



universität
wien

Magisterarbeit

Titel der Magisterarbeit

Suchtfälle Social Networks

Dysfunktionale Auswirkungen der Facebook-Nutzung

Verfasserin

Inga Krüger

Matrikelnummer: 0607825

angestrebter akademischer Grad

Magistra der Philosophie (Mag. phil.)

Wien, im August 2011

Studienkennzahl lt. Studienblatt: A 066 841

Studienrichtung lt. Studienblatt: Publizistik- und Kommunikationswissenschaft

Betreuer: DDr. Julia Wippersberg

Danksagung

Ich möchte mich an dieser Stelle bei all jenen bedanken, die mich in jeder nur erdenklichen Form bei meiner Diplomarbeit unterstützt haben!

Ganz besonders möchte ich mich bei meiner Professorin DDr. Julia Wippersberg für die Betreuung meiner Diplomarbeit bedanken. Sie ließ mir den Freiraum, den ich brauchte, lieferte Denkanstöße und gab mir den ein oder anderen Tipp. Ich fühlte mich von ihr unterstützt, ohne mich eingeeignet zu fühlen, für mich einfach perfekt.

Ein großer Dank gebührt außerdem meiner Expertin – Dr. Barbara Singer – die sich als Einzige und ohne zu zögern, für mein Interview Zeit genommen hat und so konstruktiv meine Diplomarbeit bereichert hat.

Des Weiteren möchte ich mich von ganzem Herzen bei meinen Eltern bedanken, die mir mein Studium in Wien und die schöne Zeit, die ich dort erleben durfte überhaupt erst ermöglicht haben. Auch wenn ich weit weg war, wusste ich, dass ihr immer an mich glaubt und mich unterstützt.

Zum Schluss gilt der wohl größte Dank meinen hier neu gefundenen Freundinnen, ohne die meine Studienzzeit wirklich undenkbar gewesen wäre: Jule, Julia, Julia und Katrin. So weit weg von der Heimat habt ihr mir eine unvergessliche Zeit beschert und bleibt mir hoffentlich für immer erhalten.

Gender-Hinweis

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit werden in dieser Arbeit Begriffe wie ‚Nutzer‘, ‚Rezipient‘ etc. in der maskulinen Schreibweise verwendet. Grundsätzlich beziehen sich diese Begriffe auf beide Geschlechter.

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung.....	1
1.1 Erkenntnisinteresse.....	2
1.2 Forschungsfragen und Hypothesen	3
1.3 Gang der Argumentation	4
2 Sucht	6
2.1 Begriffsbestimmung.....	6
2.2 Stoffgebundene und stoffungebundene Sucht	7
2.3 Das Kontroll-Verlust-Phänomen.....	9
2.4 Psychische Abhängigkeit	10
2.5 Der empirisch-pragmatische Suchtbegriff	10
2.6 Mögliche Ursachen von Sucht.....	12
3 Medien und Sucht	16
3.1 Fernsehsucht.....	18
3.2 Internetsucht.....	20
3.2.1 Klassifizierung des Internetgebrauchs	23
3.2.2 Definition und diagnostische Merkmale von Internetsucht	26
3.2.3 Drei-Phasen-Modell zur Entstehung von Internet-Sucht nach Young.....	27
3.2.4 Sieben Anzeichen der Internetsucht nach Greenfield	28
3.2.5 Zehn Anzeichen für Internet-Abhängigkeit nach Kratzer.....	29
3.2.6 Ursachen von Internetsucht	30
3.2.6.1 Sozialphobie.....	31
3.2.6.2 Das kognitiv-behaviorale Modell von Davis.....	32
3.2.6.3 Spieltheorie	33
3.2.6.4 Medienwahl	34
3.2.7 Typologisierung der Internetnutzer.....	36
3.2.7.1 Medienerfahrung	36
3.2.7.2 Passive und aktive Internetnutzung	37
3.2.7.3 Light User und Heavy User	38
3.2.7.4 Nutzertypologie nach Wetzstein und Dahm	38
3.2.7.3 Suchtpotenzial.....	39
3.2.8 Persönlichkeitsfaktoren im Zusammenhang mit Internetsucht.....	41
3.2.9 Versunken in virtuellen Welten: Telepräsenz und Immersion	42
3.2.10 Virtuelle Erlebnispotenziale	43

3.2.10.1 Unterhaltung.....	44
3.2.10.2 Beziehungsbildung.....	45
3.2.10.3 Identitätsentwicklung.....	47
3.2.10.4 Gefahr des Eskapismus.....	48
3.3 Facebook-Sucht.....	49
3.3.1 Die Neuen Medien: ‚Web 2.0‘	50
3.3.2 Social Networks	51
3.3.2.1. Merkmale und Funktionen von Social Networks	52
3.3.3. Das Social Network Facebook.....	53
3.3.3.1. Fakten	53
3.3.3.2. Funktionen	54
3.3.3.3 Klassifizierung der Facebook-User	55
4 Medienpsychologische Grundlagen.....	57
4.1 Erklärungsansätze zur Mediennutzung.....	57
4.1.1. Der Uses-and-Gratification-Approach	58
4.1.2. Gründe für die Faszination von Facebook vor dem Hintergrund des Uses-and-Gratification-Approach	62
4.1.2.1 Interaktiv soziale Kontakte pflegen: „Einfach, schnell, auf einen Blick!“	64
4.1.2.2 Asynchrone Kommunikation: „Genau dann und wie ich will!“	65
4.1.2.3 Virtueller Eskapismus: „Hallo inszenierte Welt, du bist so wunderschön!“.....	66
4.1.2.4 Möglichkeit zur Veränderung der eigenen Identität: „Selbstdarstellung, Selbstinszenierung, Self Impression Management“.....	69
4.1.2.5 Selbstwertsteigerung: „Mehr Freunde, mehr Aufmerksamkeit und Anerkennung!“	73
4.1.2.6 Neugierbefriedigung durch aktive Informationssuche: „Ich bin immer auf dem Laufenden!“	75
4.2 Medienökologisches Rahmenmodell	77
5 Methodik	81
5.1 Das Experteninterview	81
5.2 Der Interviewleitfaden	83
5.3 Die Expertenwahl	84
5.4. Die Durchführung.....	85
5.5 Transkription des Experteninterviews	86
5.6 Die Interpretation.....	93
5.7 Die Kategorien	93

5.8 Formulierende Interpretation des Experteninterviews.....	94
6 Hypothesenprüfung	98
7 Wege aus der Sucht.....	103
7.1 Erkenntnis	103
7.2 Prävention durch Medienpädagogik.....	103
7.3 Intervention.....	106
8 Resümee	108
Anhang	115
Abbildungsverzeichnis.....	122
Literaturverzeichnis	123
Internetquellen.....	128
Abstract Deutsch	129
Abstract Englisch.....	130
Lebenslauf.....	131

1 Einleitung

Das Medium Internet mit seiner Mannigfaltigkeit an Angeboten ist aus der heutigen Zeit wohl nicht mehr wegzudenken und integriert sich dabei immer mehr in den Alltag und das Leben der Menschen. Mit einem Selbstverständnis ist es in allen Lebensbereichen zu finden, ein Leben ohne Internet scheint schon gar nicht mehr vorstellbar.

Das neben dem Surfen – sei es für Recherchezwecke oder um andere Bedürfnisse zu erfüllen - Gamen und Chatten dabei beliebteste „Spielzeug“ des Web 2.0 stellen dabei Social Networks dar, an deren Spitze der Beliebtheit bezüglich Image und Nutzerzahlen Facebook steht.

Facebook ist mit seiner Omnipräsenz in aller Munde und selbst der Buckingham Palace besitzt ein Profil, um mit der Öffentlichkeit zu kommunizieren und sich in ihr gekonnt präsentieren zu können. Unumstritten bieten Social Networks ein immenses Potenzial an Chancen, d.h. positiven Möglichkeiten, beispielsweise in Bezug auf Selbstdarstellung, Werbung oder der Organisation von Events. Negative Auswirkungen kommen dabei in der öffentlichen Debatte bisher jedoch zu kurz. Zwar werden Themen wie Internet-Mobbing bereits in den Medien kommuniziert, doch kann die Nutzung von Facebook und Co auch andere Dysfunktionen bedingen. So sollte eher diskutiert werden, ob es für einen Heranwachsenden ‚normal‘ bzw. ungefährlich ist, wenn dieser den gesamten Tag auf Facebook verbringt und jede 5 Minuten den ‚Aktualisieren-Button‘ drückt. Facebook bürgt durchaus ein gewisses Maß an Suchtpotenzial.

Die Nähe zu den Dingen, wie sie nun eben entsteht, wenn sie derart in den Alltag integriert werden, trägt zu der Schwierigkeit bei, diese angemessen bzw. subjektiv beurteilen zu können. Denn wie viele Bedürfnisse hinter einem alltäglichen Facebook-Gebrauch stehen, wird wohl erst dann deutlich, wenn man die Menschen zum Verzicht auffordert. Ein Leben ohne Facebook? Bei dieser Vorstellung überkäme wohl manch einen die pure Verzweiflung.

Hinter dem quantitativ messbaren Meidennutzungsverhalten existieren individuelle Bedürfnisse und Erwartungen des Rezipienten. Um diesen wissenschaftlich fundiert auf den Grund zu gehen, ziehe ich den Uses-and-Gratification-Ansatz heran, der davon ausgeht, dass die Mediennutzung eines Rezipienten immer aus verschiedenen sozialen und psychologischen Bedürfnissen resultiert und diese sich abhängig davon aktiv bestimmten Medien(-inhalten) zuwenden. In Bezug auf Suchtverhalten muss dabei die Annahme des Modells, dass sich der Rezipient bzw. User dabei

grundsätzlich seiner Interessen, Bedürfnisse und Motive bei der Mediennutzung bewusst ist, extrem kritisch hinterfragt werden. Niemand wird wohl aus seiner eigenen Motivation heraus süchtig nach etwas, wenn er es auf andere Weise kompensieren könnte, vielmehr spielen unterbewusste Gegebenheiten eine Rolle. Weiterführend wird das medienökologische Rahmenmodell von Nicola Döring herangezogen, um eine Suchtentstehung aus einer anderen Perspektive zu beleuchten und besser zu verstehen.

Um die Thematik Facebook-Sucht hinreichend darzustellen und zu analysieren, versuche ich jene Argumente aus bestehender Literatur herauszufiltern, die verdeutlichen, warum manche Menschen Facebook so exzessiv nutzen, gegebenenfalls sogar süchtig nach Facebook sind. Ziel meiner Arbeit ist demnach herauszuarbeiten, wie die Suchtkrankheit gegenüber Facebook charakterisiert werden kann, ob bestimmte Persönlichkeitsfaktoren existieren, die bei einem Menschen ein erhöhtes Risiko für diese Art von Sucht aufweisen und wenn ja, welche diese sind. Andersherum soll auch geklärt werden, welche Auswirkungen eine Abhängigkeit von Facebook auf den Alltag des Suchtkranken, aber auch auf seine Gefühlswelt mit sich bringt.

Weiterführend spielen auch Aspekte der Medienpädagogik in Bezug auf Medienkompetenz der User eine Rolle, um die Frage zu klären, ob sich diese Art von Sucht von vornherein vermeiden lässt, bzw. welche Aspekte bei der Behandlung berücksichtigt werden müssen.

Zwar existieren, wie in späteren Kapiteln deutlich wird, schon eine Reihe von Studien und Arbeiten über Internetsucht und dort enthaltene Leistungen, die Besonderheiten der Social Networks werden jedoch noch nicht ausreichend behandelt. Viele für andere Internet-Dienste zutreffende Merkmale, die für bisherige Suchtentstehungen gegenüber diesem Medium ausschlaggebend waren, treffen auf Social Networks nicht zu, weshalb ein weiterer Aspekt dieser Arbeit sich damit befasst, aufzuzeigen, was dieses Internet-Angebot so besonders reizvoll macht. Es folgt eine kurze konkrete Zusammenfassung meines Erkenntnisinteresses.

1.1 Erkenntnisinteresse

Ziel meiner Arbeit soll es sein, herauszufinden, ob in Social Networks für den Rezipienten enthaltene Funktionen und Leistungen eine extreme Zunahme in der

Nutzungsdauer implizieren und welche negativen Auswirkungen eine überdimensionale Nutzung von Social Networks hervorbringen kann. Dabei möchte ich mich konkret mit dem Thema Suchtverhalten beschäftigen und die Fragen klären, ab wann man bei der Nutzung überhaupt von Sucht sprechen kann, auf welche Weise sich diese Sucht negativ auf den Alltag eines Suchtkranken auswirken kann und wie Menschen mit Facebook-Sucht sich fühlen, wenn Ihnen diese ‚Droge‘ verwehrt wird. Dafür möchte ich mich damit auseinandersetzen, welche unbefriedigten Bedürfnisse Facebook erfüllt und wie man diese auf andere Weise stillen könnte.

1.2 Forschungsfragen und Hypothesen

F1: Welche Faktoren der Nutzung charakterisieren eine Suchtkrankheit bei der Facebook-Nutzung im Gegensatz zu einem „normalen“ Nutzungsverhalten?

- a) Wenn jemand mehr als 3 Stunden täglich auf Facebook verbringt, kann man ihn als suchtkrank bezeichnen.
- b) Wenn jemand „Daueronline“ auf Facebook ist (d.h. jede Minute, die er nicht schläft), kann man ihn als suchtkrank bezeichnen.
- c) Wenn sich jemand mehr als 20 mal am Tag *neu* auf facebook einloggt, um zu schauen, was passiert ist, kann man ihn als suchtkrank bezeichnen.
- d) Wenn die für die Facebook-Nutzung aufgebrauchte Zeit täglich die Zeit aller anderen Kommunikationsformen übersteigt, kann man diesen Nutzer als Suchtkrank bezeichnen.

F2: Welcher Zusammenhang besteht zwischen den Persönlichkeitsmerkmalen des Nutzers und seinem Suchtpotenzial?

- a) Wenn jemand eher introvertiert ist, nutzt er Facebook mehr als ein eher extrovertierter Mensch.
- b) Wenn eine Person sich in realen sozialen Situationen unwohl fühlt, dann kommuniziert er vermehrt über Facebook.

F3: Welche Funktionen bzw. Leistungen von Facebook spielen eine relevante Rolle bei der Suchtentstehung?

- a) Wenn jemand die Gaming-Funktionen von Facebook nutzt, erhöht sich die Nutzungsdauer im Vergleich zu Nicht-Nutzern.
- b) Wenn jemand die Chat-Funktion auf Facebook nutzt, erhöht sich die Nutzungsdauer im Vergleich zu Nicht-Nutzern.

F4: Welche Auswirkungen hat eine existente Facebook-Sucht auf den Alltag des Users?

- a) Je höher die Nutzungsdauer, desto mehr Zeit verbringt die Person zu Hause.
- b) Je höher die Nutzungsdauer, desto weniger Zeit verbringt die Person mit anderen Menschen in face-to-face-Kontakt.

F5: Welche Auswirkungen hat Facebook-Sucht auf die Gefühlswelt des Users?

- a) Je höher die Nutzungsdauer, desto stärker ist das Gefühl der Einsamkeit bei einem Nicht-Nutzen-Können.
- b) Je höher die Nutzungsdauer, desto stärker ist die Angst etwas zu verpassen, in der Zeit, in der man Facebook nicht nutzen kann.

F6: Aus welchen Gründen nutzen Suchtkranke Facebook im Gegensatz zu nicht Suchtkranken?

- a) Wenn jemand Facebook-süchtig ist, versucht er mit der Nutzung für ihn im Alltag fehlende Dinge zu kompensieren.

1.3 Gang der Argumentation

Um diese Fragen hinreichend beantworten zu können, bestimme ich zunächst den Suchtbegriff im Allgemeinen und zeige auf, welche Unterschiede aber auch Gemeinsamkeiten in der bestehenden Literatur zu finden sind.

Anschließend stelle ich einen Bezug zu Medien und Sucht her, indem ich darlege, wann und unter welchen Umständen diese Thematik zum ersten Mal diskutiert wurde und welche Anzeichen vorhanden sein müssen, um überhaupt von einem Suchtverhalten in der Mediennutzung zu sprechen. Zudem soll in Kapitel drei geklärt werden, ob Mediensüchte dabei eher in der Person verankert sind, oder gar von den

einzelnen Medien bedingt werden. Zusätzlich widme ich mich der Frage, wie sich eine Sucht explizit auf das Medium Internet überhaupt charakterisieren lässt. Durch einzelne Theorien versuche ich dabei die Ursachen von Internetsucht zu erläutern und herauszuarbeiten, ob spezifische Nutzertypen existieren, die ein erhöhtes Suchtpotenzial aufweisen und welche gebotenen Erlebnispotenziale bei diesem Medium ausschlaggebend für eine Suchtentstehung sein können. Um einen Bezug zu Facebook herzustellen, wird im Folgenden dargelegt, was Social Networks in diesem Zusammenhang auszeichnet.

Im Anschluss folgt dann eine genaue Erläuterung der Gründe für die Faszination von Facebook und einer möglichen Suchtgefahr unter Einbezug des Uses-and-Gratification-Approaches von Katz & Foulkes und dem medienökologischen Rahmenmodell von Döring als theoretische Fundierung.

Im folgenden Kapitel soll dann anhand der erworbenen Kenntnisse versucht werden, die von mir verfassten Forschungsfragen und Hypothesen unter Einbezug aller gewonnenen Kenntnisse mit neuen allgemein gültigen Hypothesen zu komplettieren und fundierte Ergebnisse zu präsentieren. Abschließend folgt eine thematische Exkursion in die Medienpädagogik, im Besonderen eine Beschäftigung mit dem Begriff der Medienkompetenz, sowie Aspekte zur Prävention und Intervention dieser Form von Sucht.

2 Sucht

„Jedes Ding ist ein Gift. Es kommt nur auf die Dosis an.“¹

Sucht ist eines der größten Probleme unserer heutigen Gesellschaft. Kaum eine Diagnose wird so häufig gestellt, kaum ein menschliches Verhalten, das nicht in Sucht enden könnte oder bereits in exzessivem Ausmaße als Sucht anerkannt ist. Durch die inflationäre Verwendung des Wortes Sucht kommt es zu einer Selbstverständlichkeit der Benutzung – der Begriff ist nicht mehr aus unserer Alltagssprache wegzudenken. Gerade diese Tatsache macht es verwunderlich, dass keine einheitliche Definition besteht.

In den 70er Jahren schwappte eine heftige Debatte auf, die den Begriff Sucht zugunsten des neutraleren Begriffes der Abhängigkeit komplett abschaffen wollte, wobei zwischen psychischer und physischer Abhängigkeit unterschieden werden sollte, dies konnte sich jedoch nicht durchsetzen².

Eine Sucht wird dabei nicht wie eine körperliche Krankheit bestimmt, sondern nach emotionalen Kriterien, wie Leid, Wut oder Trieb, die subjektiv bestimmt werden müssen³.

Als Antriebsfaktoren für eine Sucht können existenzielle Bedürfnisse gesehen werden, ähnlich wie es bei Hunger und Durst der Fall wäre. Diese stellen im übertragenen Sinne einen eben solchen Trieb bzw. heftiges seelisches Empfinden dar, wie es bei Suchtkranken gegenüber des Objekts ihrer Begierde der Fall wäre. Die Gier nach Befriedigung dieser Sehnsucht lässt alles andere in den Hintergrund treten⁴.

2.1 Begriffsbestimmung

Bei dem Versuch einer genauen Begriffsbestimmung muss einerseits klar sein, dass Sucht nie ohne sozialwissenschaftlichen Kontext und immer als Produkt interpersonaler Kommunikation und soziokultureller Entwicklungen gesehen werden

¹ Paracelsus 15. Jh. in: Gross, W. (1990): Sucht ohne Drogen – Arbeiten, Spielen, Essen, Lieben...Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag. S.9.

² Vgl.: Harten, R. (1991): Sucht, Begierde, Leidenschaft – Annäherung an ein Phänomen. München, Ehrenwirth. S. 14.

³ Vgl.: Harten, 1991: S. 14f.

⁴ Vgl.: Harten, 1991: S. 17f.

muss⁵, zum anderen muss ebenso klar sein, dass es ohne Suchtmittel auch keine Suchtkranken gäbe. Als es noch keine Spielautomaten gab, war praktisch niemand Glücksspielsüchtig. Als der Tabakkonsum in Europa noch unbekannt war, gab es keine Nikotinsüchtigen. Ähnlich verhält es sich auch mit der Mediensucht. Durch immer neue Formen von Medien entstehen auch immer neue Suchtformen⁶.

Wanke hat Sucht „als unabweisbares Verlangen nach einem bestimmten Erlebenszustand“⁷ definiert. „Diesem Verlangen werden die Kräfte des Verstandes untergeordnet. Es beeinträchtigt die freie Entfaltung einer Persönlichkeit und zerstört die sozialen Bindungen und die sozialen Chancen eines Individuums. Das allgemein menschliche Phänomen des süchtigen Verhaltens ist nur über ein integratives ganzheitliches Konzept zu fassen.“⁸

Seit dem 16. Jh. meint der Begriff Sucht ein ganz spezifisches Krankheitsbild, dessen Besonderheit darin liegt, dass es sich den gängigen diagnostischen und analytischen Methoden der Medizin und Naturwissenschaften zu entziehen weiß und stattdessen qualitativ, emotional und vorrangig subjektiv bestimmt werden muss⁹.

2.2 Stoffgebundene und stoffungebundene Sucht

Sucht ohne Drogen wurde in früheren wissenschaftlichen Forschungen für quasi unmöglich gehalten, doch gab es schon immer auch Stimmen, die sagten, dass „jedes Interesse in eine süchtige Entwicklung münden kann, wenn es affektiv aufgeladen und verwandelt wird in einen schwer zu steuernden, anhaltenden Affekt, der in der Umgangssprache z.B. als Gier, Wut oder Leidenschaft beschrieben wird.“¹⁰

„Im weiten Sinne des Wortes kann jedes Bedürfnis und jede Tätigkeit des Menschen zur Sucht werden“¹¹, wobei die Art und Intensität, in der die Bedürfnis befriedigende

⁵ Vgl.: Dollinger, B. (2007): Sozialwissenschaftliche Suchtforschung. 1. Auflage. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. S. 8.

⁶ Vgl.: Kellermann, B. (2005): Sucht – Versuch einer pragmatischen Begriffsbestimmung für Politik und Praxis. Geesthacht: Neuland Verlag. S. 16.

⁷ Wanke, K. (1987): Zur Psychologie der Sucht. Zit. n. Kellermann, 2005: S.24.

⁸ Wanke, 1987. Zit. n. Kellermann, 2005: S.24.

⁹ Vgl.: Harten, 1991: S.17.

¹⁰ Ladewig, D./ Graw, P. (1986): Neue Erscheinungsformen und theoretische Aspekte der Sucht aus der Sicht des Kliniklers. In: Feuerlein, W. (Hrsg.): Theorie der Sucht (S. 58-70). Berlin: Springer. S. 63. Zit. n. Poppelreuter, S. (2000): Nicht nur Drogen machen süchtig – Entstehung und Behandlung von stoffungebundenen Süchten. Weinheim: Beltz Psychologie Verlag Union. S. XIV.

¹¹ Hobi, V. (1982): Gibt es eine spezielle Suchtpersönlichkeit? Therapeutische Umschau, 8, S. 579-585. S. 580. Zit. n. Poppelreuter, 2000: S. XIV.

Tätigkeit ausgeführt wird, darüber entscheidet, ob dieser als süchtig einzustufen ist, oder nicht.

Weber führt an: *„Sucht ist primär ein psychologisches Problem. Als Problem existiert es ganz unabhängig von Suchtmitteln. Die Verfügbarkeit von Suchtmitteln gibt ihm eine neue Dimension (...)“*¹²

Sucht bezeichnet demnach eine krankhafte oder zwanghafte Abhängigkeit von Suchtmitteln oder bestimmten Verhaltensweisen. Man unterscheidet also zwischen stoffgebundener und stoffungebundener Sucht. Die stoffgebundene Sucht bezeichnet jene, die in Verbindung mit Substanzen auftritt, wie es z.B. bei Alkohol, Medikamenten oder Nikotin der Fall ist. Diese Süchte führen zu psychischer und physischer Abhängigkeit und können im schlimmsten Falle zum Tode führen. Zumeist entsteht die Abhängigkeit durch die in den Substanzen enthaltenen Stoffe, die den Körper dazu bringen, Glückshormone auszuschütten. Durch Gewöhnung ist der Körper nach einiger Zeit nicht mehr im Stande, diese Hormone ohne Einnahme der Suchtmittel zu produzieren¹³.

Unter stoffungebundenen Süchten versteht man hingegen jene, die mit dem Erleben und Verhalten von Personen zusammenhängen. Diese Art von Sucht zeichnet sich durch ein zwanghaftes Verlangen aus, eine bestimmte Tätigkeit auszuüben und immer wieder die Situation herzustellen, in der man diese Handlung praktizieren kann. Dazu gehören verschiedene Formen der Essstörung, ebenso wie Spiel-, Sex-, Beziehungs-, Arbeits-, Kauf-, Fernseh-, Computer-, oder Internetsucht. Im Grunde genommen kann jedes menschliche Verhalten, bzw. jede Handlung, die in dem Menschen ein positives Gefühl auslöst, zur Sucht werden¹⁴.

Bei einer substanzungebundenen Sucht leidet der Betroffene zunächst unter der psychischen Abhängigkeit, also dem ständigen Verlangen, das jeweilige Verhalten zu zeigen¹⁵.

Das Verhalten und die Gedanken der Betroffenen kreisen ständig um das Objekt der Begierde. Dabei kann es bei stoffungebundenen Süchten ähnlich wie bei stoffgebundenen Süchten zu Kontrollverlust und Entzugserscheinungen kommen. Die seelischen Grundstrukturen sind bei allen Süchtigen vergleichbar¹⁶.

¹² Weber, K. (1984): Einführung in die psychosomatische Medizin. Bern: Huber Verlag. S. 173.

¹³ Vgl.: <http://www.suchtmittel.de/info/stoffabhaengige-sucht/> (Stand 15.12.10, 09:13.)

¹⁴ Vgl.: Wimmer, N. (2005): Internet(Ab)use – Grenzen zwischen „normaler“ Internetnutzung und pathologischem Internetgebrauch unter besonderer Berücksichtigung der Auswirkungen Computervermittelter Kommunikation auf soziale Beziehungen. Wien, Universität, Diplomarbeit. S. 50.

¹⁵ Vgl.: <http://www.suchtmittel.de/info/stoffunabhaengige-sucht/> (Stand 15.12.10, 09:13.)

¹⁶ Vgl.: Gross, 1990: S. 9f.

Die diagnostischen Kriterien dieser Suchtform sind folglich sowohl der intensive Drang, diese Tätigkeit auszuführen (Craving), als auch Toleranzentwicklung und Kontrollverlust. Lange umstritten war die Tatsache, dass bei dieser Art von Sucht keine Entzugserscheinungen auftreten. Betroffene berichten immer wieder sowohl von psychischen Symptomen wie depressiver Verstimmung oder Gereiztheit, als auch von physischen Symptomen wie Zittern oder Sexualstörungen¹⁷.

2.3 Das Kontroll-Verlust-Phänomen

„Sucht wird heute definiert als ein unabweisbares, starkes Verlangen nach einer Droge [...] oder einem bestimmten Verhalten [...] mit dem Ziel, vor dem gegenwärtigen unerwünschten Erlebnis- und Bewußtseinszustand in einen anderen gewünschten zu fliehen.“¹⁸

Dieser Zustand kann dabei entweder dauerhaft oder periodisch angestrebt werden, wobei die eigenen Emotionen und damit zusammenhängend die Kraft des Verstandes von dem Verlangen dominiert werden. Der Einfluss auf das eigene Verhalten sinkt dabei stetig¹⁹.

Diese Tatsache beschreibt eines der wichtigsten Suchtmerkmale: den Kontroll-Verlust. Der Suchtkranke konsumiert das Suchtmittel oder führt das suchtkranke Verhalten gegen seinen Willen durch. Unter Kontrollverlust wird demnach nicht der Verlust der eigentlichen Selbstkontrolle verstanden, sondern jener der Konsumkontrolle, also Selbstbestimmung bezüglich der Menge, der Frequenz oder der Intensität des Konsums. Therapeutische Konsequenz zur Heilung einer Sucht wäre der totale Verzicht. Durch soziale Kontrolle bzw. Fremdkontrolle lässt sich eine Sucht jedoch zumindest einschränken. Problematisch in diesem Zusammenhang ist die Tatsache, dass Süchtige in der Regel dazu tendieren, sich dieser Kontrolle zu entziehen und ihrer Sucht heimlich nachgehen²⁰. Ebenso ist das Risiko eines Rückfalls selbst nach Jahren der völligen Abstinenz extrem hoch. Dies erklärt Kellermann damit, dass es sich bei

¹⁷ Vgl.: Grüsser-Sinopoli, S. Zit. n. Dlublis-Mertens, K.: Stoffungebundene Süchte – Verändertes Suchtverständnis. Deutsches Ärzteblatt. PP 2, Ausgabe Nov. 03, S. 513. Online Dokument: <http://www.aerzteblatt.de/v4/archiv/artikel.asp?id=39336> (Stand: 17.03.2011. 13:06.)

¹⁸ Gross, 1990: S.22.

¹⁹ Vgl.: Gross, 1990: S.22.

²⁰ Vgl.: Kellermann, 2005: S. 17.

erlerntem süchtigem Verhalten um ein derart neurobiologisch, im Gehirn so fest verankertes Verhalten handelt, dass es kaum mehr verlernbar ist²¹.

2.4 Psychische Abhängigkeit

Die World Health Organization (WHO) publizierte im Jahre 1957 eine Definition für psychische Abhängigkeit, die bis heute nichts an Aktualität verloren hat. Demnach handelt es sich bei Psychischer Abhängigkeit um *„ein unbezwingbares, gieriges Verlangen, die Einnahme der Droge fortzusetzen und sie sich unter allen Umständen zu beschaffen.“*²²

Dieser Definition nach existiert ein zwanghaftes Verlangen nach dem Suchtmittel oder auch suchtkrankem Verhalten, das einhergeht mit dem Glauben, ohne dies nicht mehr leben zu können. Dieses Gefühl kann so stark ausgeprägt sein, dass die Sucht sogar zum höchsten Daseinswert werden kann und über alle anderen Dinge wie Familie, Freunde oder Beruf gestellt wird. Nicht suchtkranke Menschen können dieses Verlangen und damit einhergehende Gedanken und Gefühle wenn überhaupt, nur eingeschränkt nachfühlen oder verstehen und tendieren dazu, es als nicht existent abzulehnen und damit verbunden vorschnelle moralische Wertungen vorzunehmen²³.

2.5 Der empirisch-pragmatische Suchtbegriff

Für eine praktische Beschäftigung mit einer Suchterklärung ist es notwendig, den Begriff möglichst eindeutig und wertneutral zu definieren. Zudem sollte er pragmatisch und praxisnah, d.h. auf abgesicherten Hypothesen und Erfahrungen beruhend, sein. Der Suchtbegriff (der hierbei synonym mit dem Begriff der Abhängigkeit verwendet wird), wie er in dieser Arbeit zum Tragen kommen soll, ist durch folgende Merkmale gekennzeichnet:

1. Sucht ist der Verlust zur willentlichen Steuerung des Konsums, wobei die Gefahr dieses Kontrollverlustes je nach Art des Suchtmittels unterschiedlich

²¹ Vgl.: Kellermann, 2005: S. 18.

²² Kielholz und Ladewig, 1972. Zit. n. Kellermann, 2005: S. 20.

²³ Vgl.: Kellermann, 2005: S. 20.

stark ausgeprägt sein kann. Im Allgemeinen geht eine höhere Verfügbarkeit des Suchtobjektes einher mit höherem Suchtpotenzial.

2. Psychische Abhängigkeit meint einen zwanghaften und zumeist exzessiven Konsum des Suchtmittels oder des suchtkranken Verhaltens. Die Sucht kann dabei alle anderen Werte (wie etwa Familie und Beruf) in den Hintergrund rücken lassen und zum Zentrum seines Lebensinhalts werden. Der Süchtige kann sich ein Leben ohne das Suchtmittel nicht mehr vorstellen.

3. Ein maßvoller Umgang gegenüber dem Suchtmittel ist für einen Süchtigen nicht möglich, es kommt zum Kontrollverlust-Phänomen.

4. Der Konsum löst einen bestimmten psychischen Zustand aus bzw. dieser ist Ziel des Konsums. Dabei kann sowohl eine wohlige Betäubung, als auch Eskapismus oder die Befreiung von psychischen Problemen wie Depressionen, oder Angstzuständen angestrebt werden. In den meisten Fällen verhindert der Süchtige durch Selbsttäuschung bzw. -betrug die eigene Selbstdiagnose über längere Zeit hinweg²⁴.

5. Eine suchtkranke Person nimmt nahezu alles in Kauf, um an ihr Suchtobjekt zu gelangen.

6. Das suchtkranke Verhalten bzw. der Konsum des Suchtmittels ist meist somatisch, psychisch und sozial schädlich für den Betroffenen und seine Umwelt, wobei man bereits vor dem Eintreten von Folgeerscheinungen von Sucht sprechen kann.

7. Es existiert eine Dreiecksbeziehung zwischen Suchtmittel, dem Betroffenen und seiner sozialen Umwelt. So können z.B. soziale Folgeschäden, die durch die Sucht entstehen wie etwa Einsamkeit durch die Meidung des Betroffenen den Suchtmittelkonsum steigern und so zu einem „Teufelskreis“ werden.

8. Bezüglich einer Therapie lässt sich sagen: Je früher die Sucht behandelt wird, desto höher sind die Heilungschancen, wobei eine Totalabstinenz die effektivste Methode darstellt.

²⁴ Vgl.: Kellermann, 2005: S. 42f.

9. Allgemein gilt: Je besser zugänglich das Suchtmittel, desto höher die Gefahr der Sucht. Jeder Mensch, kann süchtig werden. Prognosen, welche Menschen stärker gefährdet sind, können meist nicht gemacht werden²⁵.

10. Suchtmittel sind untereinander auswechselbar. Der Wechsel ist leicht. „Sucht ist Sucht, das individuelle Suchtmittel ist von sekundärer Bedeutung!“²⁶

11. „Sucht ist eine psychische Störung und als Krankheit aufzufassen.“²⁷ Der wichtigste Unterschied zu anderen Krankheiten liegt darin, dass der Suchtkranke nur selbst dazu beitragen kann, sich von der Sucht zu heilen, weshalb nur Hilfe zur Selbsthilfe gegeben werden kann²⁸.

12. Die Entstehung einer Sucht kann Symptom für ein Vorliegen einer anderen psychischen Störung sein. Eine Behandlung sollte dies immer mit berücksichtigen²⁹.

Zusammenfassend kann Sucht demnach als eine „*neurobiologisch tief verwurzelte irrationale Überzeugung eines Menschen, auf keinen Fall auf den Konsum seines Suchtmittels, [...], verzichten zu können*“³⁰ beschrieben werden, bei der der Suchtkranke trotz vieler negativer Erfahrungen und Folgen den Konsum nicht aufgeben will, da er für ihn den obersten Daseinswert annimmt³¹.

2.6 Mögliche Ursachen von Sucht

Ursachen von Sucht und Abhängigkeiten können zum einen über persönlichkeitspsychologische Konzepte zu erklären versucht werden, d.h. man geht davon aus, dass bestimmte Persönlichkeitsmerkmale die Suchtgefahr verstärken, zum anderen können prozess- und interaktionsorientierte Konzepte herangezogen werden. Dabei resultiert eine Sucht aus dem Zusammenwirken verschiedener Faktoren: die Person an sich, der Umwelt und der Gegebenheiten des Suchtobjekts³².

²⁵ Vgl.: Kellermann, 2005: S. 44ff.

²⁶ Kellermann, 2005: S. 46.

²⁷ Kellermann, 2005: S. 46.

²⁸ Vgl.: Kellermann, 2005: S. 46.

²⁹ Vgl.: Kellermann, 2005: S. 47.

³⁰ Kellermann, 2005: S. 47.

³¹ Vgl.: Kellermann, 2005: S. 47f.

³² Vgl.: <http://www.ginko-stiftung.de/modelle.aspx#Punkt4a> (Stand: 18.11.2010, 11:39.)

Die Suchtentstehung erfolgt aus dem komplexen Zusammenwirken von biologischen, individuellen, sozialen, gesellschaftlichen und umweltlichen Faktoren. Dabei können traumatische Ereignisse, psychische Krankheiten oder gesellschaftliche Faktoren wie Armut, Arbeitslosigkeit oder Werbung für Suchtmittel die Entstehung grundsätzlich fördernd beeinflussen³³.

Werner Gross benennt drei Faktoren, die für die Entstehung einer Sucht von Bedeutung sind:

- der Mensch an sich mit seiner individuellen Lebensgeschichte.
- das Suchtmittel bzw. das suchtkranke Verhalten.
- die Gesellschaft inklusive dessen Akzeptanz und die Verbreitung des Suchtmittels in dieser³⁴.

Daraus ergibt sich die Frage, ob die betroffenen Personen selbst für ihre Sucht verantwortlich sind, oder ob nicht vielmehr das Überangebot, die Omnipräsenz sie abhängig macht.

Klar ist, dass jedes Suchtverhalten eine Ablenkung von Problemen ist. Was als Leidenschaft beginnt, kann durch übermäßiges Ausführen schnell in eine Sucht entgleisen. Dabei muss klar sein, dass es nicht die Droge selbst oder das damit verknüpfte Handeln ist, das den Süchtigen daran bindet, sondern die psychische, emotionale oder körperliche Wirkung, die es auf den Betroffenen ausübt. Selbstverständlich dauert dieser Prozess bei stoffungebundenen Süchten sehr viel länger, als bei einer Drogensucht. Der Grund des Missbrauches ist jedoch derselbe. Eine Unzufriedenheit mit der momentanen Lebenssituation (oder seiner Gefühlswelt) oder die Unfähigkeit, damit angemessen umzugehen wie es z.B. bei Stress, aber auch bei Langeweile, Unterforderung, scheinbar unlösbaren Konflikten, Enttäuschungen oder Frustrationen der Fall sein kann³⁵, führt zu einem Konfliktlösungsversuch in Form des Suchtverhaltens.

³³ Vgl.: Geislinger, R. (Hrsg.) (2001): Es gibt immer einen Ausweg – Praxishandbuch Sucht. München: Zenit Verlag. S. 18. Zit. n. Wimmer, 2005: S. 48.

³⁴ Vgl.: Gross, 1990: S. 23.

³⁵ Vgl.: Gross, 1990: S. 20.

„Suchtverhalten gilt vielen Beobachtern als ein weit verbreitetes Mittel, Langeweile zu vertreiben, oder sie erst gar nicht aufkommen zu lassen.“³⁶ Dabei kann Sucht als unabweisbares Verlangen nach einer Droge definiert werden, um den gegenwärtig negativ wahrgenommenen Erlebnis- oder Bewusstseinszustand in einen positiveren, gewünschten umzuwandeln.

Bezogen auf stoffungebundene Suchtformen ist es problematisch zu entscheiden, ab wann bei einem bestimmten Verhalten von Sucht die Rede sein kann. Wann ist ein Verhalten nicht mehr normal, sondern als süchtig einzustufen? Kommt es dabei einzig und allein auf die Quantität an, oder spielen andere Faktoren eine Rolle?

Vor einer Sucht stehen häufig Vorstufen wie Neigung, Leidenschaft, Affekt, Gewohnheit, Gewöhnung, die alles in allem aus einer Freude an dem erlebten Verhalten resultieren und auf ein Verlangen drängen, dies wieder zu fühlen. Am Anfang des Suchtphänomens steht der Gebrauch: wir nutzen Dinge, um uns persönlich in irgendeiner Weise weiterzuentwickeln. Darauf folgt der Genuss: Wir brauchen diese Dinge oder dieses Verhalten nicht notwendiger Weise, mögen es jedoch gern, da es uns auf Grund einer angenehmen Wirkung zumindest kurzfristig eine gewisse Befriedigung bietet. An nächster Stufe steht bereits der Missbrauch. Diese Verwendung von Dingen führt zu einer körperlichen, psychischen oder sozialen Schädigung³⁷.

Ein weiterer Faktor, der den Übergang von normalem zu süchtigem Verhalten charakterisieren kann, ist ausweichendes Verhalten, d.h. Verhaltensweisen, die dann ausgeführt werden, wenn Konflikte oder Probleme nicht gelöst werden können. Es dient dabei als sinnvoller Mechanismus einer Erholungsphase, wird jedoch von Suchtkranken dauerhaft benutzt, um sich gar nicht mehr mit ihren Problemen auseinandersetzen zu müssen³⁸.

Der als angenehm empfundene Zustand, fernab von der alltäglichen Lebensrealität mit all seinen Konflikten verführt, gerade wenn er leicht zu erreichen ist, zu immer häufigeren Wiederholungen, was nach einer gewissen Gewöhnungsphase sogar zu einem inneren Zwang werden kann. Das Individuum ist nun nicht mehr vollkommen selbstbestimmt. Somit stellt das aus der Gewöhnung entstandene Bedürfnis einen wichtigen Schlüssel zum Verständnis von Sucht dar. Eine ursprünglich erwünschte

³⁶ Fromm, E., S. 223. Zit. n. Bellebaum, A. (1990): Langeweile, Überdruß und Lebenssinn – Eine geistesgeschichtliche und kultursoziologische Untersuchung. Opladen: Westdeutscher Verlag. S. 150.

³⁷ Vgl.: Gross, 1990: S. 25ff.

³⁸ Vgl.: Gross, 1990: S. 216.

Wirkung lässt durch Gewöhnung nach und erfordert eine höhere Dosis zur erneuten Herstellung³⁹.

Das Endstadium stellt die Abhängigkeit dar, welche den Zustand einer krankhaften Interaktion zwischen einem Individuum mit einer Substanz bzw. der Fixierung auf bestimmte Verhaltensmuster beschreibt. Dabei schränkt die zunehmende Bindung die Person in seiner Handlungsfreiheit ein⁴⁰.

Verschiedene Süchte weisen dabei allesamt bestimmte Kriterien auf, die anhand von Alkoholsucht entwickelt wurden: ein überwältigendes Verlangen, das Verhalten bzw. den Konsum fortzusetzen, Entzugssymptomatik, Dosissteigerung, seelische bzw. seelisch-körperliche Abhängigkeit, schädliche Folgen für den Einzelnen und für die Gesellschaft⁴¹. Dieses Herangehen ist für ein solch komplexes und heterogenes Phänomen jedoch zu einseitig, weshalb lediglich zwei Merkmale als übergeordnete Kriterien für den Nachweis einer Sucht genannt werden können: der entstehende Leidensdruck, sowie der vorhandene innere Zwang zur Ausführung einer gewissen Handlung.

³⁹ Vgl.: Harten, 1991: S. 34f.

⁴⁰ Vgl.: Gross, 1990: S. 26.

⁴¹ Vgl.: Harten, 1991: S. 289.

3 Medien und Sucht

Medien. Die Benutzung dieses Begriffs ist heutzutage ebenso selbstverständlich wie deren Gebrauch in allen Lebenslagen. Dennoch befindet sich die Gesellschaft gegenwärtig in einer zwiespältigen Situation. Auf der einen Seite gelten Medien wie Fernsehen und Computer als fraglos hilfreich und normal, auf der anderen Seite begegnet man diesen Medien mittlerweile mit einer gewissen Skepsis, hinterfragt sie mehr.

Rogge äußert sich dazu kritisch. Er meint *„gerade die Normalität, mit der die Medien das alltägliche Leben begleiten, führt zu einem seltsamen Widerspruch: Erst wenn sie nicht da sind, merkt man, wie sie das Leben beherrschen: Sei es die morgendliche Zeitung, die streik- oder wetterbedingt nicht kommt, sei es das kaputte Fernsehgerät (wobei keine weiteren Geräte vorhanden sind), sei es die fehlende Musik aus dem Radiolautsprecher...“*⁴² oder heutzutage eben das Nichtvorhandensein eines PCs mit Internetanschluss. Die Mediennutzung – sei es in Familien, am Arbeitsplatz oder in anderen Situationen – läuft extrem ritualisiert ab. Diese Ritualisierung kann sowohl positive, als auch negative Auswirkungen mit sich bringen. Auf der einen Seite bringen Rituale Grenzen mit sich, die einer maßlosen Mediennutzung entgegenwirken können, auf der anderen Seite können sie jedoch auch eine Gewöhnung hervorrufen, die den Medien eine möglicherweise zu zentrale Position im Lebensalltag einräumen. Dieser Zustand führt leicht zu einer Suchtzuschreibung⁴³.

Dabei ist die Suchtproblematik im Zusammenhang mit Medien keineswegs neu. Längst vor Debatten über fernsehsüchtige Kinder, war die Rede von lesewütigen, lesekranken oder gar lesesüchtigen Kindern⁴⁴. Man sieht: seit es Medien gibt, existieren auch kulturpessimistische Stimmen gegen ihren Gebrauch. Diese Stimmen sind zwar durchaus wichtig, jedoch muss von einer Dramatisierung abgeraten werden. Neuere Sichtweisen beziehen deshalb eine Reihe an Faktoren ein, um eine Suchtentstehung zu bestimmen, ohne vorschnell zu urteilen.

Von jeglicher Art von Mediensüchten zu reden, scheint für Rogge populistisch und vordergründig zugleich, denn nicht die Angebote an sich machen seiner Meinung nach süchtig, sondern die persönlichen und biografischen Umstände, aus denen heraus ein

⁴² Rogge, J.-U.: Das kann man schon fast süchtig nennen – Über Abhängigkeiten von Medien: Therapie und Praxis. In: Poppelreuter, 2000: S. 257.

⁴³ Vgl.: Rogge in: Poppelreuter, 2000: S. 257f.

⁴⁴ Vgl.: Rogge in: Poppelreuter, 2000: S. 258.

Rezipient diese nutzt und diese dabei zu einem zentralen Lebensinhalt werden lässt. In diesem Zusammenhang nennt er folgende Anzeichen, die für eine Abhängigkeit von Medienangeboten stehen können:

- sie ersetzen reale Kommunikationspartner
- man kompensiert mit ihnen die Abwesenheit sozialer Kontakte
- man verdeckt mit ihnen nicht ausgebildete familiäre Kommunikationsmuster
- sie bestimmen die Tagesabläufe der Menschen
- sie dienen als Notlösung für fehlende Freizeitaktivitäten
- sie dienen dazu, physischen und psychischen Belastungen zu entfliehen
- sie werden ständig dazu eingesetzt, um eine positive Grundstimmung herzustellen und depressive Gefühle zu vermeiden
- sie werden dazu genutzt, um sich seiner eigenen Stärken zu versichern und somit Gefühle der Minderwertigkeit auszugleichen
- sie dienen als Fluchtmöglichkeit in Traumwelten, um Niederlagen zu umgehen.

Das ein oder andere Anzeichen kann dabei von vielen Rezipienten bereits einmal durchlebt worden sein, ohne dass sich daraus eine schwere Abhängigkeit gebildet hat. Um unter einem wirklichen Zwang zu leiden, müssen jedoch spezielle psychosoziale und individuelle Faktoren über einen andauernden Zeitraum gegeben sein:

- die soziale Integration des Rezipienten ist lediglich mangelhaft ausgeprägt, er ist
weitgehend auf sich allein gestellt
- aufgrund einer eingeschränkten Lebenserfahrung werden Freizeitaktivitäten reduziert und führen zu einer starken innerhäuslichen Bindung
- Ein mangelndes Spektrum an Freizeitinteressen weist den Medien eine überdurchschnittliche Dominanz zu
- unzureichende finanzielle Versorgung lässt praktisch keine anderen
Freizeitmöglichkeiten zu

- ein beengtes Wohnverhältnis führt zu einer Vermischung von personeller und medialer Kommunikation
- den Medien wurde von Kindheit an eine extreme Bedeutung zugewiesen: diese Denkmuster lassen sich im Nachhinein nur schwer verändern

Ein wichtiger Punkt bezüglich Mediensucht ist, dass dieses sich keineswegs an Zahlen festmacht. Eine Abhängigkeit ist eher eine Frage der Motivation, mit der sich der Rezipient dem Medium widmet. Wer ihre angebotenen Inhalte genießen kann, zieht aus ihnen Gewinn, wer sie jedoch konsumiert, weil er sie sehnsüchtig braucht und ohne sie nicht leben kann, macht sich von ihnen abhängig⁴⁵.

3.1 Fernsehsucht

Allgemein kann Fernsehsucht als ein Zustand angesehen werden, in dem der Süchtige dazu neigt „(...) den Tagesablauf, das Denken und Fühlen vom Fernsehprogramm bestimmen zu lassen.“⁴⁶ Er ist demnach nicht mehr in der Lage, seinen Fernsehkonsum selbst zu bestimmen, das Fernsehen nimmt eine beherrschende Rolle in seinem Leben ein und Versuche, die Abhängigkeit zu durchbrechen, scheitern. Falsch ist in diesem Zusammenhang, einen Vielseher mit einem Suchtkranken gleichzusetzen, wenn man davon ausgeht, dass dieser es bewusst, d.h. selbstbestimmt tut.

Der Begriff der Fernsehsucht, der erstmals Suchtproblematiken mit Fernsehnutzung in Zusammenhang brachte, fand seine Anfänge in den USA Mitte der 80er: Jerry Manders mit seiner Publikation „Schafft das Fernsehen ab“ und Neil Postman mit dem wohl noch bekannteren Werk „Wir amüsieren uns zu Tode“ entfachten damals eine hitzige Debatte.

Immer mehr Zuschauer berichteten zu dieser Zeit von einer gewissen Zwiespältigkeit in der Nutzung. Trotzdem sie diese Tätigkeit als unbefriedigend beschrieben, waren sie nicht in der Lage, sich dem Fernsehen zu entziehen. Auf Grund dieser empfundenen Sinnlosigkeit ihres Handelns, entstanden Gefühle der Langeweile, Leere und

⁴⁵ Vgl.: Rogge in: Poppelreuter, 2000: S. 277ff.

⁴⁶ Harten, 1991: S. 86.

Frustration. Die unterstellte Sogwirkung des Fernseher galt somit als erhöhtes Risiko für eine Sucht⁴⁷.

Die 1976 von dem deutschen Fernsehsender ZDF ausgestrahlte Sendung ‚4 Wochen ohne Fernsehen‘, in der Studierende des Institutes für Publizistik an der FU Berlin den zweiwöchigen TV-Verzicht an zwei Berliner Arbeiter-Familien untersuchten, zeigte zudem, dass bei einem Verzicht auf Fernsehen durchaus Entzugserscheinungen auftraten. Die Familien berichteten über eine überwältigende Langeweile, beunruhigende Stille und eine quälende Beschäftigungslosigkeit, was mit den Funktionen des Mediums Fernsehen erklärt werden kann. Die Funktion und der Reiz der TV-Nutzung liegen neben Unterhaltungs- und Informationsfunktion unter anderem auch darin, dass durch eine Ritualisierung der Nutzung Geborgenheit offeriert wird. Zudem kann es als Ersatz für zwischenmenschliche Beziehungen und Ausgleich für Erfahrungsmisstände des eigenen Lebens dienen⁴⁸.

„Fernsehen unterhält, füllt die Zeit, informiert, strukturiert Zeit, unterbricht die Stille und Einsamkeit, gibt Gesprächsstoff, verlangt nichts und entspannt, hilft Konflikte zu vermeiden und gibt Sicherheit in einer unüberschaubar gewordenen Welt.“⁴⁹

Im Gegensatz zum Medium Internet ist Jo Reichertz der Annahme, dass Fernsehen gerade deshalb befriedigt, weil es ein zutiefst passives Medium ist, d.h. Menschen nutzen gerade dieses Medium nach einem erfolgreich absolvierten Tag, um abzuschalten. In einer Welt, in der man ständig aktiv sein muss, kann es vorkommen, dass man nach Hause kommt und nur deshalb den Fernseher anschaltet, um abzuschalten, was auch eine Erklärung dafür wäre, warum Fernsehen durchaus auch befriedigen kann, wenn man gar nicht hinsieht⁵⁰.

„Die Television liefert uns eine Scheinwelt, die wir zwar nach Belieben an- und abschalten, jedoch nicht aktiv mitgestalten können.“⁵¹

Einem übermäßigen Fernsehkonsum kann man am besten damit entgegen wirken, wenn man seine natürliche und menschliche Umwelt möglichst abwechslungsreich gestaltet. Sind wir mit dem Angebot unserer Umwelt zufrieden, erleben wir diese lieber

⁴⁷ Vgl.: Wagner, S. (1999): Macht Fernsehen süchtig? Eine Literaturanalyse zur Zusammenfassung des Forschungsstandes. Wien, Universität, Diplomarbeit. S. 32.

⁴⁸ Vgl.: Bauer, W./ Bauer, E./ Kungel, B. (1976): Vier Wochen ohne Fernsehen. Berlin: Spiess Verlag. S. 118.

⁴⁹ Wagner, 1999: S. 93.

⁵⁰ Vgl.: Bolz in: Reichertz, J. (1998): Tele-Kulturen. Berlin: Ed. Triad. S. 54.

⁵¹ Zeier, H. (1992): Arbeit, Glück und Langeweile. Bern: Huber Verlag. S. 121.

aktiv in der Realität als aus zweiter Hand am zweidimensionalen TV-Gerät⁵². „Medienrezeption hat also etwas mit fehlenden Ressourcen für andere Freizeitaktivitäten zu tun.“⁵³

3.2 Internetsucht

Aus kommunikationswissenschaftlicher Sicht nimmt das Internet eine Sonderstellung bei der Zuordnung zu einer bestimmten Mediengattung ein, da es sich weder zu den klassischen Massenmedien zuordnen lässt, noch trifft die Bezeichnung Individualmedium zu. Vielmehr könnte es als Hybridmedium bezeichnet werden, da es eine Vielzahl an Anwendungen, Funktionen und Kommunikationsmodi vereint. Die Übergänge zwischen direkter und medienvermittelter, Gruppen- und öffentlicher Kommunikation sind dabei fließend⁵⁴.

„Internetsucht gilt als Synonym für exzessiven Gebrauch des Mediums. Die Symptome sind eine zwanghafte Fixierung auf das Internet sowie Kontrollverluste – zum Beispiel länger online zu sein, als man sich vornimmt. Dies führt zu einer Verarmung der Sozialkontakte, die bis zur Selbstisolierung führen kann.“⁵⁵

Zudem werden häufig lebensnotwendige Bedürfnisse wie Essen und Schlafen vernachlässigt und Abwehrmechanismen wie die Verharmlosung der eigenen Nutzung treten auf. Weiterhin können Entzugserscheinungen wie Reizbarkeit oder Nervosität auftreten, wenn das Internet nicht genutzt werden kann und auch das Fehlschlagen von Einschränkungsversuchen trotz ersichtlicher Selbstschädigung kann als Kriterium erachtet werden⁵⁶

Der Terminus Internetsucht ist dabei immer noch umstritten. Während Alkohol- oder Drogensucht seit langem als Krankheit anerkannt sind, bemängeln kritische Stimmen die fehlende stoffliche Ebene von Internetsucht, das heißt die körperliche Abhängigkeit samt schwerer lebensbedrohlicher Entzugssymptome. Zudem ist bisher noch unzureichend geklärt, welche Faktoren bei der Internetnutzung tatsächlich süchtig machen. Der New Yorker Psychiater Ivan Goldberg, der den Begriff der Internetsucht

⁵² Vgl.: Zeier, 1992: S. 121.

⁵³ Prokop, D. (1979): Faszination und Langeweile – Die populären Medien. Stuttgart: Enke Verlag. S. 109.

⁵⁴ Vgl.: Beck, K. (2006): Computervermittelte Kommunikation im Internet. München/ Wien: R. Oldenbourg Verlag. S. 24.

⁵⁵ Zimmerl, H.: Internet – Die neue Droge. Auch dieses Medium zieht immer mehr Menschen in seinen Bann. Ärzte-Woche, 15. Jg., Nr. 28, 2001. Online-Dokument: <http://www.springermedizin.at/artikel/4645-internet-die-neue-droge> (Stand: 17.03.2011, 14:24.)

⁵⁶ Vgl.: Ebd.

1995 erstmals benutzte, beschreibt die Abhängigkeit als psychisches Problem ähnlich der Spiel- oder Kaufsucht. Die Erkrankten müssen dabei immer wieder bestimmte Dinge tun, obwohl sie sich selbst oder andere damit schädigen. In Bezug auf die Internetnutzung geht es dabei um Menschen, die diese nicht selbst einteilen, bzw. diese nicht stoppen können⁵⁷.

Ursachen für diese relativ neue Art von Sucht können dabei vielfach ausgeprägt sein. Die Attraktivität des Internets und die neuen Handlungsmöglichkeiten wie die Realitätsflucht und das Experimentieren mit der eigenen Identität stehen dabei jedoch im Mittelpunkt der Untersuchungen. Die Flucht aus der Realität kann eine Flucht vor persönlichen Problemen bedeuten. Sei es in Bezug auf Minderwertigkeitskomplexe, also vor Problemen mit sich selbst, oder mit seinem sozialen Umfeld in Form von Integrationsschwierigkeiten, Problemen bei der Kontaktaufnahme und einer damit verbundenen Einsamkeit⁵⁸.

Singer vertritt die Meinung, dass jemand dann als internetsüchtig bezeichnet werden kann, wenn das Internet mit all seinen Möglichkeiten die überwiegende oder sogar einzige Form des Sozialkontaktes dieser Person darstellt⁵⁹. Wie bereits im vorherigen Kapitel angerissen, fehlt bei dieser Form von Sucht der Aspekt der körperlichen Abhängigkeit, es handelt sich dabei also um eine rein psychische Sucht, die jedoch keineswegs zu unterschätzen ist. Dabei nimmt das Internet eine derart wichtige Stellung ein, dass alles andere im Leben zunehmend unwichtiger und somit auch immer mehr vernachlässigt wird. Neben einer starken Isolation gegenüber der Umwelt kann es dabei auch zu direkten negativen Beeinflussungen in seinem Privatleben kommen, wie z.B. der Beeinträchtigung im Beruf bis hin zur Kündigung⁶⁰. Dabei können die verschiedenen Angebote des Internets auch zu verschiedenen Süchten führen.

Bisherige Studien befassen sich dabei mit den Phänomenen des Surfens, Chatters oder Gamings im Netz. Welche neuen Aspekte der Internetsucht durch das immense Aufkommen der Social Networks beachtet werden müssen, ist bisher noch unzureichend geklärt.

Auch wenn bisher keine einstimmige Definition über die Krankheit ‚Internetsucht‘ existiert, sind sich Psychologen doch einig, dass charakteristische Symptome bestehen. So kann zum Beispiel ein unüberwindliches Verlangen, sich ins Internet

⁵⁷Vgl.: <http://www.onmeda.de/krankheiten/internetsucht-definition-1529-2.html> (Stand: 25.07.2011, 11:21.)

⁵⁸ Vgl.: <http://www.onmeda.de/krankheiten/internetsucht-ursachen-1529-3.html> (Stand: 25.07.2011, 11:23.)

⁵⁹ Vgl.: Singer, B. (2002): Medien – Von der Faszination zur Sucht. Wien: Lexis Nevis Verlag. S. 66.

⁶⁰ Vgl.: Singer, 2002: S. 67f.

einzuwachen, ein Kontrollverlust, d.h. eine längere Nutzung als beabsichtigt eventuell in Zusammenhang mit Schuldgefühlen, die Beeinträchtigung des sozialen Lebens, die Verheimlichung oder Herunterspielung der Gebrauchsgewohnheiten oder extreme Nervosität bei Nichtnutzung eindeutige Anzeichen darstellen und im schlimmsten Fall zu Realitätsverlust oder sozialer Isolation führen. Um der Entstehung einer Internetsucht vorzubeugen, sollten Nutzer des Internets ihren Umgang mit diesem Medium kritisch beobachten. Diese kritische Reflexion erfordert unabdinglich ein gewisses Maß an Medienkompetenz und stellt somit Anforderungen an Medienpädagogen⁶¹.

Ein fast immer mit der Sucht einhergehendes Verhalten ist die Verleugnung. Trotz exzessiver Internetnutzung hat der Großteil der User immer noch das Gefühl, ihren Konsum unter Kontrolle zu haben. Das Mittel der Verleugnung dient dabei als Schutz, unangenehme Wahrheiten oder Gefühle überhaupt wahrzunehmen. Dieser psychische Abwehrmechanismus dient dazu, das zerstörerische Verhalten fortzuführen, obwohl sich bereits negative Auswirkungen bemerkbar gemacht haben⁶².

Das Hybridmedium Internet bietet dabei einige Aspekte, die eine Suchtentstehung positiv fördern können. Zum einen die Stimulation: Mit einer Welt voller Informationen verbunden zu sein und das aus einer sicheren Sphäre heraus, ist für viele Menschen sehr stimulierend und kann sogar berauschende Ausmaße annehmen.

Des Weiteren die Verfügbarkeit: Die Omnipräsenz der PCs und Smartphones in unserer momentanen Gesellschaft und damit eine dauernde Zugangsmöglichkeit zum ‚Alleskönner‘ Internet stellt eine der Hauptattraktivitäten dar. Menschen können somit jederzeit genau das bekommen, was sie gerade möchten.

Gekoppelt mit einem schnell entstehenden Gefühl der Zeitlosigkeit, die im Kapitel über Immersion und Telepräsenz bzw. Flow näher erläutert werden soll, sowie dem leichten Zugang (günstig, immer und überall) bietet sich dem User eine niemals endende Beschäftigung. Ein Buch oder eine Zeitung sind irgendwann zu Ende, das Internet jedoch nie! Immer wieder gibt es neue Beiträge, neue Links und somit auch neue Möglichkeiten. Man kann also nie wirklich ‚fertig‘ mit dem Internet sein, es existiert kein wirklicher Abschluss⁶³.

⁶¹ Vgl.: <http://www.onmeda.de/krankheiten/internetsucht.html> (Stand: 15.11.2010, 17:06)

⁶² Vgl.: Greenfield, D.N. (2000): Suchtfälle Internet – Hilfe für Cyberfreaks, Netheads und ihre Partner. Düsseldorf: Walter Verlag. S. 42.

⁶³ Vgl.: Lehenbauer, M. (2006): Pathologischer Internetgebrauch und Sozialphobie – Spezifische maladaptive Kognitionen. Wien, Universität, Diplomarbeit. S. 10ff.

3.2.1 Klassifizierung des Internetgebrauchs

Bei Fernseh- oder Computerspielnutzung wird im Allgemeinen nur zwischen Wenig-, Durchschnitts- und Vielnutzung unterschieden. In der Internetnutzungsforschung hingegen existiert eine Unterscheidung zwischen funktionalem über exzessiv-dysfunktionalem, bis hin zu pathologischem bzw. süchtigem Internetgebrauch⁶⁴.

Die exzessiv-funktionale Mediennutzung zeichnet sich durch ein zielgerichtetes, selbstgesteuertes Handlungsmuster aus. Zwar ist das Nutzungsquantum erhöht, jedoch nur in solcher Weise, als dass der User das Medium im Vergleich zu verfügbaren Alternativoptionen als passendes Mittel zum Zweck erachtet, um seine Anliegen zu erreichen, ohne negative Konsequenzen zu erleben. Zudem ist eine positive Bilanz zwischen Nutzen (Gratifikationen) und Kosten (Zeitaufwand etc.) zu verzeichnen. Dieses Handlungsmuster setzt ein Mindestmaß an Reflexion voraus, die durch Routine jedoch in Vergessenheit geraten kann⁶⁵.

Von funktionalem Umgang mit den Neuen Medien kann demnach dann gesprochen werden, wenn dieser dazu dient, reale Aufgaben im beruflichen und privaten Bereich mittels dieser zu lösen. Bedenkt man, dass die Neuen Medien eine immer weitere Verbreitung finden, impliziert dieses gleichzeitig eine häufigere und längere Nutzung, ohne dabei gleich zu einem problematischen Verhalten zu führen.

Funktionaler Internetgebrauch liegt bei der Mehrheit der User vor. Dieser ist bezüglich seiner Medienwahl und seines konkreten medialen Verhaltens flexibel. Die neuen Medien bringen positive Effekte und können zu Wissens- und Kompetenzsteigerung, sowie einer Erweiterung ihrer sozialen Kontakte führen. Die Neuen Medien können ebenfalls zur Bewältigung und Kompensation von Frustrationen und Belastungen des Alltags eingesetzt werden. Die Eskapismus-Theorie ist in diesem Fall abzuweisen, da das Medium unter diesen Voraussetzungen eher als Lebensergänzung gesehen werden kann⁶⁶.

Von dysfunktionalem Gebrauch kann dann gesprochen werden, wenn es sich bei dem Verhalten nicht nur um ein vorübergehendes Verhaltensmuster handelt, sondern wenn dieses exzessiv und wiederholend auftritt. In der aktuellen Literatur wird ein ‚exzessiver Gebrauch‘ ab einem Überschreiten von mehr als 35 Stunden pro Woche neben schul-

⁶⁴ Vgl.: Six, U: (2007): Kommunikationspsychologie – Medienpsychologie. Lehrbuch. Weinheim: Beltz Verlag. S. 358.

⁶⁵ Vgl.: Six, 2007: S. 359.

⁶⁶ Vgl.: Petry, J. (2010): Dysfunktionaler und pathologischer PC- und Internetgebrauch. Göttingen/ Wien: Hogrefe Verlag. S. 73.

oder berufsbezogener Internet-Aktivität definiert⁶⁷, wobei auch dabei wiederum berücksichtigt werden muss, dass es sich bei der Quantität der Nutzung zwar um ein notwendiges, keineswegs jedoch hinreichendes Kriterium für die Feststellung von dysfunktionalem Gebrauch handelt⁶⁸.

Six et al. definieren den dysfunktionalen Gebrauch so, dass dieser vorhanden ist, wenn Personen – angeregt durch die Massenmedien, Peergroups oder direkte Anreize des Mediums – das Internet nutzen, dabei jedoch nicht über eine dementsprechend ausreichende Medienkompetenz verfügen, die mit einem geringen Selbstkontrollmechanismus und einer unzureichenden Selbstreflexion einhergeht⁶⁹.

Das Medium Internet erhält eine dominierende subjektive Valenz, der Umgang ist also vorwiegend auf persönliche Bedürfnisse gerichtet ist und das Medium verliert seine Funktion als Arbeitsmittel.

Die spielerischen Möglichkeiten, die das Medium bietet - zweckfreies Surfen, kommunikatives Chatten, oder Gamen - können in diesem Fall nicht mehr einfach in den Lebensalltag des Heranwachsenden oder Erwachsenen integriert werden und verlieren ihre positive, die Belastungen des Alltags kompensierende Funktion der Unterhaltung, sozialen Beziehungsaufnahme und der Ausweitung der personalen und sozialen Identität. Die dominierende subjektive Valenz des Universalspielzeugs Internet führt zu einer Verschiebung Richtung zentrales Beziehungsobjekt. Im Rahmen eines dyfunktionalen Umgangs erfüllt es dabei zunehmend die Funktion, im realen Leben nicht erfüllte Bedürfnisse zu befriedigen und vorhandene Minderwertigkeiten auszugleichen. Resultat ist oftmals ein sozialer Rückzug und damit verbunden der Verlust der nach Oerter überlebenswichtigen Funktionen des Spiels: der Austausch mit der realen Umwelt, die Verarbeitung problematischer Erfahrungen und die Bearbeitung wichtiger Entwicklungsthematiken. Die konstruktive ‚Versunkenheit‘ kann sich schrittweise zu einem pathologischen ‚Verlorensein‘ in der virtuellen Welt entwickeln⁷⁰.

Die Nutzung der Neuen Medien ist in diesem Zusammenhang eng an die individuell vorhandenen Ressourcen gebunden. Diese ermöglichen dem Heranwachsenden, ihre Identität unter den gesellschaftlich gegebenen Bedingungen eigenhändig zu gestalten.

⁶⁷ Vgl.: http://www.ahg.de/AHG/Standorte/Daun_Rosenberg/Datencontainer/Sonstige_Texte/Online-Sucht.pdf (Stand: 21.04.2011, 11:37.)

⁶⁸ Vgl.: Six, U./ Gimmler, R. /Schröder, A. (2005): Determinanten funktionalen und dysfunktional-süchtigen Internetgebrauchs. In: Renner, K.-H./ Schütz, A./ Machilek, F. (Hrsg.): Internet und Persönlichkeit – Differentiell-psychologische und diagnostische Aspekte der Internetnutzung (S.223-237). Göttingen: Hogrefe Verlag.

⁶⁹ Vgl.: Six, 2007: S. 359.

⁷⁰ Vgl.: Petry, 2010: S. 55f.

Gerade in der aktuellen Situation sind Heranwachsende dabei immer mehr auf sich allein gestellt. Eine positive Entwicklung unter Einbezug der Neuen Medien kann dabei nur gelingen, wenn dieser über ausreichende personale und soziale Ressourcen verfügt und geeigneten Sozialisationseinflüssen unterliegt⁷¹. Auf der anderen Seite bedeutet dies, dass ein dysfunktionaler Internetgebrauch vor allem dann zu erwarten ist, wenn die jeweilige Person in einer konkreten Lebenssituation über ungenügende persönliche oder soziale Ressourcen verfügt. Dyfunktionaler Gebrauch wird demnach von mangelnden befriedigenden Alternativen im Alltagsleben verstärkt⁷².

Bei einem pathologischen Handlungsmuster in der Mediennutzung handelt es sich im Gegensatz zu den anderen beiden Formen um eine dauerhafte psychische Störung. An der Entstehung sind meist eine vulnerable Persönlichkeit und deprivierende Lebensumstände beteiligt. Diese Erläuterung zeigt, dass das Medium Internet keineswegs als Alleinverursacher eines problematischen Nutzungsprozesses angesehen werden kann. Es ist lediglich eine Bedingungsgröße in einem komplexen Gefüge der Entstehung⁷³.

Neben einer geringeren Handlungskontrolle kommt es noch zu weiteren Erscheinungen. Der Nutzer selbst empfindet sein Nutzungsquantum als unangemessen hoch, es kommt zu gefühlten Diskrepanzen zwischen dem Ausmaß seines Mediengebrauchs und der vorherrschenden Einstellung dazu. Bevor man von süchtigem Mediengebrauch sprechen kann, müssen noch einige andere Kriterien erfüllt sein: Der Kontrollverlust, sowie psychische Entzugserscheinungen und negative Auswirkungen in Schule, Arbeit und/oder sozialen Beziehungen sind eindeutige Anzeichen für eine suchtkranke Mediennutzung⁷⁴.

„Bei der Internetsucht, auch pathologischer Internetgebrauch, handelt es sich um eine so genannte nichtstoffliche Abhängigkeit bzw. Verhaltenssucht.“⁷⁵

Bei dem Terminus der ‚Verhaltenssucht‘ handelt es sich um ein Konzept, das das organische Krankheitsmodell des Alkoholismus nach Jellinek (1960) und die Grundlagen der modernen Hirnforschung (Spitzer, 2002) mit der klassischen

⁷¹ Vgl.: Mikos, L./ Hoffmann, D./ Winter, R. (Hrsg.) (2007): Mediennutzung – Identität und Identifikationen. Die Sozialisationsrelevanz der Medien im Selbstfindungsprozess von Jugendlichen. Weinheim: Juventa. Zit. n. Petry, 2010: S. 73.

⁷² Vgl.: Petry, 2010: S.73f.

⁷³ Vgl.: Petry, 2010: S. 74.

⁷⁴ Vgl.: Six, 2007: S. 359.

⁷⁵ <http://www.api.or.at/typo3/startseite/information/nichtstoffliche-abhaengigkeiten/internetsucht.html> (Stand: 13.04.2011, 10:31.)

Lerntheorie verknüpft⁷⁶. Dem Modell unterliegt die Annahme, dass das Medium Internet als ‚Droge‘ einen emotionalen Konditionierungsprozess auslöst, der in Folge wie bei stoffgebundenen Süchten zu einer Dosissteigerung, einem Kontrollverlust und beim Einstellen des Verhaltensmusters Entzugserscheinungen auslöst. Von Suchtverhalten wird heute dann gesprochen, wenn ein konflikthafte Wechselspiel zwischen belohnender Bindung an das Suchtmittel und einschränkende Restriktionen körperlicher, psychischer und sozialer Art vorliegt, die langfristig gesehen aufgrund eines ungünstigen Kosten-Nutzen-Verhältnisses bei einem Großteil der Betroffenen zu einem freiwilligen Selbstausstieg führen⁷⁷.

Demnach treffen Suchtkranke ihre Entscheidung auf der Basis eines Abwägens zwischen suchtbezogenen und nicht suchtbezogenen Verhaltensweisen vor der Bewertung einer mehr oder weniger bewussten Bewertung des Kosten-Nutzen-Verhältnisses. Ein Suchtkranker übt nach dieser Annahme sehr wohl eine gewisse Handlungskontrolle aus, auch wenn diese sehr konfliktbehaftet und durch Gewohnheitsbildung in gewisser Weise eingeschränkt ist⁷⁸.

Internet-Sucht ist dabei durch *„gravierende körperliche (z.B. Störungen des Schlaf-Wach-Rhythmus), psychische (depressive Verstimmungen, soziale Ängste) und soziale (häufige Schul- und Arbeitsprobleme) Nachteile und einen weitgehenden sozialen Rückzug charakterisiert.“*⁷⁹

3.2.2 Definition und diagnostische Merkmale von Internetsucht

Laut Hahn und Jerusalem liegt eine Internetsucht bzw. –abhängigkeit als stoffgebundene Sucht dann vor, wenn folgende Suchtkriterien erfüllt werden:

1. Die Internetnutzung nimmt den größten Teil des Zeitbudgets ein.
2. Die Person ist nicht mehr in der Lage, ihre Internetnutzung zu kontrollieren, zu reduzieren oder zu unterbrechen, obwohl ihr durchaus bewusst ist, dass diese bereits persönliche oder soziale Probleme verursacht hat.

⁷⁶ Vgl.: Grüsser, S.M./ Thalemann, C.N. (2006): Verhaltenssucht – Diagnostik, Therapie, Forschung. Bern: Huber Verlag. S. 23.)

⁷⁷ Vgl.: Klingemann, H./ Sobell, L.C.(2006): Selbstheilung von der Sucht. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften. Zit. n. Petry, 2010: S.66.

⁷⁸ Vgl.: Petry, 2010: S. 66.

⁷⁹ Petry, 2010: S. 68.

3. Die Verhaltensdosis zur Erreichung der gewünschten positiven Stimmung muss stetig erhöht werden, es findet also eine Toleranzentwicklung statt.
4. Es treten Entzugserscheinungen als Beeinträchtigungen psychischer Befindlichkeit (Unruhe, Nervosität, Unzufriedenheit, Gereiztheit, Aggressivität) und psychisches Verlangen (Craving) als Folge der Nutzung oder bei Nicht-Nutzen-Können auf.
5. Die Internetaktivitäten bringen negative soziale Konsequenzen in den Bereichen Arbeit und sozialen Beziehungen mit sich.

Internetsucht ist für sie dabei keine psychosomatische Erkrankung oder Zwangstörung, sondern *„eine moderne Verhaltensstörung und eskalierte Normalverhaltensweise im Sinne eines exzessiven und auf ein Medium ausgerichteten Extremverhalten.“*⁸⁰

Eine Person, die unter Facebook-Sucht leidet, würde demnach fast ihre gesamte Zeit auf Facebook verbringen, wann immer dies möglich ist, ebenfalls in deren Arbeitszeit, wenn sie Zugang zum Internet hat. Sie vernachlässigt dadurch ihre zu erfüllenden Aufgaben, hat eventuell sogar schon eine Abmahnung erhalten, doch muss sich zwanghaft immer wieder einloggen, um eine positive Stimmung zu erlangen. An Tagen, wo sie arbeitsbedingt außerhalb des Büros arbeiten muss und keine Möglichkeit hat, auf Facebook online zu gehen, ist sie extrem schlecht gelaunt und schnell reizbar.

3.2.3 Drei-Phasen-Modell zur Entstehung von Internet-Sucht nach Young

Nach Young ist die Entstehung einer Internetsucht durch 3 Phasen gekennzeichnet. Die erste Phase kennzeichnet sich dabei durch ein erhöhtes Engagement aus. Das Individuum bekommt Zugang zum Netz und lernt es immer weiter kennen. Es kommt zu einer regelmäßigen Nutzung bestimmter Anwendungen und dort präsenten Identitätsentwicklung. In Bezug auf Facebook-Sucht hieße das, dass es zu einem Beitritt zu der Online-Gemeinschaft kommt. Die Person meldet sich erstmals an, erstellt ihr Profil und befreundet sich mit anderen bekannten Usern.

Die zweite Phase ist die Substitutionsphase, in der der User in der Online-Gemeinschaft Ersatz für fehlende Komponenten in seinem Leben findet und sich

⁸⁰ Hahn/ Jerusalem in: Raithel, J. (2001): Risikoverhaltensweisen Jugendlicher – Formen, Erklärungen und Prävention. Opladen: Leske und Budrich. S. 282.

immer mehr aus seinem ‚realen Leben‘ zurückzieht. Eine Person, die unter Facebook-Sucht leidet könnte z.B. merken, dass sie dort viel mehr Aufmerksamkeit und Zuspruch erhält, als dies in ihrem ‚realen Leben‘ der Fall ist, was zu einer erhöhten Nutzungsdauer führt.

Die letzte Phase ist die Flucht. Diese ist durch immer längere Online-Zeiten gekennzeichnet, in denen der User Gefühle wie Ruhe, Frieden und Glückseligkeit empfindet und sich nicht mit seiner eigentlichen Einsamkeit oder anderen Problemen beschäftigen muss. Dieser Zustand stellt bereits eine Abhängigkeit dar⁸¹. Die in der zweiten Phase erkannten positiven Gefühle bei der Nutzung sind so immens, dass sich die Person zwanghaft mit Facebook beschäftigen muss, da sie diese vermeintlich nur so erlangen kann.

3.2.4 Sieben Anzeichen der Internetsucht nach Greenfield

1. Der Zeitaufwand, der für die Online-Nutzung aufgebracht wird, bedingt negative Auswirkungen auf andere wichtige Lebensbereiche, die entweder benachteiligt oder durch den Konsum ersetzt werden. Dabei steigt mit zunehmender Dauer die mögliche Suchtgefährdung. Negative Auswirkungen kann Facebook-Sucht dabei sowohl auf Freundschaften oder familiäre Gegebenheiten haben, wenn man durch seine ständige Nutzung keinerlei soziale Verpflichtungen mehr wahrnimmt, aber auch die Arbeit kann gefährdet werden.

2. Freunde und Angehörige des Users sind der Meinung, dass der Umgang des Betroffenen mit dem Internet problematisch sei. Sie selbst haben bereits erkannt, dass die Facebook-Nutzung negative Konsequenzen auf das Leben des Users bedingt hat, oder fürchten um solche und warnen ihn eventuell davor.

3. Der Faktor Alter: In der Adoleszenz-Phase ist die Gefahr einer Sucht höher als im Erwachsenenalter. Gerade junge Heranwachsende sind in ihrer

⁸¹ Vgl.: Young, K.S. (1998): Caught in the Net – How to Recognize the Signs of Internet Addiction and a Winning Strategy for Recovery. New York: John Wiley & Sons. Zit. n. Wanderer, S.A. (2003): Persönlichkeitsfaktoren im Zusammenhang mit Internetsucht. Wien, Universität, Diplomarbeit. S. 43f.

Persönlichkeit oftmals noch nicht so stabil wie es ein Erwachsener ist und lassen sich schneller durch verschiedenste Dinge beeinflussen.

4. Die jeweilige Person hat bereits schwerwiegende negative Folgen ihrer Internetgewohnheiten erfahren. Das kann durch den Verlust der Arbeitsstelle, aber auch der schulischen Leistung oder dem Rückzug der Freunde geschehen.

5. Die Person hält ihre Interneterfahrungen für eine höchst persönliche Angelegenheit. Sie schweigt deshalb über ihre Facebook-Nutzungsdauer oder lügt, wenn sie darauf angesprochen wird.

6. Die Person verschweigt die Dauer ihrer Online-Zeiten.

7. Die Person ist außer Stande, das Internet nur zu einer regelmäßigen Zeit zu nutzen.

Treffen auf eine Person alle sieben Kriterien zu, ist die Wahrscheinlichkeit einer Internetsucht, zumindest aber eine starke Gefährdung sehr hoch⁸².

3.2.5 Zehn Anzeichen für Internet-Abhängigkeit nach Kratzer

1. Beschäftigung mit dem Internet (auch Gedanken daran) in Offline-Zeiten
2. Toleranzsteigerung
3. Unfähigkeit zur Kontrolle des Internet-Gebrauchs
4. Nervosität und Reizbarkeit in Zeiten, in denen versucht wird, die Online-Zeiten zu reduzieren oder gar ganz auf sie zu verzichten
5. Die Internet-Nutzung dient dem Zweck, ‚realen‘ Problemen zu entfliehen oder schlechtes Befinden, wie Hilflosigkeits-, oder Schuldgefühle, Angst oder Depressionen zu verbessern
6. Verheimlichung der Nutzungsdauer gegenüber Freunden und der Familie
7. Gefahr oder Verlust des Arbeitsplatzes oder zwischenmenschlichen Beziehungen
8. Beibehalten des exzessiven Gebrauchs, auch nach negativen Folgen

⁸² Vgl.: Greenfield, 2000: S. 78.

9. Entzugerscheinungen bei Nicht-Nutzung

10. Immer wieder länger Online bleiben, auch wenn man es anders geplant hatte.⁸³

3.2.6 Ursachen von Internetsucht

Ein dysfunktionaler oder sogar pathologischer Umgang mit dem Medium Internet und die Beschreibung, Erklärung und Behandlung dadurch bedingter negativer Auswirkungen, können keineswegs isoliert als Reiz-Reaktions-Muster eines Individuums begriffen werden, dass diesem passiv ausgeliefert ist. Vielmehr existiert ein sehr viel komplexeres Ursachengefüge, bei dem sich gesellschaftliche und individuelle Faktoren gegenseitig bedingen. Die immer weiter wachsende gesellschaftliche Entfremdung jedes Einzelnen in unserer heutigen Gesellschaft gekoppelt an immer stärker fehlende Kompensationsmöglichkeiten durch eine feste Einbindung in soziale und familiäre Gegebenheiten fördern eine grundlegende Veränderung in der medial vermittelten Realität und auch dem Umgang mit den Medien an sich⁸⁴.

Jeder Nutzungsform unterliegt jeweils eine unterschiedliche Gewichtung organischer, psychischer und sozialer Bedingungsfaktoren, wobei die Übergänge als fließend angesehen werden können. Welches Nutzungsmuster ein Rezipient aufweist, hängt dabei von verschiedensten Bedingungen ab. Kulturell-gesellschaftliche Rahmenbedingungen tragen ebenso dazu bei, wie die personalen und sozialen Ressourcen des Nutzers und dessen Medienkompetenz⁸⁵.

Hinter pathologischem Internetgebrauch stehen laut Davis vor allem internetspezifische maladaptive Kognitionen (d.h. sie wurden einst entwickelt, um das Ich zu schützen, schaden nun aber mehr als sie nützen) und vorhandene Pathologien. Für eine effektive Therapie müssen diese tiefer liegenden Kognitionen ausfindig gemacht werden⁸⁶

⁸³ Vgl.: Kratzer, S. (2006): Pathologische Internetnutzung. Lengerich: Pabsr Science Publishers. Zit. n. Lehenbauerm 2006: S. 27.

⁸⁴ Vgl.: Petry, 2010: S. 13.

⁸⁵ Vgl.: Petry, 2010: S. 65.

⁸⁶ Vgl.: Davis, R.A. (2001): A cognitive-behavioral model of pathologic internet use. Computer in Human Behaviour, 17, S.187-195. Online-Dokument:

http://www.sciencedirect.com/science?_ob=ArticleURL&_udi=B6VDC-42DX1HP-3&_user=464575&_coverDate=03%2F01%2F2001&_rdoc=1&_fmt=high&_orig=gateway&_origin=gateway&_sort=d&_docanchor=&view=c&_acct=C000022258&_version=1&_urlVersion=0&_userid=464575&md5=d845dcef14b0d025a22a8491505845ea&searchtype=a (Stand: 22.03.2011, 12:41.)

Griffith spricht in diesem Zusammenhang von sogenannten Coping-Strategien⁸⁷, wobei die exzessive Internet-Nutzung als Ausdruck eines anderen bestehenden Problems gesehen werden kann und auch Young postuliert, dass das Internet eher zur Problemvermeidung und Alltagsflucht dient und man bei Internet-Süchtigen immer mit berücksichtigen müsste, welche Probleme tatsächlicher Verursacher der erhöhten Nutzung sind. Vier Aspekte erscheinen dabei als enorm wichtig: Die individuelle Bedeutung des Internets, die empfundenen Emotionen während der Nutzung, die auftretenden Kognitionen und die aktuelle Lebenslage⁸⁸.

Nachfolgend sollen verschiedene Ansätze erläutert werden, mit denen eine existente Suchterkrankung erklärt werden kann.

3.2.6.1 Sozialphobie

Davis ist der Meinung, dass Sozialphobie ebenfalls ein Auslöser von Internetsucht sein kann. Sozialphobie kann dabei mit dem Phänomen der sozialen Angst gleichgesetzt werden und bezieht sich auf unterschiedliche Befürchtungen in sozialen Situationen. Dies kann ein zu haltendes Referat ebenso sein wie jede andere Form des öffentlichen Auftritts, oder auch das Kennenlernen neuer Menschen. Soziale Angst äußert sich dabei in Besorgtheit, etwas falsch zu machen und einer damit verbunden Zurückhaltung oder ängstlichen Anspannung. Schüchternheit stellt dabei allgemein eine abgeschwächte Form sozialer Angst dar, kann von Fall zu Fall jedoch auch die Anfänge einer Sozialphobie darstellen. Beidel und Turner sehen die Gemeinsamkeit beider in der Tatsache, dass die Personen eine erhöhte physiologische Erregung und negative Gedanken in sozialen Begegnungen aufweisen. Eine mangelnde soziale Kompetenz geht meistens einher und führt zu einer grundsätzlichen Vermeidung von sozialen Begegnungen⁸⁹.

In Bezug auf die Internetnutzung bedeutet dies, dass Menschen, die sich in ‚realen‘ Lebenssituationen unwohl fühlen und sich zurückziehen, dieses Medium nutzen, um sich aus einer sicheren Sphäre heraus diesen Situationen anzunähern. Das kann

⁸⁷ Vgl.: Griffiths, M.D.: (1999): Internet addiction: Fact or fiction? The psychologist, 12 (5), S. 246-250. Online-Dokument: http://www.thepsychologist.org.uk/archive/archive_home.cfm/volumeID_12-editionID_37-ArticleID_101-getfile_getPDF/thepsychologist%5Cpsy_05_99_p246-251_griffs.pdf (Stand: 08.04.2011, 12:05.)

⁸⁸ Vgl.: Young, K.S. (1999): Internet Addiction – Symptomes, Evaluation and Treatment. Zit. n. Lehenbauer, 2006: S. 29.

⁸⁹ Vgl.: Beidel, D.C./ Turner, S.M. (1999): The natural course of shyness and related syndromes. In: Schmidt, L.A./ Schulkin, J. (Hrsg.): Extreme fear, shyness and social phobia (S.2003-223): New York: Oxford University Press. Zit. n. Lehenbauer, 2006: S. 51f.)

sowohl positiv wirken, wenn es lediglich als Annäherung zu ‚normalem‘ sozialen Verhalten dient, ebenso können jedoch auch Probleme entstehen, indem die Personen die positiven Erfahrungen beim Knüpfen sozialer Kontakte im Netz generalisieren und Offline-Kontakte noch mehr meiden. Facebook offeriert durch seine Kommunikationsmöglichkeiten ein gemindertes Risiko der Abweisung oder andersherum, eine erhöhte Chance der Rückmeldung. Eine einfach gepostete Kurzmeldung ohne konkreten Empfänger dämpft die Enttäuschung bei fehlender Rückmeldung, die erhöhte Anzahl der Empfänger macht sie jedoch gleichzeitig wahrscheinlicher.

3.2.6.2 Das kognitiv-behaviorale Modell von Davis

Der Fokus dieses Modells liegt im Gegensatz zu vorangegangenen Studien, die sich auf verhaltensspezifische Faktoren konzentrierten, auf internetspezifischen maladaptiven Kognitionen. Davis unterscheidet dabei zwischen zwei Ausformungen des pathologischen Internetgebrauchs: dem Spezifischen, der sich auf eine spezielle Funktion des Internets bezieht, nach dem der Betroffene süchtig ist und dem Globalen, der sich mit einem allgemeinen überdimensionalen Gebrauch des Mediums Internet befasst. Bezüglich der Facebook-Thematik handelt es sich demnach eindeutig um einen spezifischen pathologischen Internet-Gebrauch.

Diesem Modell unterliegt die Annahme, dass die Ursachen eines pathologischen Internet-Gebrauchs in problematischen Kognitionen in Kombination mit problematischem Verhalten liegen⁹⁰.

„Manche Individuen neigen zu maladaptiven, also fehlangepassten, Kognitionen, die affektive und behaviorale Symptome hervorrufen. Diese umfassen einen grübelnden, kognitiven Stil, einen niedrigen Selbstwert, niedriges Selbstbewusstsein und soziale Ängstlichkeit.“⁹¹

Führt die Beschäftigung im Internet dabei zu positiven Reaktionen, führt die Person ihr Verhalten nach dem Prinzip der operanten Verstärkung fort und erfährt Gedanken wie: ‚Im Internet bin ich jemand und Offline ein niemand‘. Maladaptive Kognitionen führen so in eine Art Teufelskreis, bei der das Verhalten immer öfter ausgeführt wird, um das

⁹⁰ Vgl.: Davis, R.A. (2001): A cognitive-behavioral model of pathological internet-use. Computers in Human Behaviour, 17, S. 191. Zit. n. Lehenbauer, Mario: negative Nebenwirkungen. In: Stetina, B. (2009): Gesundheit und neue Medien – Psychologische Aspekte der Interaktion mit Informations- und Kommunikationstechnologien. Wien: Springer Verlag. S. 264.

⁹¹ Davis in: Stetina, 2009: S.265.

anfängliche positive Ergebnis zu erzielen. Davis ist der Ansicht, dass eine Person mit problematischem Internetgebrauch eine negative Sicht von sich selbst hat und sie deshalb das Internet nutzt, um mehr positive Resonanzen von seiner Umwelt zu erfahren. Ebenso kann die Angst ‚etwas zu verpassen‘ im Vordergrund stehen, die den immer exzessiveren Internet-Gebrauch verstärkt⁹².

Beide diese Aspekte befriedigt Facebook in allem Maße. Menschen, die sich in ihrer Freizeit nur selten mit anderen Personen treffen (eigens bestimmt oder durch eine starke Einbindung in der Arbeit ist in diesem Falle irrelevant) und somit nur selten Aufmerksamkeit und Anerkennung erfahren, bietet Facebook durch das Erreichen einer Vielzahl an Personen die optimale Chance auf Kompensation dieses Mangels. Kommentierte Posts als positive Rückmeldung auf sein Handeln führen im schlimmsten Falle dazu, dass diese Person jeden seiner Gedanken und Taten der Öffentlichkeit zur Verfügung stellt, nur um wiederum Feedback und somit Aufmerksamkeit zu erhalten.

3.2.6.3 Spieltheorie

Diese Theorie erklärt Mediennutzung als Art Spiel und sieht Spiel als freiwillige Handlung, deren Zweck in der Handlung selbst besteht, indem sich der Rezipient dem Gefühl der Spannung hingibt und ein Bewusstsein über den Unterschied zum alltäglichen Leben erfährt. Die herausragenden Charakteristika von Unterhaltung laut der Spieltheorie sind demnach die Zweckfreiheit, die Aktivität, die sich von den alltäglichen Lebensaktivitäten absetzt und die Begrenztheit dieser Aktivitäten, d.h. die zeitliche Geschlossenheit, Wiederholbarkeit und die Spannungserzeugung. Die Spieltheorie entspricht in gewisser Weise dem später näher erläuterten Uses-and-Gratification-Approach⁹³.

„Das Rezipieren medialer Inhalte ist ein exemplarischer Fall des Handlungstypus ‚Spiel‘, denn Massenkommunikation hat für den Rezipienten die Funktion der Freude und des Freiseins von sozialer Kontrolle.“⁹⁴

⁹² Davis in: Stetina, 2009: S. 265.

⁹³ Vgl.: Dehm, U. (1984): Fernsehunterhaltung – Zeitvertreib, Flucht oder Zwang? Eine sozialpsychologische Studie zum Fernseh-Erleben. Mainz: Hase & Köhler Verlag. S. 24.

⁹⁴ Dehm, 1984: S. 25.

Massenmediale Unterhaltung stellt im Sinne der Spieltheorie eine durchaus notwendige Form der Mediennutzung dar, indem sie den Rezipienten bereichert und kann somit als Verbindung zum Uses-and-Gratification-Approach gesehen werden, indem sie ein Motiv der Nutzung behandelt⁹⁵.

Diese Theorie relativiert in gewisser Weise die Überdramatisierung von Suchtentstehung, in dem sie in die Mediennutzung als notwendiges, gewolltes und ungefährliches Verhalten einstuft. In diesem Sinne wäre auch eine überdimensional erhöhte Facebook-Nutzung noch kein Anzeichen für eine mögliche Sucht, wenn die auf Facebook verbrachte Zeit dabei lediglich zur Unterhaltung des Nutzers dient, wie es genauso gut ein Buch, ein guter Film oder das Treffen mit Freunden täte.

3.2.6.4 Medienwahl

Die Entscheidung eines Rezipienten für die Nutzung eines bestimmten Mediums wird von verschiedenen Faktoren beeinflusst. Zum einen spielen medienbezogene Faktoren wie die Verfügbarkeit, der Kosten- und Zeitaufwand, die mediale Reichhaltigkeit und Präsenz, sowie die Aufgabeneignung eine Rolle. Zusätzlich beeinflussen auch personenbezogene Faktoren wie die Medienausstattung, Mediengewohnheiten und -kompetenz, die Lebenssituation des Rezipienten und damit verbunden deren Persönlichkeit und die durch die Nutzung angestrebten Ziele bzw. der Nutzen für ihn die Medienwahl. Abschließend muss auch den interpersonalen Faktoren eine Rolle zugeschrieben werden: die Erreichbarkeit von Kommunikationspartnern mittels einzelner Medien, sowie in diesem Medium implizierte soziale Normen und Zwänge tragen ebenfalls zur Entscheidung bei⁹⁶.

Zusätzlich spielt die mediale Umgebung eine Rolle bei der Medienwahl. Dazu zählen die Faktoren:

- Kosten (Geld, Zeitaufwand)
- Teilnehmerkreis (Anzahl, Beschaffenheit)
- Zeit (zeitgleich, zeitversetzt)

⁹⁵ Vgl.: Wagner, 1999: S. 27.

⁹⁶ Vgl.: Döring, N. (2003): Sozialpsychologie des Internet – Die Bedeutung des Internet für Kommunikationsprozesse, Identitäten, soziale Beziehungen und Gruppen. Göttingen: Hogrefe Verlag. S. 191.

- Modalität (sehen, hören, fühlen, etc.)
- Code (gesprochene Sprache, Kleidung, Foto...)
- Raum (Kopräsenz, Telepräsenz, kein gemeinsamer Ort)
- Kultur (medienspezifische Normen, Werte, Traditionen,...).

Führt das Kommunikationsverhalten dabei zu positiven Ergebnissen, wird das Medium aufgrund dessen häufiger gewählt⁹⁷.

Theorien der Computer vermittelten Kommunikation, die für eine erhöhte Nutzung von Facebook sprechen, wären demnach Folgende:

1. Normative Medienwahl: Übersetzt kann man dabei davon ausgehen, dass die eigene Medienbewertung und –nutzung der Bewertung von Bekannten in gewisser Weise angepasst wird. Es werden also jene Medien häufiger benutzt, die von Bekannten und meinungsführenden Personen als positiv bewertet werden. Selbst ein Mensch, der Facebook nicht von Anfang an positiv gesinnt war und vielleicht gar nicht vorhatte, sich dort anzumelden, kann von Zeit zu Zeit einen immer stärkeren normativen Druck erfahren, wenn alle seine Bekannten dort angemeldet sind und in seiner Anwesenheit darüber sprechen.
2. interpersonale Medienwahl: Dieses Modell bezieht sich auf den Aspekt der Kommunikationspartner. Wie viele Kommunikationspartner erreiche ich mit dem gewählten Medium und wie zuverlässig ist die Antwortfrequenz? Da Facebook heutzutage so auffallend starke Verbreitung findet, stellt es damit einen enorm zuverlässigen Partner dar, um den sozialen Kontakt aufrecht zu halten und das nahezu in Echtzeit⁹⁸.

Internetdienste können in Bezug auf deren Kommunikationsmöglichkeiten anhand dessen unterschieden werden, ob dieser Austausch zeitversetzt (Kommunikation) oder zeitgleich (Interaktion) abläuft. Social Networks wie Facebook bieten die Möglichkeit beides zu nutzen.

In Verbindung an den Uses-and-Gratification-Approach bietet Computer vermittelte Kommunikation laut Döring dabei drei Gratifikationsfaktoren:

1. Information/ Exploration.

⁹⁷ Vgl.: Döring, 2003: S. 192.

⁹⁸ Vgl.: Döring, 2003: S. 143ff.

2. Unterhaltung in Form von Ablenkung, Zeitvertreib, Spiel, Spaß und Entspannung.
3. Soziale Interaktion/ soziale Identität, indem man im Netz neue soziale Kontakte knüpfen, oder bereits bekannte pflegen kann und es die Chance bietet, sich mit anderen auszutauschen, zu diskutieren, sich Gruppen anzuschließen und so eine Form des sozialen Lernens zu erfahren⁹⁹.

Facebook als echtes ‚Allround-Talent‘ befriedigt in diesem Sinne viele Bedürfnisse auf einmal: Informationen in Form von Neuigkeiten über Freunde, Produkte oder Veranstaltungen, Unterhaltung beim Lesen oder Spielen der zahlreichen Games und gleichzeitig Interaktion über eine der zahlreichen Kommunikationsmöglichkeiten.

3.2.7 Typologisierung der Internetnutzer

Internet-User lassen sich an einer Vielzahl von Merkmalen definieren. Nicola Döring klassifiziert sie anhand von Medienerfahrung, Nutzungsdauer, Nutzungsintensität und authentischer Selbstdarstellung. Hahn und Jerusalem hingegen teilen die User hinsichtlich ihres Suchtgrades ein. Folgend sollen einige Unterscheidungsmerkmale näher erläutert werden.

3.2.7.1 Medienerfahrung

Döring unterscheidet bezüglich der Medienerfahrung zwischen *Newbie* und *Oldbie*. Erstere sind komplette Neulinge der Internetnutzung bzw. eines speziellen Angebots, während Letztere bereits sehr erfahren bezüglich der Anwendungen sind. Newbies zeichnen sich durch eine hohe Begeisterung gegenüber den Netzinhalten aus, müssen dabei jedoch noch lernen, richtig mit diesen umzugehen. Die Internet-Gemeinschaft (Community) gesteht ihnen auf Grund ihres Neulings-Status dabei durchaus eine höhere Fehlerrate zu. Je fortgeschrittener ein User in seiner Benutzung ist, desto selektiver erfolgt die Wahl der Anwendungen. Das Kennenlernen der Netzkultur und der Erwerb netzspezifischer sozialer Fertigkeiten beanspruchen Zeit, weshalb in vielen Untersuchungen die Netzerfahrung eine wichtige Rolle spielt¹⁰⁰.

⁹⁹ Vgl.: Döring, 2003: S. 138.

¹⁰⁰ Vgl.: Döring, 2003: S. 372f.

Diese Einstufung der Nutzer-Gruppen postuliert demnach, dass Neulinge auf Facebook durchaus mehr Zeit dort verbringen, als Langzeit-Nutzer, ohne gleich mit einer möglichen Suchtentstehung in Verbindung gebracht zu werden. Sie sind neugierig und probieren sich aus. Fraglich ist, ob ein neuer User auf Facebook tatsächlich unter einer gewissen Art von ‚Welpenschutz‘ steht, wenn er eventuell versehentlich etwas postet, was bei vielen auf Abneigung stößt. Auf Facebook werden Informationen gnadenlos sofort weitergeleitet, die Kommunikation ist enorm schnell.

3.2.7.2 Passive und aktive Internetnutzung

Im Allgemeinen kann man Internetnutzung in aktiv und passiv einteilen, wobei der passive Internetnutzer (*Lurker*) sich eher im Hintergrund hält. Seine Hauptbeschäftigung beschränkt sich größtenteils auf das Lesen von Beiträgen, die andere User bereit gestellt haben und das Kopieren von Bildern und Programmen, die andere öffentlich zugänglich gemacht haben. Nicola Döring geht in diesem Zusammenhang davon aus, dass die Unterschiede zwischen passiven und aktiven Internetnutzern dabei von verschiedenen Faktoren abhängig sind. Persönlichkeitsdispositionen spielen dabei ebenso eine Rolle, wie auch die bisherigen Netzerfahrungen und das Geschlecht. Lurking kann dabei einerseits als Nutzungstyp, andererseits aber ebenso als kontextspezifischer Nutzungsstil existieren, d.h. eine Person, die in der einen Internetanwendung lurkt, kann in einer ganz anderen plötzlich sehr aktiv auftreten. Lurking kann dabei zum Problem werden, wenn bestimmte Internetdienste auf aktive Nutzer angewiesen sind, um einen interessanten Austausch im Netz erst möglich zu machen¹⁰¹.

Dem gegenüber steht der sogenannte *Poster*. Dieser aktive Internetnutzer sieht den Computer als wechselseitig gestaltbares Medium an und nutzt es auf dementsprechende Weise. In diesem Sinne rezipiert er nicht bloß Inhalte, er produziert diese auch selbst und stellt sie der breiten Öffentlichkeit zur Verfügung¹⁰².

Auch wenn einige Facebook-Nutzer sich wohl ab und zu über befreundete User aufregen, die an dem noch frühen Tage bereits die vierte Meldung posten, darf nicht

¹⁰¹ Vgl.: Döring, N.: Identitäten, soziale Beziehungen und Gemeinschaften im Internet. In: Batinic, B. (2000). Internet für Psychologen. Göttingen: Hogrefe. S. 379-415. S. 406.

¹⁰² Vgl.: Wetzstein, T.A. (1995): Datenreisende – Die Kultur der Computernetze. Opladen: Westdeutscher Verlag. S. 67.

vergessen werden, dass Facebook davon lebt. Denn wer möchte sich nach Tagen endlich einmal wieder einloggen und enttäuscht feststellen, dass es nichts ‚Neues‘ gibt. Welche der beiden Typen ein höheres Risiko für eine mögliche Suchterkrankung aufweisen, kann nicht zuverlässig gesagt werden, da die hinter der Nutzung stehenden Motive dabei die zentrale Rolle einnehmen.

3.2.7.3 Light User und Heavy User

Im Gegensatz zum vorigen Kapitel, bei der es um die Qualität der Nutzung geht, erfolgt hier eine Typologisierung anhand einer quantitativen Variable: der zeitlichen Intensität der Nutzung. Dabei kann zwischen *Light Usern* und *Heavy Usern* unterschieden werden, wobei eine zeitintensive Beschäftigung mit dem Internet häufig mit Suchtvorwürfen einhergeht. Doch gerade am Anfang der Internetnutzung verbringen User sehr viel Zeit im Netz, um sich selbst eine gewisse Kompetenz im Umgang anzueignen und so steht eine engagierte Nutzung nicht immer im Zusammenhang mit einer Abhängigkeit. Die Faszination des Neuen verflüchtigt sich mit der Zeit und das Internet wird zunehmend sinnvoller genutzt¹⁰³.

Nach dieser Annahme könnte man eine Facebook-Sucht erst nach einer gewissen Zeit zuverlässig einschätzen können, wenn beispielsweise die erhöhte Nutzung nicht sinkt, oder die Nutzungsdauer sogar weiter zunimmt.

3.2.7.4 Nutzertypologie nach Wetzstein und Dahm

1. Der Freak: Dieser Usertyp assoziiert mit dem Medium Internet Begriffe wie Selbstverwirklichung, Euphorie, Macht und die Erfahrung mit neuen Welten, wobei er die kommunikativ-interaktive Funktion in den Vordergrund stellt und eine emotionale Bindung zu dem Gerät aufbaut. Häufig bezeichnet er sich selbst als internetsüchtig.
2. Der Hobbyist: Die Nutzung erfolgt fast ausschließlich für private Zwecke. Die Nutzung ist maßvoll und durch ein eher geringes Aktivitätsniveau gekennzeichnet. Dieser Nutzungstyp ist auf der Suche nach sozialen

¹⁰³ Vgl.: Döring in: Batinic, 2000: S. 407.

Beziehungen im Netz und nutzt es dabei eher passiv, eine Suchtentstehung ist eher unwahrscheinlich.

3. Der Pragmatiker: Das Internet stellt für ihn in erster Linie ein Medium zur Informationsbeschaffung dar. Die Nutzung erfolgt deshalb auch in einem sehr gemäßigten und zielgerichteten Ausmaß. Er gilt somit als keinesfalls suchtgefährdet¹⁰⁴.

Laut dieser Klassifizierung läuft lediglich Typ 1 Gefahr, der Facebook-Sucht zu verfallen, jener Typus, der die stärksten emotionalen Erfahrungen mit seinem Verhalten assoziiert.

3.2.7.3 Suchtpotenzial

Hahn und Jerusalem haben eine Sucht-Skala entworfen, die die User in drei Subgruppen unterteilt: unauffällige User, Internetsuchtgefährdete und Internetsüchtige. Dabei berücksichtigen Sie sowohl das reine Suchtkonzept, als auch das Konzept des pathologischen Internetgebrauchs, bevor Sie jemanden als suchtgefährdet einstufen. Für die Erfassung einer möglichen Internetsucht wurde eine reliable und konstruktvalide psychometrische Skala entwickelt, die sich aus fünf Subskalen mit je vier Items zusammensetzt und folgende distinkte und partiell unabhängige Merkmale einer Internetsucht erfasst: Kontrollverlust, Entzugserscheinungen, Toleranzentwicklung, negative Auswirkungen im Bereich der sozialen Beziehungen und im Bereich Arbeit und Leistung. Beispiele aus diesen Bereichen wurden von den Teilnehmern der Befragung mit den Antworten ‚trifft nicht zu‘, ‚trifft eher nicht zu‘, ‚trifft eher zu‘ und ‚trifft zu‘ beantwortet und mit einer entsprechenden Punktzahl bewertet. Der Aufruf zur Teilnahme an der Umfrage fand dabei sowohl über Tageszeitungen und Magazine, als auch über Radio, TV und selbstverständlich über das Internet statt und wies darauf hin, dass sich alle Internetnutzer angesprochen fühlen sollten und nicht nur diejenigen, die vermeintlich viel Zeit mit Internetaktivitäten verbringen.

Die Befragung kam zu folgenden Ergebnissen: Unauffällige User nutzen das Internet ihren Angaben nach durchschnittlich 7,6 Stunden die Woche und weisen laut Hahn und Jerusalem somit keinerlei Suchtpotenzial auf. Gefährdete Internetnutzer tendieren hingegen zu einer Sucht in gewissen Bereichen, sind aber mit einer durchschnittlichen Online-Zeit von 28,6 Stunden in der Woche noch nicht als süchtig einzustufen. Im

¹⁰⁴ Vgl.: Wetzstein, T./ Dahm, H.: Die Nutzer von Computernetzen – eine Typologie. In: Rost, M. (Hrsg.) (1996): Die Netz-Revolution: Auf dem Weg in die Weltgesellschaft. Eichborn: Frankfurt am Main. S. 37-50. Zit. n. Wanderer, 2003: S.32.

Gegensatz zur dritten und letzten Gruppe, den abhängigen Usern. Diese Gruppe verbringt die meiste Zeit in der Woche im Netz, ganze 34,6 Stunden durchschnittlich. Das ist fast mit einer Vollzeitstelle zu vergleichen. Die normativen Kriterien der Internetsucht erfüllten glücklicher Weise jedoch nur 3,2% der Befragungsteilnehmer¹⁰⁵.

Die beiden Autoren stellen somit eine direkte Verbindung zwischen Nutzungszeit und Suchtgefährdung her. Zudem stellte sich in der Umfrage heraus, dass die Variable Alter und Geschlecht eindeutigen Einfluss auf das Suchtpotenzial hat. Internetsucht ist in jungen Jahren ein weitaus höher verbreitetes Phänomen, weshalb die Autoren auch von Internetsucht als vornehmliche Jugendproblematik schreiben. In Bezug auf die Geschlechterunterschiede kam heraus, dass bis zu einem Alter von 18 Jahren Jungen im Durchschnitt doppelt so häufig unter Internetabhängigkeit leiden wie Mädchen. Interessanter Weise kehrt sich dieser Unterschied ab dem Alter von 19 Jahren um¹⁰⁶.

Bisher liegen lediglich wenige Hinweise zu Risiko- und Schutzfaktoren der Internetsucht vor, die zudem aus Querschnittstudien beruhen und auch noch gegenteilige Ergebnisse aufweisen. So konnte Scherer 1997 nicht bestätigen, dass sozial zurückgezogene, introvertierte und schüchterne Internetnutzer überproportional häufiger unter den Internetsüchtigen zu finden sind, während Petrie und Gunn nur ein Jahr später mit ihrer Studie genau zu diesem Ergebnis kamen. Diese Tatsache lässt die Autoren Hahn und Jerusalem zu dem Entschluss kommen, die Bedeutung von Konsequenz- und Selbstwirksamkeitserwartungen für das Phänomen der Internetsucht heranzuziehen, wobei sie sich auf Banduras sozial-kognitive Lerntheorie stützen. Die Auswahl und die Persistenz eines Verhaltens sind an die Erwartungen der daran geknüpften Konsequenzen und der Wahrnehmung dieser Person, dieses Verhalten auch ausführen zu können, gebunden. Internetsucht ist in diesem Sinne vermehrt bei Personen zu finden, die hohe positive Erwartungen an die Nutzung haben, gleichzeitig jedoch ein geringes Maß an internetbezogener Verhaltensregulationskompetenz feststellen¹⁰⁷.

¹⁰⁵ Vgl.: Hahn/ Jerusalem in: Raithel, 2001: S. 283f.

¹⁰⁶ Vgl.: Hahn/ Jerusalem in: Raithel, 2001: S. 284ff.

¹⁰⁷ Vgl.: Hahn/ Jerusalem in; Raithel, 2001: S. 288.

3.2.8 Persönlichkeitsfaktoren im Zusammenhang mit Internetsucht

Wanderer fand mittels empirischer Untersuchung heraus, dass Intensivnutzer des Internets häufig über seelisches Unwohl berichten, in ihrem Leben wenig Sinn erfüllendes erfahren und vermehrt von Gefühlen wie Angst und Hilflosigkeit überkommen werden. Zusätzlich weisen Unterhaltungsnutzer – so benennt Wanderer jene Nutzer, die das Internet bevorzugt für Chats und MUDs benutzen – eine verminderte Verhaltenskontrolle und niedrigere seelische Gesundheit auf, als pragmatische Nutzer, die das Internet vorrangig als Informationsmedium nutzen¹⁰⁸.

Ein freier und unlimitierter Internetzugang, wie es wohl im Jahr 2011 ein Großteil der Haushalte besitzt, kann dabei das Suchtpotenzial massiv verstärken. Zudem fanden Chak und Leung – wie es bereits im Kapitel der Sozialphobie erklärt wurde - heraus, dass die Schüchternheit einer Person den pathologischen Internetgebrauch verstärken kann¹⁰⁹.

Diese Ergebnisse unterstützen die Aussage, dass Sucht immer durch verschiedene Faktoren bedingt ist. Das Suchtobjekt bzw. deren Eigenschaften sind ebenso beteiligt, wie die Umwelt der Person und wie diese Ergebnisse zeigen, auch Defizite in der Person selbst. Grundsätzlich könnte man sagen: je stärker emotional aufgeladen die Nutzung, desto höher das Suchtpotenzial.

Bezüglich der Auswirkungen von psychosozialen Eigenschaften wie Extraversion und Offenheit für Neues auf die Facebook-Nutzung, kam Bernadette Kneidinger mit ihrer Untersuchung zu dem Ergebnis, dass das Klischee des einsamen und sozial inkompetenten Computerfreaks hier keineswegs zum Tragen kommt. Vielmehr zeigte sich, dass eine ausgeprägte Extrovertiertheit zu einer intensiveren Nutzung führt. Dies hängt ebenfalls damit zusammen, dass extrovertierte Personen gleichzeitig über eine höhere Freundesanzahl verfügen. Sie übertragen in gewisser Weise ihre Vielzahl an sozialen Kontakten aus dem ‚realen Leben‘ auf das Social Network¹¹⁰.

¹⁰⁸ Vgl.: Wanderer, 2003: S. 98ff.

¹⁰⁹ Vgl.: Chak, K. /Leung, L. (2004): Shyness and Locus of control as predictors of internet addiction and internet use. *Cyberspace Psychology and Behaviour*, 7, S.559-570. Zit. n. Lehenbauer, 2006: S. 30f.

¹¹⁰ Vgl.: Kneidinger, B. (2010): Facebook und Co – Eine soziologische Analyse von Interaktionen in Social Networks. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. S. 133.

3.2.9 Versunken in virtuellen Welten: Telepräsenz und Immersion

Jeder Internet-Nutzer kennt es: das Gefühl der Zeitvergessenheit (*time sink*) während der Nutzung. Wallace entdeckte dieses Phänomen während einer Längsschnittuntersuchung zu Online-Aktivitäten in Haushalten und deckte damit verbunden negative Aspekte auf, wie beispielsweise die Reduktion von familiären und sozialen Kontakten, sowie das Auftreten von Gefühlen der Einsamkeit und Depressionen¹¹¹.

Nach Döring kann die erhöhte Nutzung des Internets jedoch nicht nur zu einer Reduktion sozialer Bindungen führen, sondern sogar zur Pflege und dem Ausbau dieser beitragen. Nach bisherigen Untersuchungen ermöglicht die Nutzung der Neuen Medien zusätzliche soziale Kontakte, was dadurch sichtbar wird, dass es in der heranwachsenden Generation zu einer zunehmenden Vernetzung von Online- und Offline-Kontakten, den sogenannten Hybrid-Beziehungen kommt¹¹².

Bente et al. publizierten 2002¹¹³ einen konzeptionell und methodisch differenzierten Ansatz in Bezug auf psychische Erlebnisqualität und der Versunkenheit in virtuellen Räumen, in dessen Mittelpunkt die Begriffe der *Telepräsenz* und *Immersion* standen.

Der Begriff der Telepräsenz bezieht sich auf das Erleben des Rezipienten, inwieweit er sich in einem medial erschaffenen System anwesend fühlt. Diese Vorstellung unterliegt der Annahme, dass mit dem Internet eine künstliche Wirklichkeit geschaffen wird, in der der Rezipient ein Gefühl der raum-zeitlichen Anwesenheit erlebt und ist insbesondere für Video- und Computerspiele bedeutsam¹¹⁴.

Im Vergleich zu den künstlichen Welten der Spiele-Portale, muss hinterfragt werden, ob die Gefahr der Telepräsenz bei Facebook jedoch vielleicht sogar noch höher ist, gerade weil es auf den ersten Blick so wirkt, als sei es die ‚reale Welt‘. Immersion und Telepräsenz wären nach dieser Annahme durchaus kein alleiniges Phänomen von MUDs und Spielen.

Im Gegensatz zur Telepräsenz, die sich also auf die erlebte Anwesenheit in virtuellen Realitäten bezieht, ist unter dem Begriff der Immersion das Zurücktreten der realen Erlebniswelt hinter der virtuellen Welt zu verstehen. Quasi die Verdrängung der

¹¹¹ Vgl.: Petry, 2010: S. 34.

¹¹² Vgl.: Döring, 2003: S. 484f.

¹¹³ Vgl.: Bente, G./ Krämer, N.C./ Petersen, A. (2002): Virtuelle Realität als Gegenstand und Methode in der Psychologie. In G. Bente, N.C. Krämer & A. Petersen (Hrsg.), Virtuelle Realitäten (S.1-31). Göttingen: Hogrefe.)

¹¹⁴ Vgl.: Steuer, J. (1992): Defining a virtual reality – Dimensions determining telepresence. Journal of Communication, 42 (4), S. 73-93. Zit. n. Bente, 2002: S.12.

Wirklichkeit durch den Ersatz der neu geschaffenen Wirklichkeit. Für das Eintauchen in die virtuelle Welt ist vor allem die Fokussierung der Aufmerksamkeit auf die virtuell präsentierten Inhalte verantwortlich. Demnach bedingen sich Telepräsenz und Immersion wechselseitig. In diesem Zusammenhang wäre es jedoch falsch, die beschriebenen Prozesse einzig und allein auf die sinnliche Qualität eines Mediums zurückzuführen. Vielmehr sollten medienunabhängige Faktoren, insbesondere die Motivation des Rezipienten mit einbezogen werden, um die psychischen Prozesse beim Umgang mit virtuellen Welten zu verstehen¹¹⁵.

Das 1975 von Csikszentmihalyi entwickelte *Flow-Konzept* kann dazu herangezogen werden. Dieses geht davon aus, dass das Erleben des Fließens von Handlungsketten bei optimaler Passung von Aufgabenschwierigkeit, also Handlungskompetenz, zu einem Erfolgserleben führt, was in der wirklichen Realität mit all ihren Widerständen nur schwer zu erreichen ist. Zwar ist auch dieser Effekt eher auf PC-Spiele anzuwenden, in dem mit Leichtigkeit jedes Level passiert wird, doch kann man auch bei Social-Network-Anwendungen davon sprechen: Postet jemand in der Früh, was er gerade tut und erhält dafür Zuspruch, wird er sein Verhalten dahingehend ändern, das nun öfter zu tun.

Es wird also deutlich, dass wir es mit einem mehrdimensionalen Prozess zu tun haben, der die Aspekte Motivation, Aufmerksamkeitssteuerung und raumkognitive Wahrnehmung mit einschließt. In diesem Zusammenhang ist bisher wenig erforscht, welchen Einfluss die Selbstwahrnehmung und die erlebte Beziehung zu den Kommunikationspartnern im virtuellen Raum zu einer veränderten Erlebnisqualität führen¹¹⁶.

3.2.10 Virtuelle Erlebnispotenziale

Die Nutzungssituation des Internets ist durch physische Isolation des Users und einer sozialen Anonymität charakterisiert und wird von den drei übergeordneten Anreizen Unterhaltung, Beziehungsbildung und Identitätsentwicklung gelenkt¹¹⁷.

¹¹⁵ Vgl.: Bente, 2002: S. 16f.

¹¹⁶ Vgl.: Csikszentmihalyi, Mihaly : Flow : das Geheimnis des Glücks / Mihaly Csikszentmihalyi. Aus dem Amerikan. übers. von Annette Charpentier . - 13. Aufl. . - Stuttgart : Klett-Cotta , 2007. Zit. n. Petry, 2010: S. 34f.

¹¹⁷ Vgl.: Petry, 2010: S. 36.

3.2.10.1 Unterhaltung

Ein besonderer Reiz des Mediums Internet liegt in der Fortschrittlichkeit gegenüber älteren Medien bezüglich des Unterhaltungsfaktors. Diese neuen Medien bieten die Möglichkeit ältere Medienangebote wie Printmedien, Rundfunksendungen oder TV-Shows im Online-Modus zu erleben und fördern durch die Interaktivität ganz neue Unterhaltungsangebote zu Tage. Der traditionelle Ansatz zur Erklärung des Phänomens Unterhaltung beschreibt es als Auslöser positiver Emotionen, als Mittel der Stimmungsregulation und somit als Befriedigungsmöglichkeit menschlicher Grundbedürfnisse nach Lustgewinn und Unlustvermeidung¹¹⁸.

Neben dieser emotionsregulierenden Funktion spricht Vorderer Unterhaltung bezüglich der handlungstheoretischen Theorie des Spielens eine gewisse Zweckfreiheit zu. Die Handlung wird dabei wegen seiner Selbst Willen getätigt und ist durch Wiederholungen geprägt. Unterhaltung dient in diesem Sinne der Realitätsbewältigung durch Kompensation unerfüllter Wünsche und ermöglicht somit die Chance zur projektiven Selbstverwirklichung¹¹⁹.

Es wird deutlich, dass das Medium Internet eine noch intensivere Erlebnisqualität ermöglicht, als dies traditionelle Medien tun. Die medialen Eigenschaften führen dazu, dass der User das Gefühl der Anwesenheit im System immer stärker erlebt und die reale Welt durch immer stärkere Aufmerksamkeit auf das mediale Angebot in den Hintergrund rückt. Im Idealfall, der Gott sei Dank immer noch den Normalfall darstellt, ist sich der User dabei der Vermitteltheit seines Handelns bewusst¹²⁰.

Zusammenhängend mit der Erlebnisqualität von Unterhaltung findet sich neben dem Gaming ein immer weiter verbreitetes Phänomen: das Surfen. Dabei sprechen wir nicht über das für berufliche oder private Surfen, dass ein ganz bestimmtes Ziel verfolgt, wie z.B. die Ermittlung eines preisgünstigsten Anbieters, sondern über das freie, völlig ziellose Surfen im Netz. Zur Erklärung dieses Verhaltens kann die menschliche Neugiermotivation herangezogen werden. Dieses ursprünglich biologische Motiv dient normalerweise zur Orientierung eines Lebewesens in seiner Umwelt.

Berlyne unterscheidet dabei zwischen spezifischen und diversivem Neugierverhalten. Während ersteres durch spezielle Reize der Umwelt ausgelöst wird, erfolgt letzteres

¹¹⁸ Vgl.: Grawe, K. (2004): Neuropsychotherapie. Göttingen: Hogrefe. S. 260ff. Zit. n. Petry, 2010: S. 36f.

¹¹⁹ Vgl.: Vorderer, K. (2001): It's all entertainment sure: But what exactly is entertainment? Communications Research, Media Psychology and the explanation of Entertainment Experiences Poetics, 29, 247-261. Zit. n. Petry, 2010: S.37.

¹²⁰ Vgl.: Petry, 2010: S. 37.

als Reaktion auf eine reizarme Situation, in der der Mensch von Langeweile geplagt wird. Spezifisches Neugierverhalten ist mit besonderen Reizmerkmalen wie Neuigkeit, Komplexität, Zweideutigkeit und der damit beim Rezipienten entstandenen Unsicherheit zusammen. Die aufgetretene Unsicherheit kann durch verstärkte Informationsaufnahme reduziert werden.

Diverses Neugierverhalten hingegen bedingt die erregungspsychologische Annahme, dass alle Menschen ein individuell abweichendes mittleres Erregungsniveau anstreben, das im Zustand der Langeweile sinkt und zu Neugierverhalten führt, der zur Beseitigung dieses unangenehmen Zustands führen kann. So auch beim ungezielten Surfen im Web: Der Rezipient sucht nach unspezifischen Reizen, die der Aufrechterhaltung bzw. Erreichung seines mittleren Erregungsniveaus dienen¹²¹.

Facebook bietet ein abwechslungsreiches Unterhaltungsangebot: Es erlaubt dem User, Videos zu posten und zu sehen, ebenso wie Fotos oder Meldungen. Gleichzeitig stellt es Spiele zur Verfügung und erlaubt uns in selbstbestimmtem und eingeschränktem Maße, etwas über vielleicht noch unbekannte Personen zu erfahren und erfüllt demnach beide Arten der Neugierde, sowie der Vertreibung von Langeweile. Bei einer gewissen Anzahl an ‚Freunden‘ ist dem Nutzer eine nicht enden wollende Flut an Neuigkeiten gewiss und selbst, wenn er es nicht unbedingt wissen wollte, kann es ihn doch interessieren.

3.2.10.2 Beziehungsbildung

Ein zusätzliches beliebtes Angebot des Mediums Internet besteht in der Herstellung und dem Erleben virtueller Beziehungen. Nach Hahn zeichnet sich eine Beziehung als Einheit von subjektiv gefühlter Nähe und Entfernung aus, die aber nicht zwangsläufig an räumliche Nähe oder Ferne gebunden sein muss, da auch Abwesendes innerlich als subjektiv anwesend gefühlt werden kann.

Die heutige Gesellschaft, in der die Formen der Medienkommunikation so immens ausgereift und nahezu omnipräsent sind, zeichnet sich gerade durch die eigentlich paradoxe ‚intime Distanzkommunikation‘ aus. Mediale Kommunikationsformen bieten in der Zeit der soziokulturellen und kulturellen Wandlungsprozesse moderner Gesellschaften die Möglichkeit, der vorherrschenden Offenheit und Ungewissheit menschlicher Lebenserfahrungen zu entgehen. Räumliche Distanz, Anonymität und

¹²¹ Vgl.: Berlyne, 1974. Zit. n. Petry, 2010: S. 37f.

zeitliche Kontrolle in der sozialen Beziehungsbildung offerieren eine ungewohnte Freiheit. Es ist möglich, dem Handlungsdruck und der interaktiven Ungewissheit einer Face-to-Face-Kommunikation zu entgehen, was zu einer subjektiv als offener, emotionaler und intimer erlebten Fülle an virtuellen Beziehungen führen kann¹²².

Der Ansatz der hyperpersonalen Beziehung von Walther erklärt dieses Phänomen wie folgt: Online-Kommunikation verlaufe demnach sehr viel herzlicher, sozialer und intimer als Face-to-Face-Kommunikation, was an dreierlei Faktoren liegt. Zum einen wird der virtuelle Partner stark idealisiert, was damit zusammenhängt, dass das restringierte benutzte Zeichensystem zu einer stereotypisierten Wahrnehmung des Gegenübers führt und dabei zum Vorschein kommende Informationslücken einfach durch positive und idealisierte Inhalte gefüllt werden. Des Weiteren findet während Computer vermittelter Kommunikation eine selektive Selbstdarstellung statt, indem man sich bei seinem Gegenüber gemäß sozial erwünschter Eigenschaften präsentiert und so auf soziale Anerkennung hofft. Dieses Verhalten, das auch als Impression Management betitelt werden kann, findet dabei ebenfalls im realen Leben statt, ist jedoch dort auf Grund der direkten Anwesenheit selbstverständlich nur eingeschränkt möglich.

Als letzten Faktor nennt Walther die Intensität des Erlebens, die durch die Wechselseitigkeit der Kommunikation verstärkt wird. Dabei spielt insbesondere die zeitlich versetzte (asynchrone) Kommunikation eine entscheidende Rolle, indem sie den Teilnehmern eine gute Kontrollmöglichkeit und ausreichend Zeit für idealisierende Projektionen ermöglicht¹²³.

Facebook erfüllt auch diese Thematik mit einer gewissen Art an Perfektion. Die Profile können (natürlich im Rahmen eines einheitlichen Musters) genau so gestaltet werden, wie es der User will. Es beinhaltet nur die Informationen und Bilder, die man mit seinen Freunden und Bekannten teilen will. Parallel ermöglicht Facebook mehrere Varianten an Kommunikationsmöglichkeiten: Zeitgleich per Chat, oder zeitversetzt über öffentlich zugängliche Posts oder private Nachrichten.

¹²² Vgl.: Hahn, K. (2007): Speed socializing all over? Theoretische Überlegungen zu (intimen) Beziehungen im Zeitalter elektronischer Interaktion. Merz: Zeitschrift für Medienpädagogik, 51 (6), 14-24.
Zit. n. Petry, 2010: S.38f.

¹²³ Vgl.: Döring, 2003: S. 170.

3.2.10.3 Identitätsentwicklung

Ein dritter Punkt des virtuellen Erlebnispotentials betrifft die Erschaffung einer virtuellen Identität. Sozialpsychologische Theorien unterscheiden dabei zwischen der personalen Identität, welche sich aus den persönlichen Einstellungen und Fähigkeiten einer Person zusammensetzt und der sozialen Identität als Summe von Identifikationen einer Person durch Zugehörigkeit und Abgrenzung zu sozialen Gemeinschaften¹²⁴.

Turkle bezeichnet das Internet als eine Art soziales Labor, in dem mit verschiedensten Teilen der Identität experimentiert werden kann. Ergebnis dieses Prozesses ist eine postmoderne Identität, die als Anpassung an die veränderten gesellschaftlichen Gegebenheiten gesehen werden kann¹²⁵. Diese Annahme impliziert, dass es sich bei den Netzaktivitäten nicht um einen pathologischen Prozess handelt, sondern vielmehr um eine Form der Selbstverwirklichung, die unter den gegebenen Bedingungen, nämlich dem Schutze der Anonymität der computervermittelten Kommunikation, besonders gut möglich ist.

In diesem Zusammenhang ist Bolz der Meinung, dass die zunehmende Komplexität und Dynamik der modernen Gesellschaft, die eine gewisse Unsicherheit im Menschen auslöst, eine facettenreiche, weniger kohärente ‚Patchwork-Identität‘ erfordert¹²⁶, weshalb diese Art von Identitätsexperimenten durchaus wichtig ist.

Kulturpessimisten sehen durch die restriktiven Bedingungen der Computer vermittelten Kommunikation hingegen die Gefahr eines Identitätsverlustes, da soziale Hinweisreize herausgefiltert werden, die Angaben über die eigene soziale Identität oder körperliche Ausstattung eines Menschen demnach viel bewusster, oder sogar verfälscht kommuniziert werden. Döring hingegen wirft diesen Vorwurf zurück und stellt fest, dass *„der pauschale kulturpessimistische Vorwurf des Identitätsverlusts und Versteckens hinter Schein-Identitäten (...) ebenso zurück zu weisen [ist], wie die Annahme, dass Internet-Kommunikationen generell Selbstexploration (umfassende Realisation vorhandener Selbst-Aspekte) und Selbstentwicklung (Erproben neuer Handlungsweisen, Erfahrungstransfer) fördere....“*¹²⁷

Vielmehr kann sich die im Alltag entwickelte Persönlichkeit mittels Computer vermittelter Kommunikation dahingehend verändern, dass bestimmte Teilaspekte der

¹²⁴ Vgl.: Petry, 2010: S. 40.

¹²⁵ Vgl.: Turkle, S. (1999): Leben im Netz: Identität in Zeiten des Internet. Reinbek: Rowohlt. S. 289f.

¹²⁶ Vgl.: Bolz, N. (2005): Blindflug mit Zuschauer. Paderborn: Wilhelm Fink. S.8f.

¹²⁷ Döring, 2003: S. 401.

Identität nicht aktiviert werden, andere hingegen gezielt betont oder sogar neu erschaffen werden können¹²⁸.

Zwar ist Facebook nicht so anonym, wie es beispielsweise Chatrooms sind, trotzdem ermöglicht es vielleicht gerade aufgrund seiner ‚Nähe zur realen Welt‘ das Experimentieren mit der eigenen Identität auf sehr authentisch gefühlte Art und Weise.

3.2.10.4 Gefahr des Eskapismus

Das von Katz und Foulkes erstellte Konzept der Realitätsflucht durch Medienkonsum (*Eskapismus*) geht davon aus, dass die Bedingungen der modernen Gesellschaft zu unbefriedigenden Lebensbedingungen für den Großteil der Bevölkerung führen. Die als trist wahrgenommene Welt wird durch die Zuwendung zu virtuellen Medieninhalten erträglich gemacht und das Ziel, die reale Welt für einen Augenblick zu verlassen, um eine ‚bessere‘ Welt zu erleben, wird angesteuert. Medieninhalte locken in diesem Sinne mit weiteren Vorteilen: Es kommt zu keinerlei negativen Konsequenzen, bzw. nur in eingeschränktem Maße und man hat jederzeit die Möglichkeit, sie wieder zu verlassen. Dabei kommt es zu einer starken Identifikation mit den Medieninhalten und Akteuren. Das gefährliche daran ist die Tatsache, dass es zwar zu einer kurzfristigen Entlastung des Rezipienten kommt, sich seine eigentlichen Sorgen des realen Lebens damit jedoch nicht auflösen. Es kommt also zu keiner Verbesserung seiner Lebenssituation. Bisher wurde dieses Konzept dabei lediglich auf das Medium Fernsehen angewandt. In der aktuellen Medienpsychologischen Diskussion in Bezug auf Computer vermittelte Kommunikation wird es zwar erwähnt, jedoch nicht ausführlich untersucht¹²⁹.

Döring weist in ihrem Werk ‚Sozialpsychologie des Internet‘ zwar darauf hin, dass die Gefahr eines sozialen Rückzugs bei der Nutzung des Internets mit Flucht in eine Scheinidentität grundsätzlich möglich sei, tut es jedoch damit ab, dass das auf den normalen Mediennutzer nicht zutrefte, da dieser die Neuen Medien vielmehr als Ergänzung nutze, um weitere soziale Kontakte herzustellen, keineswegs jedoch, um fehlende soziale Kontakte zu kompensieren oder diese gar gänzlich dadurch zu ersetzen. Virtuelle Identitäten, so Döring, übernehmen nicht die Funktion, sich hinter

¹²⁸ Vgl.: Petry, 2010: S. 40f.

¹²⁹ Vgl.: Vorderer, P. (1996): Rezipientenmotivation - Warum nutzen Rezipienten mediale Unterhaltungsangebote? Publizistik, 41 (3), S. 310-326. Zit. n. Petry, 2010: S.43.

diesen zu verstecken, sondern sind wiederum auch hier als bloße Ergänzung zu sehen. Immerhin erwähnt die Autorin, dass eventuell Personen mit individuellen Problemen wie geringem Selbstwertgefühl oder sozialen Ängsten grundsätzlich anfälliger für eine eskapistische Mediennutzung seien¹³⁰.

Döring ist damit eine der wenigen Autorinnen, die diese kulturoptimistische Sichtweise an den Tag legt. Eine Überdramatisierung ist wohl ebenso wenig zielführend, doch dürfen mögliche negative Konsequenzen nicht einfach abgetan werden. Gerade Probleme wie geringes Selbstwertgefühl und soziale Angst sind in der heutigen Zeit wohl ein durchaus häufig verbreitetes Krankheitsbild und müssen demnach ernst genommen werden.

Insgesamt geht die medienpsychologische Literatur davon aus, dass negative Auswirkungen der Neuen Medien die Ausnahme darstellen, was impliziert, dass den heutigen Usern eine erhöhte Medienkompetenz zugesprochen wird, also die Annahme besteht, dass jeder Nutzer eines Mediums dessen Vor- und Nachteile kennt, durch kompetenten Umgang mögliche Defizite ausgleichen kann und seine personale und soziale Identität lediglich anreichern möchte. Zusätzlich ist er in der Lage, reale und virtuelle Realität jederzeit auseinander halten zu können¹³¹.

Diese positive Sichtweise der ‚Digital Natives‘ ist keineswegs unrealistisch, doch ein gewisses Maß an Sozialkritik ist durchaus angebracht. Immer wieder berichten die Medien über überforderte Jugendliche, die durch falschen Umgang in für sie schreckliche Umstände geraten sind. Die Generation der Eltern ist durch ihre Unerfahrenheit den Neuen Medien gegenüber nicht in der Lage, ihre Kinder in vollem Maße über deren Chancen und Risiken aufzuklären und auch die Unterschiede zwischen den einzelnen Schichten sind immer noch existent.

3.3 Facebook-Sucht

Die Neuen Medien bieten eine Reihe an verschiedenen Diensten und visuellen und akustischen Reizen. Diese Tatsache kombiniert mit den vorherrschenden erleichterten Zugangsmöglichkeiten durch eine PC-Übermacht und der Verbreitung der immer beliebteren Smart-Phones, lassen psychologische Charakteristika definieren, warum

¹³⁰ Vgl.: Döring, 2003. Zit. n. Petry, 2010: S. 43.

¹³¹ Vgl.: Petry, 2010: S. 43f.

Menschen eine Sucht bezüglich bestimmter Inhalte entwickeln können bzw. durch was diese Sucht charakterisiert ist.

„Nach Chat-Sucht oder Besessenheit von Online-Spielen nehmen Psychologen nun zunehmend eine Abhängigkeit von Social Networks wahr. Facebook als größtes, weltumspannendes Online-Netzwerk, soll vor allem unter jungen Menschen hohes Suchtpotential haben. Im Kampf gegen schlechter werdende Noten oder weniger reale, soziale Kontakte versuchen Jugendliche dem Log-In abzuschwören.“¹³²

Laut der Psychologin Kimberly Young vom Center of Internet Addiction Recovery ist der Zwang, sich auf Facebook einzuloggen und die neuesten Meldungen der befreundeten User zu lesen wie jede andere Sucht auch. Viele Jugendliche versuchen eigene Strategien gegen ihre erkannte Sucht zu entwickeln und scheitern. Die Psychologin Sherry Turkle von der Initiative on Technology and Self am MIT warnt jedoch vor Entstehung von Burn-Outs, wenn Jugendliche versuchen, ihren Online-Identitäten gerecht zu werden¹³³.

Es wird deutlich, dass die Medien bereits auf die Suchtproblematik, die mit Facebook einhergeht, aufmerksam geworden sind¹³⁴, eine genaue Bestimmung, ab wann man bei einer Nutzung dieses Social Networks von süchtig sprechen kann, existiert jedoch noch nicht. Im Nachfolgenden sollen nun vorerst die mit Facebook zusammenhängenden Begrifflichkeiten näher erläutert werden, um die Problematik bzw. Symptomatik anschließend besser erklären zu können.

3.3.1 Die Neuen Medien: ‚Web 2.0‘

Für den Begriff der Neuen Medien existiert bisweilen noch keine einheitliche Definition. Häufig findet der Begriff Anwendung, wenn über digitale Medien wie beispielsweise den Computer, das Internet oder eine Software gesprochen wird. Das Stichwort Digitalisierung kann demnach als Trennmerkmal zwischen ‚Alten‘, d.h. den klassischen Medien wie Printmedien, Rundfunk oder TV und den „Neuen Medien“ angesehen werden.

¹³² <http://derstandard.at/1259282362159/Strategien-gegen-die-Facebook-Sucht> (Stand: 28.04.2011, 13:19.)

¹³³ Vgl.: <http://derstandard.at/1259282362159/Strategien-gegen-die-Facebook-Sucht> (Stand: 28.04.2011, 13:19.)

¹³⁴ Vgl. auch: <http://derstandard.at/1256743828628/Italien-Psychiatrische-Behandlung-gegen-Facebook-Sucht> (Stand: 28.04.2011, 11:22.)

Diese zeichnen sich durch die Merkmale Multimedialität, Multimodalität, Multicodalität, Multilinearität, Interaktivität sowie Virtualität, Asynchronität und Vernetztheit aus. Im engeren Sinne handelt es sich bei den Neuen Medien um vielfältige Dienste, auf die man über das Internet zugreifen kann. Aus kommunikationswissenschaftlicher Perspektive könnte man von neuen Methoden der Vervielfältigung bzw. von neuen Medientechniken sprechen¹³⁵.

Ein Begriff, der häufig mit den Neuen Medien einhergeht, ist der Begriff des Web 2.0. Dabei beschreibt dieser Begriff keine grundlegend neue Art von Technologie oder Anwendungen, sondern vielmehr *„eine in sozio-technischer Hinsicht veränderte Nutzung des Internets, bei der dessen Möglichkeiten konsequent genutzt und weiterentwickelt werden. Es stellt eine Evolutionsstufe hinsichtlich des Angebotes und der Nutzung des World Wide Web dar, bei der nicht mehr die reine Verbreitung von Informationen bzw. der Produktverkauf durch Websitebetreiber, sondern die Beteiligung der Nutzer am Web und die Generierung weiteren Zusatznutzens im Vordergrund stehen.“*¹³⁶

3.3.2 Social Networks

Social Networks (auch Social Network Sites, Social Networking Sites, Social Networking Services, kurz SNS, Online-Netzwerke, soziale Netzwerke, virtuelle Netzwerke) sind die aktuell am stärksten wachsende Anwendung im Internet¹³⁷.

Nach Boyd und Ellison sind Social Networks *„web-based services that allow individuals to (1) construct a public or semi-public profile within a bounded system, (2) articulate a list of users with whom they share a connection, and (3) view and traverse their list of connections and those made by others within the system.“*¹³⁸

Im Mittelpunkt stehen in dieser Definition also das Profil, das in einem geschlossenen System veröffentlicht wird, sowie die Kontakte, die ein Mitglied in diesem Netzwerk besitzt.

¹³⁵ Vgl.: http://www.medpaed.de/dmdocuments/ws0708/schulentwicklung/neue_medien_definition.pdf (Stand: 28.04.2010, 10:51.)

¹³⁶ Gabler Verlag (Herausgeber), Gabler Wirtschaftslexikon, Stichwort: Web 2.0, online im Internet. Online-Dokument: <http://wirtschaftslexikon.gabler.de/Archiv/80667/web-2-0-v7.html> (Stand: 28.04.2011, 11:08.)

¹³⁷ Vgl.: Richter, A. / Koch, M (2007): Social Software. Status Quo und Zukunft. Zit. n. Hejny, D. (2009): Total sozial vernetzt! – Oder der Trend, alles über sich preiszugeben. Eine Untersuchung über Anonymität und Privatsphäre im Internet dargestellt am Nutzungsverhalten des Social Networks Facebook. Wien, Universität, Diplomarbeit. S. 91.

¹³⁸ <http://www.scribd.com/doc/35091489/Social-Network-Sites-Definition-History-and-Scholarship> (Stand: 14.04.2011, 12:58.)

Gräf definiert ein soziales Netzwerk allgemein als *„ein Set von Personen, die durch eine andauernde Beziehung eines bestimmten Typs miteinander verbunden sind.“*¹³⁹

Betrachtet man das Beziehungsgeflecht dabei umfassend, d.h. aus der Vogelperspektive heraus, spricht man von einem Gesamtnetzwerk, bezieht man sich nur auf die Personen, mit der ein Mitglied direkt oder über mehrere Stufen hinweg in Verbindung steht, handelt es sich um ein persönliches Netzwerk. Der User erhält emotionale oder soziale Unterstützung durch dieses Umfeld, je nachdem, wie eng die affektive Bindung zwischen den Parteien ist und wie häufig eine Interaktion stattfindet¹⁴⁰.

In dieser Arbeit soll es um das momentan und wohl auch in nächster Zeit erfolgreichste der Online-Netzwerke gehen: Facebook.

*„Fast 600 Millionen Menschen sind bereits auf Facebook, in zwei Jahren könnten es eine Milliarde sein. Das soziale Netzwerk wird zum Leitmedium, verändert unsere Freundschaften und Beziehungen und die Art, wie wir leben. Und damit die Welt.“*¹⁴¹

3.3.2.1. Merkmale und Funktionen von Social Networks

Nahezu alle Social Networks zeichnen sich dadurch aus, dass der User sich vor der Nutzung registriert. Ist dieses geschehen, ist er in der Lage, ein Profil mit seinen Interessen und Tätigkeiten zu erstellen. Die Daten liegen dabei in der für das jeweilige Netzwerk typischen strukturierten Form vor. Bei dem Besuch anderer Profile werden in der Regel die Bekanntschaftszweige für den User sichtbar. Insgesamt herrscht ein starker Bezug zu real existenten Beziehungen¹⁴².

¹³⁹ Gräf, L. (1997): Soziologie des Internet – Handeln im elektronischen Web-Werk. Frankfurt am Main: Campus Verlag. S. 102.

¹⁴⁰ Vgl.: Gräf, 1997: S. 102f.

¹⁴¹ Hofer, Sebastian: Facebook- Die erfolgreichste Beziehungsmaschine der Welt . In: profil online vom 24.01.2011. <http://www.profil.at/articles/1103/560/286900/facebook-die-beziehungsmaschine-welt> (Stand: 14.04.2011, 12:53)

¹⁴² Vgl.: Ebersbach, A./ Glaser, M./ Heigl, R. (2011): Social Web. 2. völlig überarb. Aufl.. Konstanz: UVK Verlagsgesellschaft mbH. S. 96.

3.3.3. Das Social Network Facebook

„Wenn Facebook ein Land wäre, dann gehörte es zu den fünf bevölkerungsreichsten der Welt, vor Japan, Russland, Brasilien und Nigeria. Die Welt hat 20.000 Jahre gebraucht, um es auf 200 Millionen Bewohner zu bringen.“¹⁴³

Facebook ist eine Internetplattform, die so schnell wächst wie keine andere. Im Februar 2010 sind es laut eigenen Angaben 400 Millionen aktive Nutzer. Ihr Nutzen ist dabei jedoch schwer zu bestimmen: Wir sammeln Freunde, gewinnen sozusagen eine Vielzahl an neuen Kontaktmöglichkeiten, kommunizieren mit Ihnen, stellen uns dar.

Facebook kann dabei als sogenannte Social Networking Community verstanden werden, deren ursprünglicher Sinn in der Vernetzung von Schülern, Studenten, Arbeitskollegen oder sogar Firmen und Institutionen liegt. Heutzutage tummeln sich dort jedoch selbst Personen des öffentlichen Lebens¹⁴⁴.

Diese *„gleichermaßen geliebte(...) wie gehasste(...) Website“¹⁴⁵* ist die wohl dominanteste Website des Web 2.0. Inhalte werden dabei in erster Linie durch die Nutzer selbst erstellt, bearbeitet und verstreut, wobei diese durch interaktive Medien unterstützt werden¹⁴⁶.

3.3.3.1. Fakten

Facebook ging am 04. Februar 2004 online. Als Produkt besteht es aus Kern-Website-Funktionen und damit verbundenen Anwendungen. Grundlegende Funktionen, über die eine Person Erfahrungen auf der Plattform sammeln kann, sind die Startseite und das jeweils angelegte Profil. Die Startseite enthält sogenannte News Feeds, d.h. Informationen über die neuesten Tätigkeiten befreundeter User. Das Profil hingegen zeigt einzelne Informationen, die der User anhand eigener Einstellungen über sich preisgeben möchte, wie beispielsweise Informationen zu seiner Schulbildung, seinem Heimatort, seinem Geburtstag oder seinem Beziehungsstatus. Die Kern-Anwendungen wie das Hochladen von Fotos, Terminen und Videos oder der Beitritt zu Gruppen oder anderen Seiten lassen die Menschen auf vielfältige und ansprechende Weise

¹⁴³ Mark Zuckerberg Zit. n. Faerman, J. (2010): Facebook –Wie das soziale Netzwerk Facebook unser Leben verändert. München: Südwest Verlag. S. 22.

¹⁴⁴ Vgl.: Faerman, 2010: S. 16.

¹⁴⁵ Faerman, 2010: S. 17.

¹⁴⁶ Vgl.: Faerman, 2010: S. 17.

miteinander in Kontakt treten. Darüber hinaus können die User über den Chat, persönliche Nachrichten, Pinnwandeinträge oder Statusmeldungen miteinander kommunizieren.

Facebook als eine der meist besuchten Seiten der Welt wird technisch so unterstützt, dass die Infrastruktur diesem rasanten Wachstum Stand halten kann. Facebook hat ein leichtes, aber leistungsstarkes Multi-Language-RPC Framework, das nahtlos und einfach miteinander verbindet. Infrastruktur-Dienstleistungen sind in jeder Sprache geschrieben. Das Unternehmen hat eine custom-built Suchmaschine mit Millionen von Anfragen pro Tag, die mit Echtzeit-Updates synchronisiert wird. Facebook setzt stark auf Open Source.

Der Vorstand von Facebook setzt sich aus Mark Zuckerberg, Marc Andreessen, Jim Breyer, Don Graham und Peter Thiel zusammen, hinter denen mehr als 2000 Mitarbeiter stehen. Hauptsitz der Firma ist Palo Alto in Californien, weitere Büros befinden sich jedoch auf dem gesamten Globus verteilt¹⁴⁷.

Der durchschnittliche Facebook-Nutzer in Zahlen:

Er oder sie hat 130 Freunde, macht 8 Freundschaftsanfragen im Monat, verbringt mehr als 55 Minuten pro Tag auf Facebook, klickt 9 mal im Monat auf den Gefällt mir-Button, schreibt rund 25 Kommentare zu Inhalten pro Monat, wird von 4 Fansseiten Fan pro Monat, wird zu 3 Veranstaltungen pro Monat eingeladen und ist Mitglied bei 13 Gruppen¹⁴⁸.

3.3.3.2. Funktionen

Facebooks Anliegen ist laut eigener Angabe:

*“Facebook’s mission is to give people the power to share and make the world more open and connected.”*¹⁴⁹ Die Hauptfunktion, die Facebook demnach für ihre User erbringt, ist eine Vernetzung zu anderen Personen und die Möglichkeit, mit Ihnen Daten auszutauschen.

¹⁴⁷ Vgl.: <https://www.facebook.com/press/info.php?factsheet> (Stand: 03.05.2011, 12:11.)

¹⁴⁸ Vgl.: Faerman, 2010: S. 115.

¹⁴⁹ <https://www.facebook.com/home.php#!/facebook?sk=info> (Stand: 03.05.2011, 12:02.)

3.3.3.3 Klassifizierung der Facebook-User

Faerman benennt vier Arten von Facebook-Nutzern absteigend nach dem Grad an Fanatismus geordnet:

1) Derjenige, der bis zum Hals drinsteckt und es nicht leugnen kann
Minderheitengruppe, die in dem sozialen Netzwerk das perfekte Werkzeug für die Umsetzung ihrer Bedürfnisse gefunden hat. Dieser Nutzer zeichnet sich dadurch aus, wirklich jede einzelne seiner Aktivitäten im Bereich der Status-Updates zu posten, gegebenenfalls sogar eine Wiederholung zu riskieren, nur damit keiner seiner ‚Freunde‘ aufhört, diese Mitteilungen zu lesen. Neben einer gewissen Abhängigkeit kann er als Profi der Interaktion gesehen werden, der sogar über die Wahl seines Abendessens abstimmen lässt. Ihm liegt durchaus ein gewisser oder teilweise auch hoher Grad an Schizophrenie inne, der sich in seinen Monologen zeigt, wenn er sich beispielsweise selbst die Frage ‚Was machst du gerade?‘ stellt, sich selbst eine Antwort schickt und im Zweifel noch auf ‚Gefällt mir‘ drückt. Dieser Nutzertyp findet auf Facebook etwas, das im realen Leben nur schwer zu bekommen ist: Reaktionen auf seine Aktivitäten und damit einen gewissen Ansporn. Nebenbei kommentieren sie unermüdlich fremde Fotos und Beiträge, laden allerlei Fotoalben und Texte hoch, verlinken Videos und veröffentlichen so ungetrübt ihre persönlichen Vorlieben. Seine Präsenz bei Facebook kommt nahezu einem Job gleich und manchmal sogar mehr als dem. Es handelt sich dabei um eine Art von Sucht, von der man nur schwer wieder loskommt: der Drang nach öffentlicher Anerkennung in Form von ein paar Minuten Ruhm auf Facebook.¹⁵⁰

2) Derjenige, der bis zum Hals drinsteckt und es sich nicht eingestehen will
Diese Mehrheit, sozusagen der durchschnittliche Facebook-User, rutscht ohne es zu wollen oder gar zu merken, von einem Moment auf den anderen in eine Art Suchtverhalten, ohne wirklich zu verstehen oder zu hinterfragen, warum er sich mit etwas beschäftigt, das er nicht kennt, auf der Suche nach etwas, das er nie finden wird, weil er nicht weiß, wonach er sucht. Dieser Nutzer-Typus schaut sich Fotos an, bestätigt Freundschaftsanfragen, sucht selbst Freunde, nimmt an Tests teil und gratuliert zu Geburtstagen. Ebenso Einladungen zu Gruppen und Veranstaltungen wie gelegentliche Chats und das Verschicken von Nachrichten in regelmäßigen Abständen sind für ihn in Ordnung, denn dieses ist ja viel praktischer als das Kommunizieren über

¹⁵⁰ Vgl.: Faerman, 2010: S. 27ff.

Email - so zumindest seine sich immer wieder geäußerte Überzeugung. Als abhängige Person leugnet man jede Art von Zwang und nutzt gleichzeitig jede Chance, um über Facebook herzuziehen¹⁵¹.

3) Derjenige, der mal schaut, was da los ist

Dieser Nutzer zeichnet sich durch einen relativ unerfahrenen Umgang mit dem Internet aus und schafft es trotz aller Anstrengungen nicht, sich der virtuellen Gemeinschaft zu entziehen. Sein Profil enthält häufig nicht einmal ein Bild, seine Freundesanzahl ist enorm begrenzt, die Teilnahme an Diskussionen erscheint ihm überflüssig und seine große Hoffnung ist, dass es sich bei diesem für ihn unnützen Verhalten lediglich um einen vorübergehenden Trend handelt¹⁵².

4) Derjenige, der jenseits von gut und böse ist

Entweder hat dieser Typus noch nicht einmal Kenntnis über Facebook und selbst wenn er Wissen besitzt, ist es für ihn nahezu ein Genuss, kein Profil dort zu haben, weil es ihn in eine Art Außenseiterposition bringt, die für ihn keineswegs negativ ist, sondern ihn vielmehr zu einer stolzen Person mit Persönlichkeit und Rückgrat macht. Eventuell hat er schon einmal heimlich ein Profil erstellt, es jedoch schnell wieder gelöscht. Ebenso der Nicht-Besitz eines Mobiltelefons – auch wenn es ihm im innersten doch gefiele – passt zu ihm. Dieses Verhalten kann als Art Aufruf zum Widerstand gegen den Mainstream gesehen werden¹⁵³.

Diese Typisierung – so überspitzt Sie auf den ersten Blick auch wirken mag – bietet durchaus wahre Aspekte, um sich dem Phänomen Facebook-Sucht zu nähern.

¹⁵¹ Vgl.: Faerman, 2010: S. 29.

¹⁵² Vgl.: Faerman, 2010: S. 29f.

¹⁵³ Vgl.: Faerman, 2010: S. 30.

4 Medienpsychologische Grundlagen

Medienpsychologie als untergeordneter Bereich der Kommunikationspsychologie beschäftigt sich mit der Analyse, Erklärung und Prognose von psychischen Prozessen bei der Rezeption von medial vermittelter Kommunikation¹⁵⁴.

4.1 Erklärungsansätze zur Mediennutzung

Die bisher klassische Medienpsychologie beschäftigte sich hauptsächlich mit dem Massenmedium Fernsehen auf wirkungsanalytischer Basis. Als Ziel galt die empirische Erfassung der kognitiven Medienwirkung, d.h. der Veränderung von Wissen und Einstellung des Rezipienten sowie emotionaler Wirkungen insbesondere in Bezug auf das Auslösen von anti- bzw. prosozialem Verhalten. Die durch Maletzke und Postman Mitte der 80er Jahre vertretene kulturpessimistische Bewertung konnte mittlerweile relativiert werden¹⁵⁵.

Ein Paradigmenwechsel in Bezug auf die Wirkung der ‚Alten‘ Medien Zeitung, Rundfunk und Fernsehen fand bereits in den 70er Jahren statt. Die medienzentrierte Sichtweise, nach der Massenmedien hauptsächlich linear und kausal auf den Rezipienten einwirken, wich einer rezipientenorientierten Sichtweise, der die Annahme zugrunde lag, dass die Konsumenten den Medienbotschaften keineswegs wahllos ausgesetzt sind, sondern sich vielmehr selektiv, durch eigene Einstellungen und Bedürfnisse gesteuert, Medien widmen¹⁵⁶.

Ein bis heute nichts an Aktualität eingebüßtes Modell zur Erklärung der aktiven und selektiven Mediennutzung ist der 1974 von Katz und Folk publizierte Uses-and-Gratification-Ansatz. Dieser sieht die Mediennutzung eines Rezipienten vor dem Hintergrund seiner individuellen Motivation und Zielsetzung, d.h. dieser entscheidet sich im Bewusstsein seiner Bedürfnisse aktiv für die Nutzung oder Nichtnutzung eines Medium, deren unterschiedliche Formate und Anwendungsformen¹⁵⁷.

¹⁵⁴ Vgl.: <http://www.uni-hamburg.de/fachbereiche-einrichtungen/medienpsychologie/definition.html> (Stand: 28.04.2011, 15:17.)

¹⁵⁵ Vgl.: Winterhoff-Spurk, P. (2004): Medienpsychologie. Eine Einführung. Stuttgart: Kohlhammer. Zit. n. Petry, 2010: S.29.

¹⁵⁶ Vgl.: Schenk, M. (1987): Medienwirkungsforschung. Tübingen: Mohr Verlag. S. 369.

¹⁵⁷ Vgl.: Schweiger, Wolfgang : Theorien der Mediennutzung : eine Einführung / Wolfgang Schweiger . - 1. Aufl. . - Wiesbaden : VS Verl. für Sozialwiss. , 2007 .S.60.

4.1.1. Der Uses-and-Gratification-Approach

Zu Beginn der 70er Jahre rückt das aktive Publikum in den Vordergrund der Kommunikationsforschung. Die bis dahin weit verbreiteten Annahmen des Stimulus-Response-Modell, in deren Mittelpunkt die Frage ‚Was machen die Medien mit den Menschen?‘ stand, also einem vereinfachten Ursachen-Wirkungszusammenhang zwischen Medieninhalt und Rezipient, verschob sich zur forschungsleitenden Fragestellung: ‚Was machen die Menschen mit den Medien?‘¹⁵⁸.

Der Uses-and-Gratification-Approach, auch Nutzen- und Belohnungsansatz genannt, ergänzte diese Frage durch eine motivationale Perspektive. Diesem lag die Annahme zugrunde, dass eine zwischen dem Output der Medien und dem Konsum der Inhalte durch den Rezipienten liegende Variable das Publikumsverhalten besser erklären könnte als soziodemographische Variablen. Die Bedürfnisse als Motiv für eine Befriedigungshandlung bildeten die Basis der bedürfnisorientierten Publikumsforschung, die darauf abzielte, die Gratifikationen (=befriedigten Bedürfnisse) zu erfassen¹⁵⁹.

Wenn Mediennutzung als absichtsvolles Handeln verstanden wird, erhalten Medienangebote einen instrumentellen Charakter, woraus die Schlussfolgerung resultieren würde, dass Medienwirkung ein vom Individuum gesteuerter Vorgang ist. Die Grundannahmen des Uses-and-Gratification-Approach (Katz & Foulkes 1962) lassen sich mit dieser Interpretation vereinen und lauten wie folgt:

- Das Publikum wendet sich ganz gezielt Medienangeboten zu, es liegt also ein Zweck-Mittel-Denken vor, die Mediennutzung ist intentional und absichtsvoll.
- Der Rezipient entscheidet darüber, welches Medienangebot für welche Bedürfnisbefriedigung für ihn am besten geeignet ist. Diese Annahme impliziert, dass auch andere Tätigkeiten abweichend von Medienkonsum dafür in Frage kommen. Mediennutzung ist somit Teil eines umfassenden Entscheidenshandelns.

Der Rezipient handelt in diesem Sinne höchst autonom und im Bewusstsein über seine Interessen und Bedürfnisse¹⁶⁰.

¹⁵⁸ Vgl.: Schenk, 1987: S. 369.

¹⁵⁹ Vgl.: Schenk, 1987: S. 379.

¹⁶⁰ Vgl.: Jäckel, M. (2002): Medienwirkung – Ein Studienbuch zur Einführung. Wiesbaden: Westdeutscher Verlag. S. 82.

Die Elemente des Uses-and-Gratification-Approaches lassen sich in folgender Abbildung darstellen:

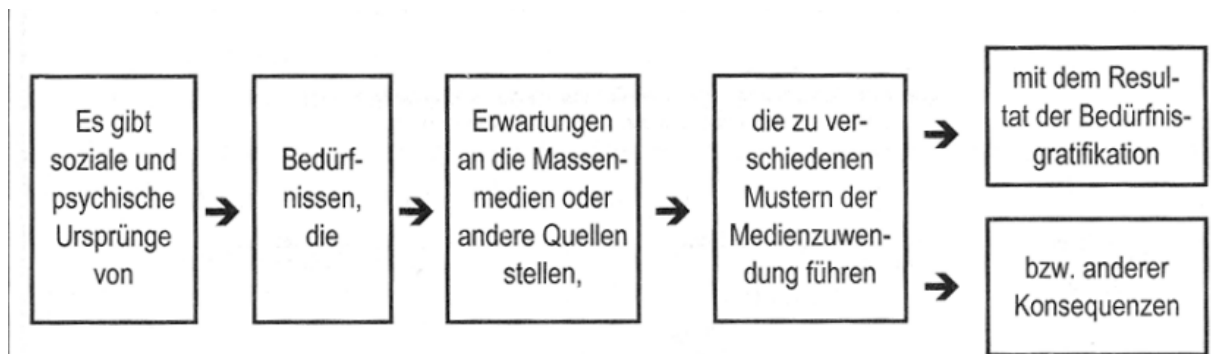


Abb. 53: Prozessmodell der Medienzuwendung (Schenk 2002: 632)

¹⁶¹ Abb. 1: Uses-and-Gratification-Approach

Der Ansatz beschäftigt sich demnach mit den sozialen und psychologischen Ursprüngen der Bedürfnisse des Rezipienten, die Erwartungen an die Massenmedien oder andere Quellen erzeugen und zu differenzierter Medienzuwendung führen, deren Resultat die Bedürfnisgratifikation oder andere Konsequenzen sind.

Katz et al. (1973) klassifizierten die medienbezogenen Bedürfnisse dabei wie folgt:¹⁶²

- kognitive Bedürfnisse wie Wissen, Information, Kontrolle der Umwelt, Orientierung, Lernen, Neugier, etc.
- affektive Bedürfnisse wie Ablenkung, Unterhaltung, Eskapismus, etc.
- integrativ-habituelle Bedürfnisse wie Vertrauen in den Staat, Glaubwürdigkeit, Sicherheit, gemeinsame Werte, etc.
- sozial-interaktive Bedürfnisse wie sozialer Kontakt, Gemeinschaft, Identifikation mit Medienakteuren, etc..

¹⁶¹ http://www.mediaculture-online.de/fileadmin/bibliothek/bonfadelli_medienzuwendung/bonfadelli_medienzuwendung_html_4a121aba.gif (Stand: 26.07.2011, 12:39.)

¹⁶² Vgl.: Katz, E. et al., 1973. Zit. n. Schenk, M. (2007): Medienwirkungsforschung. Tübingen: Mohr Siebeck. S. 707f.

Auch McQuail et al. gehen von einem ähnlichen Ansatz aus und teilen die Gratifikationstypologien wie folgt ein:

- Ablenkung und Zeitvertreib: Die Mediennutzung erfolgt aus der Intention heraus, sich von der alltäglichen Routine und eventueller Probleme zu befreien.
- Persönliche Beziehungen: Einerseits durch die Entstehung von parasozialen Beziehungen zu den Medienakteuren, andererseits durch das Erlangen von neuem Gesprächsstoff.
- Persönliche Identität: Mediennutzung ermöglicht dem Rezipienten die Reflexion eigener Lebensumstände und Werte.
- Kontrolle der Umwelt: Durch Medien vermittelte Informationen helfen dem Rezipienten, sich besser in der Welt zurechtzufinden¹⁶³.

Eine im Jahre 2005 durchgeführte Langzeitstudie der Massenkommunikation ermittelte, dass sich ein deutscher Bundesbürger ab 14 Jahren durchschnittlich 10 Stunden am Tag mit Medien beschäftigt. Berücksichtigt man dann noch einen durchschnittlichen Schlaf von 8 Stunden, beläuft sich der Medienkonsum demnach auf mehr als die Hälfte des Tagesablaufs¹⁶⁴.

Während sich diese Zeit früher noch auf etliche Medien aufteilte, so war der Morgen mit einem wiederkehrenden Radiokonsum und Zeitungslesen, die Arbeitszeit mit dem Internet und der Abend mit Filmen, Serien oder Reportagen des Fernsehens bestückt, lässt sich heute beobachten, dass es zu einer immer deutlicheren Verschiebung hin zum Medium Internet kommt. Dabei ist die erste Tat vieler junger Menschen nach dem Erwachen ein Einloggen auf Facebook. Wiederholt wird dieses auch gern auf und von dem Weg zu Schule, Studium oder Job, bei dem man sich (wenn man doch nun schon mal am PC sitzt) auch gerne dort auf dieser Seite aufhält und wenn man dann einmal nach getaner Arbeit nach Hause kommt und sei es aus was auch immer für Motiven

¹⁶³ Vgl.: Burkart, R. (2002): Kommunikationswissenschaft – Grundlagen und Problemfelder; Umriss einer interdisziplinären Sozialwissenschaft. Wien: Böhlau Verlag. S. 227ff.

¹⁶⁴ Vgl.: Ridder, C.-M./ Engel, E. (2005): Massenkommunikation 2005 - Images und Funktionen der Massenmedien im Vergleich. Ergebnisse der 8. Welle der ARD/ZDF-Langzeitstudie zur Mediennutzung und -bewertung. In: Media Perspektiven 2005. Nr. 9, S.422-448. S. 425. ' Huber, 2006: S.13. Online-Dokument: http://www.media-perspektiven.de/uploads/tx_mppublications/09-2005_Engel_Windgasse.pdf (Stand: 29.07.2011, 16:05).

heraus, den PC anstellt, doch auch mal wieder schauen kann, was es gerade auf Facebook so Neues gibt.

Was aber treibt so viele Menschen dazu, einen Großteil ihrer Zeit mit dem medialen Angebot der Social Networks zu verbringen? Ist es lediglich die Macht der Gewohnheit? Hilft es Ihnen, Ihren Alltag zu strukturieren, oder geht es gar um eine eskapistische Funktion als Kompensationsmöglichkeit zu ihrem für sie unerträglichen Alltag?

Ergebnisse vergangener Nutzungsstudien konnten nachweisen, dass Motive der Mediennutzung sowohl mit sozialen und psychologischen Merkmalen der Rezipienten zusammenhängen¹⁶⁵, als auch durch bestimmte Medien oder Programme bedingt sind¹⁶⁶.

Um den theoretischen Hintergrund im Weiteren besser verstehen zu können, wird nun näher auf die Begrifflichkeiten ‚Bedürfnis‘ und ‚Motiv‘ eingegangen, da in der Literatur die Begriffe Bedürfnis, Motiv, Funktion und Gratifikation häufig sehr unscharf oder sogar synonym Verwendung finden. Menschen haben grundsätzlich Bedürfnisse. Diese können körperlich (beispielsweise Hunger), geistig (Neugier) oder sozial (Machttrieb) verankert sein und sind entweder angeboren oder erlernt. Bedürfnisse werden dann zu Motiven, wenn sie das Individuum dazu veranlassen, etwas Bestimmtes zu tun oder zu denken, also sein Denken oder Handeln beeinflussen. Bedürfnisse unterscheiden sich demnach dahingehend von Motiven, dass nur letztere ein konkretes zielgerichtetes Verhalten auslösen¹⁶⁷.

Michael Schenk münzt diese Differenzierung auf die Mediennutzung um, indem er sagt, *„dass die Bedürfnisse der Rezipienten als Motiv für ein Befriedigungshandeln (...) kausal wirksam werden“*¹⁶⁸. Daraus folgt, dass Rezipienten sich auf Grund ihrer Bedürfnisse für ein bestimmtes Medium und das Ausmaß der Nutzung entscheiden, ob bewusst oder unbewusst, sei vorerst dahin gestellt. Gratifikation meint in diesem Sinne die Befriedigung dieser Bedürfnisse. Mediennutzungsmotive werden demnach als gesuchte Gratifikationen durch Medien verstanden.

¹⁶⁵ Vgl.: Rubin, A. M.: Media Uses and Effects - A Uses and Gratifications Perspective. In: Bryant, J. / Zillmann, D. (Hrsg.) (1994): Media Effects. Advances in Theory and Research. Hillsdale: Erlbaum. S.417-436. Zit. n. Huber, N. (2006): Medien im Alltag – Qualitative Studien zu Nutzungsmotiven und zur Bedeutung von Medienangeboten. Wien, Universität, Diplomarbeit. S. 14.

¹⁶⁶ Vgl.: Bantz, C. R.: Exploring uses and gratifications - A comparison of reported uses of television and reported uses of favorite program types. In: Communication Research Vol. 9 (1982). S.352-379. Zit. n. Huber, 2006: S.14.

¹⁶⁷ Vgl.: Huber, 2006: S. 15.

¹⁶⁸ Schenk, 2007: S. 681.

Der Uses-and-Gratification-Approach geht in diesem Zusammenhang davon aus, dass jede Mediennutzung auch immer einen Nutzen für den Rezipienten mit sich bringt. Dabei bringen verschiedene soziale oder psychische Bedürfnisse auch unterschiedliche Mediennutzungsmotive hervor, die wiederum zu unterschiedlichen Mustern der Mediennutzung führen. Dies impliziert, dass ein und dasselbe Medienangebot gleichzeitig in der Lage ist, unterschiedliche Bedürfnisse zu befriedigen und demnach auch zu verschiedenen Zwecken genutzt werden kann. Der Ansatz des Uses-and-Gratification-Approach beleuchtet also, warum sich ein Rezipient in einer bestimmten Situation einem konkreten Medieninhalt zuwendet. Dabei ist zu beachten, dass sich ein Rezipient seine Befriedigung sehr wohl auch aus anderen nicht-medialen Aktivitäten heranziehen kann. Eine Analyse der Mediennutzung muss diese Alternativen berücksichtigen, um die Bedürfnisse der Medienzuwendung und Motive für das individuelle Medienhandeln tatsächlich erklären zu können. Der dabei hartnäckigste Vorwurf gegen den Uses-and-Gratification-Approach ist wohl die von Gehrau kritisierte enthaltene Tautologie: Motive der Nutzung sind an Erwartungen an Medienangebote geknüpft, gleichzeitig jedoch Erfahrungen aus der Mediennutzung. Jarren und Bonfadelli ergänzen diese Annahme mit dem Aspekt, dass das Medienangebot an sich eine Nachfrage erschaffe und somit künstlich Bedürfnisse erzeuge¹⁶⁹.

Zudem ist fraglich, ob der Rezipient sich über all seine Bedürfnisse bewusst ist. Da die Mediennutzung häufig habitualisiert erfolgt, liegen die tatsächlichen Beweggründe für diese meist im Dunkeln, weshalb Motive in der empirischen Sozialforschung nur schwer zugänglich sind.

4.1.2. Gründe für die Faszination von Facebook vor dem Hintergrund des Uses-and-Gratification-Approach

Um sich mit dem Thema Facebook-Sucht bzw. der pathologischen Nutzung von Facebook auseinanderzusetzen, ist es notwendig, die Gründe für die Attraktivität Sozialer Netzwerke auszumachen. Social Networks üben aus den verschiedensten Gründen Anziehungskraft auf deren Nutzer aus, die wichtigsten Faktoren sollen in diesem Zusammenhang nun genauer erläutert werden. *Den Grund*, warum einige Menschen dazu kommen, sich mehr als über den ‚normalen‘ Gebrauch hinweg diesem

¹⁶⁹ Vgl.: Bonfadelli, H. Medienwirkungsforschung in: Jarren, O. (2001): Einführung in die Publizistikwissenschaft. Bern/ Wien: Haupt Verlag. S. 356.

Medium zu widmen, kann dabei nicht existieren, vielmehr soll anhand des Uses-and-Gratification-Approaches aufgezeigt werden, welche Funktionen bzw. erwarteten Gratifikationen in sozialen Netzwerken enthalten sind, die mögliche Suchtproblematiken positiv bedingen. Zwei Menschen, die Facebook nutzen, können dabei aus einer völlig anderen Motivation heraus handeln. Während der eine lediglich seine Langeweile überbrücken möchte, steht für den anderen vielleicht das Spiel mit seiner Identität im Vordergrund.

Roland Burkart unterscheidet in Anlehnung an die Typologie von McQuail, Blumler und Brown vier Arten der Gratifikation, die Menschen durch die Nutzung massenmedialer Inhalte erhalten können:

1. Ablenkung und Zeitvertreib: Medien können dabei helfen, der alltäglichen Lebenswelt und möglicher Langeweile zu entkommen. Ein erhöhter Medienkonsum kann in diesem Sinne auch bei Spannungs- und Stressabbau helfen, was gerade in unserer heutigen Industriegesellschaft eine durchaus wichtige Funktion darstellt.
2. Persönliche Beziehungen: Gerade Menschen, die in ihrem „realen Leben“ nur wenige soziale Kontakte haben und deshalb unzufrieden sind, können durch hohen Medienkonsum und die Erschaffung von „quasisozialen“ Beziehungen mit Medienakteuren diese Unzufriedenheit kompensieren. Ebenso kann Mediennutzung eine Unterstützung sozialer Interaktionen bedingen, indem sie z.B. Gesprächsstoff bietet.
3. Persönliche Identität: Menschen nutzen Massenmedien, um ihre eigene Lebenssituation mit den vermittelten Darstellungen in Vergleich zu setzen. Durch einen Aufwärts- oder Abwärtsvergleich wird ein persönlicher Bezug hergestellt.
4. Kontrolle der Umwelt: Durch Mediennutzung wird ebenfalls versucht, den Wunsch nach Informationen über seine Umwelt zu erfüllen¹⁷⁰.

Nicola Döring vertritt die Annahme, dass die Gratifikationsfaktoren des Nutzenansatzes auch auf die Internetnutzung anzuwenden sind. Allerdings erschaffen Neue Medien auch neue Gratifikationspotenziale und machen eine Erweiterung der bisher verwendeten Gratifikationstypologien notwendig¹⁷¹.

¹⁷⁰ Vgl.: Burkart, 2002: S. 228f.

¹⁷¹ Vgl.: Döring, 2003: S. 138.

Im Folgenden sollen nun jene Gratifikationen erörtert werden, die der Rezipient durch die Nutzung sozialer Online-Netzwerke wie Facebook erlangen kann bzw. welcher Nutzen daraus gezogen werden kann. Als Orientierung dienen dabei zusätzlich die von Nicola Döring verfassten Funktionen der Formen von Computer vermittelter Kommunikation. Die erste Funktion stellt dabei die sogenannte Net Activity dar, die sich auf eine solitäre, d.h. schmückende Beschäftigung bezieht. Weitere Funktionen sind die besonders effektive Selbstdarstellung (Net Identity), der Aufbau sozialer Netze (Net Community) und als letzte Funktion die Ermöglichung vielfältiger Arten sozialer Unterstützung ohne zeitliche Beschränkung (Net Support).¹⁷²

4.1.2.1 Interaktiv soziale Kontakte pflegen: „Einfach, schnell, auf einen Blick!“

Das wohl wichtigste und attraktivste Merkmal des Mediums Internet und gerade der Sozialen Netzwerke ist die Möglichkeit der Interaktivität. Der User kann direkte Eingriffe auf die Abläufe vornehmen und sie somit seinen Bedürfnissen anpassen. Möchte er sich lieber im Hintergrund halten und lediglich passiv Inhalte rezipieren, oder möchte er aktiv zum Sender werden, indem er Statusmeldungen oder Links postet und sie so einem gewissen Teil der Öffentlichkeit zugänglich macht. Alles ist möglich. Jeder Empfänger ist grundsätzlich in der Lage, auch zum Sender zu werden und ist somit auch an der Veränderung und Erweiterung des Netzwerkes beteiligt.¹⁷³

Eine gebräuchliche Definition aus dem Jahre 1998 benennt Interaktivität als „a measure of a media's potential ability to let the user exert an influence on the content and/or form of the mediated communication.“¹⁷⁴

Dieser Definition zu Folge ist die Kontrolle des Kommunikationsprozesses wichtig für die Zuweisung von Interaktivität. Je stärker und manigfaltiger die Kontrolle beim Nutzer liegt, desto stärker ausgeprägt ist der Grad an Interaktivität. McMillan unterscheidet dabei zwischen zwei Modellen der Interaktivität: dem *perception-based model* und dem *feature-based model*. Ersteres beruht auf der Wahrnehmung des Nutzers und besagt, dass eine Website in dem Maße als gut angesehen wird, je höher der Grad der

¹⁷² Vgl.: Döring, N.: Einsam am Computer? Sozialpsychologische Aspekte der Usenet Community. Online Dokument, 1994. <ftp://ftp.uni-stuttgart.de/pub/doc/networks/misc/einsamkeit-und-usenet> . Zit. n. Wimmer, 2005: S.74.

¹⁷³ Vgl.: Leggewie, C./ Bieber, C.: Interaktivität – Soziale Emergenzen im Cyberspace. In: Bieber, C. (2004): Interaktivität – Ein transdisziplinärer Schlüsselbegriff. Frankfurt am Main: Campus. S. 7.

¹⁷⁴ Jensen, J.F. (1998): Interactivity – Tracing a new concept in media and communication studies. In: Nordicom Review, 19 (1), S. 185-204. Zit. n. Marotzki, W.: Interaktivität und virtuelle Communities. In: Bieber, 2004: S. 118.

Interaktivität steigt, bzw. der Nutzer das Gefühl hat, die Kommunikationsprozesse selbst gestalten zu können. Das zweite Modell stellt das Interface in den Mittelpunkt des Interesses. Es untersucht, welche Möglichkeiten der Interaktion implementiert sind¹⁷⁵.

Diese Modelle sprechen sozialen Netzwerken beiderlei eine durchaus positive Bewertung zu, da der User zum einen selbst entscheiden kann, inwieweit er kommunizieren möchte, da er sich ebenso gut im Hintergrund halten kann, ohne aufzufallen und ebenso eine Reihe an Möglichkeiten zur Kommunikation gegeben sind. Prinzipiell handelt es sich bei sozialen Netzwerken um eine eingeschränkte Form der Interaktivität. Eingeschränkt in dem Sinne, dass lediglich die ‚befreundete‘ Netzwerkgemeinde an eigens veröffentlichten Dingen teilhaben kann.

In einem sozialen Netzwerk wie Facebook existieren ebenso aktive wie auch passive User. Während der eine im Stundentakt für ihn unablässige Meldungen, Fotos, Links oder Kommentare zu anderen Meldungen postet und damit sein Bedürfnis nach Aufmerksamkeit stillt, erfreut sich ein anderer User, der sich eher im Hintergrund hält, an gerade diesen Meldungen.

Im zweiten Falle dient die Nutzung neben einer gewissen Neugierbefriedigung ebenso dem Erhalt von neuem Gesprächsstoff. Neugier und aktiver Informationserwerb, ebenso wie eine Aufmerksamkeitssteigerung stellen damit zwei wichtige Motive bei der Klärung von der Entstehung von Facebook-Sucht dar.

4.1.2.2 Asynchrone Kommunikation: „Genau dann und wie ich will!“

Unter Asynchroner Kommunikation versteht man jede Art von Kommunikation, die nicht in Echtzeit stattfindet, so wie es beim Face-to-Face-Kontakt, aber auch in gewisser Weise in Chats der Fall ist. Die Information steht den Kommunikationspartnern zwar direkt zur Verfügung, jedoch finden Feedbacks zeitverzögert statt. Nach Versand einer Nachricht, wird der Empfänger diese erst nach einer gewissen Zeit aufnehmen.

Vorteil dieser Kommunikationsart ist eine erhöhte Kontrolle des Kommunikationsinhaltes, während die mangelnde Kontrolle bezüglich der Aufmerksamkeit des Empfängers einen wesentlichen Nachteil darstellt¹⁷⁶.

¹⁷⁵ McMillan zit. n. Marotzki in: Bieber, 2004: S. 118f.

¹⁷⁶ Vgl.: Bach, W. (2010): Unified Communications zur Effizienzsteigerung von Informations- und Kommunikationssystemen. Norderstedt: Grin Verlag. S.11

Bezogen auf die Kommunikation via Facebook heißt dies, dass sich jeder User genau überlegen kann, wann, was und wie er kommunizieren will. Dieses immense Steuerungspotenzial geht einher mit einer gelungenen Selbstdarstellung, denn neben Fotos tragen auch öffentliche Posts dazu bei, den Eindruck und somit auch das Image eines Menschen zu komplettieren. Der Nachteil der mangelnden Kontrolle über den Empfang versendeter Nachrichten schwindet mit der Tatsache, dass die Nutzungsfrequenz von Facebook in bestimmten Altersgruppen extrem hoch ist. Die Wahrscheinlichkeit einer schnellen Kommunikation ist demnach durchaus gegeben, was durch den Einsatz von Smart-Phones nochmals verstärkt wird. Das Motiv, das hier durch die Nutzung von Facebook befriedigt wird, könnte demnach als Kontrolle der Kommunikation benannt werden.

4.1.2.3 Virtueller Eskapismus: „Hallo inszenierte Welt, du bist so wunderschön!“

Massenmedien bzw. Massenkommunikation können differenzierte Funktionen für den Rezipienten einnehmen. Roland Burkart formuliert Folgende:

1. Sozialisationsfunktion (nach Ronneberger)

-durch die Vermittlung von Leitbildern, Werten und Normen bezüglich Denken und Handeln

-durch die Vermittlung von Denkformen und Verhaltensweisen, die das Zusammenleben in komplexen Gesellschaftsformen ermöglichen und dessen Weiterentwicklung dienen¹⁷⁷.

Facebook als momentanes ‚Leitmedium‘; trägt durchaus zu der Vermittlung aktuell bestehender Werte bei. Es vermittelt der jungen Generation hohe Aktualität und zeigt sich dynamisch und modern.

2. soziale Orientierung

Massenmedien versorgen uns mit einem hohen Maß an Informationen, die uns dabei helfen, uns in der immer unüberschaubarer werdenden Umwelt zurechtzufinden, uns einen Eindruck von Gütern und Dienstleistungen zu verschaffen und einen Mangel an primären Kontakten und Erfahrungen auszugleichen.

¹⁷⁷ Vgl.: Ronneberger, F. (Hrsg.) (1971): Sozialisation durch Massenkommunikation. Stuttgart: Enke. S. 56ff. Zit. n. Burkart, 2002: S. 384.

Facebook vereint alles auf einen Blick. Die neuesten Meldungen zu Produkten und Dienstleistungen, ebenso wie Informationen zu Veranstaltungen und Künstlern. Gekoppelt an Themen aus sozialen Interaktionen mit befreundeten Usern, stellt es eine wichtige Instanz bei der sozialen Orientierung dar.

3. Die Rekreations- oder Gratifikationsfunktion

Massenmedien bieten die Möglichkeit, den Bedarf an Zerstreuung und Ablenkung zu decken und tragen so zur Unterhaltung, Entspannung und Erholung bei. Eskapistische Funktionen können ebenso abgedeckt werden, wenn der Mensch die Medien dazu nutzt, seinem Alltag zu entfliehen und enthaltene Sorgen vergessen zu machen.

Während sich die Mehrzahl der Rezipienten noch vor einiger Zeit nach Feierabend vor dem Fernseher einfanden, um zu entspannen, sich unterhalten zu lassen oder um sich über die tagesaktuellen Geschehnisse zu informieren, bietet auch die Facebook-Nutzung ein immenses Potenzial an Rekreation und Gratifikation. Auch wenn die enthaltenen Informationen nicht für so relevant eingestuft werden, wie die Nachrichten der Tagesschau, können sie für den Einzelnen jedoch durchaus wichtig sein. Da die Kommunikation auf Facebook dabei keinen allzu ernsthaften Charakter aufweist, fühlt man sich durch das Lesen geposteter Nachrichten durchaus unterhalten und emotional berührt. Das bloße Rezipieren ohne den Druck selbst etwas tun zu müssen, kann zusätzlich entspannen.

4. Integrationsfunktion

diese wird dann von den Medien erfüllt, *„wenn sie gesellschaftlich anerkannte Verhaltensweisen und Verhaltensnormen vermitteln bzw. Massenloyalität für die Geltung dieser (sozialen, politischen und rechtlichen) Normen herstellen und gegebenenfalls auch Handlungsbereitschaft im Sinne der Durchsetzung gemeinsamer Interessen bewirken.“*¹⁷⁸

Ähnlich wie bei der Sozialisationsfunktion hält Facebook seine User in gewisser Weise über alle wichtigen Themen in der Gesellschaft auf dem Laufenden. Zudem können durch das Erstellen von Gruppen, sowie der Aufruf von Flashmobs oder ähnlichen Veranstaltungen, eigene Interessen extrem schnell und erfolgreich publiziert und verbreitet werden. Die Organisation einer Demonstration beispielsweise ginge wohl auf

¹⁷⁸ Ronneberger, F.: Integration durch Massenkommunikation. In: Saxer, 1985: S. 16. Zit. n. Burkart, 2002: S. 388.

keine andere Kommunikationsart schneller und effizienter, als dies bei Facebook der Fall ist.

Eine in der Literatur oftmals extrem negativ bewertete Funktion der Medien bzw. Motiv der Mediennutzung in Bezug auf erwünschte Gratifikationen stellt die Realitätsflucht dar. Während im Allgemeinen die personenbezogenen Bedürfnisse immer noch eher durch Familie, Freunde, Hobbys, aber auch die Arbeit befriedigt werden, werden die öffentlichkeitsbezogenen Bedürfnisse hingegen eher durch die Massenmedien befriedigt. Eskapismus wird von den meisten Personen ebenso stärker durch Medienzuhwendung als durch Freunde oder Sport befriedigt¹⁷⁹.

Nach Young stellt das Motiv Flucht in den meisten Fällen den zentralen Grund für eine gesteigerte Internetnutzung dar.

*„...Internetbenutzer, die sich der gesichtslosen Gesellschaft anschließen, um andere Menschen, Glück oder Erleichterung zu finden, versuchen meistens etwas oder jemandem aus dem Weg zu gehen, womit beziehungsweise mit dem sie sich nicht mehr auseinandersetzen wollen.“*¹⁸⁰

Young spricht dieser Form der Flucht eine betäubende Wirkung zu, die man mit dem Gefühl eines Alkoholikers beim Trinken gleichsetzen könnte. Dabei stellt das Medium für den Suchtkranken mehr als ein bloßes Informations- und Kommunikationsmittel dar, das zum reinen Vergnügen benutzt wird. Young ist der Meinung, dass ‚abnorme‘ Internetnutzung immer das Resultat darunterliegender, verborgener oder sichtbarer Probleme ist. Laut Youngs Studien existieren dabei zehn Faktoren, die das Fluchtverhalten hervorrufen oder begünstigen können: Einsamkeit, Unzufriedenheit in der Ehe, Stress in der Arbeit, Langeweile, Depressionen, finanzielle Probleme, Unsicherheit in Bezug auf das Aussehen, Angst, Kampf bei der Genesung von anderen Süchten, eingeschränktes Sozialleben¹⁸¹.

Schenk formuliert fünf Merkmale eines typischen eskapatischen Medieninhalts:

1. Er veranlasst beim Rezipienten, seine wirklichen Probleme zu vergessen
2. Er führt zu einer passiven Entspannung des Rezipienten
3. Er erzeugt Emotionen
4. Er bietet Ablenkung von den Normen und Regeln des Alltags

¹⁷⁹ Vgl.: Prokop, 1979: S. 109.

¹⁸⁰ Young, K. (1999): Caught in the Net. Suchtgefahr Internet. München: Kösel. S.146f. Zit. n. Wimmer, 2005: S.67.

¹⁸¹ Vgl.: Young, 1999: S.147. Zit. n. Wimmer, 2005: S.67.

5. Er bereitet Freude und stellvertretende Erfüllung von Wünschen¹⁸².

Die Nutzung von Facebook kann dabei durchaus all diese Merkmale erfüllen. Der Kontakt zu einer meist deutlich erhöhten Anzahl an ‚Freunden‘ könnte davon ablenken, dass man beispielsweise seine sonstigen sozialen Kontakte bereits länger als gewünscht nicht getroffen hat. Die sichere Sphäre, in der man sich beim Durchstöbern fremder Beiträge und Fotos, befindet, führt zu einer gewissen Entspannung. Gleichzeitig fühlt man sich unterhalten, erfährt Emotionen wie Spaß, aber auch Ärger oder Trauer. Alles in allem entschwindet man in eine ‚bessere‘ Welt, in der eben alles nicht so streng und vielleicht auch unaufregend ist, wie in der ‚realen‘ Welt, da jedes Mitglied seinen Beitrag dazu leistet, keine Langeweile aufkommen zu lassen. Grundsätzlich kann ein eskapistisches Motiv also durchaus zu einer Facebook-Sucht führen.

Bernadette Kneidinger fand heraus, dass die Mehrheit der Facebook-User sehr stark emotional an das soziale Netzwerk gebunden sind, insbesondere weibliche Nutzer. Eine starke emotionale Bindung kann durchaus mit erhöhtem Suchtpotenzial einhergehen. In Bezug auf die eskapistische Motivation erweist sich das Netzwerk jedoch laut der erhobenen Ergebnisse nicht als Referenzpunkt der Realität. Eine längere Abstinenz wird demnach auch nicht als ‚Abgeschnitten sein von der Realität‘ empfunden¹⁸³. Wie es sich in diesem Punkt jedoch bei Suchtkranken Facebook-Nutzern verhält, ist nicht bekannt.

4.1.2.4 Möglichkeit zur Veränderung der eigenen Identität: „Selbstdarstellung, Selbstinszenierung, Self Impression Management“

Das Internet ist geprägt von Anonymität und diese bedingt einen gewissen Grad an Distanz zum Geschehen, da die Individuen weniger emotional eingebunden sind als bei realen Face-to-Face-Kontakten. Der vorherrschende Informationsmangel über Mitmenschen bereitet zugleich den Boden für Spekulation und Illusion¹⁸⁴.

Doch während man sich beim Surfen im Netz in den meisten Angeboten nahezu gänzlich anonym aufhält oder aber gezielt in eine vollkommen andere Identität flüchten

¹⁸² Vgl.: Schenk, 1987: S. 381.

¹⁸³ Vgl.: Kneidinger, 2010: S. 130.

¹⁸⁴ Vgl.: Bahl, A. (1997): Zwischen On- und Offline – Identität und Selbstdarstellung im Internet. München: KoPäd Verlag. S. 81.

kann, geht es bei Social Networks anders zu: Jedem ‚wirklichen Bekannten‘ würde wohl auffallen, wenn man sein Profil mit einem Foto einer völlig fremden Person ausstaffieren und bei seinen demographischen Daten einen komplett erlogenen Lebenslauf angeben würde. Hier dominiert vielmehr der Aspekt der Selbstdarstellung. Die Informationen, die man im Netz von sich preis gibt, unterliegen einer enormen Eigenkontrolle und bieten somit ein immenses Potenzial an Manipulationsmöglichkeiten. Man kommuniziert gewissermaßen hinter einer Maske heraus genau dann und auf die Weise, die man für sinnvoll hält. Die User können demnach bis zu einem gewissen Grad selektiv ihre Identität beeinflussen, ihr Selbstdarstellungsverhalten optimieren¹⁸⁵.

Selbstdarstellung ist ein sich selbsterklärender Begriff. Es ist die Summe aller bewussten Handlungen, die das von andern wahrgenommene Bild einer Person beeinflussen soll, wobei eine möglichst große Kontrolle angestrebt wird. Die verwendeten Mittel sollen eine bestimmte Reaktion hervorrufen, die der ‚Selbstdarsteller‘ voraussehen kann¹⁸⁶.

Definierend könnte man es wie folgt zusammenfassen. Selbstdarstellung ist der *„Versuch, uns als den Menschen zu präsentieren, der wir sind oder von dem wir wollen, dass andere Menschen glauben, dass wir so sind; dies geschieht durch die Worte, die wir sprechen, unser nonverbales Verhalten wie auch unsere Handlungen.“*¹⁸⁷

Selbstdarstellung kann dabei ebenso für einen kleinen privaten Personenkreis wie Familie und Freunde, wie aber auch zu einer weltweiten Wahrnehmung, wie es beispielsweise in der Politik der Fall ist, vollzogen werden. Sie kann dabei ohne Öffentlichkeit stattfinden, benötigt aber mindestens in ihrem Kontext den Gedanken an die Öffentlichkeit, dessen Interpretationstätigkeit notwendig ist, um das gewünschte Selbstbild entstehen zu lassen. Der Darsteller muss sich demnach so geschickt inszenieren, dass sein Publikum veranlasst wird, ihm die dargestellte Rolle selbst zuzuschreiben. Dieses zugeschriebene Selbstbild ist somit Produkt einer erfolgreichen Szene¹⁸⁸.

¹⁸⁵ Vgl.: Wanderer, 2003: S. 25.

¹⁸⁶ Vgl.: http://www.fukushimamahnt.de/Information/_Selbstdarstellung_8927.de (Stand: 03.05.2011, 11:52.)

¹⁸⁷ Agrosin/ Wilson/ Akert, 2006: S. 170. Zit. n. Back, M. (2007): Selbstdarstellung im Web 2.0 und ihre negativen Konsequenzen. Norderstedt: Grin Verlag. S. 8.

¹⁸⁸ Vgl.: Goffman, E. (1996): Wir alle spielen Theater – Die Selbstdarstellung im Alltag. Göttingen: Hogrefe Verlag für Psychologie. S. 231.

Ein aktuellerer Begriff für das Bemühen bei der Erschaffung eines gewünschten, inszenierten Selbstbildes ist Impression Management. Die Bedeutung ist ähnlich: Man versucht im Kontakt zu anderen, Einfluss auf die Informationen über die eigene Person auszuüben und somit das eigene Image zu steuern¹⁸⁹.

Eine wissenschaftliche Definition von Impression Management lautet:

*„Impression Management sind bewusste und unbewusste Versuche, das Image zu kontrollieren, das in realen oder virtuellen sozialen Interaktionen nach außen projiziert wird. Ist dieses Image selbstrelevant, wird dieses Verhalten Selbstdarstellung genannt.“*¹⁹⁰

Der erste Eindruck zählt und kann niemals rückgängig gemacht werden. Dieser Satz, der uns im ‚realen‘ Leben wohl seit Kindheit bekannt sein dürfte, findet in der virtuellen Welt ebenso, wenn nicht sogar eine relevantere Anwendung. Man macht Werbung in eigener Sache und so gleicht unser Profilbild auf Facebook in gewisser Weise einer Werbeanzeige: Es will etwas verkaufen und selbst wenn es nicht lügt, sagt es auch nicht ganz die Wahrheit¹⁹¹.

Die Lebensweisheiten ‚Ein Bild sagt mehr als tausend Worte‘ und ‚Image ist alles‘ treffen demnach bei Facebook mehr als ins Schwarze. Bevor wir eine Freundschaftsanfrage annehmen bzw. versenden, ist dies nämlich das einzige, was uns einen gewissen Aufschluss darüber gibt, mit wem wir es zu tun haben. Niemand würde sich wohl die Mühe machen, 1000 Worte von oder über die Person zu lesen, um zu kontrollieren, ob diese in Ordnung ist¹⁹².

Bei der Personenwahrnehmung zählt das schnelle Bild, das Image und nicht vorrangig der Mensch. Wir haben keine Zeit und Motivation, uns lange mit anderen, fremden Personen auseinanderzusetzen, sondern erwarten, auf den ersten Blick Informationen über sie zu erfahren. Demnach ist jeder Mensch selbst dafür verantwortlich, dass wir ihn so sehen, wie er es möchte und tut gut daran, sich mit seinem Image auseinanderzusetzen¹⁹³.

¹⁸⁹ Vgl.: Ditz, K. (2003): Mein persönlicher Auftritt. Impression Management – Die Kunst der Selbstdarstellung. Graz Leykam Verlag. S. 10.

¹⁹⁰ Ditz, 2003: S. 10.

¹⁹¹ Vgl.: Faerman, 2010: S. 71.

¹⁹² Vgl.: Faerman, 2010: S. 69.

¹⁹³ Vgl.: Ditz, 2003: S. 5.

*„Facebook generiert [dabei] keine reale Darstellung seiner Anwesenden. Vielmehr erzeugt es eine zweite, virtuelle Realität, in der nicht wenige abtauchen, um darin als gestylter und gepimpter Avatar aufzutauchen.“*¹⁹⁴

Eine gelungene Selbstdarstellung gilt heutzutage mitunter als Schlüssel zum Erfolg. Charismatische Führungspersönlichkeiten in Wirtschaft und Politik machen uns vor, wie man es macht, Selbstmarketing ist überall. Warum dann nicht früh und vor allem in einer geschützten Sphäre wie sie bei Facebook gegeben ist, in der eine Sanktion nicht allzu negative Folgen mit sich bringen würde, anfangen zu üben?

Computervermittelte Kommunikation ermöglicht es, mit der eigenen Identität herum zu experimentieren, indem sie gewohnte persönliche und soziale Merkmale in den Hintergrund treten lässt. Die eigene Identitätswahrnehmung durch andere ist nicht mehr direkt an die Selbstwahrnehmung geknüpft, wie es beim Face-to-Face-Kontakt der Fall wäre, sondern wird bestimmt von der Anonymität des Internets, die es erlaubt, sich eine eigene Identität zu schaffen, die letztendlich mit der Identität im realen Leben nichts mehr tun haben muss¹⁹⁵. Bei Facebook handelt es sich nicht mehr um die Form von Anonymität, wie es beispielsweise in Chatrooms der Fall wäre, da die Personen, mit denen man in Kontakt tritt, in einem gewissen Bekanntschaftsverhältnis zueinander stehen. Bei der Identitätsschaffung geht es also vielmehr – wie bereits erläutert - um den Begriff der Selbstdarstellung. Die Informationen, die man von einem anderen Mitglied der Netzgemeinde erfahren kann, unterliegen seiner eigenen Kontrolle. Er selbst bestimmt darüber, was er von sich preisgibt und was nicht und auf welche Art und Weise er sich darstellen will. Somit ist eine bewusste Manipulation nicht ausgeschlossen.

Dieser Selbstdarstellungsprozess bei computervermittelter Kommunikation ist dabei viel einfacher als in Face-to-Face-Situationen. Zudem hat die Asynchronität den Vorteil, folgende Äußerungen gründlicher zu überdenken, wodurch unüberlegte und im Nachhinein vielleicht als unangebracht und unangenehm empfundene Versprecher vermieden werden können. Dieses empfundene Kontrollgefühl führt gerade bei sozial gehemmten, introvertierten und unsicheren Menschen zu einer schnelleren Überwindung der Kommunikationsbarrieren und lässt sie die Interaktion als ‚sicherer‘

¹⁹⁴ Alejandro Dolina: „Alles, was ein Mann tut, tut er, um Frauen zu erobern“. Zit. n. Faerman, 2010: S.37.

¹⁹⁵ Vgl.: Beißwenger, M: (2000): Kommunikation in virtuellen Welten – Sprache, Text und Wirklichkeit; eine Untersuchung zur Konzeptionalität von Kommunikationsvollzügen und zur textuellen Konstruktion von Welt in synchroner Internet-Kommunikation, exemplifiziert am Beispiel eines Webchats. Heidelberg, Universität, Magisterarbeit. Stuttgart: Ibidem Verlag. S. 165.

empfinden¹⁹⁶. Ein Bedürfnis, das mittels Facebook gestillt wird bzw. ein Motiv, das zur Nutzung anregt, ist demnach das Spiel mit der eigenen Identität mit dem Ziel eines perfektionierten Images. Gefährlich wird dieses Spiel erst dann, wenn der Nutzer durch diese ‚bessere‘ Version seiner Selbst im wirklichen Leben plötzlich Minderwertigkeitskomplexe erfährt, da er glaubt, diesem erschaffenen Bild nicht gerecht werden zu können oder in der ‚Originalversion‘ nicht interessant genug zu sein.

4.1.2.5 Selbstwertsteigerung: „Mehr Freunde, mehr Aufmerksamkeit und Anerkennung!“

Papacharissis Annahme zu Folge sprechen gerade jene Rezipienten dem Internet eine soziale Nützlichkeit zu, die in ihrem realen Leben einen Mangel an Face-to-Face-Kontakten aufweisen. Sie nutzen die Möglichkeiten dieses Mediums also vorrangig, um fehlende reale Kontakte zu kompensieren und ihre Bedürfnisse nach interpersonaler Kommunikation zu stillen. Das Internet stellt in diesem Sinne einen alternativen Raum dar, der neue Beziehungen oder die Pflege von Beziehungen sowie eine Partizipation in der Online-Kommunikation ermöglichen kann¹⁹⁷.

Diese Annahme spräche dafür, dass sich soziale Netzwerke heutzutage deshalb einer solchen Beliebtheit erfreuen, weil die meisten Menschen auf Grund der verschiedensten Verpflichtungen (sei es beruflich, schulisch oder familiär bedingt) keine Zeit mehr dafür finden, sich im Face-to-Face-Kontakt mit ihren Bekannten zu treffen, oder dies auf Grund einer weiten Entfernung zwischen den Wohnorten gar nicht mehr möglich ist. Soziale Netzwerke vereinfachen den Kontakt zu Bekannten, machen ihn günstiger, schneller und überall verfügbar. Gefahr läuft dieses Verhalten dann, wenn die Bequemlichkeit der Plattformen dazu führt, sich gar nicht mehr für die anderen Möglichkeiten zu interessieren.

Auffällig bei der Betrachtung von Facebook-Profilen ist die horrende Anzahl an ‚Freunden‘, die einzelne User aufweisen. Man könnte teilweise den Verdacht äußern, dass einige User nahezu Freunde ‚sammeln‘, d.h. sich durch die Anzahl an

¹⁹⁶ Vgl.: Döring, N. (1994): Einsam am Computer? Sozialpsychologische Aspekte der Usenet Community. TU Berlin. Institut für Psychologie. Online-Dokument: <ftp://ftp.uni-stuttgart.de/pub/doc/networks/misc/einsamkeit-und-usenet> . Zit. n. Wimmer, 2005: S.66.

¹⁹⁷ Vgl.: Papacharissi, Z.: Predictors of Internet Use. In: Journal of Broadcasting & Electronic Media. Vol. 44, 2000. S: 175-196. Zit. n. Schenk, 2007: S.721f.

befreundeten Usern eine gewisse Selbstwertsteigerung, zumindest aber eine gewisse Befriedigung verschaffen.

Das Wesen der Sammlerleidenschaft lässt sich am besten mit der Zuwendung zur Psychoanalyse ergründen, die sich mit konkreten Begierden und Neigungen des Menschen befasst, die Thematik ist bis heute jedoch kaum befriedigend geklärt. Es existieren einige Beispiele, in denen eine Sammeltätigkeit in ein reichhaltiges und produktives Lebensprogramm eingefügt ist, weshalb nachfolgend ein großer Sammler dazu dienen soll, die wahren Motive dieser Passion näher zu bringen. Goethe als prominentester Sammler der Kulturgeschichte¹⁹⁸ brachte zum Ausdruck, dass er all seine kulturellen Schriften besitzen müsste, um eine Beziehung zu ihnen auszubauen. „*Er liebe diese wertvollen Gegenstände nicht um ihrer selbst willen; sie seien Elemente seiner Bildung, und um diese allein gehe es bei seiner Sammlerleidenschaft.*“¹⁹⁹

Münzt man diese Aussage auf das ‚Sammeln von Freunden‘ in den Sozialen Netzwerken um, ginge es demnach auch nicht um jede einzelne Person, die hinzugefügt wird an sich, sondern vielmehr um das Gesamtbild und die damit zusammenhängende Vielfalt an Informationen und Erfahrungen, die man durch sie, sei es auch nur passiv durch das Lesen ihrer Gedanken, erfährt. Zudem erfährt man durch jeden einzelnen eine gesteigerte Aufmerksamkeit, wenn man einmal selbst das Bedürfnis hat, sich mitzuteilen. Facebook bietet somit etwas, das in der heutigen anonymen Massengesellschaft immer seltener wird: gegenseitige Aufmerksamkeit und Beachtung.

„*Der Nachrichtenstrom auf Facebook gibt den Benutzern das Gefühl, mit den anderen verbunden und damit nicht allein zu sein. All die vielen kleinen Mitteilungen, die bezeugen, dass jemand gerade verschnupft, traurig oder knapp bei Kasse ist, mögen für sich genommen trivial und bedeutungslos sein. Aber in ihrer Summe erzeugen sie ein Ambiente intimer Geborgenheit, permanent ist jemand in Rufweite, man weiß über die Sorgen der anderen Bescheid, und dass dies bloß ganz banale Alltagsorgen sind, lässt die Geborgenheitsgefühle nur umso gemütlicher werden.*“²⁰⁰

¹⁹⁸ Vgl.: Trunz, E. (1990): Goethe als Sammler. In: Ein Tag aus Goethes Leben. München, S.72. zit. n. Rattner, J. (2006): Selbstverwirklichung – Seelische Hygiene im Dasein. Würzburg: Königshausen und Neuman. S.45.

¹⁹⁹ Rattner, 2006: S. 46.

²⁰⁰ <http://www.welt.de/wirtschaft/webwelt/article4982539/Was-wir-durch-Facebook-und-Co-verlieren.html> (Stand: 03.05.2011, 14:44.)

Bernadette Kneidinger fand mittels Querschnittstudie heraus, dass jene Nutzer, die eine hohe Anzahl an Freunden aufweisen, auch die meiste Zeit auf Facebook verbringen. Die Richtung der Kausalität konnte dabei jedoch nicht geklärt werden. Ein erhöhter Zeitaufwand kann einerseits einen größeren Freundeskreis bedingen, andersherum kann eben dieser jedoch auch einen höheren Zeitaufwand notwendig machen²⁰¹.

4.1.2.6 Neugierbefriedigung durch aktive Informationssuche: „Ich bin immer auf dem Laufenden!“

Facebook als soziales Netzwerk bietet unumstritten einen Beitrag, wenn es um die neuesten Informationen über Bekannte und Freunde, neue Produkte und Dienstleistungen aber auch Künstler und Veranstaltungen geht.

Böse Zungen könnten es den ‚Klatsch und Tratsch des 21. Jahrhunderts‘ nennen. Der Ausdruck ‚Klatsch und Tratsch‘ ist in unserer Gesellschaft ebenso negativ belastet wie Voyeurismus. Faerman jedoch begreift Voyeurismus als kleine Dosis krankhafter Neugier, die uns allen inne wohnt²⁰². Denn wer ist schon gerne nicht auf dem Laufenden?!

Diese Tatsache erörtert das vielleicht relevanteste Motiv, warum es zu einer erhöhten Facebook-Nutzung und gesteigert sogar zu einer gewissen Sucht kommen kann: das Motiv der Neugier. Dieses psychologisch hoch komplexe Gebilde bedarf zunächst einer vorläufigen Begriffsbestimmung.

Der Ausdruck Neugier tauchte erstmals im Neuhochdeutschen auf, wobei er so viel bedeutet wie begierig auf etwas Neues zu sein. Seit Lessing ist es im Allgemeinen ein Ausdruck des Begehrens, etwas wissen zu wollen, wobei eine grundsätzliche Freude der Erwartungen des Neuen mitschwingt²⁰³.

Dabei handelt es sich bei ‚dem Neuen‘ jedoch keineswegs um ein einfaches Objekt, sondern vielmehr um eine Zusammensetzung verschiedenster qualitativer Elemente, die je nach Individuum, anders bewertet werden²⁰⁴.

Im Gegensatz zur Erlebnisneugier, die uns dazu antreibt, etwas anderes als das im gewohnten alltäglichen Leben zu suchen, geht es bei der Facebook-Nutzung vielmehr

²⁰¹ Vgl.: Kneidinger, 2010: S. 129.

²⁰² Vgl.: Faerman, 2010: S. 74.

²⁰³ Vgl.: Berber, E. (1935): Psychologie der Neugier. Leipzig: Barth Verlag. S. 1f.

²⁰⁴ Vgl.: Berber, 1935: S. 4.

um die Wissensneugier²⁰⁵. Dabei geben wir uns dem Neuen ganz und gar hin, da es uns Abwechslung bringt, man liebt es. *„Wo Neues ist, da ,ist auch etwas los‘, da fehlt es nicht an Unterhaltung und Betätigung. Man will sich an dem Fremden ergötzen und sich von ihm anregen, verändern lassen.“*²⁰⁶

Neugier ist dabei durchaus an ein gewisses Interesse gekoppelt, allerdings eines, das keinem konkreten Gegenstand an sich gilt. Die Neugier entspringt also nicht dem Interesse an einem bestimmten Inhalt, sondern ist lediglich formales Interesse²⁰⁷.

Die Facebook-Nutzung dient also der Suche nach Neuem, nach News, nach Nachrichten und daran gekoppelt dem Erhalt von Informationen. Die Informationssuche auf Facebook kann dahingehend als aktiv bzw. gezielt angesehen werden, da sie dazu beiträgt, den User auf dem Laufenden zu halten, d.h. ihm einen Wissensvorsprung gegenüber anderen zu verschaffen. Kuhltau, die den Prozess der Informationssuche aus der Sicht der suchenden Person heraus bestimmt, definiert diesen als eine Aktivität, bei der die Person auf Basis von Informationen Bedeutungen konstruiert, um ihren Wissensstand bezüglich eines bestimmten Problems oder Themas zu erweitern²⁰⁸.

Als Information lassen sich dabei im Allgemeinen alle Formen der Tatsachendarstellung, der Nachricht, des Berichts, der Darlegung von Hintergründen und Wissensbeständen sowie als Verb für den Vorgang ihrer Beschaffung oder Aneignung und ihrer Erstellung oder Vermittlung anführen²⁰⁹.

Aus kommunikationswissenschaftlicher Sicht ist etwas dann informativ, wenn es den Kenntnisstand des Empfängers erweitert und das subjektive Nichtwissen verringert. Information in diesem Sinne kann also als eine veränderbare Größe angesehen werden, indem dieselbe Nachricht für den einen sehr informativ, für den anderen gar nicht informativ sein kann. Die Informationsfunktion der Massenmedien ist dabei von erhöhter Relevanz, da die Gesellschaft auf Sekundärerfahrungen angewiesen ist, um sich Informationen aus nicht zugänglichen Erlebnissfeldern zu erlangen²¹⁰.

²⁰⁵ Vgl.: Berber, 1935, S. 12f.

²⁰⁶ Berber, 1935: S. 19.

²⁰⁷ Vgl.: Berber, 1935: S. 27.

²⁰⁸ Vgl.: Kuhltau, C. (1991): Inside the search process – Information seeking from the user`s perspectivw. Journal of the American Society for Information Science, 42 (5), S. 361-371. Zit. n. Bauer, D. (2003): Wirkung individueller Unterschiede auf Beanspruchung und Leistung bei der Informationssuche im Internet. Wien, Universität, Diplomarbeit. S. 7.

²⁰⁹ Vgl.: Weischenberg, S. (2005): Handbuch Journalismus und Medien. Konstanz: UKV. S. 101ff.

²¹⁰ Vgl.: Burkart, R. (2004): Kommunikationstheorien – Ein Textbuch zur Einführung. Wien: Braumüller. S. 402-406.

Kritische Stimmen würden die Informationen, die Facebook liefert, wohl als belanglos benennen. Wie jedoch eben näher erläutert, ist Information ein rein subjektives, qualitatives Gebilde. Bei Facebook geht es meist um Alltagsinformationen und nicht um Informationen, die für die gesamte Öffentlichkeit relevant sind. Grundsätzlich geht es also um die Befriedigung von Neugier.

Im folgenden Kapitel soll es zu einer Verschiebung der Perspektive kommen. Weg von der innerpersonalen Rezipientensicht des Uses-and-Gratification-Approaches hin zu den äußeren Gegebenheiten, die eine erhöhte Facebook-Nutzung bedingen können und somit zur Suchtentstehung beitragen.

4.2 Medienökologisches Rahmenmodell

Nicola Döring setzt sich in ihrem Werk ‚Sozialpsychologie des Internet - Die Bedeutung des Internet für Kommunikationsprozesse, Identitäten, soziale Beziehungen und Gruppen‘ auf kritische Weise mit der ‚Veralltäglichung‘ des Mediums Internet auseinander. Dabei befasst sie sich sowohl mit der Entwicklung und Bedeutung des Internets als auch mit der Beschreibung der asynchronen und synchronen Kommunikationsformen im Internet, rückt die sozialen Aspekte im Zusammenhang mit der Internetnutzung in den Mittelpunkt und beleuchtet sie anhand verschiedener Theorien der computervermittelten Kommunikation und Methoden der Online-Forschung. Die Sozialpsychologie als psychologische und soziologische Subdisziplin ist für die Internet-Forschung besonders wichtig, da die neuen sozial-interaktiven Dienste und Anwendungen wohl charakteristisch für das Web 2.0 sind und sich von der herkömmlichen Individual- und Massenkommunikation der Medien abheben. Dabei lassen sich die gängigen Theorien zur Computer vermittelten Kommunikation in drei Blöcke gruppieren: Theorien zur Medienwahl, Theorien zu Medienmerkmalen und Theorien zu medialem Kommunikationsverhalten²¹¹.

Das medienökologische Rahmenmodell integriert verschiedenste Theorien der Computer vermittelten Kommunikation und vermeidet die technikedeterministische bzw. medienzentrierte Sichtweise ebenso wie die Einseitigkeit einer kulturalistischen bzw. nutzerzentrierten Sichtweise und ist stattdessen interaktionistisch, systemisch bzw.

²¹¹ Vgl.: Döring, 2003: S. 127f.

dynamisch-transaktional ausgerichtet. Dies bedeutet, dass mögliche Internet-Effekte weder allein auf das Medium und dessen Merkmale noch allein auf den Rezipienten und sein mediales Kommunikationsverhalten zurückgeführt werden, sondern die Ableitung aus dem Zusammenspiel beider erfolgt. Dieses wird wiederum durch die Merkmale der Nutzungssituation sowie Alternativen zur Medienwahl beeinflusst. Es handelt sich demnach um ein sehr komplexes Modell, das versucht, alle teilhabenden Faktoren zu berücksichtigen²¹².

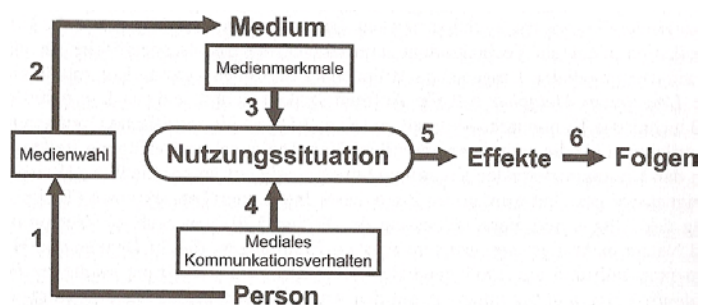


Abb. 2.: Medienökologisches Rahmenmodell²¹³

Die erste Komponente des Modells befasst sich dabei mit der Medienwahl, d.h. der Frage, welche Bedingungen dazu führen, sich aus dem bestehenden Spektrum an Möglichkeiten ein bestimmtes Medium auszuwählen. Die Wahl ist dabei an verschiedenste Merkmale geknüpft, wie beispielsweise die Verfügbarkeit des Mediums, der Medienkompetenz des Nutzers und der für ihn relevanten sozialen Normen.

In Bezug auf Facebook und in diesem Falle einer erhöhten Nutzung hieße das: PCs sowie Smartphones mit Internetzugang sind heutzutage nahezu an jedem Ort zu finden, die Verfügbarkeit ist demnach extrem hoch. Medienkompetenz bezüglich Social Networks ist in einer gewissen Altersgruppe ebenso gegeben, da die Nutzung dieser Plattformen in immer jüngeren Jahren beginnt. Dazu kommt ein gewisser Druck von außen: Alle nutzen es, es nicht zu tun, wäre beinahe ein Verstoß gegen vorherrschende Normen und bedeutete in gewisser Weise soziale Isolation.

Die zweite Komponente bezieht sich auf die mediale Umgebung wie beispielsweise die angewandte bzw. benötigte Sprache oder Schrift, den Teilnehmerkreis, zeitliche Abstimmung, räumliche Anordnung und in diesem Sinne kulturelle Normen. Abhängig

²¹² Vgl.: Rössler, P. (1998): Wirkungsmodelle: Die digitale Herausforderung – Überlegungen zu einer Inventur bestehender Erklärungsansätze der Medienwirkungsforschung. In: Rössler, P. (Hrsg): Online-Kommunikation – Beiträge zur Nutzung und Wirkung (S. 17-46). Opladen: Westdeutscher Verlag. Zit. n. Döring, 2003: S. 128f.

von gewählter und vorgegebener Umgebung existieren typische Möglichkeiten und Einschränkungen der Kommunikation.

Die Vorteile asynchroner Kommunikation sowie die Vielfältigkeit an Möglichkeiten über Facebook zu kommunizieren, wurden bereits in vorangegangenen Kapiteln hinreichend erklärt und sprechen mehr als deutlich für eine erhöhte Nutzungsintensität. Gerade jüngere Menschen, deren Selbstbewusstsein noch nicht so stark ausgeprägt ist, können mit dieser Nutzung bestehende Defizite überwinden.

Die dritte Komponente befasst sich mit dem Kommunikationsverhalten, also mit der Aneignung bestehender jeweils medienspezifischer Möglichkeiten und Begrenzungen im Rahmen eines sozialen Verständigungsprozesses. In diesem Zusammenhang akzentuieren technikdeterminierte Modelle den direkten Einfluss der Medienmerkmale und eine Vernachlässigung des Nutzereinflusses, während rezipientenorientierte Modelle hingegen die Kompensationsmöglichkeiten bestehender medialer Einschränkungen und die kreative Ausschöpfung neuer und zusätzlicher Optionen in den Mittelpunkt stellen. Bei all dem unterscheidet Döring zwischen kurzfristigen Effekten und langfristigen Folgen der Mediennutzung. Bezüglich der kurzfristigen Effekte besteht die Annahme, dass einzig und allein die Medienkompetenz darüber entscheidet, ob es im Vergleich zur Face-to-Face-Kommunikation zu Defiziten kommt, oder ob diese Beschränkungen kompensiert oder kreativ ausgeweitet werden. Langfristige Folgen der Mediennutzung müssen diese Effekte in Abhängigkeit der gesellschaftlichen Rahmenbedingungen, dem situativen Kontext und den Persönlichkeitsmerkmalen der Kommunikationspartner betrachten, wobei es zu mehr oder weniger bereichernden oder problematischen Folgen hinsichtlich den Aspekten Identitätsentwicklung, soziale Beziehungen und Gruppenprozessen kommen kann²¹⁴.

Facebook als überdurchschnittlich interaktives Online-Angebot bietet den Usern ein immenses Potential an Kommunikationsmöglichkeiten. Diese Mannigfaltigkeit bedingt jedoch auch ein gewisses Maß an Gefahrenpotenzial, welchem durch einen maßvollen und reflektierten Umgang entgegen gewirkt werden kann. Die Sichtweise jedes einzelnen entscheidet darüber, ob man Facebook eher einen ergänzenden oder kompensatorischen Charakter zuweist. Wichtig ist, die Nutzung – gerade heranwachsender Personen - zu beobachten bzw. zu begleiten und dabei auch die vorherrschenden Lebensumstände und die Persönlichkeitsmerkmale mit einzubeziehen. Stellt die Facebook-Nutzung den Großteil der sozialen Interaktion dar

²¹⁴ Vgl.: Döring, 2003: S. 190-199.

und kann diesem nicht mehr entgegen gewirkt werden, ist eine Sucht durchaus nicht ausgeschlossen.

5 Methodik

Da zu der spezifischen Thematik Facebook-Sucht bisher zu wenig Literatur existiert, soll im Folgenden die Durchführung eines Experten-Interviews dazu beitragen, die gewonnenen Kenntnisse zu vertiefen bzw. auszuweiten, um zu einer fundierteren Hypothesenentwicklung beizutragen.

Dieses Kapitel beschäftigt sich demnach mit der Auswahl der Methode des leitfadengeführten Interviews und der Auswahl des Experten. Eine Auswertung des Materials unter Einbezug der theoretischen Basis und damit verbunden eine Hypothesengenerierung findet sich im nachfolgenden Kapitel.

5.1 Das Experteninterview

Im Rahmen meines empirischen Vorgehens und zur späteren Entwicklung von fundierten Hypothesen soll die Methode des Interviews Anwendung finden. Unter dem Terminus Interview versteht man dabei *„ein planmäßiges Vorgehen mit wissenschaftlicher Zielsetzung bei dem die Versuchsperson durch eine Reihe gezielter Fragen oder mitgeteilter Stimuli zu verbalen Informationen veranlasst werden soll.“*²¹⁵

Dabei habe ich mich für eine teilstrukturierte Form entschieden: das Leitfadeninterview. Diese Methode macht es möglich, sich aus dem Gespräch ergebende Themen weiter aufzugreifen und zu verfolgen, setzt jedoch gleichzeitig eine hohe Bereitschaft des Befragten voraus²¹⁶.

Zudem weist diese Methode den Vorteil auf, die Interviewsituation zu jeder Zeit auf notwendige Weise lenken zu können, indem dem Befragenden weitgehend Freiheiten in Bezug auf Gestaltung, Frageformulierungen, Interviewablauf und Akzentuierungen von Themen eingeräumt werden. Der entscheidende Unterschied im Vergleich zu standardisierten Interviews liegt darin, dass das Leitfadeninterview offene Antworten zulässt. Vorgegebene Antwortmöglichkeiten würden dazu führen, den Interviewpartner

²¹⁵ Scheuch, K.E. (1967): Das Interview in der Sozialforschung. In: König, R. (1970): Das Fischer Lexikon Soziologie, S. 1994-224. Frankfurt. S.70. zit. n. Lamnek, S. (2010): Qualitative Sozialforschung. Weinheim: Beltz Verlag. S. 302.

²¹⁶ Vgl.: Atteslander, P. (2006): Methoden der empirischen Sozialforschung. Berlin: Schmidt Verlag. S. 132.

zu sehr einzugrenzen und mögliche für mich interessante Daten könnten verborgen bleiben.²¹⁷.

Die Methode des qualitativen Interviews ist in der Sozialforschung weit verbreitet. Es dient im Rahmen quantitativer Forschungsprojekte dabei vorrangig dem Ziel der Vorbereitung auf standardisierte Erhebungen bzw. der Entwicklung von Erhebungsinstrumenten. In der qualitativen Sozialforschung sind ihre Einsatzmöglichkeiten deutlich vielfältiger. Bei ethnographischen, auf teilnehmenden Beobachtungen basierenden Forschungen, dienen sie vor allem zur Ermittlung von Expertenwissen über das zu erforschende Feld, der Erfassung und Analyse der subjektiven Perspektive der Beobachteten sowie der Erhebung ihrer Biografie.

Im Zuge von qualitativen Interviews lassen sich je nach genauer Vorgehensweise eine Vielzahl an unterschiedlichen Typen herauskristallisieren. Aspekte, die dabei vorab geklärt werden müssen, beziehen sich auf die Fragestellung des Interviewenden. Orientiert dieser sich an ausformulierten Fragen und einer bestimmten Reihenfolge, oder ist er offen in seiner Fragestellung und reagiert, je nachdem, wie sich das Interview entwickelt? Die häufigste Verwendung ist ein sogenannter Interview-Leitfaden, der eine gewisse Orientierung gibt, jedoch genug Spielraum für individuelle Fragen lässt²¹⁸.

Der Leitfaden beinhaltet also offene Fragen als Orientierung, auf die der Befragte frei antworten kann. Durch einen konsequenten Einsatz des Leitfadens kann zum einen eine Vergleichbarkeit bei mehrfacher Durchführung mit verschiedenen Teilnehmern besser gewährleistet werden und zum anderen gewinnen die Daten dadurch Struktur, wodurch verhindert wird, dass wesentliche Aspekte des Forschungsinteresses vergessen werden. Dabei orientiert sich das Leitfadeninterview an der Forderung nach Offenheit in der qualitativen Forschung.

Eine Sonderform des Leitfadeninterviews ist das Experteninterview. Der Interviewte ist hier weniger als Person - wie es beispielsweise bei biografischen Interviews der Fall wäre - interessant, sondern einzig und allein in seiner Funktion als Experte. Das Interview konzentriert sich demnach auf einen klar definierten Wirklichkeitsausschnitt, der nicht als Einzelfall herangezogen wird, sondern als Repräsentant einer Gruppe. Unter Berücksichtigung dieses Aspektes kommt dem Leitfaden eine noch intensivere Steuerungsfunktion zu. Im Zentrum steht, das Expertenwissen durch gezielte Lenkung

²¹⁷ Vgl.: Hopf, C.: Befragungsverfahren. Qualitative Interviews in der Sozialforschung. Ein Überblick. In: Flick, U. (1995): Handbuch qualitative Sozialforschung – Grundlagen, Konzepte, Methoden und Anwendungen. Weinheim: Beltz Psychologie Verlags Union. S.177.

²¹⁸ Vgl.: Hopf in: Flick, 1995: S. 177f.

zu begrenzen, bzw. festzulegen, weshalb der Interviewer auf jeden Fall ausreichend mit der Thematik vertraut sein sollte²¹⁹.

Lamnek spricht in diesem Zusammenhang auch vom informatorischen Interview, da es der deskriptiven Erfassung der Wissensbestände der Befragten dient. Der Befragte als Experte ist somit Wissenslieferant zu Sachverhalten, die den Forschenden interessieren²²⁰.

„Die in die Entwicklung eines Leitfadens eingehende Arbeit schließt aus, dass sich der Forscher als inkompetenter Gesprächspartner darstellt. (...) Die Orientierung in einem Leitfaden schließt aus, dass das Gespräch sich in Themen verliert, die nichts zur Sache tun, und erlaubt zugleich dem Experten, seine Sache und Sicht der Dinge zu extemporieren.“²²¹

Nachfolgend eine kurze Erläuterung zu der Expertenwahl, der Forschungsleitenden Fragestellung, der Transkription und der Auswertung.

5.2 Der Interviewleitfaden

An Hand meiner in der Einleitung angerissenen forschungsleitenden Fragestellung, die ich im folgenden Kapitel in konkreten Forschungsfragen ausformuliert darlegen werde, entwickelte ich Fragen für das Leitfadeninterview. Diese beziehen sich sowohl auf die Variable der zeitlichen Nutzung im Zusammenhang mit Facebook-Sucht, sowie eventuell ausschlaggebende Persönlichkeitsvariablen bei der Entstehung, eine persönliche Einschätzung der Facebook-Suchtproblematik, Auswirkungen auf das Verhalten und die Gefühlswelt eines Suchtkranken und präventive sowie therapeutische Maßnahmen.

1. Halten Sie die Thematik Facebook-Sucht für zu überdramatisiert? Besteht für Sie persönlich überhaupt ein erhöhtes Risiko und damit Anlass zur Warnung?
2. Was charakterisiert die Facebook-Nutzung eines suchtkranken Users im Vergleich zu einem nicht suchtkranken User?

²¹⁹ Vgl.: Mayer, H: (2002): Interview und schriftliche Befragung – Entwicklung, Durchführung und Auswertung. München/ Wien: Oldenbourg Verlag. S. 37f.

²²⁰ Vgl.: Lamnek, 2010: S. 305.

²²¹ Meuser u. Nagel 1991, S.448 in: Mayer, 2002: S. 38.

3. Kann man die Suchtkrankheit überhaupt an bestimmten Faktoren festmachen? Sei es in Bezug auf quantitative Faktoren wie der Einloggingsanzahl oder die Dauer der Nutzung oder in Bezug auf die Aktivität eines Nutzers?
4. Welche Auswirkungen hat Facebook-Sucht auf das Leben eines Suchtkranken, sei es in Bezug auf sein Verhalten, als auch auf seine Gefühlswelt?
5. Welches zentrale Motiv sehen sie hinter einer exzessiven Facebook-Nutzung? Was veranlasst Menschen dazu, „Freunde zu sammeln“? Sehen Sie einen Zusammenhang zwischen sozialer Kompetenz und der Anzahl der befreundeten User.
6. Welche Ursachen sehen sie für die Facebook-Sucht? Sind diese in der Person verankert, oder von der Umwelt verursacht?
7. Existiert eine gewisse Risikogruppe? Hängt es dabei besonders vom Alter ab, oder welche Faktoren spielen für Sie die relevanteste Rolle?
8. Vorherige Studien zur Internetsucht beziehen sich vorrangig auf Chat-Sucht, oder Gaming-Sucht - zwei Leistungen, die auch Facebook anbietet. Meinen Sie, dass diese Leistungen relevant für eine Facebook-Suchtentstehung sind, oder kommt es dort eher auf andere Aspekte an?
9. Welcher Zusammenhang besteht zwischen der Persönlichkeitsvariabel Introvertiertheit und Extrovertiertheit in Bezug auf die Facebook-Suchtentstehung?
10. Was wären geeignete präventive Maßnahme zur Verhinderung dieser Suchterkrankung?
11. Besteht Ihrer Meinung nach ein Zusammenhang zwischen Medienkompetenz und der Entstehung dieser Suchterkrankung? Trägt es verstärkend dazu bei, dass unsere Eltern in Bezug auf diese Art der Neuen Medien noch nicht so viel Kompetenz aufweisen und den Heranwachsenden im Umgang zu wenig Hilfestellung geben können?
12. Welche Therapien wären bei bestehender Sucht denkbar? Was sagen Sie Patienten dieser Art? Wo setzen sie an?

5.3 Die Expertenwahl

Bezogen auf die Wahl des Experten war ich auf der Suche nach einem Psychologen, der sich bereits mit dieser Thematik befasst hat, bzw. im Idealfall sogar schon einen einsichtigen Patienten therapiert oder bereits etwas zu diesem Thema veröffentlicht hat. Das Anton Proksch Institut in Wien ist dabei ein guter Anlaufpunkt. Als größte

Suchtklinik in Europa, die zwar primär Alkohol- und Medikamentensüchtige behandelt, beschäftigt sie sich jedoch auch intensiv mit nichtstofflichen Abhängigkeiten.

Insgesamt stieß ich im Internet für Wien und Umgebung auf insgesamt sechs Onlinesuchtforscher, die ich kontaktierte. Frau Dr. Barbara Singer willigte als Einzige ein, sich mit mir für ein Interview zu treffen. Als studierte Psychologin und Autorin des Werkes ‚Medien – Von der Faszination zur Sucht‘, dass Sie im Jahre 2002 veröffentlichte schien Sie mir den geeigneten Expertenstatus aufzuweisen, um mir bei meiner Arbeit voranbringend behilflich zu sein.

In ihrem Werk beschäftigt sich Dr. Barbara Singer mit den Vor- und Nachteilen der Mediennutzung, also den Gefahren eines falschen Medienumgangs und geht der Frage nach, inwieweit einer Erweiterung der Kommunikationsmöglichkeiten - die durch das Internet fraglos gegeben ist – nicht gleichzeitig eine Einschränkung der Kommunikation bedingen kann. Zudem gibt sie Ratschläge, wie man erkennen kann, dass man persönlich von Internetsucht betroffen ist und was man in diesen Fällen tun kann.

Psychologische Hintergründe einer Sucht werden erläutert und mit Checklisten und aktuellen Studienergebnissen komplettiert. Das Werk soll dabei als Anregung zu einem gesunden Medienumgang dienen.

5.4. Die Durchführung

Um das Experteninterview durchzuführen, lud mich Dr. Barbara Singer zu sich in die Praxis ein. Sie gab mir die nötige Zeit, die ich brauchte und die Möglichkeit, nachzufragen. Zudem durfte ich das Interview auf Tonband festhalten. Leider hat sie persönlich noch keine praktische Erfahrung mit einem einsichtigen Facebook-Süchtigen, allerdings im Allgemeinen mit Online-Süchtigen und gab mir durchaus interessante Informationen. Im Folgenden das Interview in schriftlicher Form.

Da bei Experteninterviews das geteilte Wissen, also die reine Information im Vordergrund steht, sind aufwendige Notationssysteme, wie es narrative Interviews oder konversationsanalytische Auswertungen unvermeidlich brauchen, überflüssig, weshalb

Pausen, Stimmlagen sowie sonstige nonverbale oder parasprachliche Elemente bei der Transkription nicht zum Tragen kommen.²²²

5.5 Transkription des Experteninterviews

1. Halten Sie die Thematik Facebook-Sucht für zu überdramatisiert? Besteht für Sie persönlich überhaupt ein erhöhtes Risiko und damit Anlass zur Warnung?

Nein, ich halte dieses Thema für keineswegs überdramatisiert. Es ist durchaus wichtig, dass dieses thematisiert wird, da ein erhöhtes Risiko der Suchterkrankung gegeben ist.

Zwischenfrage: Warum ist das Risiko erhöht? Warum ist das Thema so wichtig? Warum entstand Ihrer Meinung nach der Begriff Facebook-Sucht und nicht bereits vorher StudiVZ-Sucht oder MySpace-Sucht?

Wenn sich persönliche Kompensationsmechanismen und eine Modeerscheinung, zu der Facebook, zweifellos gehört, begegnen, kann es auch zu einer Sucht kommen. Man ist heutzutage regelrecht out nicht auf Facebook zu sein. Das Zugehörigkeitsbedürfnis, auf das insbesondere Jugendliche sehr stark reagieren, wird dabei angesprochen.

Facebook ist das bekannteste der sozialen Netzwerke, daher ist es auch ‚wichtiger auf Facebook zu sein‘ als auf einem anderen Netzwerk. Die Sucht kann aber selbstverständlich auch auf anderen Portalen auftreten, der Grundmechanismus ist der gleiche. Aber thematisiert wird es am ehesten bei Facebook, weil es das bekannteste ist.

2. Was charakterisiert die Facebook-Nutzung eines suchtkranken Users im Vergleich zu einem nicht suchtkranken User?

Der Unterschied bei Sucht und Nicht-Sucht ist immer das Ausmaß der bestehenden Kontrolle. So lange man noch die Kontrolle über etwas hat, ist es noch keine Sucht, auch wenn es vielleicht bereits ein höheres Ausmaß, ein höheres Zeitausmaß annimmt, aber wenn die Kontrolle immer mehr abgleitet und ein totaler Rückzug hin zu Facebook und weg von realen sozialen Kontakten, wie das Treffen von Freunden

²²² Vgl.: Bogner, A. (2005): Das Experteninterview – Theorie, Methode, Anwendung. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. 2. Auflage. S.83.

stattfindet, also ein Rückzugscharakter gegeben ist, dann ist es für mich eine Verschiebung in die Sucht hinein. Nutzen können dabei sowohl suchtkranke, sowie auch nicht-suchtkranke User Facebook auf die gleiche Art und Weise, sowohl, was die Dauer betrifft, als auch ihr Kommunikationsverhalten.

3. Kann man die Suchtkrankheit überhaupt an bestimmten Faktoren festmachen? Sei es in Bezug auf quantitative Faktoren wie der Einloggingsanzahl oder die Dauer der Nutzung oder in Bezug auf die Aktivität eines Nutzers?

Nein, in dem Sinne nicht. Wie bereits gesagt, kann die quantitative Variable zwar ein Hinweis auf eine Sucht oder dessen Entstehung sein, jedoch kein Beweis für Sucht. Ebenso ist es mit der Aktivität der Nutzer. Beide Arten, sowohl der, der aktiv Meldungen postet, als auch jener, der diese nur liest, können suchtkrank sein, bzw. werden. Entscheidend ist IMMER der Kontrollfaktor und natürlich – und das lässt sich keineswegs an Dingen wie der Einloggingsanzahl festmachen – ob jemand in Unruhe gerät, wenn er sich nicht auf Facebook einloggen kann. Angenommen das Internet hat eine Störung und er bekommt eine totale Unruhe und Nervosität, dann ist das charakteristisch für eine Sucht, egal ob das ein passiver Nutzer ist oder ein aktiver.

Zwischenfrage: Wie würden Sie persönlich die Verteilung einschätzen und warum?

Ich denke, dass es mehr aktive Nutzer gibt, kann die Verteilung aber nicht zuverlässig einschätzen.

4. Welche Auswirkungen hat Facebook-Sucht auf das Leben eines Suchtkranken, sei es in Bezug auf sein Verhalten, als auch auf seine Gefühlswelt?

In Bezug auf die Verhaltensweisen, könnte man eine gesteigerte Aggressivität nennen, also eine gesteigerte aggressive Reaktion, wenn der Suchtkranke auf sein Verhalten angesprochen wird, oder eine Abwehr besteht, wenn Angebote von Familie, Freunden oder allgemein der Umwelt kommen, sich anderen Dingen zu widmen, wie beispielsweise ein Treffen oder Ähnliches.

Zwischenfrage: Wie gestaltet sich demnach ein typischer Tag im Leben eines Suchtkranken? Was denkt er dabei?

Bei Suchtkranken dominiert das Zielobjekt der Sucht, in diesem Fall würde sich das ganze Leben um Facebook drehen und zum dominierenden Lebensinhalt werden.

5. Welches zentrale Motiv sehen sie hinter einer exzessiven Facebook-Nutzung? Was veranlasst Menschen dazu, „Freunde zu sammeln“? Sehen Sie einen Zusammenhang zwischen sozialer Kompetenz und der Anzahl der befreundeten User.

Die Nutzung von Facebook ist immer auch Imagepflege und das Demonstrieren nach Außen. Man steigert damit sozusagen in gewisser Weise auch seinen persönlichen Marktwert. Man kann so richtig gut demonstrieren: Schaut, wie viele Freunde ich habe, ich bin beliebt. Das ist vielen sehr wichtig, das zu zeigen und wenn das dann eben so schön augenscheinlich ist, wie bei Facebook, dann kann das eben auch in Hunderte, bis hin zu fünf hundert oder über Tausend Freunde ausarten, wobei man vielleicht eher von Kontakten, als von Freunden sprechen sollte. Jeder Kontakt wird ja sofort als Freund gekennzeichnet. All das dient vorrangig als Imagepflege. Ein sozial kompetenterer Mensch hat in diesem Sinne den Vorteil, in seiner realen Interaktion noch mehr Kontakte zu knüpfen und seine Freundesanzahl zu erhöhen.

Zwischenfrage: Warum brauchen jedoch gerade noch sozial aktive Menschen diese Befriedigung über eine erhöhte Anzahl an Facebook-Freunden? Könnte man da von einer Art Gier sprechen?

Auch sozial aktive Menschen können unter Minderwertigkeitsgefühlen die sie zu kompensieren versuchen, leiden. Je stärker diese sind, desto stärker auch das Bestätigungsbedürfnis und in weiterer Folge das Bedürfnis das nach außen zu demonstrieren. Es geht hier darum den eigenen ‚Marktwert‘ darzustellen. Bei vielen ‚Freunden‘ und Kontakten fühlen sich die Betroffenen beliebter, begehrter, etc. Obendrein kann es zu einem Wettbewerbsverhalten mit anderen Freuden kommen, ‚wer hat mehr Facebook-Freunde‘..

6. Welche Ursachen sehen sie für die Facebook-Sucht? Sind diese in der Person verankert, oder von der Umwelt verursacht?

Bei einer Sucht ist in erster Linie die Persönlichkeitsvariable entscheidend, also eher intern, aber natürlich können externe Bedingungen diese begünstigen, wie z.B. auch die ganzen Modetrends. Du bist out, wenn du dies und das nicht hast! Ein Denken wie

dieses begünstigt natürlich, wenn man jedoch wirklich in einer Sucht hineingleitet, ist dies in fast allen Fällen intern verankert.

Zwischenfrage: Welche Personen leiden verstärkt unter einem geringen Selbstwertgefühl oder anderen Defiziten, die eine Facebook-Sucht begünstigen? Wodurch entstehen diese Defizite?

Die Defizite entstehen durch die Erziehung, sowohl die familiäre als auch die schulische. Wird jemand z.B. bei Fehlern zu sehr niedergemacht und nicht bestärkt wenn er etwas gut macht, dann entstehen Unsicherheiten und ein geringes Selbstwertgefühl. Das Messen an Leistung und der Vergleich mit anderen sind wesentliche Variablen die den Selbstwert prägen. Je stärker das stattfand und je liebloser die Erziehung war, desto größer die Defizite.

7. Existiert eine gewisse Risikogruppe? Hängt es dabei besonders vom Alter ab, oder welche Faktoren spielen für Sie die relevanteste Rolle?

Ich persönlich glaube nicht, dass die Variable Alter eine Rolle spielt, da es sich durch alle Altersgruppen hindurch zieht. Vielmehr sind es Personen, die Defizite bei sich wahrnehmen, ohne sie wirklich wahrzunehmen, sie reflektiert oder sie sich eingesteht und diese kompensieren möchte. Dann glaube ich, ist man besonders anfällig für eine Suchterkrankung.

8. Fallen Ihnen Dinge ein, mit denen man die Bedürfnisse anderweitig stillen könnte, die man sonst versucht, über Facebook-Nutzung zu befriedigen?

Ich denke grundsätzlich ist dies durchaus auch in der Realität möglich durch den realen Kontakt zu seinen Freunden. Natürlich ist es bei Facebook so, dass einfach die Anzahl größer ist und man sich somit einer gewissen Masse präsentieren kann. Dies ist vielleicht für viele in der Realität nicht möglich, es fehlt an Aufmerksamkeit und Anerkennung und somit an Selbstbestätigung, weshalb man Ersatz im Internet sucht. Zudem ist es dort natürlich um ein Vielfaches einfacher, sich zu verstellen, sich anders darzustellen. Man kann ein tolles Foto von sich reinstellen, man hat selber die Wahl, wie man sich präsentiert. In der Realität kann man immer nur so wahrgenommen werden, wie man halt eben gerade so ist. Natürlich kann man sich auch verstellen, aber bei Facebook ist es einfacher, ein Image aufzubauen, sich wunschgemäß darzustellen.

Zwischenfrage: Was für tatsächlich umsetzbare Ersatzaktivitäten könnte man bestimmen? Was erfüllt in der realen Welt den Wunsch nach Aufmerksamkeits- und Selbstwertsteigerung?

Das hängt sehr stark von den persönlichen Bedürfnissen und auch den Talenten ab. Die meisten werden versuchen über Dinge wo sie gut sind, Aufmerksamkeit zu erlangen. Das kann alles Mögliche sein, Sport, Kunst, Freunden helfen, etc. Es ist aber auch möglich durch ein negatives auffälliges Verhalten Aufmerksamkeit zu bekommen, das ist manchen lieber als keine Aufmerksamkeit zu bekommen. Je mehr Aufmerksamkeit und Akzeptanz von der Peer-Group desto mehr wird der Selbstwert steigen. Nichtsdestotrotz ist auch das ein Kompensationsmechanismus.

9. Vorherige Studien zur Internetsucht beziehen sich vorrangig auf Chat-Sucht, oder Gaming-Sucht. Zwei Leistungen, die auch Facebook anbietet. Meinen Sie, dass diese Leistungen relevant für eine Facebook-Suchtentstehung sind, oder kommt es dort eher auf andere Aspekte an?

Ich denke, die Leistungen sind durchaus ein zusätzlicher Anreiz, Facebook zu nutzen, es komplettiert es, stellt ein komplettes Angebot zur Verfügung, sodass der User gar nicht mehr auf eine andere Internetseite gehen muss, aber ich denke, der relevanteste Punkt ist schon der soziale Kontakt zu der erhöhten Anzahl an ‚Freunden‘ in Form von Posts, oder anderen Kommunikationsformen, sowie die Möglichkeit zur einfachen Selbstdarstellung bzw. Rollen auszuprobieren.

10. Welcher Zusammenhang besteht zwischen der Persönlichkeitsvariabel Introvertiertheit und Extrovertiertheit in Bezug auf die Facebook-Suchtentstehung?

Bei introvertierten Personen ist die Hemmschwelle durchaus herabgesetzt durch die Kontrolle der Entscheidung, was man auf welche Art von sich ins Netz stellt. Zudem ist es durchaus einfacher, sich z.B. mit jemandem zu verabreden. Wenn man jetzt einfach postet: „Ich hab` heut Nachmittag nichts vor, wer hätte Lust auf einen Kaffee?“ ist ein sehr viel geringeres Risiko damit verbunden, als wenn ich jetzt eine Person gezielt frage: „Gehst du heute Nachmittag mit mir einen Kaffee trinken?“ Das ist sicherlich in diesem Falle für introvertierte Personen sehr viel leichter, aber auch bei den Extrovertierten spielt dieser Faktor durchaus eine Rolle. Zudem wiederum die Variable

der Freundesanzahl. Sowohl intro- als auch extrovertierte Personen schmücken sich gern damit, beliebt zu sein. Dieser Persönlichkeitsvariable würde ich demnach in Bezug auf eine Facebook-Sucht keinen zu hohen Stellenwert einräumen.

Zwischenfrage: Sie benutzen den Terminus Risiko? Worauf bezieht sich dieser? In Bezug auf Ablehnung oder worauf? Fällt Ihnen vielleicht ein Schlagwort dazu ein?

Ja, in Bezug auf das Risiko einen Korb zu bekommen und einer Person gegenüber Interesse zu signalisieren, wenn man möglicherweise noch nicht weiß, ob es auf Gegenseitigkeit beruht. Dieses Risiko lässt sich beim allgemeinen Posten umgehen.

11. Was wären geeignete präventive Maßnahme zur Verhinderung dieser Suchterkrankung?

Eine Verhinderung der Entstehung ist ziemlich schwierig, dazu müsste sich wohl sehr viel ändern. Es müsste zu einer Werteverchiebung kommen, dass man sich immer versucht, über etwas Externes zu präsentieren, oder Modetrends braucht, um dazu zu gehören oder ein bestimmtes Image zu erlangen. Es müssten sich also grundlegende Sachen ändern.

Zwischenfrage: Liegt diese Einschätzung daran, dass Sie Facebook als ‚Trend‘ sehen, oder an den Möglichkeiten, die Facebook bietet?

Für mich hängt das zusammen. Es kann sich nur etwas als Trend durchsetzen, das die Bedürfnisse der Menschen befriedigt, die sonst scheinbar zu kurz kommen.

12. Besteht Ihrer Meinung nach ein Zusammenhang zwischen Medienkompetenz und der Entstehung dieser Suchterkrankung? Trägt es verstärkend dazu bei, dass unsere Eltern in Bezug auf diese Art der Neuen Medien noch nicht so viel Kompetenz aufweisen und den Heranwachsenden im Umgang zu wenig Hilfestellung geben können?

Ich glaube nicht, dass eine Suchterkrankung dadurch entsteht, dass Eltern beim Umgang zu wenig Medienkompetenz vermitteln konnten, dass also mangelnde Medienkompetenz zu einer Suchterkrankung beiträgt, sondern eher das

gesamtgesellschaftliche Problem Schuld trägt, dass viele sich nicht so akzeptieren, wie sie sind und immer etwas brauchen, woran sie sich aufhängen können, worüber sie sich definieren können, um diese Gefühle auszugleichen. Ich glaube, da liegt der Kern einer Suchtentstehung.

13. Welche Therapien wären bei bestehender Sucht denkbar? Was sagen Sie Patienten dieser Art? Wo setzen sie an?

Der wohl wichtigste Schritt, damit eine Therapie begonnen werden kann, ist schon einmal, dass der Süchtige seine Sucht zugibt, sie also selbst oder durch fremde Hilfe erkannt hat. Wenn sich jemand freiwillig in Therapie begibt, sind dies sehr gute Bedingungen. Ansetzen würde ich danach dann damit, herauszufinden, wo derjenige ganz spezifische Defizite bei sich und in seinem Leben wahrnimmt. Was versucht er mit seinem Verhalten auszugleichen? Und dann genau an diesem Punkt anzusetzen, an den Ursachen der Defizite zu arbeiten und mögliche andere Kompensationsstrategien zu entwickeln.

Zwischenfrage: Können Sie Beispiele nennen? Wie halten Sie es sonst bei der Therapie? Totale Abstinenz, oder Schrittweise Entzug? Welche Rolle spielen Freunde und Familie? Womit sollen sich Online-Süchtige am besten anders weitig beschäftigen? Welche Erfahrungen haben sie bisher damit gemacht?

Die meisten haben bereits diesbezüglich (totale Abstinenz/ schrittweiser Entzug) schon Versuche hinter sich. Das hängt auch mitunter vom Beruf ab. Wenn jemand das Internet beruflich braucht, ist eine totale Abstinenz nicht möglich, das muss man darauf abstimmen. Am sinnvollsten ist es, wenn ein Zeitplan erstellt wird mit einer Maximaldauer im Internet, der strikt eingehalten werden soll, wenn möglich auch mit Hilfe von Angehörigen, die darauf achten. Ebenso ist es möglich bestimmte Seiten zu meiden oder zumindest auch die Zeitdauer deutlich einzuschränken. Dann müssen Alternativen gefunden werden, die wieder die Onlinesüchtigen verstärkt ins reale Leben führen. Auch das ist wieder ein sehr individueller Prozess. Familie und Freunde können dabei sehr hilfreich sein, ebenso erschwert es die Situation wenn jemand ganz alleine ist.

5.6 Die Interpretation

Als Auswertungsmethode habe ich mich für die Verwendung der *Formulierenden Interpretation* entschieden, die im Sinne der *dokumentarischen Interpretation* verstanden werden soll. Es handelt sich dabei um eine immanente Form der Interpretation, sie interpretiert demnach die Sinngehalte, ohne den Wahrheits- oder Realitätsgehalt zu werten. Der Interviewpartner selbst spielt eine untergeordnete Rolle, lediglich die behandelten Themen werden Gegenstand der begrifflich-theoretischen Explikation. Der Interpret versucht einen Überblick über das Transkript zu erhalten und nimmt dabei eine thematische Strukturgliederung vor, indem er unterschiedliche Formulierungen zu Oberbegriffen und Überschriften zusammenfasst.

223

5.7 Die Kategorien

Nach einer intensiven thematischen Auseinandersetzung mit dem Interviewinhalt, konnten folgende sechs Kategorien bzw. Oberbegriffe herauskristallisiert werden, anhand derer in Kapitel 6 die Hypothesen formuliert werden sollen:

1) Einschätzung des Suchtpotenzials/ Relevanz des Themas

Diese Kategorie befasst sich mit der Einschätzung des Themas im Allgemeinen. Ist ein Anlass zur Warnung überhaupt gegeben, oder handelt es sich um eine unbegründete ‚Panikmache‘, die durch die Unwissenheit vieler Leute auf die Spitze getrieben wird? Welche Meinung hat ein Experte zu diesem Thema?

2) Suchtindikatoren

Hierbei soll der Frage nachgegangen werden, ob bestimmte Verhaltensweisen in Bezug auf die Facebook-Nutzung als Indikator für eine bestehende Sucht herangezogen werden, demnach ein direkter Zusammenhang zwischen Nutzungsverhalten und Suchterkrankung besteht.

3) Ursachen der Facebook-Sucht

Diese Kategorie sucht nach den an einer Suchtentstehung beteiligten Faktoren. Dabei werden sowohl externe, d.h. in der Umwelt verankerte Faktoren berücksichtigt sowie auch in der Person verankerte Faktoren.

²²³ Bohnsack, Ralf (2008): Rekonstruktive Sozialforschung. Einführung in qualitative Methoden. 7., durchges. u. aktual. Aufl. Opladen u.a.: Budrich.S. 134f.

4) Risikogruppen

Diese Kategorie bezieht sich auf die Frage, ob in der Gesellschaft gewisse Personen existieren, die für diesen Sucht-Typus besonders anfällig sind und demnach auch spezielle Aufmerksamkeit verdienen.

5) Alternativen zur Bedürfnisbefriedigung

Hierbei wird auf die Frage eingegangen, welche alternativen Handlungsoptionen der Experte als denkbar ansieht, um die durch die Facebook-Nutzung gestillten Bedürfnisse auf andere Weise zu befriedigen.

6) Prävention und Therapie

Die letzte Kategorie befasst sich mit therapeutischen Maßnahmen. Dabei wird sowohl auf Maßnahmen eingegangen, die eine mögliche Suchtentstehung von vorne herein vermeiden sollen, als auch auf Maßnahmen, die bei einer bestehenden Sucht Anwendung finden.

5.8 Formulierende Interpretation des Experteninterviews

Einschätzung des Suchtpotenzials/ Relevanz des Themas

Frau Doktor Singer hält eine intensive Beschäftigung mit der Thematik Facebook-Sucht für durchaus relevant. Für Sie übt Facebook als ernstzunehmende ‚Modeerscheinung‘ durch ein verstärktes Zugehörigkeitsbedürfnis einen immensen Druck aus. Kompensiert die Nutzung daraufhin persönliche Defizite, kann es schnell zur Sucht kommen.

Suchtindikatoren

Als Indikatoren für eine bestehende Sucht ist es wichtig, sich nicht bloß auf quantitative Faktoren zu stützen. Zwar kann ein erhöhtes Ausmaß der Nutzung ein erstes Anzeichen dafür sein, einer Sucht zu verfallen, viel wichtiger ist jedoch die beim User liegende Kontrolle über seine Nutzung.

Auch lässt sich ein süchtiges Verhalten in der Facebook-Nutzung keinesfalls an der Art der Nutzung festmachen, also an den verwendeten Kommunikationsmitteln, Spielen oder anderen Sachen. Kontrollverlust als Schlüsselbegriff steht demnach auch bei Facebook-Sucht im Mittelpunkt.

Ebenso für eine mögliche Suchterkrankung sprechen bemerkbare Veränderungen in den Verhaltensweisen bei Nicht-Nutzung, wie beispielsweise Unruhe, Nervosität oder ein gesteigertes aggressives Verhalten. Da einem Suchtkranken meist alle anderen Freizeitangebote unnütz erscheinen, liegt seine ganze Konzentration auf dem Suchtobjekt.

Ursachen der Facebook-Sucht

Laut Frau Doktor Barbara Singer liegt das zentrale Motiv der Facebook-Nutzung (neben dem sozialen Kontakt) vor allem in der Imagepflege. Dabei führt die gesteigerte Anzahl an Kontakten zum einen zu mehr Aufmerksamkeit in Bezug auf sein eigenes Handeln und steigert auf der zweiten Seite in gewisser Weise den Marktwert des Nutzers, weshalb auch sozial durchaus kompetente Menschen mit vielen realen sozialen Kontakten dem sozialen Online-Netzwerk verfallen können. Bestätigung von außen plus mögliches Wettbewerbsverhalten sind völlig unabhängig davon, ob eine Person eher introvertiert oder extrovertiert ist.

Die Gründe für eine wirkliche Sucht sind dabei in erster Linie in der Person verankert, können jedoch durch Umweltfaktoren begünstigt werden. Vielleicht wäre der ein oder andere gar nicht erst Facebook-süchtig geworden, wenn er nicht im Vorhinein durch die Gesellschaft in gewisser Weise dazu gedrängt worden wäre, sich dort überhaupt anzumelden.

Facebook als Allround-Talent in Puncto Kommunikation, soziale Interaktion, Selbstdarstellung, Information und Gaming stellt auf nur einen Blick ein komplettes Angebot an Möglichkeiten und erreicht somit eine starke Bindung.

Riskogruppen

Die Variable Alter spielt laut Doktor Barbara Singer bei der Suchtentstehung eine untergeordnete Rolle, da andere Faktoren in diesem Zusammenhang wichtiger sind. Vielmehr sind Personen, die gewisse Defizite wahrnehmen, ohne sie wirklich zu reflektieren und sie durch die Nutzung kompensieren wollen, mehr gefährdet. Diese Defizite können sowohl familiär, aber auch schulisch oder beruflich bedingt sein und zum Beispiel zu einem geminderten Selbstwertgefühl führen.

Interessant im Zusammenhang mit Facebook ist ein gemindertes Risiko bei der Kommunikation. Diese verläuft meist nicht zielgerichtet, wendet sich an einen größeren Personenkreis und man bekommt so schneller Feedback. Personen, die das Risiko

einer Absage bzw. ganz allgemein Ablehnung vermeiden wollen, sind dort gut aufgehoben.

Alternativen zur Bedürfnisbefriedigung

Grundsätzlich hält Frau Doktor Barbara Singer es für möglich, die mit Facebook gestillten Bedürfnisse auch im realen Leben zu stillen. Die gesteigerte Aufmerksamkeit und Anerkennung sowie die veränderten leichteren Möglichkeiten der Selbstdarstellung, die Facebook bietet, sind zwar nicht so einfach zu erlangen, doch wenn man sich über seine Bedürfnisse bewusst wird, kann man auch nach anderen Tätigkeiten Ausschau halten, um diese zu stillen. Vielleicht wollte man schon immer einmal Teil einer Theatergruppe sein, Singen, Fotografieren, Malen, soziale Hilfsprojekte unterstützen oder mehr Sport treiben, das hängt ganz von den persönlichen Bedürfnissen und Talenten ab.

Prävention und Therapie

Für Frau Doktor Barbara Singer ist eine Verhinderung der Facebook-Suchtentstehung extrem schwierig. Ihrer Meinung nach müsste es dazu zu einer gesamten Werteverchiebung innerhalb der Gesellschaft kommen, in der es nicht wichtig ist, dazuzugehören und ein besonders beeindruckendes Image aufzubauen. Facebook ist deshalb zum ‚Trend‘ geworden, da es die Bedürfnisse der Menschen befriedigt, die scheinbar zu kurz kommen.

Mangelnde Medienkompetenz im Zusammenhang mit einer Suchtentstehung kann durchaus Berücksichtigung finden, doch im Großen und Ganzen steht eher das gesamtgesellschaftliche Problem im Mittelpunkt: Viele akzeptieren sich nicht so, wie sie sind und meinen, sie bräuchten immer etwas, worüber sie sich definieren können. Diesem immer häufiger auftauchenden Phänomen müsste man entgegen steuern.

Sollte es trotz allem zu einer Sucht kommen, zu der sich der Süchtige auch tatsächlich bekennt - denn das ist Voraussetzung für eine erfolgreiche Therapie, wäre das ebenfalls der erste Schritt. Man muss herausbekommen, welche spezifischen Defizite der Süchtige aufweist, die ihn zu seinem Verhalten bringen. Sind die Ursachen und Defizite bekannt, können mögliche andere Kompensationsstrategien entwickelt werden.

Grundsätzlich ist bei Facebook-Sucht die Erstellung eines Nutzungszeitplans am sinnvollsten. Das Internet kann zum Teil schon aus schulischen oder beruflichen

Gründen gar nicht komplett gemieden werden, weshalb strikte Regeln in der Nutzung wichtig sind. Zusätzliche Hilfe von Familie und Freunden können das ganze positiv unterstützen.

6 Hypothesenprüfung

Im Nachfolgenden sollen nun aus einer Gesamtanalyse des theoretischen Teils sowie des Experteninterviews die von mir verfassten Forschungsfragen und Hypothesen überprüft und mit neuen Hypothesen komplettiert werden.

F1: Welche Faktoren der Nutzung charakterisieren eine Suchtkrankheit bei der Facebook-Nutzung im Gegensatz zu einem ‚normalen‘ Nutzungsverhalten?

Meine anfänglichen Vermutungen verfasste ich in folgenden Hypothesen:

- e) Wenn jemand mehr als 3 Stunden täglich auf Facebook verbringt, kann man ihn als suchtkrank bezeichnen.
- f) Wenn jemand „Daueronline“ auf Facebook ist (d.h. jede Minute, die er nicht schläft), kann man ihn als suchtkrank bezeichnen.
- g) Wenn sich jemand mehr als 20 mal am Tag *neu* auf facebook einloggt, um zu schauen, was passiert ist, kann man ihn als suchtkrank bezeichnen.
- h) Wenn die für die Facebook-Nutzung aufgebrauchte Zeit täglich die Zeit aller anderen Kommunikationsformen übersteigt, kann man diesen Nutzer als Suchtkrank bezeichnen.

Es wurde deutlich, dass eine erhöhte Nutzungsdauer zwar ein Anhaltspunkt für eine Suchtentstehung sein kann, quantitative Variablen aber bei der Suchtproblematik nicht im Mittelpunkt stehen, weshalb die Hypothesen a und c eindeutig falsifiziert werden können. Schon anders verhält es sich mit den Hypothesen b und d. Wenn jemand wirklich seine gesamte Zeit, in der er wach ist, auf Facebook verbringt, hieße dies unumstritten, dass er andere Dinge in seinem Leben vernachlässigen würde, was durchaus ein Anzeichen für eine Sucht wäre. Hypothese d müsste relativiert werden. Da Facebook eine schnelle und zudem kostengünstige Art ist, mit anderen Menschen zu kommunizieren, kann die dafür aufgebrauchte Zeit durchaus andere Kommunikationsformen übersteigen, beispielsweise, wenn es sich um eine Person handelt, die von zu Hause aus arbeitet und dafür den PC nutzt. Durch die gewonnenen Erkenntnisse komme ich deshalb zu folgender Hypothese:

- a +) Wenn jemand Kontrolle über seinen Facebook-Gebrauch hat, also bewusst seine Zeit auf Facebook verbringt und dadurch keine ‚wichtigeren Dinge‘ vernachlässigt, dann ist auch eine erhöhte Nutzungsdauer kein Indikator für eine

Sucht.

Die folgenden Fragen befassen sich mit Variablen, die eventuell Einfluss auf die Nutzungsdauer haben könnten, das Nutzungsverhalten ist in diesem Falle also die abhängige Variable.

F2: Welcher Zusammenhang besteht zwischen den Persönlichkeitsmerkmalen des Nutzers und seinem Suchtpotenzial?

Um aus dieser Forschungsfrage allgemeingültige Hypothesen zu formulieren, ziehe ich sowohl das Persönlichkeitsmerkmal Introvertiertheit und Extrovertiertheit als auch das Thema Sozialphobie heran.

Zu dieser Thematik formulierte ich zu Beginn meiner Forschungsarbeit folgende Hypothesen:

- c) Wenn jemand eher introvertiert ist, nutzt er Facebook mehr als ein eher extrovertierter Mensch.
- d) Wenn eine Person sich in realen sozialen Situationen unwohl fühlt, dann kommuniziert er vermehrt über Facebook.

Nach den Erkenntnissen dieser Forschungsarbeit, kann Hypothese a klar falsifiziert werden. Die psychosozialen Eigenschaften Extraversion und Intraversion verlaufen gegenläufig zu Studien bezüglich anderer Online-Süchte wie Gaming oder Chats. Entgegen meiner Annahme unterstützt eine ausgeprägte Extrovertiertheit die Nutzung von Facebook, das Klischee des einsamen und sozial inkompetenten Computerfreaks kommt nicht zum Tragen. Ähnlich sieht es bei Hypothese b aus. Zwar bietet Facebook schüchternen Menschen die Möglichkeit, aus einer sicheren Sphäre heraus zu kommunizieren, fehlen hierzu jedoch die Kommunikationspartner – die bei Facebook typischer Weise immer noch durch realen Kontakt kennengelernt werden, nimmt die Kommunikation gar nicht erst viel Zeit in Anspruch. Grundsätzlich kann gesagt werden, dass Persönlichkeitsvariablen zwar durchaus positiv an einer Suchtentstehung teilhaben können, viel wichtiger ist in diesem Zusammenhang jedoch das Motiv, aus dem heraus sich der Nutzer dem medialen Angebot zuwendet. Eine korrekte Hypothese unter Einbezug des behavioralen Modells von Davis wäre in diesem Fall:

a +) Wenn Menschen, die in ihrem Leben etwas vermissen das Gefühl bekommen, dass Facebook ihnen genau das bietet, verbringen sie vermehrt Zeit auf Facebook.

F3: Welche Funktionen bzw. Leistungen von Facebook spielen eine relevante Rolle bei der Suchtentstehung?

Anfänglich stellte ich zu dieser Frage folgende Hypothesen auf:

- c) Wenn jemand die Gaming-Funktionen von Facebook nutzt, erhöht sich die Nutzungsdauer im Vergleich zu Nicht-Nutzern.
- d) Wenn jemand die Chat-Funktion auf Facebook nutzt, erhöht sich die Nutzungsdauer im Vergleich zu Nicht-Nutzern.

Bereits in der ersten Forschungsfrage, wurde deutlich, dass eine erhöhte Nutzungsdauer keineswegs mit einer Sucht in Verbindung stehen muss, was als erster Kritikpunkt an diesen Hypothesen gesehen werden muss. Zudem zeigte sich in Kapitel 4.1.2 dass die Aspekte des Gamens und Chattens bei der Facebook-Nutzung keineswegs im Zentrum des Interesses stehen. Diese beiden Hypothesen können zwar durchaus richtig sein, jedoch spielt bei der Hypothesengenerierung zu dieser Forschungsfrage das Kapitel ‚Gründe für die Faszination von Facebook vor dem Hintergrund des Uses-and-Gratification-Approach‘ eine zentrale Rolle. Aus einem völlig anderen Gesichtspunkt kam ich zu folgenden Hypothesen:

- a +) Je weniger Aufmerksamkeit und Anerkennung eine Person in seinem ‚realen Leben‘ bekommt, desto mehr postet er auf Facebook.
- b +) Wenn ein Mensch in seinem ‚realen Leben‘ schon oft enttäuscht oder zurückgewiesen wurde, dann kommuniziert er auf Facebook am meisten über Posts.
- c +) Wenn jemand im ‚realen Leben‘ noch nicht so eine gefestigte Persönlichkeit hat (die sich zum Beispiel in Unzufriedenheit mit sich selbst und einhergehenden Selbstzweifeln äußert), nutzt er Facebook vermehrt, um sich selbst darzustellen und weniger für soziale Interaktion.
- d +) Je neugieriger eine Person ist, desto häufiger nutzt sie Facebook.
- e +) Je geringer das Selbstwertgefühl einer Person ausgeprägt ist, desto mehr Freunde hat sie auf Facebook.

Nachfolgende Fragen beziehen sich auf die Auswirkungen der Sucht auf andere Lebensbereiche des Suchtkranken, die Nutzungsdauer ist unabhängige Variable.

F4: Welche Auswirkungen hat eine existente Facebook-Sucht auf den Alltag des Users?

Folgende Annahmen vertrat ich zu Beginn der Forschungsarbeit:

- c) Je höher die Nutzungsdauer, desto mehr Zeit verbringt die Person zu Hause.
- d) Je höher die Nutzungsdauer, desto weniger Zeit verbringt die Person mit anderen Menschen in face-to-face-Kontakt.

Hypothese a lässt sich in unserer heutigen Gesellschaft keineswegs mehr halten. Durch Smartphones und Pcs am Arbeitsplatz, der Universität oder der Schule bietet sich den Facebook-Usern eine Vielzahl an Nutzungsmöglichkeiten, auch außerhalb des Hauses. Hypothese b kann durch Forschungsfrage 2 falsifiziert werden. Extrovertierte Menschen sind häufiger auf Facebook und gleichzeitig häufiger in realem Kontakt mit anderen Menschen. Um zu dieser Forschungsfrage Hypothesen zu generieren, spielt das Kapitel 2 eine zentrale Rolle, da es allgemeine Tatsachen zu Sucht-Erscheinungen behandelt, die auch auf diese spezielle unstoffliche Sucht angewendet werden können. Unter Einbezug verschiedenster Annahmen und Ergebnisse der allgemeinen Sucht- und Online-Suchtforschung komme ich zu folgenden Hypothesen:

- a +) Wenn eine Person unter Facebook-Sucht leidet, dann kreisen seine Gedanken ständig um Facebook.
- b +) Wenn eine Person unter Facebook-Sucht leidet, dann hat Sie das ständige Bedürfnis, sich einzuloggen.
- c +) Wenn eine Person unter Facebook-Sucht leidet, stellt sie alle anderen Sachen hinten an und nimmt sogar Probleme im Beruf, der Schule, den Freunden oder der Familie hin.

F5: Welche Auswirkungen hat Facebook-Sucht auf die Gefühlswelt des Users?

Dazu formulierte ich zu Beginn der Forschungsarbeit folgende Hypothesen:

- c) Je höher die Nutzungsdauer, desto stärker ist das Gefühl der Einsamkeit bei einem Nicht-Nutzen-Können.
- d) Je höher die Nutzungsdauer, desto stärker ist die Angst etwas zu verpassen, in der Zeit, in der man Facebook nicht nutzen kann.

Hypothese b kann unter Berücksichtigung aller Kapitel durchaus als verifiziert betrachtet werden. Sowohl vom Experten als auch beim Herausarbeiten der Motive war der Aspekt, mit der Facebook-Nutzung ‚auf dem Laufenden‘ zu bleiben, ein wichtiger. Über Hypothese a kann allenfalls spekuliert werden. Ich denke schon, dass die Hypothese für Menschen, die Facebook aus der Hauptmotivation nutzen, um fehlende reale soziale Kontakte auszugleichen, durchaus zutreffen würde, dies ist jedoch ganz individuell herauszufinden und demnach nicht allgemein gültig. Aus diesem Grunde komme ich zu folgenden Hypothesen:

- a +) Wenn eine Person Facebook-süchtig ist, dann hat sie extreme Angst, etwas zu verpassen, wenn sie sich nicht auf Facebook einloggen kann.
- b +) Ist eine Person Facebook-süchtig, wird sie in Zeiten des Nicht-Nutzen-Könnens unruhig und nervös.
- c +) Wenn eine Person Facebook-süchtig ist, sinkt ihr Selbstwertgefühl in Zeiten des Nicht-Nutzen-Könnens.

Folgende Frage befasst sich mit der Motivation hinter der Nutzung.

F6: Aus welchen Gründen nutzen Suchtkranke Facebook im Gegensatz zu nicht Suchtkranken?

Zu Anfang dieser Arbeit entwickelte ich folgende Hypothese:

- b) Wenn jemand Facebook-süchtig ist, versucht er mit der Nutzung für ihn im Alltag fehlende Dinge zu kompensieren.

Diese Hypothese kann unumstritten verifiziert werden. Hinter jeder Sucht stehen Defizite einer Person – sei es in Bezug auf seine Gefühlswelt oder fehlende soziale Kontakte oder Freizeitaktivitäten – die er mit seinem Verhalten verbessern möchte. Während eine Person, die ‚mit sich im Reinen ist‘, auch bei einer extrem hohen Nutzungszeit nicht Gefahr läuft, süchtig zu werden, ist diese Gefahr bei anderen von der ersten Sekunde durchaus gegeben.

7 Wege aus der Sucht

Damit eine Sucht gar nicht erst entsteht, oder nach der Entstehung schnell und optimal behandelt werden kann, soll dieses Kapitel kurz auf einige wichtige Aspekte diesbezüglich eingehen.

7.1 Erkenntnis

Erkenntnis ist der erste Schritt zur Besserung. Nur wer einsieht, dass sein Umgang mit dem Internet, insbesondere mit Facebook problematisch ist, kann etwas dagegen tun. Auch wenn zu dieser Thematik bereits einiges an Literatur existiert, muss klar sein, dass es sich bei dem Phänomen Facebook um etwas derartig Neues handelt, dass noch viel Forschungsarbeit geleistet werden muss, um es tatsächlich zu verstehen.

7.2 Prävention durch Medienpädagogik

Die Neuen Medien eröffnen dem Nutzer im Gegensatz zu den ‚Alten‘ klassischen Medien wie Zeitung, Radio oder Fernsehen durch seine Interaktivität ein ungeahntes Ausmaß an Handlungsoptionen. Diese Tatsache macht eine Fähigkeit, kompetent, reflektiert und bedürfnisgerecht mit den Neuen Medien umzugehen unabdinglich und impliziert einen Ausbau an präventiven Maßnahmen zur Verbesserung der Medienkompetenz bei allen Altersgruppen in den unterschiedlichsten Handlungsfeldern.

Während frühere Generationen noch genau wussten, was sie literarisch im Schrank zu stehen haben, um bei Gesprächen mitreden zu können und die Welt der technischen Medien mit wenigen Filmen, Platten und Radiosendern extrem begrenzt war, wuchs die Generation der 80er hingegen schon mit einer weit größeren Palette an technischen und digitalisierten Medien auf. Emails, Chats, das WWW und eine Fülle an Fernsehprogrammen wurden kurzerhand durch Mobiltelefone und weitere technische Spielereien ergänzt und gehörten zum festen Bestandteil des Heranwachsens. Diese nicht von der Hand zu weisenden Generationsunterschiede bergen enorme Defizite in

der Medienkompetenz älterer Generationen, die problematisch werden können, wenn sich die Kinder unkontrolliert in die neuen virtuellen Welten stürzen.

Die Neuen Medien sind unumstritten ein zentraler Bestandteil der Mediensozialisation von Jugendlichen. Die digitalen Medien stellen dabei ein immenses Potenzial an Ressourcen, um ihre Kreativität zu entwickeln, wobei es sich um einen Prozess der Persönlichkeitsbildung durch Aneignung und Konstruktion der eigenen Wirklichkeit handelt²²⁴.

Fromme bringt in diesem Zusammenhang den Begriff Medienkompetenz ins Spiel, der sich keineswegs auf einen rein technischen Umgang mit den Neuen Medien bezieht, sondern vielmehr um einen kritisch-reflektierten Umgang, der die Möglichkeiten und Restriktionen dieser mitberücksichtigt und so zu einer konstruktiv-gestalterischen Entwicklung persönlicher Kompetenzen durch den Gebrauch führt. Aspekte der Medienkompetenz umfassen dabei den reflektierten Umgang mit den Möglichkeiten und Grenzen des Mediums, die kreativ-konstruktive Nutzung der medialen Optionen und die Entwicklung sozialer und persönlicher Kompetenzen durch den Mediengebrauch²²⁵.

Als Grundlagen dienen dabei sowohl medienpsychologische, als auch medienpädagogische Aspekte in Bezug auf Funktionen von Medien und Medienkompetenz. Wenn von Funktionen der Medien gesprochen wird, geht es vorrangig um die Leistungen, die das System Massenkommunikation für die Gesellschaft oder einen Teil ihrer zu erbringen in der Lage ist. Dabei geht es natürlich auch um Bedürfnisse und Motive, die mit der Nutzung in Zusammenhang stehen und erfüllt werden sollen²²⁶.

Um einen reflektierenden Rezipienten zu erschaffen, der in der Lage ist, Medien auf diese Weise zu nutzen, dass er in keine ungewollte Abhängigkeit gerät, ist, wie bereits gesagt, der Begriff der Medienkompetenz durchaus relevant. Dieser Begriff umfasst die Wissensstände über Medien sowie die Fähigkeit, Medien souverän bedienen, kritisch beurteilen und kreativ gestalten zu können und ist als Teil der medienpädagogischen Arbeit in einer Welt, die ohne Medien wohl nicht mehr

²²⁴ Vgl.: Petry, 2010: S. 80f.

²²⁵ Vgl.: Fromme, J. (2006): Mediensozialisation im Zeitalter der neuen Medien – Aufgaben und Perspektiven der erziehungswissenschaftlichen Medienforschung. In: Wiedemann, D./ Volkmer, I. (Hrsg.): *Schöne neue Medienwelten? Konzepte und Vision für eine Medienpädagogik der Zukunft*, S.110-125. Bielefeld: Gesellschaft für Medienpädagogik und Kommunikationskultur. Zit. n. Petry, 2010: S. 81.

²²⁶ Vgl.: Meyen, M. (2004): *Mediennutzung – Mediaforschung, Medienfunktionen, Nutzungsmuster*. Konstanz: UKV. S. 109.

funktionieren würde, ein durchaus wichtiger Terminus. Die integrale Medienpädagogik, die die Zusammenführung von Medienalltag und Medieninhalt mit den Ziel *„heranwachsende Generationen für das Leben unter zukünftigen Bedingungen zu befähigen und sie zugleich in den Stand zu setzen, in humanen, irreführenden, ausbeuterischen, verdummenden Zumutungen zu widerstehen“*²²⁷ stellt für die Vermeidung von Suchtverhalten in Bezug auf die Nutzung von Social Networks einen wichtigen Aspekt dar. Dabei steht nicht nur das Medium selbst im Mittelpunkt, sondern darüber hinaus die aneignenden Individuen in ihrem gesellschaftlichen Kontext, in dem Medien eine wesentliche Rolle spielen. Diese Perspektive befasst sich also verstärkt mit dem Umfeld des Rezipienten und klärt Bedingungen und Einflüsse, die ein eventuelles Suchtverhalten erklären könnten.

Leitlinien zum Aufbau von Medienkompetenz:

1. Gefahren der Sogwirkung durch Flow im Handlungsprozess gerade beim Gaming oder das hyperpersonale Beziehungserleben beim Chatten erkennen und Gegenstrategien entwickeln
2. Das Aufstellen von verbindlichen Regeln zwischen dem Jugendlichen und seiner Familie bzw. der pädagogischen Bezugspersonen
3. Gemeinsame Beschäftigung mit den Chancen und Risiken Neuer Medien und dessen speziellen Angeboten
4. Aufzeigen von alternativen Handlungsmöglichkeiten und gemeinsamen Aktivität, die herausfordernd sind, dichte emotionale Erfahrungen hervorrufen und eine soziale Bindung herstellen²²⁸.

Auf gesellschaftlich-kultureller Ebene bestimmt das Ausmaß der sozialen Ausgegrenztheit oder Integration darüber, ob die Neuen Medien dem Individuum als Bereicherung dienen, oder den destruktiven Rückzugsprozess fördern. Die Chance auf positive Nutzung der Neuen Medien hängt demnach davon ab, inwieweit andere Gratifikationsmöglichkeiten im gesellschaftlichen Umfeld des Nutzers zur Verfügung stehen. Auf individueller Ebene, also bezogen auf die Nutzerpersönlichkeit, entscheidet dessen psychische Stabilität bzw. Instabilität über die Möglichkeit einer kreativen Nutzung der Neuen Medien, besonders in der mit Krisen behafteten Zeit des Heranwachsens. Unter dem Schlagwort Medienkompetenz ist vorrangig die Phase der Selbstreflexion enorm wichtig bei dem Erwerb eines funktionalen oder dysfunktionalen Internetgebrauchs, doch auch Faktoren wie Selbstbewusstsein oder die Regulierung

²²⁷ Sander, U. (2008): Handbuch Medienpädagogik. Wiesbaden: VS. S. 75.

²²⁸ Vgl.: Petry, 2010: S. 89.

von Kognitionen und Emotionen spielen eine nicht unwichtige Rolle. Letztendlich bestimmt die Art und Weise, wie Kinder den Umgang mit den Neuen Medien erlernen, darüber, ob ihr Zugang zu diesen bereichernd oder eskapistisch bedingt ist. Gefühlsregulation, soziale Identitätsbildung und Integration in soziale Bezugsgruppen üben eine starke Anziehungskraft aus, ein reflektiv-kompetenter Umgang mit diesen Möglichkeiten des Mediums setzt dabei eine gelungene Mediensozialisation voraus. Zu dieser gehören neben Eltern und Schulen auch die gesamtgesellschaftlichen Rahmenbedingungen, um die heranwachsende Generation zu unterstützen, die emanzipatorischen Möglichkeiten der Neuen Medien für sich zu nutzen²²⁹.

7.3 Intervention

Bei einer erkannten bestehenden Facebook.-Sucht, sind alle präventiven Maßnahmen vernachlässigt worden, oder fanden eine zu späte Anwendung. In diesem Falle hilft nur noch eine Intervention.

Greenfield brachte im Jahr 2000 als einer der ersten Autoren eine Intervention bei existenter Internetsucht heraus. Diese können sowohl im Zusammenspiel mit einem professionellen Berater, als auch für Betroffene zur Selbst-Therapie genutzt werden. Folgende 12 Punkte können dabei helfen, die Betroffenen wieder in ein ‚normales‘ Sucht freies Leben zurückzuführen.

1. Urlaub von der Technik: Stundenweise oder über ganze Tage hinweg sollte der Computer des Betroffenen außer Reichweite gebracht werden.
2. Neues Interessengebiet: Suchen und Aufzeigen von anderen Freizeitaktivitäten, die nichts mit dem Computer zu tun haben.
3. Sport: kann extrem positiv wirken, da die dort produzierten Glückshormone die durch Internettätigkeiten erhofften positiven Gefühle ersetzen.
4. Weniger Fernsehen: laut Greenfield existiert eine Zusammenhang zwischen übermäßigem Fernsehkonsum und Internetsucht.
5. Gespräche über die Sucht: Kennzeichen jeder Sucht ist die Scham, an dieser zu leiden und damit Verbinden eine Geheimhaltung und Isolation. Gespräche darüber können helfen, diese Isolation zu durchbrechen,

²²⁹ Vgl.: Petry, 2010: S. 72f.

6. Suchtberatung oder Psychotherapie: Unterstützung, Akzeptanz und professionelle Anleitung sind notwendig, wenn man es allein nicht schafft. Sich Hilfe zu holen, sollte nicht als Schwäche interpretiert und deshalb abgelehnt werden.
7. Selbsthilfegruppen: Die Tatsache, dass man mit seiner Sucht nicht alleine ist, kann erleichternd wirken. Zudem können Leidensgenossen manchmal die besten Tipps geben, um von der Sucht loszukommen.
8. Eventuell können auch andere Selbsthilfegruppen dabei helfen, die Sucht unter Kontrolle zu bekommen. Die Prinzipien des Zwölf-Schritte-Programms sind bei allen Zwangsverhalten anwendbar.
9. Neue Beziehungen/ Freundschaften: bieten viel Ablenkung und können so die Online-Zeit enorm verringern, ohne dass es dem Süchtigen bewusst ist.
10. Internet-Sitzungen verkürzen: Ein Wecker als Anker in die Echtzeit sollte bewusst neben dem Monitor platziert werden, so wird dem Phänomen „time sink“ entgegengewirkt.
11. Selbstbeobachtung: Eine bewusste Selbstreflektion führt dazu, zu verstehen, in welchen Zeiten, mit welcher Stimmung man sich dem Internet zuwendet.
12. Bewusstwerden des ritualen Auslösers der Internetsitzungen. Der Auslöser ist assoziatives Bindeglied zum Suchtverhalten. Werden diese erkannt, kann der Teufelskreis eher durchbrochen werden.
13. Spiritualität kann dabei helfen, das Leben zu verändern. Dies ist nicht gleichzusetzen mit Glauben, sondern soll vielmehr unter der Fähigkeit verstanden werden, sich mit seinem höheren Selbst auseinander zu setzen²³⁰.

²³⁰ Vgl.: Greenfield, 2000: S. 94-109.

8 Resümee

Unter Einbezug aller vorgestellten Ergebnisse lässt sich die Frage, ob Facebook-Sucht existiert, eindeutig mit ja beantworten. Die frühere Annahme, Sucht ohne ‚richtige‘ Drogen sei quasi unmöglich, ist durch zahlreiche Untersuchungen korrigiert worden und längst nicht mehr aktuell. Facebook-Sucht als stoffunabhängige Suchtform ist demnach ein durchaus ernstzunehmendes Thema. Die Omnipräsenz von Facebook gibt dieser Sucht eine neue Dimension. Facebook-Sucht als moderne Verhaltensstörung, die sich durch eine eskalierte Normalverhaltensweise, d.h. ein exzessives auf Facebook ausgerichtetes Extremverhalten auszeichnet.

Die Suchtgefahr von Facebook ist deshalb gegeben, weil es auf den ersten Blick so unschuldig wirkt. Jeder nutzt es, es ist überall und einfach verfügbar. Diese Tatsache suggeriert ein reduziertes Risiko für jedermann. Andere ‚Drogen‘ sind schwer zu beschaffen, kosten viel Geld, sind mit Warnhinweisen versehen oder bürgen in irgendeiner Weise offensichtliche Schäden.

Interessant im Gegensatz zu anderen Formen der Online-Sucht wie der Chat-, oder Gaming-Sucht ist die Tatsache, dass Facebook-Sucht im Gegensatz dazu *nicht* durch einen sozialen Rückzug gekennzeichnet ist.

In Bezug auf stoffungebundene Suchtformen ist es extrem schwierig zu bestimmen, ab wann ein Verhalten als nicht mehr normal eingestuft werden muss. Quantitative Faktoren können zwar einen Hinweis auf eine mögliche Sucht geben, sind jedoch keinesfalls als verlässlicher Indikator für eine Sucht zu sehen. Vor einer Sucht stehen häufig Vorstufen wie Neigung, Leidenschaft, Affekt, Gewohnheit und Gewöhnung, die alles in allem aus einer Freude an dem erlebten Verhalten resultieren und auf ein Verlangen drängen, dies wieder zu fühlen. Dies führt unvermeidlich zu einer erhöhten Nutzung, ohne gleich süchtig zu machen. Eine Abhängigkeit ist eher eine Frage der Motivation heraus, mit der sich der Rezipient dem Medium widmet. Wer die angebotenen Inhalte genießen kann, zieht aus ihnen Gewinn, wer sie jedoch konsumiert, weil er sie unbedingt braucht und denkt, ohne sie nicht Leben zu können, gerät schnell in eine Abhängigkeit.

Wie auch bei allen anderen Süchten, kann es bei Facebook-Sucht zu Kontrollverlust und Entzugserscheinungen kommen. Dabei sinkt der Einfluss auf das eigene Verhalten stetig, die Emotionen und damit zusammenhängend die Kraft des Verstandes werden von dem Verlangen, sich auf Facebook einzuloggen, dominiert. Der Terminus des Kontrollverlusts bezeichnet in diesem Zusammenhang keineswegs die eigentliche

Selbstkontrolle, sondern den Aspekt der Konsumkontrolle. Die Selbstbestimmung bezüglich der Menge, Frequenz oder Intensität des Konsums liegt nicht mehr in der Hand des Users. Dieser Aspekt bezeichnet den wohl wichtigsten Charakterzug der Facebook-Sucht. Bei Facebook-Sucht ist der Drang, sich ständig und überall einzuloggen so dominant, dass alles andere in den Hintergrund tritt. Man könnte genauso gut anders mit den Personen in Kontakt treten, um sich auf den neuesten Stand zu bringen - sei es durch Telefonate oder reale Treffen, diese Möglichkeiten stellen sich für einen Facebook-Süchtigen jedoch gar nicht. Selbst in der Schule, der Universität oder im Büro kreisen seine Gedanken ständig darum, was in dieser Zeit auf Facebook geschieht und er überlegt sich, was er gerade posten würde, wenn er auf Facebook online wäre.

Als weiterer Faktor, der den Übergang von normalem zu süchtigem Verhalten charakterisieren kann, ist ausweichendes Verhalten zu nennen. Das Verhalten wird in diesem Sinne dann ausgeführt, wenn Konflikte oder Probleme nicht gelöst werden können. Als eigentlich sinnvoller Mechanismus zur Erholung kommt es bei Suchtkranken zu einer dauerhaften Anwendung, um sich gar nicht mehr mit den existenten Problemen auseinandersetzen zu müssen. Ziel des Konsums ist ein bestimmter psychischer Zustand, der je nach Person variieren kann. Bekommt jemand in seinem realen Leben zu wenig Aufmerksamkeit und findet diese bei Facebook, verliert er sich dort, wenn er nicht selbst dafür sorgt, in seinem Leben Dinge zu ändern, um sich so auf andere Weise Befriedigung zu verschaffen.

An der Entstehung einer Sucht sind zahlreiche komplexe Faktoren beteiligt. Traumatische Ereignisse, psychische Krankheiten oder gesellschaftliche Faktoren wie Armut, Arbeitslosigkeit und damit verbundene Langeweile und ein geringes Selbstwertgefühl können die Entstehung einer Sucht dabei grundsätzlich fördernd beeinflussen. Der Grund des Missbrauches ist bei jeder Sucht ähnlich: Eine Unzufriedenheit mit der momentanen Lebenssituation (oder seiner Gefühlswelt) oder die Unfähigkeit, damit angemessen umzugehen wie es z.B. bei Stress, aber auch bei Langeweile, Unterforderung, scheinbar unlösbaren Konflikten, Enttäuschungen oder Frustrationen der Fall sein kann, führt zu einem Konfliktlösungsversuch in Form des Suchtverhaltens.

Die Bestimmung, ab wann jemand tatsächlich Facebook-süchtig ist, ist – wie bereits deutlich wurde – ganz individuell zu bestimmen, folgende Anzeichen machen eine bestehende Sucht jedoch mehr als wahrscheinlich.

Die Wahrscheinlichkeit einer Facebook-Sucht ist dann sehr hoch, wenn Facebook die einzige Form der Kommunikation darstellt, ebenso wie wenn die Facebook-Nutzung die Tagesabläufe bestimmt, die Nutzung als Notlösung für fehlende Freizeitaktivitäten dient, sie dazu benutzt wird, um physischen oder psychischen Belastungen zu entfliehen, eine positive Grundstimmung zu erreichen und depressive Gefühle zu vermeiden, Minderwertigkeiten auszugleichen oder in eine andere Welt zu entfliehen, um mit Niederlagen umzugehen. Dabei muss nicht jedes Anzeichen gleich auf eine Sucht hinweisen, solange dieses nicht über einen längeren Zeitraum gegeben ist.

Die Frage, ob es einen Personenkreis gibt, der besonders gefährdet für Facebook-Sucht ist, lässt sich nicht so einfach beantworten. Klar ist, dass ein dysfunktionaler Internetgebrauch vor allem dann zu erwarten ist, wenn eine Person in einer bestimmten Lebenslage über unzureichende persönliche und soziale Ressourcen verfügt, was in der Phase der Adoleszenz durchaus häufiger auftreten kann, doch kann es auch bei Erwachsenen zu mangelnden befriedigenden Alternativen im Alltagsleben kommen, die einen dysfunktionalen Nutzungsstil verstärken.

Zu einem pathologischen Handlungsmuster, bei der eine dauerhafte psychische Störung vorliegt, sind meist eine vulnerable Persönlichkeit und deprivierende Lebensumstände beteiligt. Auch diese Faktoren sind völlig Alters- und Geschlechtsunabhängig.

Das Phänomen der Sozialphobie, die sich laut Davis in Angst etwas falsch zu machen in sozialen Situationen äußert und zu einer Zurückhaltung führt, ist bei der Entstehung von Facebook-Sucht ebenso wenig relevant bzw. nicht Aufschluss gebend. Zwar bietet Facebook sozial inkompetenten Menschen durch seine Kommunikationsformen die Möglichkeit, aus einer sicheren Sphäre heraus zu kommunizieren, jedoch ist dieses in manchen Fällen sogar eher stimulierend und kann soziale Angst vermeiden, was sich positiv auf reale Interaktionen auswirken kann.

Ganz anders verhält es sich bei der Erklärung einer Suchtentstehung mithilfe des Behavioralen Modells von Davis. Diesem Modell unterliegt die Annahme, dass positive Reaktionen bei der Beschäftigung mit dem Internet dazu führen, dass die Person ihr Verhalten nach dem Prinzip der operanten Verstärkung fortführt und Gedanken erfährt wie: „Im Internet bin ich jemand und Offline ein niemand“. Maladaptive Kognitionen führen so in eine Art Teufelskreis, bei der das Verhalten immer öfter ausgeführt wird, um das anfänglich positive Ergebnis zu erzielen. Dieses Modell fügt sich sehr gut in den Ansatz des Uses-and-Gratification-Approaches, indem es die Gratifikationen der Nutzung behandelt.

Die Spieltheorie, die die Mediennutzung als Art Spiel erklärt, wobei Spiel als freiwillige Handlung verstanden wird, deren Zweck in der Handlung selbst besteht, geht davon aus, dass sich der Rezipient dem Gefühl der Spannung hingibt und ein Bewusstsein über den Unterschied zum alltäglichen Leben erfährt und relativiert somit in gewisser Weise eine Überdramatisierung bzw. eine zu schnelle Suchtzuschreibung. Ihrer Annahme zufolge widmet sich der Rezipient einem bestimmten Medienangebot teilweise auch völlig zweckfrei, um sich von den alltäglichen Lebensaktivitäten abzulenken.

In Bezug auf differenzierte Nutzertypen und einem damit verbundenen Suchtpotenzial existieren bislang noch keine fundierten Ergebnisse. In Punkto Aktivität kann nicht zuverlässig gesagt werden, welche der beiden Typen (aktive oder passive Nutzer) ein höheres Risiko für eine mögliche Suchterkrankung aufweisen, da die hinter der Nutzung stehenden Motive dabei die zentrale Rolle einnehmen.

Bezüglich der Auswirkungen von psychosozialen Eigenschaften wie Extraversion und Offenheit für Neues auf die Facebook-Nutzung ist das Klischee des einsamen und sozial inkompetenten Computerfreaks keineswegs zutreffend. Eine ausgeprägte Extrovertiertheit führt sogar zu einer intensiveren Nutzung, was damit zusammenhängt, dass extrovertierte Personen gleichzeitig über eine höhere Freundesanzahl verfügen. Sie übertragen in gewisser Weise ihre Vielzahl an sozialen Kontakten aus dem ‚realen Leben‘ auf das Social Network. Facebook kann in diesem Sinne ebenfalls dazu genutzt werden, nicht nur in der aktuellen Lage, sondern auch zukünftig Chancen zu bieten. Das Handeln wäre hierbei von einer ökonomischen Größe mitbestimmt.

Grundsätzlich kann gesagt werden, dass Persönlichkeitsvariablen zwar durchaus positiv an einer Suchtentstehung teilhaben können, viel wichtiger ist in diesem Zusammenhang jedoch das Motiv, aus dem heraus sich der Nutzer dem medialen Angebot zuwendet.

Die Erklärung der Faszination von Facebook und somit auch dem Risiko der Suchtentstehung mithilfe des Uses-and-Gratification-Approaches sieht die zentralen Motive hinter der Facebook-Nutzung bei folgenden Aspekten:

Facebook bietet Interaktionsmöglichkeiten, *ist* Interaktion. Soziale Online Netzwerke bieten dem User ein immenses Potenzial an Mitgestaltung und das auf vielfältige

Weise in einem nicht völlig anonymen Rahmen und ohne die Kenntnisse eines Informatikers. Dies macht das Angebot mehr als verlockend.

In Punkto Kommunikation macht es sich bei den Nutzern ebenso beliebt. Jegliche Arten an schriftlicher Kommunikation sind vorhanden und auch wenn man sich relativ sicher sein kann, dass sein Gegenüber die Nachricht schnell liest, ist dieser nicht verpflichtet, sofort Rückmeldung zu geben, er *muss* ja nicht auf Facebook gewesen sein. Diese Unverbindlichkeit in der asynchronen Kommunikation ist in manchen Fällen genau das, was man möchte: Kontakt ohne große Verpflichtungen mit einem riesigen Bekanntenkreis. Wenn man dringend etwas Wichtiges zu besprechen hätte, würde wohl jeder zum Telefon greifen.

Und gerade weil diese Welt so wunderbar unverbindlich ist und die Kommunikation oftmals nur eine unterhaltende Funktion einnimmt, lebt es sich in ihr auch gern. Leute sehen deine Fotos, Kommentare, Videos, Fanseiten und Posts, sind davon angetan und verschaffen dir durch ein einfaches „Gefällt mir“ ein positives Gefühl.

Zusätzlich besteht die Möglichkeit, mit der eigenen Identität zu spielen und diese zu perfektionieren. Kleinere ‚Fehler‘ bei der Optimierung seiner Selbstdarstellung werden bei Facebook schneller verziehen als im realen Leben, oder auf humorvolle Weise korrigiert.

Ein weiterer, wenn nicht gar der wichtigste Aspekt, der Facebook so attraktiv macht, ist jener, der Aufmerksamkeitssteigerung. Niemand wird in seinem realen Leben die Möglichkeit haben, von so vielen Menschen gesehen und gehört zu werden und somit so viel Feedback zu bekommen. ‚Mehr Freunde, mehr Anerkennung‘ und das ist gut für das Selbstwertgefühl.

Zusätzlich ist Facebook wohl das modernste Beispiel des Marktplatzes. Alle neuesten Informationen zu Freunden, Bekannten, Prominenten, Dienstleistungen, Produkten, Events und vielem mehr auf einen Blick. Neugierige Menschen und die, die es nicht zugeben wollen, kommen voll auf ihre Kosten und können beim nächsten Gespräch mit Informationen auftrumpfen.

Wohingegen der Uses-and-Gratification-Approach eine mögliche Facebook-Sucht mit Faktoren, die in der Person verankert sind, erklären, integriert das medienökologische Rahmenmodell verschiedenste Theorien der Computer vermittelten Kommunikation und vermeidet die medienzentrierte Sichtweise ebenso wie die Einseitigkeit einer nutzerzentrierten Sichtweise und ist stattdessen dynamisch-transaktional ausgerichtet. Dies bedeutet, dass mögliche Internet-Effekte weder allein auf das Medium und

dessen Merkmale, noch allein auf den Rezipienten und sein mediales Kommunikationsverhalten zurückgeführt werden, sondern die Ableitung aus dem Zusammenspiel beider erfolgt. Zusammenfassend würde die Attraktivität von Facebook in diesem Sinne unter der Berücksichtigung der verschiedenen Komponenten damit erklärt werden, dass Facebook in unserer Gesellschaft überall eingebunden ist, es durch die Vielzahl an Computern und Smartphones schnell und einfach zu erreichen ist, in bestimmten Altersgruppen jeder dort Mitglied ist und es zudem einfach zu bedienen und interaktiv ist. Es herrscht nahezu ein gewisser gesellschaftlicher Druck, diesem Netzwerk beizutreten.

Facebook bietet durchaus ein gewisses Suchtpotenzial. Es bietet *alles* auf einen Blick. Egal ob Spiele, Umfragen, Informationen zu jedem und allem und jegliche Art von Kommunikation. Zudem ist man regelrecht out, wenn man nicht Teil dieses Netzwerkes ist und hat unumstritten ein gewisses Informationsdefizit zumindest in Bezug auf die aktuelle Lebenslage seiner Freunde und Bekannten.

Um eine Entstehung von Facebook-Sucht zu vermeiden, ist ein reflektierter Umgang notwendig. Eine verzerrte Selbstwahrnehmung kann die Einschätzung seines eigenen Verhaltens verfälschen, weshalb Gespräche mit anderen sinnvoll sind, um einen Vergleich herzustellen und sein eigenes Verhalten vielleicht besser einschätzen zu können. Die Reflektion bezieht sich aber nicht einzig und allein auf sein Nutzungsverhalten. Man sollte vielmehr seine gesamte Lebenslage reflektieren, sich fragen, ob man zufrieden ist und wenn nicht, in sich hinein hören und nach Alternativen Suchen, um diese Unzufriedenheit aufzuheben. Hilfe von außen kann in manchen Fällen unabdinglich sein. Bei bestehender Sucht nützt es nichts, wenn diese lediglich von Außenstehenden bemerkt wird. Der Suchtkranke selbst muss seine Krankheit erkennen, um Hilfe anzunehmen und sich von der Sucht befreien zu können. Es kann demnach nur Hilfe zur Selbsthilfe gegeben werden.

In Zukunft wären sowohl quantitative, als auch qualitative Forschungsansätze zu diesem Thema spannend, für die eine Zusammenarbeit mit Psychologen notwendig wäre. Da es sich bei Facebook immer noch um ein relativ neues Phänomen handelt, müssen zunächst verschiedenste Erfahrungen gesammelt werden.

Zukünftige Fragestellungen, die extrem spannend erscheinen und in dieser Arbeit aufgrund meiner unzureichenden psychologischen Kenntnisse nicht geklärt werden konnten, wären Folgende:

Welche Defizite weisen so viele Menschen in unserer Gesellschaft auf, dass Facebook für sie zum Non-plus-Ultra wird? Welche Defizite oder unbefriedigten Bedürfnisse stehen wirklich dahinter und wie könnte man sie im realen Leben kompensieren? Was müsste sich in der Gesellschaft ändern? Was bei der Erziehung?

Schlussendlich lässt sich sagen, dass das Thema Facebook-Sucht noch lange nicht hinreichend erforscht ist. Leider war es mir persönlich nicht möglich, Suchtkranke zu finden und Gespräche mit Ihnen zu führen, in denen ich ihre wahren Motive und mögliche Defizite herausfinden konnte. Meine Darlegung dieser möglichen Motive erfolgte aus einer mehr medienzentrierten, kommunikationswissenschaftlichen Sicht.

Insgesamt kann jedoch gesagt werden, dass von einer allgemeinen Panikmache abgeraten werden sollte. Gerade ein neu zu Facebook dazu gestoßenes Mitglied – egal unter welchen Lebensumständen – widmet sich vielleicht objektiv gesehen zu viel diesem Angebot, um sich auszuprobieren, aber selbst wenn es nach längerer Zeit nicht zu einer Reduktion der Nutzung kommt und Facebook durchaus eine Art Hobby darstellt, muss das noch nicht auf eine Sucht hindeuten. Während ein Buch oder eine Zeitung irgendwann zu Ende gelesen sind, findet man auf Facebook immer wieder neue Beiträge und Links, man kann nie wirklich ‚fertig‘ damit werden. Dies löst automatisch eine längere Nutzungszeit aus. Sobald die Facebook-Nutzung dabei nicht mehr selbstgesteuert und egal auf welche Weise zielgerichtet ist, kann es problematisch werden.

Facebook befriedigt Bedürfnisse, die in der heutigen Zeit durch wirklich nichts anderes auf so einfache und schnelle Art gestillt werden können: Ein immenses Potenzial an Aufmerksamkeit, Anerkennung und Möglichkeit zur Selbstdarstellung und Imagepflege - und das auf eine charmant unterhaltende und spielerische Art. Facebook ist keine solche Scheinwelt, wie es bei MUDs, Games der Fall wäre, in die sich der User schnell verliert, es ist vielmehr eine kleine Hilfe für den Alltag, gekoppelt an Unterhaltung und der Chance zur Kommunikation und Interaktion.

Anhang

Transkription des Experteninterviews

1. Halten Sie die Thematik Facebook-Sucht für zu überdramatisiert? Besteht für Sie persönlich überhaupt ein erhöhtes Risiko und damit Anlass zur Warnung?

Nein, ich halte dieses Thema für keineswegs überdramatisiert. Es ist durchaus wichtig, dass dieses thematisiert wird, da ein erhöhtes Risiko der Suchterkrankung gegeben ist.

Zwischenfrage: Warum ist das Risiko erhöht? Warum ist das Thema so wichtig? Warum entstand Ihrer Meinung nach der Begriff Facebook-Sucht und nicht bereits vorher StudiVZ-Sucht oder MySpace-Sucht?

Wenn sich persönliche Kompensationsmechanismen und eine Modeerscheinung, zu der Facebook, zweifellos gehört, begegnen, kann es auch zu einer Sucht kommen. Man ist heutzutage regelrecht out nicht auf Facebook zu sein. Das Zugehörigkeitsbedürfnis, auf das insbesondere Jugendliche sehr stark reagieren, wird dabei angesprochen.

Facebook ist das bekannteste der sozialen Netzwerke, daher ist es auch „wichtiger auf Facebook zu sein“ als auf einem anderen Netzwerk. Die Sucht kann aber selbstverständlich auch auf anderen Portalen auftreten, der Grundmechanismus ist der gleiche. Aber thematisiert wird es am ehesten bei Facebook, weil es das bekannteste ist.

14. Was charakterisiert die Facebook-Nutzung eines suchtkranken Users im Vergleich zu einem nicht suchtkranken User?

Der Unterschied bei Sucht und Nicht-Sucht ist immer das Ausmaß der bestehenden Kontrolle. So lange man noch die Kontrolle über etwas hat, ist es noch keine Sucht, auch wenn es vielleicht bereits ein höheres Ausmaß, ein höheres Zeitausmaß annimmt, aber wenn die Kontrolle immer mehr abgleitet und ein totaler Rückzug hin zu Facebook und weg von realen sozialen Kontakten, wie das Treffen von Freunden stattfindet, also ein Rückzugscharakter gegeben ist, dann ist es für mich eine Verschiebung in die Sucht hinein. Nutzen können dabei sowohl suchtkranke, sowie auch nicht-suchtkranke User Facebook auf die gleiche Art und Weise, sowohl, was die Dauer betrifft, als auch ihr Kommunikationsverhalten.

15. Kann man die Suchtkrankheit überhaupt an bestimmten Faktoren festmachen?
Sei es in Bezug auf quantitative Faktoren wie der Einloggingsanzahl oder die Dauer der Nutzung oder in Bezug auf die Aktivität eines Nutzers?

Nein, in dem Sinne nicht. Wie bereits gesagt, kann die quantitative Variable zwar ein Hinweis auf eine Sucht oder dessen Entstehung sein, jedoch kein Beweis für Sucht. Ebenso ist es mit der Aktivität der Nutzer. Beide Arten, sowohl der, der aktiv Meldungen postet, als auch jener, der diese nur liest, können suchtkrank sein, bzw. werden. Entscheidend ist IMMER der Kontrollfaktor und natürlich – und das lässt sich keineswegs an Dingen wie der Einloggingsanzahl festmachen – ob jemand in Unruhe gerät, wenn er sich nicht auf Facebook einloggen kann. Angenommen das Internet hat eine Störung und er bekommt eine totale Unruhe und Nervosität, dann ist das charakteristisch für eine Sucht, egal ob das ein passiver Nutzer ist oder ein aktiver.

Zwischenfrage: Wie würden Sie persönlich die Verteilung einschätzen und warum?

Ich denke, dass es mehr aktive Nutzer gibt, kann die Verteilung aber nicht zuverlässig einschätzen.

16. Welche Auswirkungen hat Facebook-Sucht auf das Leben eines Suchtkranken, sei es in Bezug auf sein Verhalten, als auch auf seine Gefühlswelt?

In Bezug auf die Verhaltensweisen, könnte man eine gesteigerte Aggressivität nennen, also eine gesteigerte aggressive Reaktion, wenn der Suchtkranke auf sein Verhalten angesprochen wird, oder eine Abwehr besteht, wenn Angebote von Familie, Freunden oder allgemein der Umwelt kommen, sich anderen Dingen zu widmen, wie beispielsweise ein Treffen oder Ähnliches.

Zwischenfrage: Wie gestaltet sich demnach ein typischer Tag im Leben eines Suchtkranken? Was denkt er dabei?

Bei Suchtkranken dominiert das Zielobjekt der Sucht, in diesem Fall würde sich das ganze Leben um Facebook drehen und zum dominierenden Lebensinhalt werden.

17. Welches zentrale Motiv sehen sie hinter einer exzessiven Facebook-Nutzung? Was veranlasst Menschen dazu, „Freunde zu sammeln“? Sehen Sie einen Zusammenhang zwischen sozialer Kompetenz und der Anzahl der befreundeten User.

Die Nutzung von Facebook ist immer auch Imagepflege und das Demonstrieren nach Außen. Man steigert damit sozusagen in gewisser Weise auch seinen persönlichen Marktwert. Man kann so richtig gut demonstrieren: Schaut, wie viele Freunde ich habe, ich bin beliebt. Das ist vielen sehr wichtig, das zu zeigen und wenn das dann eben so schön augenscheinlich ist, wie bei Facebook, dann kann das eben auch in Hunderte, bis hin zu fünf hundert oder über Tausend Freunde ausarten, wobei man vielleicht eher von Kontakten, als von Freunden sprechen sollte. Jeder Kontakt wird ja sofort als Freund gekennzeichnet. All das dient vorrangig als Imagepflege. Ein sozial kompetenterer Mensch hat in diesem Sinne den Vorteil, in seiner realen Interaktion noch mehr Kontakte zu knüpfen und seine Freundesanzahl zu erhöhen.

Zwischenfrage: Warum brauchen jedoch gerade noch sozial aktive Menschen diese Befriedigung über eine erhöhte Anzahl an Facebook-Freunden? Könnte man da von einer Art Gier sprechen?

Auch sozial aktive Menschen können unter Minderwertigkeitsgefühlen die sie zu kompensieren versuchen, leiden. Je stärker diese sind, desto stärker auch das Bestätigungsbedürfnis und in weiterer Folge das Bedürfnis das nach außen zu demonstrieren. Es geht hier darum den eigenen „Marktwert“ darzustellen. Bei vielen „Freunden“ und Kontakten fühlen sich die Betreffenden beliebter, begehrter, etc. Obendrein kann es zu einem Wettbewerbsverhalten mit anderen Freuden kommen, „wer hat mehr Facebook-Freunde“.

18. Welche Ursachen sehen sie für die Facebook-Sucht? Sind diese in der Person verankert, oder von der Umwelt verursacht?

Bei einer Sucht ist in erster Linie die Persönlichkeitsvariable entscheidend, also eher intern, aber natürlich können externe Bedingungen diese begünstigen, wie z.B. auch die ganzen Modetrends. Du bist out, wenn du dies und das nicht hast! Ein Denken wie dieses begünstigt natürlich, wenn man jedoch wirklich in einer Sucht hineingleitet, ist dies in fast allen Fällen intern verankert.

Zwischenfrage: Welche Personen leiden verstärkt unter einem geringen Selbstwertgefühl oder anderen Defiziten, die eine Facebook-Sucht begünstigen? Wodurch entstehen diese Defizite?

Die Defizite entstehen durch die Erziehung, sowohl die familiäre als auch die schulische. Wird jemand z.B. bei Fehlern zu sehr niedergemacht und nicht bestärkt wenn er etwas gut macht, dann entstehen Unsicherheiten und ein geringes Selbstwertgefühl. Das Messen an Leistung und der Vergleich mit anderen sind wesentliche Variablen die den Selbstwert prägen. Je stärker das stattfand und je liebloser die Erziehung war, desto größer die Defizite.

19. Existiert eine gewisse Risikogruppe? Hängt es dabei besonders vom Alter ab, oder welche Faktoren spielen für Sie die relevanteste Rolle?

Ich persönlich glaube nicht, dass die Variable Alter eine Rolle spielt, da es sich durch alle Altersgruppen hindurch zieht. Vielmehr sind es Personen, die Defizite bei sich wahrnehmen, ohne sie wirklich wahrzunehmen, sie reflektiert oder sie sich eingesteht und diese kompensieren möchte. Dann glaube ich, ist man besonders anfällig für eine Suchterkrankung.

20. Fallen Ihnen Dinge ein, mit denen man die Bedürfnisse anderweitig stillen könnte, die man sonst versucht, über Facebook-Nutzung zu befriedigen?

Ich denke grundsätzlich ist dies durchaus auch in der Realität möglich durch den realen Kontakt zu seinen Freunden. Natürlich ist es bei Facebook so, dass einfach die Anzahl größer ist und man sich somit einer gewissen Masse präsentieren kann. Dies ist vielleicht für viele in der Realität nicht möglich, es fehlt an Aufmerksamkeit und Anerkennung und somit an Selbstbestätigung, weshalb man Ersatz im Internet sucht. Zudem ist es dort natürlich um ein Vielfaches einfacher, sich zu verstellen, sich anders darzustellen. Man kann ein tolles Foto von sich reinstellen, man hat selber die Wahl, wie man sich präsentiert. In der Realität kann man immer nur so wahrgenommen werden, wie man halt eben gerade so ist. Natürlich kann man sich auch verstellen, aber bei Facebook ist es einfacher, ein Image aufzubauen, sich wunschgemäß darzustellen.

Zwischenfrage: Was für tatsächlich umsetzbare Ersatzaktivitäten könnte man bestimmen? Was erfüllt in der realen Welt den Wunsch nach Aufmerksamkeits- und Selbstwertsteigerung?

Das hängt sehr stark von den persönlichen Bedürfnissen und auch den Talenten ab. Die meisten werden versuchen über Dinge wo sie gut sind, Aufmerksamkeit zu erlangen. Das kann alles Mögliche sein, Sport, Kunst, Freunden helfen, etc. Es ist aber auch möglich durch ein negatives auffälliges Verhalten Aufmerksamkeit zu bekommen, das ist manchen lieber als keine Aufmerksamkeit zu bekommen. Je mehr Aufmerksamkeit und Akzeptanz von der Peer-Group desto mehr wird der Selbstwert steigen. Nichtsdestotrotz ist auch das ein Kompensationsmechanismus.

21. Vorherige Studien zur Internetsucht beziehen sich vorrangig auf Chat-Sucht, oder Gaming-Sucht. Zwei Leistungen, die auch Facebook anbietet. Meinen Sie, dass diese Leistungen relevant für eine Facebook-Suchtentstehung sind, oder kommt es dort eher auf andere Aspekte an?

Ich denke, die Leistungen sind durchaus ein zusätzlicher Anreiz, Facebook zu nutzen, es komplettiert es, stellt ein komplettes Angebot zur Verfügung, sodass der User gar nicht mehr auf eine andere Internetseite gehen muss, aber ich denke, der relevanteste Punkt ist schon der soziale Kontakt zu der erhöhten Anzahl an „Freunden“ in Form von Posts, oder anderen Kommunikationsformen, sowie die Möglichkeit zur einfachen Selbstdarstellung bzw. Rollen auszuprobieren.

22. Welcher Zusammenhang besteht zwischen der Persönlichkeitsvariabel Introvertiertheit und Extrovertiertheit in Bezug auf die Facebook-Suchtentstehung?

Bei introvertierten Personen ist die Hemmschwelle durchaus herabgesetzt durch die Kontrolle der Entscheidung, was man auf welche Art von sich ins Netz stellt. Zudem ist es durchaus einfacher, sich z.B. mit jemandem zu verabreden. Wenn man jetzt einfach postet: „Ich hab` heute Nachmittag nichts vor, wer hätte Lust auf einen Kaffee?“ ist ein sehr viel geringeres Risiko damit verbunden, als wenn ich jetzt eine Person gezielt frage: „Gehst du heute Nachmittag mit mir einen Kaffee trinken?“ Das ist sicherlich in diesem Falle für introvertierte Personen sehr viel leichter, aber auch bei den Extrovertierten spielt dieser Faktor durchaus eine Rolle. Zudem wiederum die Variable der Freundesanzahl. Sowohl intro- als auch extrovertierte Personen schmücken sich

gern damit, beliebt zu sein. Dieser Persönlichkeitsvariable würde ich demnach in Bezug auf eine Facebook-Sucht keinen zu hohen Stellenwert einräumen.

Zwischenfrage: Sie benutzen den Terminus Risiko? Worauf bezieht sich dieser? In Bezug auf Ablehnung oder worauf? Fällt Ihnen vielleicht ein Schlagwort dazu ein?

Ja, in Bezug auf das Risiko einen Korb zu bekommen und einer Person gegenüber Interesse zu signalisieren, wenn man möglicherweise noch nicht weiß, ob es auf Gegenseitigkeit beruht. Dieses Risiko lässt sich beim allgemeinen Posten umgehen.

23. Was wären geeignete präventive Maßnahme zur Verhinderung dieser Suchterkrankung?

Eine Verhinderung der Entstehung ist ziemlich schwierig, dazu müsste sich wohl sehr viel ändern. Es müsste zu einer Werteverchiebung kommen, dass man sich immer versucht, über etwas Externes zu präsentieren, oder Modetrends braucht, um dazu zu gehören oder ein bestimmtes Image zu erlangen. Es müssten sich also grundlegende Sachen ändern.

Zwischenfrage: Liegt diese Einschätzung daran, dass Sie Facebook als „Trend“ sehen, oder an den Möglichkeiten, die Facebook bietet?

Für mich hängt das zusammen. Es kann sich nur etwas als Trend durchsetzen, das die Bedürfnisse der Menschen befriedigt, die sonst scheinbar zu kurz kommen.

24. Besteht Ihrer Meinung nach ein Zusammenhang zwischen Medienkompetenz und der Entstehung dieser Suchterkrankung? Trägt es verstärkend dazu bei, dass unsere Eltern in Bezug auf diese Art der Neuen Medien noch nicht so viel Kompetenz aufweisen und den Heranwachsenden im Umgang zu wenig Hilfestellung geben können?

Ich glaube nicht, dass eine Suchterkrankung dadurch entsteht, dass Eltern beim Umgang zu wenig Medienkompetenz vermitteln konnten, dass also mangelnde Medienkompetenz zu einer Suchterkrankung beiträgt, sondern eher das gesamtgesellschaftliche Problem Schuld trägt, dass viele sich nicht so akzeptieren, wie

sie sind und immer etwas brauchen, woran sie sich aufhängen können, worüber sie sich definieren können, um diese Gefühle auszugleichen. Ich glaube, da liegt der Kern einer Suchtentstehung.

25. Welche Therapien wären bei bestehender Sucht denkbar? Was sagen Sie Patienten dieser Art? Wo setzen sie an?

Der wohl wichtigste Schritt, damit eine Therapie begonnen werden kann, ist schon einmal, dass der Süchtige seine Sucht zugibt, sie also selbst oder durch fremde Hilfe erkannt hat. Wenn sich jemand freiwillig in Therapie begibt, sind dies sehr gute Bedingungen. Ansetzen würde ich danach dann damit, herauszufinden, wo derjenige ganz spezifische Defizite bei sich und in seinem Leben wahrnimmt. Was versucht er mit seinem Verhalten auszugleichen? Und dann genau an diesem Punkt anzusetzen, an den Ursachen der Defizite zu arbeiten und mögliche andere Kompensationsstrategien zu entwickeln.

Zwischenfrage: Können Sie Beispiele nennen? Wie halten Sie es sonst bei der Therapie? Totale Abstinenz, oder Schrittweise Entzug? Welche Rolle spielen Freunde und Familie? Womit sollen sich Online-Süchtige am besten andersweitig beschäftigen? Welche Erfahrungen haben sie bisher damit gemacht?

Die meisten haben bereits diesbezüglich (totale Abstinenz/ schrittweiser Entzug) schon Versuche hinter sich. Das hängt auch mitunter vom Beruf ab. Wenn jemand das Internet beruflich braucht, ist eine totale Abstinenz nicht möglich, das muss man darauf abstimmen. Am sinnvollsten ist es, wenn ein Zeitplan erstellt wird mit einer Maximaldauer im Internet, der strikt eingehalten werden soll, wenn möglich auch mit Hilfe von Angehörigen, die darauf achten. Ebenso ist es möglich bestimmte Seiten zu meiden oder zumindest auch die Zeitdauer deutlich einzuschränken. Dann müssen Alternativen gefunden werden, die wieder die Onlinesüchtigen verstärkt ins reale Leben führen. Auch das ist wieder ein sehr individueller Prozess. Familie und Freunde können dabei sehr hilfreich sein, ebenso erschwert es die Situation wenn jemand ganz alleine ist.

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1: Uses-and-Gratification-Approach.....S. 64

Quelle: Prozessmodell der Medienzuwendung nach Schenk (2002: S.632)

<http://www.mediaculture->

[online.de/fileadmin/bibliothek/bonfadelli_medienzuwendung/bonfadelli_medienzuwend](http://www.mediaculture-online.de/fileadmin/bibliothek/bonfadelli_medienzuwendung/bonfadelli_medienzuwend)

[ung_html_4a121aba.gif](http://www.mediaculture-online.de/fileadmin/bibliothek/bonfadelli_medienzuwendung/bonfadelli_medienzuwendung_html_4a121aba.gif) (Stand: 25.07.2011, 20:10)

Abb. 2: Medienökologisches Rahmenmodell.....S. 84

Quelle: Döring, 2003: S. 128.

Literaturverzeichnis

- Atteslander**, Peter (2006): Methoden der empirischen Sozialforschung. 11., neu bearb. u. erw. Aufl. Berlin: Schmidt (ESV basics).
- Bach**, Wolfgang (2010): Unified Communications zur Effizienzsteigerung von Informations- und Kommunikationssystemen: GRIN Verlag.
- Back**, M. (2007): Selbstdarstellung im Web 2.0 und ihre negativen Konsequenzen. Norderstedt: Grin Verlag.
- Bahl**, Anke (1997): Zwischen On- und Offline. Identität und Selbstdarstellung im Internet. Zugl.: Tübingen, Univ., Magisterarb., 1997. München: KoPäd-Verl.
- Batinic**, Bernad (2000): Internet für Psychologen. 2., überarb. und erw. Aufl. Göttingen: Hogrefe Verlag für Psychologie.
- Bauer**, Dagmar (2003): Wirkung individueller Unterschiede auf Beanspruchung und Leistung bei der Informationssuche im Internet. Wien, Univ., Dipl.-Arb., 2003.
- Bauer**, Wolf (1976): Vier Wochen ohne Fernsehen. Eine Studie zum Fernsehkonsum. Berlin: Spiess.
- Beck**, Klaus (2006): Computervermittelte Kommunikation im Internet. München: R. Oldenbourg Verlag (Lehr- und Handbücher der Kommunikationswissenschaft).
- Beißwenger**, Michael (2000): Kommunikation in virtuellen Welten. Sprache, Text und Wirklichkeit ; eine Untersuchung zur Konzeptionalität von Kommunikationsvollzügen und zur textuellen Konstruktion von Welt in synchroner Internet-Kommunikation, exemplifiziert am Beispiel eines Webchats. Zugl.: Heidelberg, Univ., Magisterarb., 1999. Stuttgart: Ibidem-Verl.
- Bellebaum**, Alfred (1990): Langeweile, Überdruß und Lebenssinn. Eine geistesgeschichtliche und kultursoziologische Untersuchung. Opladen: Westdt. Verl.
- Bente**, Gary (2002): Virtuelle Realitäten. Göttingen u.a.: Hogrefe Verl. für Psychologie (Internet und Psychologie, 5).
- Berber**, Ernst (1935): Psychologie der Neugier. Leipzig: Barth.
- Bieber**, Christoph (2004): Interaktivität. Ein transdisziplinärer Schlüsselbegriff. Frankfurt/Main u.a.: Campus-Verl. (Interaktiva).
- Bogner**, Alexander (2005): Das Experteninterview. Theorie, Methode, Anwendung. 2. Aufl. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Bohnsack, Ralf (2008): Rekonstruktive Sozialforschung. Einführung in qualitative Methoden. 7., durchges. u. aktual. Aufl. Opladen u.a.: Budrich (UTB, 8242).

Bolz, Norbert (2005): Blindflug mit Zuschauer. München: Fink.

Burkart, Roland (2002): Kommunikationswissenschaft. Grundlagen und Problemfelder ; Umriss einer interdisziplinären Sozialwissenschaft. Teilw. zugl.: Wien, Univ., Habil.-Schr., 1983. 4., überarb. und aktualisierte Aufl. Wien u.a.: Böhlau (UTB, 2259).

Burkart, Roland (2004): Kommunikationstheorien. Ein Textbuch zur Einführung. 3., überarb. u. erw. Aufl. Wien: Braumüller (Studienbücher zur Publizistik- und Kommunikationswissenschaft, 8).

Dehm, Ursula (1984): Fernsehunterhaltung. Zeitvertreib, Flucht oder Zwang? ; eine sozialpsychologische Studie zum Fernseh-Erleben. Mainz: v. Hase & Koehler (Kommunikationswissenschaftliche Bibliothek, 10).

Ditz, Katharina (2003): Mein persönlicher Auftritt. Impression Management - die Kunst der Selbstdarstellung. Graz: Leykam.

Dollinger, Bernd (2007): Sozialwissenschaftliche Suchtforschung. 1. Aufl. Wiesbaden: VS Verl. für Sozialwiss.

Döring, Nicola (2003): Sozialpsychologie des Internet. Die Bedeutung des Internet für Kommunikationsprozesse, Identitäten, soziale Beziehungen und Gruppen. Teilw. zugl.: Berlin, Freie Univ., Diss., 1998. 2., vollst. überarb. und erw. Aufl. Göttingen u.a.: Hogrefe Verl. für Psychologie (Internet und Psychologie, 2).

Ebersbach, Anja; Glaser, Markus; Heigl, Richard (2011): Social Web. 2., völlig überarb. Aufl. Konstanz: UVK-Verlagsgesellschaft (UTB, 3065).

Faerman, Juan (2010): Facebook. Wie das soziale Netzwerk Facebook unser Leben verändert. München: Südwest Verl.

Flick, Uwe (1995): Handbuch qualitative Sozialforschung. Grundlagen, Konzepte, Methoden und Anwendungen. 2. Aufl. Weinheim: Beltz Psychologie-Verl.-Union.

Goffman, Erving (1996): Wir alle spielen Theater. Die Selbstdarstellung im Alltag. Unveränd. Taschenbuch-Ausg., 5. Aufl. München u.a.: Piper (Serie Piper, 312).

Gräf, Lorenz (1997): Soziologie des Internet. Handeln im elektronischen Web-Werk. Frankfurt Main u.a.: Campus-Verl. (Beiträge zur empirischen Sozialforschung).

Greenfield, David N. (2000): Suchtfälle Internet. Hilfe für Cyberfreaks, Netheads und ihre Partner. Düsseldorf: Walter.

- Gross**, Werner (1990): Sucht ohne Drogen. Arbeiten, Spielen, Essen, Lieben... Orig.-Ausg. Frankfurt am Main: Fischer-Taschenbuch-Verl. (Fischer-Taschenbücher, 3531).
- Grüßer-Sinopoli**, Sabine Miriam; Thalemann, Carolin N. (2006): Verhaltenssucht. Diagnostik, Therapie, Forschung. 1. Aufl. Bern: Huber (Klinische Praxis).
- Harten**, Rolf (1991): Sucht, Begierde, Leidenschaft. Annäherung an ein Phänomen ; [mit dem Lexikon der 121 Süchte]. München: Ehrenwirth.
- Hejny**, Daniela (2009): Total sozial vernetzt! - oder der Trend, alles über sich preiszugeben. Eine Untersuchung über Anonymität und Privatsphäre im Internet dargestellt am Nutzungsverhalten des Social Networks Facebook. Wien, Univ., Dipl.-Arb., 2009.
- Huber**, Nathalie (2006): Medien im Alltag. Qualitative Studien zu Nutzungsmotiven und zur Bedeutung von Medienangeboten. Berlin u.a.: Lit-Verl. (Mediennutzung, 7).
- Jäckel**, Michael (2002): Medienwirkungen. Ein Studienbuch zur Einführung. 2., vollst. überarb. u. erw. Aufl. Wiesbaden: Westdt. Verl. (Studienbücher zur Kommunikations- und Medienwissenschaft).
- Jarren**, Otfried (2001): Einführung in die Publizistikwissenschaft. Bern, Wien u.a.: Haupt (UTB für Wissenschaft : Uni-Taschenbücher, 2170).
- Kellermann**, Bert (2005): Sucht. Versuch einer pragmatischen Begriffsbestimmung für Politik und Praxis. Geesthacht: Neuland.
- Klingemann**, Harald (2006): Selbstheilung von der Sucht. 1. Aufl. Wiesbaden: VS Verl. für Sozialwissenschaften.
- Kneidinger**, Bernadette (2010): Facebook und Co. Eine soziologische Analyse von Interaktionsformen in Online Social Networks. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften / GWV Fachverlage GmbH Wiesbaden.
- Lamnek**, Siegfried (2010): Qualitative Sozialforschung. Lehrbuch ; [Online-Materialien]. 5., überarb. Aufl. Weinheim u.a.: Beltz.
- Lehenbauer**, Mario (2006): Pathologischer Internetgebrauch und Sozialphobie: spezifische maladaptive Kognitionen. Wien, Univ., Dipl.-Arb., 2006.
- Mayer**, Horst O. (2002): Interview und schriftliche Befragung. Entwicklung, Durchführung und Auswertung. München, Wien: Oldenbourg.
- Meyen**, Michael (2004): Mediennutzung. Mediaforschung, Medienfunktionen, Nutzungsmuster. 2., überarb. Aufl. Konstanz: UVK-Verl.-Ges. (UTB, 2621).

Oslislo, G. (2010): Moodmanagement und Sensation Seeking – Eine medien- und gruppenkontextuelle Darlegung. Norderstedt: Grin Verlag.

Petry, Jörg (2010): Dysfunktionaler und pathologischer PC- und Internet-Gebrauch. Göttingen, Wien u.a.: Hogrefe.

Poppelreuter, Stefan (2000): Nicht nur Drogen machen süchtig. Entstehung und Behandlung von stoffungebundenen Süchten. Weinheim: Beltz Psychologie-Verl.-Union.

Prokop, Dieter (1979): Faszination und Langeweile. Die populären Medien. Stuttgart: Enke (Flexibles Taschenbuch).

Raithe, Jürgen (2001): Risikoverhaltensweisen Jugendlicher. Formen, Erklärungen und Prävention. Opladen: Leske und Budrich.

Rattner, Josef; Danzer, Gerhard (2006): Selbstverwirklichung. Seelische Hygiene und Sinnsuche im Dasein. Würzburg: Königshausen und Neumann.

Reichertz, Jo (1998): Tele-Kulturen. Fernsehen und Gesellschaft ; Media-Lectures in der Ausstellung 'Der Traum vom Sehen'. 1. Aufl. Berlin: Ed. Triad (Edition Triad, 1).

Renner, Karl-Heinz (2005): Internet und Persönlichkeit. Differentiell-psychologische und diagnostische Aspekte der Internetnutzung. Göttingen, Wien u.a.: Hogrefe (Internet und Psychologie, 8).

Sander, Uwe (2008): Handbuch Medienpädagogik. 1. Aufl. Wiesbaden: VS Verl. für Sozialwiss.

Schenk, Michael (1987): Medienwirkungsforschung. Tübingen: Mohr.

Schenk, Michael (2007): Medienwirkungsforschung. 3., vollst. überarb. Aufl. Tübingen: Mohr Siebeck.

Schweiger, Wolfgang (2007): Theorien der Mediennutzung. Eine Einführung. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften (Lehrbuch).

Singer, Barbara (2002): Medien - von der Faszination zur Sucht. Wien: LexisNexis-Verl. ARD Orac (PPP - Psychotherapie, Psychologie, Psychosoziale Medizin).

Six, Ulrike (2007): Kommunikationspsychologie - Medienpsychologie. Lehrbuch. 1. Aufl. Weinheim u.a.: Beltz PVU (Lehrbuch).

Stetina, Birgit U.; Kryspin-Exner, Ilse (2009): Gesundheit und neue Medien. Psychologische Aspekte der Interaktion mit Informations- und Kommunikationstechnologien. Wien u.a.: Springer-Verl.

- Turkle**, Sherry (1999): Leben im Netz. Identität in Zeiten des Internet. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag (rororo Sachbuch. Science, 60069).
- Wagner**, Saskia (1999): Macht Fernsehen süchtig? Eine Literaturanalyse zur Zusammenfassung des Forschungsstandes. Wien, Univ., Dipl.-Arb., 1999.
- Wanderer**, Sonja Anna (2003): Persönlichkeitsfaktoren im Zusammenhang mit Internetsucht bzw. -Missbrauch. Wien, Univ., Dipl.-Arb., 2003.
- Weber**, Kaspar (1984): Einführung in die psychosomatische Medizin. Bern: H. Huber.
- Weischenberg, Siegfried (2005): Handbuch Journalismus und Medien. Konstanz: UVK-Verl.-Ges. (Praktischer Journalismus, 60).
- Wetzstein**, Thomas A. (1995): Datenreisende. Die Kultur der Computernetze. Opladen: Westdt. Verl.
- Wimmer**, Nina (2005): Internet (Ab)use. Grenzen zwischen "normaler" Internetnutzung und pathologischem Internetgebrauch unter besonderer Berücksichtigung der Auswirkung von Computervermittelter Kommunikation auf soziale Beziehungen. Wien, Univ., Dipl.-Arb., 2005.
- Zeier**, Hans (1992): Arbeit, Glück und Langeweile. Psychologie im Alltag. 1. Aufl. Bern u.a.: Huber (Aus dem Programm Huber: Psychologie Sachbuch).

Internetquellen

- <http://www.suchtmittel.de/info/stoffabhaengige-sucht/> (Stand 15.12.10, 09:13.)
- <http://www.suchtmittel.de/info/stoffunabhaengige-sucht/> (Stand 15.12.10, 09:13.)
- <http://www.aerzteblatt.de/v4/archiv/artikel.asp?id=39336> (Stand: 17.03.2011. 13:06.)
- <http://www.ginko-stiftung.de/modelle.aspx#Punkt4a> (Stand: 18.11.2010, 11:39.)
- <http://www.onmeda.de/krankheiten/internetsucht.html> (Stand: 15.11.2010, 17:06.)
- http://www.ahg.de/AHG/Standorte/Daun_Rosenberg/Datencontainer/Sonstige_Texte/Online-Sucht.pdf (Stand: 21.04.2011, 11:37.)
- <http://derstandard.at/1259282362159/Strategien-gegen-die-Facebook-Sucht> (Stand: 28.04.2011, 13:19.)
- <http://derstandard.at/1256743828628/Italien-Psychiatrische-Behandlung-gegen-Facebook-Sucht> (Stand: 28.04.2011, 11:22.)
- http://www.medpaed.de/dmdocuments/ws0708/schulentwicklung/neue_medien_definition.pdf (Stand: 28.04.2010, 10:51.)
- <http://wirtschaftslexikon.gabler.de/Archiv/80667/web-2-0-v7.html> (Stand: 28.04.2011, 11:08.)
- <http://www.scribd.com/doc/35091489/Social-Network-Sites-Definition-History-and-Scholarship> (Stand: 14.04.2011, 12:58.)
- <http://www.profil.at/articles/1103/560/286900/facebook-die-beziehungsmaschine-welt> (Stand: 14.04.2011, 12:53)
- <https://www.facebook.com/press/info.php?factsheet> (Stand: 03.05.2011, 12:11.)
- <https://www.facebook.com/home.php#!/facebook?sk=info> (Stand: 03.05.2011, 12:02.)
- <http://www.uni-hamburg.de/fachbereiche-einrichtungen/medienpsychologie/definition.html> (Stand: 28.04.2011, 15:17.)
- http://www.mediaculture-online.de/fileadmin/bibliothek/bonfadelli_medienzuwendung/bonfadelli_medienzuwendung_html_4a121aba.gif (Stand: 13.07.2011, 15:33)
- http://www.media-perspektiven.de/uploads/tx_mppublications/09-2005_Engel_Windgasse.pdf (Stand: 29.06.2011, 16:05).
- http://www.fukushimamahnt.de/Information/Selbstdarstellung_8927.de (Stand: 03.05.2011, 11:52.)
- <http://www.welt.de/wirtschaft/webwelt/article4982539/Was-wir-durch-Facebook-und-Co-verlieren.html> (Stand: 03.05.2011, 14:44.)

Abstract Deutsch

Facebook ist in aller Munde und nimmt bei einer bestimmten Altersgruppe einen Großteil der Mediennutzung ein. Wenn etwas so erfolgreich ist, bleiben auch kritische Stimmen nicht aus, das Thema Facebook-Sucht schwappte auf.

Diese Arbeit hat sich das Ziel gesetzt, herauszufinden, ob die in Online Netzwerken enthaltenen Funktionen eine extreme Zunahme der Nutzungsdauer implizieren und welche negativen Auswirkungen dadurch auftreten können. Nach einer allgemeinen Auseinandersetzung mit dem Thema Sucht wird eine Verbindung zu bereits anerkannten Mediensüchten hergestellt und unter Einbezug des Uses-and-Gratification-Approaches versucht, die zentralen Motive hinter einer abnormen Nutzung darzustellen. Nach Klärung der Frage, ob Facebook-Sucht überhaupt existiert wird versucht zu bestimmen, wie diese Art von Sucht sich charakterisieren lässt. Da die aktuelle Literatur diesbezüglich noch wenig zu bieten hat, trägt ein Experteninterview zur Fragenklärung bei.

Ohne etwas vorweg zu nehmen, lässt sich sagen, dass Facebook-Sucht durchaus ein erstzunehmendes Thema ist, vor einer Panik-Mache sollte jedoch dringend abgeraten werden. Besorgte Eltern, die Nutzungsdauer ihrer Kinder mit einer Sucht in Verbindung bringen, kann gesagt werden: Quantitative Variablen können ein Hinweis sein, vielmehr spielen jedoch tiefer liegende Probleme die Hauptrolle bei einer Suchtentstehung. Ein mit sich zufriedener Mensch, der ein erfülltes Leben führt, weist ein sehr geringes Suchtrisiko auf, egal gegenüber welchem Suchtobjekt. Diese Tatsache zeigt das wohl wichtigste Ergebnis dieser Arbeit: Die bewusste Wahrnehmung seiner Umgebung und der Blick unter die Oberfläche hilft, Sucht zu erkennen und sie zu verhindern, egal wie stark der Druck der Gesellschaft auch ist.

Abstract Englisch

Facebook is on everyone's lips these days and it amounts to the majority of media use in a particular age-group. However, if something is that successful, critical opinions rise up quickly. One of the most discussed topics being the so called Facebook Addiction.

The goal of this work is to find out whether it is the functions of an online network that imply an extreme use and what impact the resulting addiction has on the participants everyday life. After a general debate on the topic addiction, this paper tries to give a connection to already known media addictions. Referring to the uses-and-gratification-approach I try filtering out the main motivation for abnormal use. Having solved the question whether Facebook Addiction actually exists, this work focuses on a closer characterization of the addiction. Since there are few resources on this topic, the interview of an expert provides for detailed information.

Concludingly, one can say that the Facebook Addiction is in deed a problem, however not one of the most serious kind. Concerned parents who are afraid that the frequent network participation of their children is a sign for an addiction can be told: Quantitative variables can be a clue for an addiction, however deeper problems play the main role in the development of an addiction. A satisfied person, who leads a fulfilling life, has a very low risk for an addiction.

Lebenslauf

Name: Inga Krüger, Bakk. Phil.

Geburtsdatum: 26.01.1986

Geburtsort: Kiel

Staatsbürgerschaft: Deutsch

Kontakt: inga_krueger@yahoo.de

Schule:

1992: Grundschule Salzgitter Thiede

1998: Gymnasium im Schloss Wolfenbüttel

2005: Abitur auf dem Gymnasium im Schloss. Im folgenden Jahr jobbte ich und absolvierte ein dreimonatiges Praktikum.

Studium:

2006: Beginn des Studiums der Publizistik und Kommunikationswissenschaften an der Universität Wien

2009: Beendung des Bakkalaureatsstudiums in Publizistik- und Kommunikationswissenschaften und Fortsetzung des

Themen der Bakkalaureatsarbeiten:

„Das Image von Tabakkonzernen - Ein Abwägen von Vertrauenserwerb, Übernahme von gesellschaftlicher Verantwortung und Profitmaximierung“

„Auf der Suche nach den Meinungsführern – Der 2-Stufen-Fluss der Kommunikation und seine Weiterentwicklung“

Praktika:

2008: Praktikum bei der Eventagentur „creativ“ in Bad Honnef einschließlich aller dazugehörigen Planungsarbeiten bis hin zur Messestandbetreuung auf der IFA in Berlin

2009: Praktikum beim [030]-Magazin in Berlin mit Einblicken in alle redaktionelle Bereiche bis hin zur Veröffentlichung eigener Texte

2010: Praktikum in der PR-Agentur „markengold“ in Berlin mit den Hauptaufgaben Medienkontakt und Erstellung von Online- sowie Pressemeldungen

Wien, der 28.07.2011