

Der Einfluss eskapistischer Mediennutzung auf das psychische Belastungsempfinden während der COVID-19 Pandemie in der Allgemeinbevölkerung

Eine empirische Studie von Rebekka Denkwitz

Erstgutachterin: Silvia Gurdan | Zweitgutachter: Prof. Dr. Udo Stern

Datum: 15.03.2022

Gliederung

1. Theoretischer Hintergrund
2. Motivation und Relevanz
3. Forschungslage → Forschungslücke
4. Hypothesen
5. Methodik und Stichprobe
6. Ergebnisse und Interpretation
7. Diskussion und Limitation
8. Fazit und Ausblick
9. Literaturverzeichnis

1. Theoretischer Hintergrund

Eskapismus (Kuhlmann & Gehrau, 2011)

- Welt- oder Realitätsflucht, meist aus belastenden Lebenssituationen
- „Es passiert zu wenig, zu viel oder das Falsche“
- Ausschlaggebend sind das Motiv, das Mittel und die Dauer der Nutzung
- Uses-and-Gratifications Ansatz (Katz & Foulkes, 1962) sowie die Mood Management Theorie (Zillmann, 1988)

Hauptrisikofaktoren für die Psyche durch Pandemie

- Stress (Zinn et. al., 2020)
- Einsamkeit (Stallberg, 2021)
- Depressionssymptome (Lewinsohn, 1974 zit. nach Berking & Radovsky, 2012, S.36.)
- Angstsymptome (Haas, 2020)

2. Motivation und Relevanz



Fachliches Interesse

Angehende Psychologische Psychotherapeutin



Aktualität

Aktuelle Pandemielage

Strategien für den Umgang mit der Pandemie
aufdecken

3. Forschungsstand → Forschungslücke

- Bendau et al. (2021): COVID-19 bezogene Inhalte wirken sich auf Angst- und Depressionssymptome aus → verstärken diese
- Di Blasi et. al (2019): Eskapismus als maladaptive Coping Strategie (bei Videospiele)
- Kuhlmann & Gehrau (2011): Kann Eskapismus bei der Trauerbewältigung helfen? → Fernsehen bietet Anregung und Ablenkung, erst kritisch, wenn eine normale Lebensführung nicht mehr möglich ist

Wirkung von Eskapismus auf Psyche in der Pandemie

- Andere Studien schauen sich häufig die umgekehrte Wirkung an → Wirkung psychischer Auffälligkeiten auf das Eskapismusverhalten

2. Hypothesen (1)

Stress

H1: Je mehr Unterhaltungsmedien (Bücher, Streaming, Fernsehen) eskapistisch konsumiert werden, desto geringer ist das erlebte Stresslevel der Person. (Anderson et al, 1996)

Einsamkeit

H2: Je mehr Unterhaltungsmedien (Bücher, Streaming, Fernsehen) eskapistisch konsumiert werden, desto geringer ist das Einsamkeitserleben der Person. (Schulz et al., 2018)

2. Hypothesen (2)

**Depressions-
symptome**

H3: Je mehr Unterhaltungsmedien (Bücher, Streaming, Fernsehen) eskapistisch genutzt werden, desto höher fallen depressive Symptome aus. (Wheeler, 2015)

**Angst-
symptome**

H4: Je mehr Unterhaltungsmedien (Bücher, Streaming, Fernsehen) eskapistisch konsumiert werden, desto höher fallen die Angstsymptome aus. (Boers et al., 2019)

5. Methodik (1)

Studiendesign

- Quantitative Online-Fragebogenstudie
- Demografische Daten
- Mediennutzungsverhalten (in der Pandemie, Dauer, Genre und Motiv)
- Stress- und Coping Inventar (Satow, 2012)
- 2 Skalen der SCL-90-R (Franke, 1995)
- UCLA Loneliness Scale (Döring & Bortz, 1993)

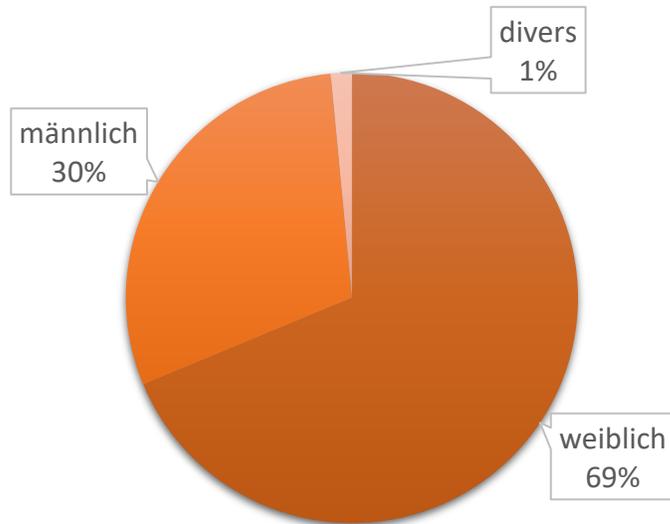
Auswertung

- Deskriptive Beschreibung der Stichprobe
- Multivariate Analyse der Daten mittels multipler linearer Regressionen

2. Methodik (2)

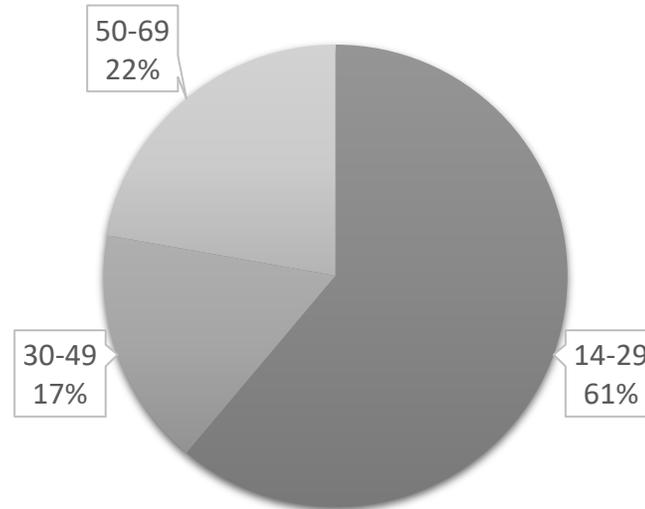
Stichprobe n = 72

Geschlecht



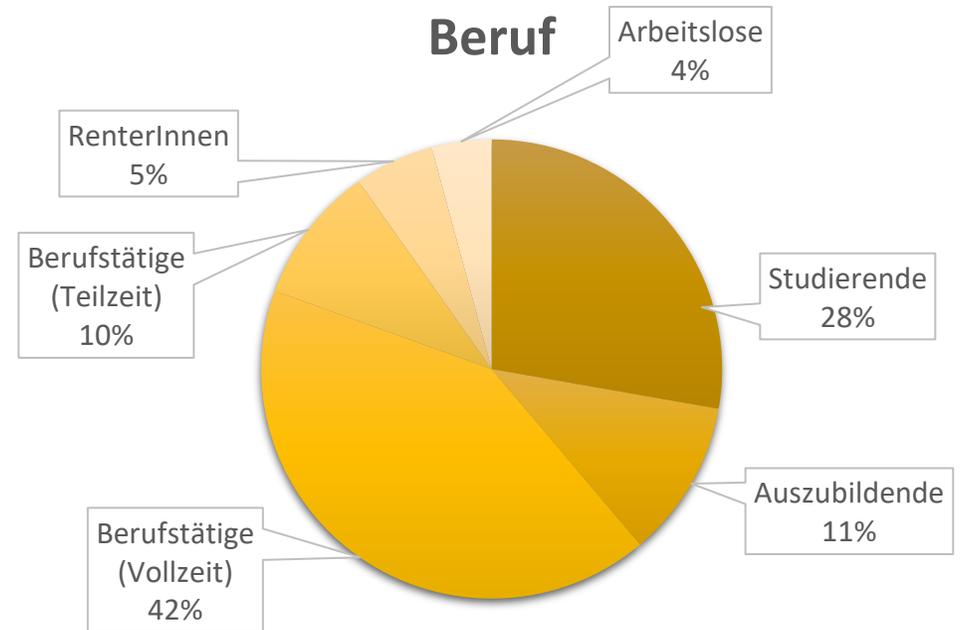
weiblich männlich divers

Alter



14-29 30-49 50-69

Beruf



Studierende Auszubildende
Berufstätige (Vollzeit) Berufstätige (Teilzeit)
RenterInnen Arbeitslose

2. Ergebnisse und Interpretation (1)

H1

Erhöhter eskapistischer Unterhaltungsmedienkonsum kann Stresssymptome verringern



H2

Erhöhter eskapistischer Unterhaltungsmedienkonsum kann Einsamkeitsgefühle verringern



H3

Erhöhter eskapistischer Unterhaltungsmedienkonsum kann depressive Symptome verstärken



H4

Erhöhter eskapistischer Unterhaltungsmedienkonsum kann Angstsymptome verstärken



In dieser Form FALSIFIZIERT

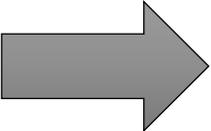
6. Ergebnisse und Interpretation (2)

Stress

- Keine signifikanten Ergebnisse durch die Hinzunahme der Faktoren Alter, Geschlecht und Beruf

Einsamkeit

- Ein erhöhter Streamingkonsum in der Pandemie hat zu niedrigerer Einsamkeit bei 14-29 jährigen geführt
- Ein längerer Konsums von Büchern hat die Einsamkeit bei Auszubildenden erhöht
- Längerer Streamingkonsum hat Einsamkeit bei Auszubildenden verringert

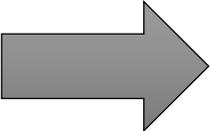


Identifikation mit Serien- und Filmcharakteren sowie möglicher Austausch mit Peers (Kuhn, 2018)
Frage nach dem Genre der Bücher, möglicherweise Fachliteratur → bietet keine Ablenkung

6. Ergebnisse und Interpretation (3)

Depressionssymptome

- Erhöhter Streamingkonsum während der Pandemie konnte depressive Symptome bei den 14-29 jährigen senken
- Längerer Bücher- und Fernsehkonsum erhöhte bei den 50-69 jährigen die Depressionssymptomatik
- Längerer Bücherkonsum verstärkte die Symptomatik bei den Auszubildenden
- Ein längerer Streamingkonsum verringerte diese hingegen

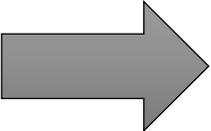


Fernsehen mit COVID-19 Inhalten verstärkt Ängste (Haas, 2020), Streaming bietet Ablenkung und Fluchtpotential (Kuhlmann & Gehrau, 2011)

6. Ergebnisse und Interpretation (4)

Angstsymptome

- Erhöhte Nutzung von Büchern zur Weltflucht erhöht Angstsymptome bei 14-29 jährigen
- Längeres Streamen senkte die Angst bei 50-69jährigen, während ein längerer Bücherkonsum diese erhöhte → gleiches galt bei Auszubildenden
- Bei Vollzeitberufstätigen hatte das Genre des Mediums einen Einfluss
 - Fantasyfilme und Comedyshows verringerten Angst
 - Komödien, Musiksendungen, Spielshows, Fantasybücher und Romanzen verstärken diese



Erneut Frage des Buchgenres; Comedyshows bieten Unterhaltung
Eventuelle Angst, nie selber so ein Leben zu führen (Cohen, 2006)

7. Diskussion und Limitation

- Größe der Stichprobe und Homogenität
- Keine Kontrollgruppe
- Kein genaues Eskapismus-Konzept und keine standardisierte Erfassung
- Nur Momentaufnahme, fehlende Vergleichswerte zu vor der Pandemie
- Viele ungenaue Variablen (Subjektivität, Verständnis der Fragen)
- Korrelation ist nicht gleich Kausalität

8. Fazit und Ausblick

- (Eskapistische) Mediennutzung kann sowohl als Bewältigungsstrategie als auch als Risikofaktor gesehen werden
 - Abhängig von Nutzungsdauer und Medium
 - Streaming korreliert positiv mit den meisten psychischen Belastungen
 - Bücherkonsum korreliert meist negativ mit den psychischen Belastungen
- Weitere Studien von Nöten, um genaueres Bild zu erlangen
- Zunächst bedarf es jedoch eines standardisierten Fragebogens zur Erfassung der eskapistischen Nutzung

9. Literaturverzeichnis

- Anderson, D. R., Collins, P. A., Schmitt, K. L., Smith Jacobvitz, R, (1996). Stress-ful Life Events and Television Viewing. *Communications Research* 1996; 23; 243-260.
- Bendau, A., Petzold, M. B., Pyrkosch, L., Maricic, L. M., Betzler, F., Rogoll, J., Grose, J., Ströhle, A., Plag, J. (2021). Associations between COVID-19 related media consumption and symptoms of anxiety, depression and COVID-19 re-lated fear in the general population in Germany. *European Archives of Psychi-atry and Clinical Neuroscience* (2021) 271: 283-291.
- Berking, M. & Radovsky, A. (2012). Unipolare Depression. In: M. Berking & W. Rief (Hrsg.). *Klinische Psychologie und Psychotherapie für Bachelor*. Band I: Grundlagen und Störungswissen. Lesen, Hören, Lernen im Web. S.29-48. Berlin, Heidelberg: Springer Verlag.
- Boers, E., Afzali, M., Conrod, P. (2019). Temporal Associations of Screen Time and Anxiety Symptoms Among Adolescents. *The Canadian Journals of Psy-chiatry* 63(3) 206-208.
- Cohen, J. (2004). Parasocial break-up from favorite television characters: The role of attachment styles and relationship intensity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21, 187-202. DOI: 10.1177/0265407504041374
- Di Blasi, M., Giardina, A., Giordano, C., Lo Coco, G., Tosto, C., Billieux, J., Schimment, A. (2019). Problematic video game use as an emotional coping strategy: Evidence from a sample of MMORPG gamers. *Journal of Behavioral Addictions* 8(1): 25-34.
- Döring, N. & Borz, J. (1993). Psychometrische Einsamkeitsforschung: Deutsche Neu-kostruktion der UCLA Loneliness Scale. *Diagnostica* 39, (3) 224-239.
- Franke, G. H. (1995). *SCL-90-R*. Die Symptom-Checkliste von Derogatis – Deut-sche Version. Göttingen: Beltz Test.
- Haas, J. G. (2020). *COVID-19 und Psychologie*. Mensch und Gesellschaft in Zei-ten der Pandemie. Wiesbaden: Springer Nature.

9. Literaturverzeichnis

- Katz , E., Foulkes, D. (1962). On the Use of the Mass Media as „Escape“: Clarification of a Concept. *Public Opinion Quarterly*, 26 (3),S. 377-388
- Kuhlmann, C., Gehrau, V. (2011). Auf der Flucht vor dem Tod? Eskapistische Mediennutzung und narkotische Dysfunktion. *Publizistik* 56:305-326.
- Kuhn, A. (2018). *Zeitschriften und Medienunterhaltung*. Zur Evolution von Medien und Gesellschaft in systemfunktionaler Perspektive. Wiesbaden: Springer Fachmedien.
- Satow, L. (2012). *Stress- und Coping-Inventar (SCI): Test- und Skalendokumen-tation*. Online im Internet: URL: <http://www.drsatow.de>. [Stand: 08.11.2021]
- Schulz, C., van Gend, C., Mangold, R. (2018). *Netflix gegen Einsamkeit?* Eine Studie zum Zusammenhang von erlebter Einsamkeit und der Nutzung von Streaming-Diensten. Hochschule der Medien.
- Stallberg, F.W. (2021). Die Entdeckung der Einsamkeit. Der Aufstieg eines un-terwünschten Gefühls zum sozialen Problem. Wiesbaden: Springer VS.
- Wheeler, K. S. (2015). *The Relationships Between Television Viewing Behaviors, Attachment, Loneliness, Depression and Psychological Well-Being*. University Honors Program Theses. 98. <https://digitalcommons.georgiasouth-ern.edu/honors-theses/98> [Stand: 09.11.2021]
- Zillmann, D. (1988). Mood management through communication choices. *American Behavioral Scientist*, 31(3), 327–340.
- Zinn, S., Bayer, M. (2020). Subjektive Belastung der Eltern durch Schulschlie-ßungen zu Zeiten des Corona-bedingten Lockdowns, *SOEPpapers on Multi-disciplinary Panel Data Research*, No. 1097. Deutsches Institut für Wirtschafts-forschung (DIW), Berlin.

Danke für Ihre
Aufmerksamkeit!
