

Pathologische Mediennutzung: von Internetsucht bis Binge-Watching

Sebastian Scherr, Anne Bartsch

Angaben zur Veröffentlichung / Publication details:

Scherr, Sebastian, and Anne Bartsch. 2019. "Pathologische Mediennutzung: von Internetsucht bis Binge-Watching." In Handbuch der Gesundheitskommunikation: kommunikationswissenschaftliche Perspektiven, edited by Constanze Rossmann and Matthias R. Hastall, 281–92. Wiesbaden: Springer VS.
https://doi.org/10.1007/978-3-658-10727-7_22.

Nutzungsbedingungen / Terms of use:

licgercopyright

Dieses Dokument wird unter folgenden Bedingungen zur Verfügung gestellt: / This document is made available under these conditions:

Deutsches Urheberrecht

Weitere Informationen finden Sie unter: / For more information see:

<https://www.uni-augsburg.de/de/organisation/bibliothek/publizieren-zitieren-archivieren/publiz/>



Pathologische Mediennutzung

Von Internetsucht bis Binge-Watching

Sebastian Scherr und Anne Bartsch

Zusammenfassung

Das Kapitel liefert einen Überblick über pathologische Formen der Mediennutzung. Neben einer Definition und der Beschreibung zentraler Eigenschaften dieses Phänomens fasst der Beitrag Kernbefunde zur pathologischen Nutzung des Internets, von Online-Computerspielen, Mobiltelefonen und Smartphones, Fernsehen, Filmen und Serien sowie Printmedien wie Zeitungen, Zeitschriften und Büchern zusammen. Forschungsbedarf besteht noch hinsichtlich einer klaren Konzeptualisierung von pathologischer Mediennutzung, deren einheitlicher Messung mittels geprüfter Skalen und belastbarer Stichproben.

Schlüsselwörter

Exzessiv-dysfunktionale Mediennutzung · Suchtverhalten · Internetsucht · Binge-Watching

1 Einleitung: Was ist pathologische Mediennutzung?

Das folgende Kapitel blickt auf extreme Formen der Mediennutzung, die als krankhaft bezeichnet werden können, ohne dass es dafür (bisher) eine entsprechende medizinische Diagnose gibt. Es geht in diesem Kapitel vor allem um exzessive Nutzungsformen verschiedener Medien, die grundsätzlich mit Suchtverhalten vergleichbar sind. Auf solche extremen Formen der Mediennutzung treffen dement-

S. Scherr (✉)

School for Mass Communication Research, Universität Leuven, Leuven, Belgien

E-Mail: sebastian.scherr@kuleuven.be

A. Bartsch

Institut für Kommunikations- und Medienwissenschaft, Universität Leipzig, Leipzig, Deutschland

E-Mail: anne.bartsch@uni-leipzig.de

sprechend einige der Kriterien für stoffungebundene Süchte zu – ohne dass eine pathologische Mediennutzung (heute) als solche diagnostiziert werden darf. Dafür wäre die Aufnahme in einen entsprechenden Diagnosekatalog notwendig. Bisher ist dies erst für pathologisches Spielen (Spielsucht) der Fall, das als diagnostizierbare Störung der Impulskontrolle in die gängigen Klassifikationssysteme für allgemeine und psychische Krankheiten (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*; DSM bzw. die *International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems*; ICD) aufgenommen worden ist (Petry 2006).

Die exzessive Nutzung verschiedener Medienangebote ist aufgrund zu geringer Forschungsevidenzen bislang noch nicht in den Hauptkatalog aufgenommen worden, etwa als weitere Form von Störungen der Impulskontrolle. Allerdings befindet sich seit 2013 pathologische Internetspielnutzung bzw. Internetspielsucht als Forschungsdiagnose im Anhang der fünften Auflage des Klassifikationssystems DSM-V (American Psychiatric Association 2013). Die Klassifikation ist polythetisch, d. h. eine pathologische Internetspielsucht liegt vor, wenn mindestens fünf der folgenden Kriterien im vergangenen Jahr erfüllt gewesen sind (der Katalog ist deutlich an den für Spielsucht angelehnt, nachzulesen etwa bei Sim et al. 2012 oder bei Rehbein et al. 2013, S. 570):

- Gedankliche Vereinnahmung durch vergangenes und zukünftiges Onlinespielen (cognitive salience)
- Exzessive Nutzung von Computerspielen trotz daraus resultierenden sozialen bzw. beruflichen Nachteilen (behavioral salience)
- Toleranzentwicklung, d. h. die Computerspieldauer nimmt mit der Zeit zu (tolerance)
- Entzugserscheinungen wie eine erhöhte Reizbarkeit oder Traurigkeit (withdrawal)
- Dysfunktionale Stressbewältigung, indem negative Emotionen durch Online-spiele vermieden werden (mood modification)
- Kontrollverlust, indem Versuche die Computerspielnutzung einzuschränken scheitern (relapse and reinstatement)
- Verhaltensbezogene Vereinnahmung in Form eines Interessenverlusts an früheren Hobbies oder anderen Beschäftigungen
- Dissimulation in Form des Abstreitens der tatsächlichen Nutzungsdauer von Onlinespielen gegenüber Angehörigen oder Therapeuten (antisocial behavior that damages relationships)
- Gefährdungen und Verluste stellen sich durch das Onlinespielen ein wie etwa der Arbeitsplatzverlust oder ein Beziehungsende (conflict: damage to important areas of life)

Anhand der hier aufgeführten Kriterien wird deutlich, dass sich das Phänomen grundsätzlich auch auf die Nutzung anderer Mediengattungen übertragen lässt. Man könnte entsprechend dem Vorschlag zur Definition von Onlinespielsucht also von pathologischer Mediennutzung sprechen, wenn für die Nutzung anderer Medien auch jeweils ein bestimmter Teil dieser Kriterien erfüllt ist. Allerdings verfolgt der vorliegende Beitrag nicht das Ziel, tragfähige Diagnosekriterien für pathologische

Mediennutzung zu entwickeln, sondern möchte vielmehr aufzeigen, dass eine aus psychopathologischer Sicht fragwürdige Mediennutzung für eine ganze Bandbreite verschiedener Medien zutreffen kann. Dementsprechend gliedert sich das Kapitel nach verschiedenen Medien: Internet, Computerspiele, Mobiltelefon, Fernsehen und Printmedien, für die jeweils Studienbefunde aus verschiedenen Fachdisziplinen zusammengetragen werden.

2 Pathologische Nutzung verschiedener Medienangebote

Da die Forschung früh nach pathologischen Formen der Internetnutzung fragte (z. B. Young 1998) und hervorragende Übersichten speziell zu Onlinespielsucht bereits publiziert worden sind (Quandt et al. 2014), beginnt die folgende Darstellung mit Ausführungen zum Internet und zu Computerspielen, bevor sich die in geringerem Umfang vorhandenen Befunde zur pathologischen Nutzung anderer Medien wie Fernsehen (Stichwort: Binge-Watching), Smartphones, Radio oder Musik und Printzeugnisse anschließen.

Internet

Problematische Internetnutzung oder Internetsucht kann als die individuelle Unfähigkeit zur Kontrolle der Internetnutzung verstanden werden, welche mit dem Gefühl von Stress und sozialen Beeinträchtigungen einhergeht (Shapira et al. 2003, S. 208). Die problematische Internetnutzung (problematic internet use, PIU) oder auch maladaptive Internetnutzung (MIU: Durkee et al. 2012) wird bereits seit Mitte der 1990er-Jahre untersucht (Aboujaoude 2010). Die Diagnosekriterien sind nicht einheitlich (Aboujaoude 2010) und lehnen sich oftmals an Kriterien von stoffgebundenen Süchten an. Dementsprechend ist die Entwicklung und Abgrenzung eines eigenständigen Konzepts von pathologischer Internetnutzung bis heute noch nicht abgeschlossen. Gemeinhin werden folgende fünf Subtypen von Internetsucht unterschieden: 1) Abhängigkeit von Internetpornografie, 2) Abhängigkeit von Online-Beziehungen, 3) Abhängigkeit von Glücksspiel-, Auktions- oder Shoppingseiten, 4) abhängiges Surfen oder Absuchen von Datenbanken und 5) die Abhängigkeit von Online-Spielen (Rehbein et al. 2013). Einen wichtigen Schritt in Richtung einer Konzeptualisierung pathologischer Internetnutzung machten Douglas et al. (2008, S. 3041), indem sie basierend auf einer Literatursynthese ein Konzeptmodell für Internetsucht vorschlugen. Dem Modell zufolge tragen innere Bedürfnisse und Motivationen zusammen mit individuellen Prädispositionen und dem individuellen Suchtprofil als sogenannte Push-Faktoren zur Internetsucht bei. Die subjektiv wahrgenommene Anziehungskraft des Mediums (Pull-Faktor) moderiert die negativen Auswirkungen der Push-Faktoren. Zu diesen zählen Douglas et al. (2008) nicht nur schulische, soziale, finanzielle, berufliche und physische Auswirkungen, sondern auch deviantes Verhalten. Realisieren Personen die negativen Auswirkungen bzw. devianten Verhaltensweisen aufgrund von Internetsucht, setzt dies individuelle Kontrollmechanismen in Gang, um das Suchtverhalten einzuschränken (vgl. Abb. 1). Da sich deviantes Verhalten nicht bei allen Personen zeigt, wird auch seine Abhängigkeit von individuellen Prädispositionen im nachstehenden Modell berücksichtigt.

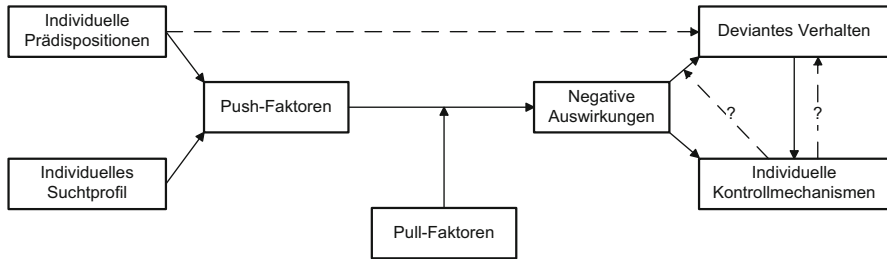


Abb. 1 Konzeptualisierung von Internetsucht nach Douglas et al. (2008) (Quelle: Eigene Darstellung basierend auf Douglas et al., 2008, S. 3041; mit „?“ markierte Pfade durch Autoren ergänzt)

Offen bleibt in dem Modell dagegen etwa die Frage danach, inwiefern Kontrollmechanismen deviantes Verhalten beeinflussen, bzw. inwiefern diese den Zusammenhang von negativen Auswirkungen auf deviantes Verhalten moderieren. Hier zeigt sich also noch Forschungsbedarf.

Zahlreiche Befunde zur PIU fokussieren sich auf jüngere Personen und betonen dabei die Komorbidität mit anderen psychischen Störungen wie etwa Depressionen (Young und Rogers 1998). Die Pionierarbeit zu pathologischer Internetnutzung legte Young (1998) vor und zog dabei Parallelen zwischen der Nutzung des Internets und Glücksspiel. Griffiths (2010, S. 120) differenziert Internetsucht dabei nicht nur nach dem Zeitumfang, sondern nach den oben angesprochenen DSM-V Kriterien (salience, mood modification, tolerance, withdrawal, conflict und relapse). Nicht alleine die absolute Dauer der Internetnutzung, sondern das Ausmaß negativer Auswirkungen auf den Internetsüchtigen ist charakteristisch. Dementsprechend schwierig ist die Einschätzung der tatsächlichen Verbreitung des Phänomens. Schätzungen über die Verbreitung von Internetsucht in verschiedenen Ländern schwanken zum Teil erheblich und liegen zwischen 1 % und 38 %. Allerdings sind diese Schätzungen etwa zehn Jahre alt (2004–2006), beruhen insgesamt auf sehr heterogenen Stichproben und einer Vielzahl an Erhebungsinstrumenten, die entweder stärker auf oben genannten DSM-V Klassifikationskriterien oder aber stärker auf die Dauer der Mediennutzung oder das dabei verspürte Involvement fokussiert sind. Jüngere Schätzungen (2009–2012) sprechen mehrheitlich für einen Bereich zwischen 1 % und 10 %. Für Deutschland dürften die Zahlen ebenfalls im Bereich von 1–10 % liegen. Dies legen sowohl Schätzungen für Deutschland (Rumpf et al. 2011) als auch für mehrere EU Länder (Tsitsika et al. 2014) nahe. Dies deckt sich weitgehend mit den Befunden zur Verbreitung pathologischer Internetnutzung bei Jugendlichen. Durkee et al. (2012) fanden heraus, dass sich die Prävalenzzahlen in Deutschland im europäischen Vergleich mit knapp 5 % der Jugendlichen im Bereich des gemessenen europäischen Durchschnitts bewegen. Die Studie zeigt überdies, dass Jungen häufiger zu pathologischer Internetnutzung neigen als Mädchen.

Den Ursachen für pathologische Internetnutzung gerade bei jüngeren Altersgruppen widmeten sich Shen et al. (2013). Sie untersuchten die Ursachen für exzessive Internetnutzung bei Kindern zwischen acht und zwölf Jahren vor dem theoretischen Hintergrund der Self-Determination Theory (SDT: Deci und Ryan 2000) und stellten

fest, dass die Hauptmotivation darin besteht, dass die Internetnutzung entscheidend zur Bedürfnisbefriedigung beiträgt. Der Studie zufolge ermöglicht das Internet Kindern und Jugendlichen, ihre Bedürfnisse nach Autonomie, Verbundenheit und Kompetenz zu befriedigen (vgl. Deci und Ryan 2000). Ist dagegen die Bedürfnisbefriedigung im Alltag größer, sinkt auch die online verbrachte Zeit erheblich. Eine entsprechende Stärkung dieser Aspekte im wirklichen Leben, kann also einer pathologischen Internetnutzung bei Kindern entgegenwirken. Niemi et al. (2005) zeigen, dass pathologische Internetnutzung oft mit einem niedrigeren Selbstwert einhergeht und zwar weitgehend unabhängig vom allgemeinen Gesundheitsempfinden. Quandt et al. (2014, S. 309) tragen außerdem Befunde zusammen, die dafür sprechen, dass Internetsucht mit Stimmungsveränderungen, Beziehungs-, Familien-, Arbeits-, bzw. Schulproblemen, Erschöpfung und physischen Problemen einhergehen kann. Eine hohe Komorbidität zwischen Internetsucht und anderen psychischen Störungen stellen auch Pezoa-Jares et al. (2012) heraus. Dies spricht, aufgrund fehlender Spezifität, insgesamt gegen eine eigenständige Diagnostik von Internetsucht. Dafür ist „das Internet“ als Suchtauslöser zu allgemein. Stattdessen erscheint es sinnvoller, pathologische Mediennutzung über bestimmte Nutzungsformen von Internetanwendungen und deren Kombinationen genauer abzugrenzen und diese theoretisch voneinander zu unterscheiden (z. B. pathologische Nutzung sozialer Online-Netzwerke; Quandt et al. 2014, S. 309–310).

Online-Computerspiele

Die Prävalenzzahlen der Nutzung von Online-Computerspielen schwanken von Untersuchung zu Untersuchung stark, was nicht zuletzt an den verschiedenen Messinstrumenten zur Erhebung der Zahlen und der unterschiedlichen Stichprobenziehung liegt. Festl et al. (2013) tragen verschiedene Schätzungen zusammen und kommen zu dem Schluss, dass in Deutschland zwischen 3 % und 12 % der Bevölkerung süchtig nach Online-Computerspielen sind, wobei Schätzungen basierend auf bevölkerungsrepräsentativen Stichproben eher für einen Anteil in der Größenordnung von 5 % der Allgemeinbevölkerung sprechen. Die Erhebungsinstrumente bestehen in der Regel aus den oben genannten DSM-V Suchtkriterien, von denen mehr als die Hälfte erfüllt sein muss, um als online-computerspiellesüchtig zu gelten. Nach Kuss und Griffiths (2012, S. 281) ist Online-Computerspielsucht mit einer Reihe von Persönlichkeitseigenschaften verbunden, wie etwa einer niedrigen Selbstwirksamkeit und Lebenszufriedenheit im realen Leben, aggressiven Verhaltenstendenzen, niedriger Sozialkompetenz und sozialen Hemmungen. Online-Computerspielsucht geht dabei oft einher mit der Nutzung von Online-Rollenspielen (MMORPGs) oder sogenannten First-Person-Shootern (Festl et al. 2013). Erste längsschnittliche Untersuchungen liefern Hinweise darauf, dass eine exzessive Nutzung solcher Online-Angebote und ein höheres Involvement beim Computerspielen (z. B. eine starke Identifikation mit Charakteren) zur Entwicklung einer Online-Computerspielsucht führen und nicht umgekehrt (Gentile et al. 2011). Da viele Studien allerdings auf nicht-etablierte Erhebungsinstrumente setzen und sich überdies häufig auf nicht-repräsentative Stichproben, vor allem jüngerer Computerspieler oder sogenannter „core gamer“ beschränken, ist die Befundlage insgesamt instabil. Einen wesent-

lichen Beitrag leisten dementsprechend Festl et al. (2013), die anhand einer repräsentativen Stichprobe und eines bewährten Messinstruments (*Game Addiction Scale*; vgl. dazu Quandt et al. 2014, S. 314) den Anteil Online-Computerspielsüchtiger in der deutschen Allgemeinbevölkerung auf etwa 4 % schätzen und unter Jugendlichen auf knapp 8 %. Alle Kriterien einer Computerspielsucht werden von 0,2 % der Allgemeinbevölkerung erfüllt. Die Autoren schließen aus Ihren Befunden, dass Computerspielsucht momentan in Deutschland kein sonderlich weitverbreitetes Phänomen darstellt, räumen allerdings zugleich ein, dass die uneinheitliche Konzeptualisierung und Erfassung von Computerspielsucht eine solche Abschätzung erschweren.

Mobiltelefone und Smartphones

Der folgende Abschnitt widmet sich dem Phänomen, das von Merlo et al. (2013) als „problematic use of mobile phones“ (PUMP) bezeichnet wird. Die Betrachtung von Smartphones ist dabei nicht überschneidungsfrei zu den Abschnitten über Internetsucht oder Online-Spielsucht und verschärft überdies neue soziale Herausforderungen, wie permanent online zu sein (Vorderer und Kohring 2013). Die Forschung speziell zur Mobiltelefonabhängigkeit bzw. Smartphone-Abhängigkeit ist allerdings noch nicht so weit vorangeschritten wie die Forschung zur Internetsucht oder zur Abhängigkeit von Online-Games (Merlo et al. 2013). Problematische Smartphone-Nutzung äußert sich demnach durch die Vereinnahmung durch smartphone- bzw. mobiltelefonbasierte Kommunikation, exzessive (und vorwiegend ehemals kostenintensive) Nutzung von Smartphones bzw. Mobiltelefonen, Nutzung von Smartphones bzw. Mobiltelefonen in unangebrachten oder gefährlichen Situationen (z. B. im Straßenverkehr), negative soziale Auswirkungen (z. B. Einschränkungen der Privatsphäre; Mobbing) oder Angstzustände, ohne eigenes Smartphone oder ohne Onlinezugang zu sein (Jenaro et al. 2007). Zu den am häufigsten beobachteten negativen Auswirkungen problematischer Handynutzung zählen Angst, innere Anspannung, Stress, Müdigkeit, Schlafstörungen, verminderte Leistungsfähigkeit, geringeres Wohlbefinden bis hin zu Verkehrsunfällen durch Ablenkung der Aufmerksamkeit (Beranuy et al. 2009; Lepp et al. 2014; McCartt et al. 2006). Murdock et al. (2015) weisen ferner darauf hin, dass Smartphones grundsätzlich das Potenzial zur „Co-Rumination“ besitzen, d. h. dass sie zum intensiven Austausch mit anderen über eigene Probleme oder negative Gefühle genutzt werden können. Selbstverständlich bietet der problemorientierte Austausch mit anderen die Möglichkeit zur Problembewältigung (Coping); die spezifische Gefahr der sogenannten „Co-Rumination“ liegt allerdings insbesondere bei prädisponierten Personen darin, dass auch eine dysfunktionale, wiederholte Darstellung bzw. Erörterung eines Problems möglich ist, bei der es nicht um dessen Lösung geht.

Etablierte Erhebungsinstrumente gibt es bislang kaum. Am weitesten verbreitet sind die *Mobile Phone Problem Use Skala* (MPPUS), der *Cell Phone Dependency Tendency Questionnaire* (CPDQ) und der *Cell Phone Use Questionnaire* (CUQ) (Lopez-Fernandez et al. 2014). Die Skalen orientieren sich ebenfalls an den oben genannten DSM-V Suchtkriterien. Erste Schätzungen geben Hinweise darauf, dass die Prävalenz von Smartphone-Sucht unter Jüngeren bei etwa 10 % liegt

(Lopez-Fernandez et al. 2014). Gerade aufgrund der großen Überschneidungen mit anderen Medienkanälen können Smartphones nur schwer von diesen losgelöst betrachtet werden. Eine gründliche Skalenentwicklung scheint daher der erste Schritt zu sein, um mit diesen Skalen und anhand heterogener und repräsentativer Stichproben dann in einem zweiten Schritt die Prävalenz von Smartphone-Sucht in der Bevölkerung abschätzen zu können und so weitere Hinweise auf deren gesellschaftliche Relevanz zu erlangen.

Fernsehen, Filme, Serien

Die exzessive Nutzung mehrerer aufeinander folgender Episoden von Serien innerhalb eines kurzen Zeitraums wird als „Binge-Watching“ oder „Marathon Viewing“ (Kang und Lee 2015) bezeichnet. Der Begriff dürfte aber auch für andere Medienangebote aus dem Film- und Fernsbereich gelten, wenn diese „am Stück“ konsumiert werden. Der Begriff ist eine Anlehnung an das „Binge-Eating“, einer erstmals im DSM-V Katalog (2013) für psychiatrische Diagnosen anerkannten Essstörung, die sich durch die Aufnahme größerer Nahrungsmengen in kurzer Zeit auszeichnet, geprägt von einem Kontrollverlust während der Nahrungsaufnahme, gefolgt von Schuld- oder Schamgefühlen.

Binge-Watching zählt zu den neueren Phänomenen des Mediennutzungsverhaltens, das sich im Zuge des nonlinearen Fernsehens herausbildete. Jenner (2014) bringt Binge-Watching etwa mit dem US-Fernsehsender Netflix in Verbindung, der vor allem TV-Serien erstmals nicht episodisch über einen längeren Zeitraum ausstrahlte, sondern stattdessen alle Folgen einer Staffel gleichzeitig seinem Publikum anbot. Die Möglichkeit, mehrere Serienfolgen am Stück zu konsumieren, war grundsätzlich zwar bereits durch Video- bzw. DVD-Ausgaben gegeben, wurde durch die zeitverzögerte Verfügbarkeit und die vergleichsweise höheren Kosten von DVDs jedoch nicht im gleichen Umfang genutzt. Jenner (2014) legt sich nicht fest, ab wann von Binge-Watching zu sprechen ist, erwähnt aber gleichzeitig einen Bereich zwischen zwei und vier Episoden einer Serie, die am Stück gesehen werden – ein diskussionswürdiger Schwellenwert, der zudem von Studie zu Studie variiert. Beispielsweise legten Kang und Lee (2015) eine der ersten Untersuchungen zu psychologischen Hintergründen von „Binge-Watching“ vor: Dies können ausgeprägte eskapistische Tendenzen sein, aber auch der Wunsch, den Aufbau und die Entwicklung eines Narrativs besser zu verstehen, dabei tiefer in die Inhalte einzutauchen und diese mehr zu genießen („enjoyment“). Auch das klassische Mediennutzungsmotiv „mitreden zu können“ gewinnt im Zuge des Binge-Watching fiktionaler Inhalte an Bedeutung. In engem Zusammenhang damit geht es auch darum, „Spoiler“ zu vermeiden, d. h. unerwünschte Information über das Ende eines unterhaltenden Narrativs, durch die sich das subjektive Spannungs- bzw. Unterhaltungserleben erheblich verringern kann (Johnson und Rosenbaum 2014). Aufgrund bislang überschaubarer Forschungsbefunde zu Binge-Watching greifen Kang und Lee (2015) auf Befunde zur Internet- und Alkoholsucht sowie Essstörungen zurück und führen Einsamkeit, Depressionen und fehlende Selbstkontrolle als Erklärungen für Binge-Watching an. In ihrer Studie definieren Kang und Lee (2015) Binge-Watching als das Konsumieren von zwei bis sechs Episoden einer TV-Serie und

stellen aufgrund dieses sehr niedrig definierten Schwellenwertes fest, dass somit 75 % der nichtrepräsentativen Stichprobe als Binge-Viewer zu bezeichnen wären ($n = 316$; 71 % weiblich; 43 % unter 19 Jahre alt, 57 % zwischen 20 und 29 Jahre). Diese Einteilung verdeutlicht die fehlende Standardisierung von Cut-off-Kriterien und Messinstrumenten, wodurch die Grenze zwischen intensiver und pathologischer Mediennutzung verschwimmt. In dieser Stichprobe zeigte sich Binge-Watching vor allem als eine Wochenendbeschäftigung, der man alleine nachgeht und bei der vor allem auf Internet-Streamingdienste zurückgegriffen wird. Überwiegend wurden dabei Komödien, romantische Inhalte, Sitcoms, Action- und Abenteuer-Sendungen genutzt (Kang und Lee 2015, S. 11). Die Studie deutet darauf hin, dass Binge-Watching mit erhöhter Einsamkeit, Depression und Defiziten bei der Selbstkontrolle zusammenhängen könnte. Dies bedarf allerdings noch weiterer Replikationsstudien mit etablierten Messinstrumenten und belastbaren Zufallsstichproben. Insbesondere das Persönlichkeitsmerkmal einer defizitären Selbstkontrolle erscheint dafür besonders interessant.

Printmedien: Zeitungen, Zeitschriften, Bücher

Die Diskussion um eine so genannte „Zeitungssucht“ geht zurück bis in das 16. Jahrhundert, im 18. Jahrhundert kam eine Debatte über „Lesesucht“ von fiktionaler Literatur hinzu. Zu den Paradebeispielen der letzteren Gruppe zählt etwa Goethes Briefroman „Die Leiden des jungen Werther“, der – historische Hinweise deuten dies an – exzessiv gelesen wurde und eine Welle von Nachahmungssuiziden ausgelöst haben soll (Bartsch 2009; vgl. hierzu auch den Beitrag von Schäfer, Kap. ► [„Kommunikation über Suizide“](#) in diesem Band). Im Fall der „Zeitungssucht“ standen vor allem die Sensationslust des Publikums und die Gefahr der Nachahmung von Gewalttaten im Zentrum der Besorgnis (vgl. Bartsch 2009). Bei Goethes „Werther“ und anderen zeitgenössischen Romanen ging es vor allem um die neuartige Erzählweise, die eine bis dato nicht bekannte Nähe zu den Hauptfiguren suggerierte (Andree 2006, S. 107–108) und – so die Befürchtung – beim Publikum zu übersteigter Empfindsamkeit, Sentimentalität und Realitätsflucht führte. Als Folgen von Lesesucht wurden Schlafstörungen und innere Unruhe angeführt. Es existiert jedoch kaum kommunikationswissenschaftliche Forschung zu exzessivem Lesen, da Lesen heute gemeinhin als wünschenswert betrachtet wird.

Dementsprechend uneinheitlich ist das Verständnis davon, was als zu viel Lesen oder gar „pathologisches“ Lesen bezeichnet werden kann. In einer Studie zur körperlichen Aktivität von Kindern wurden verschiedene Freizeitbeschäftigungen betrachtet, die normalerweise überwiegend im Sitzen stattfinden, unter anderem Lesen. In der Studie wurden Kinder als exzessive Leser aufgefasst, die pro Tag mindestens 31 Minuten zum Vergnügen lasen (Sisson et al. 2011) – eine zumindest diskussionswürdige Einteilung. Die zugrunde liegende Hypothese ist in diesem Fall, dass sitzende Freizeitbeschäftigungen (leisure time sedentary behavior; LTSB), wie etwa Lesen, zu körperlichen Beschwerden oder Übergewicht beitragen können. Dies knüpft an die Diskussion über die „Couch-Potatoes“ an, bei denen es vorwiegend um das Fernsehen und die Nutzung von Computerspielen als sitzende Freizeitbeschäftigungen geht, gleichsam ist die Befundlage zu den Auswirkungen exzessiven

Lesens noch längst nicht belastbar. Sicherlich lesen viele Menschen heute auch am Tablet, E-Reader oder am PC zum Vergnügen, so dass sich wiederum die Problematik einer trennscharfen Betrachtung des Lesens alleine ergibt, die losgelöst von anderen Beschäftigungen wie dem Lesen nebenbei eingehender E-Mails, Facebook-Posts oder (suchthafter) Internet-Abschweifungen (Doedens 2010) stattfindet. Inwiefern das sogenannte Binge-Reading, also das Lesen umfangreicher Textmengen in kurzer Zeit, stärker noch als bisher als eigenständiges Problem betrachtet werden sollte oder vielmehr das Ergebnis einer Mediennutzung zur Prokrastination darstellt, dazu kann an dieser Stelle noch kein abschließendes Urteil stattfinden. Es gibt noch keine verlässlichen Schätzungen dazu, in welchem Ausmaß Binge-Reading heute vorkommt. Die Inszenierung und Konfektionierung verschiedener Bucherscheinungen (z. B. Harry Potter, Herr der Ringe, Twilight, Game of Thrones, Hunger Games, Fifty Shades of Gray) und die damit einhergehenden öffentlichen Diskurse lassen jedoch darauf schließen, dass Verlage von einer gewissen Prävalenz in der Bevölkerung ausgehen.

3 Fazit

Das vorliegende Kapitel hat extreme Formen der Mediennutzung in den Blick genommen. Dabei werden vor allem drei Desiderate deutlich:

- 1.) *Klare Konzepte und Definitionskriterien*: Es ist wichtig, in einem ersten Schritt zu klären, aus welchen Wesenseigenschaften die pathologische Nutzung verschiedener Medien besteht. Entscheidend ist hier zunächst die Abgrenzung zwischen pathologischer Mediennutzung, die Parallelen zu anderen klinisch relevanten Suchtphänomenen aufweist, und Mediennutzung mit subklinischem Problemcharakter wie beispielsweise Eskapismus oder Prokrastination. Zum anderen gilt es, verschiedene Formen der pathologischen Mediennutzung zu differenzieren, etwa nach suchtauslösenden Inhalten oder Rezeptionserlebnissen.
- 2.) *Einheitliche Operationalisierungen und Skalen*: Eine einheitliche, mit den theoretischen Definitionskriterien konsistente Operationalisierung pathologischer Mediennutzungsphänomene ist von entscheidender Bedeutung, um Studienergebnisse vergleichbar zu machen. Hier sind standardisierte und validierte Skaleninstrumente unerlässlich, um die Aussagekraft von Ergebnissen zu Prävalenzraten und Risikofaktoren zu erhöhen. Um die Abgrenzung der einzelnen Konzepte zu gewährleisten, sind zudem Untersuchungen zur Trennschärfe und diskriminanten Validität der Skalen erforderlich.
- 3.) *Belastbare Stichproben*: Aufgrund der geringen Anzahl an Studien, in denen belastbare Zufallsstichproben verwendet werden, muss davon ausgegangen werden, dass ein Großteil der oben dargestellten Befunde nicht die tatsächlichen Verbreitungszahlen in der Allgemeinbevölkerung wiedergeben. Ohne repräsentative Stichproben lässt sich die Prävalenz der pathologischen Nutzung verschiedener Medien kaum abschätzen.

Zusammengenommen fehlt es heute an einer hinreichenden theoretischen Systematisierung, standardisierten Skalen und repräsentativen Stichproben. Belastbare Ergebnisse über die Verbreitung von pathologischer Mediennutzung oder deren Komorbidität mit anderen psychischen Störungen könnten einen wichtigen Beitrag zur Diagnose und Intervention in psychischen Belastungssituationen leisten. Immerhin nutzen wir Medien routinemäßig täglich, aktiv oder passiv, rund um die Uhr. Vor diesem Hintergrund wäre es sinnvoll, die individuelle Mediennutzung noch stärker im Rahmen psychiatrischer Behandlungen zu erfassen bzw. zu berücksichtigen als dies im Moment der Fall ist (Scherr 2015).

Literatur

- Aboujaoude, E. (2010). Problematic internet use: An overview. *World Psychiatry*, 9(2), 85–90.
- American Psychiatric Association. (2013). *Internet gaming disorder*. www.dsm5.org/Documents/Internet%20Gaming%20Disorder%20Fact%20Sheet.pdf. Zugegriffen am 31.07.2015.
- Andree, M. (2006). *Wenn Texte töten: Über Werther, Medienwirkung und Mediengewalt*. München: Fink.
- Bartsch, A. (2009). Zeitungs-Sucht, Lesewut und Fernsehfeber. Zur Geschichte der kritischen Diskurse über Medien und Emotionen. In M. Buck, F. Hartling & S. Pfau (Hrsg.), *Randgänge der Mediengeschichte* (S. 109–122). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Beranuy, M., Oberst, U., Carbonell, X., & Chamarro, A. (2009). Problematic internet and mobile phone use and clinical symptoms in college students: The role of emotional intelligence. *Computers in Human Behavior*, 25(5), 1182–1187. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.03.001>.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The „what“ and „why“ of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1104_01.
- Doedens, S. (2010). *Flanieren im Internet: Surfstile und Surfstrategien junger Internetnutzer*. München: Nomos.
- Douglas, A. C., Mills, J. E., Niang, M., Stepchenkova, S., Byun, S., Ruffini, C., Blanton, M. (2008). Internet addiction: Meta-synthesis of qualitative research for the decade 1996–2006. *Computers in Human Behavior*, 24(6), 3027–3044. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2008.05.009>.
- Durkee, T., Kaess, M., Carli, V., Parzer, P., Wasserman, C., Floderus, B., ... Wasserman, D. (2012). Prevalence of pathological internet use among adolescents in Europe: Demographic and social factors. *Addiction*, 107(12), 2210–2222. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2012.03946.x>.
- Festl, R., Scharrow, M., & Quandt, T. (2013). Problematic computer game use among adolescents, younger and older adults. *Addiction*, 108(3), 592–599. <https://doi.org/10.1111/add.12016>.
- Gentile, D. A., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D., Fung, D., & Khoo, A. (2011). Pathological video game use among youths: A two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127(2), e319–e329. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-1353>.
- Griffiths, M. D. (2010). The role of context in online gaming excess and addiction: Some case study evidence. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 8(1), 119–125. <https://doi.org/10.1007/s11469-009-9229-x>.
- Jenaro, C., Flores, N., Gómez-Vela, M., González-Gil, F., & Caballo, C. (2007). Problematic internet and cell-phone use: Psychological, behavioral, and health correlates. *Addiction Research & Theory*, 15(3), 309–320. <https://doi.org/10.1080/16066350701350247>.
- Jenner, M. (2014). Is this TVIV? On netflix, TVIII and binge-watching. *New Media & Society*. <https://doi.org/10.1177/1461444814541523>.
- Johnson, B. K., & Rosenbaum, J. E. (2014). Spoiler alert: Consequences of narrative spoilers for dimensions of enjoyment, appreciation, and transportation. *Communication Research*. <https://doi.org/10.1177/0093650214564051>.

- Kang, E. Y., & Lee, W.-N. (2015). *A bad habit for your health? An exploration of psychological factors for binge watching behaviors*. Paper presented at the 65th ICA Annual Conference, San Juan.
- Kuss, D., & Griffiths, M. (2012). Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *10*(2), 278–296. <https://doi.org/10.1007/s11469-011-9318-5>.
- Lepp, A., Barkley, J. E., & Karpinski, A. C. (2014). The relationship between cell phone use, academic performance, anxiety, and satisfaction with life in college students. *Computers in Human Behavior*, *31*, 343–350. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.049>.
- Lopez-Fernandez, O., Honrubia-Serrano, L., Freixa-Blanxart, M., & Gibson, W. (2014). Prevalence of problematic mobile phone use in British adolescents. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, *17*(2), 91–98. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0260>.
- McCartt, A. T., Hellinga, L. A., & Bratiman, K. A. (2006). Cell phones and driving: Review of research. *Traffic Injury Prevention*, *7*(2), 89–106. <https://doi.org/10.1080/15389580600651103>.
- Merlo, L. J., Stone, A. M., & Bibbey, A. (2013). Measuring problematic mobile phone use: Development and preliminary psychometric properties of the pump scale. *Journal of Addiction*, *2013*, 1–7. <https://doi.org/10.1155/2013/912807>.
- Murdock, K. K., Gorman, S., & Robbins, M. (2015). Co-rumination via cellphone moderates the association of perceived interpersonal stress and psychosocial well-being in emerging adults. *Journal of Adolescence*, *38*, 27–37. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.10.010>.
- Niemz, K., Griffiths, M. D., & Banyard, P. (2005). Prevalence of pathological internet use among university students and correlations with self-esteem, the general health questionnaire (ghq), and disinhibition. *CyberPsychology & Behavior*, *8*(6), 562–570.
- Petry, N. M. (2006). Should the scope of addictive behaviors be broadened to include pathological gambling? *Addiction*, *101*, 152–160. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2006.01593.x>.
- Pezoa-Jares, R. E., Espinoza-Luna, I. L., & Vasquez-Medina, J. A. (2012). Internet addiction: A review. *Journal of Addiction Research and Therapy*, *1*, 1–10.
- Quandt, T., Festl, R., & Scharnow, M. (2014). Exzessive und pathologische Formen der Nutzung von Social Media und Onlinegames. In K. Hurrelmann & E. Baumann (Hrsg.), *Handbuch Gesundheitskommunikation* (S. 306–320). Bern: Huber.
- Rehbein, F., Mößle, T., Arnaud, N., & Rumpf, H. J. (2013). Computerspiel- und Internetsucht. *Der Nervenarzt*, *84*(5), 569–575. <https://doi.org/10.1007/s00115-012-3721-4>.
- Rumpf, H.-J., Meyer, C., Kreuzer, A., & John, U. (2011). *Prävalenz der Internetabhängigkeit (PINTA)*. http://www.bmg.bund.de/fileadmin/dateien/Publikationen/Drogen_Sucht/Forschungsberichte/Studie_Praevalenz_der_Internetabhaengigkeit_PINTA_.pdf.
- Scherr, S. (2015). Depression and the media: A change in media perception can change minds [eLetter]. *The British Journal of Psychiatry*. <https://doi.org/10.1192/bjp.190.1.81a>.
- Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S., & Stein, D. J. (2003). Problematic internet use: Proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, *17*(4), 207–216. <https://doi.org/10.1002/da.10094>.
- Shen, C.-X., Liu, R.-D., & Wang, D. (2013). Why are children attracted to the internet? The role of need satisfaction perceived online and perceived in daily real life. *Computers in Human Behavior*, *29*(1), 185–192. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.08.004>.
- Sim, T., Gentile, D. A., Bricolo, F., Serpelloni, G., & Gulamoydeen, F. (2012). A conceptual review of research on the pathological use of computers, video games, and the internet. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *10*(5), 748–769. <https://doi.org/10.1007/s11469-011-9369-7>.
- Sisson, S. B., Broyles, S. T., Baker, B. L., & Katzmarzyk, P. T. (2011). Television, reading, and computer time: Correlates of school-day leisure-time sedentary behavior and relationship with overweight in children in the U.S. *Journal of Physical Activity and Health*, *8*(Suppl 2), S188–S197.
- Tsitsika, A., Janikian, M., Schoenmakers, T. M., Tzavela, E. C., Olafsson, K., Wojcik, S., ... Richardson, C. (2014). Internet addictive behavior in adolescence: A cross-sectional study in seven european countries. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *17*(8), 528–535. <https://doi.org/10.1089/cyber.2013.0382>.

- Vorderer, P., & Kohring, M. (2013). Permanently online: A challenge for media and communication research. *International Journal of Communication*, 7. Retrieved from <http://ijoc.org/index.php/ijoc/article/view/1963/848>
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237–244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>.
- Young, K. S., & Rogers, R. C. (1998). The relationship between depression and internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 1(1), 25–28. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.25>.