lernsituationen  
(z.B. wie befördert digitale Kommunikation den Austausch? Wann behindert sie?)
- **Produktivität und Erfolg** bei der Arbeit, z.B. in Lehre und Forschung  
(z.B. wo steigern digitale Werkzeuge die Produktivität? Wo verursachen sie Mehraufwand?)
- **Gesundheit, Wohlbefinden** und Work-Life-Blending  
(z.B. inwiefern erleichtern digitale Werkzeuge denn Alltag? Wann wirken sie belastend?)

#### **3) Zusammenfassung der Diskussionen in den Kleingruppen im Plenum**