

Birte Linny Geisler

Lebensbewältigung im Spiegel der Internetnutzung

Eine qualitative Biografiestudie
zur problematischen Internetnutzung bei Frauen



LEBENSBEWÄLTIGUNG IM SPIEGEL DER INTERNETNUTZUNG

Birte Linny Geisler

Lebensbewältigung im Spiegel der Internetnutzung

**Eine qualitative Biografiestudie
zur problematischen Internetnutzung
bei Frauen**

EBERHARD KARLS
UNIVERSITÄT
TÜBINGEN



TÜBINGEN
LIBRARY PUBLISHING

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie, detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.



Dieses Werk ist lizenziert unter einer Creative Commons Namensnennung – Keine Bearbeitungen 4.0 International Lizenz. Um eine Kopie dieser Lizenz einzusehen, konsultieren Sie <https://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0/legalcode> oder wenden Sie sich brieflich an Creative Commons, Postfach 1866, Mountain View, California, 94042, USA.

Die Coverabbildung ist von der CC-Lizenz ausgenommen.

Die Online-Version dieser Publikation ist auf dem Repository der Universität Tübingen frei verfügbar (Open Access).

<http://hdl.handle.net/10900/151252>

<http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:bsz:21-dspace-1512526>

<http://dx.doi.org/10.15496/publikation-92592>

Tübingen Library Publishing 2024
Universitätsbibliothek Tübingen
Wilhelmstraße 32
72074 Tübingen
druckdienste@ub.uni-tuebingen.de
<https://tlp.uni-tuebingen.de>

ISBN (Softcover): 978-3-98944-002-9

ISBN (PDF): 978-3-98944-003-6

Umschlaggestaltung: Sandra Binder, Universitätsbibliothek Tübingen

Coverabbildung: © IStock.com / Jorm Sangsorn

Satz: Birte Linny Geisler

Herstellung: BoD – Books on Demand, Norderstedt

Printed in Germany

Inhaltsverzeichnis

Abbildungsverzeichnis	9
Tabellenverzeichnis.....	11
Abkürzungsverzeichnis	15
Einleitung.....	17
Relevanz.....	17
Begriffsdefinitionen	19
Forschungsstand.....	24
Fokus auf Männer als vulnerable Betroffenenengruppe	24
Wendepunkt in der Internetsuchtforschung	26
Forschungsschwerpunkte und Forschungslücken	29
Fazit: Lückenhafte Kenntnislage trotz zunehmender Forschungsaktivitäten	47
Forschungsleitende theoretische Perspektiven	49
Frauenspezifische Perspektive.....	49
Sozialwissenschaftliche Perspektive.....	51
Biografische Perspektive	52
Familienperspektive	53
Perspektive der Lebensbewältigung.....	55
Ziele und Forschungsfragen	58
Material und Methoden.....	61

Integrativer qualitativer Forschungszugang.....	61
Datengenerierung.....	66
Rekrutierung und Sampling.....	66
Erhebungsinstrumente.....	78
Auswertung.....	87
Auswertungsstrategie.....	87
Auswertungsinstrumente.....	93
Umsetzung.....	102
Fazit: Forschungsdesign.....	137
Ergebnisse.....	139
Teilstudie 1: Problematische Internetnutzung.....	139
Einteilung der Fallgruppen.....	140
Fallbeispiel Frau Falke.....	143
Queranalyse Fallgruppe 1.....	149
Fallbeispiel Frau Rose.....	152
Queranalyse Fallgruppe 2.....	159
Fallbeispiel Frau Auster.....	173
Queranalyse Fallgruppe 3.....	182
Teilstudie 2: Der biografische Kontext.....	196
Fallbeispiel Frau Mohn.....	197
Queranalyse Fallgruppe 1.....	214
Queranalyse Fallgruppe 2.....	222
Queranalyse Fallgruppe 3.....	239
Teilstudie 3: Lebensbewältigungsstrategien.....	259

Fallbeispiel Frau Kiefer	260
Das Verhältnis von analogen und internetbasierten Lebensbewältigungsstrategien	284
Typologie: Die Bedeutung des Internets als Lebensbewältigungsstrategie	301
Typ A: Die Fliehende (der ›Weglauf-Typ‹)	302
Typ B: Die Selbstheilerin	307
Typ C: Die sich selbst Suchende	310
Typ D: Die Kontrollbedürftige	315
Typ E: Die Kontrollierte	321
Typ F: Die Beziehungsmanagerin	325
Typ G: Die Forschungsreisende	330
Zusammenführung der Ergebnisse	334
Diskussion	345
Ausprägungen einer problematischen Internetnutzung bei Frauen ...	346
Entstehung einer problematischen Internetnutzung bei Frauen	352
Implikationen für die Versorgungspraxis	359
Stärken, Schwächen und Schlussfolgerungen	362
Zusammenfassung	369
Literaturverzeichnis	371
Anhang	395
Anhang 1: Interviewleitfaden Rekrutierungsgruppe 1	396
Anhang 2: Interviewleitfaden Rekrutierungsgruppe 2	399
Anhang 3: Fragebogen soziodemografische Angaben	404
Anhang 4: CIUS-Fragebogen	407

Anhang 5: Fragebogen allgemeine Medien- und Internetnutzung....	410
Anhang 6: Postscript (Muster)	417
Anhang 7: Transkriptionsregeln.....	419
Anhang 8: Kategoriensystem in Teilstudie 1.....	422
Anhang 9: Kategoriensystem in Teilstudie 2.....	428
Anhang 10: Herleitung der Fallgruppeneinteilung in Teilstudie 1	433
Danksagung.....	437

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Untersuchungsgegenständliche Dimensionen

Abbildung 2: Analyseprozess im Integrativen Basisverfahren

Abbildung 3: Inventar (Ausschnitt) zu Fall Frau Lenz

Abbildung 4: Auswertungsablauf Teilstudie 1

Abbildung 5: Auswertungsablauf Teilstudie 2

Abbildung 6: Auswertungsablauf Teilstudie 3

Abbildung 7: Forschungsdesign

Abbildung 8: Genogramm Frau Mohn

Abbildung 9: Genogramm Frau Falke

Abbildung 10: Genogramm Frau Kornfeld

Abbildung 11: Genogramm Frau Fuchs

Abbildung 12: Genogramm Frau Rose

Abbildung 13: Genogramm Frau Kern

Abbildung 14: Genogramm Frau Berg

Abbildung 15: Genogramm Frau Sommer

Abbildung 16: Biografische Risikofaktoren Frau Sommer

Abbildung 17: Entstehungsmodell einer problematischen Internetnutzung

Tabellenverzeichnis

- Tabelle 1: Prävalenzschätzung Internetabhängigkeit (PINTA, 2011)
- Tabelle 2: Soziodemografische Merkmale des Samples
- Tabelle 3: Inanspruchnahme von psychologischen Versorgungsangeboten
- Tabelle 4: Vorstellung des Samples
- Tabelle 5: Musteraufbau eines Interviewleitfadens nach Kruse (2014)
- Tabelle 6: Rahmendaten Teilstudie 1, 2 und 3
- Tabelle 7: Kategoriensystem als Kodiercheckliste Teilstudie 1
- Tabelle 8: Kodierung ICD-11-Kriterien mit Kodierherleitungsmemo
- Tabelle 9: Deduktive Analyseheuristiken zur Inventarisierung
- Tabelle 10: Kategoriensystem Teilstudie 1
- Tabelle 11: Lebensverlauf Frau Lenz
- Tabelle 12: Kategoriensystem Teilstudie 2
- Tabelle 13: Darstellung eines Lebensverlaufs
- Tabelle 14: Rekonstruktive Auswertung am Beispiel von Frau Kornfeld
- Tabelle 15: Falltabelle im Rahmen der komparativen Analyse
- Tabelle 16: Typentabelle im Rahmen der komparativen Analyse
- Tabelle 17: (Mikro-)Sprachliche Analyse am Beispiel von Frau Bär
- Tabelle 18: Fallgruppenzuordnung je Schweregrad
- Tabelle 19: Fallgruppenzuordnung multi- versus monoperspektivisch
- Tabelle 20: ICD-11-Auswertung Frau Falke
- Tabelle 21: Lebensverlauf Frau Falke (erste Internetnutzung)
- Tabelle 22: Lebensverlauf Frau Falke (weitere Internetnutzung)

Tabelle 23: Lebensverlauf Frau Rose

Tabelle 24: ICD-11-Auswertung Frau Rose

Tabelle 25: Begleiterscheinungen Frau Rose

Tabelle 26: Problematische Internetanwendungen Fallgruppe 2

Tabelle 27: Biografische Einordnung Fallgruppe 2

Tabelle 28: Schweregrad Fallgruppe 2

Tabelle 29: Begleiterscheinungen Fallgruppe 2

Tabelle 30: Lebensverlauf Frau Auster

Tabelle 31: ICD-11-Auswertung Frau Auster

Tabelle 32: Begleiterscheinungen Frau Auster

Tabelle 33: Problematische Internetanwendungen Fallgruppe 3

Tabelle 34: Biografische Einordnung Fallgruppe 3

Tabelle 35: Schweregrad Fallgruppe 3

Tabelle 36: Begleiterscheinungen Fallgruppe 3

Tabelle 37: Lebensverlauf Frau Mohn (Ausschnitt 1)

Tabelle 38: Lebensverlauf Frau Mohn (Ausschnitt 2)

Tabelle 39: Lebensverlauf Frau Mohn (Ausschnitt 3)

Tabelle 40: Lebensverlauf Frau Mohn (Ausschnitt 4)

Tabelle 41: Herkunftsfamiliäre Risiko- und Schutzfaktoren Fallgruppe 1

Tabelle 42: Belastungserfahrungen im weiteren Leben Fallgruppe 1

Tabelle 43: Herkunftsfamiliäre Risiko- und Schutzfaktoren Fallgruppe 2

Tabelle 44: Belastungserfahrungen im weiteren Leben Fallgruppe 2

Tabelle 45: Herkunftsfamiliäre Risiko- und Schutzfaktoren Fallgruppe 3

Tabelle 46: Herkunftsfamiliäre Vulnerabilitätsmuster Fallgruppe 3

Tabelle 47: Belastungserfahrungen im weiteren Leben Fallgruppe 3

Tabelle 48: Komparative Analyse Frau Falke und Frau Winter

Tabelle 49: Komparative Analyse Frau Rose und Frau Kornfeld

Tabelle 50: Komparative Analyse Frau Kirschbaum

Tabelle 51: Komparative Analyse Frau Kern

Tabelle 52: Komparative Analyse Frau Fuchs und Frau Nebel

Tabelle 53: Komparative Analyse Frau Hahn

Tabelle 54: Zusammenführung der Ergebnisse aus Teilstudie 1, 2 und 3

Tabelle 55: Hypothesen der Ergebniszusammenführung

Tabelle 56: Interviewleitfaden Rekrutierungsgruppe 1

Tabelle 57: Interviewleitfaden Rekrutierungsgruppe 2

Tabelle 58: Transkriptionsregeln

Tabelle 59: Kategoriensystem Teilstudie 1

Tabelle 60: Kategoriensystem Teilstudie 2 am Beispiel von Frau Mohn

Tabelle 61: Herleitung der Fallgruppeneinteilung Teilstudie 1 Gruppe 1

Tabelle 62: Herleitung der Fallgruppeneinteilung Teilstudie 1 Gruppe 2

Tabelle 63: Herleitung der Fallgruppeneinteilung Teilstudie 1 Gruppe 3

Abkürzungsverzeichnis

ACE	Adverse Childhood Experiences
AWMF-S1-Leitlinie	Leitlinie der Klasse S1 der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften
B:	Befragte
CIU	Compulsive Internet Use
CIUS	Compulsive Internet Use Scale
CSS	Computerspielstörung
DSM-5	5. Auflage des Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
EIU	Excessive Internet Use
I:	Interviewerin
IA	Internet Addiction
IAT	Internet Addiction Test
IBS	Internetbezogene Störung
ICD-11	International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems Version 11
IGD	Internet Gaming Disorder
I-PACE-Modell	Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution Modell

IUD	Internet Use Disorder
LJ	Lebensjahr
N/A	Not applicable (deutsch: nicht zutreffend)
PINTA	Prävalenz der Internetabhängigkeit
PINTA-DIARI	Prävalenz der Internetabhängigkeit – Diagnostik und Risikoprofile
PIU	Problematic Internet Use
PNS	Pornografienutzungsstörung
RG	Rekrutierungsgruppe
SNS	Soziale-Netzwerke-Nutzungsstörung

Einleitung

Relevanz

Versorgungsangebote erreichen Frauen mit einer Internetnutzungsstörung bisher unzureichend. Es zeigt sich eine Diskrepanz zwischen epidemiologischen Studien und der Versorgungsrealität, die sich erstmals nach Veröffentlichung der PINTA-Studie im Jahr 2011 (vgl. Rumpf et al., 2011) und der PINTA-DIARI-Studie im Jahr 2013 (vgl. Bischof et al., 2013) deutlich wurde. Offenbar sind in Deutschland deutlich mehr Mädchen und Frauen von einer Internetnutzungsstörung betroffen als zuvor angenommen – in manchen Altersgruppen nahezu gleich viele oder sogar mehr als Männer. In der Versorgungspraxis jedoch nehmen weibliche Betroffene deutlich seltener internetnutzungsstörungsspezifische Hilfsangebote wahr als männliche Betroffene (vgl. Müller et al., 2019, S. 22; Petersen et al., 2017, S. 96; Beutel, Hoch et al., 2011, S. 80; Petersen & Thomasius, 2010, S. 216 ff.).

Offenbar haben Hilfen, die spezifisch auf eine Internetnutzungsstörung ausgerichtet sind,¹ betroffene Frauen bisher nicht erreicht oder wurden von ihnen nicht als passend empfunden. Trotz intensivierter Forschungsbemühungen gibt es zur fehlenden Inanspruchnahme spezifischer Hilfen keine zufriedenstellende Erklärung. So bleibt offen, wie wir Versorgungsangebote besser auf weibliche Betroffene ausrichten können.

Oder gibt es womöglich gar keinen Versorgungsmangel – womöglich weil betroffene Frauen sich weniger betroffen fühlen, weniger Leidensdruck hinsichtlich ihrer problematischen Internetnutzung empfinden?

Ein Hilfsangebot sollte optimal zielgruppenorientiert ausgerichtet sein. Dazu ist es wichtig, dass wir die Zielgruppe gut kennen. Dabei sollten uns nicht nur die zahlenmäßig Hauptbetroffenen, sondern auch die »ebenfalls

¹ Zur besseren Lesbarkeit nenne ich Hilfen, die sich speziell an Betroffene einer Internetnutzungsstörung richten, im weiteren Textverlauf »spezifische Hilfen«.

Betroffenen interessieren. Nicht Prävalenzen, sondern die Bandbreite möglicher Ausprägungen einer Internetproblematik bei Frauen sollte die Angebotsgestaltung steuern. Dazu ist es notwendig, dass wir die Facettenvielfalt, die diese Problematik bei Frauen (und im Übrigen auch geschlechterübergreifend) annehmen kann, verstehen. Essenziell ist es, genau hinzuhören, wie die Betroffenen selbst die Schwelle zu einer Problematik einschätzen. Vielleicht unterscheiden sich die subjektiven Einschätzungen der Betroffenen von den »offiziellen« Diagnostikkriterien einer Internetnutzungsstörung? Wir sollten verstehen, welche Gründe es für eine Internetnutzungsstörung bei Frauen gibt, inwiefern das mit bestimmten Lebenserfahrungen und sozialen Prägungen zu tun haben könnte. Auch könnten wir fragen: Was bringt das Internet den Betroffenen, welche Funktionen übernimmt es im jeweiligen Lebenskontext? An welcher Stelle ist das Internet noch eine Ressource, wann eine selbstschädigende Strategie?

Letztendlich entscheiden die Betroffenen mit ihren subjektiven Relevanzsetzungen selbst darüber, ob und welches Hilfsangebot sie in Anspruch nehmen. Daher ist es wichtig, dass wir diese subjektiven Relevanzen verstehen. Wie stehen diese Betroffenen im Leben? Was ist ihnen wichtig? Welche gesellschaftlichen Rollenzuschreibungen prägen sie? Könnte es nicht sein, dass die Zielgruppe sehr wohl ein gutes Gespür dafür hat, was für Hilfen sie benötigt, nur die Anbieter von Versorgungsangeboten kennen diese Bedarfe nicht? Zumindest scheint die Betroffenenengruppe gut zu wissen, welche Hilfen *nicht* passen. Dazu zählen offensichtlich spezifische Hilfen bei einer Internetnutzungsstörung.

Um betroffene Frauen mit eben diesen spezifischen Hilfen besser zu erreichen, sollten wir also die Zielgruppe in ihrer Vielfältigkeit und Komplexität noch besser kennenlernen. So können wir ein zielgruppenorientiertes Angebot entwickeln, das an die Lebensrealität und Hilfebedürfnisse der Betroffenenengruppe anschließt. Erst mit Verständnis für die Lebenswirklichkeiten der weiblichen Betroffenenengruppe können passgenaue, kontext- und gendersensible Hilfen entstehen.

Begriffsdefinitionen

Ein Rückblick auf die bisherige Forschung zu Internetnutzungsstörungen zeigt, dass nach fast 30 Jahren noch immer keine Einigkeit darüber herrscht, wie das Phänomen einheitlich bezeichnet werden soll.

Es existieren zahlreiche Begriffe dafür, dass Menschen das Internet auf eine schädliche Weise nutzen. Im Deutschen werden aktuell insbesondere folgende Begriffe verwendet: Internetbezogene Störung (IBS) sowie gemäß der sich in Arbeit befindlichen AWMF-S1-Leitlinie Internetnutzungsstörungen und damit zusammenhängende Bezeichnungen für spezifische Nutzungsformen wie zum Beispiel Computerspielstörung (CSS), Pornografienutzungsstörung (PNS) oder Soziale-Netzwerke-Nutzungsstörung (SNS) (vgl. Rumpf et al., 2021). Die Autorinnen und Autoren schlagen hingegen die Internetnutzungsstörung als Oberbegriff vor für »Störungen aufgrund von Verhaltenssuchten, die sich ausschließlich oder vorwiegend auf online ausgeübte Verhaltensweisen beziehen« (Rumpf et al., 2021, S. 183). Der Begriffsbestandteil »Störungen« ermöglicht laut den Autorinnen und Autoren die Kompatibilität mit dem DSM-5 und dem ICD-11 und vermeidet Stigmatisierungen, welche im Zusammenhang mit den Begriffen Sucht und Abhängigkeit entstehen können (vgl. Rumpf et al., 2021, S. 183).

In der deutschen Alltagssprache und im öffentlichen Diskurs spricht man hingegen häufig von einer Internetsucht. In der englischsprachigen Forschung finden sich als Bezeichnungsvarianten zum Beispiel Internet Addiction (IA), Problematic Internet Use (PIU), Internet Gaming Disorder (IGD), Pathological Internet Use, Excessive Internet Use (EIU), Compulsive Internet Use (CIU), die sich aber letztendlich alle auf dasselbe Phänomen beziehen (vgl. Widyanto & Griffiths, 2006, S. 48).

Neben der Begrifflichkeit besteht zudem weiterhin Uneinigkeit darüber, wie das Phänomen einer Internetnutzungsstörung zu definieren und empirisch zu erfassen ist. Offizielle Diagnostikkriterien beziehen sich bisher auf

eine Subform, die Onlinespielnutzungsstörung. Der ICD-11 definiert eine Gaming Disorder wie folgt:

»Gaming disorder is characterised by a pattern of persistent or recurrent gaming behaviour (digital gaming or video-gaming), which may be online (i. e., over the internet) or offline, manifested by: 1. impaired control over gaming (e. g., onset, frequency, intensity, duration, termination, context); 2. increasing priority given to gaming to the extent that gaming takes precedence over other life interests and daily activities; and 3. continuation or escalation of gaming despite the occurrence of negative consequences. The pattern of gaming behaviour may be continuous or episodic and recurrent. The pattern of gaming behaviour results in marked distress or significant impairment in personal, family, social, educational, occupational, or other important areas of functioning. The gaming behaviour and other features are normally evident over a period of at least 12 months in order for a diagnosis to be assigned, although the required duration may be shortened if all diagnostic requirements are met and symptoms are severe.« (World Health Organization, 2022)

Im Gegensatz zur ICD-11-Definition, bei der das Phänomen durch drei Kernkriterien festgelegt ist, die alle für eine Diagnose zutreffen müssten, schlägt das DSM-5 neun Kriterien vor, von denen für die Diagnose einer IGD mindestens fünf Kriterien über einen zwölfmonatigen Zeitraum hinweg zutreffen müssten: Eingenommenheit, Entzugssymptome, Toleranzentwicklung, erfolglose Versuche, das Spielverhalten zu kontrollieren, Interessensverlust hinsichtlich anderweitiger Freizeitbeschäftigungen, die Fortführung der exzessiven Spielnutzung trotz des Bewusstseins über die negativen psychosozialen Folgen, die Täuschung von Familienmitgliedern, Therapeutinnen und Therapeuten oder anderen Personen über das Ausmaß der Spielnutzung, die Nutzung des Spiels zur Regulation negativer

Stimmungen sowie die negative Beeinträchtigung wichtiger Beziehungen, privat wie im beruflichen Kontext, aufgrund des Spielens (American Psychiatric Association, 2022, S. 913-914).

Beide oben genannten Konzepte werden in Studien als Forschungsdiagnose anwendungsübergreifend auf die Internetnutzung angewandt, also nicht nur auf das Spielen (vgl. Petersen & te Wildt, 2020; Petersen & te Wildt, 2013; Bischof et al., 2013). Auch für die vorliegende Arbeit eignen sich die genannten Definitionen als sensibilisierende Konzepte zur Annäherung an das Phänomen der problematischen Internetnutzung bei Frauen. Dennoch war es mir in dieser Studie ein wesentliches Anliegen, die relevanten Eigenschaften einer problematischen Internetnutzung bei Frauen mit offenem Blick nochmals empirisch zu bestimmen.

Dazu war es notwendig, mich in dieser Arbeit auch begrifflich neu zu sensibilisieren. Als Dachbegriff für den zentralen Untersuchungsgegenstand wähle ich daher die »problematische Internetnutzung«. Dieser Begriff soll die komplette Bandbreite möglicher Internetnutzungsmuster abdecken, die in irgendeiner Weise von Betroffenen als problematisch empfunden werden. Dies kann jeglichen Schweregrad beinhalten: eine Internetnutzung mit Krankheitscharakter und Behandlungsbedarf, eine missbräuchliche Internetnutzung, aber auch eine in der Regel »gesunde« Internetnutzung mit problematischen Aspekten oder Episoden. Gemeint sein kann sowohl eine anwendungsspezifische als auch eine generalisierte Internetproblematik (vgl. Brand et al., 2014; Davis, 2001).

In dieser Forschungsarbeit entscheide ich mich also gegen die Verwendung der zurzeit gängigen Begriffe wie Internetnutzungsstörung oder internetbezogene Störung, gleichwohl eine solche bei vielen meiner Interviewpartnerinnen vorlag. Doch weisen diese Begriffe auf einen Krankheitscharakter hin, der zu eng gefasst wäre und die Erschließung des Untersuchungsgegenstandes konterkariert hätte. Hätte ich mich ausschließlich auf diejenigen konzentriert, die nach vorliegenden Diagnostik-kriterien einer Internetnutzungsstörung entsprächen, bestünde das Risiko, den bisherigen Kenntnisstand zu reproduzieren. Stattdessen ist eine offene

Forschungshaltung notwendig, um die Schwelle zur Problematik und somit den Kern des Phänomens zu erfassen. Wo hört eine gesunde Internetnutzung auf, wo beginnt eine problematische? Ist das die Einschätzung der Betroffenen oder die der Diagnostik? Und was ist, wenn die beiden Perspektiven nicht übereinstimmen? Diese Aspekte wollte ich in der vorliegenden Arbeit berücksichtigen.

Am Ende entscheiden die Betroffenen eben nicht anhand objektiver, sondern anhand subjektiver Kriterien darüber, ob sie eine spezifische Hilfe annehmen. Diagnostikkriterien können entscheidungsverstärkend sein, sind aber offensichtlich nicht ausschlaggebend – denn dann würden deutlich mehr betroffene Frauen in den spezifischen Hilfen erscheinen.

Anzumerken ist noch, dass manche Studien mit einer problematischen Internetnutzung den Schweregrad unterhalb einer Internetnutzungsstörung meinen (vgl. zum Beispiel Orth & Merkel, 2020; Bitzer et al., 2014). Alternativ wird auch von missbräuchlicher Internetnutzung oder riskanter Internetnutzung gesprochen (vgl. Rumpf et al., 2014, S. 160). Das meine ich mit dem hier genutzten Begriff der problematischen Internetnutzung *nicht*. Stattdessen schließe ich alle relevanten Schweregrade einer in irgendeiner Form schädlichen Internetnutzung ein und nicht nur der Bereich unterhalb des Bereichs mit Krankheitswert.

Trotz der Verwechslungsgefahr erschien mir der Begriff ›problematisch‹ dennoch am passendsten, weil er sich im Gegensatz zu Bezeichnungen wie süchtig, abhängig, missbräuchlich, riskant, früher auch: pathologisch, exzessiv, zwanghaft usw. am meisten der Alltagssprache annähert. Die Bezeichnung des hier zu untersuchenden Phänomens als PROBLEMATISCHE INTERNETNUTZUNG stellt daher meiner Ansicht nach einen ersten wichtigen Schritt in Richtung Betroffenenperspektive dar.

Hier zeigt sich die grundlegende Vorsicht, mit der ich mich dem Untersuchungsgegenstand näherte. Auch wenn die vorliegende Arbeit in der Internetsuchtforschung und Versorgungsforschung situiert ist, trete ich bewusst einen Schritt zurück und fokussiere mich nicht ausschließlich auf eine Sucht oder Störung. Ob eine solche zutrifft, sollte das Ergebnis der

Auseinandersetzung mit den Forschungsdaten sein. Wir können das Phänomen der problematischen Internetnutzung bei Frauen nur dann ganzheitlich empirisch erfassen, wenn wir auch Betroffene geringerer Schweregrade einschließen. Betroffene können eine Internetnutzung auch ohne Krankheitswert als problematisch empfinden und Leidensdruck verspüren. Wenn wir uns zu sehr auf den Krankheitswert konzentrieren, übersehen wir womöglich wichtige Hinweise.

Ich schließe mich hierbei anderen Forschenden mit ähnlicher Haltung an. Beard und Wolfs zum Beispiel argumentieren, auch aufgrund der damit im Zusammenhang stehenden Konnotationen bewusst nicht den Begriff Internetsucht, sondern Problematische Internetnutzung zu verwenden (Beard & Wolf, 2001, S. 378). Panova und Carbonell (2018) argumentieren im Zusammenhang mit einer Smartphone-Sucht, in Forschungskontexten anstatt des Umbrella-Begriffs addiction lieber die Formulierung problematic use zu verwenden. Sie verweisen dabei auf Forschende wie Kuss et al. (2018), die ähnlich vorgegangen seien und begründen ihren Vorschlag mit dem bisher noch unzureichenden Forschungsstand. Sie warnen davor, Phänomene, bei denen sich Suchtkriterien zeigten, gleich als Sucht zu betiteln, da dies zur unnötigen Pathologisierung und falschen Diagnosen (»Pseudopatienten«) führen könne. (Panova & Carbonell, 2018, S. 256)

Diese Haltung ist anschlussfähig für mein Forschungsvorhaben. Ich zweifle ich nicht daran, dass es »süchtiges« oder »gestörtes« Internetnutzungsverhalten gibt. Dennoch möchte ich der Unkenntnis darüber, wie sich das Phänomen in Bezug auf Frauen gestaltet, Tribut zollen und eine Vorbetikettierung vermeiden. Unter den hier verwendeten Dachbegriff Problematische Internetnutzung sollen so nicht nur die bereits bekannten Formen einer Internetnutzungsstörung passen, sondern auch subjektive und nicht-diagnostizierte Phänomene.

In der nachfolgenden Darstellung des Forschungsstandes nutze ich die Begriffe folgendermaßen:

- Spreche ich allgemein vom hier adressierten Untersuchungsgegenstand, verwende ich den Begriff Problematische Internetnutzung.
- Ansonsten greife ich den Begriff auf, den die jeweilige Studie verwendet, unter der Annahme, dass trotz unterschiedlicher Terminologie dasselbe oder ein ähnliches Phänomen gemeint ist.
- Wenn ich von Frauen als Untersuchungspersonen spreche, dann meine ich erwachsene Personen ab 18 Jahren, die sich selbst dem weiblichen Geschlecht zuordnen. Die Erkenntnisse dieser Forschungsarbeit lassen sich aber sicherlich auch auf jüngere Frauen anwenden.

Forschungsstand

Trotz zunehmender Forschungsaktivitäten in den letzten zehn Jahren besteht weiterhin eine Kenntnislücke in Bezug auf das Phänomen der problematischen Internetnutzung bei Frauen. Die Forschung hat sich bisher zu wenig mit betroffenen Frauen beschäftigt (vgl. Kuss & Griffiths, 2015, S. 24) und kann bisher nur ein fragmentiertes Bild herausarbeiten.

Fokus auf Männer als vulnerable Betroffenenengruppe

Das Forschungsdesiderat begründet sich unter anderem darin, dass Frauen lange nicht als vulnerable Betroffenenengruppe zur Kenntnis genommen wurden. Obwohl betroffene Frauen schon früh in Studien erwähnt wurden (vgl. Beard, 2002; Young, 1996a), konzentrierte sich die Internetsuchtforschung in den ersten 15 Jahren nahezu ausschließlich auf männliche Betroffene. Die Computerspielsucht stand lange als hauptsächlich problematische Internetanwendung im Mittelpunkt der Forschung. Hier wiesen in der Regel Männer höhere Prävalenzen auf, weshalb diese als die hauptsächlich vulnerable Betroffenenengruppe bezeichnet wurden (vgl. zum Beispiel Ko, 2005). Frauen waren zwar oft in die Stichproben eingeschlossen, wurden aber trotz diagnostizierter problematischer Internetnutzung nicht näher in Betracht gezogen, wie sich zum Beispiel bei Christakis et al. (2011)

zeigt. Hier wurde bei weiblichen wie männlichen US-College-Studierenden der Zusammenhang zwischen einer problematischen Internetnutzung und Depressionen untersucht. In die tabellarische Darstellung der Teilnehmendensoziodemografie nahmen die Forschenden aber ausschließlich männliche Probanden auf und analysierten trotz der Existenz weiblicher Betroffener ausschließlich die männlichen (vgl. Christakis et al., 2011, S. 3., Tab.1).

In dezidiert geschlechtervergleichenden Studien kamen Frauen vor. Doch weil auch da der Schwerpunkt bei den Prävalenzen lag (was bis heute häufig der Fall ist), bestätigte sich auch im Geschlechtervergleich über Jahre hinweg wiederholt das Bild des Mannes als Hauptbetroffenen (vgl. zum Beispiel Cao et al., 2011; Beutel, Brähler et al., 2011; Bakken et al., 2009). Ein systematisches Review von Kuss und Lopez-Fernandez (2016) zur klinischen Studienlage bezüglich der Phänomene Internetsucht und Problematische Internetnutzung zeigt auf, dass sich die Mehrheit der einbezogenen 46 internationalen klinischen Studien auf Stichproben bezieht, die ausschließlich aus männlichen Probanden bestehen; nur eine niederländische Studie von Claes et al. (2012) basiert auf einer rein weiblichen Stichprobe (vgl. Kuss & Lopez-Fernandez, 2016, S. 145). Der Fokus auf männliche Probanden betrifft auch klinische Forschungsarbeiten aus Deutschland. Stichproben, die zu 100 Prozent aus männlichen Probanden bestehen, sind die Datengrundlage zum Beispiel bei Müller, Beutel, Egloff und Wölfling (2014), Wölfling et al. (2014) und Müller et al. (2013). Bei Müller, Beutel und Wölfling (2014) besteht die Stichprobe zu 93,8 Prozent aus Männern, bei te Wildt et al. (2010) zu 76 Prozent. (zitiert nach Kuss & Lopez-Fernandez, 2016, S. 147 ff.)

Das ist plausibel darauf zurückzuführen, dass im klinischen Kontext vor allem männliche Patienten ankamen und bis heute ankommen. Problematisch wird es allerdings, wenn die Forschung sich zu stark auf diese klinische Population bezieht oder ihre Stichprobenbildung aus der daraus geschlossenen höheren Vulnerabilität bei Männern ableitet:

»Since previous studies have demonstrated that IGD mainly affects male users [6], and because of the assumption that personality traits may change during adolescence (maturing principle) [42, 43], only male persons of at least 16 years of age were recruited for the study.« (Müller, Beutel, Egloff & Wölfling, 2014, S. 131)

So ist ein sich gegenseitig bedingender Beeinflussungsprozess zu beobachten, der männliche Betroffene als Hauptbetroffene reproduziert und weibliche Betroffene in ihrer Unsichtbarkeit belässt. Hier passt die Redewendung: »Da beißt sich die Katze in den Schwanz.«

Das bedeutet auch, dass in klinischen Studien angewandte, möglicherweise sogar in dem Kontext entwickelte und evaluierte Behandlungsmanuale und Diagnostikinstrumente von ihrer originären Entwicklung her vorrangig an männlichen Betroffenen ausgerichtet sind und somit in erster Linie eine männliche Nutzungsrealität abbilden. Sie mögen auf weibliche Betroffene anwendbar sein, da es sicherlich geschlechterübergreifende Überschneidungen gibt. Dennoch stellt sich die Frage, welchen Unterschied es für die heutige Versorgungssituation machen würde, hätten die Stichproben in bisherigen Studien zu einem deutlich größeren Teil aus weiblichen Betroffenen bestanden.

Hierzu gibt es auch andere Beispiele: In der Studie von Young (2007) zum Beispiel besteht die Stichprobe von $n=114$ von einer Internetsucht betroffenen Klienten und Klientinnen zu 42 Prozent aus Frauen (Young, 2007, S. 674 f.). Youngs erste Internetsuchtstudie, die eine der Grundlagen für die Entwicklung des Internet Addiction Test (IAT) darstellte, weist 20 Prozent mehr weibliche Probanden ($n=239$) als männliche Probanden auf ($n=157$) (vgl. Young, 1998b).

Wendepunkt in der Internetsuchtforschung

Zu einem Wendepunkt kam es, als epidemiologische Studien erstmals bei Frauen deutlich erhöhte Prävalenzen anzeigten. Diese übersteigen teilweise

sogar die Prävalenzen der Männer, insbesondere wenn nach Altersstufen und nach Internetanwendung unterschieden wird.

In Deutschland war es 2011 die PINTA-Studie, welche erstmals eine hohe Betroffenheit von Frauen sichtbar machte und bewirkte, dass Frauen in den Blickpunkt der Internetsuchtforschung rückten. Ziel der PINTA-Studie war es, die Prävalenz der Internetabhängigkeit in Deutschland erstmals anhand einer großen repräsentativen Allgemeinbevölkerungsstichprobe ($n=15.024$) zu untersuchen. Als Messinstrument setzte das Forschendenteam die Compulsive Internet Use Scale (CIUS) mit einem Cut-off-Wert von 28 als Anhaltspunkt für eine Internetabhängigkeit ein. Zusätzlich wurde eine Latent Class Analysis (LCA) durchgeführt. (vgl. Rumpf et al., 2011; Rumpf et al., 2014)

Die Ergebnisse zeigen hinsichtlich beider methodischen Verfahren hohe Betroffenheitsraten bei den weiblichen Befragten, insbesondere in den jungen Altersgruppen (vgl. Tab. 1). In der Gesamtstichprobe liegt die Prävalenz bei Frauen je nach Methode zwischen 0,8 und 1,3 Prozent, in der jungen Altersgruppe der 14- bis 24-jährigen Frauen zwischen 2,4 und 4,5 Prozent. Mit Fokus auf die 14- bis 16-Jährigen zeigen sich sogar Prävalenzen von 4,9 bis 8,6 Prozent, die methodenübergreifend die Prävalenzen der männlichen Probanden übersteigen. Mithilfe der LCA zeigen sich zudem im Bereich des riskanten Internetgebrauchs nochmals deutlich erhöhte Prävalenzen bei den Frauen, insbesondere auch wieder in den jungen Altersgruppen. (vgl. Rumpf et al., 2014, S. 164)

Die konkretisierende Nachuntersuchung PINTA-DIARI aus dem Jahr 2013 bestätigt die Prävalenzergebnisse der vorangegangenen PINTA-Studie größtenteils. Die größte Abweichung zeigt sich bei den Frauen im Alter von 14-24 Jahren, die in der Nachuntersuchung eine höhere Prävalenzrate aufweisen (vgl. Bischof et al., 2013, S. 4). Sie stellt zudem abhängiges Computerspielen vor allem bei Männern fest, eine abhängige Nutzung Sozialer Netzwerke vor allem bei Frauen. Auch hier ist laut PINTA-DIARI bei beiden Geschlechtern die jüngere Altersgruppe nochmal stärker betroffen

(vgl. Bischof et al., 2013, S. 5 f.). Das Forschendenteam schlussfolgert daraus, »dass die bislang meist auf die Klientel der Computerspieler zugeschnittenen Interventionsangebote einer Erweiterung um die Applikation Soziale Netzwerke bedürfen.« (Bischof et al., 2013, S. 8)

Tabelle 1: Prävalenzschätzung Internetabhängigkeit und riskanter Internetgebrauch im Geschlechtervergleich laut PINTA-Studie 2011 (Rumpf et al., 2014, S. 164)

		Prävalenz Internet- abhängigkeit (CIUS)	Prävalenz Internet- abhängigkeit (LCA)	Prävalenz riskanter Internet- gebrauch (LCA)
Gesamtstichprobe 14-64 Jahre (n=15.023)	Frauen	1,3%	0,8%	4,4%
	Männer	1,7%	1,2%	4,9%
	Gesamt	1,5%	1,0%	4,6%
Altersgruppe 14-24 Jahre (n=2.937)	Frauen	4,5%	2,4%	14,8%
	Männer	3,0%	2,5%	12,4%
	Gesamt	3,8%	2,4%	13,6%
Altersgruppe 14-16 Jahre (n=693)	Frauen	8,6%	4,9%	17,2%
	Männer	4,1%	3,1%	13,7%
	Gesamt	6,3%	4,0%	15,4%

Nachfolgende Prävalenzstudien bestätigen die ansteigende Betroffenheit von Frauen in Bezug auf eine Internetnutzungsstörung immer wieder. So zeigt zum Beispiel die Drogenaffinitätsstudie 2019 der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung in ihrer Repräsentativbefragung, dass in der untersuchten Altersgruppe der 18- bis 25-jährigen jungen Erwachsenen (n=4.265, darunter n=2.029 weibliche Befragte) insgesamt 5,5 Prozent eine computerspiel- und internetbezogene Störung aufweisen. Dabei sind laut der Studie mehr Frauen betroffen (mit 5,9%) als Männer (mit 5,0 Prozent). Gemessen wurde ebenfalls mit dem CIUS-Fragebogen, allerdings bei einem Cut-off von 30. Im Bereich der problematischen Internetnutzung (dem Schweregrad unterhalb der Störung) weisen 25,4 Prozent der 18- bis

25-jährigen Frauen eine solche auf; bei den Männern sind es hingegen nur 20,8 Prozent. (vgl. Orth & Merkel, 2020, S. 29 f.). Ähnliche Ergebnisse, also ebenfalls zunehmende Prävalenzen bei Frauen, finden sich in internationalen Studien (siehe 1.3.3).

Forschungsschwerpunkte und Forschungslücken

Nach dem oben beschriebenen Wendepunkt rückten die Frauen in den Blickpunkt der Internetsuchtforschung. Seitdem zeichnen sich insbesondere folgende Forschungsschwerpunkte ab:

Geschlechtervergleichende Prävalenzstudien | Ein zentraler Forschungsschwerpunkt unter Einbezug weiblicher Betroffener sind geschlechtervergleichende Prävalenzstudien. Allerdings werden darin weiterhin traditionelle Deutungsmuster verfestigt. Das wiederkehrende Ergebnis aus dieser Forschungsperspektive lautet: Männer sind von einer problematischen Internetnutzung eher betroffen als Frauen. (vgl. zum Beispiel Su et al., 2019, S. 96; Anderson et al., 2017, S. 442; Müller, Glaesmer et al., 2014, S. 5; Rumpf et al., 2011, S. 12)

Der Forschungsfokus auf geschlechtervergleichende Prävalenzen führt dazu, dass das Bild von Männern als hauptsächlich vulnerable Betroffenengruppe reproduziert wird, da bei diesen häufig höhere Prävalenzen gemessen werden. Das wiederum birgt das Risiko einer geringeren Sichtbarkeit von Frauen. Interessant ist, dass sich genauso Studien finden lassen, in denen sich höhere Betroffenenraten bei Frauen als bei Männern zeigen (vgl. zum Beispiel Kapus et al., 2021; Kitazawa et al., 2018).

Geschlechterzuschreibungen haben sich zudem durch die Ausdifferenzierung von Subformen einer Internetnutzungsstörung verfestigt. In Prävalenzstudien zu einer IGD wiederholt sich die Ergebnisaussage, Frauen wären von einer Spielproblematik weniger betroffen (vgl. zum Beispiel Kim et al. 2021; Rehbein et al., 2015). Dies mag im quantitativen Sinne korrekt sein, allerdings besteht das Risiko, dass Frauen als Betroffenengruppe eines problematischen Spielens nicht ernst- und wahrgenommen

und somit auch gar nicht tiefergehend erforscht werden. Lopez-Fernandez, Williams, Griffiths und Kuss (2019) kritisieren die andauernde Unsichtbarkeit der von einer Onlinespielsucht betroffenen Frauen: »Despite the growing female gaming population, almost all research on gaming addiction is focused on male gamers.« (Lopez-Fernandez, Williams, Griffiths & Kuss, 2019, S. 2) Frauen werden hingegen deutlich intensiver hinsichtlich einer problematischen Nutzung des Smartphones oder Sozialer Netzwerke untersucht (vgl. zum Beispiel Rachubińska et al., 2022). Epidemiologisch betrachtet sind Frauen von diesen Internetanwendungen offenbar tatsächlich häufiger betroffen (Su et al., 2020; Andreassen et al., 2017, S. 292), insbesondere junge Frauen (vgl. zum Beispiel Twenge & Martin, 2020).

Die prävalenzorientierte Logik, die das Gegensatzpaar »Männer haben ein Problem mit Spielen, Frauen eins mit Sozialen Netzwerken« prägt, hat Vor- und Nachteile. Vorteilhaft ist, dass die nach Internetanwendung differenzierenden Häufigkeitsvergleiche die Versorgungspraxis dahingehend sensibilisieren, dass eine Internetnutzungsstörung in Form einer problematischen Nutzung Sozialer Netzwerke bei Frauen vorkommen kann. Das macht betroffene Frauen »sichtbarer«, als wenn bloß nach einer generalisierten Internetnutzungsstörung Ausschau gehalten würde (vgl. Su et al., 2020, S. 8). Nachteilig ist, dass Frauen wiederum hinsichtlich einer IGD übersehen werden könnten (sowie umgekehrt Männer mit einer problematischen Nutzung Sozialer Netzwerke) oder auch hinsichtlich anderer möglicher Konstellationen. Der Geschlechtervergleich mit Fokus auf die Dichotomie Spielen versus Soziale Netzwerke ist also nicht sinnvoll, da er bisherige Erkenntnisse verfestigt, anstatt neue zu generieren, und somit erneut blinde Flecken im Umgang mit der weiblichen Betroffenenengruppe schafft.

Komorbiditäten | Ein weiterer Forschungsschwerpunkt liegt bei der Erforschung von Komorbiditäten im Zusammenhang mit einer problematischen Internetnutzung bei Frauen im Sinne von Risikofaktoren. Claes et al. (2012) und Panea-Pizarro et al. (2020) untersuchen zum Beispiel den Zusammenhang in Bezug auf Essstörungen, P.-H. Lin et al. (2019) in Bezug

auf Schlafstörungen, S.-C. Lin et al. (2013) in Bezug auf Fatigue, S.-Y. Yang et al. (2019) in Bezug auf Depressionen, Rachubińska et al. (2021) in Bezug auf Einsamkeit und Depressionen, Levi et al. (2020) in Bezug auf Zwangsstörungen und Sexsucht, Tateno et al. (2018) in Bezug auf ADHS, Laier et al. (2014) in Bezug auf problematisches Sexualverhalten, Turel et al. (2018) in Bezug auf Neurotizismus, Yamada et al. (2021) in Bezug auf Menstruationsschmerzen sowie X. Dong et al. (2021) in Bezug auf Depressionen und Kindheitstraumata. Die Studien machen relevante, aber letztendlich auch stark punktuelle Zusammenhänge deutlich. Es geht um die Suche nach Regelmäßigkeiten, die eine problematische Internetnutzung determinieren. Die tatsächlichen Zusammenhänge, die eigentlichen Erklärungen bleiben aber offen. Zudem bleibt die individuelle Frau hinter den Symptomen, die hier im Vordergrund stehen, oft diffus.

Alimoradi et al. (2019) zum Beispiel untersuchten den Zusammenhang zwischen einer Sucht nach Sozialen Netzwerken und sexueller Dysfunktion bei verheirateten iranischen Frauen (n=938). Ein Ergebnis ist, dass eine Social-Media-Sucht die partnerschaftliche Intimität negativ beeinträchtigt. Damit bleiben aber viele Fragen offen: Inwiefern gibt es vielleicht auch entgegengesetzte Auswirkungen? Was passiert im Leben dieser Frauen, in ihren Partnerschaften und in dieser speziellen Lebensphase, dass Soziale Netzwerke und Sexualität auf diese Weise in Zusammenhang treten? Die Thematik und die interessante Zielgruppe hätten das Potenzial gehabt, relevante Erkenntnisse zu generieren, die über die alleinige Existenz eines Zusammenhangs hinausgingen.

Neben den Komorbiditäten wird in der Forschung nach zahlreichen weiteren Einflussfaktoren für die Entstehung einer Internetnutzungsstörung bei Frauen gesucht. Wie bei den Komorbiditäten liegt der Fokus auf punktuellen Zusammenhängen, die auf wichtige Entstehungszusammenhänge hinweisen, diese aber nicht erklären können. Laut Y. Yang et al. (2021) zum Beispiel sind viele chinesische Frauen in der Schwangerschaft und in der postpartalen Phase von einer Internetsucht betroffen. Untersucht wurde das Phänomen im Zusammenhang mit der Lebensqualität auf

Basis einer Stichprobe von $n=1.060$ Frauen, von denen 30,19 Prozent mit einer Internetsucht während oder nach der Schwangerschaft diagnostiziert wurden. Y. Yang et al. (2021) identifizieren als Risikofaktoren auch vorherige negative Schwangerschaftserlebnisse und körperliche Komorbiditäten. Doch warum entwickelt die eine Frau mit diesen Erlebnissen eine Internetsucht, die andere nicht? Das bleibt aufgrund des Studiendesigns, das alleinig auf das Identifizieren von Zusammenhängen zielt, offen. Für weitere internationale Studienbeispiele mit interessanten weiblichen Untersuchungspopulationen und Zusammenhängen vgl. auch Abdel-Salam et al. (2019), Piguet et al. (2015) und Wang et al. (2019).

Studien mit frauenspezifischem Fokus auf allgemeine Risikofaktoren waren meinen Recherchen nach nicht auffindbar. Allerdings sensibilisieren geschlechtervergleichende Forschungsarbeiten für die Existenz von geschlechterspezifischen Unterschieden hinsichtlich der Risikofaktoren für eine problematische Internetnutzung, zum Beispiel in Bezug auf eine IGD (vgl. G.-H. Dong & Potenza, 2022).

Fehlende Inanspruchnahme von spezifischen Hilfsangeboten | Ein anderer Forschungsschwerpunkt beschäftigt sich mit der fehlenden Inanspruchnahme von spezifischen Hilfsangeboten seitens betroffener Frauen. Hier ist insbesondere die IBSfemme-Studie zu erwähnen (Müller et al., 2019) als bisher erste und einzige groß angelegte deutsche Studie mit Fokus auf Frauen mit einer internetbezogenen Störung. Ziel der Studie war es, zu erklären, warum trotz ähnlich hoher Prävalenz immer noch weniger Frauen als Männer spezifische Hilfen in Anspruch nehmen. Im Rahmen eines Mixed-Methods-Designs kamen quantitative und qualitative Datengenerierungs- und Auswertungsstrategien zum Einsatz, wobei der quantitative Ansatz forschungsleitend ist, wie sich am hypothesenüberprüfenden Forschungsdesign zeigt.

Im Gesamtergebnis stellt die IBSfemme-Studie unter anderem fest, dass die geschlechterbezogene Diskrepanz in der Inanspruchnahme spezifischer Hilfen deshalb besteht, weil eine internetbezogene Störung bei

Frauen von außen weniger sichtbar ist. Als weiteres Ergebnis ergibt die Studie, dass viele Frauen aufgrund anderer psychischer Störungen Versorgungsangebote in Anspruch nehmen, in denen die internetbezogene Störung nicht Behandlungsgegenstand ist (vgl. Müller et al., 2019, S. 6). So sei ein Drittel der in der Stichprobe eingeschlossenen Patientinnen zunächst in psychotherapeutischer oder psychiatrischer Behandlung gewesen, bevor sie an ein auf Internetproblematiken ausgerichtetes Hilfsangebot weitervermittelt würden (vgl. Müller et al., 2019, S. 33). Hingegen gebe es keine Hinweise darauf, dass die Symptombelastung bzw. der Krankheitswert bei Frauen geringer ausgeprägt wären als bei Männern; sie zeige sich teilweise sogar stärker ausgeprägt (vgl. Müller et al., 2019, S. 60). Damit fällt dieser Aspekt als möglicher Grund für die Nichtinanspruchnahme spezifischer Hilfen weg. Zudem ist ein Ergebnis der Studie, dass Frauen ihre Problematik aufgrund von Scham- und Schuldgefühlen gegenüber Angehörigen nicht aktiv thematisieren. Deutlich werde auch, dass aufgrund einer problematischen Nutzung Sozialer Netzwerke wenige Konflikte im sozialen Umfeld entstehen, was ebenfalls die Problemwahrnehmung hemmt. (vgl. Müller et al., 2019, S. 28) Es zeigt sich, dass

»betroffene Frauen und Mädchen außerhalb der klinischen Versorgung in ihrem Nutzungsverhalten keinen manifesten Suchtbezug erkennen und sich vor diesem Hintergrund, trotz bestehender psychosozialer Probleme und psychopathologischer Belastung, nicht aktiv um spezifische Hilfen bemühen.« (Müller et al., 2019, S. 6)

Die Studie empfiehlt daher zusammenfassend:

»Es wird vor dem Hintergrund dieser Befunde empfohlen, gendersensitive Kommunikationsstrategien und Aufklärungskampagnen zu entwickeln, um bei betroffenen Frauen und Mädchen frühzeitig ein Problembewusstsein zu befördern.« (Müller et al., 2019, S. 6)

Dass die weibliche Zielgruppe so konsequent multimethodisch und multiperspektivisch untersucht wird, wie in dieser Studie, kann als ein weiterer Wendepunkt zumindest in der deutschen Forschung zur problematischen Internetnutzung von Frauen angesehen werden. Die Studie versucht, sich der wenig greifbaren Zielgruppe aus vielen verschiedenen Richtungen zu nähern. Gerade der Einbezug qualitativer Methoden ermöglichte, erste »Stimmen« und Erfahrungen betroffener Frauen einzusammeln. Unter anderem wurden im qualitativen Studienteil strukturierte Interviews mit Frauen geführt, die ehemals mit einer internetbezogenen Störung diagnostiziert worden waren (n=61). Die Auswertung erfolgte mithilfe des Grounded-Theory-Ansatzes. (vgl. Müller et al., 2019, S. 12) In einem anderen Studienmodul wurden qualitative Tiefeninterviews mit Fokus auf Nutzungsmuster mit einer nicht-klinischen Stichprobe von n=29 Frauen durchgeführt, die der eigenen Einschätzung nach Soziale Netzwerke intensiv nutzten. Hier erfolgte die Auswertung mithilfe der Thematischen Inhaltsanalyse. (vgl. Müller et al., 2019, S. 15)

Die Autoren der Studie interpretieren die Problemeinsicht als einen entscheidenden Einflussfaktor, der ausreichend vorhanden sein muss, damit eine betroffene Frau eine spezifische Hilfe in Anspruch nimmt (vgl. Müller et al., 2019, S. 33). Offen bleibt allerdings, welche Wirkfaktoren es über die untersuchten Zusammenhänge hinaus geben könnte. Aufgrund der final doch quantitativ geprägten, hypothesenüberprüfenden Gesamtlage des Forschungsdesigns ging die Studie nicht so offen an die Betroffengruppe heran, wie sie vielleicht gerade im qualitativen Studienteil das Potenzial gehabt hätte. So bleibt offen, welche Erklärungsmöglichkeiten es über den Radius der formulierten Hypothesen hinaus gegeben hätte. Der Weg in ein psychologisches Hilfsangebot ist kein linearer Weg und durch eine Vielzahl an Einflussfaktoren geprägt.

Wäre es nicht auch denkbar, dass eine Frau sich *trotz Problemeinsicht* gegen die Inanspruchnahme einer spezifischen Hilfe entscheidet, zum Beispiel, weil ihr neben der Kinderbetreuung und Berufstätigkeit die zeitlichen

Ressourcen fehlen?² Und was ist, wenn die Internetproblematik tatsächlich die sekundäre Problematik ist und die betroffene Frau in einem nicht-spezifischen Hilfsangebot besser unterstützt werden könnte? Inwiefern macht also dieses Ziel, betroffene Frauen unbedingt in Hilfsangebote zu bringen, die auf eine Internetproblematik spezialisiert sind, als alleiniges Ziel Sinn?

Zudem bleiben aufgrund der kategorienbasierten qualitativen Auswertungsmethoden, die den einzelnen zusammenhängen Fall auflösen, die untersuchten betroffenen Frauen weiterhin wenig greifbar. In den Ergebnissen der Studien werden herausstechende Merkmale deutlich, doch es bleibt unklar, in welchen Konstellationen diese Merkmale in der Realität miteinander verknüpft sind. Die soziodemografischen Daten sind vom Einzelfall entkoppelt dargestellt (vgl. zum Beispiel Müller et al., 2019, S. 21). So fehlen weiterhin wichtige Erkenntnisse darüber, welche konkreten Personen mit welcher konkreten Lebensrealität von einem wirksamen Versorgungsangebot angesprochen werden müssten.

Eine weitere Studie, die sich unter anderem mit der fehlenden Inanspruchnahme spezifischer Hilfen durch Frauen beschäftigt, stammt von Kuss und Griffith (2015). Interviewt wurden n=20 Psychotherapeuten (davon n=10 aus Deutschland) mit langjähriger Erfahrung in der Behandlung von Betroffenen einer Internetnutzungsstörung. Bei der Suche nach Erklärungen liegt der Fokus also auf der Perspektive von Akteuren des Versorgungssystems. Diese changieren hinsichtlich des Risikofaktors Geschlecht (vgl. Kuss & Griffiths, 2015, S. 20 ff.) zwischen zwei hauptsächlichen Hypothesen: Die einen vermuten, Frauen seien (im Gegensatz zu Männern) tatsächlich weniger vulnerabel und suchten deshalb spezifische Hilfen nicht

² Hier kann auf eigene Erfahrungswerte aus der Versorgungspraxis zurückgegriffen werden. Als Mediensuchtberaterin im Projekt OMPRI (Dierich-Hirche, Böttel et al., 2021; Dierich-Hirche et al., 2023; Pape, Geisler et al., 2023) habe ich einige weibliche Betroffene einer problematischen Internetnutzung beraten. Eine Klientin beispielsweise, welche alleinerziehende Mutter war, fehlte aufgrund ihrer beruflichen und familiären Belastungssituation die Zeit, zusätzlich wöchentliche Therapiesitzungen in ihren Alltag zu integrieren – die Problemeinsicht war vorhanden, aber die zeitlichen Ressourcen fehlten.

auf. Die anderen vermuten, dass weibliche Betroffenen eher problematisch Soziale Netzwerke nutzen würden und im Alltag ihre Funktionalität aufrechterhalten, womit die Problematik also sehr wohl existiere, aber weniger sichtbar wäre. (vgl. Kuss & Griffiths, 2015, S. 22 ff.) Die Autorin und der Autor der Studie merken an, dass weibliche Klienten und Patienten bei den interviewten Therapeutinnen und Therapeuten nur eine Minderheit darstellten, was deren Wahrnehmung beeinflusst haben könnte. »A minority of clients presenting with Internet addiction in both outpatient and inpatient settings are females. This fact led some therapists to believe that females were at lower risk for Internet addiction.« (Kuss & Griffiths, 2015, S. 22) Da in der Studie bloß die Behandelnden interviewt wurden, bleibt auch hier die Frage offen, welche weiteren Erklärungen – zum Beispiel aus Sicht der Betroffenen selbst und in Bezug auf die Lebensrealitäten der Betroffenen – es für die Nicht-Inanspruchnahme spezifischer Hilfen gäbe.

Der Blick »von außen« und die Vernachlässigung der Betroffenenperspektive | Anhand der beschriebenen bisherigen Forschungsschwerpunkte wird deutlich, dass uns viele Erkenntnisse über Frauen mit einer problematischen Internetnutzung deswegen verwehrt bleiben, weil die Internetsuchtforschenden (mit wenigen Ausnahmen) den betroffenen Frauen selbst unzureichend Raum zur Äußerung ihrer Erfahrungen und ihrer subjektiven Erklärungen gegeben haben. Stattdessen prägt der Blick »Dritter« durch die diagnostische Brille der Forschenden oder der Behandelnden die bisherigen Vorgehensweisen (vgl. neben Kuss & Griffiths, 2015 zum Beispiel auch Lo et al., 2020 und Chen & Jiang, 2020).

Ein Grundansatz der qualitativen Forschung ist es, den Zugang zu einem Phänomen über das subjektive Erleben zu erreichen. Wo diese in der Internetsuchtforschung eingesetzt wird, zeigt sich, wie gut sie quantitative Verfahren ergänzt, zum Beispiel als Teil eines Mixed-Methods-Designs (vgl. Lopez-Fernandez, 2018; Petersen et al., 2017). Sind qualitative Studien allerdings von einer quantitativen Forschungslogik geprägt wie bei Müller

et al. (2019) oder werden nur die Perspektiven von Behandelnden untersucht wie bei Kuss und Griffiths (2015), wird trotz des qualitativen Ansatzes die subjektive Perspektive der eigentlichen »Hauptakteure« (der Frauen selbst) nicht ausreichend deutlich.

Lopez-Fernandez (2018) hingegen rückte in ihrer Studie die Betroffenerfahrungen in den Mittelpunkt. Sie wählte dazu ein sequenzielles Mixed-Methods-Design. Durch das Hintereinanderschalten von Quantitativ → Qualitativ (vgl. dazu auch Kuckartz, 2014, S. 78 ff.) diente der qualitative Studienteil der Vertiefung von Erkenntnissen aus dem quantitativen Studienteil. Mit dem Ziel, eine generalisierte von einer spezifischen Internetnutzungsstörung besser zu unterscheiden, setzte die Autorin zunächst eine quantitative Onlinebefragung auf Basis des CIUS-Fragebogens um und führte anschließend zur Vertiefung und Ausdifferenzierung halbstrukturierte qualitative Interviews mit n=8 potenziell problematisch internetnutzenden Nutzern, darunter n= 6 Frauen. Diese befragte sie hinsichtlich ihrer subjektiven Wahrnehmung bezüglich der Entstehung ihrer Problematik und hinsichtlich ihrer Haltung zu den aktuellen Kriterien einer IGD. Ausgewertet wurden die Interviews mithilfe kodierender Auswertungsverfahren (Thematische Analyse und Qualitative Inhaltsanalyse), mit Fokus auf die individuelle Bedeutungsgebung. Lopez-Fernandez (2018) arbeitete unter anderem die Einstellungen der Studienteilnehmenden zu IGD-Diagnostikkriterien heraus, was einen wichtigen Einblick in die subjektiven Relevanzsetzungen internetnutzender Frauen und Männer bietet. Diese bewerteten die Kriterien Beziehungsverlust, Aufgabe von anderen Aktivitäten, Entzugserscheinungen und Fortsetzung der Internetnutzung trotz negativer Konsequenzen als die wichtigsten Kriterien einer IGD (Lopez-Fernandez, 2018, S. 22). Die qualitative Vorgehensweise ermöglicht Einblicke in die Komplexität einer IGD. Die Interviewpartnerin Carol zum Beispiel merkt beim Kriterium »Aufgeben anderer Aktivitäten an«, dass man spielsüchtig sein könne, ohne das Kriterium zu erfüllen:

»I know I had an excessive gaming behaviour, playing a lot with craving, but nobody knew about it, as I was doing »normal life in school, and with other activities. You could be an addict and not accomplish this criterion« (Carol, as a gamer)« (Lopez-Fernandez, 2018, S. 23).

Die Ergebnisse beider Studienbestandteile wurden anschließend zusammengeführt. Insgesamt zeigt sich laut Lopez-Fernandez unter anderem dass die Entstehung von eine Problematik sich komplexer zeigt als erwartet und von psychosozialen, umweltbedingten und technologischen Faktoren beeinflusst ist (vgl. Lopez-Fernandez, 2018, S. 28).

Bleckmann et al. (2013) führten zum Thema exzessives Computerspielverhalten biografisch-narrative Interviews mit männlichen und weiblichen Spielern und analysierten diese im Gegensatz zu Lopez-Fernandez nicht mit einem kodierenden, sondern mit rekonstruktiv-hermeneutischen Verfahren nach Kruse und Helfferich (Bleckmann et al., 2012, S. 237). Die biografische Perspektive nutzen die Forschenden, um herauszufinden »ob und inwiefern im biographischen Kontext Computerspielsucht als gesellschaftliche Subjektivierungspraxis verstanden werden kann« (Bleckmann et al., 2012, S. 237). Durch ihr sehr offenes Vorgehen machten die Forschenden Entdeckungen, die über die Ursprungsfragestellung hinausgingen:

»Einige der Interviews sind von einer Arbeitsmetaphorik durchzogen; Interviewpartner thematisieren das Computerspielen wie Erwerbsarbeit. Sie sprechen von »Arbeit in Schichten«, »Urlaubsvertretung«, »Teams« oder »Vor- und Nachbereitung.« (Bleckmann et al., 2012, S. 237)

Die Autorinnen und Autoren stellen pathologisches Computerspielen in einen größeren Zusammenhang. In ihrem Fazit resümieren sie:

»Das Computerspielen (und die Computerspielabhängigkeit) sowie deren diskursive Konstruktion kann als ein »pars pro toto« für gesellschaftliche Verhältnisse betrachtet werden. Hier wird wie durch ein Brennglas die Logik, nach der zentrale Felder der Gegenwartsgesellschaft funktionieren, sichtbar.« (Bleckmann et al., 2012, S. 254)

Diese Studie zeigt beispielhaft, wieviel Kontextwissen in der Erforschung subjektiver Erfahrungen von (problematisch) Spielenden enthalten ist, wenn Forschende bereit sind, methodisch tiefer zum Beispiel auch in die Analyse von Sprache (nicht nur von Themen) einzusteigen. Das Erfassen der Erfahrungen »Dritter«, insbesondere von Behandelnden, ist wertvoll und wichtig, um das Phänomen einer problematischen Internetnutzung bei Frauen zu verstehen. Allerdings sollte dabei nicht die Erfahrung der eigentlich relevanten Akteure, der Betroffenen selbst, außenvorgelassen werden. Ansonsten besteht die Gefahr, dass der Blick von außen, der quantitativen Forschungsdesigns eigen ist, sich auch in qualitativen Studien fortsetzt.

Grundsätzlich gibt es in der Internetsuchtforschung bisher einen großen Mangel an Studien mit qualitativem Forschungsdesign (vgl. auch Douglas et al., 2008). Qualitative Studien, die sich *allein* auf betroffenen Frauen konzentrieren, waren für mich kaum auffindbar.³ Ein Fundstück war eine britische Studie von Corney und Davis (2010), die n=25 erwachsene Online-Glücksspielerinnen, darunter n=16 problematische Online-Glücksspielerinnen, mittels halbstrukturierter qualitativer Interviews befragten. In geschlechterübergreifenden qualitativen Studien besteht das Risiko, dass die Perspektiven von betroffenen Frauen untergehen, insbesondere wenn das

³ Der Mangel an qualitativer Erforschung einer problematischen Internetnutzung betrifft im Übrigen auch Männer. Es sind nur wenige Studien auffindbar, die sich explizit qualitativ männliche Betroffene in den Fokus nehmen (vgl. zum Beispiel Rakhmawati et al., 2021).

Forschungsdesign nicht darauf ausgerichtet ist, dass ihre individuelle Perspektive Raum findet (zum Beispiel Müller et al., 2019; Wendt et al., 2021).

Im Vergleich dazu wird zu problematischem oder süchtigem Substanzkonsum seit vielen Jahren qualitativ mit Schwerpunkt auf die Betroffenenperspektive geforscht (vgl. zum Beispiel Aston et al., 2019; Aubut et al., 2021; Fedorova et al., 2020; Johnson et al., 2017) und mit Fokus auf Frauen (vgl. zum Beispiel Haile et al., 2020; Vogt, 2021; Vogt, 1994). So war es bereits möglich, neue Erkenntnisse zum Beispiel zu Einstellungen bestimmter Personengruppen, zu Entstehungskontexten und Ursachen, zu den Erfahrungen Betroffener, Angehöriger und Behandelnder und zu relevanten Einflussfaktoren zu generieren.

Qualitative Ansätze haben das Potenzial, komplexe, auf den ersten Blick schwer greifbare Phänomene »aufzubrechen«, mit Offenheit für unerwartete Erkenntnisse zu analysieren und so das Verständnis dafür deutlich zu vertiefen. Somit kann sie wiederum Impulse für weiterführende quantitative Forschung liefern oder quantitative Forschung nachträglich ergänzen, indem sie nach Erklärungen für statistische Zusammenhänge sucht. Hingegen besteht die Gefahr, dass zentrale Aspekte eines Phänomens übersehen werden, wenn ausschließlich einem Forschungsparadigma nachgegangen wird. So argumentieren auch Maher und Neale (2019), die zum Beispiel für die Kombination aus randomisiert kontrollierten Studien mit qualitativen Methoden plädieren.

Wo die Frau sichtbar wird: fallorientierte, kontextsensitive Forschung | Zunehmend sind Forschungsarbeiten zu finden, die die oben aufgezeigten Muster der Forschung, in der Frauen mit einer problematischen Internetnutzung trotz ihres Einbezugs wenig greifbar bleiben, aufbrechen. Die folgenden Beispielstudien waren für meine Forschungsarbeit dahingehend relevant, als dass sie eine ganzheitliche und gleichzeitig stark in die Tiefe gehende Forschungsperspektive verfolgen. Sie arbeiten einen Typ, ein Profil, eine Orientierung heraus, um was für konkrete Personen es

sich eigentlich handelt, wenn von Frauen mit einer problematischen Internetnutzung gesprochen wird. So geben sie den betroffenen Frauen ein »Gesicht« – eine Metapher, die Schuhler (s. u.) verwendet und die gut an das Anliegen meiner Studie angeschlossen.

Kuss et al. (2022) interviewten qualitativ n=20 Gamerinnen aus mehreren europäischen Ländern hinsichtlich ihres Selbstbildes und ihrer Erfahrungen. Im Onlinespielen sehen die Autorinnen dieser Studie auch Ressourcen; Spielen wird von den untersuchten Frauen auch als eine positive, alltagsunterstützende Aktivität empfunden (vgl. Kuss et al., 2022, S. 8). Die Ergebnisse zeigen aber auch Stigmatisierungserfahrungen der Frauen, was unter anderem dazu führt, dass Frauen ihre Faszination für Onlinespiele nach außen hin verbergen (Kuss et al., 2022, S. 6) oder zum Beispiel absichtlich männliche Avatare nutzen, um positive wie negative Sonderbehandlung aufgrund ihres Geschlechts zu vermeiden (Kuss et al., 2022, S. 7). Die interviewten Frauen berichten auch von Erfahrungen mit einer problematischen Spielnutzung (vgl. Kuss et al., 2022, S. 10 ff.). Dabei arbeitet das explorativ-qualitative Untersuchungsdesign relevante Ambivalenzen heraus, indem es zeigt, wie sich das Spielen in einem Spannungsfeld zwischen Ressource und Problematik bewegen kann.

»Some participants discussed that excessive gaming has sometimes proved detrimental to their mental health:

I have started hallucinating a bit after having played certain games for too much. At times I find myself losing focus in real life when thoughts of my gaming grabs me, even though sometimes my gaming has strengthened my ability to focus in real life. And also I believe I find myself sometimes so consumed in gaming that I forget things outside the digital world that I also should focus on. (FG7, 39, Preschool teacher)

This quote evidences the complexity and ambivalence associated with gaming that shows throughout these interviews. Gaming plays a part in both strengthening and compromising focus in offline life.« (Kuss et al., 2022, S. 11)

Als weiteres Beispiel soll eine quantitative Studie von Lopez-Fernandez et al. (2019) genannt werden, die ausschließlich weibliche Gamer in den Blickpunkt nimmt. Die Studie untersucht anhand einer internationalen Stichprobe von n=625 Onlinespielerinnen Soziodemografie, genutzte Gaming-Geräte, Spielgenres, Nutzungsverhalten, weibliche Stereotype und psychologische Symptome. Dabei zeigen sich bei einem Prozent (n=6) eine potenzielle IGD. Die betroffenen sechs Frauen sind zwischen 18 und 32 Jahren alt und kommen aus den USA, Europa und Asien.

Die sechs Frauen zeigen sich sehr unterschiedlich hinsichtlich ihrer beruflichen Hintergründe, vom Angestelltenverhältnis, Studierendenstatus bis zur Arbeitslosigkeit und Arbeitsunfähigkeit. Als beliebtestes Spielgenre stellen sich in dieser Teilstichprobe Massively-Multiplayer-Online-Role-Playing-Games heraus. Der Zugang zu den Spielen erfolgte bei allen sechs Spielerinnen durch Familienmitglieder, bei vier Spielerinnen durch den Vater. Hier wird ein interessanter gemeinsamer Nenner in Bezug auf den (biografischen) Entstehungskontext deutlich. Als zentrale Risikofaktoren für eine IGD zeigen sich laut Lopez-Fernandez et al. in absteigender Reihenfolge: (1) Leistungsmotivation, beispielsweise durch die Steigerung von Macht und Einfluss innerhalb des Spiels, (2) Soziale Motivation, zum Beispiel Teil einer Gilde zu sein, (3) eine hohe verkörperlichte Präsenz im virtuellen Spielraum (embodied presence), was mit einem vertieften Eintauchen und Erleben der virtuellen Umgebung einhergeht (vgl. dazu auch Mennecke et al., 2011), (4) eine hohe Identifikation mit dem Avatar, (5) feindselige sowie (6) sozialphobische Persönlichkeitszüge sowie (7) eine gestörte Körperformwahrnehmung. (Lopez-Fernandez, Williams & Kuss, 2019, S. 6 ff.) Die Studie zeigt, wie sich durch eine vertiefte und gleichzeitig

breit angelegte Forscherperspektive ein greifbares Profil einer bestimmten weiblichen Betroffenenengruppe herausarbeiten lässt.

Körmendi et al. (2016) präsentieren in ihrer Einzelfallstudie eine 18-jährige junge Frau mit einer möglichen süchtigen Smartphonennutzung. Mehr noch als die Frage, ob das Verhalten tatsächlich als »Sucht« gelabelt werden kann, was durch die Überprüfung unter anderem mittels DSM-5-Kriterien erfolgt, bringt die Darstellung des biografischen und sozialen Hintergrundes das Verhalten von »Anette« in einen sinnvollen und lebendig-greifbaren Kontext. Es wird unter anderem deutlich, dass die junge Frau in einem höchst belasteten Familiensystem aufgewachsen ist mit geschiedenen Eltern, depressiven Symptomen auf Seiten der Mutter und Alkoholismus, Glücksspielsucht, gewalttätigem Verhalten und mehreren Suizidversuchen auf Seiten des Vaters (vgl. Körmendi et al., 2016, S. 549). Die exzessive Smartphonennutzung von Anette bringen die Forschenden mit der Familiengeschichte in Verbindung:

»Her negative emotions (anger and shame) are mainly related to her father. Breaking up with her boyfriends so frequently is the repetition of her relationship with her father. She makes herself relive the original trauma and after the break-up she expects the boy to look for her, just as she expects her father to do the same. She also has an ambivalent relationship with her mother; she feels that her mother never understands her feelings. She uses her mobile phone as a compensation for the lack of satisfying relationships in her life.« (Körmendi et al., 2016, S. 551)

Anette hatte aus Sicht der Forschenden zudem Angst, von ihren Freunden abgelehnt zu werden, wäre sie nicht ständig über das Smartphone erreichbar. Dies deuten die Autoren ebenfalls als eine Ursache der exzessiven Smartphonennutzung. Dabei zeige sich laut Körmendi et al. ein innerer Widerspruch im Verhalten der jungen Frau:

»The fear of intimacy and the repression of emotions dominate in her relationships. She explains her cell phone addiction with the need to relate to people, but at the same time she also uses her mobile phone excessively when she is in a group. In conclusion, she has a need for relationships, but her need for love is repressed and she compensates for it with addiction.« (Körmendi et al., 2016, S. 551)

An dieser Studie wird deutlich, wie viele Informationen über die Entstehung einer problematischen Internetnutzung in einem einzigen Fall enthalten sein können. Diese Fokussierung ermöglicht eine Analysetiefe, die in einem großen Stichprobenset schwer möglich ist, und die zusätzliche relevante Erkenntnisse generiert.

Dies zeigt sich auch in einer Fallschilderung aus der Versorgungspraxis von Schuhler et al. (2012), in der Zusammenhänge zwischen der Internetnutzungsstörung und den Kindheitserfahrungen in der Herkunftsfamilie deutlich werden. Laut Schuhler wies die 42-jährige Patientin eine problematische Nutzung des Online-Rollenspiels Second Life auf. Ihr Avatar habe einem idealisierten Schönheitsideal entsprochen. Schönheit habe in ihrer Herkunftsfamilie eine wichtige Rolle gespielt. Während die schöne, »elfenhafte« jüngere Schwester die positive Aufmerksamkeit des sozialen Umfelds erlangte, habe sich die Patientin vom Äußeren her der Mutter ähnlich gesehen, welche vom Vater der Patientin früh verlassen worden sei. Die Furcht vor dem Verlassenwerden habe die Patientin offenbar mit einem unattraktiven Äußeren verknüpft; sie sei deswegen auch noch nie eine richtige Liebesbeziehung eingegangen. In der Therapie war es laut Schuhler et al. notwendig, insbesondere die sozialen Ängste der Patientin im Kontakt mit Männern zu adressieren. (vgl. Schuhler et al., 2012, S. 149 ff.) Der Patientin sei es schließlich gelungen, »sich die früh verwurzelten Gefühle von Beschämung und Selbstabwertung als Mädchen bzw. Frau einzugestehen, ei-

ner Betrachtung zugänglich zu machen und erste zaghafte adäquate Entwicklungen im Erleben und Verhalten zuzulassen.« (Schuhler et al., 2012, S. 151) Die Autorinnen plädieren im Fazit für einen gender- und kontextsensitiven therapeutischen Umgang mit betroffenen Frauen:

»In der Therapie ist es erforderlich, den spezifisch weiblichen soziokulturellen Kontext bei der Analyse der Verursachung und der Funktionalität der pathologischen Aktivität mit einzubeziehen, da sich hieraus frauenspezifische Risikokonstellationen ergeben, die der spezifischen therapeutischen Bearbeitung bedürfen. Um mehr über das »weibliche Gesicht des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs« zu erfahren, gilt es im therapeutischen Kontakt mit den betroffenen Frauen eine gendersensible Perspektive einzunehmen und die therapeutischen Vorgehensweisen dementsprechend anzupassen (Vogelgesang, 2010b). Nur so kann es gelingen, dass auch die Minderheit der Frauen im Bereich des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs eine Behandlung erhält, die ihrem spezifischen Störungsbild angepasst ist.« (Schuhler et al., 2012, S. 151)

Auch die Internetsuchtforschung sollte sich dieser Perspektive annehmen, wenn sie betroffene Frauen besser verstehen möchte.

Zu guter Letzt soll mit Young (1996b) noch eine der frühesten internet-suchtbezogenen Publikationen als Beispielstudie genannt werden. Young beschreibt darin den Fall einer 43-jährigen US-amerikanischen Hausfrau, die Chaträume für sich entdeckte und innerhalb von drei Monaten eine Onlinenutzungsdauer von bis zu 60 Stunden pro Woche entwickelte.

Young beschreibt, dass die Frau teilweise bis zu 14 Stunden am Stück online gewesen war und Entzugserscheinungen zeigte, wenn sie nicht am Computer sein konnte. Laut Young zog sich die Frau komplett aus ihrem Offline-Sozialleben zurück und verursachte mit ihrer Internetnutzung

hohe finanzielle Beeinträchtigungen. Es kam auch zur Trennung vom Ehemann und den zwei Töchtern. (vgl. Young, 1996b)

Young fasst abschließend zusammen, dass sich mit dem dargestellten Fall eine neue weibliche Risikogruppe zeige, die nicht dem Stereotyp des jungen, männlichen, computeraffinen Internetsüchtigen entspreche.

»Given the recent surge in access to information technologies (Graphics, Visualization, and Usability Center, 1995), we have a new generation of diverse computer users. As this case suggests, contrary to the stereotype of a young, male, computer-savvy online user as the prototypic Internet »addict«, new consumers of the Internet who do not match this general stereotype are just as susceptible. Given the severity of the family impairment in this case, future research should focus on the prevalence, characteristics, and consequences of this type of addictive behavior.« (Young, 1996b, S. 901)

In »Caught in the Net« beschreibt Young weitere Fälle betroffener Frauen (vgl. Young, 1998a, S. 6 ff.). Hier zeigt sich, wie greifbar und sichtbar betroffene Frauen bereits in den 1990er Jahren hätten werden können, wenn die Forschung diese Betroffenenengruppe weiterverfolgt hätte.

An den genannten Beispielen wird deutlich, wie viel Erkenntnisgewinn über weibliche Betroffene möglich ist, wenn diese in den Studienfokus gerückt und mithilfe kreativer, kontextsensitiver Forschungsmethoden untersucht werden. Dies ist sowohl mithilfe qualitativer als auch quantitativer Forschungsansätze möglich. Doch gerade die beschriebenen qualitativen Studien machen betroffene Frauen als konkrete Personen greifbar und heben ihre Unsichtbarkeit auf. Eine Ergänzung der Studienlage durch frauenfokussierte Arbeiten mit qualitativem, betroffenenorientiertem Forschungsdesign ist daher unbedingt notwendig, um das Phänomen einer

problematischen Internetnutzung bei Frauen in seiner Komplexität sichtbar zu machen.

*Fazit: Lückenhafte Kenntnislage
trotz zunehmender Forschungsaktivitäten*

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die bisherige Forschung viele wichtige Erkenntnisse hervorgebracht hat, diese aber insgesamt noch nicht ausreichen, um Frauen mit einer problematischen Internetnutzung als Betroffenenengruppe so weit zu verstehen, dass sie gezielt angesprochen und Behandlungsangebote passgenau entwickelt werden können.

Die bislang gewonnenen Erkenntnisse fügen dem Bild immer wieder wichtige neue Wissensfragmente hinzu, doch die Verbindungen zwischen den einzelnen Fragmenten bleiben vielfach noch offen. Ungeklärt bleiben insbesondere die Entstehungszusammenhänge. Wieso nutzen manche Frauen das Internet problematisch, andere aber nicht? Die bisherigen Fragmente ergeben noch kein zusammenhängendes Bild, welches für die Entwicklung passender Versorgungsangebote aber notwendig wäre.

In der Forschung wird die lückenhafte Kenntnislage ebenfalls diskutiert und dabei häufig auf unzureichende oder wenig vergleichbare Diagnostikinstrumente verwiesen. Jaafar et al. (2017) zum Beispiel plädieren in Bezug auf junge, exzessiv internetnutzende Frauen für eine verbesserte Nachschärfung des Konzepts einer exzessiven Internetnutzung, damit gefährdete Frauen besser identifiziert werden können. Doch nicht nur ein fehlendes frauenadäquates Konzept einer problematischen Internetnutzung mag Grund für das aktuelle Forschungsdesiderat sein. Zwei weitere Vermutungen zeichnen sich ab:

1. Die bisherigen frauenspezifischen Studien folgen hauptsächlich einer hypothesenüberprüfenden Forschungslogik, womit der Erkenntnisgenerierung methodische Limitationen gesetzt sind. Die Hypothesengenerierung setzt am theoretischen Wissensbestand der Forschenden an, d. h. alle möglichen Ausprägungen eines Phänomens müssen vorab

festgelegt werden (vgl. Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2021, S. 26). Quantitative Forschung kann Erklärungen in Bezug auf bereits festgelegte Variablen finden, aber nicht auf neu im Forschungsprozess aufkommende Aspekte eingehen und somit keine Erkenntnisse außerhalb des vorab festgesteckten Rahmens generieren. Dies wäre aber notwendig bei einem Phänomen, zu dem es noch wenig Kenntnis gibt. Quantitative Forschung überprüft, qualitative Forschung entdeckt (vgl. Brüsemeister, 2008, S. 9). Angesichts der oben dargestellten Forschungslücke wäre nochmals ein Schritt »zurück« notwendig, d. h. eine offene, (neu) entdecken wollene Forschungshaltung.

2. Die Betroffenen selbst kommen bisher kaum zur Sprache. Aufgrund des Verallgemeinerungsanspruchs des quantitativen Forschungsansatzes können die subjektiven Perspektiven der untersuchten Personen in derartigen Untersuchungsdesigns nicht in Erscheinung treten (vgl. Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2021, S. 16). Der Blick auf die Betroffenen bleibt einer von außen.

»Die Art und Weise, wie Objektivität bei hypothesenprüfenden Verfahren zu erreichen versucht wird, markiert für die Untersuchenden einen Standort außerhalb des sozialen Gefüges. Im Unterschied dazu gehen bei den rekonstruktiven Verfahren alle methodologischen Überlegungen von einem Standort der Untersuchenden innerhalb des sozialen Gefüges aus.« (Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2021, S. 32-33)

Die Forschendenperspektive von außen verfestigt die »Nichtgreifbarkeit« der untersuchten weiblichen Betroffenenengruppe. Zum Auffüllen des fragmentierten Bildes sollten die bisherigen Forschungsaktivitäten durch qualitative, hypothesengenerierende Perspektiven »von innen« ergänzt werden. Sie bringen die Stimmen der Betroffenen zum Ausdruck und stellen eine wichtige Ergänzung der bisher quantitativ geprägten Studienlage dar.

Forschungsleitende theoretische Perspektiven

Wie in der Darstellung des Forschungsstandes deutlich wurde, gibt es viele Möglichkeiten, sich der problematischen Internetnutzung von Frauen als Gegenstand zu nähern. Ich entschied mich dafür, das Phänomen in einem biografischen Kontext zu untersuchen unter Reflexion frauenspezifischer und sozialwissenschaftlicher Suchtforschung, unter Einbezug des Herkunftsfamilienkontextes und durch die Betrachtung der Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie. Meiner Studie liegt kein durchgängiges theoretisches Konzept zugrunde. Stattdessen lege ich separate theoretische Perspektiven an die verschiedenen Dimensionen des Untersuchungsgegenstandes an. Diese stelle ich im Folgenden vor.

Frauenspezifische Perspektive

Meine Arbeit schließt an die frauenspezifische Suchtforschung an und reflektiert typische Perspektiven (und blinde Flecken) in der Erforschung geschlechterspezifischen Suchtverhaltens. So wurden Frauen auch in Bezug auf eine substanzbezogene Sucht lange als Risikogruppe übersehen (vgl. Vogt, 2015; Vogt, 2007; Straussner, 1997; Vogt, 2007). Laut Brady et al. (2009) dominierte vor 1990 noch die Annahme, Sucht würde sich bei Männern und Frauen gleichermaßen zeigen und Erkenntnisse zu Männern ließen sich gleichermaßen auf Frauen übertragen. »As a result, much of what we previously knew about addiction was based on men, as the investigators and study participants were predominantly men, and the treatments were most often designed by and tested in men.« (Brady et al., 2009, S. 11). Die Annahmen gehen laut Brown (2002) auf jahrhundertealte Stereotype zurück, nach denen Frauen für eine Sucht gar nicht anfällig wären.

»For many years, even centuries, it was a commonly held belief that women did not become alcoholics or addicts. Thus there was no need for a women's perspective regarding becoming addicted, needing treatment, or understanding recovery.« (Brown, 2002, S. 26)

Erst ab den 1960er und 1970er Jahren, so Brown, wurden Frauen als mögliche Betroffene einer Sucht wahrgenommen, woraus sich das Forschungsfeld geschlechtsspezifischer Suchtforschung entwickelte (vgl. Brown, 2002, S. 26). Mittlerweile ist bekannt, dass geschlechtsspezifische Unterschiede in der Entstehung und Ausprägung von Sucht bestehen, und somit auch die Notwendigkeit, geschlechtsspezifische Behandlungsangebote zu schaffen (vgl. zum Beispiel Vogt, 2015; Ashley et al., 2003; Vogt, 1994). In Bezug auf substanzbezogene Abhängigkeit zeigen sich unter anderem genetische, neurobiologische, psychologische, psychiatrische und psychosoziale Unterschiede zwischen Mann und Frau, die Einfluss nehmen auf Ätiologie, Epidemiologie, Komorbidität, Krankheitsverlauf, Behandlungsergebnisse und Auswirkungen des Suchtverhaltens, auf den Zugang zu Beratung und Behandlung, die Interaktion mit den Behandlern, den Genesungsprozess, auf Rückfallursachen, auf die soziale Teilhabe und (Selbst-)Stigmatisierungserfahrungen (vgl. Ait-Daoud et al., 2019; Reed & Evans, 2009, S. 23-24; Straussner, 1997, S. 12 ff.). Auch ich gehe davon aus, dass Frauen ›anders süchtig‹ sind als Männer. Das ist nicht allein auf das biologische Geschlecht zurückzuführen, sondern auf ein komplexes Zusammenspiel von sozialen und kulturellen Kontextfaktoren (vgl. J. B. Becker et al., 2016).

Dabei ist die Herausforderung zu reflektieren, nicht in einen dichotomisierenden Geschlechtervergleich zu verfallen und das Bild von süchtigen Frauen als die ›unbeachtete Minderheit‹ zu reproduzieren. Brown (2002) plädiert in dieser Hinsicht für das Developmental Model, das sich auf den individuellen Menschen bezieht und nicht auf seine Geschlechterzugehörigkeit (Brown, 2002, S. 26 ff.). Erst diese Perspektive ermögliche die wahre Emanzipation der Frau (Brown, 2002, S. 31), da darin nicht die Frau, sondern die individuelle Frau betont werde: »The developmental frame accents the woman in relation to herself and to others. It emphasizes the individual: how to think about and treat this particular woman, in this setting, at this age, with these issues.« (Brown, 2002, S. 36)

Ich möchte in meiner Studie also nicht in einen Geschlechtervergleich treten, sondern – ausgehend von der Tatsache, dass es dieses Phänomen

bei Frauen nachweislich gibt – mich ausschließlich auf Frauen als Betroffenengruppe fokussieren. Ich gehe davon aus, dass Frauen und Männer »unterschiedlich betroffen« sind, wenn es sicher auch viele Ähnlichkeiten gibt. In meiner Studie geht es allerdings ausschließlich um Ähnlichkeiten und Unterschiede *innerhalb* der weiblichen Betroffenengruppe.

Sozialwissenschaftliche Perspektive

Mein Vorgehen ist – ergänzend zu gesundheitswissenschaftlichen Perspektiven – auch durch sozialwissenschaftliche Perspektiven geprägt. Das wirkt sich dahingehend aus, dass ich Zuschreibungen und Diagnosen zwar nicht grundsätzlich in Frage stelle (wie es zum Beispiel Timimi, 2014 tut), aber in ihrer Bedeutung und Auswirkung kritisch reflektiere. Eine zentrale Aussage der reflexiven Suchtforschung (vgl. zum Beispiel Dollinger & Schmidt-Semisch, 2007) ist, dass Sucht immer auch mit einem Zuschreibungsproblem assoziiert ist.

»Soziale Kontexte und Bedeutungsattributionen werden durch die Inanspruchnahme der Suchtsemantik gleichsam inkorporiert und zu Subjektqualitäten; soziale Strukturen und Semantiken schreiben sich dem Einzelnen ein und konstituieren ihn (unter seiner aktiven Beteiligung) als »Süchtigen« – und damit als Subjekt einer spezifischen Qualität. Eine reflexive Suchtforschung beteiligt sich daran, diesen scheinbar »natürlichen« Vorgang in seiner Kontingenz aufzudecken und alternative Deutungs- und Handlungsformen aufzuzeigen.

Hinzuweisen ist an dieser Stelle noch darauf, dass mit dieser Reflexivität nicht den Äußerungen von Betroffenen widersprochen werden soll. [...] Interessant ist hier die Frage, auf welche Weise und unter welchen Bedingungen sich welche Suchtkonzepte gleichsam in Subjektive einschreiben und sich so letztendlich selbst bestätigen.« (Dollinger & Schmidt-Semisch, 2007, S. 23-24)

Die Reflexion des Zuschreibungsproblems spiegelt sich auch im soziologischen Labeling-Ansatz wider (vgl. zum Beispiel H. S. Becker, 1953, 2019). Auch die Internetsuchtforschung diskutiert Zuschreibungsprobleme, wenn sie sich mit der Suche nach einem adäquaten, nicht stigmatisierenden Begriff für eine problematische Internetnutzung auseinandersetzt (vgl. Rumpf et al., 2021; vgl. auch das Kapitel *Begriffsdefinitionen*).

Ich schließe mich also einerseits an die Suchtforschung und Versorgungsrealität an, die mit objektivierenden Diagnosen forscht und arbeitet, öffne aber auch den Blick für alternative Deutungen, insbesondere für die subjektiven Suchtheorien der betroffenen Frauen. Somit setze ich mich mit dem Spannungsverhältnis zwischen den verschiedenen Wirklichkeitskonstruktionen Betroffener, der Umwelt, der Forschung und eigenen Suchtkonzepten auseinander.

Biografische Perspektive

Ein zentraler Ausgangspunkt meiner Arbeit ist die Beleuchtung der problematische Internetnutzung bei Frauen aus biografischer Perspektive. Eine Grundannahme lautet, dass die problematische Internetnutzung im biografischen Kontext eine Funktion erfüllt und Sinn ergibt, wenn man sich die dazugehörige Lebensgeschichte genauer ansieht.

Die »Biografie« kann als die Lebensgeschichte eines Menschen verstanden werden. Die Biografie beinhaltet »Darstellungen der Lebensführung und der Lebenserfahrung aus dem Blickwinkel desjenigen, der sein Leben lebt« (Fuchs-Heinritz, 2005, S. 8). Dabei leitet sich der Begriff »aus dem griechischen »bios« (das Leben) und »graphein« ((be)schreiben) ab« (Truschka, 2013, S. 45).

Eine Biografie ist im Verständnis meiner Studie kein vollständig objektivierbarer Gegenstand, sondern ein subjektiv gestaltetes Konstrukt, das durch Erzählung und Beschreibung entsteht. Zusätzliche Quellen wie zum Beispiel Geburts- und Sterbeurkunden oder die Darstellungen anderer Akteure wurden in dieser Arbeit nicht einbezogen, sondern nur die biografi-

schen Schilderungen der Person, um deren Lebensgeschichte es geht. Dabei gehe ich jedoch von der Verallgemeinerbarkeit einzelner biografischer Erzählungen aus. In Biografien zeigt sich nicht nur die persönliche Erfahrung eines einzelnen Menschen, sondern spiegeln sich auch kollektive Erfahrungen wider. (vgl. Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2021, S. 351) Mithilfe biografischer Forschung lassen sich Zusammenhänge über das erzählende Subjekt hinaus ermitteln (vgl. Fuchs-Heinritz, 2005, S. 164). Die persönliche Lebensgeschichte einer Frau, die das Internet problematisch nutzt, repräsentiert in dieser Arbeit also »eine Stimme von vielen«, eine Erfahrungsfacetten des Phänomens.

Die biografische Perspektive impliziert auch den Einbezug der Medienbiografie bzw. der Mediensozialisation (vgl. zum Beispiel Wimmer, 2017 in Bezug auf Computerspielsozialisation). Sie reflektiert zudem das Erleben von Krankheit im Lebensverlauf, ein Gegenstand, der in verschiedenen gesundheitswissenschaftlichen und sozialwissenschaftlichen Disziplinen beforscht wird, zum Beispiel im Zusammenhang mit Krebserkrankungen (vgl. zum Beispiel Grossarth-Maticek, 2018; König & Nittel, 2016) oder mit psychischen Erkrankungen (vgl. zum Beispiel Krumm, 2010). Weinböck (2003) untersuchte auf Basis eines exemplarischen Einzelfalls psychotraumatologische Belastungsfaktoren im (medien-)biografischen Kontext. In Bezug auf Sucht beschäftigen sich biografisch orientierte Studien u. a. mit Alkoholismus (vgl. zum Beispiel Vogt, 1994; Jüttemann-Lembke & Kern, 1987), dem Aspekt Selbstheilung (Klingemann, 2007) oder der Bewältigung einer Drogenabhängigkeit (vgl. zum Beispiel Sremac & Ganzevoort, 2013). Im Bereich der Internetsuchtforschung ist die Arbeit von Jukschat (2016) zu erwähnen, die Computerspielabhängigkeit im Rahmen von n=24 biografischen Fallanalysen qualitativ untersucht hat.

Familienperspektive

In Anknüpfung an die biografische Perspektive ist ein weiterer wichtiger Bezugspunkt meiner Arbeit die Herkunftsfamilie. Die Familie kann als »die

wohl wichtigste Art der sozialen Organisation in allen menschlichen Gesellschaften« (Wonneberger et al., 2018, S. 17) bezeichnet werden. Was wir in unserer Familie erleben, prägt uns ein Leben lang. Hier finden auch in Bezug auf die Entstehung, Auswirkung und Genesung von Krankheit komplexe Wechselwirkungen statt (vgl. Kalitzkus & Wilm, 2017). In der Herkunftsfamilie findet die initiale Mediensozialisation statt, genauso wie prägende positive und belastende Lebenserfahrungen.

Insbesondere belastende Lebenserfahrungen sind im Zusammenhang mit einer problematischen Internetnutzung relevant. Die Internetsuchtforschung zeigt dabei die hohe Relevanz der Herkunftsfamilie als potentieller Risikofaktor. Studien machen zum Beispiel einen Zusammenhang zwischen der Qualität der elterlichen Fürsorge (vgl. zum Beispiel Trumello et al., 2021) bzw. der Qualität der Eltern-Kind-Beziehung (Schneider et al., 2017) und einer problematischen Internetnutzung deutlich. Ein weiterer Risikofaktor ist ein belastetes Familienklima (vgl. zum Beispiel Braun, 2014; Hirschhäuser & Rosenkranz, 2012) sowie ungünstige bis hin zu traumatische Kindheitserfahrungen (vgl. zum Beispiel Jhone et al., 2021; Grajewski & Dragan, 2020).

Dies impliziert auch eine bindungstheoretische Perspektive (zurückgehend auf Main et al., 1985; Bowlby, 1982; Ainsworth et al., 1978). Es ist davon auszugehen, dass es einen Zusammenhang zwischen Bindungsmustern, insbesondere Bindungsstörungen (vgl. Brisch, 2020) und einer problematischen Internetnutzung gibt. Hierzu gibt es in der Forschung bereits zahlreiche Hinweise (vgl. zum Beispiel Costanzo et al., 2021; Dieris-Hirche, Geisler et al., 2021; Greschner et al., 2017). Unsichere Bindungserfahrungen stehen zudem im Zusammenhang mit psychischen Erkrankungen und Persönlichkeitsstörungen wie zum Beispiel einer Borderlinestörung, und diese wiederum im Zusammenhang mit einer problematischen Internetnutzung (vgl. zum Beispiel Lu et al., 2017; Wu et al., 2016).

In dieser Arbeit reflektiere ich auch allgemeiner gefasste Konzepte, die belastende Kindheitserfahrungen erfassen wie zum Beispiel das ACE-Kon-

zept (Felitti et al., 1998; Wingefeld et al., 2011), und integriere diese methodisch. Kriterien, die belastende Lebenserfahrungen in Kindheit und Jugend erfassen, wie zum Beispiel im Adverse Childhood Experiences International Questionnaire (ACE-IQ) (World Health Organization, 2020), im Childhood Trauma Questionnaire (CTQ) (Wingefeld et al., 2010) sowie in der Variante CTQ-58 (Grajewski & Dragan, 2020) enthalten, beeinflussen die Analyse der Herkunftsfamiliensituation in Teilstudie 2. Ich reflektiere in dieser Arbeit zudem allgemeine bindungstheoretische Kategorien, die sich in Erhebungsinstrumenten wie zum Beispiel dem Adult Attachment Interviews (AAI) abbilden (George et al., 1985, 1996; Gloger-Tippelt, 2016). Dazu gehören zum Beispiel die allgemeine Familienkonstellation, die Beziehung zu den Eltern und anderen Bezugspersonen, Erfahrungen mit Vernachlässigung oder Missbrauch, mit Verlust und Trennung (George et al., 1996, S. 39 ff.; Reiner et al., 2013, S. 234 ff.).

Perspektive der Lebensbewältigung

Als letzte forschungsleitende theoretische Perspektive soll die der Lebensbewältigung angeführt werden. Unter einer Lebensbewältigungsstrategie verstehe ich im Kontext dieser Arbeit weniger bzw. nicht nur eine punktuelle Bewältigungsstrategie im Sinne eines Copings in einer akuten Krisen- oder Stresssituation (vgl. Lazarus & Folkman, 1984), sondern eher ein universelles und andauerndes Lösungsmuster, das aus verschiedenen Einzelstrategien besteht. Lebensbewältigungsstrategien werden dabei auch als eine grundlegende Haltung im Umgang mit dem Leben und seinen Veränderungen und Krisen betrachtet. Sie können im Verständnis meiner Studie also zum einen Verhaltensweisen beinhalten, zum anderen auch Einstellungen und Haltungen. Ich nehme an, dass Menschen Lösungsmuster entwickeln, um Krisen, aber auch dem Leben allgemein zu begegnen, welches aus einer Abfolge an Veränderungen und Herausforderungen besteht. Lebensbewältigungsstrategien lernen wir initial in der Herkunftsfamilie, sei es, dass wir familiäre Bewältigungsmuster übernehmen oder eigene entwickeln, um mit den Herausforderungen in der Herkunftsfamilie umgehen

zu können. Die Strategien verfestigen sich dann im weiteren Lebensverlauf, so meine Annahme, können aber gleichzeitig auch jederzeit modifiziert werden. Lebensbewältigungsstrategien werden in diesem Verständnis also gelernt, sind unter Umständen also auch veränderbar, wenn sie einem bewusstwerden. Im nächsten Schritt gehe ich davon aus, dass auch die Medien- und Internetnutzung eine Lösungsstrategie darstellt oder als Element einer übergreifenden Lösungsstrategie fungiert. Aus dieser Perspektive betrachte ich auch eine *problematische* Internetnutzung als Lösungsstrategie, selbst wenn sie negative Auswirkungen hat.

Dieses Verständnis von Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie basiert auf der Arbeit von Charlton und Neumann (1986), die vor dem Hintergrund einer kommunikationswissenschaftlich wie psychologisch geprägten Medienwirkungsforschung das Modell der strukturanalytischen Rezeptionsforschung entwickelten. Im Verständnis von Charlton und Neumann nutzen Menschen Medien aktiv und eigenverantwortlich (vgl. Charlton & Neumann, 1986, S. 10) im sozialen Kontext des individuellen Alltags. Sie »verstehen den Menschen, der Medien nutzt, als eine Person, die sich in gewissen Grenzen selbst dafür entscheiden kann, welche Medieninformation sie gebrauchen will, und die den Medienkonsum in den Dienst der Bewältigung ihres Alltags stellt.« (Charlton & Neumann, 1986, S. 8) Medien sind demnach Instrumente der Lebensbewältigung und Identitätsbildung. Da Alltagshandeln und Medienhandeln sich gegenseitig beeinflussen, sind in der strukturanalytischen Rezeptionsforschung beide Bereiche Untersuchungsgegenstand. (vgl. Aufenanger, 1994, S. 403; Neumann-Braun & Peltzer, 2017, S. 122)

Ich greife dieses Verständnis auf, indem ich nicht ausschließlich die problematische Internetnutzung untersuche, sondern auch den biografischen Kontext, in den die Internetnutzung eingebettet ist, und wie sich diese Bereiche gegenseitig beeinflussen.

Charlton und Neumann führten eine empirische Studie durch, in der sie im Längsschnitt das Fernsehnutzungsverhalten von zwei- bis sechsjährigen Kindern im Kontext ihres familiären Sozialkontextes (n=6 Familien)

qualitativ-fallrekonstruktiv untersuchten. Im Ergebnis arbeiteten sie typologisierend die Bedeutung der Fernsehrezeption für die Lebensbewältigung von Kindern und Familien heraus. (vgl. Aufenanger, 1994, S. 407 ff.; Charlton & Neumann, 1986, S. 91 ff.)

Charltons und Neumanns Perspektive auf Mediennutzung knüpft an bestehende Erklärungs- und Störungsmodelle der Internetsuchtforschung an, nach denen Stressbewältigung durch »medienfokussiertes Coping« erfolge, woraus sich dann ein Teufelskreis entwickle (vgl. Müller, 2013, S. 109). Auch das I-PACE-Modell betont die Bedeutung von Copingstilen. Allerdings eher in dem Sinne, dass Personen, die in Stresssituationen nur auf dysfunktionale, unzureichende Coping-strategien zurückgreifen können, eher dazu neigen, das Internet als Ausgleich zu nutzen, so Brand et al.

»We propose that individuals who have a greater vulnerability to stress (as predisposing factors) in combination with dysfunctional/impulsive coping strategies may be more inclined to react with an urge for mood regulation when being confronted with a stressful situation. This interaction could then result in a higher probability of using the Internet application/site of choice, if the individual has the (implicit or explicit) expectancy or illusion that using the Internet is stress-relieving or has other Internet-related cognitive biases.« (Brand et al., 2016, S. 256)

Brand et al. gehen also davon aus, dass eine problematische Internetnutzung im Kontext eines insgesamt dysfunktionalen Copingstils stattfindet, diesen sozusagen »ausgleicht. Ich schließe mich dieser Sichtweise insofern an, als dass sich hier die Verknüpfung von Bewältigungsstrategien außerhalb der Internetnutzung und Bewältigungsstrategien mithilfe der Internetnutzung abzeichnet. Ich denke allerdings noch einen Schritt weiter: In Anlehnung an Charlton und Neumann verstehe ich ein Internetnutzungsverhalten als grundsätzlich funktionales, aktives und Sinn erzeugendes Medienhandeln (vgl. Neumann-Braun & Peltzer, 2017, S. 120 f.), *auch dann,*

wenn es sich problematisch zeigt. Diese Perspektive birgt neue Möglichkeiten der Suche nach Entstehungskontexten. Die Frage ist dann, in welcher (Lebens-)Situation macht eine problematische Internetnutzung *Sinn*? Dies ist ein zentrales Erkenntnisinteresse meiner Arbeit.

Ziele und Forschungsfragen

Mein Ziel mit dieser Studie ist es, erste Schritte zu gehen, die oben geschilderte Forschungslücke mithilfe der oben genannten theoretischen Perspektiven zu schließen. Dies setze ich so um, indem ich:

- der Fallorientierung und der fallimmanenten Logik den Vorrang gebe, bevor ich komparativ analysiere und verallgemeinere;
- Erklärungen, Zusammenhänge und Kontextfaktoren fokussiere;
- und die Perspektiven der Betroffenen mit ihren biografischen und sozialen Prägungen in den Mittelpunkt der Erkenntnisgenerierung rücke;
- die untersuchten Frauen als die eigentlichen Expertinnen ihres Internetnutzungsverhaltens ansehe.

Meine Studie verorte ich in der Internetsuchtforschung und Versorgungsforschung, nähere mich dem Phänomen aber aus sozialwissenschaftlich geprägter Perspektive an. Mithilfe eines qualitativen Forschungsansatzes, der subjektive Erfahrungen und komplexe Zusammenhänge erfasst, möchte ich das fragmentierte Bild von problematisch internetnutzenden Frauen um wichtige Verbindungselemente ergänzen. Mit dem Einbezug sozialwissenschaftlicher Forschungsansätze knüpfe ich an die Tradition substanzbezogener Suchtforschung an, welche schon lange mithilfe sozialwissenschaftlicher Perspektiven und qualitativen Methoden forscht.

Die Ergebnisse meiner Arbeit sollen unmittelbar anschlussfähig sein an die Versorgungspraxis, indem sich daraus Antworten für eine verbesserte

Präventions-, Beratungs-, Behandlungspraxis ableiten lassen. Sie soll Hilfeleistung bieten, um Versorgungsangebote zielgruppenorientierter und gendersensibler auszurichten. Perspektivisch betrachtet möchte ich mit dieser Arbeit einen Beitrag dazu leisten, dass mehr betroffene Frauen durch passende Versorgungsangebote erreicht werden können.

Vor diesem Hintergrund formuliere ich folgende Forschungsfragen:

1. Wie zeigt sich eine problematische Internetnutzung bei Frauen? (Ziel: Deskription des Symptoms)
2. Wie erklärt sich eine problematische Internetnutzung bei Frauen aus biografischer Perspektive? (Ziel: Erarbeitung der Entstehungszusammenhänge)
3. Welche frauenspezifischen Versorgungsbedarfe in Bezug auf eine problematische Internetnutzung lassen sich daraus ableiten? (Ziel: Ableitung von Implikationen für die Versorgungspraxis zur optimierten Adressierung betroffener Frauen)

Material und Methoden

Integrativer qualitativer Forschungszugang

Ich entschied mich in dieser Studie für einen qualitativer Forschungszugang, da dieser sich aufgrund seiner offenen, explorativen, *theoriegenerierenden* (und nicht *theorieprüfenden*) Grundhaltung für die Adressierung eines noch wenig greifbaren Phänomens wie der problematischen Internetnutzung bei Frauen eignet (vgl. Rosenthal, 2014, S. 18). Der qualitative Forschungsansatz beantwortet Fragen nach dem ›Wie‹ und ›Wozu‹ und sucht nach Erklärungen und inneren Zusammenhängen (vgl. Kruse, 2014, S. 26). Ziel ist es, die innere Logik eines Phänomens herauszuarbeiten und begreifbar zu machen. Qualitativ Forschenden geht es um das ›Verstehen‹: Was ist hier eigentlich los? Dies entspricht auch dem Erkenntnisinteresse der vorliegenden Arbeit und meiner Forschungshaltung.

Dabei ist eine kontinuierlich selbstreflexive Haltung der Forschenden wichtig, da ›Verstehen‹ letztendlich nur ›Fremdverstehen‹ bedeuten kann (vgl. Kruse, 2014, S. 40 ff.). Qualitativ Forschende reflektieren daher immer wieder ihre eigenen Relevanzsetzungen und Strategien des Verstehens und versuchen, ihre Vorannahmen zurückzustellen (vgl. Kruse, 2014, S. 374). Diese Selbstreflexionskompetenz ist die Voraussetzung für eine Haltung der Offenheit und flexiblen Prozessorientierung während des gesamten qualitativen Forschungsprozesses. Qualitativ Forschende sind bereit, sich von den Daten überraschen zu lassen und das eigene Vorgehen dem Untersuchungsgegenstand anzupassen (vgl. Kruse, 2014, S. 370). Der Zugang zum Untersuchungsgegenstand erfolgt über die Erfahrungen und Sinngebungen, die soziale Wirklichkeit der Akteure aus dem Untersuchungsfeld (vgl. Flick et al., 2019, S. 13 ff.), in diesem Fall die der (problematisch) internetnutzenden Frauen. Deren Wirklichkeitskonstruktionen erhob ich

über interaktive Kommunikation, in diesem Fall über Interviews. Das generierte Datenmaterial wertete ich in methodisch kontrollierten, intersubjektiv nachvollziehbaren Schritten aus, mit einer offenen, flexibel auf Un-erwartetes eingehenden Haltung (vgl. Kruse, 2014, S. 43).

Für meine Arbeit waren Gütekriterien der qualitativen Forschung handlungsleitend (vgl. auch Steinke, 2019; Kruse, 2014, S. 54 ff.) mit hauptsächlichlicher Orientierung an den von Strübing et al. (2018) formulierten verfahrenübergreifenden Gütekriterien Gegenstandsangemessenheit, Empirische Sättigung, Theoretische Durchdringung, Textuelle Performanz und Originalität. Es handelt sich demnach um gute qualitative Forschung,

»wenn sie ihren Gegenstand über den Forschungsprozess hinweg angemessen entwickelt, dabei den interaktiven Prozess seiner empirischen Sättigung ebenso bewältigt wie seine fortwährende theoretische Perspektivierung und diese forschende Herstellungsleistung gegenüber relevanten Publika in ihrer Gültigkeit und ihrem Erkenntniswert vermitteln kann.« (Strübing et al., 2018, S. 97)

Methodologisch orientiere ich mich in dieser Arbeit an sehr *offenen* Verfahren qualitativer Forschung, insbesondere an einem integrativen Ansatz innerhalb der rekonstruktiven qualitativen Forschung: dem Integrativen Basisverfahren nach Kruse (2014).

Warum war mir ein sehr offenes Verfahren wichtig? Zur Beantwortung der Forschungsfragen mit dem Anspruch, die Betroffenenperspektive in den Mittelpunkt zu rücken, war gefordert, dass ich Zugang zu belastenden Lebenserfahrungen betroffener Frauen erlange. Die Qualität der Erkenntnisgenerierung schien mir wesentlich davon abhängig, wie gut es mir gelingen würde, eine Vertrauensgrundlage zu den Akteurinnen des Untersuchungsfeldes zu schaffen. Insbesondere aus forschungsethischen Gründen schien mir der Respekt vor den Lebenserfahrungen der Interviewpartnerinnen zentral: Für ihre Offenheit, die eigenen Erfahrungen in ihrer Komplexität und »Fehlbarkeit« zu Forschungszwecken preiszugeben, sollte ihnen

vonseiten der Wissenschaft ebenso Offenheit für ihre subjektiven Relevanzsetzungen entgegengebracht werden.

Auch methodisch spricht viel für eine offene Forscherhaltung. Die vorliegende Arbeit basiert auf einer Grundannahme rekonstruktiver Sozialforschung: »Weniger Eingriff schafft mehr Kontrollmöglichkeiten.« (Bohnsack, 2021, S. 24) Je weniger Forschende eingreifen, desto mehr methodische Kontrolle sei erreichbar, so Bohnsack. Je offener die Fragestellung, je offener auch alle weiteren Instrumente im Forschungsprozess gestaltet sind, desto mehr Raum haben die Befragten, die Fragestellung vor dem Hintergrund ihres persönlichen Relevanzsystems zu interpretieren und authentischen Einblick in ihre Deutung von Wirklichkeit zu geben. (vgl. Bohnsack, 2021, S. 24)

»Allen offenen Verfahren ist gemeinsam, dass sie denjenigen, die Gegenstand der Forschung sind, die Strukturierung der Kommunikation im Rahmen des für die Untersuchung relevanten Themas so weit wie möglich überlassen, damit diese ihr Relevanzsystem und ihr kommunikatives Regelsystem entfalten können und auf diesem Wege die Unterschiede zum Relevanzsystem der Forschenden überhaupt erst erkennbar werden. Im Sinne eines derartigen methodisch *kontrollierten Fremdverstehens* wird dann methodische Kontrolle möglich.« (Bohnsack, 2021, S. 25)

Mit dem Prinzip des Fremdverstehens ist laut Kruse (2014) gemeint, dass sich das zu Verstehende immer außerhalb des eigenen Relevanzsystems befindet. Es könne paradoxerweise dennoch nur mithilfe des eigenen subjektiven Relevanzsystems verstanden werden. Die forschende Person müsse daher immer wieder die eigenen Vorannahmen reflektieren und bewusst zurückzustellen, um Erkenntnisse generieren zu können. Solange die forschende Person reflektiere, dass sie mit ihren Vorannahmen unweigerlich den Forschungsprozess mitprägt und transparent nachvollziehbar macht,

wie sie zu ihren Erkenntnissen kommt, könne das Vorgehen als methodisch kontrolliert gelten (vgl. Kruse, 2014, S. 60 ff.).

Die Offenheit für das Relevanzsystem der Befragten zeigt sich auch in der Reflexion der INDEXIKALITÄT menschlicher Sprache und Kommunikation. Laut Kruse ist damit gemeint, dass die Bedeutung von Äußerungen nicht objektiv fixierbar ist, sondern davon abhängt, in welchem Zusammenhang eine Äußerung auftaucht (zum Beispiel: In welchem Zusammenhang im Interview erwähnt die Befragte den Begriff ›Sucht‹?) und dabei auch begrifflich-referentiell reflektiert werden muss (Zu welchem semantischen Netzwerk gehört dieser Begriff ›Sucht‹?). Für die Datengenerierungsphase heißt das, niemals davon auszugehen, dass die Befragte mit ihren Äußerungen dasselbe meint wie die forschende Person. Stattdessen sollte verflüssigend nachgehakt werden, was die Befragte meint. Erst auf diese Weise können neue Erkenntnisse entstehen und Reproduktionen des eigenen Wirklichkeitsverständnisses vermieden werden. Letzteres ist nicht vollständig vermeidbar; es geht darum, sich dessen bewusst zu sein und eben dadurch methodische Kontrolle herzustellen. Textsequenzen sollten zudem nicht isoliert, sondern im Fallzusammenhang zu betrachten, um so den darin enthaltenen Sinn rekonstruieren zu können. (vgl. Kruse, 2014, S. 89 ff.) Eine rekonstruktiv forschende Person sollte sich nicht nur für das interessieren, was gesagt wird, sondern insbesondere auch dafür, *wie* etwas gesagt wird. Die rekonstruktive Forschungshaltung macht das Wie sogar zum Ausgangspunkt der Analyse. (vgl. Kruse, 2014, S. 93 ff.)

Zur Erkenntnisgenerierung durch Offenheit gehört auch die Bereitschaft, sich als forschende Person von den Erkenntnissen des Forschungsprozesses lenken zu lassen, ohne dabei den Kontakt zu den eigenen Relevanzsystemen zu verlieren. Das Prinzip der PROZESSUALITÄT fordert laut Kruse, einerseits empiriegeleitet Erkenntnisse induktiv aus den Daten herauszuarbeiten und andererseits theoriegeleitet den Prozess durch die eigenen forschungsleitenden Annahmen und Erkenntnisheuristiken lenken zu lassen. Zur Bewältigung dieses ›Spagats‹ sei eine laufende kritische Refle-

xion des Forschungsprozess notwendig (vgl. Kapitel *Maßnahmen zur Qualitätssicherung*). Es erfordere auf Ebene der Forschungsprojektsteuerung eine spiralförmig, iterativ-zyklische Prozessgestaltung, die zwischen Induktion und Deduktion pendle. (vgl. Kruse, 2014, S. 93 ff.) Für die vorliegende Arbeit bedeutete die Flexibilität im Forschungsprozess zum Beispiel, die Rekrutierung auf Institutionen zu erweitern, die ich vorher nicht eingeplant hatte (vgl. Kapitel *Rekrutierung und Sampling*). Auch hinsichtlich der Datengenerierung hatte ich vorab bereits Ideen, welche Auswertungsmethode womöglich am besten zum biografischen Datenmaterial passen würde.⁴ Doch dann wurde deutlich, dass es mit den anvisierten Methoden nicht möglich sein würde, dem Datenmaterial angemessen zu begegnen und die Forschungsfrage zu beantworten. So beschloss ich, Verfahren zu kombinieren (vgl. Kapitel *Auswertung*).

Das Integrative Basisverfahren nach Kruse (2014) eignet sich nicht zuletzt deswegen als auswertungsleitendes Rahmenverfahren für meine Arbeit, da es dezidiert unterschiedliche Zugänge zu Datenmaterial zulässt und dem Vorgehen gleichzeitig einen systematischen Rahmen gibt. Kruse plädiert für einen konsequent gegenstandsorientierten und empiriegeleiteten Umgang mit Auswertungstechniken. Nach Kruse sollte stets der passende methodische Schlüssel für das jeweilige Material und das jeweilige Forschungsinteresse ausgewählt werden. Forschende würden sich erst dann *tatsächlich* methodisch offen zeigen, wenn sie nicht mit einem Universal-schlüssel, sondern mit einem ›Schlüsselbund‹ agierten (Kruse, 2014, S. 379). Der Ansatz integriert entsprechend verschiedene methodische Prozessebenen, analytische Perspektiven und Analysetechniken (Kruse, 2014, S. 371). Dabei sei aber ein klarer konzeptioneller Rahmen wichtig »wie diese verschiedenen Schlüssel und Werkzeuge *wann, wo und wie* [...] zum Einsatz

⁴ Ausgehend von der Erhebungsmethode (biografisch orientierte narrative Interviews) waren zum Beispiel klassische Auswertungsmethoden der Biografiefor-schung wie die Narrationsanalyse (Schütze, 1977, 1983) oder die Biografische Fallrekonstruktion (Rosenthal, 2014) naheliegend. Allerdings hätten diese als Analyseinstrumente nur zum biografischen Aspekt des Untersuchungsgegenstandes ge-passt und nicht zur Erschließung der problematischen Internetnutzung.

kommen können und sollen« (Kruse, 2014, S. 379). Um den Spagat zwischen Strukturiertheit und Systematik versus Offenheit und reflektierter Gegenstandsangemessenheit zu ermöglichen, soll der Ansatz des Integrativen Basisverfahrens »einen Gestaltungsrahmen dafür bereitstellen, dass man sich von den Daten aufzeigen lasse, wie jene analysiert werden wollten« (Kruse, 2014, S. 371). Wie Strübing et al. (2018) distanziert sich auch Kruse von einer starren methodologischen Verortung. Es stelle sich die Frage, wie offen eine Auswertung noch sein könne, wenn eine bestimmte Analysemethode im Vorhinein schon entschieden sei (Kruse, 2014, S. 370). Das Gütekriterium der GEGENSTANDSANGEMESSENHEIT fordert laut Strübing et al. die Passung von Methoden und Untersuchungsgegenstand, sichergestellt durch fortlaufende Reflexion und Nachjustierung. Von Anfang an im Forschungsprozess soll so die methodische Beweglichkeit und Empirie-Orientierung sichergestellt werden. (vgl. Strübing et al., 2018, S. 86 ff.)

Datengenerierung

Im Rahmen der Datengenerierung produzierte ich Interviews von insgesamt mehr als 67 Stunden. Das Datenmaterial bestand aus Interviewtranskripten, Postscripts und Fragebögen. Im Folgenden erläutere ich die Konzeption und Umsetzung des Datengenerierungsprozesses.

Rekrutierung und Sampling

Im Gegensatz zur statistischen Fallauswahl in der quantitativen Forschung, die auf einer Logik der Repräsentativität beruht, basiert die Fallauswahl qualitativer Studie auf einer Logik der Repräsentation (vgl. Kruse, 2014, S. 242 f.). Welche verschiedenen Dimensionen, Perspektiven, Bedeutungszuschreibungen oder Erfahrungshintergründe des Untersuchungsgegenstandes sind relevant und sollten sich entsprechend im Sample wiederfinden? Gelingt es, eine Stichprobe in diesem Sinne zusammenzustellen, können

auf Basis der ausgewählten Fälle Aussagen getroffen werden, die über die eigene Studienpopulation hinaus gültig sind. (vgl. Kruse, 2014, S. 244 ff.)

Bei meiner Datengenerierung legte ich den Schwerpunkt auf die Betroffenenperspektive. Ziel war es, ein möglichst heterogen strukturiertes Datenmaterial zusammenzustellen, das die Bandbreite von Erfahrungen betroffener Frauen abbildet. Dies entspricht dem Gütekriterium der EMPIRISCHEN SÄTTIGUNG, welches laut Strübing et al. (2018) die Erfassung des Forschungsgegenstandes in seinem Ausprägungsreichtum fordert. Nur so sei mittels qualitativer Forschung die Entdeckung von Neuem und Unerwartetem und somit Innovation möglich. Das Sample werde heterogen zusammengesetzt, so dass die spätere Analyse und Interpretation auf breiter empirischer Basis (und nicht auf Ausschnitten) beruhe. Dazu gehöre auch der Einbezug abweichender Fälle, da sie die Grenzen des Phänomens absteckten. (vgl. Strübing et al., 2018, S. 88 ff.)

Ich wandte eine *kombinierte* Samplingstrategie an. Hinsichtlich der problematisch internetnutzenden Frauen war die Herausforderung, *überhaupt* Interviewpartnerinnen zu finden. Es existierten zum damaligen Zeitpunkt in der Forschung und in der Versorgungspraxis kaum Orientierungsmerkmale zur Zielgruppe. Darum versuchte ich mit maximaler Offenheit, überhaupt betroffene Frauen als Interviewpartnerinnen zu finden. Ich bezog daher alle Frauen, mit denen ein Interviewtermin zustande kam, in die Studie ein, da vorab nicht klar war, ob sich nicht im Laufe des Gesprächs doch eine Problematik herauskristallisieren würde. Hier wandte ich die Samplingtechnik der Fallauswahl nach Gelegenheit und Zugangsmöglichkeit (Convenience Sampling) an, die sich bei schwierig zugänglichen Zielgruppen eignet (vgl. Misoch, 2015, S. 193). Um dennoch eine gewisse Diversität im Sample herzustellen, führte ich eine bundesweite Rekrutierung durch. Zudem entschied ich mich dazu, auch Frauen zu rekrutieren, die das Internet »gerne« bzw. »intensiv« nutzten, mit dem Ziel die Schwellen zur Problematik und somit die Grenzen des Phänomens zu erfassen. Mehr Kriterien waren vorab nicht abzusehen, weswegen zum Beispiel keine geplante Samplezusammensetzung im Sinne eines Purposive Samplings (vgl. Misoch, 2015, S. 194 ff.) erfolgte, zum Beispiel

durch gezieltes Kontaktieren passender Interviewpartnerinnen bzgl. vorab festgelegter Merkmale. Ich beendete die Rekrutierung, als zusätzliches Datenerhebungsmaterial keine neuen Erkenntnisse mehr für die theoretische Fragestellung liefern würde, als also eine theoretische Sättigung erreicht war (vgl. Strübing et al., 2018, S. 90). Es erfolgte also zusätzlich eine Anlehnung an die Technik des Theoretical Samplings. Ich ließ mich dabei bei der Fallzusammenstellung nach dem Prinzip minimaler und maximaler Kontrastierung von den Erkenntnissen leiten, welche sich während der Datengenerierung ergaben. Ein Theoretical Sampling im klassischen Sinne der Grounded Theory, welches eine parallel zum Sampling laufende Interviewauswertung beinhaltet (vgl. Glaser & Strauss, 2010, S. 61 ff.; Kelle & Kluge, 2010, S. 47 ff.), war aufgrund begrenzter Zeit- und Personalressourcen im vorliegenden Projekt nicht möglich. Allerdings liefen Interviewdurchführung und Rekrutierung zeitlich parallel, so dass mir die erinnerten Erkenntnisse aus den Interviews Orientierung gaben, wann ich eine theoretische Sättigung erreicht hatte und die Rekrutierung beenden konnte.

Ich setzte die Datengenerierung in einem sechsmonatigen Zeitraum von Anfang Januar bis Ende Juni 2015 im gesamten Bundesgebiet in separaten Studienaufrufen um. Rekrutierungsgruppe 1 setzte sich aus Frauen zusammen, die das Internet *gern* bzw. *intensiv* nutzten. Um die Offenheit in der Interviewsituation zu gewährleisten und eine Beeinflussung der Befragten zu vermeiden, vermied ich bei der Rekrutierung bewusst eine Thematisierung problematischer Internetnutzungsaspekte sowie die Erwähnung der Sektion Suchtmedizin und Suchtforschung als institutionellen Kontext. Diese Hintergründe machte ich aber den Befragten während des Interviews transparent. Dieser erste Studienaufruf startete im Januar 2015. Die Rekrutierungsgruppe 2 bestand aus Frauen, die ihrer eigenen Einschätzung nach das Internet *problematisch* nutzten. In diesem zweiten Studienaufruf thematisierte ich explizit den problematischen Aspekt der Internetnutzung, formulierte diesen aber bewusst offen und vermied die Bezeichnung »Sucht«, um die Befragten nicht in ihren subjektiven Theorien über ihre Internetnutzung zu beeinflussen und auch Frauen zu erreichen, bei denen ein

geringerer Schweregrad einer problematischen Internetnutzung vorlag (siehe unten Auszug aus dem Studienaufruf). Den Studienaufruf für Rekrutierungsgruppe 2 startete ich drei Monate nach dem Studienaufrufstart für Rekrutierungsgruppe 1. Im Folgenden ein Auszug aus dem Studienaufruf für Rekrutierungsgruppe 2:

»Eine »problematische« Onlinenutzung kann alles Mögliche sein:

- Sei es, dass es nicht mehr möglich ist, ohne bestimmte Online-dienste (z. B. Facebook, WhatsApp, Onlinespiele, Internetrecherche, bestimmte Foren, Chat, Onlinepornografie, Onlinesex, Internetshopping, Online-Glücksspiel und vieles mehr) auszukommen.
- Oder dass Freunde und Familie sich Sorgen machen, weil wir so stark in ein virtuelles Leben eintauchen, dass wir im realen Leben kaum noch anwesend sind.
- Manche befanden sich in einer psychisch belastenden Phase, litten zum Beispiel unter einer Depression, Trennung, einem Todesfall, Erkrankung, Arbeitslosigkeit...
- In der Zeit wurde das Internet zu einem wichtigen Lebensinhalt, bloß dass es sich irgendwann nicht mehr gut anfühlte.
- Manche Frauen haben dadurch wichtige Beziehungen verloren, vernachlässigen ihre Kinder, ohne es zu wollen, bekommen Schlafstörungen oder Probleme am Arbeitsplatz, schreiben in der Schule schlechte Noten oder kommen in der Uni nicht weiter.
- Viele lassen sich gar nichts anmerken und funktionieren nach außen »ganz normal« weiter.
- Doch ab einem gewissen Punkt leiden alle darunter – egal ob offen oder im Geheimen.

Oder haben Sie es ganz anders erlebt? Ich freue mich, von Ihren persönlichen Erfahrungen zu hören!«

Über die Internetnutzungsmerkmale hinaus war das einzige weitere Einschlusskriterium ein Alter ab 16 Jahren. Dieses setzte ich allerdings im weiteren Studienverlauf auf 18 Jahre hoch aufgrund der Entscheidung, mich allein auf erwachsene Frauen als Betroffenenengruppe zu fokussieren.

Zur Exploration des Untersuchungsfeldes führte ich zudem qualitative Experteninterviews mit $n=13$ Beratenden und Behandelnden sowie $n=5$ gesundheitspolitischen Akteuren. Die Auswertungen dieser Interviews fließen allerdings nicht in die vorliegende Forschungsarbeit ein, die sich auf die Betroffenenperspektive fokussieren möchte, um deren Komplexität gerecht werden zu können.

Im Ergebnis erreichte ich ein heterogenes Sample im Umfang von $n=24$ Fällen, welche sich in 22 teilnarrativ-biografische Einzelinterviews und 1 Doppelinterview aufteilen. $N=11$ Frauen meldeten sich im Rahmen des Studienaufrufs von Rekrutierungsgruppe 1, $n=13$ Frauen im Rahmen des Studienaufrufs von Rekrutierungsgruppe 2. Die Kommunikationskanäle, mit denen ich die Teilnehmenden erreichte, waren ein regionaler E-Mail-Studienaufruf in einem universitären Netzwerk ($n=11$), ein bundesweiter E-Mail-Studienaufruf an Suchthilfeeinrichtungen sowie an Selbsthilfeorganisationen mit Schwerpunkt Internetnutzungsstörungen ($n=6$), Inserate in Onlineforen ($n=2$), Direktkontaktierungen in Onlineumgebungen, wo intensive Internetaktivitäten stattfinden ($n=1$, zum Beispiel Onlinedatingplattformen), Facebook ($n=1$) und Unbekannt ($n=2$).

Die Interviews führte ich in 20 Fällen face-to-face an einem gut erreichbaren, neutralen Ort oder bei den Teilnehmerinnen daheim, in 4 Fällen telefonisch. Alle Interviews führte ich selbst durch, also eine Person. Die Dauer pro Interview betrug zwischen 64 und 193 Minuten, im Mittel 128 Minuten. Die Gespräche wurden digital aufgezeichnet.

Die Teilnehmenden informierte ich vorab mithilfe einer Studienaufklärung über die Forschungsarbeit. Alle unterschrieben eine Einverständniserklärung. Die Studienkonzeption hatte ich zuvor der Ethikkommission der Universität Tübingen vorgelegt unter der Projektnummer 549/2014BO1.

Bezüglich der Heterogenität des Samples zeigt sich in Bezug auf die soziodemografischen Merkmale eine mittlere Variabilität (vgl. Tab. 2).

Tabelle 2: Soziodemografische Merkmale des Samples (eigene Darstellung)

Merkmalsname	Ausprägung	Fallanzahl (Gesamt: n=24)
Alter	20er Lebensjahre	8
	30er Lebensjahre	5
	40er Lebensjahre	3
	50er Lebensjahre	6
	60er Lebensjahre	0
	70er Lebensjahre	2
	Range: 21-76 Jahre	24
	Mittelwert: 40,5 Jahre	24
Geburtsland	BRD/DDR	22
	Keine Angabe	2
Wohnort (Bundesland)	Baden-Württemberg	13
	Nordrhein-Westfalen	5
	Bayern	3
	Hamburg	2
	Keine Angabe	2
Wohnortgröße (nach Anzahl Einwohner)	Größere Mittelstadt (50.000 - 100.000)	7
	Kleinere Großstadt (100.000 - 500.000)	6
	Kleine Kleinstadt (5.000 - 10.000)	4
	Große Großstadt (ab 500.000)	3
	Kleinere Mittelstadt (20.000 - 50.000)	2
	Größere Kleinstadt (10.000 - 20.000)	1
Kinder	Keine Angabe	1
	Kinderlos	15
Familienstand	Mit Kindern	9
	Ledig ohne Partner/Partnerin	11
	Verheiratet mit Partner/Partnerin	9

	Ledig mit Partner/Partnerin	3
	Verheiratet, aber in Trennung/Scheidung	1
Höchster (beruflicher) Bildungsab- schluss	Abitur	8
	Hochschul-/Universitätsabschluss	8
	Lehre/Berufsausbildung	3
	Mittlere Reife	2
	Promotion	1
	Keine Angabe	2
Berufliche Tätigkeit	Berufstätig	12
	Im Studium	6
	Keine berufliche Tätigkeit	5
	Unbekannt	1

In Bezug auf Erfahrungen mit psychologischen Hilfsangeboten zeigt sich im Sample eine geringe Variabilität. Ein Großteil der Interviewten hat Erfahrung mit Beratungs- oder Psychotherapieangeboten, nur wenige allerdings mit einer spezifischen Hilfe (vgl. Tab. 3):

Tabelle 3: Inanspruchnahme von psychologischen Versorgungsangeboten (eigene Darstellung)

Merkmals	Ausprägung	Fallanzahl
Erfahrung mit psychologischen Hilfsangeboten	Ja	20
	Nein	3
	Unbekannt	1
Erfahrung mit Hilfsangeboten bei einer problematischen Internetnutzung	Nein	19
	Ja	5
	Selbsthilfe	3
	Beratung	1
	Ambulante Therapie und Selbsthilfe	1

Die folgende überblicksartige Einzelvorstellung der $n=24$ Fälle (vgl. Tab. 4) zeigt eine hohe Variabilität in Hinblick auf die Aspekte Internetnutzung und biografische Eckdaten. Bezüglich der Samplevorstellung und auch bei allen weiteren Fallschilderungen ist anzumerken, dass ich zum Schutz der persönlichen Daten Angaben wie das genaue Lebensalter, die genaue Anzahl der Kinder, den Beruf und andere personennahe Merkmale allgemeiner gefasst oder weggelassen habe.

Insgesamt schätze ich das Sample als ausreichend kontrastiv ein hinsichtlich der für das Forschungsinteresse relevanten Dimensionen – der Internetnutzung und des biografischen Hintergrunds.

Tabelle 4: Vorstellung des Samples (eigene Darstellung)

RG = Rekrutierungsgruppe, LJ = Lebensjahr

ID	Pseudo- nym	RG	Inter- view- dauer (h:m)	Soziodemo- grafie (Interview- zeitpunkt)	Eckdaten zur Internetnutzung	Herkunftsfamiliär- biografische Eckdaten
F01	Frau Rose	1	2:35	40.-45. LJ, erwerbsunfä- hig, verheira- tet in 2. Ehe, Kinder aus 1. Ehe	Problematische In- ternetrecherche (Episode); im All- tag intensive Inter- netrecherche und Nutzung Sozialer Netzwerke	Vater Alkoholiker und gewalttätig; sexu- eller Missbrauch der Geschwister; Schei- dung der Eltern; för- dernde Großmutter
F02	Frau Falke	1	2:08	75.-80. LJ, Rentnerin, verheiratet in 2. Ehe, erwachsenes Kind aus 1. Ehe	Intensive E-Mail- nutzung, eigene Website mit Blog, Nutzung Sozialer Netzwerke und Or- ganisation von Auslandsreisen	Jüngste von mehre- ren Geschwistern; fördernde Mutter
F03	Frau Kern	1	1:45	35.-40. LJ, berufstätig, ledig/ohne Partner, keine Kinder	Problematische In- ternetrecherche und problematische Nutzung Sozialer Netzwerke	Vater Alkoholiker; Eltern bleiben den- noch zusammen bei dauerhaft negativer Familienatmosphäre
F04	Frau Korn- feld	1	1:19	40.-45. LJ, berufstätig, ledig/ohne Partner, keine Kinder	Intensives Nutzen von Onlinedating- plattformen; E- Mail-Abos und In- ternetrecherche	Lief als Kind »neben- her«; Mutter sehr be- schäftigt mit Haus- halt; negative Bezie- hung zum Vater
F05	Frau Fuchs	1	2:38	25.-30. LJ, berufstätig, ledig, keine Kinder	Jugend: intensive Onlineforennut- zung. Erwachsenen- alter: intensive Nut- zung von Chats und Sozialen Netz- werken. Gelegentl. Prokrastination	Wächst nach Schei- dung der Eltern be- hütet bei den Großel- tern auf. In der Ju- gend Miterleben der schweren Erkrank- ung und des Todes des Großvaters.
F06	Frau Winter		1:19	70.-75. LJ, Rentnerin, verheiratet, mit erwachse- nen Kindern	Intensive mobile Internetnutzung, insbesondere Chat (WhatsApp) und Internetrecherche	Wenig Informationen

ID	Pseudo- nym	RG	Inter- view- dauer (h:m)	Soziodemo- grafie (Interview- zeitpunkt)	Eckdaten zur Internetnutzung	Herkunftsfamiliär- biografische Eckdaten
F07	Frau Bär	1	2:01	45.-50. LJ, berufstätig, verheiratet, Kinder	Zweiwöchige prob- lematische Online- Glücksspiel-Epi- sode, im Kontext einer sonst regulier- ten Internetnut- zung	Konflikthafte Ver- hältnis zur Mutter vs. positives Verhältnis zum Vater. Vater er- krankt/verstirbt in den 40er LJ von Frau Bär.
F08	Frau Linde	1	1:30	35.-40. LJ, berufstätig, verheiratet, keine Kinder	Seit Jugend ge- legentlich problema- tisches Spielen. Be- lastungsempfinden bzgl. beruflicher E- Mails. Gelegentlich übermäßiges On- lineshopping	Familie aufgrund von Umzügen teilweise sozial isoliert; Mutter chronisch krank; war- me und fördernde Familienatmosphäre
F09	Frau Holzer	1	1:52	25.-30. LJ, Studierende, mit Partner, ledig, keine Kinder	Jugend: problemati- sches Onlinespielen und Fernsehen. Erwachsenenalter: Prokrastination mit Sozialen Netzwer- ken und Internet- recherche, zudem problematische Handy- und Brow- serspielen sowie Seriennutzung	Eltern abwesend; Frau Holzer zu Schulzeiten mit aus- geprägten Leistungs- problemen und Schulunlust; negative Beziehung zum Va- ter; Distanzierung von der Familie im Jugendalter
F10	Frau Löwe	2	2:29	50.-55. LJ, berufstätig, verheiratet in 2. Ehe, er- wachsene Kinder aus 1. Ehe	Problematisches Chatten während Ehekrise (1. Ehe)	Wenig Förderung sei- tens Mutter, die älte- res Geschwisterkind bevorzugte vs. posi- tives Verhältnis zum Vater
F11	Frau Kraut	2	2:02	30.-35. LJ, Studierende, ledig, keine Kinder	Problematisches Onlinespielen im Studium kombi- niert mit ausge- prägtem sozialem Rückzug	Geschwisterkind starb im 13. LJ von Frau Kraut; ihre De- pression blieb von den Eltern unbe- merkt; Scheidung der Eltern

ID	Pseudo- nym	RG	Inter- view- dauer (h:m)	Soziodemo- grafie (Interview- zeitpunkt)	Eckdaten zur Internetnutzung	Herkunftsfamiliär- biografische Eckdaten
F12	Frau Hahn	2	2:02	30.-35. LJ, berufstätig, ledig, keine Kinder	Problematisches Chatten und prob- lematische Online- forennutzung kom- biniert mit sozialem Rückzug; Suizid- versuch	Mutter verstorben. Vater unterstützend im Umgang mit der problematischen In- ternetnutzung
F13	Frau Nebel	2	1:04	55.-60. LJ, berufstätig, ledig, keine Kinder	Problematisches Onlinespielen im Kontext von Trau- mafolgen	Viele Umzüge der Familie; große Schwierigkeiten mit sozialen Kontakten; substanzbezogene Süchte
F14	Frau Som- mer	2	2:48	25.-30. LJ, Studierende, ledig/ohne Partner, keine Kinder	Jugend: probl. On- linepornografienut- zung und Erotik- chat kombiniert mit probl. Essverhal- ten. Erwachsenen- alter: probl. You- Tube- und Serien- nutzung mit probl. Essverhalten	Mutter mit Essprob- lematik; Frau Som- mer entwickelt eigene Essproblematik; ne- gative Familienat- mosphäre
F15	Frau Tobel	2	2:45	20.-25. LJ, Studierende, ledig/ohne Partner, keine Kinder	Problematisches Onlinespielen und Chatten im Stu- dium in Kombina- tion mit einer Ab- hängigkeitsbezie- hung zu einem Onlinespieler	Frau Tobel, Ge- schwisterkind und Mutter sind blind; negatives Verhältnis zum Vater, der von forderte, sich die Blindheit nicht an- merken zu lassen
F16	Frau Kirsch- baum	1	2:45	25.-30. LJ, Studierende, verheiratet, keine Kinder	Intensives Bloggen und Nutzen von Onlineforen; wäh- rend Schulzeit probl. Onlineforen- nutzung	Förderndes Eltern- haus; Phase sozialer Isolation mit intensi- vierter TV-/Buchnut- zung nach Schul- wechsel
F17	Frau Auster	2	3:07	55.-60. LJ, berufstätig, ledig/ohne Partnerin, keine Kinder	Probl. Browserspie- len und Chatten bei Aufrechterhaltung der Funktionalität im Beruf	Kampf um die Liebe der Mutter; mitunter gewalttätiger Vater, Geschwister-Kon- flikte

ID	Pseudo- nym	RG	Inter- view- dauer (h:m)	Soziodemo- grafie (Interview- zeitpunkt)	Eckdaten zur Internetnutzung	Herkunftsfamiliär- biografische Eckdaten
F18	Frau Lenz	2	2:05	20.-25. IJ, nach Schulab- bruch Hartz- IV-Beziehen- de und auf stationäre Psychothera- pie wartend, ledig/ohne Partner, keine Kinder	Seit Schulzeit prob- lematische Fanc- tion-Nutzung, On- linespielen und Let's Play	Vater Alkoholiker und ehemals mit Computerspielprob- lematik; Scheidung der Eltern; Frau Lenz lebt zeitweise beim Vater, später im Be- treuten Wohnen
F19	Frau Sturm	2	3:13	35.-40. IJ, Hartz-IV-Be- ziehende, ver- heiratet/ge- trennt lebend, Kinder	Problematisches Browserspielen während des Zu- sammenlebens mit Ehemann und Kin- dern	Mutter alkohol- und tablettenabhängig, Vater Alkoholiker und gewalttätig; Trennung der Eltern; Heimaufenthalt
F20	Frau Berg	2	1:54	20.-25.IJ, Studierende, ledig/mit Partner, keine Kinder	Probl. Nutzung So- zialer Netzwerke und von Chats (WhatsApp), probl. Immer-erreichbar- sein-müssen	Behütetes Aufwachs- en als jüngste von mehreren Geschwis- tern. Durch elterliche Konflikte Erfahrung mit Familientherapie
F21	Frau Mohn	2	2:53	45.-50. IJ, berufstätig, verheiratet, Kinder	Probl. Onlinespie- len kombiniert mit Alkoholismus; Sui- zidversuch und län- gere stationäre Psychotherapie	Vater Alkoholiker, Mutter mit nicht er- füllbaren Ansprüchen an Frau Mohn; früher Auszug (Weglaufen)
F22	Frau Kiefer	2	2:06	25.-30. IJ, Studierende, ledig/ohne Partner, keine Kinder	Probl. Fancfiction- nutzung im Stu- dium kombiniert mit Depression; Exmatrikulation als negative Folge	Älteste von mehreren Geschwistern; Eltern mit hohen Leistungs- ansprüchen; wenig gefühlbetonte Mutter
F23	Frau Bach	2	1:56	50.-55. IJ, berufstätig, verheiratet, Kinder	Gelegentlich prob- lematische Nut- zung von Onlinefo- ren; Unsicherheit, ob es sich um eine »Sucht« handelt	Asperger Autistin; seit Kindheit Prob- leme mit Sozialkon- takten und Überlas- tung

ID	Pseudo- nym	RG	Inter- view- dauer (h:m)	Soziodemo- grafie (Interview- zeitpunkt)	Eckdaten zur Internetnutzung	Herkunftsfamiliär- biografische Eckdaten
F24	Frau Schwal- be	1	1:23	55.-60. LJ, berufstätig, verheiratet in 2. Ehe, Kin- der aus 1. Ehe	Intensive mobile Internetnutzung; problematisches Prüfen der aktuel- len Nachrichten- lage und Sozialer Netzwerke	Einzelkind; sehr schüchtern als Kind und Jugendliche; als Erwachsene postpartale Depression und schwere körperliche Erkrankung

Erhebungsinstrumente

Die Gespräche mit den Studienteilnehmerinnen führte ich mithilfe der qualitativen Erhebungsmethode TEILNARRATIV-BIOGRAFISCHES INTERVIEW. Das teilnarrative Interview ist eine Abwandlung des narrativen Interviews (vgl. Schütze, 1977, 1983), welches unter anderem in der Biografiefor- schung eingesetzt wird. Das klassische narrative Interview ist minimal strukturiert und wird ohne Interviewleitfaden durchgeführt. Der Eingang- stimulus als Erzählaufforderung stößt bei der interviewten Person eine Steigreif- bzw. Spontanerzählung an, d. h. sie erzählt autonom und mono- logartig. Die interviewende Person greift nicht ein, um den Erzählfluss nicht zu stören. Erst nach Abschluss der Haupterzählung stellt die inter- viewende Person immanente, direkt an die Haupterzählung anschließende Nachfragen sowie exmanente Nachfragen, über die auch Themen seitens der interviewenden Person eingebracht werden können. (vgl. Kruse, 2014, S. 153 ff.; Küsters, 2009, S. 54 ff.) Durch seine sehr offene Gestaltung er- möglicht das narrative Interview der interviewten Person »ausgezeichnete Möglichkeiten des Ausdrucks und der Setzung ihrer persönlichen Relevan- zen« (Lucius-Hoene & Deppermann, 2004, S. 9) und eröffnet so den Zu- gang zur biografischen Selbstdeutung.

»Die Aufforderung zum Erzählen scheint unmittelbar in das Zentrum der subjektiven Erfahrungen und Sichtweisen unserer Probanden zu führen und sie auch kaum vor Schwierigkeiten der Vermittlung zu stellen – schließlich können wir davon ausgehen, dass in unserer Kultur jeder mehr oder weniger ausführlich erzählen kann, »wie alles gekommen ist.« (Lucius-Hoene & Deppermann, 2004, S. 9)

Die Methode des teilnarrativen Interviews als Abwandlung des narrativen Interviews (vgl. Helfferich, 2011) hat ebenfalls zum Ziel, hohe Erzählanteile anzustoßen, weist aber einen höheren Strukturierungsgrad auf. Im teilnarrativen Interview entstehen die Erzählungen nicht »an einem Stück«. Stattdessen generieren mehrere Erzählaufforderungen (anstatt nur einer) mehrere Teilerzählungen, jeweils kombiniert mit Nachfragen. (vgl. Helfferich, 2011, S. 179; Helfferich et al., 2016, S. 337) Das teilnarrative Interview sei somit stärker dialogisch ausgerichtet und erfordere eine aktive Grundhaltung des Interviewers. Als Instrument werde ein gering strukturierter Leitfaden eingesetzt. (vgl. Helfferich, 2011, S. 18) Das teilnarrative Interview als »Mischform« aus dem klassischen narrativen Interview und einem Leitfadeninterview (Helfferich, 2011, S. 15) eignet sich für das vorliegende Forschungsvorhaben, weil es einerseits die Biografie erfragt, andererseits aber auch den Themenfokus hinsichtlich der problematischen Internetnutzung ermöglicht. Für die Beantwortung der Forschungsfragen war genau die Kombination aus offener und strukturierter Gesprächsführung notwendig, damit ich sowohl biografische Kontextinformationen als auch konkrete internetnutzungsbezogene Daten generieren konnte.

Entsprechend gestaltete ich die Interviewleitfäden in Orientierung an Kruse (2014) und Helfferich (2011) derart, dass sie »*offen strukturieren*« (Kruse, 2014, S. 216).

»Es muss kein Widerspruch darin bestehen, »etwas Bestimmtes wissen zu wollen«, also thematische Vorgaben zu machen, und gleichzeitig innerhalb dieser Fokussierungen das monologische Rede-recht den Interviewten zuzugestehen, ihnen Raum für die subjektiven Relevanzsysteme zu lassen, hörererorientiert zu bleiben.« (Kruse, 2014, S. 217)

Die Offenheit trotz Strukturierung stellte ich über einen bestimmten Aufbau des Interviewleitfadens her. Dieser besteht »aus offenen Erzähl-/Explicationsaufforderungen (Stimuli) oder offenen Fragestellungen [...], die zwar thematisch fokussieren, aber keine *schließende* Wirkung haben.« (Kruse, 2014, S. 217) Die Gestaltung der Interviewleitfäden erfolgte zunächst nach dem SPSS-Prinzip: Sammeln von Fragen (S), Prüfen hinsichtlich der Aspekte Vorwissen und Offenheit (P), Sortieren (S) und Subsumieren (S) (vgl. Helfferich, 2011, S. 182 ff.; Kruse, 2014, S. 219 ff.). In seiner Grundstruktur (vgl. Tab. 5) strukturierte ich die Leitfäden in Orientierung an den Stimulusfragen: Pro Stimulusfrage erstellte ich einen Themenblock, der mit der Stimulusfrage als Erzählaufforderung beginnt. Pro Themenblock legte ich zudem die relevanten inhaltlichen Aspekte fest, zu denen ich etwas in Erfahrung bringen wollte, notierte Formulierungsideen für immanente Aufrechterhaltungsfragen, die nach dem Stimulus die Befragten im Erzählfluss halten und die offene Gesprächsführung stabilisieren sollten, sowie Formulierungsideen für konkretisierende, exmanente Nachfragen, die bei Bedarf strukturieren und steuern sollten. (vgl. Kruse, 2014, S. 217 ff.)

Die ersten Leitfadenentwürfe brachte ich zur kritischen Reflexion in eine Forschungswerkstatt für Qualitative Forschung ein. Zudem führte ich ein Probe-Interview durch. Mit der optimierten Leitfadenversion ging ich dann ins Feld. Im Sinne der Gütekriterien GEGENSTANDSANGEMESSENHEIT und EMPIRISCHE SÄTTIGUNG schärfte ich den Leitfaden während der Interviewphase punktuell nach, zum Beispiel als deutlich wurde, dass die ursprünglich formulierten Fragen nicht die Daten generierten, die ich für die Beantwortung der Forschungsfrage benötigte, oder dass bestimmte

Formulierungen den Erzählfluss störten. Auf diese Weise entwickelte ich separate Interviewleitfäden für die Rekrutierungsgruppen 1 und 2.

Tabelle 5: Musteraufbau eines Interviewleitfadens nach Kruse (2014)

Block 1 (bzw. 2, 3...): Stimulus/Grundreiz (Leitfrage/Erzählaufforderung)		
Grundreiz, der ein Themenfeld sehr offen und manchmal sogar vage eröffnet, sodass der Erzählperson die Möglichkeit zur eigenstrukturierten Positionierung und Thematisierung gegeben wird.		
Inhaltliche Aspekte	Aufrechterhaltungsfragen	Konkrete Nachfragen
Topics, zu denen man als Forschende/r etwas in Erfahrung bringen möchte	<i>Entweder</i> zum Beispiel: Gibt es sonst noch was? Und sonst? Und weiter/Und dann? Können Sie das genauer beschreiben? Haben Sie ein Beispiel dafür, damit ich mir das konkreter vorstellen kann? Was meinen Sie damit? Wie meinen Sie das? <i>Oder</i> : Immanente Nachfragen	Elaborierende, exmanente Nachfragen zu den gewünschten Topics, also konkretere inhaltliche Nachfragen (»Nachfassungen«), die stärker strukturieren und steuern, aber dennoch formuliert sein müssen

Interviewleitfaden für Rekrutierungsgruppe 1 | Der Interviewleitfaden für die Rekrutierungsgruppe 1 (gern/intensiv internetnutzende Frauen) startete in Themenblock 1 mit der aktuellen Internetnutzung:

Stimulus Themenblock 1 (Bedeutung des Internets im gegenwärtigen Alltag):
 Als erstes interessiert mich, welche Rolle das Internet so in Ihrem ganz normalen Tagesablauf spielt. Wie kann ich mir das denn vorstellen – so Ihre Internetnutzung an einem ganz typischen Tag?

Die Frage diene als inhaltliches Warming-up (Kruse, 2014, S. 223) und sollte gleichzeitig ein Bild davon entstehen lassen, welchen Stellenwert das Internet im Leben der Befragten einnahm. Mit Themenblock 2 wollte ich zur Erzählung der Biografie im Zusammenhang mit der Medien- und Internetsozialisation einladen. Den Stimulus hatte ich hier mehrschrittig aufgebaut. Er begann mit einer Vorbereitungsfrage (vgl. Kruse, 2014, S. 224). Wenn die Befragte dann das wichtigste Medium in ihrer Kindheit nannte, stellte ich die Anschlussfrage als das »Hauptziel der Kommunikationsintention« (Kruse, 2014, S. 224):

Stimulus Themenblock 2 (Biografie & Medien- und Internetsozialisation):

1. Wie Sie ja wissen, interessiert mich der Zusammenhang zwischen Biografie und Internetnutzung. Daher möchte ich mich nun gern mit wichtigen Aspekten Ihrer Biografie beschäftigen.
2. Wenn Sie nun mal zurückdenken, wie es war, als Sie Kind waren. Was für Medien haben für Sie als Kind eine wichtige Rolle gespielt?
3. Was sind denn so Situationen mit [Medium 1], als Sie Kind waren, die Ihnen besonders im Gedächtnis geblieben sind?

Themenblock 3 erfragte schwierige Lebensphasen in Kombination mit der Mediennutzung. Durch die Verknüpfung zwischen Biografie und Medium war es mir möglich, die Frage nach schwierigen Lebensphasen behutsam und indirekt zu formulieren, was den Befragten den erzählerischen Einstieg erleichterte. In einer ersten Leitfadenversion hatte ich ohne Medienbezug nach schwierigen Phasen gefragt, was in einem Fall als zu direkt empfunden wurde und Abwehrreaktionen hervorgerufen hatte.

Stimulus Themenblock 3 (Schwierige Lebensphasen): Und wenn Sie nun mal überlegen, was eine besonders schwere Phase in Ihrem Leben war, wo es Ihnen echt nicht gut ging. Wie sah es da mit den Medien in dieser Zeit aus?

Themenblock 4 erfragte die problematischen Aspekte der eigenen Internetnutzung und sollte die Brücke zum zentralen Untersuchungsgegenstand, der problematischen Internetnutzung, schlagen. Diese hatte ich bis dahin noch nicht angesprochen, um eine zu schnelle thematische Verengung zu vermeiden.⁵ Der Stimulus gestaltete sich so, dass ich zunächst meine Positionierung in der Suchtforschung transparent machte, was aus dem initialen Studienaufruf bisher nicht hervorgegangen war. Je nach Interviewpartnerin erläuterte ich auch mein persönliches Interesse an dem Thema Sucht. Zuletzt beschrieb ich die bisherige Unklarheit, ab wann eine Internetnutzung eigentlich problematisch wäre. Als Abschluss formulierte ich keine konkrete Frage an die Befragte, sondern stellte mir im Grunde selbst die Fragen. Hier endete der Stimulus, und ich wartete ab, wie die Befragte reagieren würde.

Stimulus Themenblock 4 (Problematische Aspekte bzgl. der eigenen Internetnutzung): [Nach Transparentmachen des Forschungsinteresses und Aufzeigen der Unklarheit, ab wann eine Internetnutzung problematisch ist] Für dieses Spannungsfeld interessiere ich mich: Was ist noch normal? Wo tut es nicht mehr gut?

In der Regel reagierte die Befragte dann mit der Äußerung subjektiver Krankheitstheorien hinsichtlich einer problematischen Internetnutzung. Spätestens an dieser Stelle zeigte sich, wie die Befragte zu der Thematik stand, zum Beispiel angesichts dessen, welche Deutungen sie auswählte und welche Formulierungen sie nutzte (Sucht, Abhängigkeit, oder vermied sie derartige Begriffe), ob sie mit dem Thema fremdelte oder natürlich damit umging. In den Nachhakenfragen lenkte ich dann zu den persönlichen Erfahrungen der Befragten mit einer problematischen Internetnutzung.

⁵ In manchen Interviews begann überraschenderweise die Befragte selbst unmittelbar mit der Schilderung einer problematischen Internetnutzung. In solchen Fällen habe ich den Leitfaden flexibel abgewandelt.

Das Interview endete dann mit einer offenen Abschlussfrage, die zu Resümees oder zu Zuspitzungen eines Themas einlud, welches die Befragte zuvor wiederholt erwähnt hatte.

Abschlussfrage: Gibt es noch etwas, was Sie sagen möchten, was aus Ihrer Sicht wichtig wäre, was wir aber noch nicht besprochen hatten?

Die Abschlussfrage ermöglichte den Befragten, ihre persönlichen Relevanzsetzungen nochmals zu explizieren. (Für den gesamten Interviewleitfaden zu Rekrutierungsgruppe 1 vgl. Anhang)

Interviewleitfaden für Rekrutierungsgruppe 2 | Der Interviewleitfaden für Rekrutierungsgruppe 2 (problematisch internetnutzende Frauen) startete in seiner finalen, optimierten Fassung in Themenblock 1 bewusst nicht mit der problematischen Internetnutzung, sondern mit einer themenfremden Erzählaufforderung zur (Medien-)Biografie. Dazu nutzte ich Themenblock 2 aus dem Interviewleitfaden von Rekrutierungsgruppe 1.

Stimulus Themenblock 1 (Biografie & Medien- und Internetsozialisation):
Wie Sie ja wissen, interessiert mich der Zusammenhang zwischen Biografie und Internetnutzung. Daher möchte ich mich nun gern mit wichtigen Aspekten Ihrer Biografie beschäftigen.

1. Wenn Sie nun mal zurückdenken, wie es war, als Sie Kind waren. Was für Medien haben für Sie als Kind eine wichtige Rolle gespielt?
2. Was sind denn so Situationen mit [Medium 1], als Sie Kind waren, die Ihnen besonders im Gedächtnis geblieben sind?

Mit der themenfremden Erzählaufforderung wollte ich verhindern, dass das Interview sich zu schnell auf die problematische Internetnutzung fokussierte und somit weitere biografische Kontextinformationen verloren

gehen könnten. In einer ersten Leitfadenversion hatte ich das Gespräch direkt mit der Frage nach dem Problem gestartet, was teilweise holprige Interviewstarts verursachte, da ich damit die Befragten in eine Art Definitionszwang brachte und den Schritt zurück in die Biografie erschwerte. Mit der optimierten Variante lief es deutlich besser. Dennoch kam es mitunter vor, dass manche Befragte den Leitfaden »aushebelten«, indem sie das Gespräch von Anfang an selbst in die Hand nahmen. Dies ließ ich dann gerne zu, da meine oberste Priorität bei der Generierung eines Erzählflusses und bei der Offenheit für die Relevanzsetzungen der Befragten lag. Mit einem Beharren auf der Struktur des Leitfadens hätte ich womöglich Irritationen und ein Stocken der Erzählung erzeugt. Die für die Forschungsarbeit relevanten thematischen Aspekte erfragte ich bei Bedarf nachträglich.

In Themenblock 2 explorierte ich dann die problematische Internetnutzung, beginnend mit der Frage nach der ersten Internetnutzung, bis hin zur Entwicklung der problematischen Internetnutzung.

Stimulus Themenblock 2 (Internetsozialisation & Merkmale der Internetproblematik): Wie kam es eigentlich, dass Sie angefangen haben, das Internet zu nutzen?

Zur Vertiefung fragte ich unter anderem nach typischen Tagen in der problematischen Internetnutzungsphase, um lebendige und konkrete Erzählungen aus dem Alltag zu generieren. In Themenblock 3 thematisierte ich dann Erfahrungen mit der Bewältigung einer problematischen Internetnutzung und Erfahrungen mit dem Versorgungssystem:

Stimulus Themenblock 3 (Bewältigung & Erfahrungen mit Versorgungssystem): Wie ist es dann gekommen, dass es Ihnen irgendwann wieder besser ging?

In dem Zusammenhang stellte ich auch Nachhakenfragen, die zum Resümieren auffordern sollen, wie zum Beispiel: »Mit dem Wissen, was Sie heute

haben: Was würden Sie heute sagen, welche Bedeutung hat das Internet für Sie – damals und heute? Oder ich stellte zum Beispiel Nachhakenfragen zur Konkretisierung der Merkmale einer problematischen Internetnutzung: ›Was wären denn heute typische Alarmsignale für Sie, wo Sie merken: Da bin ich grad wieder gefährdet?‹ Zudem versuchte ich, die Befragten zur Äußerung von Verbesserungsvorschlägen bzgl. der Versorgungssituation einzuladen. Dazu lud ich ein, von positiven und negativen Versorgungserfahrungen zu berichten, fragte aber auch, was die Befragten anderen betroffenen Frauen raten würden. Auch bei Rekrutierungsgruppe 2 endet der Interviewleitfaden mit einer offenen Abschlussfrage. (Für den gesamten Interviewleitfaden zur Rekrutierungsgruppe 2 vgl. Anhang.)

Eine flexible Anwendung der Interviewleitfäden war wichtig, um den Befragten Raum für subjektive Relevanzsetzungen zu lassen. Einzig bei den Stimulusfragen hatte ich den Anspruch, die im Leitfaden hinterlegte Formulierung möglichst wortgetreu zu nutzen. Die Aufrechterhaltungs- und Nachfragen setzte ich je nach Gesprächsverlauf ein. Viele Aspekte, die für die Forschungsfragen von Interesse waren, sprachen die Befragten teilweise bereits eigenständig an. Als Interviewerin achtete ich darauf, bezüglich der noch nicht angesprochenen relevanten Aspekte ergänzend nachzuhaken. Ich verzichtete zudem darauf, selbst die Begriffe ›Sucht‹, ›Internetsucht‹, ›problematische Internetnutzung‹ etc. zu definieren, um den Bedeutungsgebungen der Befragten Raum zu geben. Bei Unsicherheiten und Unklarheiten ermunterte ich die Befragten, sich frei zu äußern, da eben ihre individuelle Perspektive wertvoll wäre. Auch war ich offen für weitere Themensetzungen, die den Befragten relevant erschienen (zum Beispiel die Bedeutung einer Autismus-Störung oder von Datenschutz im Kontext der Internetnutzung), da sich daraus wiederum wichtige erklärende Zusammenhänge ergeben könnten.

Ich hatte keine Kompensation für die Interviews vorgesehen, was für die Motivation offenbar auch nicht notwendig war. Alle Interviewpartnerinnen zeigten ein genuines, persönliches Interesse an dem Thema und wa-

ren bereit, dafür Zeit zu investieren. Für manche Befragten mag ein zentraler Motivationsfaktor die Möglichkeit der Retrospektive und Selbstreflexion, vielleicht auch der Abschluss einer vergangenen schwierigen Lebensphase gewesen sein (vgl. auch Lucius-Hoene & Deppermann, 2004 zur narrativen Identität und narrativen Bewältigung durch autobiografisches Erzählen).

Fragebögen und Postscripts | Nach dem Interview bat ich die Befragten per E-Mail um das Ausfüllen von Fragebögen (vgl. Anhang). Auf diese Weise erhob ich soziodemografische Daten (vgl. Hoffmeyer-Zlotnik et al., 2010), Daten zur Medien- und Internetnutzung (vgl. BITKOM, 2011) sowie den Schweregrad der problematischen Internetnutzung mithilfe der Compulsive Internet Use Scale (CIUS) (vgl. Meerkerk et al., 2009). Den CIUS-Fragebogen wählte ich, da dieser unter anderem im Rahmen der PINTA-Studie hohe Prävalenzen bei Frauen angezeigt hatte.

Zudem erstellte ich nach jedem Interview ein sogenanntes Postscript als Interviewprotokoll (vgl. Kruse, 2014, S. 284 ff.; Prommer, 2005). Darin dokumentierte ich Informationen zu den Rekrutierungs- und Interviewbedingungen, die für die spätere Interpretation des Interviews wichtig sein könnten, zum Beispiel Störungen, Eindrücke vom Interviewort oder die Beziehungsdynamik zwischen mir als Interviewerin und der Befragten (für eine Postscript-Mustervorlage vgl. Anhang).

Auswertung

Auswertungsstrategie

Während der ersten Auswertungsschritte merkte ich, dass sich mein Forschungsinteresse auf sehr unterschiedlichen Dimensionen bewegte. Einerseits hatte ich das Ziel der Deskription, andererseits dem Ziel der Explanation, mit einerseits dem Ziel der Symptombestimmung und andererseits dem Ziel, biografische Kontext- und Einflussfaktoren zu erschließen (vgl.

Abb. 1). Ich kam zu der Einschätzung, dass ich diese verschiedenen Aspekte über ein singuläres methodisches Auswertungsverfahren nicht adäquat aufschlüsseln können würde. Ich entschied mich darum dafür, den Untersuchungsgegenstand in die Dimensionen PROBLEMATISCHE INTERNETNUTZUNG, BIOGRAFISCHER KONTEXT und LEBENSBEWÄLTIGUNGSSTRATEGIEN auszudifferenzieren.

Dies ist anschlussfähig an die Theorie, denn es greift ein ganzheitliches Erklärungsmodell der Entstehung von Suchterkrankungen auf. Dieses Verständnis einer Sucht führt die Problematik nicht allein auf eine Ursache zurück, sondern auf das *Zusammenwirken* verschiedener Einflussfaktoren: soziale Faktoren auf Umwelt-Ebene, individuelle Faktoren auf Personen-Ebene und (biologische) Faktoren auf Suchtmittel-Ebene, wie es im sogenannten ›Suchtdreieck‹-Modell dargestellt ist (Kielholz & Ladewig, 1972, zitiert nach Rehbein & Möhle, 2012, S. 395 ff.).

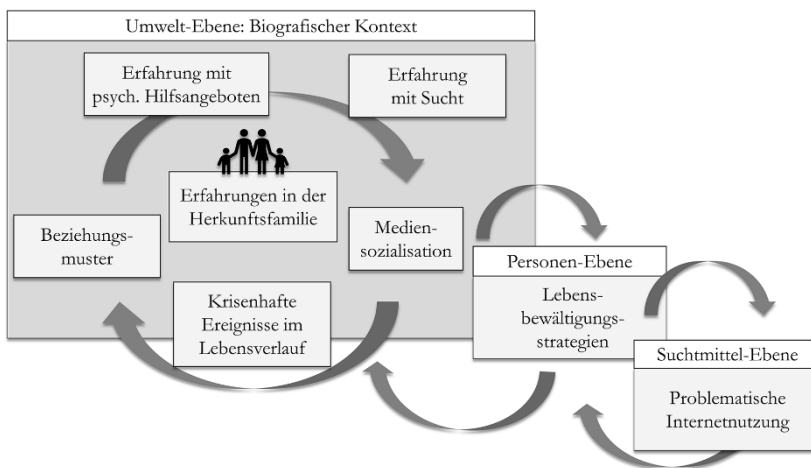


Abbildung 1: Untersuchungsgegenständliche Dimensionen (eigene Abbildung, in Anlehnung an das Suchtdreieck von Kielholz & Ladewig, 1972, zitiert nach Rehbein & Möhle, 2012, S. 395 ff.)

Um der Gegenstandsangemessenheit als wesentlichem Gütekriterium qualitativer Forschung gerecht zu werden, wählte ich zur adäquaten Adressierung der verschiedenen Dimensionen des Untersuchungsgegenstandes

eine Kombination aus INHALTSANALYTISCH-KODIERENDEM und REKONSTRUKTIV-HERMENEUTISCHEM qualitativen Auswertungsverfahren. Als auswertungsleitendes Rahmenverfahren wählte ich das Integrative Basisverfahren nach Kruse (2014), da es dezidiert verschiedene methodische Zugänge zulässt. Das Gütekriterium der Gegenstandsangemessenheit fordert laut Strübing et al. (2018), die Passung von Methoden und Untersuchungsgegenstand herzustellen mittels fortlaufender Reflexionen und Nachjustierungen. Von Anfang an solle im Forschungsprozess so die methodische Beweglichkeit und Empirie-Orientierung sichergestellt werden. Gute qualitative Forschung zeige sich methodisch beweglich und bedeute letztendlich eine Abkehr von einem normativen Methodenverständnis. Die Empirie-Orientierung sollte stets wichtiger sein als das Festhalten an einer später gar nicht mehr zum Untersuchungsgegenstand passenden Methode (vgl. Strübing et al., 2018, S. 86 ff.).

Entsprechend der drei Teiluntersuchungsgegenstände teilte ich das Auswertungsprojekt in drei Teilstudien auf, welche die Passung des jeweiligen Untersuchungsgegenstand und mit dem jeweils geeignetem Auswertungsinstrument widerspiegeln (vgl. Tab. 6):

Tabelle 6: Rahmendaten Teilstudie 1, 2 und 3 (eigene Darstellung)

	Teilstudie 1	Teilstudie 2	Teilstudie 3
Teiluntersuchungsgegenstand	Problematische Internetnutzung bei Frauen	Biografischer Kontext	Lebensbewältigungsstrategien
Zentrales qualitatives Verfahren	Inhaltsanalytisch-kodierend	Inhaltsanalytisch-kodierend	Rekonstruktiv-hermeneutisch

In Teilstudie 1 und 2 arbeitete ich mit einem inhaltsanalytisch-kodierenden Auswertungsverfahren. In beiden Teilstudien war mein Ziel, in erster Linie explizite Wissensbestände herauszuarbeiten und diese – teilweise theoriegeleitet – systematisch mithilfe von Kategorien zu erfassen.

In Teilstudie 1 sollten die Befragten beschreiben, wie sie ihre (problematische) Internetnutzung erlebten, wie ihr Alltag mit dem Internet aussieht, welche Anwendungen sie auf welche Weise nutzten, in welchen Situationen die Nutzung problematisch wurde, was das Problematische für sie jeweils ausmachte etc. Dieses Wissen konnten die Befragten gut abrufen und verbalisieren. Auch Erklärungen bzw. subjektive Theorien hinsichtlich der Entstehung einer problematischen Internetnutzung konnten die meisten Befragten gut abrufen, auch weil sie dazu häufig bereits intensiv Gedanken gemacht hatten.

In Teilstudie 2 sollten die Befragten ihre Medien- und Internetnutzung im Kontext ihrer Biografie beschreiben. Auch hier sollen explizite Wissensbestände adressiert werden; der Lebensverlauf war für die Befragten gut verbalisierbar. Als Auswertungsmethode eignete sich die Qualitative Inhaltsanalyse (in modifizierter Form, vgl. Kapitel *Umsetzung*) entsprechend gut, da mit dieser Methode explizite Bedeutungsebenen herausarbeitet werden können (vgl. Przyborski & Wohlrab-Sahr, 2014, S. 189). Die Qualitative Inhaltsanalyse »sortiert und reduziert die von sozialen Akteuren vorgebrachten expliziten Bedeutungsgehalte, so dass diese dem Forschenden auswertbar vorliegen« (Koch, 2016, S. 30). Festgestellt werden können dann laut Koch, »welche Themen verhandelt und mit welchen Aussage(richtunge)n diese Themen aufgegriffen werden«, welche Themen unerwähnt bleiben und welche inhaltlichen Verknüpfungen es einzelfallbezogen oder fallübergreifend gibt (Koch, 2016, S. 30).

In Teilstudie 3 war ein rekonstruktiv-hermeneutisches Auswertungsverfahren angezeigt, da hier die Herausarbeitung latenter Sinnkonstruktionen notwendig war. Im Gegensatz zu Teilstudie 1 und 2 zeigte sich, dass die Anwendung von Lebensbewältigungsstrategien, die den Untersuchungsgegenstand in Teilstudie 3 darstellen, in der Regel nicht bewusst erfolgt. Stattdessen zeigten sich die Lebensbewältigungsstrategien in impliziten Wissensbeständen verborgen, d. h. in »Erfahrungswissen, welches nur teilweise explizierbar ist, somit wesentlich *implizit* oder stillschweigend

bleibt« (Bohnsack, 2021, S. 208). Selbst wenn ich – hypothetisch – die Befragten direkt auf Lebensbewältigungsstrategien angesprochen hätte, hätten diese ihre Theorien dazu womöglich nicht unmittelbar oder nur in Ansätzen verbalisieren können. Denn trotz aller Reflexionskompetenz ist es schwer möglich, auf alle Komplexitäten und Bedeutungen der eigenen Einstellungen und Handlungspraktiken unmittelbar und vollständig Zugriff zu haben. Aus dem Grund nehmen Menschen Beratung, Therapie oder Selbsthilfe in Anspruch, um eben im Spiegel eines Gegenübers und im Abgleich ›fremder‹ Hypothesen sich selbst besser verstehen zu lernen. Auf dieser Ebene bewegen sich die in Teilstudie 3 fokussierten Lebensbewältigungsstrategien. Mir wurde deutlich, dass ich diese nur dann analytisch erschließen kann, wenn ich Auswertungstechniken einsetze, die geeignet sind, implizite Wissensbestände herauszuarbeiten, d. h. den »Sinn hinter dem Sinn« bzw. die Tiefenstruktur, die sich »in spezifischen Mustern oberflächlicher Sinnstrukturen ausdrückt« (vgl. Kruse, 2014, S. 101).

Trotz der unterschiedlichen Auswertungszugänge teilen die drei Teilstudien ein gemeinsames forschungsprozessuales Vorgehen, das insbesondere auf Prinzipien rekonstruktiver Sozialforschung, im Speziellen auf dem Integrativen Basisverfahren nach Kruse, basiert:

1. In der Basis verfolgen alle drei Teilstudien einen *idiografischen Ansatz*. Dieser ermöglicht, »die Komplexität des ganzen Falles, die Zusammenhänge der Funktions- und Lebensbereiche in der Ganzheit der Person und de[n] historische[n], lebensgeschichtliche[n] Hintergrund« zu betonen und so bedeutsame Einflussfaktoren und Zusammenhänge aufzuspüren (Mayring, 2016, S. 42) sowie in schwer zugänglichen Gegenstandsfeldern an tiefergehende Einsichten zu gelangen (Mayring, 2016, S. 44). Die drei Teilstudien behandeln jeden Fall für sich, bevor sie in den Quervergleich gehen. Auch im Quervergleich habe ich trotz kategorialer Differenzierungen stets auch ganze Fälle miteinander verglichen.

2. In Anknüpfung an das Integrative Basisverfahren erfolgte in der Auswertung eine *Trennung von Deskription und Interpretation*, um sicherzustellen, dass ich als Forscherin nicht in den Text hineininterpretiere, sondern aus ihm herausarbeite (vgl. Kruse, 2014, S. 474).
3. Ich definierte einen ›Schlüsselbund‹ an Analysetechniken und -heuristiken, an passenden ›Werkzeugen‹ (vgl. Kruse, 2014, S. 475).
4. In Orientierung an Kruse wurde mein Auswertungsprozess gelenkt durch die Anwendung von *forschungsgegenständlichen Analyseheuristiken* als Interpretationsleitpfade bzw. Sensitizing Concepts. Diese ermöglichen die Rückbindung zur Theorie und das Explizitmachen der eigenen Relevanzsetzungen. (vgl. Kruse, 2014, S. 489 ff.)
5. In allen Teilstudien, auch in den inhaltsanalytisch ausgerichteten Teilstudien 1 und 2, analysierte ich *sequenzanalytisch*: d. h. Wort für Wort, Zeile für Zeile, mit Rückgriffmöglichkeit auf vorherige Textstellen, aber mit Vorwegnahme-Verbot hinsichtlich nachfolgender Textstellen. So ist es möglich, den Sinn sukzessive aus dem Text herauszuarbeiten, während die Bindung an die Daten erhalten bleibt. (vgl. Kruse, 2014, S. 486)
6. Bezüglich des Sinngehalts einer Aussage habe ich unterschieden zwischen einer *Was-Sinnebene* (Was wird gesagt?) und einer *Wie-Sinnebene* (Wie wird etwas gesagt?). Kruse bezeichnet die Was-Ebene als »Ebene der Wortsemantik« im Sinne von »Inhalt« zur Erfassung des »objektiven Sinns«. Die Wie-Ebene bezeichnet Kruse als »Ebene der Form, der Äußerungsgestalt, des Vollzugs bzw. der Performanz von Sprache«, zur Erfassung des Ausdrucksinns (vgl. Kruse, 2014, S. 546, Abb. 26). Erst durch den Einbezug der Wie-Ebene sei möglich, die eigentliche Bedeutung einer Aussage zu verstehen (vgl. Kruse, 2014, S. 547). Dies setzte ich in modifizierter Form um: Teilstudie 1 und 2 wertete ich inhaltsanalytisch ausschließlich auf der Was-Ebene aus, da sich die gewünschten Erkenntnisse auf der expliziten Sinnebene bewegen. Eine Analyse auf der Was-Ebene schätzte ich hier als ausreichend

ein. In Teilstudie 3 wertete ich rekonstruktiv-hermeneutisch aus sowohl auf der Was-Ebene als auch auf der Wie-Ebene. Hier hätte ein rein inhaltsanalytisches Vorgehen ausschließlich auf der Was-Ebene meiner Ansicht nach nicht ausgereicht, da sich Lebensbewältigungsstrategien nicht textoberflächlich zeigten, sondern aus dem Material herausgearbeitet werden mussten.

Auswertungsinstrumente

Einzelfallorientierte Qualitative Inhaltsanalyse | Zur Auswertung der teilnarrativ-biografischen Interviews mit internetnutzenden Frauen in Teilstudie 1 und 2 entwickelte ich eine *einzelfallorientierte Variante* der Qualitativen Inhaltsanalyse. Auch wenn die Qualitative Inhaltsanalyse keine Methode aus dem Instrumentarium der rekonstruktiven qualitativen Forschung darstellt, ist ihre Anwendung dennoch anschlussfähig an das Integrative Basisverfahren als Rahmendesign dieser Arbeit, da dieses die Integration inhaltsanalytischer Ansätze zulässt (vgl. Kruse, 2014, S. 475).

Unter dem Dachbegriff Qualitative Inhaltsanalyse gibt es zahlreiche Varianten, die gegenstandorientiert nach dem Baukastenprinzip angewandt werden können (vgl. Schreier, 2014). Für die vorliegende Studie entwickelte ich in konsequenter Orientierung am vorliegenden Material und Untersuchungsgegenstand eine neue Variante, die den Kernkriterien einer Qualitativen Inhaltsanalyse entspricht (vgl. Schreier, 2014). Die Entwicklung einer neuen Variante war notwendig, da sich die Qualitative Inhaltsanalyse im klassischen Sinne nicht für Forschungsanliegen eignet, bei denen es notwendig wäre, »die Gesamtgestalt von Erzählungen« (Gläser & Laudel, 2010, S. 204) zu erhalten, weswegen die Methode laut Gläser und Laudel eigentlich für die Biografieforschung nicht in Frage kommt. Die Qualitative Inhaltsanalyse löse während des Kodierens die untersuchungsrelevanten Informationen aus dem Ursprungstext heraus, ohne ihre Position im Text zu berücksichtigen: »Die qualitative Inhaltsanalyse vermag zwar den enge-

ren und weiteren Kontext einer Einzelinformation angemessen zu berücksichtigen, nicht aber Eigenschaften des Textes als geschlossene Erzähleinheit.« (Gläser & Laudel, 2010, S. 204)

Hinsichtlich der Nichteignung der Qualitativen Analyse, die Biografie zu erfassen, stimme ich Gläser und Laudel zu. Ich bin allerdings der Ansicht, dass es sehr wohl möglich ist, die Gesamtgestalt des Falls aufrechtzuerhalten, wie es für Teilstudie 1 und 2 notwendig war. Dazu skizziere ich im Folgenden mein methodisches Vorgehen im Rahmen einer einzelfallorientierten Qualitativen Inhaltsanalyse.

In der von mir entwickelten einzelfallorientierten Variante einer Qualitativen Inhaltsanalyse erfolgt die Kategoriensystemerstellung deduktiv-induktiv. Direkt aus dem Interviewmaterial bildete ich induktiv Unterkategorien und Kategorienausprägungen. Die Kategoriensystementwicklung führte ich parallel zum KODIERPROZESS durch. Dabei überarbeitete ich das Kategoriensystem innerhalb eines Interviewdurchlaufs und interviewübergreifend laufend. Neue Kategorien oder Ausprägungen wandte ich auf das bereits kodierte Material rückwirkend an. Mit diesem iterativ-zyklischen Vorgehen stellte ich sicher, dass eine vollständige Kodierung aller Interviews mit allen Kategorien erfolgte. Ich entschied, dass keine Probekodierung notwendig war, da das Kategoriensystem während des Kodierprozesses laufend am Material überarbeitet wurde, was dem Vorgehen von zum Beispiel Steigleder (2008, S. 188) sowie Gläser und Laudel (2010, S. 201) entspricht. Bei der Kodierung bearbeitete ich das Datenmaterial sequenziell und einzelfallorientiert. Auf diese Weise blieb die Bindung an den Fall in seiner Gesamtgestalt kontinuierlich erhalten. Forschungspraktisch vollzog sich der Kodierprozess pro Fall in folgenden Schritten:

1. Anlage eines »leeren«, noch unausgefüllten Kategoriensystems
2. Sequenzielle Bearbeitung des Interviewmaterials mithilfe des Kategoriensystems in der Funktion einer KODIERCHECKLISTE, die ich wie einen »Fragebogen ans Material« anwandte. Das Kategoriensystem gestaltete ich dabei in Word als Formular mit Checkboxes

und offenen Textfeldern für Kodierherleitungsmemos, welche ich beim Kodieren anhakte bzw. ausfüllte. Bei der sequenziellen Materialbearbeitung liefen mehrere Prozesse parallel: Es erfolgte die Kodierung, d. h. die Zuordnung relevanter Textstellen zu einer bestehenden Kategorie, das Abhaken der Checkbox zur entsprechenden Ausprägung und ggf. das Ausfüllen der entsprechenden Textfelder (vgl. Tab. 7 für ein Beispiel). Bei Bedarf entwickelte ich neue Kategorien und ordnete die Kategorienhierarchien neu.

3. Anwendung desselben Kategoriensystem an jeden einzelnen Fall. Auf diese Weise entstand ein ausgefülltes Kategoriensystem pro Fall. Am Ende lag zu jedem Fall ein zusammenhängendes, auf das Untersuchungsinteresse zugeschnittenes Merkmalsraster vor.
4. Fallübergreifende Längsauswertung

Tabelle 7: Kategoriensystem als Kodiercheckliste Teilstudie 1 (Ausschnitt, eigene Darstellung)

A. Problematische Internetnutzung
<p>A1. BIOGRAFISCHE EINORDNUNG</p> <p>A1.1 Alter: <i>51.-54. Lebensjahr</i></p> <p>A1.2 Lebensphase: <input type="checkbox"/> Kindheit <input type="checkbox"/> Jugend <input checked="" type="checkbox"/> <i>Erwachsenenalter</i> <input type="checkbox"/> Vorschulische Zeit <input type="checkbox"/> Schulzeit <input type="checkbox"/> Berufsausbildung oder Studium <input type="checkbox"/> Familienzeit ohne/mit wenig Erwerbstätigkeit <input type="checkbox"/> Arbeitsunfähigkeit/Krankheitsphase <input type="checkbox"/> Erwerbsleben <input type="checkbox"/> Rente</p> <p>A1.3 Zum Interviewzeitpunkt aktive probl. Internetnutzung: <input type="checkbox"/> Ja <input checked="" type="checkbox"/> <i>Nein</i></p>
<p>A2. AUSPRÄGUNG/SCHWEREGRAD DER PROBLEMATISCHEN INTERNETNUTZUNG</p> <p>A2.1 Betitelung der Phase: <i>N/A (einzige problematische Phase)</i></p> <p>A2.2 Ausprägung/Schweregrad aus Sicht der Interviewpartnerin: <input type="checkbox"/> Keine probl. Internetnutzung <input type="checkbox"/> Geringer bis mittlerer Schweregrad <input checked="" type="checkbox"/> <i>Hober Schweregrad</i></p>

Kodierherleitungsmemo: *Explizite und wiederholte Bezeichnung als Sucht.ⁱ Entzugerscheinungen werden als Suchtdruck bezeichnet.ⁱⁱ*

A2.3 Ausprägung/Schweregrad aus Forscherinnensicht: Keine problematische Internetnutzung Geringer bis mittlerer Schweregrad *Hober Schweregrad*

A2.4 Leidensdruck vorhanden: *Ja* Nein

A2.5 Im Zusammenhang mit einer krisenhaften Situation: *Ja* Nein

A2.6 Problematische Internetanwendung: *Onlinespiel (Online-Galopprennen) kombiniert mit Chatten*

Für ein vollständiges Muster-Kategoriensystem in Form einer Kodiercheckliste vgl. Anhang.

Auf die Nutzung einer computergestützten Analysesoftware wie zum Beispiel MAXQDA verzichtete ich bewusst, da in der Softwareansicht der Fallzusammenhang während der Analyse verloren geht. Zudem sieht MAXQDA nicht ausreichend Platz für ausführliche Kodierherleitungen vor. In einem Textverarbeitungsprogramm wie MS Word konnte ich den Kodierfragebogen vollständig selbst gestalten, was mir Flexibilität und jederzeit eine einzelfallbasierte Übersicht ermöglichte.

In Teilstudie 1 und 2 war ausschlaggebend, *dass* eine Kategorie zutraf. Der Weg hin zu dieser Entscheidung gestaltete sich mitunter aufwendig, insbesondere bei sehr komplexen analytischen oder evaluativen Kategorien-Arten wie zum Beispiel der Schweregradeinschätzung einer problematischen Internetnutzung.

Zum einen war hier die streng sequenzielle Materialbearbeitung wichtig. Ob zum Beispiel ein ICD-11-Kriterium zutraf, setzte sich aus verschiedenen Indikatoren zusammen, die ich im Fallzusammenhang sammelte und gegeneinander abwog. Ob das Kriterium zutraf, konnte ich also erst nach der vollständigen sequenziellen Durchsicht des Interviews entscheiden. Zum anderen waren an dieser Stelle die KODIERHERLEITUNGSMEMOS von besonderer Bedeutung. Als Teil des Kategoriensystems paraphrasierte ich

in den Kodierherleitungsmemos diejenigen Textsegmente, welche als Indikatoren für die Kodierung dienten. Ankerbeispiele aus dem Interviewtranskript referenzierte ich in Form von Endnoten. Anschließend entschied ich, welche Kodierung sich aus den Indikatoren ableiten ließ. Mit Kodierherleitungsmemos sind keine Memos zum freien Festhalten von Ideen während des Forschungsprozesses gemeint (vgl. Breuer et al., 2019, S. 137), sondern die darin festgehaltenen Kodierindikatoren und -entscheidungen sind fester Bestandteil des Kategoriensystems und der jeweiligen Kodierung. Hier machte ich durch die Verschriftlichung des gegeneinander Abwägens verschiedener Indikatoren meinen Kodierprozess transparent.

Dieses Vorgehen entwickelte ich im Rahmen meiner Studie individuell, da sich insbesondere bei sehr komplexen analytischen oder evaluativen Kategorien zeigte, wie wichtig es ist, den komplexen Prozess der Kodierentscheidung zu dokumentieren und so die Rückbindung an den Ursprungstext nachhaltig sicherzustellen. Für eine Beispielkodierung vgl. Tab. 8:

Tabelle 8: Kodierung ICD-11-Kriterien mit Kodierherleitungsmemo (Beispiel, eigene Darstellung)

Kategorie D.2.8: ICD-11-Kriterien
<p>ICD-11-Kriterium 1: Beeinträchtigte Kontrolle über das Spielverhalten: <input type="checkbox"/> Ja <input checked="" type="checkbox"/> Nein</p> <p>Kodierherleitungsmemo: <i>Das Spielen bestimmt »so 'n bisschen« den Tagesablauf.ⁱ Aber: Es beeinträchtigt in keiner Weise die alltäglichen Pflichten, auch gedanklich nur geringfügig.ⁱⁱ Ein Nicht-mehr-aufhören-können oder Spielen-müssen wird nicht erwähnt. Kann ganz klar jederzeit aufhören und würde andere Bedürfnisse und Pflichten dafür nicht zurückstellen.ⁱⁱⁱ Sobald es ihr »zu blöd« sei mit dem Spielen, würde sie damit aufhören, so wie mit anderen Süchten auch schon.</i></p>
<p>ICD-11-Kriterium 2: Zunehmende Bedeutung des Spielens unter Verdrängung anderer Interessen und Aktivitäten: <input checked="" type="checkbox"/> Ja <input checked="" type="checkbox"/> Nein</p> <p>Kodierherleitungsmemo: <i>Einerseits Gedanken ans Spielen und anschließendes Spielen schon morgens nach dem Aufwachen im Bett, tagsüber viel »nebenbei« spielen, »wenn's geht ziemlich viel«ⁱⁱⁱ Andererseits: Das Spielen beeinträchtigt in keiner Weise die alltäglichen</i></p>

Pflichten, auch gedanklich nur geringfügig.^{vi} Es ist bedeutsam, der Tag wird um das Spiel herum geplant, aber es verdrängt letztendlich keine anderen Interessen. Es wird quasi eingefügt in den Tag.^{viii} Kann ganz klar jederzeit aufhören und würde andere Bedürfnisse und Pflichten dafür nicht zurückstellen.^{ix} Bei Arbeitsstress steht das Spielen klar zurück, sie sei weiterhin »in der Realität verhaftet.«^x

ICD-11-Kriterium 3: Fortsetzung des Spielens trotz negativer Konsequenzen:

Ja Nein

Kodierherleitungsmemo: Spiel sei »unterstes Niveau.«^{xi} Finger tun weh.^{xii} Findet es daher nicht gut, ist aber »noch nicht bereit zu kapitulieren.«^{xiii} Allerdings ist das eine sehr bewusste Entscheidung: Sobald es ihr »zu blöd« sei mit dem Spielen, würde sie damit aufhören, so mit anderen Süchten auch schon.^{xiv}

Rekonstruktiv-hermeneutische Analyse | In Teilstudie 3 setzte ich ein rekonstruktiv-hermeneutisches Auswertungsverfahren ein, das sich an das Analysevorgehen im Integrativen Basisverfahren (Kruse, 2014) anlehnt. Im Folgenden stelle ich den Analyseablauf vor, wie er im Integrativen Basisverfahren originär vorgesehen ist (vgl. Abb. 2). Die praktische Umsetzung erläutere ich im nachfolgenden Kapitel.

Der Analyseprozess wird laut Kruse in zwei grundsätzlichen Auswertungsschritten durchgeführt:

1. Sequenzielle Textanalyse mit Fokus auf Deskription:
 - a. Segmentierung des Interviewtextes,
 - b. Offene (mikro-)sprachliche Analyse
2. Interpretation

Der Analyseprozess trennt also Deskription und Interpretation, um das Problem des Fremdverstehens methodisch zu kontrollieren, um also zu verhindern, vorschnell das eigene Verständnis in den Text hineinzuinterpretieren (vgl. Kruse, 2014, S. 487 ff. und S. 567).

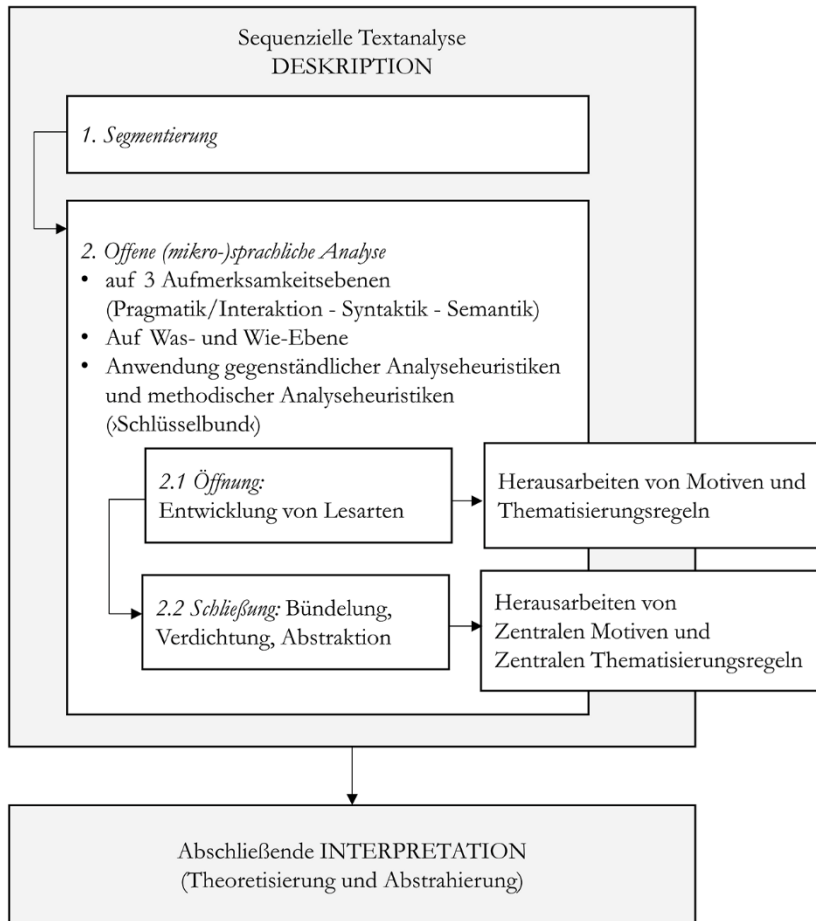


Abbildung 2: Analyseprozess im Integrativen Basisverfahren (eigene Abbildung, auf Basis von Kruse, 2014, S. 567)

Grundsätzlich wird der gesamte Auswertungsprozess – wie auch alle drei Teilstudien dieser Arbeit – durch forschungsgegenständliche Analyseheuristiken gesteuert als Interpretationsleitpfade im Sinne von Sensitizing Concepts, die den Rückbezug zur Theorie darstellen (Was interessiert mich? Was möchte ich eigentlich wissen? Mit welcher Brille schaue ich auf

das Material?). Die forschungsgegenständlichen Analyseheuristiken zu explizieren, ermöglicht die Bewusstmachung darüber, dass eigene Vorannahmen immer auch den Analyseprozess lenken. (vgl. Kruse, 2014, S. 489 ff.)

Da das Integrative Basisverfahren ein gesprächs- und textlinguistisches Verfahren ist (vgl. Kruse, 2014, S. 472), steht im Mittelpunkt der sequenziellen Textanalyse die *offene (mikro-)sprachliche Analyse*. Sie ähnelt dem Offenen Kodieren aus der Grounded Theory (vgl. Kruse, 2014, S. 488), indem sie den Interviewtext zunächst für alle möglichen Lesarten geöffnet. Das Öffnen für alle möglichen Lesarten bedeutet, dass auch über die forschungsgegenständlichen Analyseheuristiken hinaus sich analytisch zunächst einmal für alles, was bedeutsam, vielleicht auch erklärungsbedürftig erscheint, geöffnet wird. Die verschiedenen Lesarten werden zunächst in einem Prozess der Verlangsamung »wie lose Fäden in der Hand gehalten und weiter im Text verfolgt« (Kruse, 2014, S. 488). Das »Verknüpfen« der losen Fäden erfolgt in der abschließenden Schließung bzw. Verdichtung, innerhalb eines Falls und später auch im Fallvergleich.

Die (mikro-)sprachliche Analyse findet zum einen auf drei *sprachlichen Aufmerksamkeitsebenen* statt:

1. PRAGMATIK bzw. INTERAKTION: Was zeigt sich auf der Ebene der Interaktion zwischen Befragter und Interviewerin? (z. B. Frage-Antwort-Stile, Teilen gemeinsamer Erfahrungshintergründe);
2. SYNTAKTIK: Was zeigt sich auf Ebene der grammatikalischen Strukturen? (z. B. aktive oder passive Formulierungen, Satzabbrüche, Haupterzählung versus Einschübe, Reformulierungen);
3. SEMANTIK: Welche Besonderheiten der Wortwahl zeigen sich? (z. B. Metaphern, Allegorien, Redewendungen, Fachsprache, Hochsprache, Alltagssprache) (vgl. Kruse, 2014, S. 481)

Zum anderen findet die mikrosprachliche Analyse auf Wie-Sinnebene und auf Was-Sinnebene statt. Der Text wird einerseits dahingehend analysiert, was gesagt wird (und was nicht). Andererseits wird der Text dahingehend

analysiert, wie etwas gesagt wird. Im Rahmen der Öffnung für neue Lesarten werden auf Was-Ebene Motive, auf Wie-Ebene Thematisierungsregeln herausgearbeitet. Im Rahmen der Schließung und Verdichtung zum Ende der mikrosprachlichen Analyse, werden auf Was-Ebene zentrale Motive und auf Wie-Ebene zentrale Thematisierungsregeln formuliert. (vgl. Kruse, 2014, S. 545 ff.) Herausgearbeitet wird also, welche Grundstruktur sich immer wieder in verschiedenen Variationen und somit prägend für den gesamten Fall bzw. fallübergreifend zeigt.

Die mikrosprachliche Analyse findet zudem unter Anwendung verschiedener *methodischer Analyseheuristiken* statt: Die forschende Person wählt aus einem Schlüsselbund an Analysezugängen den passenden Schlüssel aus, der den jeweiligen Text vor dem Hintergrund des eigenen Forschungsinteresses hinsichtlich des enthaltenden Sinns öffnet. (vgl. Kruse, 2014, S. 475) Ein möglicher Schlüssel ist zum Beispiel die Agencyanalyse, die Handlungs- und Wirkmächtigkeit untersucht. Sie fragt zum Beispiel danach, wem wie in welcher Situation Handlungsmacht zugeschrieben oder abgesprochen wird und inwiefern sich die Befragte selbst als handelnde Personen erlebt oder die Umstände als handlungsbestimmend. (vgl. Kruse, 2014, S. 502 ff.) Die Positioninganalyse hingegen untersucht, wie im Text Akteure und Dinge zueinander angeordnet werden und wie dadurch der aufgemachte soziale Raum strukturiert wird (vgl. Kruse, 2014, S. 509 ff.). Als weitere methodische Analyseheuristiken sind die Argumentationsanalyse, die Metaphernanalyse und die Diskursanalyse zu nennen. Weitere Analyseinstrumente können individuell hinzugenommen werden. (vgl. Kruse, 2014, S. 513 ff.) Die Daten bestimmen dabei die Schwerpunktsetzung, d. h. es werden die Schlüssel gewählt, die sich für den jeweiligen Fall besonders eignen. Wird in einem Interview zum Beispiel viel metaphorisch gesprochen, wird als Schlüssel unter anderem auf die Metaphernanalyse fokussiert (vgl. Kruse, 2014, S. 515 ff.).

Die forschende Person geht also mit dem immergleichen Set an Verfahren, mit dem immergleichen Schlüsselbund ans Material heran, legt aber

pro Fall verschiedene Schwerpunkte. Auf diese Weise können die spezifischen Strukturen des jeweiligen Falls abgebildet und Gegenstandsangemessenheit als Gütekriterium sichergestellt werden. Diese Flexibilität bei gleichzeitig klar festgelegtem Instrumentarium macht das »Integrative« und das Systematische des Integrativen Basisverfahrens aus.

»Die Grundidee und der Anspruch des *integrativen Basisverfahrens* ist, dass man nicht mit einer singulären Analysemethode an einen Text herangeht, sondern umgekehrt: Im Verlaufe einer offenen, (mikro-)sprachlich-deskriptiven Analyse eines Textes kommt man zur integrativen Anwendung von spezifischen forschungsgegenständlichen und methodischen Analyseheuristiken, um so die zentralen Sinnstrukturen in einem Prozess der fortschreitenden Abstrahierung herauszuarbeiten.« (Kruse, 2014, S. 473)

Anzumerken ist, dass ich in der vorliegenden Arbeit der Komplexität des Analyseprozesses im Integrativen Basisverfahrens nur ansatzweise gerecht werden konnte. Während ich in Teilstudie 1 und 2 inhaltsanalytisch-kodierend vorging, führte ich in Teilstudie 3 die Analyse vergleichsweise nah am oben beschriebenen Analyseprozess nach Kruse durch. Ich nahm allerdings forschungsgegenständlich bedingte Modifizierungen vor, wie ich im Folgenden beschreibe.

Umsetzung

Fragebogenauswertung | Bei der Auswertung des CIUS-Fragebogens legte ich 30 als Cut-off-Wert für eine Internetabhängigkeit fest, wie in PINTA-DIARI empfohlen (vgl. Bischof et al., 2013, S. 5) und auch in der Drogenaffinitätsstudie 2019 angewandt wurde (vgl. Orth & Merkel, 2020, S. 32). Als »erhöhte Werte« definierte ich Werte zwischen 21 und einschließlich 29 (vgl. Bischof et al., 2013, S. 3). Ich wertete den CIUS-Fragebogen fallbezogen und im Fallvergleich aus. Die CIUS-Ergebnisse flossen zudem

in die fallbezogenen Kategoriensysteme in Teilstudie 1 ein. Den soziodemografischen Fragebogen wertete ich fallbezogen aus. Die Daten integrierte ich in Teilstudie 2 sowie nutzte sie zur Beschreibung des Samplings. Den Fragebogen zur allgemeinen Medien- und Internetnutzung wertete ich fallbezogen aus, bezog ihn aber später nicht in die weitere Ergebnisverarbeitung ein. Insgesamt lag der Fragebögen-Rücklauf bei 58 Prozent. Bei den Befragten, die die Fragebögen nicht zurückgesandt haben, leitete ich weitestmöglich soziodemografische Informationen aus den Interviewtranskripten und Postscripts ab.

Transkription und Inventarisierung | Alle Interviews wurden auf Basis der digitalen Aufnahmen vollständig transkribiert. Es wurden Feintranskripte in literarischer Umschrift erstellt, da ich annahm, die Auswertung würde neben der inhaltlichen Ebene (der Was-Sinnebene) auch feinanalytisch erfolgen. Festgehalten wurden entsprechend sprachliche Merkmale (zum Beispiel Satzabbrüche, Dialekte, Pausen), parasprachliche Merkmale (zum Beispiel Lachen, Räuspern) und außersprachliche Merkmale (zum Beispiel das Telefon klingelt). (vgl. Kowal & O'Connell, 2019, S. 441) Für die Transkriptionsregeln vgl. Anhang.

Ungefähr die Hälfte der Tonaufnahmen verschriftlichte ich selbst. Für die andere Hälfte nahm ich freiberufliche Transkriptionsdienstleisterinnen in Anspruch. Diese wies ich mithilfe eines Leitfadens ein, um Einheitlichkeit im Vorgehen sicherzustellen. Jedes Transkript kontrollierte ich vollständig und korrigierte es ggf. Die Transkripte wurden pseudonymisiert und anonymisiert: Alle in den Transkripten verwendeten Namen und Inhalte, über die Rückschlüsse auf Personen möglich wären, ersetzte ich durch Platzhalter, zum Beispiel [Name des Partners] oder [Stadt1]. Die Namen der Befragten wandelte ich zunächst in Fall-IDs um (F01, F02 etc.) und später auch in Pseudonyme (zum Beispiel Frau Rose, Frau Falke). An den Fall-ID-Ziffern ist die chronologische Abfolge der Interviews abzulesen (01 steht für das erste Interview, 02 für das zweite etc.).

Bevor die eigentliche Auswertung begann, unterzog ich die Transkripte einer *thematischen Inventarisierung*. Dies entspricht auch dem ersten Schritt in der Sequenziellen Textanalyse im Integrativen Basisverfahren, dort Segmentierung genannt (vgl. Kruse, 2014, S. 487). Die Inventarisierung erfolgte deduktiv anhand von Analyseheuristiken, die ich zum damaligen Zeitpunkt aus den Interviewleitfäden ableitete, sowie induktiv anhand der individuellen Themensetzungen im jeweiligen Interview (vgl. Tab. 9).

Auf ein Segment konnten mehrere deduktive Analyseheuristiken zutreffen. Wenn zum Beispiel in einem Segment über die Herkunftsfamilie und auch über eine schwierige Lebensphase gesprochen wurde, überschrieb ich das Segment mit: »Herkunftsfamilie/Schwierige Lebensphase: [Präzisierung]«.

Die Inventarisierung sollte Transparenz im Rahmen einer Abkürzungsstrategie ermöglichen: Anhand des Inventars konnte ich pro Interview intersubjektiv nachvollziehbar Segmente zur Auswahl für eine Kernstellenanalyse definieren (vgl. Kruse, 2014, S. 581 ff.). Eine Kernstellenanalyse war angesetzt für Teilstudie 1 und 2. Die Inventare erstellte ich anhand der Interviewtranskripte in Word mithilfe verschiedener Überschriftenebenen (vgl. Abb. 3 für einen Beispielausschnitt).

Tabelle 9: Deduktive Analyseheuristiken zur Inventarisierung (eigene Darstellung)

Deduktive Analyseheuristiken	Anmerkungen
Herkunftsfamilie	Alle Erwähnungen bis zum Interviewzeitpunkt
Kindheit und Jugendzeit	
Mediennutzung in Kindheit und Jugend	
Internetnutzung	Erste Internetnutzung, weitere Entwicklung, spezielle Anwendungsbereiche
Schwierige Lebensphasen	
Problematische Internetnutzung	Jegliche Aspekte der eigenen Internetnutzung oder der Internetnutzung anderer, die problematisierend gerahmt werden; inkl. Internetsucht
Sucht	Explizit Nennung des Begriffs »Sucht« (alternativ: Abhängigkeit o. ä.), sei es als konkrete Erfahrung, sei es als Konzept
Positive und negative Erfahrungen mit Hilfsangeboten/ mit dem Versorgungssystem	Zum Beispiel gute oder schlechte Erfahrungen in der Psychotherapie, beim Hausarzt
Verbesserungswünsche bzgl. des Versorgungssystems	
Wendepunkte	Im Sinne von Übergängen, als »sozial gerahmte Wechsel von einer sozialen Lebenslage in eine andere«, wie zum Beispiel »Veränderungen der Familiensituation, der Arbeitssituation, der Einkommens- und Vermögenssituation, des Gesundheitszustands, der Wohnverhältnisse oder des Bildungsstandes« (Truschka, 2013, S. 48). Auch individuell empfundene Wendepunkte, zum Beispiel Momente der Erkenntnis, ein ernstes Problem mit dem Internet zu haben
Hilfreiche Strategien	Bewältigungsstrategien, Überlebensstrategien
Rat an Betroffene	Seitens der Interviewpartnerinnen, die ihre Internetnutzung als problematisch einschätzen

Thematisches Inventar

Interview Frau Lenz

1-13 Einstieg/Einführung

13-20 Mediennutzung in der Kindheit

20-30 Mediennutzung in der Kindheit: PC-Nutzung

Also, das war bis zur Realschule, äh, hatte ich

21 eigentlich gar nichts mit dem PC zu tun. Ähm, dann wollte ich

22 aber ein Buch schreiben ((leicht lachend)) und hab' mich

23 deshalb rangesetzt. #00:00:55-7#

24 | Ach so.

25 B Äh, wenn ich so zurückblicke, die Ideen für das Buch waren

26 ((Innehalten)) nich' so ((lachend, kurze Pause)) gut.

27 Inzwischen kann ich besser schreiben, ich kann mich da besser

28 organisieren.

29 | Okay?

30 B Ja.

31-44 Mediennutzung in der Kindheit

45-51 Mediennutzung in der Kindheit/Herkunftsfamilie: Zusammen mit Brüdern ferngesehen

Abbildung 3: Inventar (Ausschnitt) zu Fall Frau Lenz (eigene Abbildung)

Teilstudie 1 | In der ersten Teilstudie untersuchte ich das Phänomen der PROBLEMATISCHEN INTERNETNUTZUNG bei Frauen in seinen Erscheinungsformen und Ausprägungen. Die Teilfragestellung lautete: Wie zeigt sich eine problematische Internetnutzung bei den interviewten Frauen? Welche Bandbreite Erscheinungsformen und Ausprägungen werden deutlich? Was definiert eine problematische Internetnutzung, was eine *nicht*-problematische? Dabei arbeitete ich mit folgenden theoriegeleiteten forschungsgegenständlichen Analyseheuristiken:

- A. Problematische Internetnutzung
- B. Medien- und Internetnutzung im Lebensverlauf

- B1. Internetsozialisation: Erste Internetnutzung
- B2. Extensive Mediennutzungsphasen
- B3. Reduzierte Mediennutzungsphasen

Als qualitatives Verfahren wählte ich ein inhaltsanalytisch-kodierendes. Als Auswertungsmethode setzte ich die einzelfallorientierte Variante der Qualitativen Inhaltsanalyse ein. Die Analyse führte ich ausschließlich auf Was-Sinnebene durch. Die Analyse bezog sich dabei auf Kernstellen mit Bezugnahme auf Mediennutzung, Internetnutzung und problematische Internetnutzung. Vom Ablauf her wertete ich zunächst jeder Fall einzeln aus (Längsschnittanalyse) und verglich dann die Fälle miteinander (Querschnittsanalyse). In der abschließenden Ergebnisverdichtung bildete ich drei Fallgruppen je nach Schweregrad:

1. keine problematische Internetnutzung,
2. geringer bis mittlerer Schweregrad einer problematischen Internetnutzung sowie
3. hoher Schweregrad einer problematischen Internetnutzung.

Bei der Entscheidung, welcher Fall welcher Fallgruppe zugeordnet wird, wägte ich zwischen drei verschiedenen Perspektiven ab, die ich zuvor über das Kategoriensystem erhoben hatte:

1. die Betroffenenperspektive (Was ist die Selbsteinschätzung der Befragten?)
2. die Forscherinnenperspektive (Wie schätzt die Forscherin den Schweregrad angesichts der vorliegenden Informationen ein?)
3. die »externe« diagnostische Perspektive (Zu welchem Ergebnis kommen ICD-11- und CIUS-Fragebogen?)

Bei dieser Fallgruppenbildung mit deskriptiver Funktion handelt es sich um eine Realtypenbildung, bei der jeder Fall vollständig im jeweiligen Typus

aufgeht (vgl. Nentwig-Gesemann, 2013, S. 301). Mir ist bewusst, dass mit der Fallgruppenbildung eine frühe theoretisch geprägte Lenkung des weiteren Auswertungsprozesses erfolgte, denn die Fallvergleiche in Teilstudie 2 und 3 fanden wiederum auf Basis der Fallgruppeneinteilung statt. Dennoch entschied ich mich für dieses Vorgehen, da die Frage nach dem Schweregrad einer problematischen Internetnutzung bei Frauen sowohl in der Forschung als auch in der Behandlung von Internetnutzungsstörungen eine zentrale Frage darstellt. Wie im Forschungsstand zuvor dargestellt, untersuchen Müller et al. (2019) zum Beispiel die Hypothese, Frauen würden aufgrund eines geringeren Krankheitswerts der problematischen Internetnutzung seltener als Männer in spezifischen Hilfen erscheinen (was die Studie nicht bestätigen konnte; vgl. Müller et al., 2019, S. 60). Manche der von Kuss und Griffith (2015) befragten Therapeuten vermuteten, Frauen seien im Gegensatz zu Männern weniger vulnerabel und suchten deshalb spezifische Hilfen nicht auf (vgl. Kuss & Griffiths, 2015, S. 22 ff.) (vgl. Kapitel *Forschungsschwerpunkte und -lücken*). Angesichts dessen fand ich es bei der analytischen Verdichtung in Teilstudie 1 sinnvoll, die Fälle unter diesem Gesichtspunkt zu gruppieren und anhand der Schweregraddifferenzierung die weiteren Fallvergleiche aufzuziehen – auch mit der Möglichkeit, daraus die Vulnerabilität je nach Kontextfaktoren abzuleiten. Für den vollständigen Untersuchungsablauf in Teilstudie 1 vgl. Abb. 4.

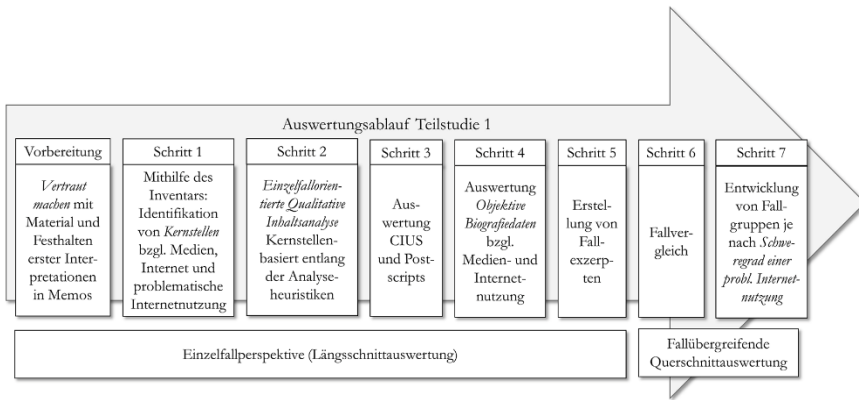


Abbildung 4: Auswertungsablauf Teilstudie 1 (eigene Abbildung)

Im Rahmen der einzelfallorientierten Qualitativen Inhaltsanalyse wählte ich als Auswertungseinheit (Mayring, 2015, S. 61) den gesamten Fall. Das Doppelinterview beinhaltete zwei Fälle, so dass hier jeder Fall für sich als separate Auswertungseinheit gesehen wurde. Als Kodiereinheit, d. h. als den »kleinste[n] Materialbestandteil [...], der ausgewertet werden darf« (Mayring, 2015, S. 61), definierte ich den einzelnen Satz. Die Kontexteinheit, die den »größten Textbestandteil fest[legt], der unter eine Kategorie fallen kann« (Mayring, 2015, S. 61), legte ich je nach Kategorie individuell fest. Folgende Tab. 10 stellt das finale Kategoriensystem dar. Dass sich die Kategorien auf unterschiedlichen Ebenen bewegten, zeigt die Komplexität des Auswertungsverfahrens. Zum Beispiel kamen verschiedene Arten von Kategorien vor, was sehr unterschiedliche Kodiervorgehensweisen je nach Kategorie impliziert (vgl. Kuckartz & Rädiker, 2022, S. 56 ff.).

Tabelle 10: Kategoriensystem Teilstudie 1

Kategorien	Kategorienentwicklung	Kategorienart (nach Kuckartz & Rädiker, 2022)	Kontexteinheit
A. Problematische Internetnutzung	Deduktiv	Theoretisch	Alle Kernstellen
A1. Biografische Einordnung	Deduktiv	Ordrend	---
A1.1 Alter – <i>Freifeld</i>	Deduktiv	Faktisch	Jeweilige Phase einer probl. Internetnutzung + soziodemografischer Fragebogen
A1.2 Lebensphase	Deduktiv	Faktisch	Jeweilige Phase einer problematischen Internetnutzung
<i>Kindheit; Jugend; Erwachsenenalter; Vorschulische Zeit; Schulzeit; Berufsausbildung oder Studium; Familienzeit ohne/ mit wenig Erwerbstätigkeit; Arbeitsunfähigkeit/ Krankheitsphase; Erwerbsleben; Rente</i>	Induktiv	Faktisch	
A1.3 Zum Interviewzeitpunkt aktive problematische Internetnutzung – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Evaluativ	Alle Kernstellen + CIUS-Fragebogen + Postscript
A2. Ausprägung/Schweregrad der problematischen Internetnutzung	Deduktiv	Ordrend	---
A2.1 Betitelung der Phase (falls mehrere Phasen vorhanden) – <i>Freifeld</i>	Deduktiv	Thematisch	Jeweilige Phase einer probl. Internetnutzung
A2.2 Ausprägung/Schweregrad aus Sicht der Interviewpartnerin	Deduktiv	Analytisch	Jeweilige Phase einer problematischen Internetnutzung + Postscript
<i>Keine problematische Internetnutzung; Geringer bis mittlerer Schweregrad; Hoher Schweregrad</i>	Induktiv	Evaluativ	
A2.3 Ausprägung/Schweregrad aus Forscherinnensicht	Deduktiv	Analytisch	

<i>Keine problematische Internetnutzung; Geringer bis mittlerer Schweregrad; Hoher Schweregrad</i>	Induktiv	Evaluativ	Jeweilige Phase einer probl. Internetnutzung + CIUS-Fragebogen + Postscript
A2.4 Leidensdruck vorhanden – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Evaluativ	Jeweilige Phase einer problematischen Internetnutzung + Postscript
A2.5 Im Zusammenhang mit einer krisenhaften Situation – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Evaluativ	
A2.6 Problematische Internetanwendung – <i>Freifeld</i>	Deduktiv	Faktisch	
A2.7 Dauer der probl. Internetnutzung	Deduktiv	Theoretisch	
<i>Kurze Dauer: mehrere Tage bis mehrere Wochen; Mittlere Dauer: mehrere Monate < 6 bis mehr als 6 Monate; Lange Dauer: 12 Monate oder mehr</i>	Deduktiv	Evaluativ	
A.2.8 ICD-11-Kriterien	Deduktiv	Ordrend	---
ICD-11-Kriterium 1: Beeinträchtigte Kontrolle über das Internetnutzungsverhalten – <i>Ja; Nein</i> ICD-11-Kriterium 2: Zunehmende Bedeutung der Internetnutzung unter Verdrängung anderer Interessen und Aktivitäten – <i>Ja; Nein</i> ICD-11-Kriterium 3: Fortsetzung der Internetnutzung trotz negativer Konsequenzen – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Theoretisch am Ausgangspunkt; Evaluativ auf dem Weg zur Kategorie	Jeweilige Phase einer problematischen Internetnutzung
Diagnose: Internetnutzungsstörung liegt vor – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Analytisch	Bzgl. der oben genannten ICD-11-Kriterien als Indikatoren identifizierten Textsegmente + CIUS-Fragebogen
A3. Begleiterscheinungen	Deduktiv	Theoretisch	

A3.1 Psychische Begleiterscheinungen ⁶	Deduktiv	Ordrend	Kernstellen zur problematischen Internetnutzung
<i>ADHS; Ängste; Asperger Autismus; Depression/ depressive Verstimmung/ Niedergeschlagenheit, depressive Verstimmung; Entzugserscheinungen; Erinnerungslücken; Essstörung; Mangelndes Selbstwertgefühl; Psychosomatische Beschwerden; Schwierigkeiten, eigene Gefühle wahrzunehmen/ zuzuordnen; Selbstverletzung; Sinnkrise/ Lebenskrise; Soziale Ängste; Suizidalität; Traumatisierung/ Traumafolgen; Zwanghaftigkeit/ starkes Kontrollbedürfnis</i>	Induktiv	Thematisch	
A3.2 Weitere Süchte bzw. übermäßiger/s Konsum/Verhalten	Deduktiv	Ordrend	
<i>Alkohol; Arbeitssucht; Drogen; Koffeintabletten; Medikamente; Zigaretten</i>	Induktiv	Thematisch	
A3.3 Körperliche Begleiterscheinungen	Deduktiv	Ordrend	Kernstellen zur problematischen Internetnutzung
<i>Körperlich erlebte Entzugserscheinungen; Kraftlosigkeit/ Erschöpfung; Probleme mit den Augen; Magen-Darm-Schäden wg. schlechter Ernährung; Schlafstörungen; Schmerzen; (Schwere) Erkrankung; Vernachlässigung der Körperpflege</i>	Induktiv	Thematisch	
A3.4 Soziale Begleiterscheinungen	Deduktiv	Ordrend	
<i>Abbruch Schule/ Ausbildung/ Studium; Alleinerziehend; Getakteter</i>	Induktiv	Thematisch	

⁶ Bei den psychischen Begleiterscheinungen habe ich bei der Kodierung zunächst nicht danach unterschieden, ob es sich um selbstbeschreibende Aussagen der Interviewteilnehmerinnen handelte oder um diagnostizierte psychische Erkrankungen im Rahmen einer Psychotherapie. Ebenfalls nicht unterschieden habe ich zunächst, ob es sich um Risikofaktoren oder Folgen der problematischen Internetnutzung handelte. Dies erfolgte später in der weiteren Aufbereitung der Kodierungen.

<i>Alltag; Leistungsdruck/Überforderung/Stress; Leistungsprobleme; Perfektionismus; Prokrastination; Sehr viele Aktivitäten (Freizeit, Arbeit); Viel freie ›leere‹ Zeit; Alleinerziehend; Abhängigkeitsbeziehung; Erste Partnerschaft; Instabiles/ konfliktreiches Familiensystem; In Trennung/Scheidung lebend; Krise in der Partnerschaft; Psychische Gewalt seitens 3. Personen; Problematisch internetnutzender Elternteil; Problematisch internetnutzendes Geschwisterkind; Problematisch internetnutzende:r Partner:in; Konflikte mit Angehörigen wegen des Internets; Soziale Isolation/ Einsamkeit; Sozialer Rückzug/ Selbstisolation; Umzug; Verlust durch Tod</i>			
A4. Funktionalität	Deduktiv	Theoretisch	
A4.1 Beeinträchtigung der Funktionalität im Alltag allgemein – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Evaluativ	
A4.2 Beeinträchtigung der Ausübung häuslicher Pflichten – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Evaluativ	
A4.3 Beeinträchtigung von Schule/Studium/ Ausbildung – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Evaluativ	
A4.4 Beeinträchtigung der Berufstätigkeit – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Evaluativ	
A4.5 Generell Unsichtbarkeit des Problems nach außen hin – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Evaluativ	
B. Medien- und Internetnutzung im Lebensverlauf			
B1. Internetsozialisation: Erste Internetnutzung	Deduktiv	Theoretisch	Alle Kernstellen
B1.1 Alter – <i>Freifeld</i>	Deduktiv	Faktisch	Alle Kernstellen + soziodemografischer Fragebogen

B1.2 Lebensphase	Deduktiv	Faktisch	Alle Kernstellen
<i>Kindheit; Jugend; Erwachsenenalter; Vorschulische Zeit; Schulzeit; Berufsausbildung oder Studium; Familienzeit ohne/ mit wenig Erwerbstätigkeit; Arbeitsunfähigkeit/ Krankheitsphase; Erwerbsleben; Rente</i>	Induktiv	Faktisch	
B1.3 Anlass	Deduktiv	Faktisch	
<i>Private Nutzung/ Freizeit; Als Arbeitsinstrument im Studium; Als Arbeitsinstrument in der Promotionsphase; Als Arbeitsinstrument im Beruf</i>	Induktiv	Faktisch	
B2. Extensive Mediennutzungsphasen	Deduktiv	Theoretisch	Jeweilige Phase einer extensiven Mediennutzung
B2.1 Vorhanden – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Evaluativ	
B2.2 Betreffende Medien	Deduktiv	Faktisch	
<i>Bücher; TV-Serie(n); Fernsehen; Internet; Computer</i>	Induktiv	Faktisch	Jeweilige Phase einer extensiven Mediennutzung + soziodemografischer Fragebogen
B2.3 Art der extensiven Mediennutzung – <i>Freifeld</i>	Deduktiv	Thematisch	
B2.4 Alter – <i>Freifeld</i>	Deduktiv	Faktisch	Jeweilige Phase einer extensiven Mediennutzung + soziodemografischer Fragebogen
B2.5 Lebensphase	Deduktiv	Faktisch	
<i>Kindheit; Jugend; Erwachsenenalter; Vorschulische Zeit; Schulzeit; Berufsausbildung oder Studium; Familienzeit ohne/ mit wenig Erwerbstätigkeit; Arbeitsunfähigkeit/ Krankheitsphase; Erwerbsleben; Rente</i>	Induktiv	Faktisch	Jeweilige Phase einer extensiven Mediennutzung
B2.6 Im Zusammenhang mit einer krisenhaften Situation – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Evaluativ	
B2.7 Problematisierend gerahmt – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Evaluativ	

B3. Reduzierte Mediennutzungsphasen	Deduktiv	Theoretisch	Alle Kernstellen + soziodemografischer Fragebogen
B3.1 Vorhanden – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Evaluativ	
B3.2 Betreffende Medien	Deduktiv	Faktisch	
<i>Bücher; TV-Serie(n); Fernsehen; Internet; Computer</i>	Induktiv	Faktisch	
B3.3 Art der reduzierten Mediennutzung – <i>Freifeld</i>	Deduktiv	Faktisch	
B3.4 Alter – <i>Freifeld</i>	Deduktiv	Faktisch	Jeweilige Phase einer reduzierten Mediennutzung
B3.5 Lebensphase	Deduktiv	Faktisch	
<i>Kindheit; Jugend; Erwachsenenalter; Vorschulische Zeit; Schulzeit; Berufsausbildung oder Studium; Familienzeit ohne/ mit wenig Erwerbstätigkeit; Arbeitsunfähigkeit/ Krankheitsphase; Erwerbsleben; Rente</i>	Induktiv	Faktisch	
B3.6 Im Zusammenhang mit einer krisenhaften Situation – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Evaluativ	

Die zu Beginn des Kapitels genannten forschungsgegenständlichen Analyseheuristiken setzte ich als Oberkategorien ein, die Unterkategorien hingegen entwickelte ich am Material. Die gemischt deduktive-induktive Kategorienbildung sichert den Anschluss an die Theorie und die Relevanzsetzungen der Versorgungspraxis und ermöglicht gleichzeitig aufgrund der Nähe zu den Daten ein Abbild der erlebten Realität der interviewten Frauen. In Kategorie A3.1: PSYCHISCHE BEGLEITERSCHEINUNGEN EINER PROBLEMATISCHEN INTERNETNUTZUNG zum Beispiel nahm ich induktiv nur die von den 24 Befragten tatsächlich genannten Ausprägungen auf. Somit sind im Kategoriensystem nur die Phänomene abgebildet, die tatsächlich formuliert wurden. Entsprechend ist auch direkt ablesbar, was nicht gesagt wurde.

Die objektiven Biografiedaten für die Analyseheuristik MEDIEN- UND INTERNETNUTZUNG IM LEBENSVERLAUF wertete ich nicht inhaltsanalytisch-kodierend aus, sondern auf Basis der in Teilstudie 2 rekonstruierten objektiven Biografiedaten (für ein Beispiel vgl. Tab. 11).

Tabelle 11: Lebensverlauf Frau Lenz (Ausschnitt mit Fokus auf die Medien- und Internetnutzung, eigene Darstellung)

Frau Lenz						
Lebensphase:	Jugendzeit/Realschulzeit					
Ereignis:	Beginn Realschulzeit. Schule wird langweilig, keine Motivation, schlechte Leistungen.		Stationärer Aufenthalt Kinder- und Jugendpsychiatrie wegen Suizidgedanken. Seitdem in psychol. Behandlung und Betreuung durch Jugendamt	Trennung der Eltern. Frau Lenz lebt zunächst bei Mutter → konfliktreich	Vater verlagert eigene Firma in Privathaus → Frau Lenz zieht zum Vater.	Firma des Vaters geht insolvent → Gemeinsamer Umzug in renovierungsbedürftiges Haus
Medien:	Frau Lenz liest in der Pause Bücher		Angefangen, dickere Fantasybücher zu lesen			
Internet:	Ab Realschule: Frau Lenz will Buch schreiben → Auslöser für erneute PC-Nutzung	Aufhören mit Buchprojekt → Beginn Schreiben von Fanfiction; auch in der Schule während Unterrichtspausen		Bei Vater nach Schule im Internet »gehangen«	Neben Fictionschreiben zunehmend Browser-spiele und Let's Play	
Alter:	Ab ca. 11. Lebensjahr		13. Lebensjahr	Ab 14. Lebensjahr		
Zeitraum:	2000er Jahre					

Teilstudie 2 | In der zweiten Teilstudie untersuchte ich den biografischen Kontext einer problematischen Internetnutzung bei Frauen. Die Teilfragestellung lautete: Welche biografischen Hintergründe zeigen sich bei den interviewten Frauen je nach Schweregrad-Fallgruppe? Welche markanten, belastenden Lebenserfahrungen zeigen sich, in der Herkunftsfamilie sowie im späteren Lebensverlauf? Dabei arbeitete ich mit folgenden theoriegeleiteten forschungsgegenständlichen Analyseheuristiken:

- A. Beziehung zu Familienmitgliedern
- B. Krisenhaft-belastende Lebenserfahrungen in der Herkunftsfamilie
- C. Positiv-förderliche Lebenserfahrungen in der Herkunftsfamilie
- D. Objektive Biografiedaten
- E. Erfahrungen im weiteren Lebensverlauf

Als zentrales qualitatives Verfahren setzte ich wie in Teilstudie 1 ein inhaltsanalytisch-kodierendes Verfahren ein. Auch hier eignete sich die einzelfallorientierte Variante der Qualitativen Inhaltsanalyse. Nur hinsichtlich Analyseheuristik D wandte ich ein rekonstruktives Vorgehen an, da sich die Ereignisdaten in ihrer Chronologie nicht kodierend erschließen ließen. Die *ERFAHRUNGEN IM WEITEREN LEBENSVERLAUF* (Analyseheuristik E) rekonstruierte ich anhand der Objektiven Biografiedaten.

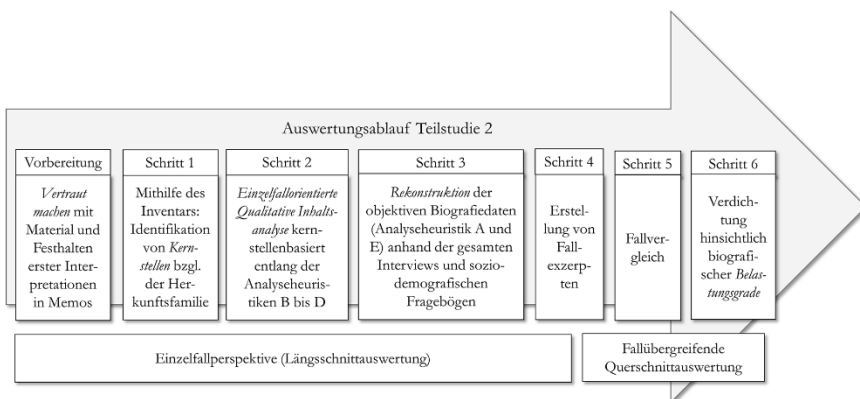


Abbildung 5: Auswertungsablauf Teilstudie 2 (eigene Abbildung)

Wie in Teilstudie 1 wertete ich in Teilstudie 2 allein auf der ›Was-Sinnebene‹ aus. Die Analyse basierte zudem ausschließlich auf Kernstellen mit Bezug zur Herkunftsfamilie. Auch hier wertete ich zunächst jeden Fall einzeln aus (Längsschnittanalyse), bevor ich in den Fallvergleich ging (Querschnittsanalyse). In der Ergebnisverdichtung legte ich den Fokus auf die verschiedenen Schweregrade belastender Lebenserfahrungen. Hier erfolgte

also bewusst ein Rückbezug in die Theorie. Wie im Kapitel *Familienperspektive* dargestellt, sprechen viele Studien von einem Zusammenhang zwischen belastenden Erfahrungen in der Herkunftsfamilie und einer problematischen Internetnutzung (vgl. zum Beispiel Braun, 2014; Hirschhäuser & Rosenkranz, 2012). Entsprechend griff ich diese Perspektive in Teilstudie 2 prüfend auf. Für den vollständigen Untersuchungsablauf vgl. Abb. 5.

Im Rahmen der inhaltsanalytischen Auswertung (Analyseheuristiken A bis C) wählte ich als *Auswertungseinheit* den gesamten Fall, als *Kodiereinheit* den einzelnen Satz. *Kontexteinheit* waren die Interview-Kernstellen mit Bezugnahme auf die Herkunftsfamilie. Kategorienabhängig zog ich noch den soziodemografischen Fragebogen hinzu. Es lagen unterschiedliche Kategorien-Arten vor, die unterschiedliche Kodiervorgehen zur Konsequenz hatten. Das finale Kategoriensystem zeigt sich wie folgt (vgl. Tab. 12):

Tabelle 12: Kategoriensystem Teilstudie 2 (eigene Darstellung)

Kategorien	Kategorienentwicklung	Kategorienart (nach Kuckartz & Rädiker, 2022)	Kontexteinheit
A. Beziehung zu Familienmitgliedern	Deduktiv	Theoretisch	Alle Kernstellen
A1 Geburtsjahr Interviewpartnerin	Deduktiv	Theoretisch	Alle Kernstellen + soziodem. Fragebogen
A1 Alter zum Interviewzeitpunkt	Deduktiv	Faktisch	
A3 Geschwisterkonstellation	Deduktiv	Faktisch	Alle Kernstellen
A4. Beziehung zu den wichtigsten Bezugspersonen	Deduktiv	Theoretisch	
z. B. Mutter; Vater etc.	Induktiv	Analytisch	
A5. Beziehung zu weiteren Familienmitgliedern	Deduktiv	Theoretisch	
z. B. Großmutter, Schwester etc.	Induktiv	Analytisch	

B. Risikofaktoren: Krisenhaft-belastende Lebenserfahrungen im herkunftsfamiliären Kontext	Deduktiv	Theoretisch	
B1. Vernachlässigungserfahrungen	Deduktiv	Theoretisch	
B1.1 Körperliche Vernachlässigung	Deduktiv	Theoretisch	
<i>Unstete Versorgung; (Lebens-)Gefährdung</i>	Induktiv	Analytisch	
B1.2 Emotionale Vernachlässigung	Deduktiv	Theoretisch	
<i>Fehlende Kontrolle/ Struktur/ Orientierung; Übermäßige Kontrolle und Regulation; Fehlende Förderung; Ständiges Alleingelassenwerden; Nicht-Ermöglichen/ Verwehren sozialer Kontakte; Kühles/ teilnahmsloses elterliches Verhalten; Übermäßige Verantwortungsübernahme als Kind/ Jugendliche (Parentifizierung); Fehlende elterliche Unterstützung im Krisenfall</i>	Induktiv	Analytisch	
B2. Misshandlungserfahrungen	Deduktiv	Theoretisch	
B2.1 Körperliche Misshandlung	Deduktiv	Theoretisch	
B2.2 Emotionale Misshandlung	Deduktiv	Theoretisch	
<i>Unerwünschtheit/ Ablehnung; Abwertung von Leistungen; Verbale Gewalt; Psychische Gewalt</i>	Induktiv	Analytisch	
B2.3 Sexueller Missbrauch/Sexuelle Gewalt	Deduktiv	Theoretisch	
B3. Sucht oder exzessive/r Konsum/Verhaltensweisen	Deduktiv	Theoretisch	
B3.1 Alkohol; B3.2 Tabletten/Medikamente; B3.3 Internet; B3.4 Essen; B3.5 Rauchen	Induktiv	Faktisch	
B4. Stress, Überlastung, Überforderung	Deduktiv	Theoretisch	
B4.1 Finanzielle Sorgen; B4.2 Leistungsdruck; B4.3 Stress	Induktiv	Analytisch	
B5. Erleben von Verlust, Krankheit und Tod	Deduktiv	Analytisch	
B5.1 Ständige Konflikte zwischen Pflegepersonen bzw. Familienmitgliedern; B5.2 Trennung der Eltern/	Induktiv	Analytisch	

Pflegepersonen; B5.3 Krieg(straumata); B5.4 Krankheiten; B5.5 Suizidalität; B5.6 Umzüge/Entwurzelung			
B6. Vermeidender Umgang mit schwierigen Situationen	Deduktiv	Analytisch	
B6.1 Konfliktvermeidung/übermäßige Harmoniebedürftigkeit; B6.2 Trennung unüblich/man bleibt zusammen; B6.3 Familiengeheimnisse/Unausgesprochenes	Induktiv	Analytisch	
C. Schutzfaktoren: Positiv-förderliche Erfahrungen im herkunftsfamiliären Kontext	Deduktiv	Theoretisch	
C1. Erleben von Sicherheit und Orientierung	Deduktiv	Analytisch	
C1.1 Kontrolle/Regeln/Orientierung; C1.2 Beständigkeit/Verlässlichkeit/Rituale; C1.3 Schutz vor Gefahren; C1.4 Materielle Beständigkeit und Sicherheit	Induktiv	Analytisch	
C2. Erleben von Autonomie, Exploration und Wachstum	Deduktiv	Theoretisch	
C2.1 Vorleben von Unabhängigkeit/Autonomie; C2.2 Förderung/Inspiration zu persönlichem Wachstum	Induktiv	Analytisch	
C3. Erleben von Verbundenheit	Deduktiv	Analytisch	
C3.1 Aufmerksamkeit/Zuwendung/Wärme; C3.2 Unterstützung und Entlastung; C3.3 Gemeinsame Familienaktivitäten in positiver Atmosphäre	Induktiv	Analytisch	
C4. Offener Umgang mit schwierigen Situationen	Deduktiv	Analytisch	
C4.1 Konfliktbereitschaft/Offenes Ansprechen kritischer Familienthemen	Induktiv	Analytisch	

Zum Verlauf der Kategoriensystementwicklung ist anzumerken, dass ich zwischenzeitig bindungstheoretische Konzepte einbezog als eine weitere

Systematisierungs- und Präzisierungsmöglichkeit. So führte ich zwischenzeitlich eine Nachschärfung und Neusortierung des Kategoriensystems durch in Rückbezug auf bindungstheoretische Konzepte, insbesondere auf die Systematik des Adult Attachment Interviews, abgekürzt AAI (George et al., 1985, 1996; Gloger-Tippelt, 2016). Die Oberkategorien benannte ich zwischenzeitlich wie folgt: ›Ungünstige *Bindungs*-Erfahrungen in der Herkunftsfamilie‹ und ›Förderliche *Bindungs*-Erfahrungen in der Herkunftsfamilie‹. Der Fokus auf die Bindung stellte sich dann aber als zu eng heraus. Zudem zeigten sich methodische Limitationen: Eine Rekonstruktion der Bindungserfahrungen allein auf Basis des vorliegenden Interviewmaterials war nicht sinnvoll möglich, da ich die Interviews nicht von vornherein gezielt hinsichtlich der Bindungsthematik konzipiert hatte. Aus diesem Grund nahm ich von der Fokussierung auf Bindungsmuster wieder Abstand. Die Oberkategorien (und entsprechenden Analyseheuristiken) benannte ich final allgemeiner: krisenhaft-belastende Erfahrungen im Familienkontext (als Risikofaktoren) und positiv-förderliche Erfahrungen im Familienkontext (als Schutzfaktoren).

Zudem ist als Unterschied zu Teilstudie 1 anzumerken, dass ich in Teilstudie 2 Kategorien nicht nur dann kodierte, wenn sie ein persönliches Erleben der Interviewpartnerin betrafen, sondern auch dann, wenn sie beobachtetes Erleben betrafen. Das liegt darin begründet, dass ich in Teilstudie 2 Aspekte erfassen wollte, die allgemein das Herkunftsfamilien-system der Interviewpartnerin prägten. Zum Beispiel kodierte ich bei Frau Rose die Kategorie SEXUELLER MISSBRAUCH, auch wenn nicht sie selbst, sondern ihre Geschwister vom Vater sexuell missbraucht worden waren. Da dies jedoch ein markantes Merkmal der Herkunftsfamilie darstellt, erfasste ich es entsprechend. In der Ergebnisdarstellung differenzierte ich, ob es sich um eine eigene Erfahrung handelt oder um Zeugenschaft.

Auch in Teilstudie 2 legte ich zu jedem Interview ein ›leeres‹ Kategoriensystem als ›Fragebogen an das Material‹ an und füllte dieses im

Laufe des Kodierens auf (vgl. Kapitel *Rekonstruktiv-hermeneutische Analyse*). Die Kodierung erfolgte in Teilstudie 2 allerdings nicht mithilfe eines checklistenähnlichen Kategoriensystems, sondern mithilfe eines tabellarisch angelegten Kategoriensystems, da ich auf diese Weise mehr Raum für die Erfassung der Indikatoren zur Kodierentscheidung im Rahmen des Kodierherleitungsmemos hatte. Das Kodierherleitungsmemo integrierte ich in Teilstudie 2 als zweite Tabellenspalte. Pro Indikator arbeitete ich wieder mit der Endnotenreferenzierung, um auf Ankerbeispiele aus dem Transkript zu verweisen (für ein Beispielkategoriensystem vgl. Anhang).

Zur Kategorie **BEZIEHUNG ZU FAMILIENMITGLIEDERN** erstellte ich pro Fall ein Genogramm auf Basis des Interviewtranskripts und der Fragebogendaten (vgl. Schierbaum, 2016), um die Beziehungskonstellationen grafisch aus mehrgenerationaler Perspektive zu verdichten.

Für die Analyseheuristik **OBJEKTIVE BIOGRAFIEDATEN** erarbeitete ich mittels rekonstruktivem Verfahren chronologisch die Lebensverläufe aller 24 interviewten Frauen auf Basis der berichteten objektiven Ereignisdaten. Zusätzlich integrierte ich Angaben aus dem soziodemografischen Fragebogen. Das Vorgehen erfolgte in Anlehnung an die sequenzielle Analyse biografischer Ereignisdaten als Schritt 1 in der Biografischen Fallrekonstruktion nach Rosenthal (vgl. Rosenthal, 2014, S. 187 ff.). Dabei werden laut Rosenthal »zunächst die kaum an die Interpretation der Biographin gebundenen Daten (zum Beispiel Geburt, Anzahl der Geschwister, Ausbildungsdaten, Familiengründung, Wohnortwechsel, Krankheitsereignisse etc.) in der zeitlichen Abfolge der Ereignisse im Lebenslauf analysiert.« (Rosenthal, 2014, S. 188)

Die Darstellung des Lebensverlaufs setzte ich tabellarisch auf sechs thematischen Linien um, die sich in Form von sechs Tabellenzeilen (im Folgenden »Swimlanes« genannt) abbilden und von links nach rechts chronologisch zu lesen sind (vgl. Tab. 13):

Tabelle 13: Darstellung eines Lebensverlaufs (Muster, eigene Darstellung)

Fall				Jugend	
Lebensphase:	Kindheit				
Ereignis:	Ereignis 1	Ereignis 2	Ereignis 3	Ereignis 4	Ereignis 5
Medien:				z. B. gemeinsames Fernsehen als Teil des Familienrituals	
Internet:			z. B. erste Computernutzung		
Alter:			z. B. 6. Lebensjahr	z. B. 12. Lebensjahr	z. B. 12.-13. Lebensjahr
Zeitraum:	z. B. 2000er Jahre				

Die unterste Swimlane (1) *Zeitraum* stellt den Zeitstrahl ab der Geburt der Interviewpartnerin bis zum Interviewzeitpunkt dar. Die Swimlane (2) *Alter* zeigt direkt darüber angeordnet das jeweilig rekonstruierte Lebensalter an.⁷ Auf der Swimlane (3) *Internet* hielt ich alle Ereignisdaten bzgl. der Internetnutzung fest, beginnend in der Regel mit der ersten PC-/Internetnutzung der Interviewpartnerin und mit allen weiteren Stationen (wie zum Beispiel erster eigener PC, in welchem Zeitraum eine Onlinedatingplattform genutzt wurde etc.). Auch die PC-Nutzung bezog ich hier mit ein, auch wenn

⁷ Zu (1) und (2) ist anzumerken, dass Befragte ihr Alter oder Jahresangaben zu einem Ereignis häufig nicht explizit nannten, so dass ich diese anhand von anderen Formulierungen im Kontext des Ereignisses rekonstruierte. Sagte die Befragte zum Beispiel als zeitliche Einordnung: »Das war in der neunten Klasse«, schätzte ich das ungefähre Alter aufgrund herkömmlicher Alterszuordnungen zu Schulklassendaten. So setzte ich grob die 1. Klasse mit dem 7. Lebensjahr gleich, die 2. Klasse mit dem 8. Lebensjahr usw. Oder ich leitete das Alter während eines bestimmten Ereignisses aus dem Kontext von anderen angegebenen Jahreszahlen ab: Fand ein berichtetes Ereignis zum Beispiel im 16. Lebensjahr statt und ein zweites Ereignis fand zwei Jahre danach statt, so rekonstruierte ich für das nachfolgende Alter das 18. Lebensjahr. Mögliche Ungenauigkeiten bzgl. der Altersangaben sind in Kauf zu nehmen. Vorrangiges Ziel war, die Abfolge von Ereignissen nachzuvollziehen, nicht das exakte Alter oder Jahr.

diese ohne Internetzugang stattfand. Die Swimlane (4) *Medien* führt alle Ereignisdaten bzgl. der Mediennutzung außerhalb des Internets auf (Bücher, Fernsehen, Radio etc.).

Die Swimlane (5) *Ereignis* dokumentiert alle erwähnten Lebensereignisse. Dabei hielt ich sowohl markante Ereignisse fest wie Geburtsdaten, Einschulung, Abitur, Ende des Studiums, Heirat, Geburt des ersten Kindes etc., genauso wie »kleinere«, situative Ereignisse wie zum Beispiel eine enttäuschende Erfahrung mit den Eltern, ein Krankenhausaufenthalt oder eine Reise. Ich führte alle Ereignisse auf, von denen Befragte erzählten. Ich ging davon aus, dass jeder biografische Eckpunkt eine Bedeutung in der Gesamterzählung hat, und dass sich diese Bedeutung in der Gesamtschau erschließen lassen würde.

Die Swimlane (6) *Lebensphase* ordnete ich auf der obersten Ebene an, als grobgranulare Einteilung der in den unteren Swimlanes feingranular dargestellten Ereignisse. Die Lebensphasenbezeichnungen folgten in der Regel folgenden Begrifflichkeiten: Kindheit, Jugendzeit, Ausbildungsphase, Berufseinstieg, Familiengründung etc. Dies variierte ich aber ggf. je nach Fall und nahm eine feinere Aufteilung vor, zum Beispiel: Kindheit, Kindheit/Grundschulzeit, Jugend/Realschulzeit, Ausbildung, Studium.

Teilstudie 3 | In der dritten Teilstudie untersuchte ich den Teiluntersuchungsgegenstand **LEBENSBEWÄLTIGUNGSSTRATEGIEN**. Im Gegensatz zu Teilstudie 1 und 2 wählte ich hier durchgängig ein rekonstruktiv-hermeneutisches Verfahren. Als Auswertungsmethode wandte ich in angepasster Form das Analyseverfahren des Integrativen Basisverfahrens an (vgl. Kruse, 2014, S. 24 ff.; vgl. Kapitel *Rekonstruktiv-hermeneutische Analyse*). Die Teilfragestellung lautete: Mit welchen Lebensbewältigungsstrategien begegnen die interviewten Frauen Krisen und Herausforderungen? Wie zeigen sich Lebensbewältigungsstrategien im Spiegel der Internetnutzung? Welche Bedeutung hat die *problematische* Internetnutzung bei der Lebensbewältigung? Dabei arbeitete ich mit folgenden theoriegeleiteten forschungsgegenständlichen Analyseheuristiken:

- A. Bedeutsame Krisenerlebnisse
- B. Lebensbewältigungsstrategien
- C. Lebensbewältigungsstrategien im Spiegel der Internetnutzung

Im Gegensatz zu Teilstudie 1 und 2 wertete ich nicht nur auf Was-Sinnebene, sondern auch auf Wie-Sinnebene aus (Was wird gesagt und wie wird es gesagt?). Die Was-Analyse beruhte auf dem gesamten Interview, die Wie-Analyse auf beispielhaften Kernsequenzen. Wie in den vorherigen Teilstudien wertete ich zunächst jeden Fall einzeln aus (Längsschnittanalyse) und verglich dann die Fälle miteinander (Querschnittsanalyse). In der Ergebnisverdichtung erfolgte die Bildung einer Typologie hinsichtlich der *Bedeutung einer (problematischen) Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie*.

Die Untersuchung des Lebensbewältigungsaspekts hatte ich nicht von Anfang an geplant, sondern entwickelte die dritte Teilstudie erst während der Umsetzung von Teilstudie 1 und 2, d. h. auf Basis aufkommender Erkenntnisse im Forschungsprozess. So fiel mir bei der Auswertung des Interviews mit Frau Kiefer der Aspekt der Lebensbewältigung als überraschendes Schlüsselphänomen auf. Ich entschied, diese ›Spur in konzeptioneller Anlehnung an Charlton und Neumann (1986; vgl. Kapitel *Perspektive der Lebensbewältigung*) zu verfolgen und auch in den anderen Interviews zu untersuchen.

Der Auswertungsablauf im Integrativen Basisverfahren nach Kruse setzte ich in der vorliegenden Arbeit nicht 1:1 um, übersetzte diesen in die Forschungslogik des Teiluntersuchungsgegenstandes (vgl. Abb. 6).

Der deskriptive Auswertungsteil, die sequenzielle Textanalyse, sah pro Fall zwei Hauptauswertungsschritte vor: (1) die Segmentierung und (2) die offene (mikro-)sprachliche Analyse. Die Segmentierung war bereits in Form der thematischen Inventarisierung erfolgt (vgl. Kapitel *Rekonstruktiv-hermeneutische Analyse*). Im Rahmen der offenen (mikro-)sprachlichen Analyse in Teilstudie 3 rekonstruierte ich dann den Zusammenhang zwischen dem jeweiligen Krisenerleben und den dabei erwähnten Lebensbewältigungsstrategien. Was wurde im Gespräch gesagt in Relevanz zu Krisen und

damit zusammenhängen Umgangsweisen? Wo zeigen sich Besonderheiten, vielleicht auch Widersprüche? Wo tun sich anhand des Materials Fragen auf, und wie lassen sich diese im Verlauf der weiteren Analyse beantworten? Welche Hypothesen lassen sich bilden?

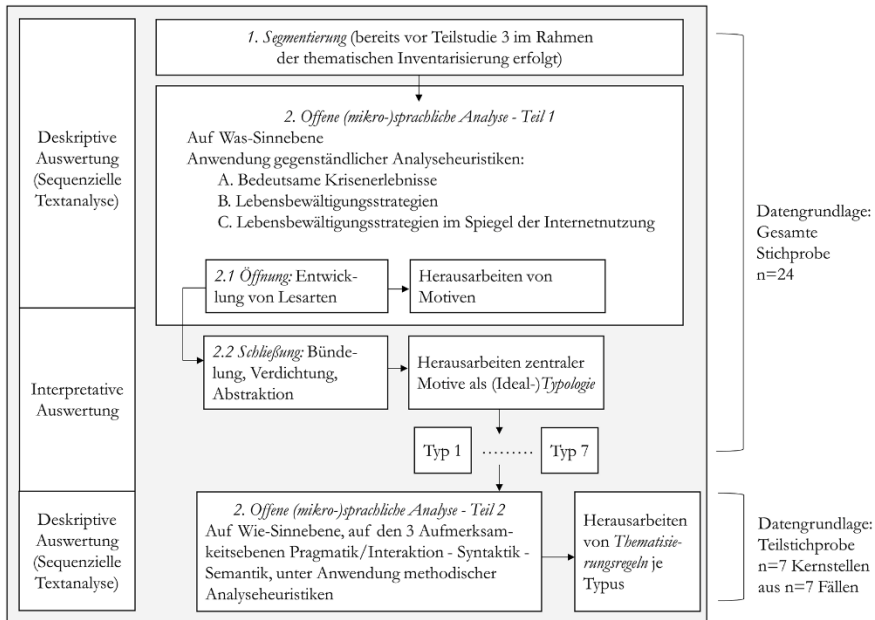


Abbildung 6: Auswertungsablauf Teilstudie 3 (eigene Abbildung)

Forschungspraktisch setzte ich dies so um, dass ich auf die Objektiven Biografiedaten (erarbeitet in Teilstudie 2) zurückgriff, um die zentralen Krisen pro Fall festzuhalten. Zu jeder dieser Krisen rekonstruierte ich dann aus dem Interviewtext heraus – sequenziell sich aus dem Text erschließend – Lebensbewältigungsstrategien. Diese Auswertung erfolgte ausschließlich auf Was-Sinnebene. Ankerbeispiele verknüpfte ich in Form von Endnoten. Um den Zusammenhang von Strategien und Krisenereignis transparent und systematisch festzuhalten, setzte ich Unterstützungsmittel wie ein tabellarisches Analyseraster ein (vgl. Tab. 14).

Tabelle 14: Rekonstruktive Auswertung am Beispiel von Frau Kornfeld (Ausschnitt, eigene Darstellung)

Im Umgang mit Krise <i>Trennung</i> (46. Lebensjahr):	
<p>Krise: Verlieft über mehrere Monate im Sommer 2013. Überraschende Trennung, Partner lernte andere Frau kennen und trennte sich innerhalb kurzer Zeit. Gemeinsames Haus musste verkauft werden. Doppelte Entwurzelung: Frau Kornfeld hatte für die Beziehung ihre Heimat verlassen, verliert nun ihre »neue Heimat«. Bis zum Verkauf blieb Frau Kornfeld im Haus. Beschloss, wieder zurück in ihre »alte« Heimat zu ziehen, sehr beschäftigt mit Suche nach Stellen und Wohnungen sowie Umzugsorganisation. Lebte zum Interviewzeitpunkt seit zwei Jahren in einer Übergangslösung, da sie dort, wo sie früher gern gelebt hatte, keine Wohnung fandⁱ.</p>	
Lebensbewältigungsstrategien außerhalb der Medien-/Internetnutzung und damit zusammenhängende <i>Motive</i>	Lebensbewältigungsstrategien im Spiegel der Internetnutzung und damit zusammenhängende <i>Motive</i>
<p>Direkt nach der Trennung:</p> <p><i>Ablenkung</i> in der Natur/Pflichten nachgehen Sich im Garten <i>beschäftigen</i> <----- »Draußen, Sonne, Ablenken. Und man muss es eh machen. Man kann ja irgendwie net zusehen, wie da alles! Im Sommer wächst ja viel.« (Frau Kornfeld, 646-648)</p> <p>Granny Squares häkeln <----- + <i>Kontakt mit Freunden</i> über Telefon (lebten nicht dort)</p>	<p>Direkt nach der Trennung:</p> <p>Widersprüchliche Aussagen: Aufgrund der Trennung <i>mehr Zeit</i> gehabt → Länger im Internet gewesen, aber inhaltlich unverändertⁱ <i>Wenig im Internet gewesen</i> (kann sich nicht erinnern)</p> <p>← Häkelanleitungen aus dem Internet gesucht, viel auf Blogs gewesen</p> <p>Ansonsten <i>Nutzungspause bzgl. Onlinedating</i>: 1,5 Jahre lang kein Onlinedating genutzt (»erstmal verarbeiten«) → vgl. Frau Kornfeld, 57-61ⁱⁱⁱ</p>

Direkt nach der Trennung:

Weiterfunktionieren und verdrängen:

+ Frau Kornfeld hat »*einfach funktioniert*«/»*viel verdrängt*«. Wegen Wohnungs- und Jobsuche »*kein großer Platz für extremes Verarbeiten, Trauer, Zusammenbrechen*« → Sieht das im Nachhinein als »großen« Fehler. Besser wäre eine Auszeit oder sogar Kur gewesen. Merkte bei Antritt der neuen Stelle, dass es ihr schlecht ging, wollte sich aber nicht krankmelden (dann wäre die Stelle weggewesen).

»*Ich hätte was anderes gebraucht.*«

Trennung kam auch nochmal hoch nach dem Tod der Mutter. (Zusammenhang zwischen zwei Krisen)

→ vgl. als Kernstelle Frau Kornfeld, 705-765ⁱⁱ

1,5 Jahre nach der Trennung:

Selbstschutz durch Kontrolle

Suchkriterien auf Onlinedatingplattform sollen *Fernbeziehung ausschließen*. Grund: Frau Kornfeld hatte damals beschlossen, zum Partner zu ziehen, und dann ging es doch auseinander. → »Ich mach das nicht nochmal«. / »zu alt«. → Max. 50 km Entfernung, will auch keinen Stress durch lange Fahrten und dann doch nur Wochenendbeziehung. → vgl. Frau Kornfeld, 134-146^{iv}

Beobachtung: Klare Vorstellungen. Hat die Idee, dass Beziehung so pragmatisch kontrollierbar sein könnte. Objektive Eigenschaften (Wohnort) sind Voraussetzung für alles Weitere.

Im Gegensatz zu Kruse, der ebenfalls tabellarische Raster als Analysehilfsmittel erwähnt (vgl. Kruse, 2014, S. 628 f.), fiel in meiner Analysetabelle die Auswertung auf Wie-Sinnebene weg. Diese folgte später nach der Typologiebildung. Neben der Orientierung an den Analyseheuristiken führte ich die Analyse mit offener Haltung hinsichtlich fallindividueller Relevanzsetzungen durch. Wiederkehrend auftretende Themen, bei denen zu Beginn noch nicht klar war, was sie hinsichtlich des Aspekts Lebensbewältigung bedeuten würden, wurden dennoch »wie lose Fäden in der Hand gehalten und weiter im Text verfolgt« (Kruse, 2014, S. 488). Mir war wichtig zu überprüfen, inwiefern sich diese Themen im weiteren Interviewverlauf noch hinsichtlich ihrer Bedeutung klären und sich womöglich als (übergreifende, allgemeine) Lebensbewältigungsstrategie herausstellen würden.

Wie wichtig die offene Analysehaltung hinsichtlich der subjektiven Relevanzsetzungen der Interviewpartnerinnen war, wird am Beispiel von Frau

Kirschbaum deutlich. Diese Interviewpartnerin erwähnte immer wieder das Thema Datenschutz und das Thema des ›digitalen Ichs‹. Diese Themen kamen zwar nicht im Kontext der Schilderung von Krisenerleben auf, schienen aber dennoch schienen bedeutsam zu sein. Ich beschloss daher, diese Themen zunächst einmal ›mitzunehmen‹, auch wenn mir noch nicht klar war, wo dies hinführen würde. Mit zunehmender Auswertung schälte sich immer mehr ihre Bedeutung im Kontext einer Hypothese hinsichtlich einer übergreifenden Lebensbewältigungsstrategie heraus.⁸

Da die rekonstruktiv-hermeneutische Auswertung sehr zeitintensiv ist und gleichzeitig ein sehr umfangreicher Datensatz von 24 teilnarrativ-biografischen Interviews vorlag, wandte ich Abkürzungsstrategien an: Im Rahmen des deskriptiven Auswertungsteils, der sequenziellen Textanalyse, analysierte ich ausschließlich auf Was-Sinnebene. Die feinsprachliche Analyse auf Wie-Sinnebene (Wie wurde etwas gesagt?) führte ich anhand einer Teilstichprobe im Rahmen der Typenbildung durch (vgl. auch Abb. 7 oben).⁹

Die TYPENBILDUNG verdichtet und abstrahiert auf Ebene der *Interpretation* die oben beschriebene deskriptiv-rekonstruktive Analyse. Ziel war,

⁸ Frau Kirschbaum kreierte ein ›digitales Ich‹ unter Aspekten des Datenschutzes. Ihr war wichtig, sich im Internet authentisch zeigen, ohne dass auf die reale ›analoge‹ Person geschlossen werden kann. Unter Einbezug vieler weiterer Hinweise im Interview bildete ich schließlich die Hypothese, Frau Kirschbaum würde mithilfe des ›digitalen Ichs‹ eine neue allgemeine Lebensbewältigungsstrategie – *sich authentisch zu zeigen* – im ›Schutz‹ des Internets ausprobieren und üben. Das ›digitale Ich‹ fungiert als Brücke für das ›analoge Ich‹, das sich der neuen Strategie vorsichtig annähert.

⁹ Ich erwog auch die Bildung einer Teilstichprobe von Beginn an, d. h. die dritte Teilstudie insgesamt nur anhand ausgewählter Interviews durchzuführen (zum Beispiel n=6) anstatt anhand von n=24 Interviews. Eine Option wäre zum Beispiel die Bildung einer Teilstichprobe auf Basis der Schweregrad-Fallgruppen aus Teilstudie 1 gewesen. Diese Idee verwarf ich allerdings, da ich dadurch zu früh den Analyseblick verengt hätte. Der Aspekt Lebensbewältigung zeigte sich so implizit ins Interviewmaterial ›verwoben‹, dass es mir notwendig schien, mich zunächst komplett von den Gruppierungen, d. h. den theoretischen Konstruktionen der vorherigen Teilstudien zu lösen.

mittels Typenbildung die Bedeutung der (problematischen) Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie herauszuarbeiten. Die Typisierung in Teilstudie 3 zielt darauf, »komplexe soziale Realitäten und Sinnzusammenhänge zu erfassen und möglichst weitgehend verstehen und erklären zu können« (Kluge, 2000).

Bei der Typisierung wird laut Kluge anhand definierter Merkmale ein Objektbereich so in Gruppen eingeteilt, dass pro Gruppe die zugeordneten Fälle intern homogen sind und extern heterogen. Die so entstehenden Typen weisen laut Kluge gemeinsame Eigenschaften auf und können »anhand der spezifischen Konstellation dieser Eigenschaften beschrieben und charakterisiert werden« (Kluge, 2000).

In der praktischen Umsetzung erfolgte die Typenbildung in Teilstudie 3 im Kern auf Basis des »Stufenmodells empirisch begründeter Typenbildung« nach Kelle und Kluge, da dieses innerhalb der jeweiligen Schritte in Passung an Untersuchungsgegenstand und Material den flexiblen Einsatz von Auswertungstechniken zulässt (vgl. Kelle & Kluge, 2010, 91 ff.). Innerhalb dieser Schritte griff ich insbesondere auf Techniken der Typenbildung aus der Dokumentarischen Methode zurück.

Die *relevanten Vergleichsdimensionen* (Schritt 1 im Stufenmodell nach Kelle und Kluge; vgl. Kelle & Kluge, 2010, S. 93) bildete ich deduktiv mittels der Analyseheuristiken B und C: Lebensbewältigungsstrategien und Lebensbewältigungsstrategien im Spiegel der Internetnutzung.

Die *Gruppierung der Fälle* und die *Analyse empirischer Regelmäßigkeiten* (Schritt 2 im Stufenmodell) führte ich in Teilstudie 3 mittels fallvergleichender Kontrastierung durch, mit dem Ziel einer internen Homogenität und externen Heterogenität auf Basis der Vergleichsdimensionen (vgl. Kluge, 2000). Da es sich bei den Lebensbewältigungsstrategien um sehr komplexe Phänomene handelt, stellte es sich für mich als sinnvoll heraus, auf Basis der Vergleichsdimensionen den primären Orientierungsrahmen pro Fall zu erarbeiten und diesen als Dreh- und Angelpunkt für die Typenbildung zu nutzen (vgl. Nohl, 2013, S. 276). Dazu erstellte ich zur komparativen Ana-

lyse eine Falltabelle, in der ich pro Fall die erarbeiteten Motive je Vergleichsdimension eintrug und daraus dann interpretativ den primären Orientierungsrahmen pro Fall entwickelte (vgl. Tab. 15).

Tabelle 15: Falltabelle im Rahmen der komparativen Analyse (Muster, eigene Darstellung; Abbildungsweise übernommen aus dem Methodenworkshop des Ces e.V.)

	Fall x	Fall x	Fall x
Vergleichsdimension 1: Lebensbewältigungsstrategien	z. B. negative Gefühle nicht fühlen durch Rationalisieren, Lösungsorientierung	z. B. Priorisierung der eigenen Bedürfnisse, Priorisierung definierter Beziehungen	...
Vergleichsdimension 2: Lebensbewältigungsstrategien im Spiegel der Internetnutzung	z. B. in Internetwelten verschwinden, Entspannen können im Internet	z. B. bewusste Auswahl bestimmter Arten von Internetkommunikation je nach Person	...
Primärer Orientierungsrahmen	z. B. Flucht, Ablenkung	z. B. Kontrolle, Regulation, Grenzen ziehen	...

Hinsichtlich der *Analyse inhaltlicher Sinnzusammenhänge und Typenbildung* (Schritt 3 im Stufenmodell) empfehlen Kluge und Kelle die Anwendung des Konzepts des Merkmalsraums als Auswertungstechnik (vgl. Kelle & Kluge, 2010, S. 96). Dies zeigte sich in meiner Arbeit allerdings schwer anwendbar auf Lebensbewältigungsstrategien, mit denen sehr komplexe und individualisierte Haltungen und Handlungsmuster mit Interpretationsbedarf einhergehen und welche sich schwer auf ›objektive‹ Kategorien reduzieren lassen. Ich griff daher auch hier auf die Typenbildung in der Dokumentarischen Methode zurück. Die oben genannte Falltabelle wandelte ich dazu in eine Typentabelle um (vgl. Tab. 16).

Tabelle 16: Typentabelle im Rahmen der komparativen Analyse (eigene Darstellung; Abbildungsweise übernommen aus dem Methodenworkshop des Ces e.V.)

	Typ 1	Typ 2	Typ 3
Primärer Orientierungsrahmen			
Fälle	Fall x, Fall x ...	Fall x, Fall x ...	Fall x, Fall x ...
Vergleichsdimension 1			

In dieser Typentabelle verglich ich dann im Rahmen eines fallübergreifenden Vergleichs die übrigen Fälle mit den Basisfällen hinsichtlich des primären Orientierungsrahmens, suchte ähnliche Fälle, welche sich dem jeweiligen Typ zuordnen lassen oder die Bildung neuer Typen notwendig machten, d. h. neue Interpretationen hinsichtlich des Orientierungsrahmens. Die Ausprägungen gebildeter Typen sortierte ich immer wieder neu und passte auch die Bezeichnung der Typen immer wieder an, bis es final ein stimmiges Gesamtbild ergab. Zum Abschluss erfolgte die zusammenfassende *Charakterisierung der gebildeten Typen* (Schritt 4 im Stufenmodell von Kelle und Kluge), indem ich die Kriterien beschrieb, welche den jeweiligen Typ ausmachen und die ihn von den anderen Typen unterscheiden.

Im Gegensatz zu Teilstudie 1, in der ich mit den Schweregrad-Fallgruppen Realtypen bildete, erfolgte in Teilstudie 3 eine *Idealtypenbildung* (vgl. Kelle & Kluge, 2010, S. 91 ff.). »Die Idealtypen [...] dienen der Veranschaulichung und Erklärung komplexer sozialer und kultureller Phänomene« (Nentwig-Gesemann, 2013, S. 299). Der Idealtyp ist laut Nentwig-Gesemann eine begrifflich-theoretische Konstruktion, die »als Vergleichshorizont für empirische Fälle« dient, um diese in ihrer Differenz zu erfassen, zu beschreiben und zu erklären, so die Autorin. (Nentwig-Gesemann, 2013, S. 300) »Ein Idealtypus steht damit zwischen Empirie und Theorie, er bezieht sich auf reale empirische Phänomene, beschreibt sie aber nicht einfach, sondern übersteigert einige ihrer Merkmale, um zu einem Modell sozialer Wirklichkeit zu gelangen.« (Kelle & Kluge, 2010, S. 83)

Nach erfolgter Entwicklung der Typen führte ich eine *Feinanalyse auf Wie-Sinnebene* anhand einer Teilstichprobe durch (s. o. die Erläuterungen zu Abkürzungsstrategien). Hier wurde also ein Analyseschritt aus der offenen (mikro-)sprachlichen Analyse, Teilschritt innerhalb der deskriptiven sequenziellen Textanalyse, »nachgeholt« (vgl. Abb. 6 oben).

Für die Bildung der Teilstichprobe identifizierte ich pro Typus einen exemplarischen Fall als Prototyp. Prototypen sind »reale Fälle, die die Charakteristika jedes Typus am besten »repräsentieren« (Kelle & Kluge, 2010, S. 105). Bei diesem Fall wählte ich dann eine aussagekräftige, besonders dichte und reichhaltige Interviewsequenz mit thematischem Bezug auf die Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie aus. Ziel dieser ausschnittshaften feinsprachlichen Analyse pro Typ war zu schauen, wie sich der jeweilige Typus sprachlich manifestieren kann. Dies erschien mir eine zusätzliche relevante Bedeutungsebene zu sein, ein weiteres mögliches Orientierungsmerkmal je Typus.

Auf der Basis analysierte ich das Material hinsichtlich der drei sprachlichen Aufmerksamkeitsebenen Pragmatik/Interaktion, Syntaktik und (Wort-)Semantik bearbeitet (vgl. Kruse, 2014, S. 481; vgl. Kapitel *Rekonstruktiv-hermeneutische Analyse*) sowie hinsichtlich der methodischen Analyseheuristiken, bei denen ich den Fokus auf die Agencyanalyse und die Positioninganalyse legte (vgl. Kruse, 2014, S. 502 ff.; vgl. Kapitel *Rekonstruktiv-hermeneutische Analyse*). Die Analyse endete in der analytischen Verdichtung in Form von Thematisierungsregeln (vgl. Kruse, 2014, S. 561 f.): Wie organisiert die Befragte erzählerisch ihre Wirklichkeit? (vgl. Kruse, 2014, S. 558) Wie thematisiert die Befragte performativ das »Was«? Welche sprachlichen Selektionen nutzt sie? Welchen sprachlichen Regeln und Relevanzen folgt sie (unbewusst)? (vgl. Kruse, 2014, S. 560). Auf weitere anschließende Analyseschritte, zum Beispiel die Analyse weiterer Kernstellen pro Fall, verzichtete ich, da das Ziel der Exemplifizierung, wie sich ein Typus sprachlich manifestieren kann, aus meiner Sicht ausreichend erfüllt war.

Wie sah das forschungspraktisch aus? Ich bearbeitete den gewählten Interviewausschnitt sequenziell sehr kleinschrittig (Wort für Wort) und

prüfte ihn hinsichtlich der oben genannten Aufmerksamkeitsebenen und methodischen Analyseheuristiken. Analysebeobachtungen und -hypothesen hielt ich in einem tabellarischen Raster fest (vgl. Tab. 17, in Anlehnung an Kruse, 2014, S. 629):

Tabelle 17: (Mikro-)Sprachliche Analyse am Beispiel von Frau Bär (Ausschnitt, eigene Darstellung auf Basis von Kruse, 2014, S. 629)

Segment	Sprachliche Aufmerksamkeitsebenen			Methodische Analyseheuristiken	
	Pragmatik/Interaktion	Syntaktik	(Wort-)Semantik	Agencyanalyse	Positioning-Analyse
<p>237 I: Und so der Kontakt mit Freunden? 238 B: Mhm-hm? 239 I: Also, Sie sagten ja schon, Sie haben ja quasi so ihre 240 Familienmails über WhatsApp/ 241 B: <i>Hauptsächlich, ja.</i> 242 I: /und sonst so mit anderen Bekannten, Freunden? Welche Rolle 243 spielt das Internet da? 244 B: <i>Sehr viel, sehr große.</i> Das Telefon ist bei mir, ähm, eine 245 absolut untergeordnete Rolle. Äh, ich war <i>noch nie</i> ein Freund 246 vom Telefon ((räuspert sich)), <i>weil man</i> doch 247 sehr schnell reden muss <i>und der Zuhörer</i> nicht 248 die Mimik und die Körpersprache wahrnehmen kann. Das heißt, es 249 dürfen überhaupt keine Gesprächspausen am Telefon entstehen.</p>	<p>B korrigiert I (241)</p> <p>B argumentiert ggü. I (»weil«), warum das Telefon sich nicht eignet. (244 ff.)</p>	<p>Reformulierung (244) Verstärker (»noch nie«, 245)</p> <p>Allaus-sage: »man« muss schnell reden (246 f.)</p>	<p>»der Zuhörer«, »das Gegenüber« = ge-sichtslos, keine bestimmte Person (247 ff.)</p>	<p>B scheint am Telefon die Autonomie zu fehlen. Die Handlungsmacht</p>	<p>Man sieht B mit einem »Zuhörer« oder »Gegenüber« telefonieren, der</p>

250 Und wenn man eine macht, das irritiert <i>das Gegenüber</i>				liegt beim anderen.	Erwartungen an sie hat.
251 unglaublich.					
THEMATISIERUNGSREGELN (vgl. Kruse, 2014, S. 561 f.):					
(1) Sprecherpositionen:	<i>Frau Bär spricht stark aus Ich-Perspektive. Zwischendurch wechselt sie in die Regel-Perspektive (man), zum Beispiel wenn es um soziale Regelmäßigkeiten geht (für einen Arzttermin muss man telefonieren, man schreibt keine Mail, man macht keine Gesprächspausen am Telefon, weil das irritiert). Später spricht sie aus Wir-Perspektive, wobei ein konkretes Wir, nämlich Frau Bär und ihre (gleichgesinnten) Freundinnen gemeint ist. Das Wir definiert sich über die Freundschaft, aber auch über die gemeinsam geteilten Regeln, was das Respektieren der anderen hinsichtlich ihrer präferierten Mediennutzung angeht.</i>				
(2) Narrative Personen:	<i>Narrative Personen tauchen in der Tendenz im Kollektiv auf. ...</i>				
(3) (De-)Agentivierung:	...				
(4) Perspektivenübernahmen:	...				
(5) Komplexitätsgrad:	...				
(6) Involvement:	...				
(7) Art der Darstellung:	...				
(8) Textgattung:	...				
(9) Tropen:	...				
(10) Episteme:	...				
(11) Evaluationen:	...				
(12) Legitimationen:	...				
(13) Diachronie:	...				

Maßnahmen zur Qualitätssicherung | Die fortwährende Selbstreflexion des eigenen Forschungshandelns als zentraler Aspekt der Qualitätssicherung setzte ich mithilfe verschiedener Instrumente um (vgl. Breuer et al., 2019, S. 122). Zum einen hielt ich konzeptionelle Reflexionen, Abwägungen für das weitere Vorgehen, Hypothesen und Interpretationen in einem digitalen Forschungstagebuch und in Memos fest (vgl. Breuer et al., 2019, S. 137 f.). Bei fortschreitender Auswertungsphase legte ich zur Sicherstellung eines systematischen und strukturierten Vorgehens für jede der drei Studien jeweils einen dynamischen, sich laufend aktualisierenden

Analysebericht an, der fokussiert alle Fallexzerpte (vgl. Kruse, 2014, S. 630 ff.) auf Ebene der Längsauswertung enthielt, genauso wie die Querauswertungen, aber auch Auswertungs(zwischen)schritte, Konzeptionsnotizen, in denen ich das weitere Auswertungsvorgehen plante und kritisch hinterfragte, zum Beispiel hinsichtlich der Fallgruppenbildung etc.

Der gesamte Forschungsprozess wurde von einer Person, von mir selbst, umgesetzt. Zum qualitätssichernden Ausgleich der Eine-Person-Perspektive besuchte ich in allen Stadien des Forschungsprozesses – von der Interviewleitfadententwicklung bis hin zur Diskussion der Typologie – Forschungswerkstätten¹⁰ und Methodenworkshops¹¹. Die kommunikative Validierung in der Forschungsgruppe ermöglicht Perspektivenvielfalt auf das Datenmaterial und eine zusätzliche methodische Kontrolle des Fremdverstehens (vgl. Kruse, 2014, S. 568-574). Nicht nur ich habe mich mit meinen Daten auseinandergesetzt, sondern auch andere Forschende aus Medizin, Psychologie, Versorgungsforschung, Soziologie, Erziehungswissenschaften u. v. m.

Zur Reflexion dessen, wie der eigene professionelle und biografische Hintergrund den Forschungsprozess beeinflusst, schlagen Breuer et al. Fragen zur Selbstreflexion für qualitativ Forschende vor. Die »reflexive Beschäftigung mit diesen Fragen kann zu Aufschlüssen verhelfen über die Prägungen und Gebundenheiten des eigenen Forschungshandelns.« (Breuer et al., 2019, S. 119) Vor dem Hintergrund dieser Fragen setzte ich mich damit auseinander, welche persönlichen Prägungen mich bei der Wahl des Forschungsthemas, der Fokussierung, der Methodenwahl, im Umgang mit den Interviewpartnerinnen, in der Auswertung, der Interpretation und bei der Ergebnisdarstellung beeinflussten (vgl. Breuer et al., 2011, S. 441 ff., zitiert nach Breuer et al., 2019, S. 120 ff.). Diese Prägungen reflektierte

¹⁰ Ich nahm insbesondere regelmäßig an der *Forschungswerkstatt Qualitative Methoden* des Universitätsklinikums Tübingen teil sowie an der *Forschungswerkstatt Qualitative Inhaltsanalyse* der PH Weingarten.

¹¹ Unter anderem besuchte ich Methodenworkshops zum Integrativen Basisverfahren, zu qualitativen Forschungsdesigns, zur Darstellung qualitativer Forschung sowie zur Typenbildung in der qualitativen Forschung.

ich laufend kritisch innerhalb des Forschungstagebuchs, in Memos und in Diskussionen mit Mitforschenden.

Fazit: Forschungsdesign

Ich habe in dieser Arbeit mit dem Ziel der Passung von Untersuchungsgegenstand und Methode verschiedene methodische Zugänge trianguliert (Flick, 2011, S. 27).

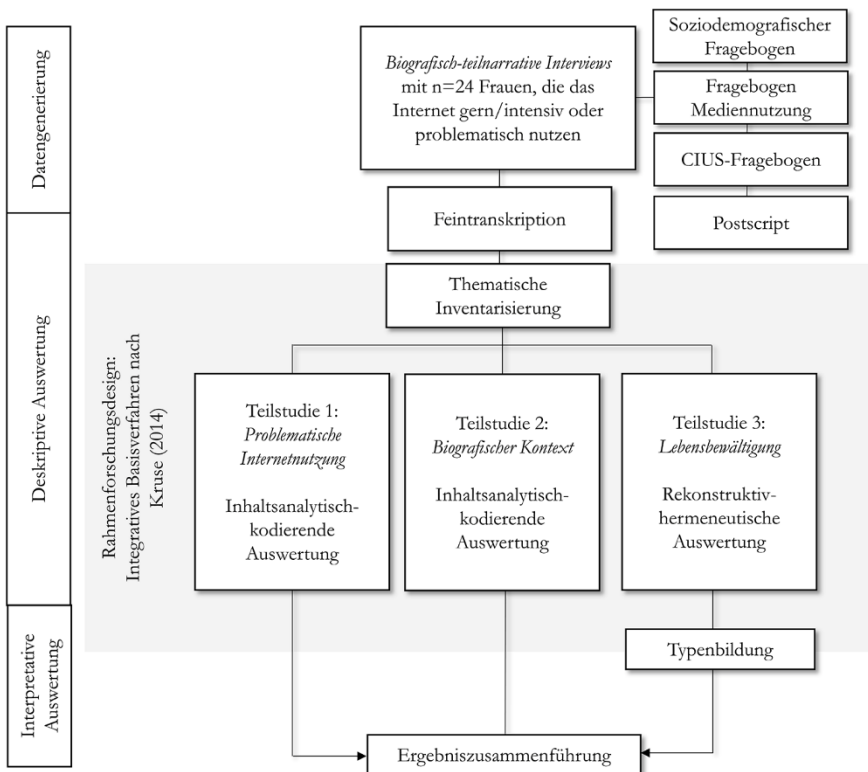


Abbildung 7: Forschungsdesign (eigene Abbildung)

Eine gegenstandsorientierte Integration verschiedener Ansätze ist im Integrativen Basisverfahren nach Kruse erlaubt und erwünscht, weswegen

es in meiner Arbeit den Rahmen bildet und die Prozesslogik des Forschungsdesigns (vgl. Abb. 7) prägt.

Das integrative Forschungsdesign dieser Arbeit ist anschlussfähig an andere qualitative Forschungsarbeiten. Helfferich et al. (2016) zum Beispiel kombinieren je nach Fragestellung hermeneutisch-rekonstruktive und inhaltsanalytisch-kategorienbildende Auswertungsverfahren (Helfferich et al., S. 336 ff.; Helfferich et al., 2016, S. 13 f.). Für weitere Beispiele vgl. Waaden (2017); Bleckmann et al., 2012; Schwickert (2011). Vertreter klassischer Auswertungsmethoden zeigen sich offen für die Kombination rekonstruktiver und inhaltsanalytisch-kodierender Verfahren (vgl. zum Beispiel Schreier et al., 2020), zum Beispiel auch bei großen Materialumfängen (vgl. Rosenthal, 2014, S. 212-213).

Ergebnisse

Das Gütekriterium der TEXTUELLEN PERFORMANZ fordert laut Strübing et al. (2018) die intersubjektiv nachvollziehbare Darstellung des qualitativen Forschungsprozesses und der Ergebnisse. Dies stellt mich vor eine Herausforderung: Ich möchte den komplexen inneren Logiken des Phänomens gerecht werden und es gleichzeitig verständlich für Dritte darstellen. Das wiederum ist nur durch eine verdichtende Darstellungsweise möglich, zum Beispiel indem ich nur exemplarische Datenauszüge zeige (vgl. Strübing et al., 2018, S. 93 f.). Wenn es also im Folgenden um die Ergebniserläuterung geht, wozu auch gehört zu zeigen, wie ich von meinen Daten zu meinen Ergebnissen gekommen bin, so ist das nur ausschnitthaft möglich. Mir ist bewusst, dass ich mit der Auswahl dessen, was ich final präsentiere (zum Beispiel welche Fälle ich beispielhaft auswähle, welche Facetten ich betone), die Ergebnisse wesentlich präge. Am Ende des Forschungsprozesses kommt es also zwangsläufig erneut zu einer Verdichtung. Gerne wäre ich allen Interviewpartnerinnen als Wissensträgerinnen in ihrer Einzigartigkeit gerecht geworden, doch leider ist dies mit dem Ziel der Verdichtung und Abstrahierung nicht vollständig vereinbar gewesen.

Teilstudie 1: Problematische Internetnutzung

In diesem Kapitel erkläre ich, in welcher Bandbreite an Erscheinungsformen sich eine problematische Internetnutzung bei Frauen zeigen kann und was Kennzeichen einer problematischen versus nicht-problematischen Internetnutzung sein können.

Einteilung der Fallgruppen

Zum Abschluss von Teilstudie 1 teilte ich n=24 Fälle in Fallgruppen je nach Schweregrad einer problematischen Internetnutzung ein. Die Zuordnung erfolgte in Abwägung von drei Perspektiven: (1) der subjektiven Betroffenenperspektive, (2) der Forscherinnenperspektive und (3) der externen diagnostischen Perspektive (ICD-11- und CIUS-Auswertung). Zudem bezog ich die Dauer der problematischen Internetnutzungsphase mit ein, den Leidensdruck aufgrund der Internetnutzung und die mögliche Beeinträchtigung der Funktionalität im Alltag. Alle diese Kriterien hatte ich zuvor im Rahmen des Kodierprozesses pro Fall erhoben. Ich wandte sie als Prüfkriterien pro Fall auf die jeweils kritischste Internetnutzungsphase an. Nutzte eine Frau also zum Beispiel in ihrer Jugendzeit das Internet *geringfügig* problematisch, im Erwachsenenalter hingegen *mit hohem Schweregrad* problematisch, teilte ich sie in die Fallgruppe 3 (hoher Schweregrad) ein. Das Vorliegen der Erfahrung mit dem jeweiligen Schweregrad war dabei ausschlaggebend. Die Fokussierung auf die kritischste Phase war notwendig, da viele der Befragten von verschiedenen intensiven Nutzungsphasen berichteten. Die Fälle in Fallgruppe 3 weisen also auch Erfahrungen mit einer nicht- oder weniger problematischen Internetnutzung auf. Für die detaillierte Herleitung vgl. Anhang. Auf diese Weise ergab sich final folgende Falleinteilung (vgl. Tab. 18):

Tabelle 18: Fallgruppenzuordnung je Schweregrad der problematischen Internetnutzung (eigene Darstellung)

Schweregrad einer problematischen Internetnutzung		
Fallgruppe 1: <i>Keine</i> Problematik (n=3)	Fallgruppe 2: <i>Geringer bis mittlerer</i> Schweregrad (n=10)	Fallgruppe 3: <i>Hoher</i> Schweregrad (n=11)
F02, F04, F06	F01, F03, F05, F07, F08, F13, F16, F20, F23, F24	F09, F10, F11, F12, F14, F15, F17, F18, F19, F21, F22

Deutlich wird, dass die Kombination verschiedener Perspektiven sinnvoll war, da so die Schweregradeinschätzung auf einer deutlich breiteren Datengrundlage erfolgte. Wäre die Fallzuordnung allein auf Basis *einer* Perspektive erfolgt (subjektiv, extern *oder* aus Forscherinnensicht), hätte dies zu anderen Gruppenzusammenstellungen geführt (vgl. Tab. 19).¹²

¹² Hätte die Zuordnung zum Beispiel ausschließlich auf der subjektiven Betroffenenperspektive basiert, wären Frau Kern und Frau Nebel nicht in Fallgruppe 2 gelandet (geringer bis mittlerer Schweregrad), sondern in Fallgruppe 3 (hoher Schweregrad). Beide Frauen hatten mehrfach im Interview ihre Internetnutzung als »abhängig« bezeichnet, was ich in der Analyse als hohen Schweregrad aus Betroffenenperspektive wertete. Hält man allerdings die diagnostischen Kriterien dagegen, erfüllt Frau Kern zwar alle ICD-11-Kriterien, der CIUS-Test ergab aber, dass keine Internetabhängigkeit vorliegt. Zudem war ihre Funktionsfähigkeit im Alltag nicht beeinträchtigt. Frau Nebel stufte ich gemäß CIUS als internetabhängig ein, sie erfüllte aber keine der ICD-11-Kriterien eindeutig. Zudem zeigte sie keinerlei Leidensdruck und war in ihrer Funktionsfähigkeit nicht beeinträchtigt. Aus Perspektive der Diagnostik hätte sich ebenfalls eine andere Gruppenzuordnung ergeben. Zusätzliche Unterschiede hätte es gegeben, hätte man den CIUS-Wert alleine oder die ICD-11-Werte alleine als Grundlage genommen anstatt in Kombination. Schauen wir uns zum Beispiel alleine die Ergebnisse des CIUS an, zeigen sich markante Diskrepanzen im Vergleich zur multiperspektivischen Fallzuordnung. (Cut-off-Wert hinsichtlich einer Internetabhängigkeit war 30 und hinsichtlich eines riskanten Internetgebrauchs 21 bis einschließlich 29. Bei n=9 Fällen lag kein CIUS vor.) Bezogen auf die n=15 Fälle, zu denen ein CIUS vorlag, läge bei n=2 Fällen gemäß CIUS-Diagnostik keine Problematik vor; sie wären in Fallgruppe 1 eingeordnet worden. Multiperspektivisch analysiert landeten die beiden Fälle allerdings in Fallgruppe 2. Bei n=4 Fällen läge gemäß CIUS eine Internetabhängigkeit vor, was einer Zuordnung zu Fallgruppe 3 entsprochen hätte. Aus multiperspektivischer Sicht ordnete ich diese Fälle aber in Fallgruppe 2 ein. Wäre die Fallzuordnung alleine aus ICD-11-Perspektive erfolgt, welche nachträglich analytisch an das Interviewmaterial angewandt worden war, hätte es nur die Unterscheidung zwischen zwei Gruppen gegeben: keine Problematik versus eine vorliegende Problematik, die einen hohen Schweregrad, d. h. das Vorliegen einer IUD bedeutet hätte. Eine mittlere Gruppe hätte es gar nicht gegeben. Auch hier hätten sich Diskrepanzen zur multiperspektivischen Gruppenzuordnung sowie zum CIUS ergeben. Frau Kern zum Beispiel wäre gemäß CIUS in Fallgruppe 1 eingeordnet worden, gemäß ICD-11 allerdings in Fallgruppe 3.

Tabelle 19: Fallgruppenzuordnung multiperspektivisch versus monoperspektivisch (eigene Darstellung)

	Schweregrad einer problematischen Internetnutzung		
Perspektiven	Fallgruppe 1: <i>Keine Problematik</i> (n=3)	Fallgruppe 2: <i>Geringer bis mittlerer</i> Schweregrad (n=10)	Fallgruppe 3: <i>Hoher Schwere-</i> grad (n=11)
3 Perspektiven + Zusatzkrite- rien	F02, F04, F06	Frau Rose, F03, F05, F07, F08, F13, F16, F20, F23, F24	F09, F10, F11, F12, F14, F15, F17, F18, F19, F21, F22
Ausschließlich subjektive Be- troffenenper- spektive	F02, F04, F06	F01, F05, F08, F16, F19, F20, F23, F24	F03, F07, F09, F10, F11, F12, F13, F14, F15, F17, F18, F21, F22
Ausschließlich aus diagnosti- scher Perspek- tive (nur CIUS)	F01, F02, F03, F04	Riskanter Inter- netgebrauch (Ge- samtscore von 21- 29): F07, F16	Internetabhängig- keit (Gesamtscore von ≤ 30): F05, F13, F20, F14, F11, F17, F19, F22, F24
Ausschließlich aus diagnosti- scher Perspek- tive (nur ICD- 11)	F01, F02, F04, F05, F06, F07, F08, F09, F10, F13, F14, F16, F17, F19, F20, F23	N/A	Internet Use Dis- order (IUD, alle 3 Kriterien treffen zu + Leidens- druck + ≤ 12 Mo- nate Dauer): F03, F11, F12, F15, F18, F21, F22, F24

Zusammenfassend wird deutlich, dass die Integration aller drei Perspekti-
ven eine kontextsensitive Zuordnung der Fälle zu Schweregraden ermög-

lichte, realisiert durch die Integration subjektiver wie objektiver Krankheitstheorien kombiniert mit meiner Perspektive als Forscherin mit meiner Gesamtsicht auf den jeweiligen Fall.

Im Folgenden beschreibe ich die Ergebnisse von Teilstudie 1 auf dem oben dargestellten Kontinuum zwischen einer nicht vorhandenen Problematik und einer problematischen Internetnutzung hohen Schweregrads.

Fallbeispiel Frau Falke

»Ich hab' noch nicht 'ne Minute gedacht, dass der Computer mich beherrscht.« (Frau Falke, 394-396)

Zusammenfassende Charakterisierung des Falls | *Steckbrief:* Frau Falke aus Fallgruppe 1 war zum Interviewzeitpunkt im 75.-80. Lebensjahr, Rentnerin nach lebenslanger Vollzeit-Berufstätigkeit und verheiratet in zweiter Ehe. Das Internet nutzte sie insbesondere für das Schreiben von E-Mails, für die eigene Website mit Blog und die Organisation von Auslandsaufenthalten. Frau Falke hatte ein Kind aus erster Ehe. Schon als junges Mädchen zog es Frau Falke in die Ferne; sie verließ früh ihr Elternhaus und ging als Au-Pair ins Ausland. Ihr Erwachsenenleben war seitdem geprägt von dem Bedürfnis, ständig Neues zu lernen und im Ausland zu leben. Ihr Kind zog sie als Alleinerziehende groß. *Interviewsituation:* Das Interview fand face-to-face bei Frau Falke zu Hause statt. Es kam keine altersunterschiedsbedingte Asymmetrie auf. Die Gesprächsdynamik war durch eine hohe Erinnerungs- und Erzählbereitschaft seitens Frau Falke geprägt. Für mich als Interviewerin lag die Herausforderung darin, das Gespräch immer wieder Richtung Interviewleitfaden zu lenken und Frau Falke zum Erläutern von Themen zu motivieren, an die sie sich nicht so gerne erinnerte (zum Beispiel, was genau das schwierige Verhältnis zum Kind ausmachte)

Fallanalyse in Orientierung an den Analyseheuristiken | Frau Falke (Fallgruppe 1, keine problematische Internetnutzung) hatte nicht nur keine Erfahrung mit einer PROBLEMATISCHEN INTERNETNUTZUNG, sie wies eine solche sogar explizit von sich:

»Also, warum wirst du süchtig? Weil du da etwas erlebst, was du dir wünschst. Und zwar/ Aber schnellstmöglich kriegst du's da. Und, äh, äh, ähm, ich weiß, wie man das so kriegt. Ich brauche nicht das Internet dazu, verstehst du?« (Frau Falke, 1917-1921)

Mit einer problematischen Internetnutzung verband Frau Falke spezifische Anwendungen wie Spielen und Pornografie. Diese »Abgründe« des Internets würde sie allerdings gar nicht kennen (Frau Falke, 1937-1940). Sie selbst spielte nicht, sondern würde nur schreiben. Frau Falke hatte also eine klare Vorstellung davon, was problematische Anwendungen sind (Spiele) und was unproblematische Anwendungen für sie waren (Schreiben). Sie selbst ordnete sich letzterem zu. »Also, das ist bei mir überhaupt keine Gefahr, weil die Wirklichkeit für mich so attraktiv ist wie das Internet.« (Frau Falke, 1465-1466). Auffällig ist, dass Frau Falke sich selbst als *grundsätzlich* nicht suchtvulnerabel empfand. Alles im Leben könne zur (Sucht-)Gefahr werden, so Frau Falke. Das betreffe sie aber nicht. Ihre subjektive Einschätzung zeigt sich kohärent mit der diagnostischen Perspektive und meiner Einschätzung als Forscherin. In der diagnostischen Perspektive trifft keines der drei ICD-11-Kriterien zu (vgl. Tab. 20):

Tabelle 20: ICD-11-Auswertung Frau Falke (eigene Darstellung)

ICD-11-Kriterium	Zutreffend?	Indikatoren	Ankerbeispiel
(1) Beeinträchtigte Kontrolle über die Internetnutzung	Nein	Computer beherrscht Frau Falke nicht.	»Ich hab' noch nicht 'ne Minute gedacht, dass der Computer mich beherrscht. Und ich dreh' auch nicht durch, wenn das mal nicht geht.« (Frau Falke, 394-397)
		Gezielte, bewusste und regulierte Nutzung. Ersetzt als Kommunikationsmedium das herkömmliche Briefeschreiben. Nutzung am liebsten asynchron.	»Was ich übrigens nicht haben möchte, Smart-Telefon. [...] Ja, vielleicht kommt das nochmal. Nee, ich hab' so 'n Klapp-Telefon. Ja, warum, warum will ich kein Smart-Telefon? Ich will diese Überraschung haben, nach Hause zu kommen und zu gucken, was für Post da ist. Also, ich mag diesen Abstand.« (Frau Falke, 916-922)
(2) Zunehmende Bedeutung der Internetnutzung unter Verdrängung anderer Interessen und Aktivitäten	Nein	Wirkt sich nicht beeinträchtigend aus. Die Wirklichkeit ist so attraktiv wie das Internet selbst. Kombination aus Alter und Lebenszufriedenheit als Schutzfaktor.	»Also, ich glaube mein großer Vorteil ist, dass ich schon so, so alt und so lebendig war, so im Augenblick, in dem ich noch 'n neues Spielzeug dazubekommen habe. Also, insoweit bin ich, äh, dieser Gefahr nie ausgesetzt.« (Frau Falke, 1914-1917)
(3) Fortsetzung der Internetnutzung trotz negativer Konsequenzen	Nein	Keinerlei negative Auswirkungen als Folge der eigenen Internetnutzung.	

Im CIUS-Fragebogen kommt Frau Falke auf einen Gesamtscore von 3, ist demnach also als »nicht internetabhängig« einzuordnen (Cut-off: 30).

Anhand der MEDIEN- UND INTERNETNUTZUNG IM LEBENSVERLAUF wird deutlich, dass Frau Falke seit ihrer Kindheit und über ihr gesamtes Leben hinweg gerne und intensiv Medien nutzte. Als Kind las sie viel, insbesondere darüber, wie andere (reiche) Menschen lebten. »Und meine Geschwister waren ganz schockiert. Weil die immer sagen: Warum machst du das denn? Und ich sach: Ich will lernen, wie man das auch anders machen kann.« (Frau Falke, 467-470) Auch das Radio faszinierte Frau Falke, weil es ihr – genauso wie die Bücher – ermöglichte, eine Verbindung zu einer Welt außerhalb ihrer eigenen begrenzten Realität zu erlangen. Im Interview verglich sie das Radio mit dem Internet:

»Also, für mich war, äh, äh, das Radio ganz wichtig. Bei uns in der Küche stand eins. Und ich weiß, dass dieses helle Licht für mich immer war: Dahinter spielen die. Die müssten ja so klein sein mit den Geigen. Ich hab' mir die immer so vorgestellt, dass die, ja, eigentlich so mehr so wie so kleine Kobolde oder so, ne? [...] Also, ich hab' mir das ganze Universum dahinter vorgestellt. Es ist ja jetzt beim Internet nichts anderes. Es stimmt ja gar nicht, dass das nur ein Gerät ist. Da sind ja an allen Enden Leute wie ich.« (Frau Falke, 425-434)

Schon früh zeigte sich bei Frau Falke also eine große Begeisterung für Medien, da diese ihr Horizonterweiterung ermöglichten. Dieses Verhältnis zu Medien setzte sich in Bezug auf das Internet fort. Die ERSTE INTERNETNUTZUNG erfolgte in Frau Falkes 50er Lebensjahren (vgl. Tab. 21).

Tabelle 21: Lebensverlauf Frau Falke (Ausschnitt mit Fokus auf die erste Internetnutzung eigene Darstellung)

Frau Falke								
Lebensphase:	Lebt als Alleinerziehende mit Kind in Wohngemeinschaft		Auszug in erste eigene Wohnung	Auslandsaufenthalte		»Schwierige Zeit«	Wendepunkt: Heirat (2. Ehe)	
	Studium	Berufstätigkeit						
Ereignis:	Universitätsabschluss mit Auszeichnung	Start in Berufstätigkeit	Kind kommt in die Pubertät	Studium in [Land 1], Kind mitgenommen	1 Jahr Studium in [Land 2], 1 Jahr in [Land 3]	Überforderung im Beruf	»Es wäre schön, wieder einen Mann zu haben« → Lernt 2. Ehemann kennen → Heirat	
Medien:				Dabei auch viel Arbeit mit Medien im künstlerischen Bereich			Zum Ausgleich tagelanges Lesen im Bett	
Internet:	Irgendwann in der Zeit MS-DOS im Rahmen der Berufstätigkeit gelernt						Ab jetzt intensive Computer- und Internetnutzung, insbes. E-Mails-Schreiben	
Alter:	30er Lebensjahre	39.-40. Lebensjahr				40er Lebensjahre	50er Lebensjahre	
Zeitraum:	1970er Jahre	1980er Jahre						

Die Hinwendung zu PC und Internet stand dabei im engen Zusammenhang mit einem Wendepunkt in ihrem Leben: mit dem Kennenlernen ihres zweiten Ehemannes. »Und als [2. Ehemann] in mein Leben getreten ist, hat der das/ den ersten Computer gehabt. Diesen kleinen Apple-Kasten. Diesen entzückenden.« (Frau Falke, 65-68)

Das Internet trat »so richtig heftig« (Frau Falke, 76) in Frau Falkes Leben, als sie als Rentnerin für längere Zeit ins Ausland ging (vgl. Tab. 22).

Tabelle 22: Lebensverlauf Frau Falke (Ausschnitt mit Fokus auf die weitere Internetnutzung, eigene Darstellung)

Frau Falke						
Lebensphase:	Wendepunkt	In Rente				
Ereignis:	Bekommt Durchfall, der nicht aufhörte → Beendigung Berufstätigkeit	Auslandsaufenthalt in [Land 4]. Räumliche Trennung vom Ehemann	Fängt mit [Kunsthandwerk 1] an	Auslandsaufenthalt: Sprachkurs in [Land 5], Kurs im künstlerischen Bereich in [Land 6]	Nach Rückkehr aus [Land 6]: Unfall, Operation. Übt nicht mehr [Kunsthandwerk 1] aus, sondern [Kunsthandwerk 2] und [Kunsthandwerk 3]	2 Jahre Kontaktabbruch zum Kind. Seitdem Kind »freundlicher« zu Frau Falke
Medien:		Intensive SMS-Nutzung zur Vernetzung mit anderen Deutschen vor Ort		[Land 6]: TV-Serien »rauf und runter geguckt« (Heimweh)		
Internet:		Internet tritt »so richtig« ins Leben von Frau Falke: Intensive E-Mail-Korrespondenz mit Ehemann	Erstellung einer eigenen Website mit Blog	Kurs gefunden und Auslandsaufenthalt organisiert über das Internet	Bloggen, über Facebook Kontakt mit Bekannten im Ausland, E-Mails wie Briefe, Auslandsreisen mit Airbnb, YouTube-Videos. Aber keine Smartphonennutzung.	
Alter:	60er Lebensjahre			70er Lebensjahre		
Zeitraum:	2000er Jahre					

Während des Auslandsaufenthalts von Frau Falke entdeckten sie und ihr Mann das E-Mail-Schreiben als neue Form intimer Paarkommunikation:

»Also, die innere Nähe, und zwar auf – auch wirklich im Sinne von Intimität – war mit Hilfe des Internets sehr viel, äh, mehr möglich. Und ich höre immer, dass ganz viele sagen: Ja, aber Internet, das

heißt, alle Leute haben nur noch Anstatt-Beziehungen. Das ist für mich, für mich nicht wahr. Für mich ist es möglich, mit mehr Leuten intensivere Kontakte zu haben. Und über das Internet auch oft Sachen auszudrücken, die man manchmal in Wirklichkeit nicht sagen würde.« (Frau Falke, 88-95)

Zum Interviewzeitpunkt waren für Frau Falke insbesondere folgende Internetanwendungen bedeutend: E-Mails-Schreiben (anstatt Briefeschreiben), die Organisation von Reisen und längeren bildungsbezogenen Auslandsaufenthalten, das Betreiben einer eigenen Website, auf der sie ihre Kunstwerke präsentierte und verkaufte, das Betreiben eines eigenen Blogs und die Nutzung sozialer Netzwerke, um ihre Kontakte weltweit zu halten.

Frau Falke berichtete von zwei EXTENSIVEN MEDIENNUTZUNGSPHASEN, die beide im krisenhaften Kontext stattfanden. Sie wurden aber nicht als problematisierend gerahmt. Zum einen erlebte Frau Falke in ihren 40er-Lebensjahren eine Phase beruflicher Überlastung. Wenn es nicht mehr ging, meldete sie sich krank und las dann tagelang im Bett Bücher. Zum anderen schaute Frau Falke während eines Auslandsaufenthalts aufgrund von Heimweh TV-Serien wie ›Sex and the City‹ »rauf und runter«. Frau Falke erwähnte keine REDUZIERTEN MEDIENNUTZUNGSPHASEN.

Queranalyse Fallgruppe 1

»Nee, also, süchtig bin ich von dem Zeug wirklich nicht.« (Frau Winter, 742-743) | »Also, ich bin überhaupt von der Struktur her kein Suchtler. Egal, um was es geht.« (Frau Kornfeld, 1419-1420)

Fallgruppe 1 hatte ich insgesamt drei Fälle zugeordnet: Frau Falke, Frau Kornfeld und Frau Winter. Alle drei Frauen meldeten sich im Rahmen der ersten Rekrutierungswelle (Rekrutierungsgruppe 1: Frauen, die das Internet gern/intensiv nutzen).

Wie Frau Falke zeigen auch Frau Kornfeld und Frau Winter¹³ keine Hinweise auf eine PROBLEMATISCHE INTERNETNUTZUNG. Keines der drei ICD-11-Kriterien trifft zu, im CIUS-Fragebogen erreicht Frau Kornfeld einen Gesamtscore von 7, Frau Winter eine 6. Auffällig ist, dass auch Frau Kornfeld und Frau Winter eine problematische Internetnutzung explizit von sich weisen. Frau Winter sagte, sie wäre wirklich nicht süchtig »von dem Zeug« (Frau Winter, 742-743). Eher junge Menschen wären aufgrund des Peerdrucks von einer problematischen Internetnutzung betroffen. Die subjektive Theorie hinsichtlich der Vulnerabilität bzgl. einer problematischen Internetnutzung ähnelt also der von Frau Falke: dass eine Internetsucht ältere Menschen (wie sie selbst) nicht beträfe. Auch Frau Kornfeld¹⁴ grenzte sich grundsätzlich von jeglicher Suchtanfälligkeit ab. »Also, ich bin überhaupt von der Struktur her kein Suchtler, egal, um was es geht.« (Frau Kornfeld, 1419-1420) Das Internet wäre zudem erst spät in ihr Leben gekommen. Auch Frau Kornfeld vertrat also die Theorie, ein höherer Alter würde vor einer Problematik schützen.

Betrachtet man die MEDIEN- UND INTERNETNUTZUNG IM LEBENSVERLAUF, so fand auch bei Frau Kornfeld und Frau Winter die ERSTE INTERNETNUTZUNG im Erwachsenenalter statt. Genauso wie Frau Falke berichtete auch Frau Kornfeld von einer EXTENSIVEN MEDIENNUTZUNGSPHASE in ihrer Kindheit und Jugend, als sie viele Bücher las. Bei ihr war das Viellesen aber problematisch konnotiert: Die Mutter sei genervt gewesen, wenn Frau Kornfeld beim Lesen nicht auf Ansprache reagierte. Frau Kornfeld sollte lieber im Haushalt helfen. Frau Winter hingegen erwähnte keine extensive Mediennutzung.

Frau Kornfeld berichtete zudem von REDUZIERTEN MEDIENNUTZUNGSPHASEN in Bezug auf das Onlinedating. Dieses nutzte sie gar nicht

¹³ Frau Winter war zum Interviewzeitpunkt im 70. bis 75. Lebensjahr und Rentnerin. Sie nutzte das Internet gerne mobil auf ihrem iPhone, vor allem WhatsApp-Chat und Internetrecherchen.

¹⁴ Frau Kornfeld war zum Interviewzeitpunkt im 45. bis 50. Lebensjahr. Sie nutzte intensiv Onlinedating.

während der Beziehung mit ihrem Partner und auch nicht eine Zeitlang nach der Trennung. Auch im Kontext einer weiteren Krise, während der schweren Erkrankung ihrer Mutter, nutzte Frau Kornfeld das Onlinedatingportal nicht zum Dating. Sie erfuhr dort allerdings tröstenden Austausch, erlebte das Portal als Krisenbewältigungsressource.

In der Gesamtbetrachtung der Medienbiografie ist bei Frau Winter noch als markant hervorzuheben, wie sich ihre Internetnutzung in zwei sehr unterschiedliche Phasen teilte:

1. Bis zum Renteneintritt nutzte Frau Winter das Internet im pragmatisch-funktionalen Sinn in erster Linie für Arbeitsprojekte und damit zusammenhängende Korrespondenz.
2. Ab Renteneintritt wandelte sich die Internetnutzung: Den PC, das ehemalige Arbeitsinstrument, nutzte sie kaum noch, sondern entdeckte auf Anregung ihrer Kinder die mobile Internetnutzung für sich. »Ja, jetzt nicht nur Internet, sondern es is' schon das iPhone, was das Leben total verändert hat. Total. Sie haben eine Möglichkeit, sich Informationen zu beschaffen.« (Frau Winter, 1111-1114) Frau Winter war unter anderem begeistert davon, unterwegs flexibel recherchieren zu können. Es machte sie stolz, im Vergleich zu Gleichaltrigen so kompetent mit dem Smartphone umzugehen, zum Beispiel auf Reisen ihr Flugticket am Handy zu zeigen.

Im Alter erlebte Frau Winter schwindende Leistungsfähigkeit. Das Erleben von Selbstwirksamkeit mithilfe der neuartigen Internetnutzung balancierten diese Limitationen aus, so meine Hypothese. Darin ähnelte Frau Winter Frau Falke, die ihren Bewegungsradius mithilfe der Internetnutzung hinsichtlich des künstlerischen Ausdrucks, Kontakten und Reisen aufrechterhielt. Bei Frau Kornfeld hingegen zeigte sich keine so ausdrückliche Begeisterung für das Internet. Für sie war das Internet – so meine Einschätzung – eher ein praktisches Alltagswerkzeug. Selbst beim Onlinedating ging Frau Kornfeld systematisch und pragmatisch vor.

Fallbeispiel Frau Rose

»Tja, und das Internet. Manchmal möchte ich einfach [den] Stecker rausziehen und: So, das war's jetzt.« (Frau Rose, 1065-1067)

Zusammenfassende Charakterisierung des Falls | *Steckbrief*: Frau Rose aus Fallgruppe 2 war zum Interviewzeitpunkt im 40.-45. Lebensjahr und konnte wegen einer körperlichen Erkrankung ihrem Beruf nicht mehr nachgehen. Sie lebte verheiratet in zweiter Ehe mit dem Partner und einem Kind (von mehreren) aus erster Ehe. Die zum Interviewzeitpunkt aktuelle Ehekrise begründete Frau Rose mit der Onlinesexsucht des Ehemanns. Sie berichtete zudem von mehreren erfolglosen Kinderwunschbehandlungen, darunter auch mehrere Fehlgeburten. Das Internet nutzte Frau Rose intensiv für Internetrecherchen und Soziale Netzwerke. Aufgewachsen war Frau Rose mit einem alkoholkranken und gewalttätigen Vater. *Interviewsituation*: Das Interview fand face-to-face bei Frau Rose zu Hause statt. Frau Rose hatte über ein Inserat in einem Onlinesucht-Selbsthilfeforum von der Studie erfahren. Ihr Kind und der Ehemann waren zwischendurch kurz anwesend. Die Gesprächsbereitschaft von Frau Rose war sehr hoch. Kaum hatte ich das Diktiergerät angeschaltet, begann sie bereits zu sprechen.

Fallanalyse in Orientierung an den Analyseheuristiken | Frau Rose (Fallgruppe 2, geringer bis mittlerer Schweregrad) erlebte eine Episode PROBLEMATISCHER INTERNETNUTZUNG Anfang ihrer 40er Lebensjahre im Rahmen einer Krisensituation, ausgelöst durch die Entdeckung der Onlinesexsucht ihres Ehemannes (vgl. Tab. 23).

Tabelle 23: Lebensverlauf Frau Rose (Ausschnitt mit Fokus die problematische Internetnutzung, eigene Darstellung)

Frau Rose					
Lebensphase:	Onlinesexsucht				
Ereignis:	Frau Rose hat einen ersten Verdacht, Ehemann streitet ab. Weitere Distanzierung, negative Stimmung. »Man konnte ihm nichts mehr recht machen.«	Antrag auf Rente gestellt wegen Erkrankung. Seitdem »in der Schwebel« hängend	Frau Rose entdeckt Onlinesexsucht des Ehemannes.	Frau Rose macht probatorische Sitzungen bei männlichem Psychotherapeuten. Fühlt sich nicht ernst genommen	Frau Rose findet Psychotherapeutin. Frau Rose und Ehemann machen jeweils Einzeltherapie. → Kommen aber »auf keinen grünen Zweig«
Medien:			Liest allgemein »viel und gerne« Bücher		Buch von Beraterin gelesen
Internet:			Problematische Informationsrecherche direkt nach Entdecken der Onlinesexsucht		Hilfreiche Nutzung eines Online-Selbsthilfeforums. Aber mit E-Mail-Beratung »voll auf die Nase gefallen«
Alter:	40er Lebensjahre				
Zeitraum:	2000er Jahre				

Die Dauer der problematischen Episode ist nicht genau nachvollziehbar. Sie hielt offenbar mindestens mehrere Tage an. Die Recherche diente der Wissensgenerierung. »Als das mit der Sucht rausgekommen is', da war ich ganz viel, ganz viel online. [...] Ja, ich wollte wissen: Wieso, weshalb, warum? Wie kommt's dazu? Und was macht das überhaupt, wie geht man damit um?« (Frau Rose, 1598-1601) Dieses Bedürfnis, in Krisensituation sich Wissen über das Internet zu verschaffen, zeigt sich biografisch auch anderweitig. Frau Rose recherchierte zum Beispiel online, um mit der Mobbing-situation ihres Kindes umzugehen, oder suchte nach Möglichkeiten hinsichtlich Kinderwunschbehandlungen oder Psychotherapie.

Auffällig ist, dass Frau Rose zur Beschreibung der eigenen problematischen Internetnutzung keine Bezeichnungen wie »süchtig« oder »Sucht« verwandte. Sie schien diese Nutzungsweise nicht mit Sucht zu verbinden. Im Gegensatz zu Fallgruppe 1 grenzte sich Frau Rose aber auch nicht vehement von einer Sucht ab. Dabei hatte sie sich aus Angehörigenperspektive bereits intensiv mit Sucht auseinandergesetzt: Sie wuchs mit einem alkoholkranken Vater auf, ihr Ehemann ist onlinesexsüchtig. In der Art und Weise, wie Frau Rose von diesen Erfahrungen berichtete, wird meiner Ansicht nach ein definiertes Suchtverständnis deutlich. Dieses wandte sie aber nicht auf sich selbst und ihre Internetnutzung an. Aus dem Grund ordnete ich Frau Rose bzgl. ihrer subjektiven Selbsteinschätzung bei einem *geringen bis mittleren Schweregrad* ein. Auch aus meiner Forscherinnenperspektive deuten die begrenzte Dauer der Episode und das Vermögen, das Verhalten eigenständig zu beenden, auf einen geringen bis mittleren Schweregrad hin. Allerdings scheint die kurze Episode sehr wohl mit Leidensdruck verbunden. Auffällig ist auch, dass alle drei ICD-11-Kriterien auf diese Episode zutreffen, auch wenn eine IUD aufgrund der kurzen Dauer nicht diagnostiziert werden kann (vgl. Tab. 24). Der CIUS-Fragebogen kommt auf einen Gesamtscore von 7 (keine Internetabhängigkeit).¹⁵

¹⁵ Manche der Angaben von Frau Rose im CIUS stehen allerdings im Widerspruch zu dem, was sie im Interview über die problematische Internetnutzungsepisode erzählte. Frau Rose kreuzte im CIUS zum Beispiel bei folgenden Fragen die Ausprägung »nie« an: (Frage 1) Wie häufig fanden Sie es schwierig, mit dem Internetgebrauch aufzuhören, wenn Sie online waren? (Frage 2) Wie häufig setzten Sie damals Ihren Internetgebrauch fort, obwohl Sie eigentlich aufhören wollten? (Frage 5) Wie häufig haben Sie in der Zeit zu wenig geschlafen wegen des Internets? (Frage 9) Wie häufig haben Sie damals erfolglos versucht, weniger Zeit im Internet zu verbringen? Im Interviewtranskript konnte ich zu diesen Aspekten allerdings keine Erfahrungen herauslesen (vgl. auch ICD-11-Kriterien, Tab. 24). Die Diskrepanz zwischen CIUS-Selbstauskunft und den Interviewaussagen könnte sich möglicherweise dadurch erklären, dass Frau Rose beim Ausfüllen des Fragebogens eine andere intensive Nutzungszeit, nicht die problematische Episode, vor Augen hatte. Eine anderer Erklärungsansatz könnte sein, dass Frau Rose ihr eigenes Verhalten in der Zeit generell nicht so im Fokus hatte, sondern sich stark auf das Verhalten des Ehemannes konzentrierte.

Tabelle 24: ICD-11-Auswertung Frau Rose (eigene Darstellung)

ICD-11-Kriterium	Zutreffend?	Indikatoren	Ankerbeispiel
(1) Beeinträchtigte Kontrolle über die Internetnutzung	Ja	Nicht mehr aufhören können, noch mehr lesen »müssen«.	»Man kann keinen Schnitt mehr machen, sondern man, man muss das einfach noch mal lesen und [...] Begriffe, die man dann vielleicht in dem Text nicht verstanden hat, nochmal nachgoogeln, nochmal hinterfragen.« (Frau Rose, 1616-1619)
(2) Zunehmende Bedeutung der Internetnutzung unter Verdrängung anderer Interessen und Aktivitäten	Ja	Nicht mehr abschalten können. Gedanken daran in den Schlaf mitnehmen. Schlaflose Nächte aufgrund der Internetnutzung.	»Also mich hat das manche, manche schlaflosen Nächte auch gekostet. [...] Ja, man war wissensdurstig irgendwie. Man, man wollte alles noch genauer wissen, und je mehr Informationen man sich eigentlich gebolt hat, umso mehr sind danach noch geflossen.« (Frau Rose, 1620-1624)
(3) Fortsetzung der Internetnutzung trotz negativer Konsequenzen	Ja	Weiter recherchiert, auch wenn es nicht mehr guttut (z. B. sich überschwemmt fühlen, es war »zu viel«).	»Wenn man [...] die Gedanken mit, ja, mit in den Schlaf nimmt, ›Ach Mensch, diese Seite musste du noch lesen, ühm, oder die musst du morgen früh nochmal aufrufen, damit du das nochmal genauer nachlesen kannst«. Ich denke, das ist dann schon 'n Zeichen für, dafür, dass es dann schon zu viel war. [...] Man kann keinen Schnitt mehr machen.« (Frau Falke, 1611-1617)

Begleiterscheinungen der problematischen Internetnutzung (vgl. Tab. 25) zeigen sich bei Frau Rose insbesondere im sozialen Bereich in Form von

Risikofaktoren: Leistungsprobleme aufgrund einer körperlichen Erkrankung, Krise in der Partnerschaft, Verlust durch Tod und ein Partner mit Internetproblematik.

Tabelle 25: Begleiterscheinungen der problematischen Internetnutzung Frau Rose (eigene Darstellung)

Zutreffende Begleiterscheinungen	Einordnung	Beschreibung
<i>A3.1 Psychische Begleiterscheinungen</i>		
Zwanghaftigkeit/starkes Kontrollbedürfnis	Risikofaktor	
<i>A3.3 Körperliche Begleiterscheinungen</i>		
Schlafstörungen, Schlafmangel	Folge	
(Schwere) Erkrankung	Risikofaktor	Körperliche Erkrankung
<i>A3.4 Soziale Begleiterscheinungen</i>		
Leistungsprobleme	Risikofaktor	Nicht arbeiten können aufgrund einer Erkrankung
Krise in der Partnerschaft	Risikofaktor	
Verlust durch Tod	Risikofaktor	Tod der Mutter, mehrere erfolglose Kinderwunschbehandlungen mit mehreren Fehlgeburten
Partner:in mit Internetproblematik	Risikofaktor (Auslöser der probl. Episode)	Ehemann onlinesexsüchtig

Auf psychischer Ebene sieht man als Begleiterscheinungen Zwanghaftigkeit und ein starkes Kontrollbedürfnis. Diese zeigen sich insbesondere im Zusammenhang mit der Ehekrise. Frau Rose versuchte, anhand einer Art »Beweisführung« die Problematik ihres Mannes zu rekonstruieren und – so meine Hypothese – auf diese Weise Kontrolle wiederzugewinnen.

»Ich hab' wirklich 'ne Liste angelegt, um/ eher weniger für mich, sondern eher für ihn/ damit er das vor Augen hat, was er da eigentlich gemacht hat, was er getan hat. Und, ja, akribisch genau dokumentiert ((lachend)): War ich da, war ich nich' da, wie lange war ich weg, was ist passiert in der Zeit, war irgendwas vorweg, oder gab's irgend 'n Grund.« (Frau Rose, 697-703)

Zu einer Beeinträchtigung der Funktionalität im Alltag aufgrund der problematischen Episode liegen keine Hinweise vor.

Betrachtet man die MEDIEN- UND INTERNETNUTZUNG IM LEBENSVERLAUF zeigt sich das Radio aufgrund seiner emotional beruhigenden und ablenkenden Wirkung als bedeutsames Medium für Frau Rose als Kind und Jugendliche. »Weil man ja abgelenkt war, weil man an was anderes gedacht hat, weil man einfach auf die Musik geachtet hat, und nich' auf das, was innen brodelt ((lachend)).« (Frau Rose, 318-320) Die Bedeutung als Emotionsregulator behielt das Radio bis ins Erwachsenenalter bei. Dies wertete ich auch als einen Hinweis darauf, dass Strategien zur Emotionsregulation mittels Medien generell von Bedeutung waren.

Die ERSTE INTERNETNUTZUNG erfolgte, als Frau Rose sich ca. Mitte ihrer 20er Lebensjahre in Familienzeit befand. Als eine EXTENSIVE MEDIENNUTZUNGSPHASE kann der Interviewzeitpunkt gedeutet werden. Zu dem Zeitpunkt verbrachte Frau Rose nach eigenen Angaben 70 Prozent ihrer Zeit im Internet. Dies rahmte sie nicht problematisch. Dennoch ist anzumerken, dass die Lebensphase zum Interviewzeitpunkt als Krisensituation bezeichnet werden kann und ich mir entsprechend die Frage stellte, ob die intensive Internetnutzung nicht doch auch durch den Krisenkontext bedingt ist. Frau Rose war zu der Zeit krankheitsbedingt arbeitsunfähig und wusste, dass sie ihren bisherigen Beruf nicht mehr würde ausüben können. Zudem befand sie sich seit längerem in einer Ehekrise. Zum Interviewzeitpunkt nutzte Frau Rose insbesondere Soziale Netzwerke wie Facebook und Pinterest sowie (krisen-) und lebenssituationsbezogene Internetrecherchen, zum Beispiel sich in Foren über Onlinesexsucht des Ehemannes zu

erkunden oder nach einem Psychotherapeuten zu suchen. Ich vermute, dass das Internet bei Frau Rose in Krisenzeiten eine Bewältigungsfunktion einnahm, wie auch das Radio von »brodelnden« Gefühlen ablenkte. Diese Hypothese »Krise = intensive Medien-/Internetnutzung« wird allerdings relativiert, wenn man sich die REDUZIERTEN MEDIENNUTZUNGSPHASEN bei Frau Rose anschaut. Diese erfolgten ebenfalls in stressigen Lebensphasen: (1) im Rahmen ihrer Ausbildung Anfang der 20er Lebensjahre, als sie gar nicht mehr aufnahmefähig für Medien-»Beschallung« war (Frau Rose, 505-508), sowie (2) als junge Mutter Mitte ihrer 20er Lebensjahre, als sie zu müde war für eine Internetnutzung am Abend. Dabei handelte es sich aber – so meine Vermutung – nicht um derartigen emotionalen Stress wie zum Interviewzeitpunkt, sondern um Stress aufgrund von Belastungen, die mit der Familiengründung und der Versorgung von Kindern einhergehen.

Als eine interessante Diskrepanz zeigte sich, dass Frau Rose einerseits das Internet selbst sehr intensiv nutzte, andererseits dem Internet gegenüber sehr kritisch eingestellt war. Dabei bezog Frau Rose sich allerdings nicht kritisch auf die eigene Internetnutzung, sondern auf die anderer, die ihres Mannes¹⁶ und auf die Menschheit allgemein.¹⁷ Frau Rose pendelte in ihrer Haltung zum Internet also zwischen zwei Extremen: einer eigenen sehr intensiven Internetnutzung und einer kritischen Haltung zur Internetnutzung anderer Personen. Extreme zeigen sich auch, betrachtet man Frau

¹⁶ »Also man rechnet schon damit, dass es wieder irgendwelche Streitereien gibt. Ja, es is', is' ziemlich kräftezehrend hier. Also man kann nachts nich' mehr schlafen, man wacht auf und hat Albträume, man fängt an zu grübeln und, und alles wegen diesem Scheiß-Netz.« (Frau Rose, 1201-1205)

¹⁷ »B: Die Frage, wie weit wird sich das Internet noch auswirken. [...] Oder allgemein ausleben, auswirken, auswirken, nich' jetzt speziell auf mich, sondern allgemein auf die Menschheit. Es wird doch alles schnellebiger. Es wird mehr, kompakter, also wenn man, wenn man so vergleicht zwischen früher, wo kein Internet war und wie's, wie's heute is', und so diesen, diesen Verlauf so sieht. [...] Aber was kommt als nächstes? Pflanzte man als nächstes den Leuten irgendwelche Computerchips ein, damit die funktionieren? Wie geht das weiter? I: Wie hätten Sie's denn gern? [...] Wie's weitergeht? B: Dass es weniger Internet gibt.« (Frau Rose, 2199-2219)

Rose Entwicklung der Mediennutzung im Lebensverlauf. In der ersten bisherigen Lebenshälfte zeigt sich eine sehr reduzierte, in der zweiten Lebenshälfte eine sehr intensive Mediennutzung, dominiert durch das Internet. Meine Hypothese ist, dass die Intensivierung der Internetnutzung mit einer Intensivierung von Krisenerleben korreliert.

- *Niedrige Nutzungsintensität:* bis Anfang der 30er Lebensjahre
- *Hobe Nutzungsintensität:* Ab Anfang der 30er Lebensjahre kam es mit dem Kauf des ersten eigenen PCs zur ersten intensiven Internetnutzungsphase. Frau Rose nutzte im beruflichen Kontext den ICQ-Chat für den Kontakt mit Auszubildenden. Daraus entwickelte sich eine private Affinität für das Chatten. Die daraufhin folgenden Beschreibungen beziehen sich fast nur noch auf den privaten Bereich (Chat, Onlinedating, Soziale Netzwerke).
- *Sehr hohe Nutzungsintensität:* Ab Anfang der 40er Lebensjahre erfolgte nach der Entdeckung der Onlinesexsucht des zweiten Ehemannes eine eigene problematische Nutzungsepisode. Zudem lag eine generelle extensive Internetnutzung vor (70 Prozent ihrer Zeit verbrachte Frau Rose im Internet).

Queranalyse Fallgruppe 2

»Also, ich nutze es sehr viel, und möchte 's aber eigentlich weniger nutzen. Weil's mich net wirklich bereichert.« (Frau Kern, 12-13) | »Ich will jetzt' nich' sagen, dass ich wirklich richtig internetsüchtig war [...]. Weil ich immer auch sagen konnte: Okay, nee, jetzt' is' auch gut.« (Frau Fuchs, 2994-2997) | »Und dann wurde mir ganz schlagartig bewusst: Das ist Sucht. [...]. Und hab' umgehend alles gelöscht.« (Frau Bär, 1801-1804) | »Wenn ich aufhör', sind trotzdem diese Bilder da. Und da hab' ich gedacht: Nee, ich will, will diese Bilder nicht haben.« (Frau Linde, 1099-1100) | »Ich weiß, wie Süchte funktionieren. Ich weiß, wie ich da rauskomme. Und ich

warte einfach, bis es mir endgültig zu blöd ist.« (Frau Nebel, 871-873) | »Ich denk' darüber nach, wie möchte ich meine Zeit verbringen, wie nicht.« (Frau Kirschbaum, 2621-2622) | »Man kann nicht wirklich ohne, und ich will auch eigentlich nicht ohne.« (Frau Berg, 2083-2084) | »Kann ich ohne? Also, es wäre schon eine ganz, ganz, ganz erhebliche Einschränkung.« (Frau Bach, 940-941) | »Also, ich bin ungefähr so schlimm wie die Teenager heutzutage.« (Frau Schwalbe, 674-675)

Fallgruppe 2 hatte ich insgesamt zehn Fälle zugeordnet: Frau Rose, Frau Kern, Frau Fuchs, Frau Bär, Frau Linde, Frau Kirschbaum und Frau Schwalbe (Rekrutierungsgruppe 1: Frauen, die das Internet gern/intensiv nutzen) sowie Frau Nebel, Frau Berg und Frau Bach (Rekrutierungsgruppe 2: problematische Internetnutzung). Im Folgenden erläuterte ich die markantesten Ergebnisse des Fallvergleichs.

In Hinblick auf die PROBLEMATISCHE INTERNETNUTZUNG erwähnten die Befragten verschiedene Internetanwendungen (vgl. Tab. 26). Mehrere Frauen in Fallgruppe 2 berichteten von einem problematischen Internetrechercheverhalten (Frau Rose, Frau Kern, Frau Fuchs, Frau Linde, Frau Schwalbe). Frau Schwalbe¹⁸ zum Beispiel fühlte sich ständig belastet von negativen Nachrichten, die sie online las.

»Ach, da war der Absturz. Ja, mit der, mit der Germanwings. Dann in Syrien des und dann, ähm, es passiert ja jeden Tag irgendwas Schlimmes. Gibt ja irgendwelche Unfälle, mit Jugendlichen, und Auto, und Kind überfahren und Kind totgeschla/ ((Einatmer)) und so weiter.« (Frau Schwalbe, 1182-1185) Sie wollte trotzdem ständig Zugriff auf die Nachrichtenlage haben. »Es erschlägt mich auch

¹⁸ Frau Schwalbe war zum Interviewzeitpunkt im 55. bis 60. Lebensjahr. Sie war ständig online, um mit der aktuellen Nachrichtenlage und ihren Sozialen Netzwerken verbunden zu sein. In ihrer initialen Kontaktaufnahmemail hatte sich Frau Schwalbe als »Internet-Junkie« bezeichnet.

manchmal. Ja? [...] Aber ich will's immer wissen.« (Frau Schwalbe, 1200-1202)

Tabelle 26: Problematische Internetanwendungen Fallgruppe 2 (eigene Darstellung)

		Frau Rose	Frau Kern	Frau Fuchs	Frau Bär	Frau Linde	Frau Nebel	Frau Kirschbaum	Frau Berg	Frau Bach	Frau Schwalbe
Online-Communities	Chat			Ja					Ja	Ja	Ja
	Soziale Netzwerke		Ja						Ja		Ja
	Onlineforen							Ja		Ja	
Informationsrecherche		Ja	Ja	Ja		Ja					Ja
Online-Kommunikation	Berufliche E-Mails					Ja			Ja		
	Ständige Erreichbarkeit								Ja		
Online-spiele	Browserspiel						Ja				
	Kartenspiel					Ja	Ja				
	PC-Ballerspiel					Ja					
	Handyspiel					Ja					
Online-Glücksspiel	Online-Roulette				Ja						
Onlineshopping						Ja					

Andere Frauen in Fallgruppe 2 empfanden ihre Nutzung von Online-Communities wie Soziale Netzwerke, Onlineforen oder Chats als problematisch (Frau Kern, Frau Fuchs, Frau Kirschbaum, Frau Berg, Frau

Bach, Frau Schwalbe). Frau Kern¹⁹ zum Beispiel bezeichnet ihre problematische Nutzung Sozialer Netzwerke wie Facebook als ›Sucht‹. Die Likes, die sie auf Facebook bekäme, würden ihre Stimmung heben. »Also, das finde ich auch problematisch [...], dass ich da irgendwie, ähm, so 'n Geltungsbedürfnis hab'. Und gesehen werden will auch.« (Frau Kern, 1277-1279)

Andere (Frau Linde, Frau Berg, Frau Bach) empfanden ihre Onlinekommunikation (berufliche E-Mails bzw. ein ständiges Erreichbarsein über Handy) als belastend. Zwei Frauen in Fallgruppe 3 (Frau Linde, Frau Nebel) berichteten von einer problematischen Onlinespielnutzung. Auch Online-Glücksspiel (Frau Bär) und Onlineshopping (Frau Linde) wurden als problematische Anwendungen genannt.

Viele kombinierten verschiedene problematische Internetanwendungen. Frau Kern zum Beispiel kombinierte Informationsrecherche und Online-Communities. Im Gegensatz zu Fallgruppe 3 erwähnten die Befragten aus Fallgruppe 2 kein problematisches Streamen von Serien, YouTube- oder eine problematische Onlinepornografie-Nutzung.

Das Alter, in dem sich die problematische Internetnutzung zeigte, lag in Fallgruppe 2 zwischen 16 und 57 Jahren. Die meisten Befragten berichteten von einer problematischen Internetnutzung ausschließlich im Erwachsenenalter. Zwei Frauen (Frau Linde und Frau Berg) erlebten eine wiederkehrende oder sich in verschiedenen Facetten zeigende problematische Nutzung vom Jugendalter bis ins Erwachsenenalter hinein. Frau Kirschbaum erlebte eine gering ausgeprägte problematische Internetnutzung ausschließlich in der Jugendzeit (vgl. Tab. 27).

¹⁹ Frau Kern war zum Interviewzeitpunkt im 35. bis 40. Lebensjahr. Sie berichtete von ›sinnlosen‹ Internetrecherchen und der problematischen Nutzung Sozialer Netzwerke zur Selbstaufwertung.

Tabelle 27: Biografische Einordnung der problematischen Internetnutzung Fallgruppe 2 (eigene Darstellung)

	Auftreten einer problematischen Internetnutzung im Lebensverlauf	
	Betroffene Alterszeiträume	Betroffene Lebensphasen
Frau Rose	40er Lebensjahre	Erwachsenenalter/ Berufstätigkeit
Frau Kern	Ab Anfang 20er Lebensjahre bis Mitte 30er Lebensjahre (Interviewzeitpunkt)	Erwachsenenalter/ Berufstätigkeit
Frau Fuchs	Mitte 20er Lebensjahre	Erwachsenenalter/ Berufstätigkeit
Frau Bär	Ende der 30er Lebensjahre	Erwachsenenalter/Familienzeit und Berufstätigkeit
Frau Linde	Ab Jugendzeit (Spielen) und insbesondere Anfang bis Ende des 30. Lebensjahrs	Jugend bis Erwachsenenalter/ Berufstätigkeit
Frau Nebel	Mitte der 50er Lebensjahre (Interviewzeitpunkt)	Erwachsenenalter/ Berufstätigkeit
Frau Kirschbaum	16./17. Lebensjahr	Jugend
Frau Berg	Anfang bis Ende des 30. Lebensjahrs	Jugend bis Erwachsenenalter/ Studium
Frau Bach	50er Lebensjahre (Interviewzeitpunkt)	Erwachsenenalter/ Berufstätigkeit
Frau Schwalbe	Ab ca. Mitte der 40er Lebensjahre	Erwachsenenalter/ Berufstätigkeit

Markant zeigt sich in Fallgruppe 2 die geringe Passung der Schweregrad-einschätzung im Perspektivenvergleich (vgl. Tab. 28):

Tabelle 28: Schweregrad der problematischen Internetnutzung aus drei Perspektiven Fallgruppe 2 (eigene Darstellung)

	Schweregrad aus Betroffenenperspektive	Schweregrad aus Forscherinnenperspektive	Schweregrad aus diagnostischer Perspektive – ICD 11	Schweregrad aus diagnostischer Perspektive – CIUS
Frau Rose	Gering bis mittel	Gering bis mittel	Keine IUD (< 12 Mon.)	Keine Problematik (7)
Frau Kern	Hoch	Gering bis mittel	IUD	Keine Problematik (19)
Frau Fuchs	Gering bis mittel	Keine Problematik	Keine IUD	Internetabhängigkeit (34)
Frau Bär	Hoch	Gering bis mittel	Keine IUD	Riskanter Internetgebrauch (24)
Frau Linde	Gering bis mittel	Keine Problematik	Keine IUD	N/A
Frau Nebel	Hoch	Keine Problematik	Keine IUD	Internetabhängigkeit (35)
Frau Kirschbaum	Gering bis mittel	Keine Problematik	Keine IUD	Riskanter Internetgebrauch (29)
Frau Berg	Gering bis mittel	Keine Problematik	Keine IUD	Internetabhängigkeit (33)
Frau Bach	Gering bis mittel	Keine Problematik	Keine IUD	N/A
Frau Schwalbe	Gering bis mittel	Gering bis mittel	IUD	Internetabhängigkeit (32)

Bei Frau Bär²⁰ zum Beispiel liegt bzgl. der subjektiven Perspektive ein hoher Schweregrad vor, da sie die Online-Glücksspielepisode als ›Sucht‹ bezeichnete. Da diese Episode aber nur zwei Wochen dauerte, von Frau Bär eigenständig beendet wurde, Frau Bär seitdem nie wieder Online-Glücksspiel nutzte und ein hohes Problembewusstsein zeigte, stufte ich den Schweregrad bei gering bis mittel ein. Diagnostisch liegt gemäß CIUS-Fragebogen ein riskanter Internetgebrauch vor, aus ICD-11-Sicht liegt keine IUD vor. Ich deute die geringe Deckungsgleichheit zwischen subjektiver Betroffenenperspektive, Forscherinnen- und Diagnostikperspektive als Hinweis auf eine hohe Ausprägungsbandbreite und Komplexität des Phänomens in Fallgruppe 2.

Bezüglich der Dauer und Aktualität der Problematik zeigt sich ebenfalls Heterogenität. Bei einigen Frauen trat die problematische Internetnutzung nur über einen kurzen Zeitraum auf (Frau Fuchs, Frau Kirschbaum, Frau Rose, Frau Bär), bei anderen hingegen dauerte sie mehr als zwölf Monate an (Frau Kern, Frau Linde, Frau Nebel, Frau Berg, Frau Bach, Frau Schwalbe). Bei manchen Frauen war die Problematik zum Interviewzeitpunkt noch aktiv (Frau Fuchs, Frau Nebel, Frau Bach, Frau Schwalbe), bei anderen (Frau Kern, Frau Berg und Frau Linde) nur noch teilweise vorhanden und bereits in Veränderung begriffen. Wieder bei anderen (Frau Rose, Frau Bär, Frau Kirschbaum) lag die Problematik schon länger zurück.

Auch ein Leidensdruck bezüglich der Internetproblematik zeigte sich bei den Frauen in Fallgruppe 2 unterschiedlich stark ausgeprägt. Ähnlich wie Frau Rose (vgl. Kapitel *Fallbeispiel Frau Rose*) litten manche Frauen (Frau Kern, Frau Linde, Frau Berg und Frau Bach) unter den negativen Folgen der Nutzung. Einige formulierten zusätzlich eine große Unzufriedenheit und einen großen Veränderungsbedarf bzgl. der eigenen Internetnutzung. Insbesondere die Diskrepanz zwischen Änderungswunsch und Realität, in

²⁰ Frau Bär war zum Interviewzeitpunkt im 45. bis 50. Lebensjahr. In der Vergangenheit gab es eine zweiwöchige Episode, in der sich problematisch Online-Roulette spielte.

der das Internet teilweise noch auf alte Weise genutzt wurde, war bei manchen Frauen wie zum Beispiel Frau Kern Teil dieser Unzufriedenheit:

»I: Was ist dann der Anlass, das Internet, also das Handy auszumachen und aus dem Internet rauszugehen? B: Was der Anlass ist? Der Anlass, ähm, der Anlass ist, naja, entweder dass die Pause einfach zu Ende ist, dass, dass ich mir jetzt was zu essen mach' oder dass ich mir wirklich bewusst mach': Nein, ich mach' jetzt 's Handy/ ich leg's jetzt weg. Genau. Weil's mir auch selber auf'n Nerv geht, dass ich's, ähm, so oft in der Hand hab'.« (Frau Kern, 102-109)

Leidensdruck könnte man in diesem Fall auch als ›Veränderungsdruck‹ bezeichnen. Bei einigen spiegelte der Leidensdruck Ambivalenz und Unsicherheit wider, inwiefern die eigene Internetnutzung nun problematisch wäre oder nicht. Bei Frau Bach²¹ zum Beispiel zeigte sich der Leidensdruck darin, dass sie in den Onlineforen, die sie aufgrund ihres Autismus nutzte, auch negative Erfahrungen machte. Man könne »echt auch reinfallen«, auch soziale Situationen im Netz können »nervenaufreibend« sein, Freundschaften auseinandergehen oder zu intensive Freundschaften sich entwickeln, die sich schließlich wie eine »Abhängigkeit« anfühlen. Die online erlebten Belastungen wirkten sich dann als dominantes Gesprächsthema auf Frau Bachs Alltag und auf ihr soziales Umfeld aus. Frau Bach war sich gleichzeitig unsicher, ob diese Problematik bereits eine ›Sucht‹ wäre. Die Frage schien sie sehr zu beschäftigen: »Also, sagen wir mal, wenn man das jetzt

²¹ Frau Bach war zum Interviewzeitpunkt im 50. bis 55. Lebensjahr. In Kindheit und Jugend nutzte sie Bücher und TV-Serien, um sich Orientierungshilfen für soziale Situationen im Alltag zu schaffen. Nachdem sie als Erwachsene mit Asperger Autismus und mit ADHS diagnostiziert wurde, setzte sie sich damit intensiv mittels Internetrecherchen und in Onlineforen auseinander. Einen Teil ihrer Psychotherapie gestaltet Frau Bach über das Schreiben von E-Mails an den Therapeuten, da sie sich schriftlich besser ausdrücken kann.

festmacht an, ähm, brauch' ich das? Also, diese Fragestellung. Brauch' ich das? Kann ich ohne?» (Frau Bach, 938-940)

Bei Frau Schwalbe hingegen zeigte sich zwar starker Stress, sobald die gewohnte Internetnutzungsweise *nicht* möglich war. Hier könnte man aber eher von Entzugserscheinungen sprechen. Für sich selbst deutete Frau Schwalbe die Internetnutzung dennoch nicht als Belastung. Stattdessen empfand sie das ständige Erreichbarsein und das ständige Zugreifenkönnen auf Nachrichten als »beruhigend« (Frau Schwalbe, 1363-1367). Hier lag subjektiv kein Leidensdruck vor; auch wenn ich mich fragte, ob nicht doch ein Belastungsanteil vorhanden sein könnte.

Bei Frau Bär sah ich in Bezug auf ihre zweiwöchige Online-Glücksspielepisode keinen Leidensdruck, da sie ihr Verhalten sofort erfolgreich veränderte, als ihr die Problematik auffiel. »Und dann wurde mir ganz schlagartig bewusst: Das ist Sucht. Was du hier gerade machst, ist der allerbeste Weg und Beweis für Abhängigkeit. Und hab' umgehend alles gelöscht.« (Frau Bär, 1801-1806) Bei Frau Bär entstand also an keiner Stelle eine Diskrepanz zwischen einem Änderungsvorhaben und einer Veränderungsumsetzung. Insgesamt zeigt sich in Fallgruppe 2 – falls überhaupt vorhanden – ein moderater Leidensdruck. Dieser rührte weniger von ausgeprägten negativen Folgen der Internetnutzung her (die es im Vergleich zu Fallgruppe 3 bei den Frauen in Fallgruppe auch nicht im extremen Ausmaß gab, s. u.), sondern daher, dass manche der Frauen in Fallgruppe 2 sich eine andere Form der Internetnutzung wünschten, dies aber (noch) nicht umsetzen konnten.

Eine markante Gemeinsamkeit dieser Fallgruppe ist, dass keine der Frauen in Fallgruppe 2 von einer Beeinträchtigung der Funktionalität im Alltagsleben aufgrund der problematischen Internetnutzung berichtete. Dies ist ein wesentliches Unterscheidungsmerkmal zu Fallgruppe 3. In Fallgruppe 2 sind Frauen zu finden, die Erfahrungen mit einer problematischen Internetnutzung haben, welche auch negative Auswirkungen hat, aber nicht so

weit, dass Berufstätigkeit, Familien- und Alltagsverpflichtungen davon beeinträchtigt werden.

»Naja, die Sachen, die ich machen muss, die, die erledige ich schon, ne? So, wenn ich auch mal 'n ganzen Tag irgendwo sein muss, und, was weiß ich, Vorträge halten oder so, das mach' ich dann auch, ne? So. [...] Aber wenn ich kann, äh, ja, dann spiel' ich halt auch gerne, ne?« (Frau Nebel, 80-87)

Als Begleiterscheinungen im Zusammenhang mit der problematischen Internetnutzung zeigen sich auf verschiedenen Ebenen Einfluss- und Risikofaktoren, sei es auf psychischer Ebene (wie zum Beispiel ADHS und Asperger Autismus, Depressionen und depressive Verstimmungen, Traumafolgen, Ängste, mangelndes Selbstwertgefühl), auf körperlicher Ebene wie zum Beispiel eine schwere Erkrankung oder soziale Risikofaktoren wie zum Beispiel eine generelle Lebens-/Sinnkrise oder Probleme in der Partnerschaft. Bei manchen Frauen schien die problematische Internetnutzung die Vorbelastung zu verstärken. Bei Frau Schwalbe zum Beispiel habe ich die Hypothese gebildet, dass diese ihre generelle Angst davor, etwas Schlimmes könnte passieren, durch den ständigen Konsum von negativen Onlinenachrichten aktiv hielt.

Bei Frau Kern und Frau Schwalbe zeigt sich eine besondere Dichte von erwähnten Begleiterscheinungen (vgl. Tab. 29). Genau diese beiden Fälle sind aus meiner Sicht in Fallgruppe 2 auch diejenigen Fälle mit der stärksten Ausprägung einer problematischen Internetnutzung. Es sind die einzigen beiden Fälle, bei denen alle ICD-11-Kriterien *und* eine Dauer der Problematik von mehr als zwölf Monaten zutreffen. Sie unterscheiden sich insofern voneinander, als dass sich bei Frau Kern ein deutlicher Leidensdruck im Sinne von Veränderungsdruck zeigt, bei Frau Schwalbe nicht.

Auffallend ist weiterhin, dass im Vergleich zu Fallgruppe 3 in Fallgruppe 2 als Begleiterscheinungen keine Süchte oder suchtähnliche Verhaltensweisen erwähnt werden. Bei Frau Nebel liegen zwar stoffgebundene

Süchte in der Vergangenheit vor (Alkohol-, Drogen-, Medikamenten- und Arbeitssucht) sowie eine Essstörung, diese spielten aber zum Zeitpunkt der Internetproblematik keine Rolle mehr. Mit Ausnahme von Frau Rose befanden sich alle Frauen der Fallgruppe 2 während der problematischen Nutzungsphasen in stabilen Kontexten, wie zum Beispiel in einem Studium oder in einer Berufstätigkeit. Somit fehlt auch die Nennung des Risikofaktors viel freie ›leere‹ Zeit. Zudem wurden in Fallgruppe 2 keine extremen psychischen Begleiterscheinungen wie zum Beispiel Suizidalität und selbstverletzendes Verhalten im Kontext der problematischen Internetnutzung erwähnt, was Fallgruppe 2 ebenfalls markant von Fallgruppe 3 unterscheidet. Genauso wenig zeigen sich Probleme mit Sozialkontakten wie soziale Ängste, soziale Isolation und Einsamkeit oder ein aktiver sozialer Rückzug, Trennung oder Scheidung, einen Umzug oder Gewalterfahrungen.

Tabelle 29: Begleiterscheinungen der problematischen Internetnutzung Fallgruppe 2 (eigene Darstellung)

ANMERKUNGEN: Ein dunkelgrau markiertes ›Ja‹ kennzeichnet die Begleiterscheinung als *Einflussfaktor* bzw. *Risikofaktor*. Ein hellgrau markiertes ›Ja‹ kennzeichnet die Begleiterscheinung als eine *Folge* der problematischen Internetnutzung. Die für den jeweiligen Fall bedeutsamsten und somit höher zu gewichtenden Begleiterscheinungen wurden mit einem kursiven ›Ja‹ gekennzeichnet.

Begleiterscheinung der problematischen Internetnutzung	Frau Rose	Frau Kern	Frau Fuchs	Frau Bär	Frau Linde	Frau Nebel	Frau Kirschbaum	Frau Berg	Frau Bach	Frau Schwalbe
<i>A3.1 Psychische Begleiterscheinungen</i>										
ADHS									Ja	
Ängste										Ja
Asperger Autismus									Ja	
Depression, depressive Verstimmung		Ja					Ja	Ja		
Zwanghaftigkeit/Kontrollbedürfnis	Ja	Ja						Ja		Ja
Traumatisierung/Traumafolgen						Ja				
Mangelndes Selbstwertgefühl		Ja					Ja			

A3.3 Körperliche Begleiterscheinungen

Schlafstörungen	Ja								
(Schwere) Erkrankung	Ja								Ja

A3.4 Soziale Begleiterscheinungen

Leistungsprobleme	Ja								
Prokrastination			Ja						
Leistungsdruck, Überforderung, Stress				Ja		Ja			Ja
Sehr viele Aktivitäten			Ja	Ja		Ja			Ja
Instabile/konfliktreiche Familie		Ja					Ja		
Abhängigkeitsbeziehung								Ja	
Krise in der Partnerschaft	Ja								
Alleinerziehend									Ja
Angehörige/r schwer erkrankt			Ja						
Sinnkrise/Lebenskrise		Ja					Ja		
Geschwisterkind mit Internetproblem		Ja		Ja					
Partner:in mit Internetproblem	Ja								
Vernachlässigung der Kinder			Ja						

Insgesamt liegen in Fallgruppe also zwar schon destabilisierende Einfluss- und Risikofaktoren vor, allerdings in einem moderaten Ausmaß. Hinsichtlich der psychischen Begleiterscheinungen ist anzumerken, dass alle davon betroffenen Frauen (bis auf Frau Schwalbe) deswegen eine Psychotherapie in Anspruch nahmen. Der Einfluss dieser Faktoren auf die problematische Internetnutzung ist also bei den meisten Frauen aus Fallgruppe 2 als moderat einzuschätzen.

Hinsichtlich der MEDIEN- UND INTERNETNUTZUNG IM LEBENSVERLAUF fällt auf, dass alle Frauen in Fallgruppe 2 von EXTENSIVEN MEDIENNUTZUNGSPHASEN berichteten (mit Ausnahme von Frau Nebel, bei der diese Angaben fehlen), diese allerdings nicht als problematisch einschätzten. Viele Frauen berichteten zum Beispiel von extensivem Bücherlesen als

Kind und Jugendliche in der Freizeit (Frau Kern, Frau Bär, Frau Linde, Frau Kirschbaum, Frau Bach und Frau Schwalbe). Nur bei Frau Bach, die Asperger Autistin war, erfolgte das extensive Bücherlesen in einem krisenhaften Kontext. Als Jugendliche las sie mehrfach immer wieder dieselben Buchserien, um eine musterhafte Orientierung im Umgang mit herausfordernden sozialen Situationen im Alltag zu finden.

»Und, ähm, deshalb hab' ich diese Bücher eben auch drei-, viermal gelesen. [...] Die Geschichten als solche waren schon so für mich ganz, ganz schön und spannend, aber im Grunde genommen ging es um diese sozialen, ähm, Fähigkeiten und Strukturen, die mir sonst so im normalen Alltag, Schule und so, die mir da eigentlich immer Schwierigkeiten gemacht haben.« (Frau Bach, 51-58)

Frau Kirschbaum²² berichtete von einer extensiven Fernsehnutzung im krisenhaften Kontext ca. ab dem 11./12. Lebensjahr. Aufgrund des Wechsels auf eine Schule, die weit vom Wohnort entfernt lag, hatte Frau Kirschbaum eine Zeitlang wenige Sozialkontakte und entwickelte in dem Zusammenhang eine erhöhte Fernsehnutzung, aber auch eine Zunahme des Lesens. Im Interview berichtete sie davon neutral. Sie hob die Nutzungsdauer hervor, bewertete sie aber nicht negativ. »Das heißt, ich hatte keine Schulfreunde mehr am Nachmittag. [...] Und da hab' ich Fernseher angefangen zu schauen. [...] Und da hab' ich schon drei Stunden oder so bestimmt am Stück geguckt.« (Frau Kirschbaum, 960-988)

Einzig Frau Berg sah ihre extensive Handynutzung als Schülerin, insbesondere zum SMS-Schreiben mit Freundinnen, kritisch: »Und grad' [...], dass es zum Beispiel schon in der Abi-Zeitung drinstand. Weil ich halt wirklich diejenige war, die echt viel auch einfach geschrieben hat, grad' auch während dem Unterricht.« (Frau Berg, 1325-1327)

²² Frau Kirschbaum war zum Interviewzeitpunkt Studierende im 25. bis 30. Lebensjahr. Sie nutzte im Internet intensiv Onlineforen und war Bloggerin.

Hier stellt sich die Frage, ob auch die Art der genutzten Medien eine Rolle spielen, inwiefern die extensive Nutzung negativ oder neutral gedeutet wurde. Zu vermuten ist, dass insbesondere Bücherlesen – assoziiert mit höherer Bildung – gesellschaftlich grundsätzlich positiver konnotiert ist im Gegensatz zum Beispiel zur Handynutzung. Die Frage ist hier also, inwiefern gesellschaftliche Erwartungen eine Rolle dabei spielen, wie die Frauen aus Fallgruppe 2 ihre extensive Mediennutzungsphasen deuteten.

Die meisten der zehn Frauen in Fallgruppe 2 (mit Ausnahme von Frau Nebel und Frau Kirschbaum) berichten auch von Phasen mit einer REDUZIERTEN MEDIENNUTZUNG. Bei einigen erfolgte eine Reduktion der Internet- und Fernsehnutzung in Phasen hoher Anforderungen. Frau Bär zum Beispiel absolvierte als Mutter von drei Kindern ein Studium und stellte in dieser stressigen Zeit die private Internetnutzung komplett ein: »Internetnutzung außerhalb des Studiums gab's dann nicht mehr.« (Frau Bär, 791). Bei anderen verlor das Internet »ganz von selbst« eine Zeitlang an Bedeutung. Bei Frau Fuchs zum Beispiel wurde das Internet automatisch zur Nebensache, als sie anfang zu studieren. Andere »gönnten« sich eine bildschirmfreie Zeit wie zum Beispiel Frau Linde, die im Urlaub ausschließlich Bücher las. Frau Bach als Autistin sah generell kaum fern, da das Fernsehen »zu viel Input« beinhaltete (Frau Bach, 190 ff.). Die reduzierten Mediennutzungsphasen ergaben sich bei diesen Frauen also entweder aus der jeweiligen Lebenssituation heraus oder scheinen eine sachlich-bewusste Entscheidung darzustellen.

Abschließend ist anzumerken, dass keine der Frauen in Fallgruppe 2 eine spezifische Hilfe aufsuchte. Einzig Frau Nebel hatte in einer Internetsuchtambulanz eines Universitätsklinikums angerufen und dort keine passende Unterstützung erhalten.²³

²³ »Und da hab' ich mal angerufen, und, ähm, da hab' ich schon gemerkt, die waren so'n bisschen: Oh, da ruft 'ne Frau an! Oh, dann ist die auch nicht jung, die ist schon älter! ((lacht laut)) [...] Also, äh, ja. Fand ich auch spannend, also. Und dann waren, waren die auch/ Ja, es gibt, es gibt 'ne Gruppe? Nee, Gruppen, nee. Und Therapeuten? Nee, nee, irgendwie nicht. ((lacht))« (Frau Nebel, 968-977)

Fallbeispiel Frau Auster

»Die Erkenntnis: »Scheiße. Du bist auch so. Du gehörst dazu«, das war gruselig. Vor allen Dingen diese Erkenntnis zu haben: Ich kann es nicht kontrollieren.« (Frau Auster, 2154-2157)

Zusammenfassende Charakterisierung des Falls | *Steckbrief:* Frau Auster aus Fallgruppe 3 war zum Interviewzeitpunkt im 55.-60. Lebensjahr, erwerbstätig, ohne Partnerin, ohne Kinder und alleinlebend. Sie war geschieden aus eingetragener Lebenspartnerschaft. Frau Auster arbeitete eine Zeitlang in einem Kontext von Überforderung und Nicht-nein-sagen-können. Im Zusammenhang mit Beziehungsproblemen, Trennungen und einer generellen Lebenskrise fühlte sie sich nach der Arbeit einsam und spielte problematisch Browserspiele, kombiniert mit Chat. Zum Interviewzeitpunkt war sie abstinent. *Interviewsituation:* Das Gespräch fand face-to-face in den Räumlichkeiten der Suchthilfeeinrichtung statt, wo Frau Auster Therapie machte. Schon im ersten Mailkontakt zeigte sich Frau Auster verbindlich und freudig-erwartungsvoll hinsichtlich des Gesprächs. Die Erzählbereitschaft war hoch. Frau Auster reflektierte während des Erzählens sehr viel. Zwischenzeitlich kam eine Therapeutin herein und öffnete ein Fenster. Ansonsten lief das Gespräch störungsfrei ab.

Fallanalyse in Orientierung an den Analyseheuristiken | Die PROBLEMATISCHE INTERNETNUTZUNG zeigt sich bei Frau Auster aus Fallgruppe 3 (hoher Schweregrad einer problematischen Internetnutzung) in Form einer problematischen Browserspielnutzung.²⁴ Sie nutzte ein Online-Galopprennspiel, zudem Aufbauspiele und Wirtschaftssimulationen, kombiniert

²⁴ Auch wenn es wahrscheinlich ist, dass bei allen Frauen in Fallgruppe 3 eine behandlungsbedürftige Internetnutzungsstörung vorlag (einige wurden deswegen ja auch behandelt), entscheide ich mich dafür, auch in diesem Kapitel zu Fallgruppe 3 von einer »problematischen Internetnutzung« zu sprechen – eben von einer problematischen Internetnutzung hohen Schweregrads. Die Begründung: In Kapitel 1 hatte

mit Chat. Die problematische Phase dauerte mehrere Jahre von Anfang bis Mitte ihrer 50er Lebensjahre (vgl. Tab. 30).

Tabelle 30: Lebensverlauf Frau Auster (Ausschnitt mit Fokus auf die problematische Internetnutzung, eigene Darstellung)

Frau Auster								
Lebensphase:	Nach der Scheidung	On-Off-Beziehung mit [Person 4]	Fernbeziehung mit [Person 5]	Problematische Onlinespielnutzung hohen Schweregrads (Galopprennen mit Chat, ca. 3 Jahre lang)				
Ereignis:	Frau Auster lebt in Pensionen.	Verlust sozialer Kontakte		Beziehung mit [Person 5] zerbricht → »großes Loch«	Weiter im Job funktioniert.			
Internet:			Fernbeziehung über Skype	Beginn problematisches Online-spielen. Erfolgreiche Aufhörversuche. Hund lief »nebenher«.	1. Wendepunkt: Strom abgestellt. Erstmals Suchtdruck gemerkt	Suchtberatungstermin nicht wahrgenommen	2. Wendepunkt: »Funktioniere nur noch bei der Arbeit«	Aufsuchen professioneller Hilfe (Beratungsstelle)
Alter:	Anfang 50er Lebensjahre		Anfang bis Mitte 50er Lebensjahre					
Zeitraum:	2000er Jahre							

Bei der Bestimmung des Schweregrads kommen alle drei Perspektiven zum selben Ergebnis: Aus subjektiver Betroffenen-sicht betrachtet bezeichnete

ich festgelegt, in dieser Arbeit den Begriff »problematische Internetnutzung« als Dachbegriff für sowohl vorklinische als auch klinisch relevante Ausprägungen zu verwenden. Zudem wechselten auch die Frauen in Fallgruppe 3 je nach Lebenssituation zwischen verschiedenen Schweregraden. In bestimmten Lebensphasen hätte man Frauen aus Fallgruppe 3 zum Beispiel ohne Weiteres in Fallgruppe 2 einordnen können. Die Bezeichnung der Problematik als Internetnutzungsstörung würde die Komplexität, mit der sich das Phänomen auch bei den Frauen in Fallgruppe 3 zeigt, (zumindest) im Rahmen dieser Ergebnisschilderung zu stark verengen.

Frau Auster explizit und wiederholt ihr damaliges Internetnutzungsverhalten als »Sucht« (zum Beispiel Frau Bär, 737-740). Entzugserscheinungen bezeichnete sie als »Suchtdruck« (Frau Auster, 709-712). Frau Auster spürte zudem einen hohen Leidensdruck. Das Verhalten fand im Zusammenhang mit einer insgesamt krisenhaften Lebenssituation statt.

Lebensphase:	Abstinenz und in Therapie			
Ereignis:		Langzeitentwöhnungstherapie (80 Std.) und Besuch einer angeleiteten Glücksspiel-Therapiegruppe. Frau Auster entdeckt Hobbys wieder/neu.	»Massiver Konflikt« bei Arbeit	
Internet:	Abstinenz: Innerhalb von 3 Tagen nach Beratungsgespräch Loslösung von Onlinespiel inkl. Abgabe des Laptops			Laptop wieder daheim, aber kein Chat und Spiel. Nur E-Mails und Informationsrecherche für Alltägliches.
Alter:	Mitte der 50er Lebensjahre			
Zeitraum:	2000er Jahre			

Aus diagnostischer Perspektive wird im Zuge der ICD-11-Auswertung (vgl. Tab. 31) deutlich, dass das zweite Kriterium (Zunehmende Bedeutung) nicht vollständig mit Ja beantwortet werden kann, da Frau Auster in ihrem Beruf unbeeinträchtigt weiter funktionierte – was aber gleichzeitig ein zentrales Merkmal des Problemmusters darstellt. Die problematische Internetnutzung fand ausschließlich in der Freizeit statt.

Aufgrund des Weiterfunktionierens im Arbeitsalltag treffen also nicht alle drei ICD-11-Kriterien zu. Somit kann streng genommen keine IUD diagnostiziert werden. Es lag zwar insgesamt betrachtet eine erhebliche Beeinträchtigung der Funktionalität im Alltag vor (zum Beispiel wurde zu Hause der Strom abgestellt), aber im Berufsleben blieb Frau Auster funktional. Ihr Problem blieb so nach außen unsichtbar. Der CIUS-Wert hinsichtlich dieser Phase liegt bei 46, womit Frau Auster gemäß CIUS als internetabhängig eingestuft ist.

Tabelle 31: ICD-11-Auswertung Frau Auster (eigene Darstellung)

ICD-11-Kriterium	Zutreffend?	Indikatoren	Ankerbeispiel
(1) Beeinträchtigte Kontrolle über die Internetnutzung	Ja	Spiel entgleitet. Spielen »müssen« anstatt »wollen«. Fortführung über 1,5 Jahre trotz Problemerkennnis.	»Und [...] da [...] dämmerte mir langsam: Du hast ein ernsthaftes Problem. [...] Das läuft bei dir langsam auf 'ne Sucht hinaus, auf 'ne Abhängigkeit hinaus. Und das hat nichts damit zu tun, [...] du da Bock drauf hast und dass du das gerne machst. Und es dir Freude bringt. Sondern dass du das musst. Ja.« (Frau Auster, 736-743)
		Abstinenz vom Chat zwar möglich, allerdings daraufhin Anstieg der Spielnutzung. Aufhörversuche bzgl. des Spielens final erfolglos.	»Und als ich dann irgendwann den Strom wieder hatte, hab' ich gesagt: Okay, gut, [...] Du hast da ein Problem. Ähm, und du gehst nicht mehr in diesen Chat-Raum. [...] Du machst nur noch die Pferde. Und dann hab' ich nur dieses Spiel gemacht und, ja. Dann war aber nach zwei Stunden selbst beim besten Willen alle Einstellungen gemacht. Und dann reichte das natürlich nicht mehr. Und dann hab' ich noch ein Spiel und noch ein Spiel und noch ein Spiel.« (Frau Auster, 758-767)
(2) Zunehmende Bedeutung der Internetnutzung unter Verdrängung anderer	Ja und Nein	Leben durch das Spiel bestimmt von morgens bis spät in die Nacht. Allerdings: weiter funktional im Beruf.	»Ähm, und, [...] irgendwann war, war der Strom weg. [...]. Weil ich mich nicht gekümmert hatte. [...] Also, außer meiner Arbeit hab' ich am realen Leben komplett nicht mehr teilgenommen.« (Frau Auster, 705-709)

Interessen und Aktivitäten		Suchtdruck, als wegen fehlenden Stroms kein Spiel möglich war.	»Und irgendwann war der Strom weg und dann war, war ja auch kein Internet, genau. Und dann merkte ich, dass dieser, dieser ähm, ja, der Suchtdruck da war! Da war der Suchtdruck da.« (Frau Auster, 709-712)
(3) Fortsetzung der Internetnutzung trotz negativer Konsequenzen	Ja	Trotz Problemerkennntnis Fortführung des problematischen Spiels über weitere 1,5 Jahre.	»Gut, und dann hat's trotzdem noch mal, noch mal anderthalb Jahre gedauert. Bis ich dann so weit war, tatsächlich den Weg zu professioneller Hilfe zu suchen.« (Frau Auster, 743-746)

Begleiterscheinungen im Kontext der Problematik erlebte Frau Auster auf mehreren Ebenen (vgl. Tab. 32). Auf psychischer Ebene leide ich als Einfluss- und Risikofaktor eine Depression bzw. depressive Verstimmung ab, da Frau Auster schildert, nach einer erneuten Trennung in ein großes »Loch« gefallen zu sein (Frau Auster, 670-671). Schon als sie noch verheiratet war, litt Frau Auster an einer Sinn- und Lebenskrise, begleitet von ausgeprägten Selbstwertproblemen. Dies verschlimmerte sich im Rahmen weiterer krisenhafter Liebesbeziehungen. »Ja, ich bin also in 'ne [...] Sinn- und Dings-Krise reingerutscht. Richtig massiv. Und hab', mich nur noch als, als Oberloser, als wertlos, als, pfff, ja, zu nichts fähig erlebt.« (Frau Auster, 1239-1243)

In Kombination mit dem oben genannten mangelnden Selbstwertgefühl wirkt Leistungsdruck in Form einer Überforderung am Arbeitsplatz als Risikofaktor genauso wie Partnerschaftskrisen, die sich unter anderem in einer starken emotionalen Abhängigkeit von der jeweiligen Partnerin zeigten. Damit einher ging die »Leere«, die nach der Arbeit zu Hause auf Frau Auster wartete (Frau Auster, 769-772) und die sie mit dem Online-spielen füllte. Im folgenden Ankerbeispiel formulierte Frau Auster ihre subjektive Theorie, was den Zusammenhang zwischen der *Auswahl* der

problematisch genutzten Internetanwendungen und der überfordernden Arbeitssituation sowie ihrem mangelnden Selbstbewusstsein angeht:

»Die Arbeit und die Arbeitssituation, ähm, hat auch eine Rolle gespielt beim, beim Entstehen. Beim Abgleiten. In die [...] Abhängigkeit. Ähm, hängt mit [...] mit meinem Verantwortungsding zusammen, mit dieser Frage nach Verantwortung, Verantwortung tragen, Sachen übernehmen ohne, ähm, ohne wirklich das in der Stellenbeschreibung drin zu haben. Ähm, und 'ner kompletten Überforderung daraus dann. [...] Ich hab' mir nicht umsonst/ Oder ich hab' mir ja mit, mit Sinn und Verstand ((leicht lachend)) Aufbauspiele, Wirtschaftssimulationen ausgesucht, ähm, weil ich da, ja, was schaffen konnte. Weil ich da was machen konnte. Und sagen konnte: Ja, das is' meins, und das hast du geschafft. Und darüber, mhm, das nicht vorhandene Selbstbewusstsein in irgendeiner Art und Weise in der virtuellen Welt hatte, was ich in der realen Welt überhaupt nicht mehr hatte. Und die Arbeit hat, mhm, hat das auch gespiegelt. Dieses nicht vor/ Ähm, dieses nicht vorhandene Selbstbewusstsein. Und vor allen Dingen auch [...] die fehlende Anerkennung und die/ das Gefühl, nicht gesehen zu werden.«
(Frau Auster, 1308-1329)

Das Weiterfunktionieren im Beruf zeigt sich aus meiner Sicht bei Frau Auster als Teil der inneren Logik der problematischen Internetnutzung: Beide Bereiche – der Beruf und das Internet – haben ihren »Sinn« darin, den geringen Selbstwert auszugleichen.

Eine große Dichte an Einfluss- und Risikofaktoren zeigt sich im sozialen Bereich (vgl. Tab. 32). Als markant hervorzuheben sind zwei Faktoren, die beide eine biografische Parallele aufweisen. Zum einen schilderte Frau Auster, ihren Hund nur noch mit dem Nötigsten versorgt zu haben. Sie zog dabei einen Vergleich zwischen ihrem Hund und sich selbst als Kind, als sie erhebliche emotionale Vernachlässigung seitens der Mutter erfuhr: »Der

[Hund] lief nebenher, ja. Ich hab' ihn [...] versorgt. Wie meine Mutter mich versorgt hat.« (Frau Auster, 855-857)

Tabelle 32: Begleiterscheinungen der problematischen Internetnutzung Frau Auster (eigene Darstellung)

Zutreffende Begleiterscheinungen	Einordnung	Beschreibung
<i>A3.1 Psychische Begleiterscheinungen</i>		
Depression, depressive Verstimmung	Risikofaktor	
Mangelndes Selbstwertgefühl	Risikofaktor	
Entzugserscheinungen	Folge	
<i>A3.2 Weitere Süchte bzw. übermäßiger/s Konsum/ Verhalten</i>		
Übermäßiges Arbeiten, Arbeitssucht	Risikofaktor	
<i>A3.3 Körperliche Begleiterscheinungen</i>		
Schlafstörungen, Schlafmangel	Folge	
<i>A3.4 Soziale Begleiterscheinungen</i>		
Viel freie ›leere‹ Zeit	Risikofaktor und Folge	Privat: Gefühl von ›Leere‹
Leistungsdruck/ Überforderung/Stress	Risikofaktor	Im beruflichen Bereich
Soziale Isolation/ Einsamkeit	Folge	
Sozialer Rückzug/ Selbstisolation	Risikofaktor	
Instabiles/konfliktreiches Familiensystem	Risikofaktor	
Abhängigkeitsbeziehung	Risikofaktor	
Krise in der Partnerschaft	Risikofaktor	
In Trennung/Scheidung lebend	Risikofaktor	
Sinnkrise/Lebenskrise	Risikofaktor	
Umzug	Risikofaktor	

Geschwisterkind mit Internetproblematik	Risikofaktor	Frau Austers Schwester spielte ebenfalls problematisch. Meine Hypothese: Auch dadurch gab es kein Verständnis für Frau Auster, als sie ihr Problem offenlegt.
Konflikte mit Angehörigen wegen des Internets	Folge	Allerdings nicht, weil diese ein Problem mit Frau Austers Onlinespielnutzung hatten, sondern damit, dass sie ihr Problem offenlegte.
Vernachlässigung von Haustier/en	Folge	

Zum anderen schilderte Frau Auster, trotz Offenlegung ihrer Internetproblematik von der Herkunftsfamilie keine Unterstützung erhalten zu haben. »Das passte aber irgendwie nicht in das Bild von mir. Und entsprechend wurde das auch nicht gesehen, nicht gehört und nichts, sondern: Die [Frau Auster] ist die und die, und deswegen funktioniert das so und so. Und das hat vierzig Jahre, fuffzig Jahre so funktioniert.« (Frau Auster, 1798-1802) Hier findet das Muster, welches Frau Auster an sich selbst im Arbeitskontext beobachtete (nicht gesehen zu werden in ihrer Überforderung aufgrund einer übermäßigen Verantwortungsübernahme), eine Entsprechung im Familienkontext.

Hinsichtlich der MEDIEN- UND INTERNETNUTZUNG IM LEBENSVERLAUF scheint das Fernsehen eine zentrale Rolle eingenommen zu haben. Aus meiner Sicht zeigt sich im Fernsehen, wie sich Nähe und Distanz innerhalb der Herkunftsfamilie im Laufe der Zeit veränderten. In der Kindheit verband Frau Auster das gemeinsame Fernsehen am Wochenende als Familienritual mit »Wohlfühlen« (Frau Auster, 47-48). Mit zunehmender Konflikthaftigkeit innerhalb der Familie wurde ein zweiter Fernseher angeschafft; gemeinsames Fernsehen gab es nicht mehr.

Eine Internetnutzung erwähnte Frau Auster ERSTMALS Ende ihrer 30er Lebensjahre. Sie war zu der Zeit selbstständig und nutzte das Internet als Arbeitsinstrument im Beruf.

EXTENSIVE MEDIENNUTZUNGSPHASEN kamen nicht zur Sprache; allerdings könnte es sein, dass die Internetnutzung vor der problematischen Phase bereits im extensiven Maße erfolgte (dies wird allerdings nicht ganz deutlich im Interview). Eine REDUZIERTER MEDIENNUTZUNG zeigt sich in Form der Abstinenz von der problematischen Internetnutzung. Frau Auster nutzte zum Interviewzeitpunkt das Internet nur noch für Alltägliches, zum Beispiel für E-Mails und Informationsrecherche.

Insgesamt zeigt sich bei Frau Auster eine Internetnutzung, die schon zu Beginn auf einem intensiven Niveau begann und sich bei fortschreitender Lebenskrise eskalierend zuspitzte. Schon Jahre vor der problematischen Phase nutzte Frau Auster Online-Galopprennen zur Entspannung am Abend. Die Intensivierung der Internetnutzung fand mit der Abstinenz einen radikalen Abschluss.

Markant ist auch, dass alle Internetanwendungen, wie das Onlinedating, das Skypen mit der Partnerin im Ausland und später das problematische Spielen kombiniert mit Chat, sich stark beziehungsbezogen zeigen. Selbst zu den Online-Pferden baute Frau Auster eine intensive Beziehung auf. Als der Strom abgestellt war, ging sie in die Spielhalle, um ihre Online-Pferde »am Leben« zu erhalten:

»Und, ähm, als dann irgendwann ich das geschafft hatte, Strom wieder zu besorgen/ Also, in der Zwischenzeit/ [...] Ich bin dann, weil es bei uns im Ort keinen, keinen Internet-Shop gab, aber es gab in einer Spielhalle, äh, auch vier, vier PCs. Und dann bin ich in diese Spielhalle, mit den Daddelautomaten, und habe an den PCs alle zwei Tage [...] bin ich hingefahren, hab' für zwei Stunden da [...] die wichtigsten Einstellungen im Spiel gemacht, damit meine Pferde weiterleben.« (Frau Auster, 746-758)

Queranalyse Fallgruppe 3

»Ich möchte nicht, dass andere bemerken, dass ich so dämliche Spiele spiel'.« (Frau Holzer, 1093-1094) | »Egal zu welcher Zeit ma' die Kiste angemacht hat, es war immer jemand da.« (Frau Löwe, 45-47) | »Und ich weiß noch, dass ich mich da irgendwie lebendig gefühlt hab' [...]. Ich hab' irgendwas gespürt.« (Frau Kraut, 707-709) | »Also, ich hab' gezittert am ganze' Körper, ich hatte Schweißausbrüche, ich hatte wie Fieber, mir war/ Ich hatte Kopfschmerze', ich konnt' net schlafe'. Also, bei mir [hat] des au' körperliche Schäd' verursacht.« (Frau Hahn, 68-72) | »Eigentlich war's auch nich' so schön. Das war einfach mehr erregend. [...] Hardcore. Aber es hatte sowas Zerstörerisches. Die Frau wird da immer irgendwo zerstört in diesen Sachen.« (Frau Sommer, 604-607) | »Und g'rade die erste Zeit, wenn man so 'ne Spielwelt erkundet, das hat wirklich was sehr Aufregendes.« (Frau Tobel, 637-638) | »Und dann hab' ich halt auf 'e Uhr geguckt und gesagt: Nee, lohnt nicht, jetzt noch in 'e Schule zu gehen. Und hab' mich an den PC gesetzt. Und hab' dann da viel zu lang dran gesessen.« (Frau Lenz, 974-979) | »Ja, und hab', denk' ich, wesentlich dazu beigetragen, dass meine Ehe kaputt ging. Dass sich die Kinder teils vernachlässigt gefühlt haben.« (Frau Sturm, 58-60) | »Und dann hab' ich mich in 'n Auto gesetzt und bin zu dem Gildenmann persönlich nach [Stadt] gezogen.« (Frau Mohn, 346-347) | »Das is' dann sozusagen das Bedürfnis, dass man irgendwie dieses emotionale Gefühl haben will. Immer höher sozusagen der Pegel wird, den man braucht.« (Frau Kiefer, 935-938)

Fallgruppe 3 hatte ich elf Fälle zugeordnet: Frau Holzer (Rekrutierungsgruppe 1: Frauen, die das Internet gern/intensiv nutzen) sowie Frau Löwe, Frau Kraut, Frau Hahn, Frau Sommer, Frau Tobel, Frau Auster, Frau Lenz, Frau Sturm, Frau Mohn und Frau Kiefer (Rekrutierungsgruppe 2: problematische Internetnutzung). In Hinblick auf die PROBLEMATISCHE INTERNETNUTZUNG erwähnten die Frauen in Fallgruppe 3 im Vergleich zu den anderen Fallgruppen

eine besonders ausgeprägte Bandbreite an genutzten problematischen Anwendungen (vgl. Tab. 33).

Tabelle 33: Problematische Internetanwendungen Fallgruppe 3 (eigene Darstellung)

		Frau Hol- zer	Frau Lö- we	Frau Kraut	Frau Hahn	Frau Som- mer	Frau To- bel	Frau Aus- ter	Frau Lenz	Frau Sturm	Frau Mohr	Frau Kie- fer
Online- spiele	Browserspiele	Ja						Ja	Ja	Ja		
	Handyspiele	Ja										
	Multiplayer- Online- spiele	Ja					Ja				Ja	
	Einzelpla- yer-Spiele			Ja								
Online- Com- munities	Chat		Ja			Ja	Ja	Ja				
	Onlineforen				Ja							
	Facebook	Ja										
	Blogs	Ja										
	Onlinesex					Ja						
	Fanfiction								Ja ²⁵			Ja ²⁶
Strea- ming	Serien	Ja				Ja						
	YouTube	Ja				Ja						
	Online- pornografie					Ja						
Informations- recherche	Ja											
Online- Kom- munika- tion	E-Mails	Ja										

²⁵ Schreiben von Fanfiction

²⁶ Lesen von Fanfiction

Markant ist die häufige Erwähnung einer problematischen Onlinespielnutzung. Gespielt wurden Browserspiele, Handyspiele, Multiplayer-Online-spiele und Einzelplayer-Spiele. Eine Betroffene betrieb einen eigenen Let's-Play-YouTubekanal. Als weitere problematische Anwendungen nannten die Befragten in Fallgruppe 3 Onlinecommunities in verschiedensten Varianten (Fan Fiction lesen bzw. Fan Fiction schreiben, Onlineforen, Chat, sowie Chat kombiniert mit Onlinesex sowie Chat kombiniert mit Spielen). Frau Holzer nutzte unter anderem das Soziale Netzwerk Facebook zum Prokrastinieren. Weitere problematische Anwendungsbereiche waren Serien, Onlinepornografie, eine problematische YouTube-Nutzung, eine problematische Informationsrecherche sowie E-Mailschreiben im Rahmen der Prokrastination. Die meisten Frauen kombinierten mehrere problematische Anwendungen miteinander.

Eine problematische Internetnutzung zeigt sich in dieser Fallgruppe in einer Altersspannbreite von 16 bis Mitte der 50er Lebensjahre (vgl. Tab. 34), was Fallgruppe 2 ähnelt mit einer Range von 16 bis Mitte/Ende der 50er Lebensjahre. Im Gegensatz zu Fallgruppe 2, bei denen die meisten der Frauen von einer problematischen Internetnutzung ausschließlich im Erwachsenenalter berichteten, gibt es in Fallgruppe 3 viele Frauen, die von mehreren problematischen Phasen im Lebensverlauf berichteten und bei denen sich die Ausprägung der Problematik schließlich in einem hohen Schweregrad zuspitzte (Frau Holzer, Frau Sommer, Frau Tobel, Frau Lenz, Frau Kiefer).

Tabelle 34: Biografische Einordnung der problematischen Internetnutzung Fallgruppe 3 (eigene Darstellung)

	Alterszeiträume (<i>alle Schweregrade</i>)	Lebensphase betroffen von probl. Internetnutzung (<i>hohen Schweregrads</i>)
Frau Holzer	<ul style="list-style-type: none"> • 16. Lebensjahr (Schulzeit) • 19. bis 21. Lebensjahr • Mitte der 20er Lebensjahre (Studium) 	Alle Phasen (Jugend bis Erwachsenenalter/Studium)
Frau Löwe	40er Lebensjahre	Erwachsenenalter/Familienzeit und Berufstätigkeit
Frau Kraut	Anfang bis Mitte der 20er Lebensjahre	Erwachsenenalter/Studium
Frau Hahn	ca. 18./19. bis Anfang/Mitte der 20er Lebensjahre	Erwachsenenalter/Studium
Frau Sommer	<ul style="list-style-type: none"> • Ab ca. 10. Lebensjahr • 14. bis 16 Lebensjahr (Schulzeit) • 19. bis Mitte der 20er Lebensjahre (Studium, Interviewzeitpunkt) 	Jugend bis Erwachsenenalter/Studium
Frau Tobel	<ul style="list-style-type: none"> • ca. 17. Lebensjahr (Schulzeit) • 19. bis Anfang der 20er Lebensjahre (Studium) 	Erwachsenenalter/Studium
Frau Auster	Anfang bis Mitte der 50er Lebensjahre	Erwachsenenalter/ Berufstätigkeit
Frau Lenz	<ul style="list-style-type: none"> • ca. 13./14. bis 18./19. Lebensjahr (Schulzeit) • 20. bis 21. Lebensjahr (Interviewzeitpunkt) 	Alle Phasen (Jugend bis Erwachsenenalter)
Frau Mohn	40.-42. Lebensjahr	Erwachsenenalter/Familienzeit
Frau Kiefer	<ul style="list-style-type: none"> • 17. Lebensjahr (Schulzeit) • Ab 20. Lebensjahr (Studium) 	Erwachsenenalter/Studium

Im Vergleich zu Fallgruppe 2 zeigt sich in Fallgruppe 3 eine höhere Übereinstimmung zwischen subjektiver Selbsteinschätzung, Forscherinnenperspektive und diagnostischer Perspektive (vgl. Tab. 35).

Tabelle 35: Schweregrad der problematischen Internetnutzung aus drei Perspektiven Fallgruppe 3 (eigene Darstellung)

	Schweregrad aus Betroffenenperspektive	Schweregrad aus Forscherinnenperspektive	Schweregrad aus diagnostischer Perspektive – ICD 11	Schweregrad aus diagnostischer Perspektive – CIUS
Frau Holzer	Hoch	Hoch	IUD	N/A
Frau Löwe	Hoch	Hoch	Keine IUD	N/A
Frau Kraut	Hoch	Hoch	IUD	N/A
Frau Hahn	Hoch	Hoch	IUD	Internetabhängigkeit (56)
Frau Sommer	Hoch	Hoch	Keine IUD	Internetabhängigkeit (35)
Frau Tobel	Hoch	Hoch	IUD	N/A
Frau Auster	Hoch	Hoch	Keine IUD	Internetabhängigkeit (46)
Frau Lenz	Hoch	Hoch	IUD	N/A
Frau Sturm	Gering bis mittel	Hoch	Keine IUD	Internetabhängigkeit (40-41)
Frau Mohn	Hoch	Hoch	IUD	N/A
Frau Kiefer	Hoch	Hoch	IUD	Internetabhängigkeit (46)

Bis auf Frau Holzer meldeten sich auch alle Frauen im Rahmen von Rekrutierungsgruppe 2 (Problematische Internetnutzung). Auch hier gibt es aber Diskrepanzen in Bezug auf die ICD-11-Diagnostik. Wie bei Fallgruppe 2 sind die Diskrepanzen hinsichtlich der ICD-11-Diagnostik auf die unterschiedliche Beeinträchtigung der Funktionalität im Alltag zurückzuführen. Die Frauen, bei denen keine IUD diagnostiziert werden kann, funktionierten in zentralen Lebensbereichen weiter: Frau Löwe und Frau Auster führten trotz problematischen Chattens (Frau Löwe) bzw. Spielens (Frau Auster) ihre Berufstätigkeit unbeeinträchtigt fort. Frau Löwe²⁷ und Frau Sturm funktionierten weiterhin als Mütter mehrerer Kinder, wenn auch Frau Sturms²⁸ Kinder äußerten, sich von ihrer Mutter aufgrund der problematischen Browserspielnutzung vernachlässigt gefühlt zu haben. Frau Sommer war trotz problematischer Internetnutzung erfolgreich in der Schule und bewältigte auch einen Großteil ihres Studiums.

Bei den anderen Frauen zeigt sich hingegen eine ausgeprägte negative Beeinträchtigung aufgrund der problematischen Internetnutzung. Frau Kraut, Frau Hahn, Frau Tobel und Frau Kiefer erlebten erhebliche Probleme im Studium, von Leistungseinbrüchen bis hin zur Exmatrikulation. Bei Frau Lenz kam es zum Schulbrouschmiss. Frau Mohn kümmerte sich nicht mehr um ihre Familie.

Ich deute die ansonsten hohe Deckungsgleichheit zwischen der subjektiven Betroffenenperspektive, der Forscherinnen- und Diagnostikperspektive als Hinweis auf eine stärkere Bestimmbarkeit einer Problematik im hohen Schweregradbereich mithilfe gängiger Einschätzungskriterien. Eine

²⁷ Frau Löwe war zum Interviewzeitpunkt im 50. bis 55. Lebensjahr. Während einer länger andauernden Ehekrise chattete Frau Löwe problematisch. Die Phase endete, als sie ihren Mann verließ. Die Ehekrise war gerahmt von weiteren Lebenskrisen (dem Tod eines Kindes als Säugling, dem Tod der Mutter, dem Tod des Vaters, dem sie emotional besonders nahe stand).

²⁸ Frau Sturm war zum Interviewzeitpunkt im 35.-40. Lebensjahr, Hartz-IV-Empfängerin, allein und getrennt lebend von ihrem Mann und den gemeinsamen Kindern. Bis zum Tag ihres Umzugs in die eigene Wohnung spielte sie problematisch Browserspiele.

weitere Hypothese von mir ist, dass Betroffene hohen Schweregrads aufgrund ihrer intensiven Auseinandersetzung mit der Problematik und dem teilweise engen Kontakt zum Versorgungssystem sich in ihrer Selbsteinschätzung der klassischen diagnostischen Einschätzung annähern – dass Betroffene und Behandelnde zunehmend »dieselbe Sprache sprechen«.

Bezüglich der Dauer und Aktualität der Problematik zeigt sich in Fallgruppe 3, dass bei allen Frauen die Phase der problematischen Internetnutzung hohen Schweregrads länger als zwölf Monate anhielt, bei vielen mehrere Jahre. Bei Frau Lenz war die problematische Internetnutzung zum Interviewzeitpunkt noch dauerhaft aktiv, bei Frau Holzer und Frau Sommer phasenweise. Alle anderen Frauen hatten ihre Problematik zum Interviewzeitpunkt hinter sich gelassen.

Ein hoher Leidensdruck zeigt sich bei nahezu allen Frauen in dieser Gruppe. Eine Ausnahme stellt Frau Lenz dar.²⁹ Frau Lenz war zum Interviewzeitpunkt Hartz-IV-Empfängerin und wartete auf eine stationäre Psychotherapie, auch zur Behandlung ihrer Internetnutzungsstörung. Bei ihr war zwar aus meiner Sicht aufgrund der therapeutischen Begleitung ein Problembewusstsein wahrnehmbar, ein emotionaler Leidensdruck wurde meiner Ansicht nach nicht deutlich. Zum Beispiel erzählte Frau Lenz weiterhin mit Begeisterung von ihren Erfolgserlebnissen als Let's-Play-YouTuberin. Alle anderen Frauen in Fallgruppe 3 hingegen äußerten Verzweiflung und Ohnmacht in Bezug auf ihre problematische Internetnutzung.

Bei Fallgruppe 3 fällt im Vergleich zu Fallgruppe 2 direkt eine deutlich größere Bandbreite an Begleiterscheinungen auf (vgl. Tab. 36). Darunter sind schwerwiegende Einfluss- und Risikofaktoren, die in Fallgruppe 2 gar nicht vorkommen: stoffgebundene und verhaltensbezogene Süchte sowie Suizidalität. Die Dichte an psychischen und sozialen Einfluss- und Risikofaktoren pro Fall ist teilweise sehr ausgeprägt. Auffällig

²⁹ Frau Lenz war zum Interviewzeitpunkt im 20. bis 25. Lebensjahr und nutzte das Internet noch aktiv problematisch (Schreiben von Fan Fiction, Onlinespiele und das Betreiben eines eigenen Let's-Play-YouTubekanals). Sie lebte alleine im betreuten Wohnen.

ist auch, dass fast alle Frauen in Fallgruppe 3 im Kontext der problematischen Internetnutzung von einer Depression bzw. depressiven Verstimmung sprachen. Es werden nur wenige psychische Begleiterscheinungen nicht erwähnt: ADHS, Asperger Autismus und eine eigene (schwere) körperliche Erkrankung kommen im Gegensatz zu Fallgruppe 2 in Fallgruppe 3 nicht vor.

Auch die negativen Folgen der problematischen Internetnutzung zeigen sich in Fallgruppe 3 ausgeprägter, vielfältiger und dichter pro Fall. Berichtet wurde von Erinnerungslücken, Entzugserscheinungen und dass Koffeintabletten eingenommen werden, um länger wach und aktiv im Internet bleiben zu können, sowie von Schlafstörungen und Schlafmangel als Folge. Manche Frauen vernachlässigten ihre Körperpflege und hatten körperliche Schmerzen aufgrund der langen Internetnutzung. Auch Kraftlosigkeit und Erschöpfung, Probleme mit den Augen und Magen-Darm-Beschwerden aufgrund einer schlechten Ernährung während der problematischen Phase wurden erwähnt. Viele Frauen hatten zudem Konflikte mit Angehörigen aufgrund der Internetproblematik. Manche vernachlässigten ihre Kinder oder ihr Haustier.

Hinsichtlich der MEDIEN- UND INTERNETNUTZUNG IM LEBENSVERLAUF zeigen sich bei einigen Frauen EXTENSIVE MEDIENNUTZUNGSPHASEN. Diese Phasen mit in den Blick zu nehmen war in Fallgruppe 3 besonders ergiebig, da sich darin Elemente und Grundmuster der Internetproblematik wiederfinden.

Tabelle 36: Begleiterscheinungen der problematischen Internetnutzung Fallgruppe 3 (eigene Darstellung)

ANMERKUNGEN: Ein dunkelgrauges »Ja« kennzeichnet die Begleiterscheinung als *Risikofaktor*. Ein hellgrauges »Ja« kennzeichnet sie als *Folge* der problematischen Internetnutzung. Höher zu gewichtende Begleiterscheinungen sind mit einem kursiven »Ja« gekennzeichnet.

Begleiterscheinung der problematischen Internetnutzung	Frau Holzer	Frau Löwe	Frau Kraut	Frau Hahn	Frau Sommer	Frau Toebel	Frau Ausster	Frau Lenz	Frau Sturm	Frau Mohn	Frau Kiefer
<i>A3.1 Psychische Begleiterscheinungen</i>											
Ängste			Ja		Ja	Ja					
Soziale Ängste			Ja			Ja		Ja			Ja
Depression, depressive Verstimmung	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja		Ja
Zwanghaftigkeit/ Kontrollbedürfnis	Ja					Ja					
Traumatisierung/Traumafolgen									Ja		
Essproblematik, Essstörung		Ja			Ja						
Suizidalität			Ja	Ja				Ja	Ja	Ja	
Schwierigkeit, Gefühle zu deuten											Ja
Mangelndes Selbstwertgefühl			Ja		Ja	Ja	Ja		Ja	Ja	Ja
Erinnerungslücken			Ja	Ja		Ja					Ja
Entzugserscheinungen			Ja		Ja		Ja			Ja	Ja
<i>A3.2 Weitere Süchte bzw. übermäßiger/s Konsum/ Verhalten</i>											
Übermäßiger Alkoholkonsum, Alkoholismus		Ja				Ja			Ja	Ja	
Zigaretten	Ja								Ja		
Koffeintabletten				Ja							
Übermäßiges Arbeiten, Arbeitssucht							Ja				
<i>A3.3 Körperliche Begleiterscheinungen</i>											
Schlafstörungen, Schlafmangel	Ja		Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja		Ja	Ja
Vernachlässigung der Körperpflege				Ja	Ja	Ja					Ja
Schmerzen				Ja	Ja						Ja

Körperlich erlebte Entzugserscheinungen				Ja						
Kraftlosigkeit/Erschöpfung			Ja			Ja				
Probleme mit den Augen										Ja
Magen-Darm-Schäden					Ja					

A3.4 Soziale Begleiterscheinungen

Leistungsprobleme	Ja		Ja	Ja	Ja	Ja		Ja	Ja		Ja
Prokrastination	Ja					Ja		Ja			Ja
Abbruch Schule/Ausbildung/ Studium	Ja		Ja	Ja	Ja			Ja			Ja
Viel freie/leere Zeit	Ja		Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja		Ja	Ja
Leistungsdruck/ Überforderung/Stress	Ja		Ja	Ja	Ja	Ja	Ja				Ja
Sehr viele Aktivitäten (Freizeit, Arbeit)		Ja									Ja
Soziale Isolation/Einsamkeit	Ja	Ja	Ja		Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	
Sozialer Rückzug/ Selbstisolation		Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja			Ja
Instabiles/konfliktreiches Familiensystem	Ja		Ja		Ja		Ja	Ja	Ja		
Abhängigkeitsbeziehung			Ja		Ja	Ja	Ja				
Erste Partnerschaft	Ja				Ja	Ja					
Krise in der Partnerschaft		Ja			Ja	Ja	Ja		Ja	Ja	
In Trennung/Scheidung lebend					Ja	Ja	Ja		Ja	Ja	
Alleinerziehend											
Schwere Erkrankung eines Angehörigen		Ja									
Verlust durch Tod		Ja	Ja	Ja							
Psychische Gewalt seitens 3. Personen					Ja			Ja		Ja	
Sinnkrise/Lebenskrise		Ja			Ja	Ja	Ja		Ja	Ja	
Umzug	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja		Ja	
Elternteil mit Internetproblematik			Ja					Ja	Ja		

Geschwisterkind mit Internetproblematik	Ja				Ja	Ja	Ja		Ja	
Partner:in mit Internetproblematik	Ja								Ja	
Konflikte mit Angehörigen wegen des Internets		Ja	Ja	Ja			Ja		Ja	Ja
Vernachlässigung von Kindern		Ja							Ja	Ja
Vernachlässigung eines Haustieres							Ja			

Frau Holzer zum Beispiel berichtete von viel »Nebenher«-Mediennutzung zum Interviewzeitpunkt: Sie spielte Browsergames und Handygames parallel zum Fernsehen, um ihre Hände zu beschäftigen. Wenn sie unterwegs war, nutzte sie Handheld-Konsolenspiele oder hörte Musik. Diese Form der Mediennutzung empfand Frau Holzer nicht als problematisch. Hier zeigt sich, dass Medien im Leben von Frau Holzer auch im nicht-problematischen Bereich omnipräsent waren. Hinsichtlich des problematischen Bereichs war Frau Holzer diejenige Frau in der Fallgruppe, die am meisten Anwendungen kombinierte (Multiplayer-Spiele, Browserspiele, Handyspiele, Serien, Internetrecherche, E-Mails, Onlinecommunities, YouTube).

Bei Frau Tobel³⁰ wurde die problematische Onlinespielphase im Studium gerahmt von extensiven Internetnutzungsphasen: In der Schulzeit, also *vor* der problematischen Internetnutzungsphase, spielte sie extensiv Browserspiele. Das hätte aber keine negativen Auswirkungen gehabt, da sie generell nichts für die Schule gemacht hätte (Frau Tobel, 563-585). *Nach* der problematischen Onlinespielphase, also zum Interviewzeitpunkt, las Frau Tobel extensiv E-Books. Sie war zu dem Zeitpunkt seit einigen Monaten abstinent von der problematischen Spielnutzung. Das intensive Lesen von E-Book bezeichnete Frau Tobel nicht eindeutig als problematisch,

³⁰ Frau Tobel war zum Interviewzeitpunkt Studierende im 20. bis 25. Lebensjahr. Frau Tobel ist seit ihrer Geburt blind. Sie spielte problematisch textbasierte Multiplayer-Onlinerollenspiele, kombiniert mit Chat.

allerdings deutete sich darin das alte Muster des Sich-Ablenkens an, das zuvor auch eine Funktion des problematischen Spielens gewesen war.

»Egal, wie einsam ich bin, es gibt immer noch genug andere Methoden, mit denen ich mich ablenken kann, weil zum Beispiel, wenn ich einfach nur Bücher verschlinge, sei's jetzt über GfK oder über offene Beziehungen oder alles Mögliche/ Ich hab' dieses Amazon-dings entdeckt, wo man so, ähm, sich E-Books runterladen kann. [...] Würdest du das jetzt wieder als Internetnutzung bezeichnen? [...] Ich würde es nicht so bezeichnen, weil wenn ich, ähm/Angenommen ich, ich wär' nicht blind, dann, äh, würde ich ja, ähm, eben das nicht/ Der Prozess ist ja das Bücherlesen und nicht das Onlinesein.« (Frau Tobel, 2524-2540)

Bei Frau Tobel wird deutlich, wie nah eine extensive Internetnutzung und eine problematische Internetnutzung beieinander liegen können und wie sehr es gleichzeitig auf die Deutung seitens der Nutzerin ankommt, was als problematisch und was als nicht-problematisch empfunden wird.

Auch die extensive (analoge) Büchernutzung von Frau Lenz kann als Vorzeichen für die spätere problematische Internetnutzung gesehen werden. Ab Beginn der Realschulzeit begannen die Schulprobleme in Form von Langeweile und Motivationslosigkeit sowie die Schwierigkeiten in der Kontaktabstimmung im sozialen Bereich, kombiniert mit Mobbing Erfahrungen. Frau Lenz ging damit so um, dass sie in der Schule die Pausen mit Bücherlesen füllte. Im späteren Verlauf des Interviews deutete Frau Lenz das Viellesen als bewährtes Lösungsmuster im Krisenfall an: »Da hab' ich's dann auch nicht so wirklich geschafft, ähm, mich mit anderen, äh, anzufreunden, so dass ich dann auch irgendwann wieder angefangen hab', Bücher, äh, mit in der Schule zu nehmen.« (Frau Lenz, 804-806)

Auch bei Frau Kiefer³¹, die später eine problematische Fanfiction-Nutzung entwickelte, zeigt sich bereits im extensiven Bücherlesen in der Kindheit und in der Jugend die hohe Bedeutung von Geschichten. Schon im Zusammenhang mit dem analogen Bücherlesen sprach Frau Kiefer vom »Versinken: «Also, ich hab', ähm, ab der zweiten Klasse viel gelesen. Genau. Und, ähm, war auch so, dass ich dann teilweise wirklich irgendwie da drin versunken bin und die Zeit vergessen hab'.« (Frau Kiefer, 12-14) Schon damals beim Bücherlesen »mussten« es Geschichten sein (Frau Kiefer, 42-43). Das ist insofern bedeutsam, als dass Frau Kiefer später im Studium problematisch Fanfiction las mit weitreichend negativen Folgen, unter anderem soziale Isolation, Selbstvernachlässigung und Exmatrikulation. Geschichten standen also im Mittelpunkt, sowohl beim Lesen von papierbasierten Büchern in der Kindheit und Jugend als auch in der Internetproblematik als junge Erwachsene.

Eher ressourcenorientiert und ohne problematische Konnotation zeigte sich das Viellesen hingegen bei Frau Sturm. Sie las als Erwachsene in »spirituellen Inputphasen« (Frau Sturm, 2454-2463) viele Bücher. Diese Buchnutzung fand offenbar nicht in akut krisenhaften Situationen statt. Sie zeigt sich im Gegenteil positiv gerahmt im Kontext von persönlichem Wachstum und dem Bedürfnis nach Selbsterkenntnis.

Hinsichtlich REDUZierter MEDIENNUTZUNGSPHASEN sind für Fallgruppe 3 insbesondere folgende Muster hervorzuheben: Zum einen zeigt sich, dass viele Frauen im Zuge ihrer Abstinenz von der problematischen Internetanwendung den Verzicht auf andere Bildschirmmedien ausweiteten. Frau Kraut und Frau Hahn zum Beispiel sahen zum Interviewzeitpunkt nicht fern und nutzten nur sehr wenig das Smartphone. Auch Frau Kiefer, deren Fanfiction-Nutzung einen Ursprung im Fernsehserien-Konsum ihrer Kindheit und Jugendzeit hatte, schaute zum Interviewzeitpunkt

³¹ Frau Kiefer war zum Interviewzeitpunkt Studierende im 25. bis 30. Lebensjahr. Sie hatte problematisch Fan Fiction gelesen, im Zusammenhang mit einer Depression und starken Leistungseinbrüchen im Studium.

nicht fern. Manche Frauen entwickelten sogar eine dezidiert kritische Haltung gegenüber Bildschirmmedien. Frau Löwe zum Beispiel kritisierte zum Interviewzeitpunkt die ständige Smartphonennutzung ihres Partners. Sie selbst benötige das mobile Internet nicht unbedingt und lasse das Handy auch mal ausgeschaltet. Frau Tobel besaß zum Interviewzeitpunkt und nach erfolgreicher Abstinenz vom Onlinespielen »aus Prinzip« keinen Fernseher. Fernsehen sei aus ihrer Sicht oberflächlich und große Zeitverschwendung (Frau Tobel, 43 ff.). Frau Sturm boykottierte aktiv Werbefernsehen, unter anderem durch eine bewusste Selektion von Fernsehinhalten mittels Fernsehzeitschrift.

An diesen Beispielen für eine reduzierte Mediennutzung wird deutlich, wie stark die Frauen in Fallgruppe 3 hinsichtlich ihrer Mediennutzung zwischen Extremen zu pendeln scheinen, was teilweise auch Widersprüchlichkeiten in sich birgt. Dies reflektierte Frau Tobel auf selbstironische Weise:

»Und, äh, es, es ist halt so in diesen Spielen erstmal am Anfang [...] alles total neu und aufregend, aber irgendwann geht's nur noch darum irgendwie zu, zu kämpfen, Punkte zu bekommen für alles Mögliche und klar, auch die soziale Interaktion. Aber, ähm, es war eben alles sehr viel, naja, automatisiert, oder eben so auch mit weniger Nachdenken und so. Also, eher so zum Abschalten, eher so wie andere Leute fernsehgucken. Wo ich gesagt hab' am Anfang, das mag ich nicht, fernsehgucken, das ist ja nur blöde Zeitverschwendung, aber naja, was mach' ich denn selber anderes?« (Frau Tobel, 929-939)

Auffällig ist, dass auch in Fallgruppe 3 keine der Frauen eine internetnutzungsstörungsspezifische Behandlung in Anspruch nahm. Frau Holzer, Frau Löwe, Frau Sommer, Frau Tobel, Frau Sturm und Frau Kiefer nahmen psychologische Beratung oder Behandlung in Anspruch, die nicht speziell auf die Internetnutzung ausgerichtet war, sondern auf Probleme außerhalb dessen (zum Beispiel die Depression, die Schwierigkeiten im Studium). Frau Kraut, Frau Hahn, Frau Auster, Frau Lenz und Frau Mohn nahmen

Angebote der allgemeinen Suchthilfe in Anspruch. Bei Frau Auster und Frau Lenz wurde dabei dezidiert die problematische Internetnutzung adressiert. Bei Frau Mohn hingegen stand eher der Alkoholismus bzw. die Sucht an sich im Vordergrund der stationären und ambulanten Therapie. Sie profitierte eher von einer selbst gegründeten internetnutzungsstörungsspezifischen Selbsthilfegruppe. Frau Kraut, Frau Hahn und Frau Auster nahmen ebenfalls Selbsthilfegruppen in Anspruch, die sich jedoch an Glücksspielabhängige richteten und in denen sie mit ihrer Problematik eine Ausnahme darstellten. Frau Kiefer kontaktierte eine internetnutzungsstörungsspezifische Anlaufstelle, lehnte das Angebot aber final ab, da sie die Befürchtung hatte, dass ihre Probleme außerhalb der Internetnutzung darin außer Acht gelassen würden.³²

Teilstudie 2: Der biografische Kontext

In diesem Kapitel erläutere ich, welche Lebensverläufe sich bei Frauen mit einer problematischen Internetnutzung verschiedener Schweregrade zeigen und inwiefern negativ-belastende genauso wie positive Lebenserfahrungen mit der Entwicklung einer (problematischen) Internetnutzung zusammenhängen können. Zur besseren Verständlichkeit nutze ich bei Fallschilderungen die einfache Vergangenheitsform anstatt des Konjunktivs, auch wenn alle Schilderungen auf die jeweilige Befragte als Quelle zurückzuführen sind. Meine Interpretationen und Hypothesen als Forscherin kennzeichne ich sprachlich.

³² »[...] es gibt ja immer diese Rundmails, [...] wo sie so Studienleute suchen oder so. Und da gab's auch 'ne Zeitlang relativ häufig irgendwelche Internetsuchtsachen. Und auf eine hatte ich mich mal gemeldet gehabt. Und, ähm, dann meinten sie: Nee, sie suchen nur Männer, aber ich könnte irgendwie zum Beratungsgespräch oder irgendwas kommen. Und das hab' ich dann gesagt: Nee, okay, dann lassen wir das. ((leises Lachen)) [...] Wahrscheinlich war da irgendwie die Angst, dass es irgendwie nur darauf fixiert ist, und in dem Fall war ich dann auch schon in Therapie und dachte: Na gut, das/ Irgendwie pack ich's ja im Moment an, und das is' jetzt auch nicht ganz so wichtig. Ähm, und bei der Studiensache hätte es irgendwie noch 'n Mehrwert gehabt.« (Frau Kiefer, 1852-1867)

Fallbeispiel Frau Mohn

»Weil ich so ein Wegrenntyp bin, ne? Ich bin von zu Hause weggerannt, ich bin dann auch vom Hof weggelaufen. Ich hab' dann immer Veränderungen geschaffen, aber nicht das Problem gelöst.«
(Frau Mohn, 434-437)

Zusammenfassende Charakterisierung des Falls | *Steckbrief:* Frau Mohn war zum Interviewzeitpunkt im 45.-50. Lebensjahr, berufstätig, verheiratet und hatte Kinder. Während der Familienzeit entwickelte Frau Mohn eine problematische Onlinespielnutzung in Kombination mit Alkoholismus. Frau Mohn verließ schließlich ihre Familie, um zu einem Online-Spieler zu ziehen. Es folgte ein Suizidversuch und ein längerer stationärer Therapieaufenthalt. Frau Mohn zog anschließend wieder zu ihrer Familie zurück. Frau Mohn war zum Interviewzeitpunkt in der Onlinesucht-Selbsthilfe aktiv und nahm bei Bedarf weiterhin ambulante Psychotherapie in Anspruch. *Interviewsituation:* Das Interview fand face-to-face im Meetingraum einer Selbsthilfekontaktstelle statt. Frau Mohn hatte schon vorab positive Erwartungen an das Interview und ging davon aus, dass es bestimmt interessant werden würde. Ihre Erzählbereitschaft war sehr hoch. Frau Mohn gestaltete den ersten Teil des Interviews nahezu eigenständig und begann zu erzählen, noch bevor ich als Interviewerin eine Frage stellen konnte. Es war spürbar, dass Frau Mohn gewohnt war, die eigene Geschichte zu erzählen und Zusammenhänge zwischen Lebensereignissen und der problematischen Internetnutzung herzustellen.

Biografische Fallanalyse | Frau Mohn ist Fallgruppe 3 »Hoher Schweregrad einer problematischen Internetnutzung« zugeordnet. Im Folgenden schildere ich die markantesten Ergebnisse in Orientierung an den Forschungsgegenständlichen Analyseheuristiken (vgl. Kapitel *Umsetzung*). Für eine vollständige tabellarische Darstellung der herkunftsfamiliären Risiko- und Schutzfaktoren vgl. Anhang.

KINDHEIT UND JUGEND IN »ZWEI WELTEN«: Frau Mohn wurde in den 1960er Jahren geboren. Ihre Mutter war Tochter eines Gutsbesitzers, welcher im Laufe des Zweiten Weltkrieges in einem Konzentrationslager umkam. Frau Mohns Vater war »einfacher Arbeiter« (Frau Mohn, 77). Frau Mohn wuchs als Einzelkind bei beiden Elternteilen auf, welche während ihrer Kindheit und Jugend durchgehend ein Paar waren. Die Beziehung der Eltern war allerdings konfliktbehaftet; es gab ständig »Unstimmigkeiten« (Frau Mohn, 63-64). Die Einkommenssituation erlebte Frau Mohn als stabil. Sie selbst wurde von den Eltern materiell »verwöhnt«, allerdings unter der Bedingung: »Musst du nur schön lieb sein« (Frau Mohn, 2021-2025). Ihre Kindheit und Jugend waren geprägt von hohen elterlichen Maßstäben. Der Bildungsanspruch in der Familie war insofern hoch, als dass Frau Mohn auf jeden Fall das Abitur machen sollte. Frau Mohn machte Abitur, kam aber ansonsten schlecht mit den elterlichen Erwartungen zurecht. Insbesondere litt sie unter der konservativen Erziehung ihrer Mutter. Die Mutter wollte »ein ordentlich angezogenes Mädchen« (Frau Mohn, 43-49) und war sehr »streng« (Frau Mohn, 2010). Frau Mohn verglich ihre Mutter mit der Figur von Fräulein Rottenmeier aus dem Buch »Heidi«:

»Meine Mutter ist so ein bisschen wie so 'ne strenge Gouvernante. Kennen Se Heidi? [...] Das macht mich so traurig, kann ich nicht gucken. [...] Diese Frau Rottenmeier/ Ich kann damit nicht umgehen. Meine Mutter hatte so hohe Erwartungen an mich. Gerade sitzen, stillsitzen. Ich/ Und ich bestand nur aus Augen, ich wollte das Leben erfahren. Wissen Sie, wie schön das sein kann, so im Dreck zu wühlen und so, und da musste ich immer 'ne weiße Strumpfhose anziehen sonntags. [...] Und ich, ich/ Meine Mutter wollte immer aus mir so 'ne/ so, so so 'ne liebe Frau machen, und das/ Irgendwie hab'/ hat das nie geklappt.« (Frau Mohn, 1971-1993)

Als Kind durfte Frau Mohn nicht wütend sein, da ihre Mutter nicht mit Wut umgehen konnte. Ihre Wut musste daher anderweitig ein Ventil finden, so meine Interpretation. »Also, ich hab' schon in meiner Jugend einiges auch zerstört. [...] Dinge vor die Wand geschmissen, die dann kaputt gegangen sind.« (Frau Mohn, 2191-2197) Die Strenge der Mutter brachte Frau Mohn mit deren »schlimmen« Kriegserfahrungen in Verbindung. »Kriegserfahrungen hat die ganz schlimme gehabt. Aber damit habe ich nichts zu tun, dann/ Aber das prägt mich trotzdem, dadurch bin ich sehr/ Meine Mutter ist enteignet worden und mein Opa ist im KZ umgekommen.« (Frau Mohn, 2013-2017) Frau Mohn erfuhr emotionale Vernachlässigung in Form einer übermäßigen Kontrolle und Regulation. Die Mutter orientierte sich in ihrer strengen Erziehung allein an den eigenen, ihr selbst erzieherisch sinnvoll erscheinenden Maßstäben, so meine Deutung, während die Bedürfnisse von Frau Mohn als Kind kaum eine Rolle spielten.

Frau Mohn wuchs zudem mit einem süchtigen Elternteil auf. Ihr Vater war Alkoholiker, »er hat sein ganzes Leben lang gesoffen, so 'n Quartalstrinker« (Frau Mohn, 536-537). Trotz des Alkoholismus war der Vater die wichtigste Bezugsperson für Frau Mohn. Die zentrale Verbindung erfolgte über die gemeinsame Liebe zu Motorrädern. Auch wenn diese liebevollen Momente rar waren, sind sie aus meiner Sicht bedeutsam, denn Frau Mohn erlebte Schutzfaktoren wie elterliche Wärme und gemeinsame soziale Aktivitäten, offenbar in erster Linie im Kontakt mit ihrem Vater.

»Meinen Vater habe ich kennen gelernt als, äh, fleißigen [Berufsbezeichnung im gewerblichen Bereich], der mir, im Rahmen seiner Möglichkeiten, alles über Motoren und Motorräder beigebracht hat. [...] Er hat mich auf seine Art geliebt, und seit meinem dreizehnten Lebensjahr fahre ich motorisierte Zweiräder. [...] Und ich habe dann auch mit achtzehn meinen Motorradführerschein gemacht. [...] / Es war das einzige, wo sich mein Vater gegen meine Mutter durchgesetzt hat und mal gesagt hat: Das Kind macht 'n Motorradführerschein.

Das war zur damaligen Zeit recht unüblich, dass auch 'ne Frau Motorrad gefahren ist. Allerdings hab' ich das auch alles verstanden, weil das war das einzige, [...] was mich so mit meinem Vater verbunden hat.« (Frau Mohn, 58-75)

Indem der Vater Frau Mohn das Motorradfahren ermöglichte, bot er ihr zudem die Option, Autonomie in einem von konservativer Enge geprägten familiären Umfeld zu erleben, so meine Hypothese. Zu weiteren erwähnten Familienmitgliedern – der Mutter und der Großmutter mütterlicherseits – bestanden nur negative Beziehungen, was die positiven Aspekte der Beziehung zum Vater aus meiner Sicht noch bedeutsamer macht. Dennoch zeigt sich auch im Zusammenhang mit dem Vater emotionale Vernachlässigung in Form übermäßiger Verantwortungsübernahme (Parentifizierung): Schon »von klein auf« wollte Frau Mohn den Vater schützen (Frau Mohn, 33-37), ich vermute: vor den Abwertungen der Schwiegerfamilie. Auch Frau Mohn war von den Abwertungen der Familie mütterlicherseits betroffen, erfuhr also emotionale Misshandlung in Form von Unerwünschtheit und Ablehnung als »Kind des Vaters« (Frau Mohn, 76-77):

»Groß geworden bin ich immer: Mhm-hm, ich bin das Kind meines Vaters. Mein Vater ist einfacher Arbeiter gewesen, meine Mutter, äh, ist die Tochter eines Gutsbesitzers gewesen, und mein Vater war nie gut genug für meine Mutter, und das hat auch die, äh, Familie mütterlicherseits mir so immer suggeriert. Ich sehe meinem Vater sehr, sehr ähnlich, und da hab' ich eigentlich immer sehr drunter gelitten. Ich war immer das unbeliebte Enkelkind meiner Großmutter, das/ Ich hab' nicht gerade genug gegessen, ich war nicht fein genug, die Gabel nicht richtig gehalten. Das hat mich ziemlich traurig oft gemacht, und ich hab' das dann oft ausgelebt, indem ich, ähm, in Discos oder so zu der damaligen Zeit mit Pogo getanzt hab' und so lange, bis dat Blut lief. Also, dat war 'ne harte Zeit, so in [Stadt1] zu leben. Ähm, schon damals war es relativ nah auch an der Drogenszene, da

ich mich auch in der Punkszene bewegt hatte und, ähm/ Aber immer ohne das Wissen meiner Eltern. Da bin ich schon auf die schräge Bahn gekommen, bin aber niemals straffällig gewesen oder sonst wie. Aber ich war/ hatte mit Leuten zu tun, die einfach auch anders dachten und auch systemkritisch waren.« (Frau Mohn, 76-95)

Als Jugendliche begann Frau Mohn also in »zwei Welten« (Frau Mohn, 47-48) zu leben. Daheim war sie ein »ordentlich angezogenes Mädchen« (Frau Mohn, 49), wie es die Mutter wünschte. Außerhalb der Familie war sie in einer Gang und hielt sich in der Punkszene mit Nähe zur Drogenszene auf. Das Ausbrechen in soziale Strukturen am Rande der Gesellschaft führte Frau Mohn auf die innerfamiliären Abwertungserfahrungen zurück.

Mit 18 Jahren machte Frau Mohn den Motorradführerschein und das Abitur. Die Ablösung von den Eltern erfolgte radikal: »Und dann bin ich mit achtzehn von zu Hause weggelaufen. [...] Hab' meine Klamotten gepackt und bin zu einem Mann gezogen.« (Frau Mohn, 97-99) Mehrere Jahre hatte Frau Mohn keinen Kontakt zu ihren Eltern.

Tabelle 37: Lebensverlauf Frau Mohn (Ausschnitt 1, eigene Darstellung)

Frau Mohn							
Lebensphase:				Kindheit	Jugendzeit/Gesamtschulzeit		
Ereignis:	Vater der Mutter im KZ umgekommen	Eltern emigrieren nach Westdeutschland	Eigene Geburt	Wird als Einzelkind materiell verwöhnt. Vater »einfacher Arbeiter« und Alkoholiker. Konservative Erziehung insbesondere seitens der Mutter.	Beginnt, »motorisierte Zweiräder« zu fahren	Daheim »ordentlich angezogenes Mädchen«, draußen mit Nähe zur Gang-/Drogenszene	Motorradführerschein, Abitur
Internet:							
Alter:					ab 13. Lebensjahr	13.-16. Lebensjahr	18. Lebensjahr
Zeitraum:	2. Weltkrieg	Nach dem 2. Weltkrieg	1960er Jahre		1970er bis 1980er Jahre		

AUSBILDUNG UND BERUFSTÄTIGKEIT (WIEDER »EXTREME«): Frau Mohn absolvierte eine »sehr gute Ausbildung« (Frau Mohn, 104). Ungefähr in der Zeit ließen sich die Eltern scheiden, zu denen Frau Mohn weiterhin keinen Kontakt hatte. Anfang bis Mitte der 20er Lebensjahre begann Frau Mohn ihre herausfordernde Berufstätigkeit, in der sie »auch wieder in diese Extreme« (Frau Mohn, 105) geriet. Im Beruf war sie häufig mit dem Tod konfrontiert und fand in Auseinandersetzung damit ihren Glauben an Gott.

»Ich stand ja dann da mit der ganzen Intensivmedizin, ne? Mit all den Geräten, stehe ich da, [...] und es geht trotzdem nicht. Und ((Pause)) dann hab' ich gedacht, das ist jetzt nicht mehr Menschenhand, das ist jetzt gottgewollt. [...] Da sind Menschen halt nicht für zuständig. Und dann hab' ich das an Gott abgegeben, indem ich gesagt hab: So, das regelst du jetzt. [...] Und dann musste ich die Kinder in die liebenden Hände eines Gottes legen. Also, damals hatten wir dann 300-Gramm-Babys, die/ [...] Aber et war klar, so kleine Tuben hatten wir gar nicht, die konnten wir gar nicht intubieren, und dann mussten wir halt warten, bis, bis das Baby gestorben ist. [...] Und da war ich natürlich sehr jung noch. Das sind so Dinge, die mich sehr geprägt haben einfach.« (Frau Mohn, 2374-2398)

Anfang ihrer 20er Lebensjahre lernte Frau Mohn ihren zukünftigen Ehemann kennen. Sie zogen zusammen und heirateten standesamtlich. Zur Heirat stand Frau Mohns Vater mit einem Blumenstrauß vor der Tür, während zur Mutter weiterhin kein Kontakt bestand. Dass Frau Mohns Mann studierte und Frau Mohn Hauptverdienerin war, tat ihr gut. »Tat mir gut, die Verdienerin zu sein.« (Frau Mohn, 163-164) Frau Mohn wollte noch kirchlich heiraten. Da ihr Mann katholisch war, nahm sie ein Jahr lang Konvertitenunterricht, der auf sie wie Psychotherapie wirkte. Auf Anregen des Pastors kam es in der Zeit wieder zur Kontaktaufnahme mit der Mutter. Frau Mohn, die vorher evangelisch gewesen war, wurde nun katholisch.

Frau Mohn und ihr Mann heirateten kirchlich »ganz traditionell im weißen Kleid und einer weißen Kutsche« (Frau Mohn, 150-151).

Tabelle 38: Lebensverlauf Frau Mohn (Ausschnitt 2, eigene Darstellung)

Frau Mohn							
Lebensphase:	Nach dem Abitur	Ausbildung	Phase der Berufstätigkeit				
Ereignis:	»Von zu Hause weggelaufen und zu einem Mann gezogen«. Kontaktabbruch zu Eltern	Sehr gute Ausbildung gemacht. Scheidung der Eltern	Herausfordernde Berufstätigkeit (»Auch wieder in dieses Extreme«); häufig mit dem Tod konfrontiert → Glauben an Gott gefunden	Kennenlernen des Partners. Standesamtliche Heirat	Mann studiert, Frau Mohn war für das Einkommen zuständig.	Konvertitenunterricht; Kontaktaufnahme zur Mutter	Konvertierung von Evangelisch zu Katholisch. Kirchliche Heirat
Internet:							
Alter:	18. Lebensjahr	Ab ca. 18. Lebensjahr	20er Lebensjahre				
Zeitraum:	1980er Jahre						

FAMILIENGRÜNDUNG (»HAUSFRAU UND MUTTER«): Mit Ende 20 brachte Frau Mohn ihr erstes Kind zur Welt. Sie hörte auf zu arbeiten und es folgte der lang gewünschte Umzug aufs Land. Dort fühlte Frau Mohn sich allerdings einsam als die »exotische« Zugezogene mit einer »quietschroten Strähne« im Haar (190-192) und eingeschränkt von »katholischen Zwängen« und »Spießbürgertum« (Frau Mohn 193-194). Mit Anfang 30 bekam Frau Mohn ein weiteres Kind. Es folgte der Hausbau und der Umzug in die unmittelbare Nähe der Schwiegereltern. »Also, wir haben dann ’n Haus gebaut und wir sind dann auf den Hof meiner Schwiegereltern gezogen, die ’ne große [Rohstoff]Handlung hatten. Meine Schwiegermutter ist eine Geschäftsfrau.« (Frau Mohn, 219-222)

Frau Mohn selbst hatte aber weiterhin keine Arbeitsstelle, »und so hab’ ich mich nur als Hausfrau und Mutter definiert.« (Frau Mohn, 299-300) Von ihrer Schwiegermutter fühlte Frau Mohn sich »zur Magd degradiert« (Frau Mohn, 238). Sie bemühte sich, eine gute Schwiegertochter zu sein,

was ihr aber nicht gelang. Als sie sich ihr erstes eigenes Motorrad kaufte, sprach der Schwiegervater zwei Wochen lang nicht mit ihr. Später kommentierte er abwertend: »Wenn deine Küche mal so sauber wär‘ wie deine Motorräder.« (Frau Mohn, 252)

Meiner Deutung nach fand sich Frau Mohn in einem Umfeld wieder, das dem ihrer Kindheit und Jugendzeit glich. Erneut war sie in einem konservativen Umfeld, lebte auf einem Hof, so wie ihre Mutter ursprünglich auf einem Gutshof aufwuchs, und war erneut mit unerfüllbaren Rollenerwartungen konfrontiert. Dies zeigt sich zum Beispiel sprachlich in sich ähnelnden Formulierungen:

Zitat 1 (Kindheit/Jugendzeit): »Ähm, meine Eltern haben sehr, sehr große Erwartungen an mich gestellt, als Einzelkind, denen ich oft entsprochen habe, aber schon früh gemerkt hab‘, dass ich da sehr schlecht mit zurechtkomme.« (Frau Mohn, 37-40)

Zitat 2 (Familienzeit): »Also, ich war dann dafür zuständig, die Blumen ordentlich zu halten und die Straße zu fegen und sowas. Also, ich hab‘ dat gemacht, weil ich dacht‘/ ‚ne gute Schwiegertochter sein wollte, aber gemerkt, dass ich damit nicht besonders gut zurechtkomme.« (Frau Mohn, 240-242)

Psychisch ging es Frau Mohn immer schlechter. Ab Anfang 40 kam es zum heimlichen Alkoholkonsum, (»zwischen durch heimlich oft abends getrunken«, Frau Mohn, 311). Sie fühlte sich einsam, ohne Ausgleich und ohne Identität: »Ich war immer die ›Frau von‹. Ich war die Frau von [Ehemann], ich war die Schwiegertochter von [Schwiegereltern], ich war die Mutter von [Kind 1] und [Kind 2], und [Frau Mohn] gab’s irgendwie gar nicht. Also, ich wusste gar nicht, wer ich war.« (Frau Mohn, 313-318)

Als Frau Mohn zum Onlinerollenspiel kam, waren ihre Kinder zehn und zwölf Jahre alt, und die Tageskinder, die Frau Mohn betreut hatte, waren aus dem Haus. So hatte Frau Mohn »viel Zeit und Langeweile« (Frau

Mohn, 304). Über ihr Kind, dessen Onlinespielverhalten sie kontrollieren wollte, entdeckte sie das Multiplayer-Onlinerollenspiel Regnum. »Und da ich 'ne gute Mutter sein wollte, hab' ich mal geguckt, wat der da macht.« (Frau Mohn, 308-310) Drei Jahre lang hatte sie dann »missbräuchlich gelebt« (Frau Mohn, 691-692). Im Spiel war sie erfolgreich und Frau eines Gildenchefs – markanterweise auch wieder die »Frau von«.

»In diesem Spiel dann bin ich relativ gut vorangekommen und dann schon in höhere Gilden aufgestiegen ((Pause)) und hab' dann im Spiel einen Heerführer geheiratet. Und immer mehr Zeit am PC verbracht. Zu Hause hatte ich keine Lust mehr, irgendwas zu tun, ich hab' das Nötigste getan, aber ansonsten hab' ich nur vorm PC gesessen bis mitten in der Nacht und morgens auch. Also, in meinen/ In den richtigen Zeiten war ich zwölf bis sechzehn Stunden am PC. Und hab' dann irgendwann aufgehört, mit meinem Mann zu reden, weil der war ja an allem Schuld. Mhmm, getrunken hab' ich zu der Zeit nicht, weil ich hatte das Geld einfach nicht dazu, aber ich hab' gespielt, und ich war sehr erfolgreich. Ich war die Frau von einem Gildenchef. Und da man da ja auch immer kommuniziert hat, hatte ich tatsächlich das Gefühl, dort zu leben, und dann hab' ich mich wirklich verloren. Ich träume heute noch [...] wie ich über die Wiese reite von Alseus, das ist ein Land, obwohl ich gar nicht reiten kann. Also, ich hab' mich da total dann verloren, hab' mich in dieser Gilde wichtig und gut gefühlt, ich war schließlich die Frau vom Heerführer, und wenn der nicht »on« war, dann war ich halt wichtig, und ich hatte eine relativ große Macht, und wir waren 'ne relativ gute Gilde. Und für mich gab's eigentlich nur noch dieses Spiel. Und dort war ich halt erfolgreich, schön, großartig.« (Frau Mohn, 318-341)

Frau Mohns Spielverhalten führte zu immer mehr Konflikten in der Partnerschaft. Schließlich verließ Frau Mohn ihren Ehepartner und ihre Kinder und zog zu dem Mann, der im Spiel der Gildenchef war. Dieser stellte sich als »zahnloser, junger Mann« heraus (Frau Mohn, 348). Ein halbes Jahr lang zockte sie in der »schäbigen« Wohnung (Frau Mohn, 357-358) des jungen Mannes, bis sich die Situation so zuspitzte, dass Frau Mohn einen Suizidversuch beging:

»Ähm, meine Kinder sind bei meinem Mann geblieben. Ich hab' meinen Mann und meine Kinder verlassen. Ähm, hatte zu der Zeit dann aber auch 'ne eigene Wohnung, wo ich zwischendurch war, und dann, als das Geld alle war, war ich ja auch nicht mehr so besonders wichtig für den Mann [den Gildenchef]. Oder wie gesagt, da gab's da Probleme, so dass ich wirklich nicht mehr ein und aus wusste, und dann hab' ich mir Schlaftabletten besorgt und ganz viel Alkohol ((stockt)). Und ich weiß nicht, was es war, auf jeden Fall habe ich das wieder alles ausgebrochen und hab' überlebt und bin dann zu meiner Hausärztin gegangen. Irgendwie hab' ich die angerufen und gesagt: Ich kann nicht mehr. Und dann hat die mir 'ne Einweisung geschrieben in die Psychiatrie.« (Frau Mohn, 360-372)

STATIONÄRE PSYCHOTHERAPIE (»SCHLIMMSTE UND BESTE ZEIT MEINES LEBENS«): Die stationäre Psychotherapie dauerte ungefähr ein Jahr. Frau Mohn blieb zwei Monate lang auf der Entgiftungsstation der Psychiatrie und wechselte anschließend in die stationäre Suchttherapie. Auch die Diagnose Onlinesucht wurde gestellt, doch mit der konnte »keiner was mit anfangen« (Frau Mohn, 409-410). In der Therapie konzentrierte sich Frau Mohn daher auf ihre Alkoholabhängigkeit. »Das war die schlimmste und beste Zeit meines Lebens. Mit Wohnungslosen, Rechtsanwälten, Richtern und Polizeikommissaren und Drogenabhängigen da zu leben, das war schon sehr interessant.« (Frau Mohn, 414-417) In der Therapie arbeitete Frau Mohn ihre Kindheit auf und setzte sich mit ihrem Muster des Weglaufens auseinander.

»Weil ich so ein Wegrenntyp bin, ne? Ich bin von zu Hause weggerannt, ich bin dann auch vom Hof weggelaufen. Ich hab’ dann immer Veränderungen geschaffen, aber nicht das Problem gelöst.«
(Frau Mohn, 434-437)

Mithilfe der Paar- und Familientherapie während des Klinikaufenthalts kamen Frau Mohn und ihr Mann wieder zusammen. Frau Mohn kehrte nach Hause zurück.

Tabelle 39: Lebensverlauf Frau Mohn (Ausschnitt 3, eigene Darstellung)

Frau Mohn						
Lebensphase:	Familiengründung »Hausfrau und Mutter«					
Ereignis:	Geburt des 1. Kindes. Frau Mohn hört auf zu arbeiten.	Umzug aufs Land. Seitdem Einsamkeit, »keinen Anknüpfungspunkt« finden als Zugezogene.	Geburt des 2. Kindes. Arbeitssuche wieder aufgegeben.	Hausbau und Umzug zur Schwiegermutter auf den Hof. Keine Arbeitsstelle. Nur noch »Hausfrau und Mutter«.	Frau Mohn kauft sich ein Motorrad. → Schwiegervater spricht 2 Wochen nicht mit ihr. Frau Mohn nimmt Tageskinder auf, nimmt kleine Jobs an.	»Heimlich oft abends getrunken«, einsam und frustriert
Internet:						
Alter:	20er Lebensjahre		30er Lebensjahre			40er Lebensjahre
Zeitraum:	1990er Jahre				Als die Kinder älter wurden	2000er Jahre

Lebensphase:	Problematische Online-spielnutzung (drei Jahre »missbräuchlich« gelebt)		Klinik	Rückkehr	Genesung/ Berufstätigkeit
Ereignis:	Frau Mohn verlässt Familie und zieht zu Spieler.	Wendepunkt: Suizidversuch → Lässt sich von Hausärztin in Psychiatrie überweisen.	2 Monate Entgiftungsstation/Psychiatrie. Wechsel in eine andere Klinik für stationäre Suchttherapie bzgl. Alkohol inkl. Diagnose Onlinesucht.	Kommt mit Ehemann wieder zusammen, kehrt nach Hause zurück.	Besuch einer Nachsorgegruppe und Selbsthilfegruppe für alkoholsüchtige Frauen. Ambulante Psychotherapie. Wiederaufnahme des alten Berufs.
Internet:	Spielt problematisch Multiplayer-Onlinerollenspiel (»Regnum«)				Abstinenz bzgl. Alkohol und PC-Spiele
Alter:	40er Lebensjahre				
Zeitraum:	2000er Jahre				

GENESUNG UND BERUFSTÄTIGKEIT: Nach dem Klinikaufenthalt besuchte Frau Mohn eine Nachsorgegruppe und eine Selbsthilfegruppe für alkoholsüchtige Frauen. Zudem nahm sie ambulante Psychotherapie in Anspruch. Seitdem lebte sie abstinent von Alkohol und Onlinespielen. Frau Mohn nahm ihren alten Beruf wieder auf. Später besuchte sie eine Onlinesucht-Selbsthilfegruppe. Sie erlitt erneut einen Rückfall, als sie auf ihrem Smartphone ein Onlinespiel spielte. Ende ihrer 40er Lebensjahre ermöglichte Frau Mohn sich berufliche Entlastung, indem sie aus dem Schichtdienst ausstieg und auf eine Halbtagsstätigkeit reduzierte.

Kurz vor dem Interviewzeitpunkt starb ihr Vater an Krebs. Frau Mohn hatte ihn beim Sterben begleitet. Kurz bevor er starb, hatte sie ihm mitgeteilt, ebenfalls (wie er) alkoholkrank zu sein. »Das wollte er aber nicht hören. Das tat ihm zu weh, das war/ Da war er dann auch schon zu alt und zu krank.« (Frau Mohn, 544-545)

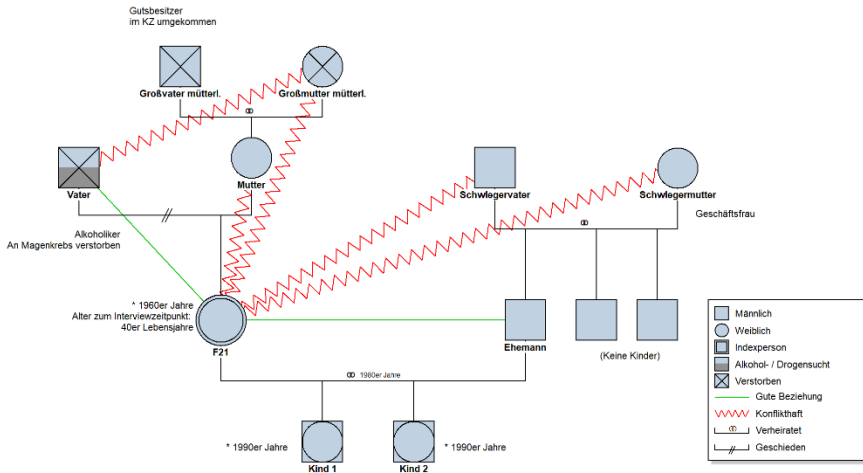


Abbildung 8: Genogramm Frau Mohn (Fall-ID F21, eigene Abbildung)

Frau Mohn war zum Interviewzeitpunkt weiterhin in therapeutischer Begleitung und fuhr wieder Motorrad, gemeinsam mit ihrem Ehemann. Bis zum Interviewzeitpunkt waren Motorräder bedeutsam im Leben von Frau Mohn, so meine Deutung. Zum einen waren sie der Bezugspunkt zum Vater. »Das definiere ich so als Liebe von meinem Vater.« (Frau Mohn, 257) Zum anderen stellten Motorräder für Frau Mohn in belastenden Lebensphasen ein Symbol für Freiheit und Selbstbestimmtheit dar sowie des Widerstands gegen Konventionen. In ihrem späteren sozialen Umfeld, in direkter Nähe zu den Schwiegereltern lebend, deuteten die Schwiegereltern das Motorrad, das sich Frau Mohn kaufte, als Symbol des Infragestellens konventioneller weiblicher Rollenbilder. Auf ihrem Genesungsweg nach dem stationären Therapieaufenthalt stellte das Wieder-Motorradfahren-Können ein Zielbild für Frau Mohn dar und eine Quelle der Selbstbestärkung.

»Also, was mich immer wieder bestärkt und was mich immer wieder, ähm/ Also, äh, ich fahr' wieder Motorrad. Und das Motor-

radfahren, das ist sowas, das kann mir keiner nehmen, dieses Gefühl, was ich dann da habe. Und das hält oft auch 'ne Weile. So dieses: Ich bin frei, ich bin mein eigener Herr, ich bestimme über mein eigenes Schicksal, mir kann keiner wat.« (Frau Mohn, 1158-1165)

Tabelle 40: Lebensverlauf Frau Mohn (Ausschnitt 4, eigene Darstellung)

Frau Mohn					
Lebensphase:	Genesung/Berufstätigkeit			Entlastung im Beruf	
Ereignis:			Weiterbildung; Ehrenamtliche Suchtkrankenhilfeausbildung	Tod des Vaters (Krebs). Frau Mohn steigt aus anstrengenden Aufgaben im Beruf aus.	Frau Mohn arbeitet nur noch halbtags, nicht mehr Vollzeit. Fährt wieder Motorrad, gemeinsam mit Ehemann. Weiterhin in therapeutischer Behandlung.
Internet:	Frau Mohn besucht Online-sucht-Selbsthilfegruppe	Rückfall (Onlinespiel auf Smartphone)			
Alter:	40er Lebensjahre				
Zeitraum:	2000er Jahre				

Das Motorrad deute ich als Symbol zentraler Veränderungen in Frau Mohns persönlicher Entwicklung. Nachdem es lange Zeit als ein Mittel fungierte, Freiheit innerhalb eines einengenden, abwertenden sozialen Umfelds zu erlangen, spiegelte sich in der Nutzung der Motorrads Ende ihrer 40er Lebensjahre eine Unabhängigkeit von äußerer Anerkennung wider, meiner Deutung nach ein Zeichen für *tatsächliche* innere Freiheit:

»I: Wie ist es dann heute mit Extremen? [...] B: Ich brauch das/ Also, diese Herausforderung brauch' ich nicht mehr so. Ich fahr anders Motorrad als früher. Früher bin ich/ hab' ich geguckt, wie/ Ich hab' heute so viel/ viel zu viel Schiss. Schiss, dass ich mich lang

lege mit dem Motorrad. Ich fahr viel safer Motorrad, ich brauch' dat nicht mehr, die Geschwindigkeit, so wie früher, dass ich da wirklich/ Oah, da musste ich 'n BMW stehen lassen oder 'n Golf. Da musste/ Das/ Also, ich, ich, ich/ ((Ausatmer)) Ich wollte wer sein. Ich, ich wollte besser sein. Oder als Frau. Ich wollte, äh, äh, auch Motorrad fahren, ich wollte so gut sein wie die Männer. Das brauche ich heut' nicht mehr. Ich bin gut als Frau. Ich möchte kein Mann mehr sein.« (Frau Mohn, 1800-1813)

FAZIT: Es wird deutlich, dass Frau Mohn in einem instabilen Familiensystem aufwuchs und ihre Kindheit und Jugendzeit von belastenden Lebenserfahrungen geprägt war. Familiäre Risikofaktoren überwiegen die Schutzfaktoren. Zwar deutet von außen betrachtet die sozioökonomische Situation des Elternhauses zunächst auf ein stabiles Familiensystem hin, von innen betrachtet zeigt sich allerdings Instabilität.

Zum einen liegen in Hinblick auf die psychische Gesundheitssituation der Familie prägnante Risikofaktoren vor mit Kriegstraumatisierungen seitens der Mutter und Suchtmittelabhängigkeit seitens des Vaters. Zum anderen zeigt sich in der Beziehung zu den Eltern bei Frau Mohn ein negatives Verhältnis zur Mutter und zur Großmutter sowie ein ambivalentes Verhältnis zum Vater zwischen Distanz/Parentifizierung und Liebe. Insgesamt betrachtet konnte Frau Mohn im elterlichen Haus nicht »sie selbst sein, so meine Deutung. Daher war es »notwendig« und »sinnvoll«, so meine Hypothese, dass Frau Mohn ihr Leben in zwei Welten aufspaltete und in konträren sozialen Rollen lebte: als die »lieb« Frau Mohn und als die »freie« Frau Mohn auf der »schrägen Bahn«. Als Frau Mohn von zu Hause »weglief«, hatte sie die Erwartung der Eltern hinsichtlich des Schulabschlusses erfüllt, wandte sich dann aber jahrelang von ihnen ab.

Die Erfahrungen in Kindheit und Jugend fanden als Leben *in Extremen* eine Wiederholung in Frau Mohns weiterem Leben. Dazu gehörte eine herausfordernde Berufstätigkeit, die Frau Mohn mit dem Tod kon-

frontierte, aber auch den Zugang zu Spiritualität als Ressource ermöglichte. Dazu gehört einerseits das Weglaufen als Befreiungsversuch aus dem Herkunftsfamiliensystem, andererseits der Weg »zurück in die Enge« mit der Hinwendung zum Katholizismus und dem Umzug auf den Hof der Schwiegereltern mit konservativen Rollenerwartungen. Erneut fand sich Frau Mohn in einem abwertenden Umfeld wieder und konnte ein weiteres Mal den Erwartungen einer Elterngeneration – nun denen der Schwiegereltern – nicht gerecht werden. Wie ihr Vater wurde Frau Mohn Alkoholikerin. Wiederholt erschuf sie sich eine »zweite Welt«, und zwar als Frau eines Gildenchefs in einem Multiplayer-Onlinespiel. Hier konnte sie sich im Gegensatz zum alltäglichen Leben frei und selbstbestimmt fühlen. Auch im Spiel war sie wieder die »Frau von«, diesmal aber anerkannt und geschätzt – eine Erfahrung, die ihr sowohl als junges Mädchen als auch als erwachsene »Hausfrau und Mutter« in der analogen Welt fehlte.

Dass sie letztendlich ihre Familie verließ und zu einem Spieler zog, kann als weitere Parallele zum Weglaufen mit 18 Jahren aus der Herkunftsfamilie gedeutet werden. Im Unterschied zu früher ging es aber für die erwachsene alkoholabhängige und onlinespielsüchtige Frau Mohn nach diesem Weglaufen nicht mehr erfolgreich weiter; mit 18 Jahren war das anders: Sie absolvierte eine Ausbildung, fühlte sich leistungsstark im Beruf, erlebte Anerkennung und Selbstwirksamkeit. Diese Optionen gab es für die spätere Frau Mohn, die sich bei einem »zahnlosen« Spieler wiederfand, nicht mehr. Ein gescheiterter Suizidversuch führte schließlich zum biografischen Wendepunkt. Frau Mohn vertraute sich ihrer Hausärztin an und begann eine stationäre Psychotherapie.

Abschließend kann gesagt werden, dass sich im biografischen Kontext in Frau Mohns problematischer Internetnutzung eine Bedeutungsebene zeigt, die ohne den Einbezug der Lebensgeschichte nicht sichtbar geworden wäre. Frau Mohn großes Bedürfnis nach Anerkennung und Freiheit, kombiniert mit der Lösungsstrategie des Weglaufens, trifft im späteren Er-

wachsenenalter auf eine Internetanwendung, die in der altbekannten Situation des Nicht-Genügens eine ›Lösung‹ darstellte. Als diese zweite Welt dann auch nicht mehr ausreichte, war es für die erwachsene Frau Mohn notwendig, ›tatsächlich‹ wegzulaufen. Deutlich wird, dass die Grundlage für dieses Muster in der Herkunftsfamilie gelegt und im Erwachsenenleben wieder aufgegriffen wurde, bis es Frau Mohn im Rahmen von Psychotherapie und Selbsthilfe gelang, alternative Lösungsmuster zu entwickeln.

Deutlich wird, welche zentrale Rolle herkunftsfamiliäre Risikofaktoren bei der Entwicklung einer problematischen Internetnutzung spielen können. Die Erfahrung von psychischer Vernachlässigung durch den mütterlichen Fokus auf das Erfüllen von starren Konventionen, kombiniert mit der Unzulässigkeit, die eigenen Bedürfnisse befriedigen zu dürfen, sowie schmerzhaft abwertende Erfahrungen stellen bei Frau Mohn prägnante herkunftsfamiliäre Risikofaktoren dar. Die wichtigste Bezugsperson, der Vater, konnte dies nicht ausreichend ausgleichen. Was er ihr jedoch bot, war das Motorradfahren als Mittel zur (zeitweiligen) Selbstbefreiung vor Konventionen. Selbstbestimmung und Erfolg erfuhr Frau Mohn zunächst auch im Beruf und mit Wegfall der Berufstätigkeit suchte sie diese im Onlinespiel. Somit ist auch dieser familiäre Schutzfaktor – die Erlaubnis für Freiheit und Selbstwirksamkeit – als Motiv in Frau Mohns problematischer Internetnutzung wiederzufinden.

Am Beispiel von Frau Mohn wird deutlich, wie komplex sich die biografischen Zusammenhänge darstellen und wie ertragreich es ist, hier in die Tiefe zu gehen, um die problematische Internetnutzung in ihrem biografischen Zusammenhang zu verstehen. Jeden der 24 Fälle analysierte ich auf diese Weise. Leider ist es an dieser Stelle nicht möglich, jeden Fall mit demselben Detailgrad wie Frau Mohn vorzustellen. Aus pragmatischen Gründen und im Sinne der Übersichtlichkeit werden daher im Folgenden die weiteren Ergebnisse aus Teilstudie 2 in verdichteter Form,

nach Fallgruppen systematisiert und mit Fokus auf markante Aspekte dargestellt.

Queranalyse Fallgruppe 1

»Ja, also, das waren ja alles sehr knappe Zeiten. Und wir waren nicht aus sehr reichem Elternhaus. Aber [...] Ich war immer in der Bücherhalle [...] und da hab' ich immer Bilderbücher geholt, wie reiche Kinder erzogen werden.« (Frau Falke, 460-467) | »Meine Mutter war sehr, sehr beschäftigt mit ihren ganzen Aufgaben. [...] Kinder sind da 'n bisschen noch nebenhergelaufen.« (Frau Kornfeld, 383-387) | »Und Sonntagnachmittag kam immer Operettenmusik im Radio. Und ich dachte immer: Wenn ich mich mal umbringen werde, dann an einem langweiligen Sonntag, wo es regnet und aus' Radio Operettenmusik kommt. Weil ich das das Allerdeprimierendste fand.« (Frau Winter, 153-157)

In Fallgruppe 1 (Frau Falke, Frau Kornfeld und Frau Winter) ist charakteristisch, dass die Befragten hier insgesamt wenige bzw. moderate herkunftsfamiliäre Risikofaktoren berichten. Die familiären Schutzfaktoren überwiegen (vgl. Tab. 41). Insgesamt zeigt sich bei den Frauen in Fallgruppe 1 die Tendenz zu einem stabilen Herkunftsfamiliensystem. Die belastenden Lebenserfahrungen im weiteren Lebensverlauf als Erwachsene liegen in einem moderaten Bereich. Anzumerken ist, dass das Interview mit Frau Winter nicht ausreichend biografische Informationen in Bezug auf die Herkunftsfamilie enthält, im Folgenden gehe kann ich daher nur auf Frau Falke und Frau Kornfeld ein.

Tabelle 41: Herkunftsfamiliäre Risiko- und Schutzfaktoren Fallgruppe 1 (eigene Darstellung)

B. Risikofaktoren: Krisenhaft-belastende Lebenserfahrungen in der Herkunftsfamilie in Kindheit/Jugend	Frau Falke	Frau Kornfeld	Frau Winter
<i>B1.2 Emotionale Vernachlässigung</i>			
Fehlende Förderung		Ja	
Kühles/teilnahmsloses elterliches Verhalten		Ja	
<i>B4. Stress, Überlastung, Überforderung</i>			
Finanzielle Sorgen	Ja		
Leistungsdruck		Ja	
<i>B5. Erleben von Verlust, Krankheit und Tod</i>			
Krankheiten			
C. Schutzfaktoren: Positiv-förderliche Erfahrungen in der Herkunftsfamilie	Frau Falke	Frau Kornfeld	Frau Winter
<i>C1. Erleben von Sicherheit und Orientierung</i>			
Kontrolle/Regeln/Orientierung	Ja	Ja	Ja
Beständigkeit/Verlässlichkeit/Rituale		Ja	Ja
<i>C2. Erleben von Autonomie, Exploration und Wachstum</i>			
Vorleben von Unabhängigkeit/Autonomie	Ja		
Förderung/Inspiration zu persönlichem Wachstum	Ja		
<i>C3. Erleben von Verbundenheit</i>			
Aufmerksamkeit/Zuwendung/Wärme	Ja	Ja	
Unterstützung und Entlastung		Ja	
Gemeinsame Familienaktivitäten in positiver Atmosphäre		Ja	
<i>C4. Offener Umgang mit schwierigen Situationen</i>			
Konfliktbereitschaft/Offenes Ansprechen kritischer Familienthemen	Ja	Ja	
Belastungsgrad in der Herkunftsfamilie:	Gering	Mittel	N/A

Frau Falke erwähnte als einzige annähernd belastende Lebenserfahrung in Kindheit und Jugendzeit eine knappe finanzielle Situation in der Herkunftsfamilie. Frau Falke war vor Ende des Zweiten Weltkriegs geboren, die Eltern hatten insgesamt sechs Kinder mit Frau Falke als jüngstes. Auch wenn Frau Falke in ihrer Herkunftsfamilie ausgleichend bedeutsame Schutzfaktoren wie Förderung und die Ermöglichung von Unabhängigkeit und Autonomie erlebte, scheinen gerade diese materiellen Limitationen für Frau Falke ein zentraler Motivator zur persönlichen Weiterentwicklung gewesen zu sein. Dabei spielten Medien eine treibende Rolle: Frau Falke las insbesondere Bücher, mit denen sie lernen konnte, wie man als reiches Kind aufwächst und ahmte dies nach.

»Du kannst dir vorstellen: Sechs Kinder und 'ne Mutter, die zu Hause ist, und ich bin [in den 1930er Jahren] geboren, ne? [...] Ja, also, das waren ja alles sehr knappe Zeiten. Und, äh, äh, wir waren nicht aus, äh, äh, äh, sehr reichem Elternhaus. Aber interessanterweise hab' ich ganz früh/ Ich war immer in der Bücherhalle. Ich hab' mir immer meine Bücher aus 'er Bücherhalle geholt, und da hab' ich immer Bilderbücher geholt, wie reiche Kinder erzogen werden. Und meine Geschwister waren ganz schockiert. Weil die immer sagen: Warum machst du das denn? Und ich sach: Ich will lernen, wie man das auch anders machen kann. Ja, also dann hab' ich mir die Bücher gekauft und habe das genauso gemacht wie die. Hab' mir 'n nagelneues Handtuch genommen. Wir hatten nur 'n Badezimmer, wo man den Badeofen anheizen musste. Und da hab' ich in 'er Küche/ Ich hab', äh, äh, sehr oft abwaschen müssen und so, und da hab' ich immer 'ne neue Decke draufgelegt, 'ne neue Blume hingestellt und mir 'n Handtuch hingelegt und mich dann abends immer schön gewaschen und Zähne geputzt. Und, und immer so alles/ (?) Und mit Messer und Gabel, ich sag: Nein, ich muss Messer und Gabel/ Das muss man ganz genau können. Also, sach mal. Da sagte meine Mutter immer: Lass sie doch. Also, ich hatte

immer schon 'n kleinen Triller unterm Pony. Ich hab' immer schon mehr gesehen als die Wirklichkeit und das ist eine wunderbare Art, um dir noch mehr Stoff zu geben. Und deine Ärmchen zu verlängern. Sagen wir so.« (Frau Falke, 460-494)

Bücher ermöglichten Frau Falke, die Begrenzungen ihrer eigenen Realität zu sprengen. Dieses Motiv sollte sich auch durch Frau Falkes weiteres Leben ziehen mit einem großen Bedürfnis nach lebenslangem Lernen und vielen (Bildungs-)Reisen und mit Medien als Verstärker (zum Beispiel Nutzung des Internets zur Verwirklichung von Auslandsaufenthalten). Positivförderlich wirkte sich in diesem Zusammenhang aus, dass die Mutter Frau Falkes frühes Bedürfnis zu lernen und in die Ferne zu gehen förderte. Frau Falke verließ früh das Elternhaus, um als Au-Pair ins Ausland zu gehen, was sich sehr horizontenerweiternd für sie auswirkte. Die Beziehung insbesondere zur liebevoll-fördernden Mutter³³ scheint meiner Ansicht nach bei Frau Falke dazu beigetragen zu haben, mit welcher selbstverständlichen inneren Unabhängigkeit sie sich im weiteren Lebensverlauf Bedürfnisse erfüllte. Dies bildet sich auch in der Internetnutzung ab. So begründet Frau Falke ihre Nicht-Anfälligkeit für eine problematische Internetnutzung (oder für jegliche andere Sucht) damit, dass sie weiß, wie sie sich nehmen kann, was sie braucht. »Also, warum wirst du süchtig? Weil du da etwas erlebst, was du dir wünschst. [...] Und [...] ich weiß, wie man das so kriegt. Ich brauche nicht das Internet dazu.« (Frau Falke, 1917-1921).

³³ Die Beziehung zum Vater zeigt sich bei Frau Falke distanziert-leicht negativ; der Vater schien für sie grundsätzlich keine wichtige Rolle zu spielen. Frau Falke beschrieb hingegen Familiensituationen, in denen deutlich wurde, wie klar und bestimmt ihre Mutter nicht nur die Kinder, sondern auch den Ehemann führte.

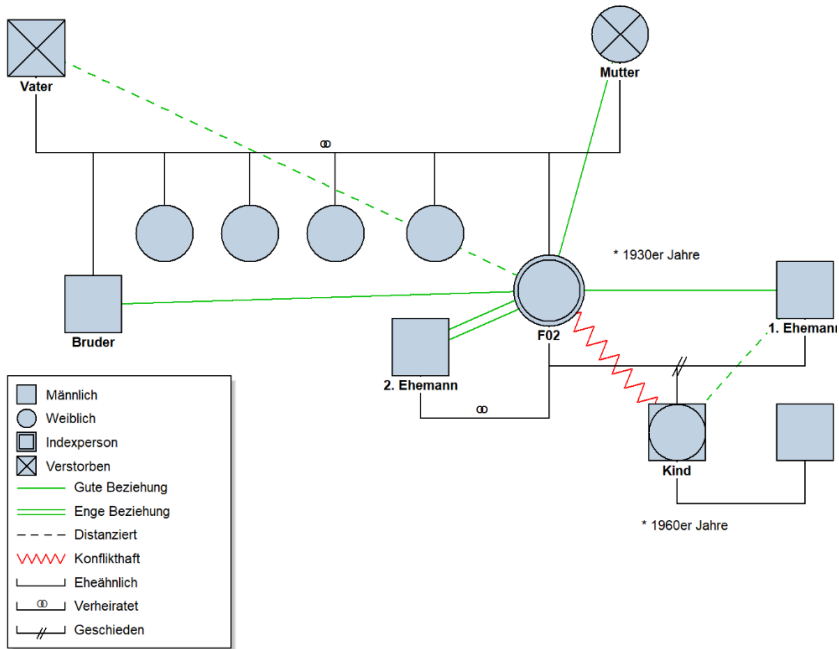


Abbildung 9: Genogramm Frau Falke (Fall-ID F02, eigene Abbildung)

Frau Kornfelds Schilderungen ihrer Herkunftsfamilie zeigen sich konträr zu denen von Frau Falke. Als bedeutsamer Risikofaktor wird hier emotionale Vernachlässigung in Form eines wenig liebevollen, nüchternen elterlichen Verhaltens deutlich.

»Meine Mutter war sehr, sehr, ähm, beschäftigt mit, mit ihren ganzen Aufgaben. Also, ich denk' so, das war die Kindheit damals in, in/ Wann war denn des? Achtziger. Siebziger, Achtziger. Ähm, war da noch andersch. Kinder sind da 'n bisschen noch nebenhergelaufen. Die hatte, äh, ihr Haus zu versorgen, dann hatte sie meischtens noch 'n Garten, dann war mei' Oma im Haus, und dann hatte sie noch 'n Nebenjob. Und dann, klar, sehr hohe Ansprüche als Hausfrau. Also, bei uns gab's am Wochenende immer Küche'. Das war

ganz klar. Und auch sonst wurde jeden Tag frisch und recht gesund gekocht. Also, da, (?). Und/ Ja, wir sind da einfach so dann, so nebenhergelaufen. Ja.« (Frau Kornfeld, 383-394)

Im Gegensatz zu Frau Falke wurde Frau Kornfelds Bücherlesen nicht gefördert. Die Mutter hatte keinen Zugang zu Büchern und fand, Frau Kornfeld würde zu viel lesen. Sie wünschte sich eher, dass Frau Kornfeld im Haushalt mithalf. Als weiterer prägnanter Risikofaktor kann Leistungsdruck festgehalten werden, der sich in den Erzählungen Frau Kornfelds insbesondere bei der Mutter manifestierte, die sich die meiste Zeit ihres Lebens keinen Mittagsschlaf gönnte und sich selbst bei Fieber nicht ins Bett legte. Der Vater war für Frau Kornfeld kein Ausgleich. Hier deutet sich eine negativ-distanzierte Beziehung an: Frau Kornfeld war nicht die »Prinzessin des Papas« und ihr Lesen bzw. ihre Freizeitgestaltung waren dem Vater »egal« (Frau Kornfeld, 406-423). Später im Interview sagte Frau Kornfeld im Zusammenhang mit der Suche nach einem Psychotherapeuten, sie hätte ein Vater-Thema. Dies ist meiner Ansicht nach interessant, da ich mich frage, warum der Fokus beim Vater lag und nicht bei der Mutter. Anzumerken ist, dass Frau Kornfeld im Gegensatz zu Frau Falke eher gehemmt über ihre Herkunftsfamilie erzählte, mir daher womöglich relevante Zusammenhänge nicht vorliegen.

Als bedeutsame Schutzfaktoren erlebte Frau Kornfeld in ihrer Familie Beständigkeit und Verlässlichkeit: Die Eltern lebten immer im selben Haus und am selben Ort. Die Mutter sorgte für verlässliche Alltagsrituale. Diese Mischung aus Beziehungsdistanz und Struktur/Disziplin, wie sie sich in der frühen Biografie von Frau Kornfeld zeigt, bildet sich meiner Ansicht nach auch in der Internetnutzung der erwachsenen Frau Kornfeld ab: Zum einen nutzte Frau Kornfeld das Internet sehr strukturiert und zielgerichtet. Zum anderen schien ihr die Selbstregulationsfähigkeit dabei wichtig zu sein. An einer Stelle schien es, als wäre eine ausufernde Internetnutzung

für Frau Kornfeld schambesetzt, da sie schnell abwehrend reagierte auf die Möglichkeit, man könne morgens schon das Internet nutzen:

»I: Das heißt, Sie stehen morgens auf, und/ B: Nee. So schlimm net. Nee. ((lacht)) I: Okay, sondern? B: ((lacht)) In der Mittagspaus' oder abends. ((Pause)) Nee, also ich hab' auch (kein?) Smartphone, also von dem her, ich kann nur über 'n PC reingehen. Und/ Nee. Also, morgens brauch ich's noch net. ((lacht)).« (Frau Kornfeld, 29-35)

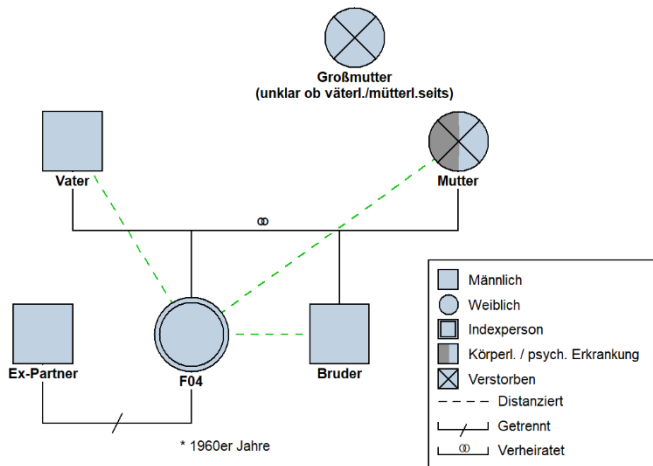


Abbildung 10: Genogramm Frau Kornfeld (Fall-ID F04, eigene Abbildung)

Hier erinnerte ich mich an die Kritik der Mutter am Viellesen der jungen Frau Kornfeld. Maßlosigkeit und Genuss könnten ein familiäres Tabu gewesen sein, sowohl auf Ebene der Mediennutzung als auch dahingehend, sich Schlaf und Genesung zu gönnen, so eine mögliche Deutung. Vorgelebt wurden in der Familie hingegen Selbstdisziplin und Selbstaufgabe. Als

Hypothese könnte man hier formulieren, dass diese biografischen Prägungen bei Frau Kornfeld eine ausufernde Medien- und Internetnutzung auch im Erwachsenenalter verhinderten.³⁴

Zusammenfassend wird deutlich, dass die Frauen aus Fallgruppe 1 in tendenziell stabilen Familienkontexten aufwuchsen ohne schwerwiegende Belastungsfaktoren (wie zum Beispiel der Tod eines Elternteils während der Kindheit und Jugendzeit, eine Suchterkrankung, eine Trennung der Eltern oder ständige Konflikte). Nicht erwähnt wurden zudem körperliche Vernachlässigung sowie emotionaler, physischer oder sexueller Missbrauch. Hinsichtlich der Beziehungsqualität zeigt sich bei Frau Falke ein sehr positives Verhältnis zur Mutter, was das distanziert-negative Verhältnis zum Vater ausglich. Bei Frau Kornfeld wird ein eher distanziertes Verhältnis zu beiden Elternteilen deutlich. Insgesamt schätze ich bei Frau Falke den Belastungsgrad in der Kindheit und Jugendzeit als gering ein, bei Frau Kornfeld im geringen bis mittleren Bereich. Dies führt sich im weiteren Lebensverlauf fort. Die Frauen in Fallgruppe 1 berichteten von moderat belastenden Lebenserfahrungen im Erwachsenenalter (vgl. Tab. 42).

Ob es nun das Ausbleiben schwerwiegender Lebensbelastungen ist, was bei diesen Frauen zu einer gesunden Internetnutzung beitrug, ist die Frage. Ich halte es für plausibler, dass es vor allem die herkunftsfamiliär vermittelten Orientierungen sind, die sich hier prägend auf den Umgang mit Medien und die Bedeutungsgebung auswirkten.

³⁴ In anderen Fällen wiederum könnten starke Reglementierungen bewirken, dass versucht wird, den dadurch erzeugten Mangel durch übermäßigen Konsum zu kompensieren.

Tabelle 42: Belastungserfahrungen im weiteren Lebensverlauf Fallgruppe 1 (eigene Darstellung)

Anmerkung: Die Hellgrau-Markierung bildet durch die Befragten moderat dargestellte Belastungserfahrungen ab, die Dunkelgraumarkierung schwerwiegend dargestellte Belastungserfahrungen.

Lebensbereich mit Belastungserleben im Erwachsenenalter	Frau Falke	Frau Kornfeld	Frau Winter
Trennung/Scheidung	Ja	Ja	
Alleinerziehend	Ja		
Schwierigkeiten in der Kindererziehung	Ja		
Hohe Berufs-/Alltags-Anforderungen	Ja		
Tod eines Familienmitglieds		Ja	
Eigene (schwere) körperliche Erkrankung			Ja
Allgemein körpergesundheitliche Probleme	Ja		
(Schwere) Körperliche Erkrankung des Partners			Ja
Erfahrung mit ambulanter Psychotherapie		Ja	
Eintritt ins Rentenalter und Erleben altersbedingter Limitationen			Ja
Belastungsgrad im weiteren Lebensverlauf:	Eher gering (bis mittel)	Eher gering (bis mittel)	Eher gering (bis mittel)

Queranalyse Fallgruppe 2

»Ich hab' viel ansehen müssen, [...] wo mein Vater meine Mutter geschlagen hat. Hab' mich oft dazwischen stellen müssen als Kind.« (Frau Rose, 338-341) | »Und mir war ja auch lang' gar net bewusst, was das eigentliche Problem war. Genau, weil da eben über das eigentliche Problem nie gesprochen wurde.« (Frau Kern, 798-800) | »Also es, es gab so 'ne Phase, [...] alle paar Nächte war dann irgendwie der Notarzt dann bei uns. Und das war schon irgendwie alles immer ziemlich beängstigend.« (Frau Fuchs, 2231-2234) |

»Meine Mutter hatte sehr genaue [...] Vorstellungen davon, warum sie ein Kind bekam und welche Rolle dieses Kind in ihrem Leben spielen sollte. Das ist sehr konfliktbehaftet, weil weder mein Bruder noch ich haben diese Rolle jemals erfüllt.« (Frau Bär, 1044-1049) | »Ich denk', das hat meine Kindheit schon sehr geprägt, dass sozusagen vor Ort eigentlich keine Familie war.« (Frau Linde, 402-404) | »Ich war halt irgendwie relativ einsam, glaub' ich [...]. Meine Eltern sind ziemlich oft umgezogen.« (Frau Nebel, 241-243) | »Also, meiner Mutter wär' es net eingefallen, dass ich nur Rock und Zopf trage in die Schule. Meine Oma, die hätte das gewollt, aber ich wollte des net. Und meine Mutter hat gesagt: Nee, das muss die net machen.« (Frau Kirschbaum, 1191-1195) | »Ich musste mir jetzt nicht so viel selber erkämpfen wie andere vielleicht.« (Frau Berg, 1213-1214) | »Und dann hieß es eben von meinen Eltern irgendwie oder von meiner Mutter häufig: schwache Konstitution. Weil ich laufend Zusammenbrüche hatte. Man musste sich das ja erklären.« (Frau Bach, 398-401) | »Ich mein', ich war 'n relativ braves Kind. Ich bin heimgekommen, wenn ich musste.« (Frau Schwalbe, 741-743)

In Fallgruppe 2 zeigt sich – genauso wie auch bei Fallgruppe 1 – charakteristisch, dass bei vielen Frauen moderate bis teilweise auch schwerwiegendere Risikofaktoren vorliegen, die allerdings von markanten Schutzfaktoren ausbalanciert werden (vgl. Tab. 43). Nur bei zwei Frauen zeigen sich Risikofaktoren mit hohem Belastungsgrad bei weniger ausgleichenden familiären Schutzfaktoren (Frau Rose, Frau Kern). Bei Frau Berg zeigt sich zudem die Bedeutung von innerfamiliären Rollen. Zu wenig biografisches Datenmaterial liegt bei Frau Nebel vor, um daraus sinnvolle Schlüsse ziehen zu können. Auch bei Frau Bach und Frau Schwalbe sind die biografischen Informationen weniger reichhaltig.

Verbale Gewalt						Ja				
Psychische Gewalt										
<i>B2.3 Sexueller Missbrauch/ Sexuelle Gewalt</i>										
Sexueller Missbrauch/ Sexuelle Gewalt								Ja		
<i>B3. Sucht oder exzessive/r Konsum/ Verhaltensweisen</i>										
Alkohol								Ja	Ja	
Internet			Ja							
<i>B4. Stress, Überlastung, Überforderung</i>										
Finanzielle Sorgen								Ja		
Leistungsdruck		Ja				Ja				
Stress								Ja		
<i>B5. Erleben von Verlust, Krankheit und Tod</i>										
Ständige Abwesenheit v. Elternteil/Pflegeperson	Ja							Ja		
Tod eines Familienmitglieds	Ja									
Ständige Konflikte zw. Familienmitgliedern					Ja			Ja	Ja	
Trennung der Eltern/ Pflegerpersonen	Ja							Ja		
Krankheiten	Ja		Ja		Ja	Ja				
Umzüge/Entwurzelung	Ja		Ja	Ja		Ja				Ja
<i>B6. Vermeidender Umgang mit schwierigen Situationen</i>										
Konfliktvermeidung/ übermäßige Harmonie					Ja	Ja			Ja	
Trennung unüblich/ man bleibt zusammen					Ja					
Familiengeheimnisse/ Unausgesprochenes					Ja			Ja	Ja	

C. Schutzfaktoren: Positiv-förderliche Erfahrungen in der Herkunftsfamilie	Frau Fuchs	Frau Bär	Frau Linde	Frau Kirsch- baum	Frau Berg	Frau Bach	Frau Schwal- be	Frau Rose	Frau Kern	Frau Ne- bel
---	---------------	-------------	---------------	-------------------------	--------------	--------------	-----------------------	--------------	--------------	--------------------

C1. Erleben von Sicherheit und Orientierung

Kontrolle/Regeln/ Orientierung	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja		Ja	Ja	Ja	
Beständigkeit/ Verlässlichkeit/Rituale	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	
Schutz vor Gefahren				Ja				Ja		
Materielle Beständigkeit und Sicherheit	Ja									

C2. Erleben von Autonomie, Exploration und Wachstum

Vorleben von Unabhän- gigkeit/Autonomie	Ja	Ja		Ja	Ja		Ja	Ja		
Förderung/Inspiration zu persönlichem Wachstum	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja			Ja	Ja	

C3. Erleben von Verbundenheit

Aufmerksamkeit/ Zuwendung/Wärme	Ja	Ja		Ja	Ja			Ja	Ja	
Unterstützung und Entlastung	Ja		Ja			Ja		Ja		
Familienaktivitäten in positiver Atmosphäre	Ja	Ja			Ja					

C4. Offener Umgang mit schwierigen Situationen

Konfliktbereitschaft/ Offenes Ansprechen kritischer Familienthemen	Ja				Ja					
Belastungsgrad in der Herkunftsfamilie:	Mit- tel	Mit- tel	Mit- tel	Ge- ring	Mit- tel	Mit- tel	N/A	Hoch	Hoch	N/A

Ein Beispiel für die Ausgewogenheit zwischen Risiko- und Schutzfaktoren ist Frau Fuchs³⁵. Bedeutsame herkunftsfamiliäre Risikofaktoren zeigen sich bei Frau Fuchs dahingehend, dass sie früh in ihrem Leben Verlust- und Trennungserfahrungen machte. Ihr Vater war in den ersten Lebensjahren beruflich viel abwesend. Im dritten Lebensjahr trennten sich ihre Eltern. Frau Fuchs wuchs anschließend bei den Großeltern auf. Als Jugendliche erlebte Frau Fuchs emotionale Vernachlässigung aufgrund der schweren Erkrankung ihres Großvaters: Dieser wurde zum Pflegefall über mehrere Jahre, so dass die Großmutter deutlich weniger um Frau Fuchs kümmern konnte als zuvor. Frau Fuchs fühlte sich in der Zeit alleingelassen, auch von ihren Eltern. Kurz nach Frau Fuchses Abitur starb der Großvater.

Neben den genannten Risikofaktoren zeigen sich in der Biografie von Frau Fuchs allerdings markante Schutzfaktoren, die sie früh prägten und sie – so meine Hypothese – resilient machten für die oben genannte schwierige Zeit in der Jugend: So war die Kindheit von Frau Fuchs trotz der Trennung der Eltern von Stabilität und Wärme geprägt. Sie wuchs bei ihrer Großmutter auf – eine Entscheidung, die einvernehmlich von beiden Elternteilen und der Oma gemeinsam getroffen worden war. Neben einer verlässlichen Tagesstruktur und klaren Regeln erfuhr sie von der Großmutter Aufmerksamkeit, Zuwendung und Wärme, erlebte sie als »lieb und herzensgut«. Ebenso lag eine positive, freundschaftlich-innige Beziehung zur Mutter vor sowie eine positive Beziehung zum Vater. Dieser war nicht ganz so »überfürsorglich« (Frau Fuchs, 1636-1662), sondern traute seiner Tochter viel zu. Die Eltern bleiben trotz Trennung gut miteinander im Kontakt und »verbündeten« sich bei wichtigen Entscheidungen für die gemeinsame Tochter, zum Beispiel für die Organisation eines Umzugs von Frau Fuchs in eine andere Stadt (Frau Fuchs, 1607-1634).

³⁵ Frau Fuchs war zum Interviewzeitpunkt im 25. bis 30. Lebensjahr, hatte vor Kurzem ihr Studium abgeschlossen und war gerade ins Berufsleben eingestiegen.

ich werd' jetz' nich' daran zerbrechen. [...] Okay, irgendwie wird schon irgendwas Neues passier'n und [...] in der Regel is' es irgendwas Positives, was passiert. Und dann denk' ich mir so: Ach, das wird schon auch schon wieder. [...] Es wird für alle 'ne Lösung geben. [...] Mit dem ((lachend)) Selbstverständnis geh' ich irgendwie durch die Welt so. ((lacht)) Ja.« (Frau Fuchs, 2782-2812)

In der kritischen Lebensphase als der Großvater erkrankte, fehlten Frau Fuchs die Pflegepersonen. Dennoch zeigt sie sich kompetent in der Bewältigung der krisenhaften Zeit. Dabei wird nun auch *die Bedeutung des Internets als Teil von Frau Fuchses Resilienz*, so meine Hypothese, deutlich: Frau Fuchs hatte sich neben ihren Freunden aus der Schule einen festen Freundeskreis in einem Onlineforum aufgebaut. Diese Freunde waren jeden Abend verlässlich anwesend, was Frau Fuchs insbesondere durch schlimme Zeiten am Abend oder in der Nacht half, wenn zum Beispiel der Notarzt für den Großvater kommen musste. Der Zugang zu diesem Onlineforum glich das Fehlen von Großmutter und Eltern als außerfamiliären »Ersatz-Schutzfaktor« aus. Die Onlinecommunity ermöglichte Frau Fuchs je nach ihrem Bedürfnis entweder Ablenkung und Distanzierung von der belastenden Situation durch gemeinsame Spiele und Gespräche oder ein offenes Ohr, Feingefühligkeit und Interesse für Frau Fuchses Gefühlslage.

»I: Was tat dir dann gut daran an der Art und Weise, wie die [Online-Freunde] mit deiner Situation umgegangen sind? B: Ähm, sie waren halt sehr verständnisvoll alle. Und, ähm, haben dann, ähm, also wenn's mir nich' gut ging und ich traurig war und so, dann, ähm, ja, war'n sie eigentlich, ((Pause)) ja, immer für mich da und haben dann immer, äh, mir Trost gespendet halt entweder, indem sie gefragt haben: Wie is 'n das überhaupt? Also dass ich überhaupt darüber reden konnte. [...] Auch, wie's mir damit geht. Und dann war's auch oft so, dass sie dann gesagt haben: Ach komm, dann machen wir jetz' irgendwie was anderes oder/ Also dann ham se mich halt auch abgelenkt

so. Und das [...] hat mir eigentlich oft ziemlich geholfen. Grad', wenn es irgendwie da zuhause nich' so gut war, [...] wusst' ich: Okay, ich geh' dann da hin und dann kann ich mich ablenken oder kann ich dem Ganzen, ja, entfliehen sozusagen, weil ich damals überhaupt teilweise überhaupt nich' wusste, wie ich damit umgehen soll, wenn irgendwie/ Also es, es gab so 'ne Phase, da war dann irgendwie alle paar Nächte, war dann irgendwie der Notarzt dann bei uns und, ähm, das war schon irgendwie alles immer ziemlich beängstigend. [...] Ähm, und da hat mir das schon ziemlich geholfen, dass ich halt dann irgendwie noch, ja, im Internet irgendwie Freunde hatte, mit denen ich mich dann halt auch abends dann irgendwie unterhalten konnte, so viel ich wollte sozusagen. Und dass halt dann meistens immer einer da war und dann halt auch, irgendjemand hatte immer Zeit sozusagen.« (Frau Fuchs, 2207-2248)

Das Aufwachsen in einem stabilen Familiensystem, geprägt von einer Ausbalancierung zwischen familiären Risiko- und Schutzfaktoren bei grundsätzlich positiven Beziehungen zu den Eltern, zeigte sich – trotz aller biografischen Individualität – bei vielen weiteren Frauen in Fallgruppe 2 (Frau Bär, Frau Linde, Frau Kirschbaum, Frau Bach und Frau Schwalbe).

Bei Frau Rose und Frau Kern liegt diese Balance meiner Ansicht nach nicht vor. Die Belastungen in Kindheit und Jugend bzw. die herkunftsfamiliären Risikofaktoren zeigen sich stark ausgeprägt, die vorhandenen Schutzfaktoren hingegen gering bis moderat, weswegen beide Frauen meiner Einschätzung nach in insgesamt instabilen Familiensystemen aufwuchsen. Beide Frauen waren geprägt davon, dass sie mit einem alkoholkranken Elternteil aufwuchsen. Ihre Erfahrung mit der elterlichen Suchterkrankung unterscheidet sich allerdings stark:

OFFENSICHTLICHER ALKOHOLISMUS: Für Frau Rose zeigte sich der Alkoholismus des Vaters und seine Gewalttätigkeit gegenüber der Mutter

explizit, d. h. eindeutig erfahrbar. Der Vater missbrauchte zudem Frau Rosés Geschwister. Frau Rose selbst erfuhr Unerwünschtheit und Ablehnung als Nachzüglerin, als »ungewollter Unfall« (Frau Rose, 349-350), denn der Vater hätte lieber einen Sohn gehabt. Frau Rose war als Kind in Gewaltsituationen involviert, zeigte Anzeichen einer übermäßigen Verantwortungsübernahme (Parentifizierung), indem sie sich zum Beispiel als Kind schützend zwischen den gewalttätigen Vater und bedrohte Mutter stellte oder die Polizei holen musste. Als bedeutsame Schutzfaktoren erlebte Frau Rose allerdings auch, vor den Gefahren geschützt zu werden. Die Mutter schickte die Geschwister ins Internat, um sie vor dem Vater in Sicherheit zu bringen. In besonders schlimmen Phasen floh die Mutter mit den Kindern zu Verwandten oder holte die Polizei. Es gab also keine Verheimlichung, sondern eine aktive Inanspruchnahme externer Hilfen. Als Frau Rose acht war, ließ sich die Mutter schließlich vom Vater scheiden und zog die drei Kinder alleinerziehend groß. Als weitere sicherheits- und geborgenheitsgebende Pflegeperson kam hier die Großmutter ins Spiel, die die Abwesenheit der berufstätigen Mutter auffing.

VERSTECKTER ALKOHOLISMUS: Für Frau Kern hingegen blieb der Alkoholismus des Vaters lange Zeit verborgen. Die Belastungen dadurch manifestierten sich implizit und schwer greifbar, was den Umgang mit der Suchterkrankung des Vaters für Frau Kern deutlich schwieriger machte als für Frau Rose. Als bedeutsame Risikofaktoren erfuhr Frau Kern insbesondere emotionale Vernachlässigung in Form einer nüchternen, selten liebevollen Mutter und eines abwesenden, teilnahmslosen, alkoholabhängigen Vaters. Die Familienatmosphäre war geprägt durch Konfliktvermeidung: Es gab viel »Gemotze« und schlechte Stimmung (Frau Kern, 797-805), aber keinen offenen Austausch über das eigentliche Problem. Auch später, als Frau Kern klar wurde, dass ihr Vater Alkoholiker war, war die Mutter nicht zu Gesprächen bereit. Nach außen hin wurde Frau Kerns Familie als »heile Familie« erlebt (Frau Kern, 1021-1023).

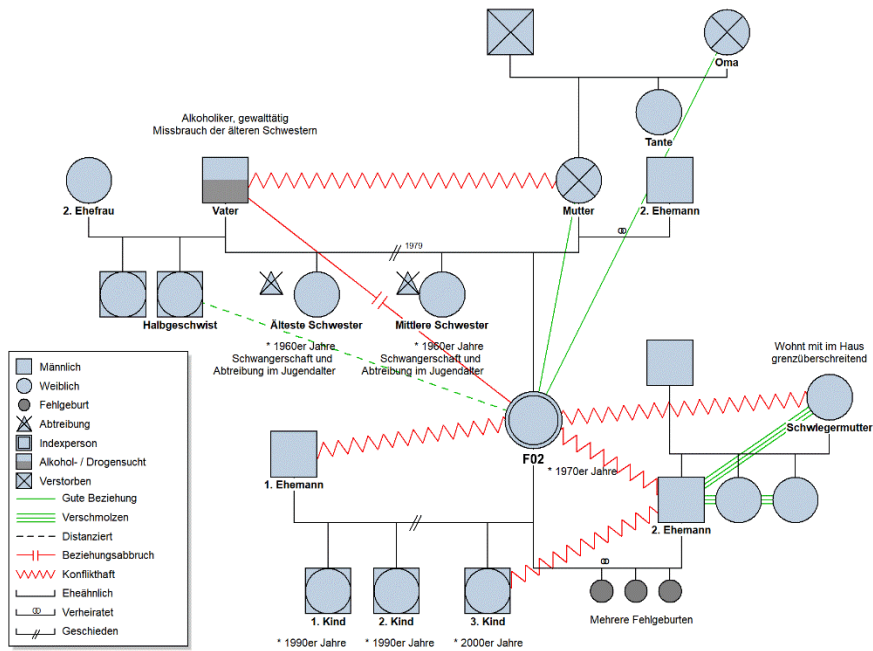


Abbildung 12: Genogramm Frau Rose (Fall-ID F01, eigene Abbildung)

Im Gegensatz zu Frau Rose war es Frau Kern daher weniger möglich, externe Hilfen zu aktivieren, denn eine Offenlegung des Familienproblems war tabuisiert, so meine Interpretation. Nachdem sie begriffen hatte, dass der Vater Alkoholiker war, geriet Frau Kern in eine übermäßige Verantwortungsübernahme. Sie zeigte also – genauso wie Frau Rose – Parentifizierungsanzeichen. Sie wollte den Eltern aus der Situation heraushelfen, was diese allerdings selbst nicht anstrebten. Auch hier zeigt sich ein markanter Unterschied zu Frau Rose, die erlebte, wie sich ihre Mutter gegen den Vater wehrte und sich schließlich aus der Beziehung löste. Als bedeutsame Schutzfaktoren erlebte Frau Kern Sicherheit und Orientierung sowie Beständigkeit, Verlässlichkeit und Rituale. Die Mutter las zum Beispiel ihren Kindern vor, was Frau Kern mit einem starken Geborgenheitsgefühl in Verbindung brachte, und vermittelte bedeutsame Werte hinsichtlich eines verantwortungsvollen Konsums und Naturschutz. Meiner Deutung nach

halfen genau diese Werte Frau Kern wiederum als Erwachsene, sich von den Eltern zu lösen und den eigenen Bedürfnissen zuzuwenden.

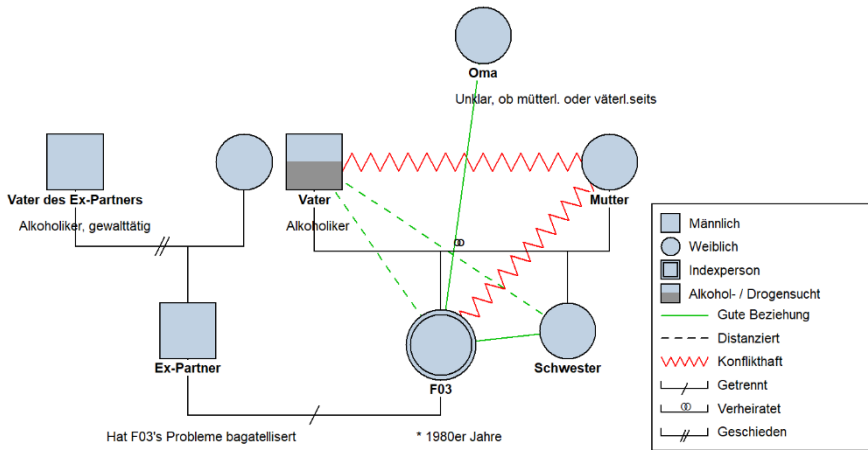


Abbildung 13: Genogramm Frau Kern (Fall-ID F03, eigene Abbildung)

Im Gegensatz zu Frau Rose erlebte Frau Kern bei ihrem Vater keine körperliche oder seelische Gewalt, »bloß« eine ausgeprägte Abwesenheit und Teilnahmslosigkeit. Meine Hypothese ist, dass Frau Kern sich in ihrem Familiensystem ohnmächtiger fühlte als Frau Rose angesichts der Veränderungsunwilligkeit der Eltern, während Frau Rose in ausgeprägten Krisensituationen Selbstwirksamkeit erfuhr. Ähnlich hingegen zeigen sich Frau Rose und Frau Kern in ihrem ausgeprägten Bedürfnis nach Verstehenwollen. Beide setzten sich stark mit den Familienproblemen auseinander, suchten nach zusätzlichen Erklärungsansätzen über Bücher und im Internet. Beide nahmen psychotherapeutische Hilfe in Anspruch. Interessant ist, dass sich bei Beiden die problematische Internetnutzung auch als problematische Internetrecherche zeigte, was meiner Ansicht nach zum Bedürfnis des Verstehen- und Erklärenwollens passt.

Der Fokus auf Risiko- und Schutzfaktoren in der Herkunftsfamilie ist *eine* mögliche Perspektive, um einen Zusammenhang zwischen Biografie und

Internetnutzung herzustellen. Eine weitere Perspektive möchte ich im Folgenden noch in Hinblick auf *innerfamiliäre Rollenmuster* schaffen. Hier zeigt sich, dass das gefühlte Ausmaß der Belastung auch davon abhängen kann, welche Rolle(n) eine Frau in ihrem Herkunftsfamiliensystem einnahm und welche (impliziten) Erwartungen und Aufträge damit einhergingen. Dies wird am Beispiel von Frau Berg³⁶ deutlich.

Frau Berg erlebte seit ihrer Kindheit ausgeprägte, lang andauernde Konflikte zwischen den Eltern, zwischen den Eltern und dem Geschwisterkind sowie zwischen den Eltern und der Großmutter väterlicherseits. Frau Berg erlebte aber auch, dass die Eltern aufgrund dieser Konflikte eine Paartherapie für sich selbst und eine Familientherapie unter Einbezug der Kinder in Anspruch nahmen und somit das Problem offen angingen. Im Familiensystem hatte Frau Berg eine neutrale bzw. vermittelnde Rolle inne, womit ganz eigene Belastungsmomente einherzugehen scheinen. »Also, ich bin irgendwie noch so 'n Zwischenstück. Jetzt nicht, dass ich unbedingt vermitteln kann, aber dass es zumindest noch irgendwas gibt, was alle zusammenhält.« (Frau Berg, 1823-1825) Als Vermittlerin versetzte sich Frau Berg in alle Positionen hinein, brachte für jede Person im Familiensystem Verständnis auf und versuchte auch, dieses Verständnis bei den anderen Familienmitgliedern zu wecken.

»I: Konntest du das denn nachvollziehen, was so ihre [der Schwester] Probleme jetzt zum Beispiel mit deinem Vater waren, also/ B: Ganz vieles nicht. Ich mein', ich hab' natürlich/ Ich kannte ja die Situation genauso wie sie. Ähm, aber dass sie das so sehr auf ihn abgeladen hat, das hab' ich nicht verstanden. Also, auch so [...] diese alleinige Schuld. Da bin ich aber, glaub', auch einfach jemand, der nicht einer Person die Schuld gibt, sondern versucht beides zu sehen. Also, dass es eben verschiedene Komponenten sind. Und sie

³⁶ Frau Berg war zum Interviewzeitpunkt Studierende im 20. bis 25. Lebensjahr. Sie empfand ihre Nutzung von WhatsApp, Facebook sowie ihr generell ständiges Online- und Erreichbarsein als problematisch.

hat halt wirklich sich komplett auf ihn fixiert. Und das hab' ich dann auch versucht, ihr irgendwie 'n bisschen näher zu bringen, dass das nicht sein kann.« (Frau Berg, 1849-1859)

Frau Berg stand dementsprechend zu keinem Familienmitglied in einem konflikthaften Verhältnis. Die Rolle der neutralen Vermittlerin allerdings war vermutlich auch der Grund dafür, dass sich Frau Berg in Bezug auf ihre eigenen Werte und Positionierungen orientierungslos fühlte, so meine Hypothese. Diese Orientierungslosigkeit wiederum fand ihr ›Gegenstück‹ in der Internetnutzung. Frau Berg nutzte unter anderem Soziale Netzwerke dafür, sich an anderen Personen zu orientieren. Zum Beispiel holte sie über WhatsApp die Meinungen von Freunden ein, wie sie sich in bestimmten Situationen verhalten soll. Oder sie verfolgte über Facebook die Aktivitäten anderer Personen und verglich sich mit ihnen. »Also, dass ich eben nicht sofort jetzt 'ne ganz klare Meinung hab', sondern erst so ein bisschen schau', was die anderen machen« (Frau Berg, 706-708). Auch außerhalb des Internets ging Frau Berg ständig in einen Vergleich, insbesondere mit Frauen und dabei stark auf das Aussehen bezogen. Mehrfach im Interview wird meiner Ansicht nach deutlich, dass Frau Berg mittlerweile ihre neutrale und damit auch sehr angepasste Rolle hinterfragte und *mithilfe des Vergleichs* nach Authentizität, nach sich selbst suchte:

»Ähm, also, ich such' auch gern nach, nach besonderen Merkmalen, die ich jetzt/ also, eine charakteristische Sache bei jemand anders oder so. Ähm, aber auch vom Verhalten, also, dass, ähm, Leute wirklich komplett einfach sie selber sind und so gar nicht drüber nachdenken, was andere denken. Weil das mach' ich nämlich sehr viel. ((lachend)) Also, ich überleg' mir immer: Wie kommt das bei anderen an? Ähm, und das find' ich eben immer sehr faszinierend, wenn, wenn Leute wirklich einfach sich selber auch gefunden haben einfach. Also, dass es eben auch alles zusammenpasst. Dass sie jetzt sagen: Okay, ich bin vom Typ her so

und so. Und dann muss ich mir da nicht irgendwas anderes aufzwingen lassen, und nur weil das jetzt grad' alle tragen, ähm/ Also, ich bin da, glaub' ich, immer noch auf der Suche, und ich find' es immer faszinierend, wenn andere das schon richtig gefunden haben.« (Frau Berg, 741-755)

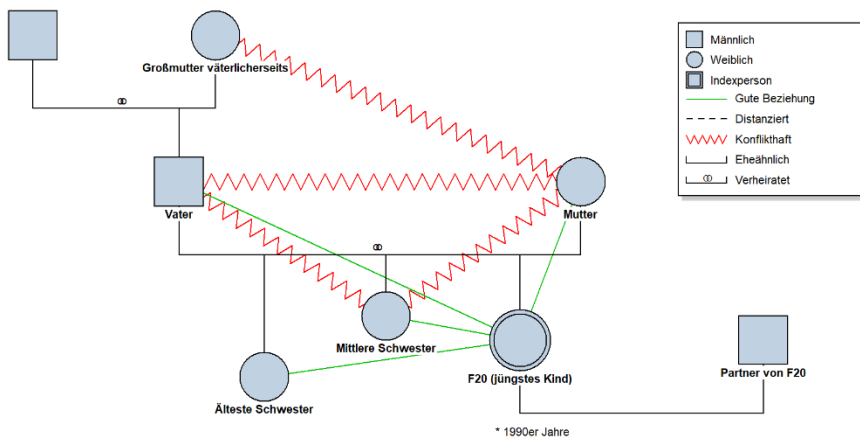


Abbildung 14: Genogramm Frau Berg (Fall-ID F20, eigene Abbildung)

Zusammenfassend zeigt sich, dass die meisten Frauen aus Fallgruppe 2 in einem stabilen Familienumfeld aufwuchsen, zwei Frauen aber auch in ausgeprägt instabilen Familiensystemen (Frau Rose, Frau Kern). Ein Blick auf Beziehungsqualität zu Elternteilen bzw. Pflegepersonen zeigt, dass es bei den meisten Frauen mindestens eine positiv-sichere Beziehung mit einer Pflegeperson gab, was das ggf. negativ geprägte Verhältnis zu anderen Pflegepersonen ausglich. Anzumerken ist, dass ich in diesem Kapitel nur Fälle skizziert habe, die besonders markante Muster in Fallgruppe 2 repräsentieren. Für einen Überblick über alle Fälle hinsichtlich erwähnter Risiko- und Schutzfaktoren vgl. Tab. 43.

Betrachtet man die Belastungserfahrungen im weiteren Lebensverlauf (vgl. Tab. 44), befinden sich diese zwischen einem Schweregrad von mittel bis teilweise hoch (zum Beispiel eine eigene Substanzmittelabhängigkeit und Traumafolgen bei Frau Nebel, eine eigene schwere körperliche Erkrankung wie bei Frau Schwalbe). Bei einigen Frauen liegt verdichtet eine Kombination vieler belastender Erfahrungen vor (zum Beispiel Frau Rose und Frau Schwalbe). Sechs Frauen haben Psychotherapieerfahrung.

Tabelle 44: Belastungserfahrungen im weiteren Lebensverlauf Fallgruppe 2 (eigene Darstellung)

Anmerkung: Die Hellgrau-Markierung bildet durch die Befragten moderat dargestellte Belastungserfahrungen ab, die Dunkelgrau-Markierung schwerwiegend dargestellte Belastungserfahrungen. Keine Färbung bedeutet, dass diese Erfahrung zutrifft, aber keine Schweregradzuordnung zutrifft.

Lebensbereich mit Belastungserleben im Erwachsenenalter	Frau Rose	Frau Kern	Frau Fuchs	Frau Bär	Frau Linde	Frau Nebel	Frau Kirschbaum	Frau Berg	Frau Bach	Frau Schwalbe
Häufige Umzüge					Ja		Ja			
Fehlende Sozialkontakte							Ja			
Probleme bzgl. Aufbau von/Umgang mit Sozialkontakten						Ja			Ja	
Partnerschaftskrisen	Ja	Ja								
Trennung/Scheidung	Ja ³⁷	Ja								Ja
Suchtkranker Partner	Ja									Ja
Postpartale Depression										Ja
Alleinerziehend										Ja
(Zu) Hohe Berufs-/Alltagsanforderungen				Ja	Ja		Ja			Ja
Den Traumberuf nicht (mehr) ausüben	Ja									Ja
Berufliche Orientierungslosigkeit		Ja								

³⁷ Inklusive Trennung von den gemeinsamen Kindern.

Wiederholt negative Kontakte zu den Eltern	Ja	Ja							
Länger andauernder Konflikt mit der Herkunftsfamilie			Ja					Ja	
Tod eines Familienmitglieds	Ja			Ja	Ja		Ja		
Eigene (schwere) körperliche Erkrankung	Ja								Ja
Erfolgreiche Kinderwunschbehandlungen mit Fehlgeburten	Ja								
Allgemein körpergesundheitliche Probleme	Ja			Ja			Ja		
Überforderung mit Alltagsbewältigung nach Auszug aus Elternhaus								Ja	
Generelle Ängste									Ja
Depression (in Klammern: Befragte vermutet)		Ja					Ja	(Ja)	
Sinn- und Lebenskrise		Ja						Ja	
Traumafolgen						Ja			
Psychische Ausnahmezustände						Ja			Ja
Eigene Substanzmittelabhängigkeit						Ja			
Negative Erfahrungen im Versorgungssystem ³⁸	Ja	Ja				Ja	Ja		Ja
Erfahrung mit ambulanter psychologischer Beratung									Ja

³⁸ Negative Erfahrungen mit dem Versorgungssystem berichteten Befragte zum einen auf Ebene der *Behandlung* in Form von Falschdiagnosen (Frau Nebel, Frau Bach) und damit einhergehender Destabilisierung (Frau Nebel) bzw. keine adäquaten Hilfen zu bekommen (Frau Kern); zum anderen auf Ebene der *Beziehung* in Form des Gefühls, von Behandelnden nicht ernst genommen (Frau Kirschbaum, Frau Bach) bzw. verstanden zu werden (Frau Rose).

Erfahrung mit Selbsthilfegruppen						Ja				Ja
Erfahrung mit ambulanter Psychotherapie	Ja	Ja	Ja			Ja	Ja		Ja	
Erfahrung mit stationärer Psychotherapie						Ja				
Belastungsgrad im weiteren Lebensverlauf:	Hoch	Mittel bis hoch	Mittel	Mittel	Mittel	Hoch	Mittel bis hoch	Mittel	Mittel bis hoch	Mittel bis hoch

Queranalyse Fallgruppe 3

»Ach, mhm, mit meinen Eltern hatt' ich so ab der Pubertät viel Stress. [...] Im Nachhinein hatten die auch immer genug zu tun mit meinen beiden jüngeren [Geschwistern]. Und haben dann auch nicht mehr so sehr geguckt, was ich mach'.« (Frau Holzer, 715-720) | »Also, mein Vater und ich, mir haben eine wahnsinnig innige Beziehung gehabt. Und zuzuschauen, wie mein Vater so langsam verschwindet/ Der war für mich immer so 'n Bär.« (Frau Löwe, 650-653) | »Nachdem mein Bruder gestorben ist, da war ich eh nicht mehr ich selbst.« (Frau Kraut, 711-712) | »Allerdings muss ich sage', bevor ich den Termin beim Psychiater hatte, hab' ich 'n Selbstmordversuch gemacht.« (Frau Hahn, 197-199) | »Und meine Mutter is' auch so: Ja, funktionieren is' wichtig, und die hat es nich' ausgehalten, dass ich nich' funktioniert hab'.« (Frau Sommer, 2494-2497) | »Oh, bei dir merkt man ja gar nicht, dass du blind bist, das waren so die größten Komplimente für mich.« (Frau Tobel, 269-271) | »Und dann kam es zu einem Kampf der beiden Geschwister um das bisschen Liebe, was meine Mutter so geben konnte.« (Frau Auster, 249-251) | »Und ich hat' nicht vor, Zeit meines Lebens bei meinem Vater wohnen zu bleiben. Darum hab' ich halt gesagt, ich geh' freiwillig in die Pflegefamilie.« (Frau Lenz, 1087-1089) | »Als ich viereinhalb Jahre alt war, sind wir dann vom

Jugendamt in Begleitung der Polizei aus der elterlichen Wohnung genommen worden und waren dann erstmal im Heim untergebracht.« (Frau Sturm, 546-549) | »Meine Mutter wollte immer aus mir so 'ne liebe Frau machen.« (Frau Mohn, 1991-1992) | »Ja, ich war am Anfang auch so 'n bisschen Papakind. [...] Wenn das zweite Geschwisterchen kommt, dann ist die Mama damit beschäftigt.« (Frau Kiefer, 488-490)

In Fallgruppe 3 zeigt sich charakteristisch, dass alle Frauen aus Fallgruppe 3 alle in einem tendenziell oder eindeutig instabilen Familienumfeld aufwuchsen (vgl. Tab. 45). Bei den meisten Frauen schlieÙe ich in Bezug auf Lebenserfahrungen in Kindheit und Jugendalter im Herkunftsfamilienkontext auf einen hohen Belastungsgrad (Frau Holzer, Frau Kraut, Frau Hahn, Frau Sommer, Frau Tobel, Frau Auster, Frau Lenz, Frau Sturm, Frau Mohn). Frau Sturm zum Beispiel wuchs in einer Familie mit Substanzmittelabhängigkeit, körperlicher Gewalt und einer instabilen Einkommenssituation der Eltern auf. Zwischenzeitlich wurden die Kinder vom Jugendamt in Obhut genommen. Frau Sturms gute Schulleistungen werden von der Mutter abgewertet und sogar verhindert. Bei einigen wenigen Frauen liegt ein eher moderater Belastungsgrad vor (Frau Löwe, Frau Kiefer).

Tabelle 45: Herkunftsfamiliäre Risiko- und Schutzfaktoren Fallgruppe 3 (eigene Darstellung)

<i>Anmerkung:</i> Bedeutsame, höher zu gewichtende Faktoren sind mit einem kursiven »Ja« gekennzeichnet.	Instabiles Herkunftsfamiliensystem										
	Frau Löwe	Frau Kiefer	Frau Holzer	Frau Kraut	Frau Hahn	Frau Sommer	Frau Toebel	Frau Ausster	Frau Lenz	Frau Sturm	Frau Mohn
B. Risikofaktoren: Krisenhaft-belastende Lebenserfahrungen in der Herkunftsfamilie in Kindheit/Jugend											
<i>B1.1 Körperliche Vernachlässigung</i>											
Unstete Versorgung									Ja		
(Lebens-)Gefährdung										Ja	
<i>B1.2 Emotionale Vernachlässigung</i>											
Fehlende Kontrolle/Struktur/Orientierung			Ja						Ja	Ja	
Übermäßige Kontrolle und Regulation						Ja	Ja		Ja		Ja
Fehlende Förderung	Ja		Ja				Ja		Ja	Ja	
Ständiges Alleingelassen werden		Ja	Ja							Ja	
Nicht-Ermöglichen/Verwehren sozialer Kontakte			Ja			Ja					
Kühles/teilnahmsloses elterliches Verhalten	Ja	Ja	Ja			Ja	Ja	Ja			Ja
Übermäßige Verantw.übernahme (Parentifizierung)		Ja						Ja		Ja	Ja
Fehlende elterliche Unterstützung im Krisenfall		Ja	Ja		Ja	Ja	Ja	Ja		Ja	
<i>B2.1 Körperliche Misshandlung</i>											
Körperliche Misshandlung								Ja		Ja	
<i>B2.2 Emotionale Misshandlung</i>											
Unerwünschtheit/Ablehnung							Ja	Ja		Ja	Ja
Abwertung von Leistungen										Ja	
Verbale Gewalt	Ja										
Psychische Gewalt								Ja			

C. Schutzfaktoren: Positiv-förderliche Erfahrungen in der Herkunftsfamilie	Frau Löwe	Frau Kiefer	Frau Holzer	Frau Kraut	Frau Hahn	Frau Sommer	Frau Toebel	Frau Aus-ter	Frau Lenz	Frau Sturm	Frau Mohn
<i>C1. Erleben von Sicherheit und Orientierung</i>											
Kontrolle/Regeln/Orientierung		Ja	Ja					Ja	Ja		
Beständigkeit/Verlässlichkeit/Rituale	Ja	Ja			Ja	Ja		Ja	Ja		
Schutz vor Gefahren											
Materielle Beständigkeit und Sicherheit							Ja				Ja
<i>C2. Erleben von Autonomie, Exploration und Wachstum</i>											
Vorleben von Unabhängigkeit/Autonomie	Ja	Ja			Ja				Ja		
Förderung/Inspiration zu persönlichem Wachstum	Ja	Ja						Ja		Ja	Ja
<i>C3. Erleben von Verbundenheit</i>											
Aufmerksamkeit/Zuwendung/Wärme	Ja	Ja					Ja	Ja	Ja		Ja
Unterstützung und Entlastung							Ja	Ja			
Familienaktivitäten in positiver Atmosphäre						Ja		Ja			
<i>C4. Offener Umgang mit schwierigen Situationen</i>											
Konfliktbereitschaft/Offenes Ansprechen kritischer Familienthemen		Ja					Ja				
Belastungsgrad in der Herkunftsfamilie:	Mittel	Mittel	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Gering bis hoch	Hoch	Hoch

Generell können sich die Belastungsphasen sehr unterschiedlich zeigen je nach Lebensphase: Bei Frau Lenz zum Beispiel sind in den ersten Lebensjahren zunächst niedrige Belastungen zu sehen (solange sie noch bei beiden Elternteilen lebte und stärker von der regulierenden Mutter beeinflusst

war) und später hohe Belastungen, als die Eltern sich trennten und sie zwischenzeitlich beim alkoholkranken Vater lebte.

Die Bildungshintergründe der Familien sind heterogen: Während Frau Löwe darum kämpfen musste, die Realschule besuchen zu dürfen, hatte Frau Kiefer eine Mutter mit Dokortitel, die einen hohen Bildungs- und Leistungsanspruch an ihre Kinder stellte. Viele der Frauen in Fallgruppe 3 studierten bzw. schlossen ein Studium ab (Frau Holzer, Frau Kraut, Frau Hahn, Frau Sommer, Frau Tobel, Frau Kirschbaum, Frau Kiefer).

Auffällig ist, dass es im Vergleich zu Fallgruppe 1 und 2 in Fallgruppe 3 deutlich mehr Erfahrung mit psychisch erkrankten bzw. belasteten Eltern gibt (Frau Sommer, Frau Mohn) und/oder mit süchtigen bzw. missbräuchlich konsumierenden Eltern (Frau Löwe, Frau Kraut, Frau Sommer, Frau Lenz, Frau Sturm, Frau Mohn). Bei Fallgruppe 3 wird zudem ein höheres Maß an Verlustserfahrungen als in Fallgruppe 1 und 2 deutlich, wie zum Beispiel der Tod eines Elternteils und eines Geschwisterkindes sowie die Trennung der Eltern. Auch Vernachlässigungserfahrungen zeigen sich verdichtet in Fallgruppe 3 bis hin zu körperlicher Vernachlässigung in Form von mangelnder Versorgung und Pflege (zum Beispiel Frau Lenz, als sie beim Vater lebte) und Lebensgefährdung (zum Beispiel Frau Sturm, die Opfer eines Autounfalls wurde, verursacht durch einen Lebensgefährten der Mutter unter Alkoholeinfluss).

Prägnant ist aus meiner Sicht das hohe Ausmaß erlebter emotionaler Vernachlässigung. Viele Frauen in Fallgruppe 3 erlebten ihre Eltern neutral/teilnahmslos. Das könnte erklären, wieso bei manchen Frauen schon im Jugendalter eine problematische Internetnutzung möglich war, die von den Eltern nicht bemerkt oder nicht adressiert wurde. Einige Frauen erlitten selbst körperliche Gewalt seitens eines Elternteils (Frau Lenz) oder durch einen Bruder (Frau Sturm) oder wurden Zeugin körperlicher Gewalt gegenüber anderen Familienmitgliedern (Frau Sturm). Viele erlebten emotionalen Missbrauch, zum Beispiel in Form einer generellen Feindseligkeit bzw. Ablehnung (Frau Tobel, Frau Auster, Frau Sturm, Frau Mohn). Erfahrungen mit sexuellem Missbrauch wurden nicht berichtet. Hinsichtlich

der Beziehungsqualität zu den Eltern wird bei fast allen Frauen ein negatives Verhältnis zu mindestens einem Elternteil deutlich (Frau Löwe, Frau Löwe, Frau Auster, Frau Lenz, Frau Sturm, Frau Mohn bzgl. der Mutter; Frau Holzer, Frau Sommer, Frau Tobel, Frau Auster, Frau Lenz, Frau Sturm bzgl. des Vaters) oder ein distanziertes, wenig emotionales Verhältnis (zum Beispiel Frau Kiefer, Frau Holzer).

Im Gegensatz zu den Frauen in den anderen Fallgruppen berichteten die Frauen in Fallgruppe 3 auch von diversen belastenden Lebenserfahrungen als Kind und Jugendliche außerhalb der Herkunftsfamilie. Dazu gehören Leistungsprobleme in der Schule (Frau Holzer, Frau Hahn, Frau Tobel, Frau Lenz, Frau Kiefer), soziale Probleme inkl. Mobbing (Frau Tobel, Frau Auster, Frau Lenz, Frau Sturm), eine eigene psychische Erkrankung oder psychische Belastung (Frau Holzer, Frau Kraut, Frau Hahn, Frau Sommer, Frau Tobel, Frau Lenz, Frau Sturm).

Markant an Fallgruppe 3 ist die hohe Komplexität der Fälle. Erkennbar ist die *Verzahnung* mehrerer ausgeprägter Risikofaktoren, die meiner Ansicht nach dazu führt, dass sich Risikofaktoren gegenseitig verstärken, was wiederum das Risiko für die Entstehung eines ›Teufelskreises‹ erhöht. Auffällig ist zudem der Mangel an Schutzfaktoren, d. h. ein Mangel innerfamiliärer Ressourcen im Umgang mit Krisen. In manchen Fällen werden starre innerfamiliäre Regeln und undurchlässige Grenzen zur Außenwelt deutlich, was meiner Deutung nach die Entwicklung alternativer, ›systemfremder‹ Strategien erschwerte. Anzumerken ist, dass zu Frau Kraut und Frau Hahn insgesamt wenig Informationen zur Herkunftsfamilie vorliegen.

Die biografisch bedingte Vulnerabilität durch die komplexe Verzahnung sich gegenseitig verstärkender Risikofaktoren soll exemplarisch anhand von Frau Sommer³⁹ veranschaulicht werden.

³⁹ Frau Sommer war zum Interviewzeitpunkt Studierende im 25. bis 30. Lebensjahr. Sie war kurz vor dem Interviewzeitpunkt in ihr Elternhaus zurückgezogen aufgrund einer schweren psychischen Krise. In der Jugend nutzte Frau Sommer problematisch Onlinepornografie und Erotikchat, im Studium unter anderem problematisch YouTube und Serien.

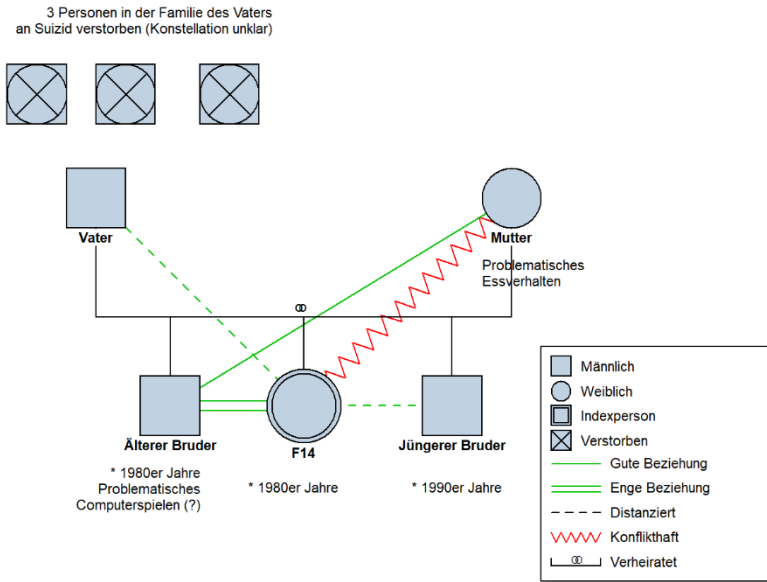


Abbildung 15: Genogramm Frau Sommer (Fall-ID F14, eigene Abbildung)

Die Verzahnung von Risikofaktoren hat bei Frau Sommer ihren Ausgangspunkt beim problematischen Essverhalten der Mutter. Schon im Grundschulalter bemerkte Frau Sommer bei ihrer Mutter, dass diese sich selbst für Gewichtszunahmen kritisierte. Dann begann sie auch das Essverhalten ihrer Kinder zu kritisieren. Der Vater übernahm die Kritik der Mutter und war kein ausgleichender Faktor. Frau Sommer stand besonders im Fokus, da sie selbst schon immer Übergewicht hatte. Zunehmend verlor Frau Sommer in Bezug auf Essen, Genuss und Selbstbestimmung.

»Ja, dieses, ähm, dass jemand mir das Essen wegnehmen will. Und das, ähm/ Oder mich da beim Essen kritisiert. Also, beim Essen/ Dann schmeckt's ja eigentlich schon gar nich' mehr. Dann bis/ Ja, und bist nich' Herr über dein eigenes Leben. Ich muss es selber bestimmen können, wie viel ich essen will. ((Lacht)) Ja.« (Frau Sommer, 1939-1944)

Frau Sommer entwickelte selbst ein problematisches Essverhalten, kombiniert mit einem ausgeprägten Selbstwertmangel. Das Thema war bald stark mit Schamgefühlen behaftet, weswegen Frau Sommer darüber mit niemandem außerhalb der Familie sprach. Mittlerweile – so meine Interpretation – hatte sie die kritische Stimme der Mutter verinnerlicht und fühlte permanent ein schlechtes Gewissen beim Essen.

In ihrer Jugendzeit kombinierte sie dann die Essproblematik mit problematischer Internetnutzung. Frau Sommer war überzeugt, mit ihrem Übergewicht unmöglich soziale Erwartungen erfüllen und geliebt werden zu können. Männer könnten sie unmöglich attraktiv finden, weswegen sie gar nicht erst probierte, sich hübsch zu machen. Dennoch hatte Frau Sommer das Bedürfnis, die eigene Sexualität und den eigenen Körper kennenzulernen. Ihre sexuellen Erfahrungen in der Jugendzeit ermöglichte sie sich daher vollständig im Internet über Onlinesex, Telefonsex und Internetpornografie. Dabei zeigte sich eine Tendenz zu extremen Inhalten (zum Beispiel Hentai-Pornos), die sie einerseits faszinierten, sich andererseits aber auch destruktiv anfühlten. An dieser Stelle entstand ein Teufelskreis mit Schuld- und Schamgefühlen als zentrales Bindeglied: Situative Auslöser wie in der Regel Einsamkeit und damit verbundene negative Gefühle betäubte Frau Sommer mit Essen. Essen war aber mit Schuldgefühlen behaftet. Darum befeuerte die Betäubungsstrategie Essen wiederum das schlechte Gewissen, welches dann erneut mit Essen betäubt werden musste. Die zusätzliche Onlinesex- und Onlinepornografienutzung wirkte hier auf zwei Ebenen:

- entweder kompensatorisch, zum Beispiel indem Frau Sommer über Sexchats Kontakt herstellte und sich somit situativ weniger einsam fühlte;
- oder es wirkte zusätzlich selbstzerstörerisch: Je mehr Frau Sommer ungesund aß, desto mehr Bedarf hatte sie nach zusätzlichem selbstzerstörerischem Verhalten, zum Beispiel über den Konsum von Hentai-Pornos, wo die Frau »zerstört« wurde (Frau Sommer, 606-607).

So verknüpfte sich um das 16. Lebensjahr herum die Essproblematik mit der problematischen Internetnutzung, ausgehend von der abwertend-kritischen Haltung der Mutter und der Überzeugung, sozialen Erwartungen (des Familiensystems) nie entsprechen zu können. Was bei Frau Sommer als zusätzlicher Treiber der Problemkonstellation wirkte, war der familiäre Leitspruch seit der Kindheit: »Erst die Arbeit, dann das Vergnügen«. Dieser Leitspruch implizierte für Frau Sommer nicht nur das Erfüllen von Erwartungen, sondern stellte auch die Voraussetzung dar, überhaupt geliebt zu werden. Den familiären (insbesondere mütterlichen) Maßstäben zu entsprechen, war für Frau Sommer also existenziell. Wer nicht funktionierte, bekam keine Liebe. Aufgrund ihres Übergewichts »scheiterte« Frau Sommer daran allerdings schon im Ansatz.

»Man kriegt von dieser Gesellschaft ja so aufgedrückt, wenn du übergewichtig bist, dann, ähm, is' was falsch mit dir. Und als Frau will man ja eigentlich immer alle Erwartungen erfüllen. [...] Auch, um, ((Pause)) ja, um anerkannt zu sein, um geliebt zu sein. Das is'/ Hängt so zusammen. Also, [...] erfülle die Erwartungen, dann wirst du geliebt, und dann ist alles gut. So in der Richtung. Und das konnt' ich aber nich', was Gewicht anging. Das hat einfach nich' funktioniert. Je mehr ich's versucht hab', desto weniger hat's funktioniert.« (Frau Sommer, 52-62)

In der Jugendzeit wurde Frau Sommer jedoch mit sehr guten Schulleistungen zumindest teilweise dem Leistungsanspruch gerecht. Sie kombinierte sogar die abendliche Internetnutzung und das Essen mit dem Lernen für die Schule (vgl. Abb. 17). Die Situation spitzte sich zu, als Frau Sommer studierte. Im Studium wurde es unmöglich, die Arbeit jemals gänzlich erledigt zu haben. Frau Sommer konnte dem familiären Maßstab nun endgültig nicht mehr gerecht werden. Nun erlebte sie das schlechte Gewissen nicht nur beim Essen, sondern auch in Bezug auf die Arbeit im Studium. Schuldgefühle entstanden, wenn sie Pause machte oder ins Vergnügen übergehen

wollte, denn die Arbeit war nie vollständig erledigt. Dieses schlechte Gewissen betäubte Frau Sommer wiederum mit Essen und Internetnutzung.

»Richtig problematisch wurde das ja dann mehr mit' m Studium. Ähm, weil im Studium gibt's immer noch was zu tun. [...] Es gibt so viel, was ich nich' weiß, was ich theoretisch vielleicht können müsste und noch mir aneignen müsste, ähm, dass ich nie guten Gewissens diesen zweiten Schritt zum Vergnügen übergehen konnte. Und, ähm, ich glaube, dass ich halt auch deswegen viel mich abgelenkt hab', weil ich eben dieses Vergnügen, das braucht man. Also, diese Pausen und so. Das is' n Grundbedürfnis. Und genauso wie's Essen. Und das hab' ich mir halt geholt auf 'ne Weise, wo ich mich gleichzeitig betäubt hab' für das schlechte Gewissen, das da is', weil ja die Arbeit noch nich' ganz erledigt is'.« (Frau Sommer, 2217-2234)

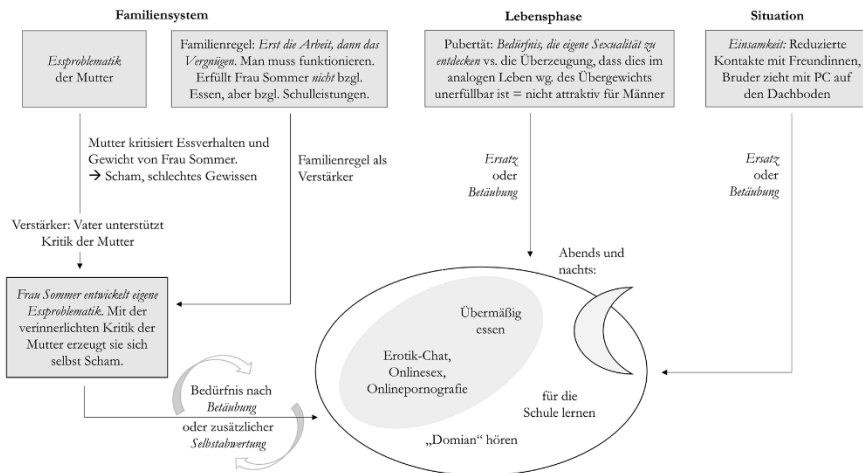


Abbildung 16: Biografische Risikofaktoren für eine problematische Internetnutzung im Jugendalter bei Frau Sommer (eigene Abbildung)

Die guten Leistungen, die zu Schulzeiten eine Selbstwertquelle für Frau Sommer gewesen waren, wurden also im Studium zu einer zusätzlichen Quelle der Beschämung.

Als weiterer verstärkend wirkender Risikofaktor zeigt sich die fehlende elterliche Unterstützung im Krisenfall, ebenfalls verknüpft mit Scham- und Schuldgefühlen. Im Kontext des familiären Leistungsanspruchs war insbesondere der Mutter das Funktionieren wichtig. Diese Maßgabe erfüllte Frau Sommer schon als Kind nicht mehr, da sie da schon übergewichtig war. Im Studium erfüllte sie die Maßgabe zusätzlich nicht mehr, da sie da ja eigentlich nicht genug arbeiten konnte. Dies bekam die Familie zwar nicht direkt mit, aber Frau Sommer selbst hatte diesen Maßstab verinnerlicht. Als Frau Sommer dann eine Depression bekam, am Prüfungsdruck im Rahmen des Studienabschlusses »scheiterte« (kombiniert mit einer Partnerschaftskrise und Trennung) und zurück ins Elternhaus zog, um sich zumindest vor der Einsamkeit zu schützen, war ihre Mutter mit Frau Sommers Nicht-Funktionieren konfrontiert. Frau Sommer bekam mit, wie die Mutter mit dem älteren Geschwisterkind über Frau Sommers Nicht-Funktionieren »lästerte«. Frau Sommer gegenüber droht sie mit dem Rausschmiss.

»Und, hm, meine Mutter is' auch so: Ja, funktionieren is' wichtig und, ähm, ((Pause)) die hat es nich' ausgehalten, dass ich nich' funktioniert hab'. Und hat dann auch/ Also so/ Hat auch, äh, ja/ zum Beispiel, als mein [ältestes Geschwisterkind] da war, über mich gelästert mit [ihm] und ich hab's gehört oder so. Und das war für mich halt Overkill, wenn du weißt, du kannst es grad' nich', du hast nich' die Kraft und dann macht dich jemand dafür fertig. Oder hat dann gemeint, ja, dann schmeißt se mich halt raus, wenn ich, äh, nich' mithelf' oder so ((Kurze Pause)) daheim. Und das war/ Das ging halt überhaupt nich'. ((Lacht))« (Frau Sommer, 2494-2506)

Das Nichtunterstützen seitens der Mutter zeigt sich schon vor dieser Zeit in Bezug auf die Depression. Beispielsweise zahlte die Mutter Frau

Sommer keine Psychotherapie⁴⁰ und sprach ihr den Unterstützungsbedarf ab.

»Und da hab' ich gemerkt, ich rutsch' irgendwie ab. [...] Irgendwas muss ich machen. Und da bin ich 'n paar Mal zu 'ner Sitzung zu 'ner Psychologin in [Ort3] gegangen. Die musst' ich aber selber bezahlen. [...] Also, ich hab' nie Geld verdient, ich hab's immer von meinen Eltern gekriegt. Und da hab' ich mit meiner Mutter drüber geredet und die dann so: Hö, brauchste doch nich', und so weiter. Und dann konnt' ich nich' wirklich wieder mit gutem Gewissen so was angeh'n.« (Frau Sommer, 2278-2289)

Hinsichtlich der Essproblematik hingegen erfuhr Frau Sommer Unterstützung seitens der Mutter, die sich aber wie Abwertung anfühlte. »Irgendwann wollt' mich meine Mutter dann zu Weight Watchers stecken. Und das war für mich ganz schwierig, weil es dann nochmal dieses war: Du bist nich' in Ordnung, wir stecken dich jetzt' wo hin.« (Frau Sommer, 1044-1045)

Bei Frau Sommer kam es also zu einer Kombination verschiedener Risikofaktoren, die dadurch, dass sie »ineinandergriffen« sich gegenseitig verstärkten, befeuert durch das Element der Scham und Schuld. Die problematische Internetnutzung fungierte als Dreh- und Angelpunkt im Umgang mit diesem Belastungskontextes. Entsprechend der Komplexität der einwirkenden Belastungen zeigt sich auch die problematische Internetnutzung in ihrer Funktion komplex. Sie erfüllte verschiedene Funktionen, von der Betäubung und Ablenkung bis hin zur Selbsterstörung und Kompensation. Die Bedeutung des Internets für Frau Sommer wird aber erst dann vollständig deutlich, wenn es in seiner Eigenschaft als Ressource und Heilmittel in den Blick genommen wird: So gelang es Frau Sommer mithilfe des Internets, sich ihre Autonomie zurückzuerobern. Sie nutzte YouTube-

⁴⁰ Frau Sommer hätte zukünftig berufliche Nachteile gehabt, wäre ihre Psychotherapie offiziell über die Krankenversicherung abgerechnet worden.

inhalte, um neue Einstellungen zum Thema Essen zu erlernen und hilfreiche Impulse zu ihrer Depression zu erlangen. Sie veränderte auf dieser Basis ihr Essverhalten, experimentierte mit verschiedenen Strategien, bis sie für sich eine passende fand, die auf Selbstliebe anstatt auf Druck und Disziplin beruhte. Ausschlaggebend war hier nicht allein das Internet, sondern auch ihr damaliger Partner, der sie, genauso wie sie war, attraktiv fand und unterstützte. Die verinnerlichte kritisch-beschämende Stimme der Mutter und die Angst vor der Gewichtszunahme lernte Frau Sommer bewusst wahrzunehmen und dann loszulassen. Sie lernte zudem die Muster kennen, die sie in ein problematisches Ess- und Internetverhalten brachten. Neben den ursprünglichen Funktionen der Betäubung, Selbstzerstörung und Kompensation wandelte sich das Internet für Frau Sommer zu einem Mittel der Selbstbefreiung. Frau Sommer fand dort alternative Stimmen, wie beispielsweise die des YouTubers mit Depressionen, der vom »Reiß-dich-zusammen« abriet und entwickelte so alternative innere Haltungen.

Zusammenfassend kann man sagen, dass sich Frau Sommer im Internet – egal ob sie es problematisch oder als positive Ressource nutzte – einen Ausgleich zu den hohen Belastungserfahrungen in ihrer Herkunftsfamilie schaffte. Ohne das Internet (selbst in einer problematischen Nutzungsform) wäre es für Frau Sommer schwierig gewesen, die biografischen Belastungen zu bewältigen. Im Internet besorgte sich Frau Sommer Inhalte, die sie trösteten, ablenkten oder einen Ausgleich boten – Hilfen, die ihr in der Beziehung zu den Eltern fehlten. Der Teufelskreis besteht darin, dass Frau Sommer mit genau dieser Internetnutzung eine Weile eine Negativspirale erzeugte. Zum Interviewzeitpunkt war Frau Sommer mitten im Prozess, sich von sozialen Erwartungen, die früher ihren Selbstwert bestimmt haben, zu befreien und ihre eigene Haltung und Autonomie (wieder) zu finden. Insbesondere Frausein, Weiblichkeit, das Aussehen und damit zusammenhängende Beschämung zeigten sich weiterhin als Konfliktpunkt für Frau Sommer zwischen Konventionen und Autonomie: »Zum Beispiel hat's mir nie gepasst, dass ich als Frau mir die Beine rasieren

soll [...] Aber ich bin grad' noch zum Beispiel dabei, [...] mit mir zu kämpfen, dass ich versuch', ähm, irgendwie mich über das zu erheben.« (Frau Sommer, 2723-2738) In der Abschlussequenz zeigt sich Frau Sommers neue innere Haltung – auch hier im Kontext des eigenen Aussehens als ehemals schmerzhafter Lebensbereich, in dem sie besonders viel Scham verspürt hatte – nochmal ganz deutlich:

»B: Also, ohne BH rausgeh'n, das is' grad' was, da bin ich grad' noch am Üben. ((Lacht)) Oder, ähm, meine Beine nich' zu rasier'n/ Also, jetz' grad' hab' ich se rasiert/ Und dass ich einfach frei bin, dass ich sag', ich kann se rasier'n oder nich'. Oder, ähm, wenn ich fettige Haare hab'. [...] ((Lacht)) Dann zu sagen: Okay, wenn ich Lust hab' se zu waschen, wasch' ich se und wenn nich', dann nich'. Aber so, wie's mir gefällt und nich', weil ich, äh/ I: Weil andere jetzt sonst was sagen können. B: Genau. Wer einfach/ Genau. Wer ((Kurze Pause)) mit so to/ total strähnigen Haaren rausgeht, geht ja nich'. So das/ Einfach da freier zu sein, so wie es sich für mich richtig anfühlt.« (Frau Sommer, 3433-3447)

Was genau sind also die Aspekte, die erklären, dass Frau Sommer vor ihrem individuellen biografischen Hintergrund eine problematische Internetnutzung entwickelte? Und inwiefern treffen sie auf die anderen Fälle in Fallgruppe 3 zu? (vgl. Tab. 46)

Tabelle 46: Herkunftsfamiliäre Vulnerabilitätsmuster Fallgruppe 3 (eigene Darstellung)

Vulnerabilitätsmuster	Frau Holzer	Frau Löwe	Frau Kraut	Frau Hahn	Frau Sommer	Frau Tobel	Frau Auster	Frau Lenz	Frau Sturm	Frau Mohn	Frau Kiefer
(1) Kombination aus mehreren schwerwiegenden, sich verstärkenden Risikofaktoren	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
(2) Eltern/Elternteil mit psychischer Problematik, evtl. Suchtverhalten		Ja	Ja		Ja			Ja	Ja	Ja	
(3) Hoher herkunftsfamiliärer Leistungsanspruch mit der Notwendigkeit, »funktionieren« zu müssen		Ja			Ja	Ja	Ja			Ja	Ja
(4) Intensives Erleben von Schuld und Scham, wenn den familiären Maßstäben nicht entsprochen wird.					Ja	Ja	Ja		Ja	Ja	Ja
(5) Sich (psychotherapeutisch) Hilfe zu suchen als Bedrohung für das (verinnerlichte) Familiensystem.		Ja			Ja	Ja	Ja				
(6) Familienregeln wirken weiter implizit/verinnerlicht in das Erwachsenenleben hinein.		Ja			Ja	Ja	Ja		Ja	Ja	Ja
(7) Unzureichende familiäre Schutzfaktoren	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
(8) Gefühl von Ausweglosigkeit und Ohnmacht: Sowohl Einhalten als auch Ablegen der Familienerwartungen und -regeln scheint unmöglich.		Ja			Ja	Ja	Ja			Ja	Ja
(9) Zuspitzung der Krise durch Nichterfüllen der (verinnerlichten) Systemanforderungen mit Kapitulation und (idealerweise) Wende in Richtung Musterunterbrechung		Ja			Ja	Ja	Ja	Ja		Ja	Ja

Die oben genannten Vulnerabilitätsmuster finden sich also in ähnlichen Konstellationen bei allen Frauen in Fallgruppe 3 wieder. Bei Frau Holzer beispielsweise lag zu Schulzeiten eine emotionale Vernachlässigung innerhalb der Herkunftsfamilie vor kombiniert seitens Frau Holzer mit Depressionen, einem Waschzwang sowie Lern-, Konzentrations- und Motivationsproblemen. Von den Eltern schien Frau Holzer keine Unterstützung zu erfahren. Wenn Frau Holzer sagte, sie hätte Bauchweh und würde deswegen nicht zur Schule gehen können, hätte die Mutter das nicht hinterfragt. Das fehlende Erfolgserleben kompensierte Frau Holzer als Jugendliche mithilfe der problematischen Nutzung eines Multiplayer-Onlineerollenspiels: »So bis alle dachten: Da sitzt aber [...] irgend 'n dicker Typ vor 'ner Pizza und spielt den ganzen Tag Internet, und dabei war's ein sechzehnjähriges Mädchen. [...] Wollt' auch so gut sein wie die Jungs ((lachend)) in diesen Spielen.« (Frau Holzer, 478-484)

Als Studierende wich sie dem kontinuierlichen Lernstress durch Prokrastination mithilfe des Internets aus. Die Internetnutzung ermöglichte ihr zudem, immer etwas zu tun zu tun haben, »leere Zeiten« also stets füllen zu können, was – so meine Deutung – einem Abrutschen in depressive Gedankenspiralen vorbeugen sollte. Durch Handyspiele erlebte Frau Holzer positive Gefühle (Befriedigung, Erfolgserleben, sich abreagieren). Auch bei Frau Holzer stellte das Internet ein Hilfsmittel dar, da sie darüber Zugang zu Selbsthilfe-Anlaufstellen erlangte (zum Beispiel Onlineforen). Letztendlich lässt sich hier auch die problematische Internetnutzung als Ressource bezeichnen. War Frau Holzer depressiv, fing sie sich beispielsweise durch das Konsumieren von Serien auf. Im Internet erlebte sie Befreiung vom alltäglichen Druck und Stress, sogar Erfolge.

Ein weiteres Beispiel ist Frau Löwe⁴¹, die während ihrer kriselnden Ehe problematisch chattete. In ihrer Herkunftsfamilie hatte Frau Löwe die Rolle der Vermittlerin inne. »Und ich war das Sandwich-Kind. [...] Ich war immer so der Vermittler. Nach allen Richtungen.« (Frau Löwe, 854-856).

⁴¹ Frau Löwe war zum Interviewzeitpunkt im 50. bis 55. Lebensjahr, berufstätig und in zweiter Ehe verheiratet. Sie hat Kinder aus erster Ehe.

Diese Rolle übernahm Frau Löwe ins Erwachsenenalter, war weiterhin »kein Streiter«, sondern der »Sonnenschein« (Frau Löwe, 1172 ff.). Konflikten in Bezug auf die eigene Person begegnete sie durch »Schlucken« und sich nicht aufzuregen, da sich das nicht rentieren würde (Frau Löwe, 1248-1251). Frau Löwe verdrängte ihre Probleme (»Passt scho'. Geht scho'«) und war auch nicht offen für Hilfe, selbst wenn sie ihr angeboten worden wäre. Meiner Ansicht nach trug Frau Löwe so aktiv dazu bei, einerseits ihre Bedürfnisse unsichtbar zu machen und andererseits gleichzeitig darunter zu leiden, in ihren Bedürfnissen nicht gesehen zu werden. Eine Musterunterbrechung hätte allerdings bedeutet, die Probleme anzuerkennen und in den Konflikt zu gehen, wozu Frau Löwe lange Zeit offenbar nicht bereit war. Das problematische Chatten ermöglichte ihr, die Ambivalenz aufrecht zu erhalten. Es ermöglichte ihr verlässlich verfügbaren Kontakt, ohne sich tatsächlich zeigen und ihre Ehekrise offen angehen zu müssen. Indem Frau Löwe ihre Bedürfnisse nicht ans Licht kommen ließ (auch sich selbst gegenüber nicht), konnte die Ehe weiterlaufen wie bisher. Das Beibehalten der Rolle des Sonnenscheins ermöglichte Frau Löwe also auch im Erwachsenenalter »Systemerhalt«, so meine Einschätzung.

Der Wendepunkt erfolgte, als Frau Löwe eine Depression entwickelte und an sich selbst destruktive Verhaltensweisen der eigenen Eltern (Alkoholkonsum, übermäßiges Essen) erkannte. Mit der Depression ging ihre Leistungsfähigkeit und damit das unbegrenzte Weiterfunktionieren verloren. Frau Löwe begann das Muster zu unterbrechen und sich den Problemen zu stellen. Dazu gehörte auch die Trennung von ihrem Ehemann.

Abschließend möchte ich noch darauf hinweisen, dass in Fallgruppe 3 bei vielen Frauen *von »außen« betrachtet* auf ein eher stabiles Herkunftsfamilienumfeld geschlossen werden könnte, würde man sich beispielsweise nur auf den sozioökonomischen Status und den Bildungshintergrund konzentrieren. Erst die Erforschung des »Inneren« macht die Instabilität auf Ebene der psychischen Gesundheit und der Beziehungen deutlich. Der Fokus dieser Studie auf Risikofaktoren ermöglicht entsprechende Erklärungsansätze hinsichtlich einer problematischen Internetnutzung hohen Schweregrads.

Das bedeutet aber nicht, dass diese Risikofaktoren im Alltag so deutlich werden wie hier im Studienkontext.

Betrachtet man die Belastungserfahrungen im weiteren Lebensverlauf (vgl. Tab. 47), befinden sich diese zwischen einem Belastungsgrad von »mittel bis hoch« bis »hoch«. Als hohe Belastungsgrade interpretiere ich beispielsweise Suizidversuche, wie sie bei Frau Hahn und Frau Mohn vorkamen.

Tabelle 47: Belastungserfahrungen im weiteren Lebensverlauf Fallgruppe 3 (eigene Darstellung)

Anmerkung: Die Hellgrau-Markierung bildet durch die Befragten moderat dargestellte Belastungserfahrungen ab, die Dunkelgrau-Markierung schwerwiegend dargestellte Belastungserfahrungen. Keine Färbung bedeutet, dass diese Erfahrung zutrifft, aber keine Schweregradzuordnung zutrifft.

Lebensbereich mit Belastungserleben im Erwachsenenalter	Frau Holzer	Frau Löwe	Frau Kraut	Frau Hahn	Frau Sommer	Frau Tobel	Frau Ausster	Frau Lenz	Frau Sturm	Frau Mohn	Frau Kiefer
Umzug mit Schwierigkeiten bzgl. Neuaufbau sozialer Kontakte			Ja	Ja		Ja					
Fehlende Sozialkontakte						Ja	Ja		Ja	Ja	Ja
Partnerschaftskrisen		Ja			Ja	Ja	Ja		Ja	Ja	
Trennung/Scheidung (*inkl. Trennung von den Kindern)		Ja			Ja	Ja	Ja		Ja*	Ja*	
Depressiver Partner		Ja				Ja					
Suizidaler Partner						Ja					
Suchtkranker Partner									Ja		
Negatives Verhältnis zu Schwiegereltern										Ja	
Alleinerziehend		Ja									
(Zu) Hohe Berufs-/Alltags-Anforderungen	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja				Ja
Berufliche Orientierungslosigkeit	Ja				Ja						
Fehlende (sinnstiftende, qualifizierte) Berufstätigkeit	Ja						Ja		Ja	Ja	

Wiederholt negative Kontakte zu den Eltern					Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	
Trennung und Scheidung der Eltern			Ja								
Tod eines Familienmitglieds		Ja								Ja	
Überforderung m. Alltagsbewältigung nach Auszug aus Elternhaus						Ja		Ja			
Depression, depressive Phasen	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja		Ja	Ja		Ja
Selbstwertmangel				Ja			Ja				
Traumafolgen									Ja		
Eigene Substanzmittelabhängigkeit (*-missbrauch)		Ja*				Ja*			Ja*	Ja	
Eigene Suizidversuche				Ja						Ja	
Gedanken an Suizid			Ja					Ja	Ja		
Negative Erfahrungen im Versorgungssystem ⁴²	Ja		Ja	Ja			Ja		Ja	Ja	Ja

⁴² Negative Erfahrungen im Versorgungssystem berichteten die Befragten in Fallgruppe 3 auf folgenden Ebenen: (1) Die *Kompetenz* von Versorgenden wurde als unzureichend empfunden, als dass diese das Kernproblem nicht adressierten, nicht verstanden oder nicht wussten, wie sie damit umgehen sollten (Frau Holzer, Frau Kraut, Frau Hahn, Frau Kiefer), unter anderem aufgrund von fehlender Erfahrung im Umgang mit Sucht (Frau Kraut, Frau Hahn, Frau Mohn). (2) Auf Ebene der *Beziehung* wurde die Erfahrung gemacht, diagnostisch mit einer problematischen Internetnutzung nicht ernst genommen zu werden (Frau Kraut, Frau Hahn) oder generell als Patientin nicht gesehen und ernstgenommen zu werden (Frau Mohn). Es wurde von einer generell fehlenden Passung des Therapeuten hinsichtlich Methode und Persönlichkeit berichtet (Frau Kiefer), eine männlich dominierte Perspektive in der Versorgung bemängelt (Frau Mohn) sowie dogmatisches Verhalten seitens des Therapeuten, »von oben herab« (Frau Mohn, 1941). (3) Auf Ebene der *Behandlung* erfuhren die Befragten Falschdiagnosen (Frau Sturm), machten schlechte Erfahrungen mit Psychopharmaka (Suizidgefahr, PsychKG) mit anschließender Abneigung, jemals wieder Psychopharmaka zu nehmen (Frau Sturm). (4) Auf Ebene der *Zugänglichkeit* berichteten die Befragten von fehlenden oder aufgrund der Entfernung schwer erreichbaren spezifischen Hilfen bei einer problematischen Internetnutzung (Frau Kraut, Frau Hahn, Frau Auster).

Erfahrung mit ambulanter psychologischer Beratung	Ja	Ja				Ja	Ja				Ja
Erfahrung mit Selbsthilfegruppen			Ja	Ja	Ja		Ja			Ja	
Erfahrung mit ambulanter Psychotherapie	Ja		Ja	Ja	Ja		Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
Erfahrung mit stationärer Psychotherapie									Ja	Ja	
Belastungsgrad im weiteren Lebensverlauf:	Mittel bis hoch	Mittel bis hoch	Hoch	Hoch	Mittel bis hoch	Mittel bis hoch	Mittel bis hoch	Mittel bis hoch	Hoch	Hoch	Mittel bis hoch

Bei nahezu allen Frauen in Fallgruppe 3 liegt verdichtet eine Kombination vieler belastender Erfahrungen vor. Neun Frauen haben Psychotherapieerfahrung, zwei dieser Frauen mit stationärer Psychotherapie.

Teilstudie 3: Lebensbewältigungsstrategien

»In der Therapie hab' ich gelernt, der Computer ist nicht das Problem, sondern die Art und Weise, wie ich mit Problemen umgehe.«
(Frau Mohn, 684-686)

In diesem Kapitel stelle ich dar, inwiefern die (problematische) Internetnutzung im Kontext der jeweiligen Biografie als Lebensbewältigungsstrategie fungiert. Damit möchte ich einen Erklärungsansatz für die Entwicklung einer problematischen Internetnutzung schaffen. Zunächst stelle ich ein Fallbeispiel mit hohem Detailgrad dar, gehe anschließend in den Fallvergleich und stelle dann die Typologie vor, welche ich auf Basis des Fallvergleichs erstellt habe.

Die Hilfe wäre zu stark auf bestimmte Suchtmittel fokussiert und damit ausgrenzend (Frau Auster), anstatt suchtmittelübergreifend und ganzheitlich das süchtige Verhalten als Grundmuster zu adressieren. Zudem wurde von sehr langen Wartezeiten und fehlendem Zugang zu Anlaufstellen bei akuter psychischer Krise berichtet (Frau Sturm, Frau Mohn).

Fallbeispiel Frau Kiefer

»Also, da isses halt wie Geschichten sind, irgendwie. Da is' irgendwie 'n Happy End dabei und klare Liebesbeziehungen. [...] Das waren dann natürlich auch nicht unbedingt die eigenen Gefühle, aber [...] man konnte das halt sozusagen ausleben, ohne irgendwie Risiko einzugehen.« (Frau Kiefer, 2064-2070)

Zusammenfassende Charakterisierung des Falls | *Steckbrief:* Frau Kiefer war zum Interviewzeitpunkt Studierende im 25.-30. Lebensjahr, ledig ohne Partner und ohne Kinder. Sie lebte in einer Wohngemeinschaft. Seit der Schulzeit las sie intensiv Fanfiction. Dies entwickelte sich ab Ende der Schulzeit und insbesondere während der Studienzzeit zu einer problematischen Internetnutzung hohen Schweregrads, kombiniert mit einer Depression, mit sozialem Rückzug und Selbstvernachlässigung. Ausgangspunkt waren Überforderung und Leistungseinbrüche im Studium, die sich durch die Internetnutzung und Depression verschärften. Dies führte zur Exmatrikulation und zum Wechsel an eine andere Universität. Dort kam es erneut zu einer problematischen Internetnutzung. Ihre Depression bezeichnete Frau Kiefer als die primäre Problematik. Sie nahm diesbezüglich eine Psychotherapie in Anspruch, die zum Interviewzeitpunkt noch stattfand. Seitdem sie lernte, mit ihrer Depression besser umzugehen, verbesserte sich auch ihre Internetnutzung. *Interviewsituation:* Das Interview mit Frau Kiefer führte ich face-to-face an einem neutralen Ort. Den ersten Termin hatte ich mir falsch eingetragen und erschien daher nicht wie verabredet am Interviewort. Als das Treffen beim zweiten Anlauf zustande kam, war dennoch keine Irritation oder Ärger seitens Frau Kiefer spürbar. Ihre Erinnerungs- und Erzählbereitschaft war hoch, das Gespräch inhaltlich sehr reichhaltig, der Gesprächsfluss gut.

Fallanalyse | Das Interview mit Frau Kiefer analysierte ich – wie alle Interviews in Teilstudie 3 – rekonstruktiv-hermeneutisch. In der sequenziellen Analyse auf Was-Ebene (vgl. Kapitel *Umsetzung*) fokussierte ich auf bedeutsames Krisenerleben sowie auf »analoge« und internetbasierte Lebensbewältigungsstrategien als forschungsgegenständliche Analyseheuristiken. Am Beispiel von Frau Kiefer wird deutlich, wie Lebensbewältigungsstrategien initial in der Herkunftsfamilie gelernt wurden, im späteren Lebensverlauf aber nicht mehr zur Krisenbewältigung ausreichten, so dass alternative Lebensbewältigungsstrategien entwickelt werden mussten. Die problematische Internetnutzung spielte dabei eine problemverstärkende, aber auch eine überbrückende Rolle.

Frau Kiefer wurde in den 1980er Jahren geboren und war das älteste von insgesamt vier Kindern. Der Vater war für Frau Kiefer eine wichtige Bezugsperson, eine »wichtige Säule« (Frau Kiefer, 501), der aber aufgrund seiner Berufstätigkeit zum Bedauern von Frau Kiefer nicht so häufig da war, »wie man's sich gewünscht hätte« (Frau Kiefer, 500). Über den Vater wurde Frau Kiefer zum Startrekfan; er ermöglichte ihr den ersten Computer- und Internetzugang. Frau Kiefer bezeichnete sich selbst als »Papakind« (Frau Kiefer, 489) im Zusammenhang mit der Aussage, die auf eine Abwesenheit der Mutter hindeutete: »Ja, ich war am Anfang auch so 'n bisschen Papakind. Das ist einfach sozusagen, wenn das zweite Geschwisterchen kommt, dann ist die Mama damit beschäftigt.« (Frau Kiefer, 488-490) Zur Mutter bestand im Vergleich ein distanzierteres Verhältnis, so mein Eindruck. Frau Kiefer beschrieb ihre Mutter als sehr organisiert, lösungsorientiert und leistungsorientiert, aber wenig gefühlsbetont:

»I: Und deine Mutter, was ist sie für eine Frau? [...] B: Also, schon, ähm/ Sie hat ihren eigenen Kleidungsstil. Teilweise schon elegant. Wenn's sein muss, sozusagen ((leicht lachend)). Genau. Sie hat ja auch 'n Dokortitel und, ähm, sozusagen auf 'er Arbeit sieht sie ordentlich aus, sozusagen. ((Leicht leise)) Und, ähm, ja, auch, ähm, sportlich in gewisser Weise. Also, Jogging und so macht se. Und,

ähm/ Ja, aber jetzt nicht übermäßig gefühlsbetont oder so. Sondern schon eben, wie gesagt, lösungsorientiert in gewisser Weise. Ja.« (Frau Kiefer, 1655-1666)

Generell beschrieb Frau Kiefer ihre Eltern als sehr beschäftigt, »immer auf Arbeit« (Frau Kiefer, 359). Zur Großmutter mütterlicherseits gab es ein nahes und liebevolles Verhältnis. Da die Eltern viel arbeiteten, war die Großmutter in Frau Kiefers Kindheit sehr präsent. Telefonischer Kontakt zur Herkunftsfamilie bestand vor allem zur Großmutter und zu den Geschwistern, deutlich weniger umfangreich zu den Eltern. Die Beziehungen zu den drei Geschwistern zeigte sich differenziert: Unterteilt wurden die Kinder in »die Großen« – Frau Kiefer und das nächstjüngere Geschwisterkind – und in »die Kleinen«, die deutlich später auf die Welt kamen (Frau Kiefer, 1640-1641). Die jüngsten Geschwister schienen sich dabei in ihrem Wesen und ihrer sozialen Anbindung stark von Frau Kiefer zu unterscheiden:

»Und wir sagen immer: die Großen und die Kleinen. Und, ähm, die Kleinen sind auch wesentlich modebewusster sozusagen. [...] Hab' ich keine Ahnung mehr/ Aber, ähm, ja, genau, die haben das alles so durchgemacht, ähm, und waren da auch sozialer wahrscheinlich, 'n bisschen integrierter in gewisser Weise. Wie gesagt, ich hab' ja immer so zwei, drei Freunde gehabt, und, ähm die jüngeren Geschwister waren da schon so 'n bisschen traubenmäßiger ((leicht lachend)).« (Frau Kiefer, 1640-1648)

Mit dem nächstjüngeren Geschwisterkind tauschte sich Frau Kiefer auch über persönliche, emotionale Themen aus, hingegen sehr wenig mit den Eltern. Frau Kiefer selbst hatte die Rolle der »Ältere[n] und Vernünftigeren[n]« (Frau Kiefer, 1694) unter den Geschwistern. Frau Kiefer fühlte sich insgesamt sehr verantwortlich für ihre Geschwister.

LEBENSBEWÄLTIGUNGSSTRATEGIEN DER HERKUNFTSFAMILIE: Hinsichtlich der Herkunftsfamilie von Frau Kiefer rekonstruierte ich verschiedene Lebensbewältigungsstrategien als zentrale Motive. Bei der Großmutter und den Eltern zeigte sich eine *Fokussierung auf die Kernfamilie*, bei gleichzeitig begrenzten, nicht tiefergehenden Kontakten nach außen. Laut Frau Kiefer hielt die Großmutter »die Leute auch sehr auf Distanz. [...] sie reist viel, [...] Gruppenreisen und so. [...] Aber sie hat eigentlich keine Freunde in dem Sinne. Also, sie is' schon sehr auf die Familie auch fixiert.« (Frau Kiefer, 545-548) Auch ihre Eltern beschrieb Frau Kiefer zwar als sozial eingebunden, aber letztlich ebenfalls auf die Familie fokussiert. Sie würden einige Male im Jahr Freunde aus Studienzeiten treffen. »Aber sonst is' auch alles sehr familien- und arbeitsbezogen.« (Frau Kiefer, 545-552)

Mit der oben genannten »Arbeitsbezogenheit« deutet sich eine weitere herkunftsfamiliäre Bewältigungsstrategie an, die ich im Folgenden *Leistungsorientierung* nenne. Leistung hatte laut Frau Kiefer in der Familie »immer eine Rolle gespielt« (Frau Kiefer, 1997). Die Eltern interessierten sich schon immer für Schulleistungen. Dabei agierten sie fördernd, gleichzeitig aber auch stark defizit- und optimierungsorientiert, so dass ein Leistungsziel eigentlich nie final erreicht werden konnte:

»I: Welche Rolle spielt denn Leistung für dich? B: Also, es hat zumindest in der Familie immer 'ne Rolle gespielt. Also, meine Eltern haben immer verfolgt, wie meine Schule is', haben gesagt: »Ach, du musst einen Vortrag halten? Dann halt' uns den doch schon mal vorher.« Und so. Und haben sich da immer für interessiert. Und haben auch immer gesagt: »Ach, du hast 'ne Eins minus? Was hast du denn falsch gemacht?« ((leicht lachend)) Und so. »Mach da die Berichtigung« und so. Immer sehr freundlich und so, aber immer, ähm/ Bis heute kann ich mich auf Leistung nicht ausruhen.« (Frau Kiefer, 1996-2005)

Hinzu kam das Frauenbild der Mutter, in welchem sich hohe Ansprüche an sich selbst und an die eigenen Kinder andeuten. So müsste man aus Sicht der Mutter als Frau sehr selbständig sein, sich finanziell nicht von einem Partner abhängig machen, sondern »selbst was erreichen« (Frau Kiefer, 1620).

Als weitere Lebensbewältigungsstrategie der Herkunftsfamilie zeigt sich die *Vermeidung negativer Gefühlszustände*. In Frau Kiefers Familie begegnete man Krisen und Problemen – insbesondere mütterlicher- und großmütterlicherseits – mittels Vermeidung, so meine Deutung. Negative Gefühlszustände schienen als bedrohlich empfunden zu werden.

Frau Kiefers Mutter vermied negatives Gefühlserleben, indem sie rationalisierte und direkt die Lösung anvisierte und somit die emotionale Ebene vermied. Laut Frau Kiefer war die Mutter »nicht übermäßig gefühlbetont«, sondern »lösungsorientiert« (Frau Kiefer, 1664-1666). »Also, wenn's irgendwie 'n persönliches Problem gibt irgendwie bei den Kindern und so, dann, ähm, is' jetzt nicht irgendwie, dass man irgendwie bemitleidet wird oder so, sondern dann geht's: Okay, wie können wir das ändern? Was ist da?« (Frau Kiefer, 479-482)

Die Großmutter signalisierte, dass es ihr gegenüber keine Konflikte geben durfte, da sie sich sonst mit ihrer gesamten Person abgelehnt fühlte. Frau Kiefer beschrieb sie als harmoniebedürftig. »Streit kann sie gar nicht ab.« (Frau Kiefer, 526) Sie fühlte sich beispielsweise schnell persönlich angegriffen, wenn ihr Schwiegersohn »laut« wurde (Frau Kiefer, 528-530). Für die Großmutter gab es kein Sowohl-als-auch: »Also, sie versteht nicht, dass man mal im Moment sauer sein kann und sich eigentlich doch noch liebhat, sozusagen. Und da ist sie sofort auf: Alle mögen mich nicht.« (Frau Kiefer, 530-533). Die Großmutter vermied also negative Gefühlszustände durch die Kontrolle der Außenwelt durch das Einfordern von Harmonie, so meine Interpretation. Meine Hypothese ist, dass die Vermeidung naher Kontakte eine präventive Selbstschutzstrategie darstellte: Außerhalb der

Familie gingen die Großmutter und die Eltern gar nicht erst enge und damit potenziell emotional »riskante« Beziehungen ein. Somit fanden die einzig wichtigen Beziehungen in der Kernfamilie statt. Das wiederum implizierte hohe Erwartungen an die Kernfamilie: Hier musste »alles gut« sein.

Eine weitere Lebensbewältigungsstrategie der Herkunftsfamilie ist, *Probleme grundsätzlich »mit sich selbst« auszumachen*. Probleme werden in der Regel nicht miteinander geteilt, sondern eigenständig gelöst. Dies scheint plausibel dahingehend, dass so gleichzeitig auch negative Gefühlszustände vermieden wurden, so meine Deutung.

»Aber generell isses schon so, dass der, der Trend auch in der Familie is', dass man das erstmal mit sich ausmacht. [...] Ja, is' nicht immer so produktiv, aber/ Ja, gut, es kommt auch drauf an. Also, die jüngeren Geschwister neigen dazu, mehr dramatisch das alles nach außen zu tragen.« (Frau Kiefer, 461-468)

Anzumerken ist hier, dass Frau Kiefer von einem »Trend« bzgl. dieser Strategie innerhalb der Familie sprach (Frau Kiefer, 462). Die Strategie wurde nicht von allen Familienmitgliedern angewandt. Die jüngeren Geschwister lebten eine alternative Strategie: den offenen emotionalen Ausdruck. Hier wird erneut deutlich, dass herkunftsfamiliäre Lebensbewältigungsstrategien nicht universell für alle Mitglieder gelten müssen, sondern rollengebunden wirken können (vgl. dazu auch Frau Berg in Unterkapitel *Queranalyse Fallgruppe 2* von Kapitel *Teilstudie 2: Der biografische Kontext*).

LEBENSBEWÄLTIGUNGSSTRATEGIEN VON FRAU KIEFER: Bei Frau Kiefer selbst sehe ich folgende Lebensbewältigungsstrategien als zentrale Motive, rekonstruiert anhand von geschilderten krisenhaften Lebenserfahrungen:

Die *Fokussierung auf die Herkunftsfamilie* ist eine frühe zentrale Lebensbewältigungsstrategie von Frau Kiefer. Als frühe belastende Lebenserfah-

rung zeigte sich bei Frau Kiefer eine starke Schüchternheit und Introvertiertheit als Kind; so ausgeprägt, dass sie kaum mit Menschen außerhalb der Familie sprach. Als Lebensbewältigungsstrategie wird hier eine starke Hinwendung zur Herkunftsfamilie erkennbar. Die sehr junge Frau Kiefer sprach ausschließlich mit ihren Eltern und der Großmutter, während sie der Außenwelt schweigend gegenübertrat. Frau Kiefer nannte diesen Fokus »familiengebunden« (Frau Kiefer, 347-374).

»Also, grad irgendwie in der Kindergartenzeit oder als ich ganz klein war, war ich sehr, sehr schüchtern. Ähm, also, wirklich so: null den Mund aufkriegen. Gar nicht. Beim Augenarzt/ Das hat er mir noch erzählt, als ich sechzehn war. »Da steht drin, Sie haben nix gesagt, als Sie da waren.« Ich so: »Ja, danke.« ((lachend)) [...] Ja, also, so wirklich sehr, ähm, schüchtern und introvertiert. Ähm, und von daher waren sozusagen meine Eltern schon und meine Großmutter irgendwie so die Leute, mit denen ich auch geredet hab' ((lachend)). Genau.« (Frau Kiefer, 359-370)

Frau Kiefer adaptierte hier offenbar die oben genannte erste zentrale herkunftsfamiliäre Lebensbewältigungsstrategie. Die Herkunftsfamilie als Ort der Sicherheit und die darin gelebten Lebensbewältigungsstrategien definierten somit früh Frau Kiefers Erfahrungshorizont, wohingegen zu vermuten ist, dass zu Alternativstrategien aus der Umwelt außerhalb des Familiensystem weniger Kontakt bestand. Die ausgeprägte Schüchternheit kann als starkes Unsicherheitserleben im Kontakt mit der Welt außerhalb der Kernfamilie gedeutet werden, was die Angewiesenheit auf die Strategien der Herkunftsfamilie womöglich zusätzlich verstärkte.

Leistungsorientierung mittels Generierung von Kompetenzerleben rückt bei Frau Kiefer ab der Grundschule als Lebensbewältigungsstrategie in den Mittelpunkt. In der Grundschule entdeckte Frau Kiefer, dass gute Schulleistun-

gen Wohlbefinden und Selbstsicherheit erzeugten. Dabei erfolgte Kompetenzerleben auch über die Interaktion mit anderen. Die ehemals übermäßig schüchterne Frau Kiefer leitete sogar Arbeitsgruppen:

»Dann irgendwie in der vierten Klasse irgendwie hatten wir Naturkundeunterricht, und, ähm, mussten dann so Gruppenarbeit machen. Und dann hab' ich gesagt: Wir machen das jetzt so. Weil mich das so genervt hat, wie die anderen das machen und dass es nichts wird dann. So, also, hab' dadurch so 'ne gewisse, ähm, Selbstbewusstsein gewonnen, was ich bis heute mach'. Also, wenn mich was nervt und ich der Meinung bin, ich kann das besser, dann mach' ich das auch ((lachend)). [...] Also, auch so Gruppenarbeitsachen dann, sozusagen, wir machen das jetzt so und Schluss, Aus, Ende der Diskussion. Oder wir haben auch 'ne Studentengemeinde in [Stadt1]. Und, ähm, bin da auch in 'ner, ja, Leitungsposition sozusagen und versuche da, ähm, meine Ideen mit reinzubringen. Ja, also. Ja, eigentlich (würd' ich sagen?), wenn ich mich kompetent fühle, dann is es alles okay. ((Lacht)) Ja.« (Frau Kiefer, 381-398)

Auffällig ist hier der letzte Satz: Fühlte sich Frau Kiefer kompetent, wäre »alles« in Ordnung. Das zeigt, dass das Generieren von Kompetenzerleben schien keine punktuelle, sondern eine dauerhaft relevante Lebensbewältigungsstrategie darstellte, um dauerhaftes Sicherheits- und Selbstwirksamkeitserleben zu erzeugen. Es stellt sich dabei unmittelbar die Frage, was passieren würde, wenn einmal *kein* Kompetenzerleben möglich wäre. Mit dieser Lebensbewältigungsstrategie adaptierte Frau Kiefer offenbar die zweite oben genannte herkunftsfamiliäre Lebensbewältigungsstrategie.

Eine Lebensbewältigungsstrategie der Herkunftsfamilie, welche auch Frau Kiefer anwandte, ist die *Vermeidung negativer Gefühlszustände*. In emotional belastenden Situationen, wie beispielsweise als Zeugin von Konflikten zwi-

schen den Eltern, reagierte Frau Kiefer mit dem »Wegmachen« von Gefühlen und adaptierte damit die dritte oben genannte herkunftsfamiliäre Lebensbewältigungsstrategie. Frau Kiefer setzte dies wie folgt um:

- durch Anpassung, indem sie selbst »konfliktlos« war (Frau Kiefer, 1685-1686);
- durch Rationalisierung, indem Frau Kiefer unter den Geschwistern, von denen manche in der Stresssituation offen ihre Gefühle zeigten, die Rolle der »Ältere[n] und Vernünftigeren[n]« (Frau Kiefer, 1694-1695) einnahm;
- durch Verdrängung: Frau Kiefer versuchte die aufkommenden Stressgefühle (das »Mitgehen«) nicht zu fühlen, indem sie sie »verdrängt«. (Frau Kiefer, 2079-2081)

Von den Eltern schienen die Kinder keine Lösung im Umgang mit den Stressgefühlen zu erhalten; sie forderten diese auf, wegzugehen.

»B: Obwohl ich jetzt auch merke, grad wenn irgendwie meine Eltern sich streiten oder so, dass mich das schon emotional mitnimmt. [...] Ähm, und meine eine Schwester, die bricht dann halt in Tränen aus, und ich schluck 's einfach runter und versuch's zu ignorieren. Also, es is', ähm, auch nicht so gesund, also, das is' mit/ Ähm, weil ich auch sozusagen ra/ auf rationaler Ebene das Gefühl hab': Es bringt nichts. Also, ich kann mich da jetzt aufregen, aber es is' eigentlich eher kontraproduktiv und hilft der Situation auch nicht. Genau. Und weil meine Eltern auch durchaus, äh, kommuniziert haben: Wenn wir uns streiten, ist das unsere Sache, und ihr braucht als Kinder da nicht euch einzumischen. [...] I: Okay. Und was hast du dann gemacht? [...] B: Ja, wahrscheinlich schon versucht mich abzulenken, wegzugehen, und so. Ja. [...] Ja. Meine Sachen zu machen.« (Frau Kiefer, 1696-1716)

Auch die Lebensbewältigungsstrategie *Probleme werden ›mit sich selbst‹ ausgemacht* rekonstruierte ich bei Frau Kiefer, als die vierte oben genannte herkunftsfamiliäre Lebensbewältigungsstrategie. Diese wird in einer Situation erkennbar, als Frau Kiefer mit ihrer Strategie der Generierung von Kompetenzerleben erfolglos war. In der sechsten Klasse kam es zu einem punktuellen Leistungseinbruch, als Frau Kiefer für eine Klausur unerwartet die Schulnote sechs erhielt. Sie reagierte darauf mit Angst und offenbar auch großer Scham. Ihren Eltern konnte sie davon nur schriftlich mitteilen:

»Ja, also, bis heute isses so, wenn irgendwie was gut läuft, kann ich sehr gut mit meinen Eltern drüber reden. Wenn irgendwas schlecht läuft, isses sehr, sehr schwierig, dass ich mich überhaupt überwinde. Was zu sagen. Also, ich kann mich erinnern, ich hab' mal in der sechsten Klasse 'ne Sechs gekriegt in Deutsch. Das war so zehn Wortgruppen aufschreiben. Und ich hatte lauter Rechtschreibfehler drin. [...] Und ich hatte noch nie 'ne Sechs gekriegt, ist das krass ((lachend)), [...]. Auf jeden Fall, ich total die Panik geschoben und, ähm, hab' dann irgendwie, ich glaube, 'n Zettel unter der, ähm, Schlafzimmertür bei meinen Eltern so durchgelassen. Ich konnt' des nicht erzählen. Das is' bis heute ganz schwer. Genau. Also, weil, weil's auch so wenig Situationen waren, sagen wir's mal so. Meine Eltern reagieren auch immer ganz toll ((lachend)), aber sozusagen der Lerneffekt ist bei mir noch nicht eingetreten ((lachend)). Genau.« (Frau Kiefer, 419-438)

Hier wird deutlich, wie stark die Strategie »Probleme werden mit sich selbst ausgemacht« wirkte: Frau Kiefer hatte verinnerlicht, mit ihren Eltern nur Gutes teilen zu können, Probleme zu teilen war schambesetzt. Dass sie die Schulnote dennoch mitteilte, war – so meine Hypothese – eher den institutionellen Umständen gefordert, also den schulischen Anforderungen, dass Eltern von schlechten Schulleistungen Kenntnis nehmen müssen. Es entsprach aber dezidiert nicht Frau Kiefers eigenem Bedürfnis.

Hier zeigt sich auch, dass die Lebensbewältigungsstrategie ›Fokus auf die Herkunftsfamilie‹ eigentlich nur dann zur Verfügung stand, wenn man gleichzeitig die Leistungsanforderungen erfüllte. In Krisensituationen schien entsprechend alles *gegen* eine Hinwendung zu den Eltern zu sprechen. Zwar hätten die Eltern die wenigen Male, in denen Frau Kiefer sich doch mitteile, »toll« reagiert (siehe Zitat oben Frau Kiefer, 419-438), aber offenbar wirkten die Lebensbewältigungsstrategien der Leistungsorientierung, Vermeidung negativer Gefühlszustände und der Nicht-Thematisierung von Problemen stärker. Anzumerken ist, dass Frau Kiefer einen Kompromiss fand, indem sie kleinere Alltagsprobleme mit dem nächstjüngeren Geschwisterkind teilte. »Ja, also, im Nachhinein betrachtet find' ich, dass ich mit meinen Eltern eigentlich relativ wenig über persönliche Sachen geredet hab'. Ähm, einfach weil sich das dann relativ schnell auf [ältestes Geschwisterkind] ähm, verlagert hat.« (Frau Kiefer, 403-406).

Was passierte also, wenn bestimmte zentrale Lebensbewältigungsstrategien als Optionen *wegfielen* (wie in diesem Fall die Leistungsorientierung und die Hinwendung zur Herkunftsfamilie)? Dies wird zugespitzt erneut in der Oberstufe deutlich. Frau Kiefer erlebte in dieser Zeit unerwartet einen dauerhaften Leistungseinbruch in einem Fach, in dem sie sich sonst sehr kompetent gefühlt hatte.

»Mathe war eigentlich [...] in der Grundstufe mein Lieblingsfach und hab' auch Mathe-Olympiade gemacht und so Sachen. Und, äh, in der Oberstufe war das Problem, dass irgendwie ein Semester ging gut und das zweite hab' ich dann irgendwie fünf Punkte in der Klausur geschrieben. Also, so richtig, was ich sonst nie hatte. Ich hatte immer Einsen und Zweien in Mathe. Und, ähm, wirklich an mir verzweifelt in gewisser Weise, kann bis heute nicht wirklich sagen, woran 's liegt. Also, wahrscheinlich hätte ich regelmäßiger irgendwie üben müssen oder wie auch immer, dass man wirklich reinkommt in die ganze Sache. Und, also, ja, das war so das erste Mal, wo ich irgendwie an meine Grenzen gestoßen bin. Und hab' dann

auch, ähm, mit Zureden meiner Eltern Nachhilfe genommen. Also, es war im Prinzip nur, äh, Hausaufgabenzeit im Prinzip, dass ich jemanden hatte, den ich fragen kann und nicht irgendwie zwei Stunden in der Ableitung hänge und nicht weiterkomme. So dass sozusagen der Frustpegel nicht ganz so hoch wird und man 'ne gewisse Routine wieder reinkriegt. [...] Aber das war halt auch so eine/ überhaupt das erste Mal, wo in der Schule, wo ich mich immer/ Was heißt immer, vom Sportunterricht abgesehen/ immer sehr sicher gefühlt hab' und plötzlich das so ein bisschen ins Wanken kam. Genau. Ja.« (Frau Kiefer, 294-320)

Deutlich wird hier, wie eng bei Frau Kiefer Kompetenzerleben und Sicherheitserleben verknüpft waren und wie krisenhaft sich ein Wegfall des Kompetenzerlebens auf sie wirkte. Erstmals wurde die »absolute« Sicherheit zur »vermeintlichen« Sicherheit. Die äußerst relevante Lebensbewältigungsstrategie der Leistungsorientierung griff nicht mehr zuverlässig. Welche Lebensbewältigungsstrategie wandte Frau Kiefer also an, wenn die Kompetenzgenerierung scheiterte?

Eine Strategie im Umgang mit dem Scheitern war die *Inanspruchnahme von Hilfe allein auf sachlich-pragmatischer Ebene*: Frau Kiefer übernahm eine Strategie der Mutter, Probleme lösungsorientiert und pragmatisch anzugehen, indem sie die Hausaufgabenhilfe, zu der die Eltern sie überredeten, in Anspruch nahm. Dies schien aber meiner Ansicht nach nur begrenzt – auf technisch-sachlicher Ebene – weiterzuhelfen, was dem typischen Lösungsmuster der Mutter entsprach. Auf emotionaler Ebene hingegen gab es für Frau Kiefer kein wirksames elterliches Lösungsangebot (was sich ebenfalls im Verhalten der Mutter spiegelte, die laut Frau Kiefer kein Mitgefühl zeigte, wenn jemand Probleme hatte).

Frau Kiefer war gezwungen, (unbewusst) zusätzliche Lebensbewältigungsstrategien zu entwickeln, in Reaktion bzw. zur Erweiterung der begrenzten herkunftsfamiliären Strategien, die offenbar nicht auf Szenarien

wie Leistungsprobleme eingestellt waren, so meine Deutung. Hier rekonstruierte ich zunächst: Eine weitere Strategie von Frau Kiefer im Umgang mit dem Scheitern war die *Vermeidung von Bereichen, die kein Kompetenzerleben generierten*: Schon im Zusammenhang mit dem oben genannten Leistungseinbruch in der sechsten Klasse wurde deutlich, dass Frau Kiefer versuchte, sich ausschließlich auf Kompetenzbereiche zu konzentrieren und alle anderen Erfahrungen wegzulassen oder als nicht relevant zu deuten: »Mein Kopf war mir wichtig, aber das Drumherum eigentlich nicht. [...] Dass ich da was leisten kann. Das war wichtig. Aber irgendwie körperliche Leistungen hinkriegen zu können oder so, fit zu sein/ [...] Also, das war mir nicht wichtig. Dann hab' ich auch kein, kein Erfolgserlebnis oder Spaß wirklich dran.« (Frau Kiefer, 2031-2040) In Bezug auf den Leistungsabfall in der Oberstufe erkannte ich ansonsten keine weiteren Lebensbewältigungsstrategien mit Ausnahme der Hausaufgabenhilfe. Dies erklärt, warum die Situation bis zum Interviewzeitpunkt beunruhigend auf Frau Kiefer wirkte.

Das Krisenerleben verstärkte sich bei Frau Kiefer im weiteren Lebensverlauf: Im Rahmen ihres Freiwilligen Sozialen Jahres (FSJ) machte Frau Kiefer die Erfahrung, dass die Fokussierung auf die Herkunftsfamilie als sicherheitsgebende Lebensbewältigungsstrategie nicht mehr »galt«. Im Zuge des FSJ war Frau Kiefer aus dem Elternhaus ausgezogen und erlebte nun erhebliche Einsamkeit aufgrund der Kontaktlosigkeit zur Familie. Auch wenn sie mindestens einmal im Monat nach Hause fuhr und regelmäßig mit Familienmitgliedern telefonierte, fühlte sie sich »abgeschnitten« (Frau Kiefer, 625). Das machte sie zum einen daran fest, nicht mehr alles mitzukriegen. Interessanterweise bezog Frau Kiefer dieses »Mitkriegen« auf Leistungen: »[...] kriegst nicht mehr alles mit irgendwie, was schulisch bei den Geschwistern passiert, welche Arbeit jetzt schlecht war« (Frau Kiefer, 625-627). Zum anderen macht Frau Kiefer das Abgeschnittensein an dem »seltsamen« Telefonkontakt zu den Eltern fest:

»Und, ähm, ja nach Hause telefonieren war auch/ [...] hatte ich ein Prepaid-Handy und hab' dann halt ((lachend)) nur kurz angerufen,

und die haben dann zurückgerufen, aber das war nicht Telefonieren irgendwie, waren nur so drei bis fünf Minuten, was mich immer nervt. Aber meine Eltern sind so: ›Wir machen jetzt das, wir haben das geplant, tralala. Okay, noch was zu erzählen?‹ ›Nein.‹ Zack. ((lacht)) [...] Ähm, mit meinen Geschwistern red' ich wesentlich länger am Telefon ((lachend)), auch mit meiner Oma. Aber meine Eltern, das is' irgendwie ganz seltsam.« (Frau Kiefer, 612-623)

Frau Kiefer fehlte der körperliche Kontakt zur Familie, »mal 'ne Umarmung oder so, also, wirklich so irgendwie 'n bisschen teilweise unter Strom stand, und ich wusste gar nicht warum« (Frau Kiefer, 644-646). Da Frau Kiefer zudem auch alleine lebte, fühlte sie sich irgendwann so »isoliert« (Frau Kiefer, 661), dass sie Angst bekam, niemand würde nach ihr schauen, sollte ihr etwas Schlimmes zustoßen. Wie ging Frau Kiefer damit um?

Es kam schlussendlich zum *Endgültigen Aufgeben der Eltern als Ansprechpartner in der Krise und zur Hinwendung zu externen Ansprechpartnern*. Hier wird meiner Ansicht nach ein erster markanter ›Shift‹ hin zu Ansprechpartnern *außerhalb* des Herkunftsfamiliensystems deutlich. Frau Kiefer bat ihre Chefin, auf sie aufzupassen: »Weil ich hab' dann auch schon [zu der Chefin] gesagt: ›Also, wenn ich nicht komme, dann rufst du mich an. Und wenn du mich nicht findest, musst du die Polizei anrufen, weil meine Eltern merken das nicht, wenn ich dann wochenlang nicht anrufe.« (Frau Kiefer, 663-666) Meiner Ansicht nach kommt es hier zu einer Kapitulation: Von den Eltern ist keine Hilfe zu erwarten. Zudem war diese Erkenntnis für Frau Kiefer der Auslöser, ein externes Hilfesystem zu erwägen (die Chefin, die Polizei).

Diese Idee stellte allerdings meiner Ansicht nach noch keine ausgeprägte Lebensbewältigungsstrategie dar, wie sich im weiteren Lebensverlauf zeigte. Frau Kiefers Krisenerleben intensivierte sich, was sie aber lange vor ihrer Familie verheimlichte. So erlebte Frau Kiefer im Studium ausgeprägte Leistungseinbrüche und litt unter einer Depression. Sie fiel durch mehrere Prüfungen, so dass sie das Nebenfach nicht mehr schaffte. Drei bis vier Jahre lang schrieb Frau Kiefer keine Hausarbeiten. Sie erfüllte somit

endgültig die herkunftsfamiliären und verinnerlichten Maßstäbe der Leistungsorientierung nicht mehr. Zum einen fühlte sie sich überfordert, zum anderen unüberwindbar unmotiviert: Im Studium wirkte sich also die Strategie, sich nur auf Kompetenzbereiche zu konzentrieren, hinderlich aus: Denn dies war im Studium nicht umsetzbar.

Zu dieser Zeit begann ihre Depression. Auch wenn sie in einer Wohngemeinschaft lebte, war Frau Kiefer im Gegensatz zur Schulzeit wenig sozial eingebunden. Die Krise intensivierte sich so sehr, dass Frau Kiefer es nicht mehr schaffte, ihre Wohnung zu verlassen. Zwei Semester lang war sie nicht an der Universität. Schließlich erfolgte die Zwangsexmatrikulation.

Welche »analogen« Lebensbewältigungsstrategien wandte Frau Kiefer in dieser Situation an? Deutlich wird, dass Frau Kiefer die bekannten (o. g.) Strategien anwandte, aber erleben musste, dass sie nicht halfen, sondern die Problematik sogar verstärkten:

- *Vermeidung von Bereichen, die kein Kompetenzerleben generierten:* Frau Kiefer fing Hausarbeiten gar nicht erst an oder schob sie so lange auf, bis die Zeit so knapp war, dass sie nicht mehr zu schaffen waren.
- *Inanspruchnahme von Hilfe allein auf sachlich-pragmatischer Ebene:* Frau Kiefer nahm die psychologische Beratung an der ersten Universität in Anspruch, die jedoch nicht hilfreich war. Ich vermute, dass die Beratung nicht half, weil sie nur auf sachlich-pragmatischer Ebene ansetzte: bei Methoden der Selbststrukturierung. Der Berater konnte Frau Kiefer aber auf emotionaler Ebene nicht erreichen:

»Ähm, wir hatten 'n Termin und dann, ähm/ Ich glaub', so 'ne halbe, dreiviertel Stunde? Und dann, ähm, genau, ähm, haben wir sozusagen versucht, Me/Methoden zu finden zum Strukturieren des Tagesablaufs. Also, ich sollte dann diesen, ähm, Wochenplan machen. Ich hatte so 'n Plakat mit Wochentagen und dann Klebezettel, was ansteht. Und in dem Moment war mir das einfach auch

schon zu viel, wenn dann irgendwie die Klebezettel überhandnahmen ((lachend)) und ich immer weiter schob. So, ähm, genau, dann ging's auch bisschen ums Selbstwertgefühl, glaub' ich, auch. Weil mir einfach, ähm/ Ähm, genau, er hat mir vorgeschlagen, zum Hautarzt zu gehen, weil ich relativ stark Akne habe/hatte. [...] Genau, so Sachen halt. Und, ähm, dann so 'n bisschen erzählen, was man gemacht hat und ((Ausatmer)), ja. So.« (Frau Kiefer, 1252-1267)

- *Probleme werden »mit sich selbst« ausgemacht:* Je größer die Probleme im Studium wurden, desto weniger telefonierte Frau Kiefer mit den Eltern oder ging nicht ans Telefon, wenn die Mutter anrief. Der Rückzug weitete sich auf andere Kontakte aus: Frau Kiefer traf kaum noch andere Menschen, verkroch sich in ihr Zimmer. Frau Kiefer meinte, alle über ihre Depression »anlügen« zu müssen.

LEBENSBEWÄLTIGUNG IM SPIEGEL DER INTERNETNUTZUNG: An dieser Stelle möchte ich nun auf die Funktion der problematischen Internetnutzung eingehen, auf die Lebensbewältigungsstrategien im Spiegel der Internetnutzung als zentrale Motive. Diese wurden meiner Ansicht nach genau dann bedeutend, als die herkunftsfamiliär erlernten Lebensbewältigungsstrategien *nicht* mehr wirkten, Frau Kiefer aber noch keine wirksamen *alternativen* Lebensbewältigungsstrategien entwickelt hatte.

Unabhängig von einer Problematik zeigte sich schon früh in Frau Kiefers Leben die Verknüpfung von analogen Lebensbewältigungsstrategien und Mediennutzungsverhalten: Die Strategie der Hinwendung zur Herkunftsfamilie findet sich aus meiner Sicht als Parallele in Frau Kiefers Alltagsmediennutzung als Kind wieder: Wenn sie als Kind Bücher las, »versank« sie darin und vergaß die Zeit, so dass ihre Mutter sie an Verabredungen (an den Kontakt mit der Außenwelt) erinnern musste. Bei der Wahl des Lesematerials »mussten« es Geschichten sein, die idealerweise in eine fantastische Richtung gingen:

»Also, ich hab', ähm, ab der zweiten Klasse viel gelesen. Genau. Und, ähm, war auch so, dass ich dann teilweise wirklich irgendwie da drin versunken bin und die Zeit vergessen hab'. [...] Und irgendwie eine Situation, wo ich mich erinnern kann, war eigentlich/ Ich hatte halt nachmittags noch 'n Termin, und meine Mutter kam ins Zimmer und meinte: Ja, willst du nicht da sein? Und ich so voll im Buch drin und hab' das komplett vergessen und bin dann hastig dahin gerannt. [...] Also, so. Komplett weg. Genau. [...] Weniger Sachbücher, das waren halt für die Schule, oder so? Das hab' ich auch gemacht, aber schon irgendwie 'ne Geschichte musste es schon sein.« (Frau Kiefer, 12-43)

In der frühen Mediennutzung zeigt sich bei Frau Kiefer also bereits die Fähigkeit, sich auf einen Wohlfühlkontext zu fokussieren und die Außenwelt konsequent auszublenden, »komplett weg« (Frau Kiefer, 29) zu sein.

Ab der Jugendzeit bis zum Interviewzeitpunkt bekam das Fanfictionlesen eine zentrale Funktion: Es ermöglichte wie das Bücherlesen den Rückzug an einen Wohlfühlort. Frau Kiefer konnte dort in Fantasywelten »versinken«. Dies wiederum machte das Fanfictionlesen zu einer Strategie, sich aus belastenden Situationen zu entfernen, was der analogen Lebensbewältigungsstrategie Vermeidung negativer Gefühlszustände entspricht. Wie das Bücherlesen als Kind ermöglichte Fanfiction Frau Kiefer, »komplett weg [zu] sein« (Frau Kiefer, 761) und in eine andere Welt einzutauchen, in der es intensive positive Emotionen gab. »Aber [...] im Nachhinein [...] war 's wahrscheinlich auch 'n bisschen 'n so 'n Ve/ Man is' im Stress, und man will irgendwie [...] sich 'n bisschen, ja, verabschieden von der ganzen Sache, so, und, ähm, eben so eintauchen in 'ne ganz andere Welt. Und dann ist man erstmal drin « (Frau Kiefer, 207-212) Markant dabei ist, dass die Fanfiction-Geschichten Frau Kiefer »emotionale Highs ohne Risiko« mit garantiertem Happy End ermöglichten (Frau Kiefer, 2064-2071). Hier konnte Frau Kiefer also Gefühle haben, ohne davor Angst haben zu

müssen. Dies ist eine *Ergänzung* bisheriger Strategien – die Möglichkeit, intensiv Emotionen zu erleben,⁴³ was »analog« nicht möglich schien. Dazu war es wiederum wichtig, passende Geschichten auszuwählen, welche interessanterweise idealerweise ein Lösungsszenario im Umgang mit emotionalen Konflikten beinhalteten: Emotional kontrollierte Personen gerieten in emotionale Konflikte, die dann aufgelöst wurden und ein gutes Ende fanden. Dies erzeugte bei Frau Kiefer Entspannungsgefühle:

»I: Und bei den Geschichten, [...] wo du sagst: Da spür' ich eigentlich am meisten – was meinst du damit zum Beispiel? Wie sieht das dann aus? B: Pfff ((ausatmend)). Wie sieht das aus. Also, ich, ich lache teilweise mit, ich freu' mich mit den Protagonisten, äh/ Ja. Ja, also auch 'ne gewisse/ irgendwie wenn da irgendwie 'n Spannungsbogen aufgelöst wird oder so, dann diese Entspannung. Man freut sich, dass das irgendwie alles gutgegangen is', so. Und eben diese Identifikation mit den Hauptcharakteren is' sehr stark dann eigentlich. Ja. I: Was sind das denn meistens für Charaktere? Also, gibt es da Ähnlichkeiten? Oder bestimmte Charaktere, die auf so eine Art gestrickt sind, so 'ne Merkmale haben, wo du sagst, da kann ich besonders gut [...] andocken? B: ((Pause)) Ja, es sind schon ((Pause))/ (?) ähm, ja, kontrollierte, emotional kontrollierte Personen, die dann irgendwie auf 'ne Situation treffen, die/ Weiß nich', verlieben sich oder was weiß ich. Und dann wird alles durcheinander und so weiter, also so. Und am Ende finden sie sich, und alles is' toll, und blablabla. Also, so. Also, schon wo auch 'n gewisser Konflikt da is', der dann aufgelöst wird. Also, irgendwie dass man,

⁴³ Markant ist, dass das emotionale Mitgehen innerhalb von Geschichten offenbar Ziel des Fanfictionkonsums war, obwohl genau dieses emotionale Mitgehen im analogen Leben, zum Beispiel im Umgang mit elterlichen Konflikten, als belastend empfunden wurde und versucht wurde »weg zu machen«. Im Internet scheint es also für Frau Kiefer einen Raum für intensives Fühlen zu geben, der so im analogen Leben nicht möglich war, so meine Hypothese.

ähm/ Ja, emotionale Konflikt werden aufgelöst. (?) Oder dass irgendwie die zwei Leute, die zusammenkommen, eigentlich nicht zusammenpassen. Oder irgendwie sowas in der Richtung. Genau. Ja.« (Frau Kiefer, 2089-2116)

Eine Hypothese von mir ist, dass Frau Kiefer sich mit dieser gezielten Selektion von Fanfiction-Inhalten die Idealauflösung von Konflikten zu führte, wie sie sie im analogen Leben nicht erfuhr. Im analogen Leben blieben Konflikte unaufgelöst, da es innerfamiliär keine adäquaten Umgangsweisen mit Konflikten gab. Das Fanfictionlesen stellt also eine *Erweiterung* der bisherigen analogen Lebensbewältigungsstrategien dar, die im Umgang mit Gefühlen an ihre Grenzen stießen.

Als Frau Kiefer zunehmend im Lebensverlauf mit Situationen konfrontiert wurde, in denen sie mit diesen herkunftsfamiliären Regeln und Strategien nicht mehr weiterkam und ihr insbesondere ein emotionales Aufgefangenwerden in Krisensituationen fehlte, bekam die Fanfictionnutzung eine so ausgeprägte Bedeutung, dass sie zur Problematik wurde. So erfolgte die erste Erwähnung einer problematischen Fanfictionnutzung im Kontext des Leistungsabfalls in der Oberstufe. Im Gegensatz zur Nachhilfe als Lösungsstrategie auf sachlich-pragmatischer Ebene, erlebte Frau Kiefer die Internetnutzung offenbar als Hilfsmittel auf emotionaler Ebene. Sie stellte einen direkten Bezug zwischen dem schulischen Stress und der zunehmenden Fanfictionnutzung her:

»Ähm, ja, Abiturnote war auch sehr gut [...], also, da kann man nicht meckern. Aber das war halt [...] überhaupt das erste Mal, wo in der Schule, wo ich mich immer/ [...] Immer sehr sicher gefühlt hab' und plötzlich das so ein bisschen ins Wanken kam. Genau. Ja. Von daher schon in gewisser Weise 'ne stressige Zeit, die ich wahrscheinlich erstmal gar nicht so bewusst wahrgenommen hab' als stressig. Und, ähm, was auch erklären würde, warum dann sozusagen ich mehr diese Sachen gelesen hab', um so einfach mit dieser/

den Druck rauszunehmen. Sozusagen, ein bisschen. [...] Also, ich hätte jetzt gesagt, dass ich damals irgendwie schon irgendwie versucht hab', alles zu machen, was ich machen musste. Und dann eben wenn's irgendwie abends um elf war und ich nicht mehr Mathe machen konnte, dann irgendwie noch vor 'n Computer gesetzt und so. Hätte ich jetzt gesagt. Und dann wird natürlich die Schlafenszeit etwas knapp. ((Leicht leise)) So, ungefähr. Oder vielleicht auch irgendwie, wenn ich nachmittags nach Hause gekommen bin irgendwie mal noch 'ne Stunde, das kann auch sein. So ungefähr.« (Frau Kiefer, 315-346)

Bis 23 Uhr arbeitete Frau Kiefer also auf *sachlicher* Ebene an ihrem Problem und »versorgte« sich anschließend auf *emotionaler* Ebene mithilfe von stresslösender Fanfiction. Das Fanfictionlesen setzte also dort an, wo die elterliche Unterstützung nicht hinreichte: Wie geht man nicht nur auf pragmatischer Ebene, sondern auch auf emotionaler Ebene mit belastenden Situationen um? Meiner Ansicht nach erlangte das Fanfictionlesen diese Bedeutung der Emotionsregulation nur deswegen, weil es zu dem Zeitpunkt keine bestehenden familiär erlebten und erlernten Bewältigungsstrategien für den Umgang mit emotionalem Krisenerleben gab und das Krisenerleben bei Frau Kiefer sehr ausgeprägt war.

In dieser ersten problematischen Nutzungsphase während der Schulzeit lag ein geringer bis mittlerer Schweregrad vor. Frau Kiefer Funktionsfähigkeit blieb vollständig erhalten. Auch wenn es »zu viel« (Frau Kiefer, 198) Internetnutzung war und sie beispielsweise zu wenig schlief, schaffte sie dennoch alle Pflichtaufgaben und war weiterhin schulisch und in ihrer Freizeit aktiv. Während des krisenhaften Einsamkeitserlebens während des FSJ deutete Frau Kiefer an, ebenfalls intensiv auf Fanfiction zugegriffen zu haben. Die Problemausprägung hielt sich aber begrenzt aufgrund der Arbeitsstruktur, in der Frau Kiefer sich im Rahmen des FSJ fand, auch wenn sie »teilweise Nächte wach gewesen« war (Frau Kiefer, 679-680). Im

Studium aber entwickelte sich schrittweise eine problematische Internetnutzung hohen Schweregrads:

Zum einen diente das Fanfictionlesen der *Selbstmotivation* und dem *Stressabbau*. Als Frau Kiefer noch zu Veranstaltungen an der Universität ging, nutzte sie das Lesen von Fanfiction, um sich dazu motivieren zu können. Sie druckte die Fanfiction-Inhalte aus und nahm sie mit in die Vorlesungen. Hier schien die Fanfictionnutzung eine bisherige analoge Lebensbewältigungsstrategie zu kompensieren, welche ihr im Studium im Wege stand: die Vermeidung von Bereichen, in denen kein Kompetenzerleben möglich war. Damit geriet Frau Kiefer im Studium an eine Grenze, da sie im Studium laufend mit geringem Kompetenzerleben konfrontiert war. Sie nutzte also Fanfiction als »Brücke«, um trotz fehlender Motivation in die Vorlesungen zu gehen. Zudem nutzte Frau Kiefer das Internet als Mittel zum Stressabbau. Meiner Ansicht nach war die problematische Internetnutzung eine Zeitlang wichtig, um Frau Kiefers Funktionalität aufrecht zu erhalten. Vermutlich hätte sie ohne die Fanfiction schon deutlich früher Vorlesungen im Studium nicht mehr wahrgenommen. Das bedeutet auch, dass der Fanfictionkonsum das eigentliche Problem, die Überforderung im Studium, zwar ausglich, aber auch aufrechterhielt. Solange Fanfiction als Motivations- und Entspannungsstrategie fungierte, war Frau Kiefer nicht mit dem Kernproblem konfrontiert.

Zum anderen diente das Fanfictionlesen mit zunehmender Intensivierung der Problematik im Studium zunehmend der *Vermeidung negativer Gefühlszustände*. Sie fungierte nun als Verstärker einer etablierten analogen Lebensbewältigungsstrategie. »Also, alles von sich wegzuschieben und zu ignorieren komplett, ja. Und, ähm, das kann man nur, wenn man irgendwie 'ne andere Sache hat, wo man sich reinvertiefen kann. Weil sonst kommt das wieder hoch.« (Frau Kiefer, 1163-1166) Die Problematik war so ausgeprägt, dass Frau Kiefer sich erheblich vernachlässigte, sozial isolierte und schließlich zwangsexmatrikuliert wurde. »Im Prinzip hab' ich mich in meinem Zimmer verkrochen und vorm Computer gehockt. [...] Vierundzwanzig Stunden, äh, Serien geguckt, Fanfiction gelesen. Also, wirklich komplett

weg. Kein Zeitgefühl, ähm, unregelmäßig gegessen, noch unregelmäßiger geschlafen.« (Frau Kiefer, 758-762) Frau Kiefer empfand die damalige Internetnutzung als Sucht, da sie immer höhere »Pegel« (Frau Kiefer, 937) emotionaler Intensitäten durch maximal mitreißende Fanfictiongeschichten benötigte, um negative Gefühle von sich fernzuhalten, was auf Toleranzentwicklung als Suchtkriterium hindeutet:

»Also, es is' halt, ja, wahrscheinlich schon so 'n bisschen wie 'ne Sucht, dass man einfach sagt, man hat sehr hoch/ hohe positive teilweise Gefühle, was weiß ich, Romantik-Story oder irgendwas Actionmäßiges, was am Ende gut ausgeht oder so. Und, ähm, wenn das vorbei is', is' aber vorbei. Also, wenn die Geschichte zu Ende is', dann, äh, str/ sackt das wieder ab, und man is' wieder da, wo man nicht sein will, nämlich zu Hause in seinem Bett. Und, ähm, ((schnalzt)) ich hab' dann auch gemerkt, das wurde sozusagen, ähm, immer schwieriger, St/ Geschichten zu finden, die mich dann genau so mitreißen wie andere. Also, das is' dann sozusagen der/ das Bedürfnis, dass man irgendwie dieses emotionale Gefühl haben will. Immer höher sozusagen der Pegel wird, den man braucht, irgendwie. Genau.« (Frau Kiefer, 925-938)

Über Bücher war dieses intensive Erleben nicht zu generieren. Die Fanfictioninhalte hatten gegenüber Büchern Vorteile: die Bekanntheit der Figuren, eine erhöhte emotionale Intensität auch durch erotische und romantische und generell mitreißende Inhalte, Selektionsmöglichkeiten und somit Beeinflussbarkeit der Inhalte sowie ein leichter Zugang aufgrund der geringen Komplexität der Handlung. »Sagen wir mal, die Fehlerquote, wo ich jetzt irgendwie sag', das gefällt mir jetzt überhaupt nicht oder so, is' relativ gering.« (Frau Kiefer, 958-960)

DIE LÖSUNG – ERWEITERUNG BISHERIGER STRATEGIEN: Nach einem Wechsel der Universität verbesserte sich Frau Kiefers Situation zeitweise.

Als sich erste Anzeichen einer erneuten Verschlechterung zeigten, nahm Frau Kiefer sechs Monate lang eine psychologische Beratung an der neuen Universität in Anspruch, in der ihr die Beraterin zu Antidepressiva und einer Psychotherapie riet. Nach einer Zeit des Zögerns sucht Frau Kiefer schließlich einen Psychiater auf, um sich Antidepressiva verschreiben zu lassen. Zudem begann sie eine ambulante Psychotherapie zur Behandlung ihrer Depression. Im Rahmen der Therapie entwickelte Frau Kiefer neue Lebensbewältigungsstrategien. Im ersten Schritt kommunizierte Frau Kiefer die Depression nach außen. »Also, ich war dann beim Psychologen, und der hat gesagt: ›Also, wenn wir irgendwie weiterkommen wollen, müssen Sie klaren Tisch machen mit Ihrem Umfeld.‹ Ich so: ›Okay.« (Frau Kiefer, 451-454) Frau Kiefer teilte sich ihrer Herkunftsfamilie, ihrem Mitbewohner und engeren Freunden mit. Heute würden diese gezielt nachfragen, wie es ihr ginge, erzählte Frau Kiefer. Frau Kiefer entwickelte also eine alternative Strategie: sich öffnen und die Fassade und somit den Druck loszulassen.

»Und als dann sozusagen auch reiner Tisch war in der Hinsicht, war's auch wieder 'n bisschen entspannter. Haben dann ein bisschen vorsichtig gefragt, (?) ((leicht lachend)), und, ähm, ja, da war sozusagen der Druck weg, sozusagen, erstmal, in der Hinsicht. [...] Dass ich irgendwie diese Fassade ›Alles ist okay, und ich bin gut, und ich kann das‹ und so.« (Frau Kiefer, 1123-1130)

Frau Kiefer wandelte also die alten Lebensbewältigungsstrategien der Vermeidung negativer Gefühlszustände, Probleme mit sich selbst auszumachen und die Inanspruchnahme von Hilfe allein auf sachlich-pragmatischer Ebene in ihr Gegenteil um. Dadurch ermöglichte sie sich das Ablegen von Druck und Stress, *ohne* dafür Fanfictionnutzung einsetzen zu müssen.

Zum Interviewzeitpunkt stand die Internetnutzung wenig im Vordergrund, eher soziale Kontakte. Doch wenn Stress aufkam, hätte sie immer

noch Bedürfnis nach Internetnutzung: »Also, es gibt schon, äh, Phasen, so irgendwie, wenn ich gestresst bin oder so, dann zuckt's mich sozusagen. Dann würd' ich am liebsten ins Internet. Dann sag' ich: Nein, du brauchst 's jetzt nicht.« (Frau Kiefer, 893-896) Frau Kiefer las weiterhin gern Fanfiction im Internet zur Entspannung. Die problematischen Aspekte hätten sich aber verringert: »Und, ähm, das lese ich im Prinzip jetzt, wie man vielleicht irgendwie früher so 'n Groschenheft gelesen hatte oder so. So zur Entspannung und so. Bis heute eigentlich, genau.« (Frau Kiefer, 87-90)

FAZIT: Zusammenfassend wird deutlich, dass Frau Kiefer in ihrer Herkunftsfamilie Lebensbewältigungsstrategien lernte, die im späteren Lebensverlauf in überwältigenden Krisensituationen nicht mehr ausreichten. Angesichts dieses Mangels an analogen Ressourcen – so meine Hypothese – entwickelte Frau Kiefer eine problematische Internetnutzung hohen Schweregrads. Als sie begann, ihre analogen Strategien über die bisherigen Strategien hinaus zu erweitern, verlor die problematische Internetnutzung an Bedeutung; die Internetnutzung normalisierte sich.

Es deutet sich an, dass die Adaption der herkunftsfamiliären Lebensbewältigungsstrategien und deren Ungeeignetheit bzw. Begrenztheit im Umgang mit bestimmten Krisen einen Risikofaktor bei der Entstehung der problematischen Internetnutzung darstellten. Frau Kiefer hatte entsprechend der Lebensbewältigungsstrategien Leistungsorientierung, Vermeidung negativer Gefühlszustände und des Ausmachens von Problemen mit sich selbst den Anspruch verinnerlicht, unter allen Umständen funktionieren zu müssen. Dies zeigt sich in einer Sequenz am Ende des Interviews, in der Frau Kiefer reflektierte, was sie gebraucht hätte, um nicht in die Depression und problematische Internetnutzung abzurutschen – eine Ansprechperson, der gegenüber sie sich hätte authentisch mitteilen können:

»Pffff ((ausatmend)). Was hätte ich gebraucht? ((geflüstert)) [...] Ähm, ja, also einfach so 'ne nahe Person, wo man eben/ ohne das Gefühl, dass man jetzt irgendwie besonders toll sein muss oder, ähm, alles so weitergehen muss wie bisher. Dass man einfach hätte schon alles bisschen vorher besprechen können, einfach dass man nicht so alleine in seinem eigenen Saft, ähm, vor sich hin (mährt?) und, äh, irgendwann gar nicht mehr sieht, wo man hätte irgendwie mit einer kurzen Sache was hätte schneller bereinigen können. Oder/ Genau. Sowas in der Richtung. Ja.«
(Frau Kiefer, 1519-1537)

Frau Kiefer ermöglichte es sich, das eigene Leid gegenüber anderen transparent zu machen und ließ damit ein ganzes Bündel alter Lebensbewältigungsstrategien los. Von Vorteil war, dass ihr soziales Umfeld bereit war, sich ebenfalls zu verändern.

Das Verhältnis von analogen und internetbasierten Lebensbewältigungsstrategien

Deutlich wird, dass das Internet analoge Lebensbewältigungsstrategien auf verschiedenste Art und Weise spiegelt, aufgreift und weiterentwickelt.

Das Internet als Abbild analoger Lebensbewältigungsstrategien |

Frau Falke und Frau Winter aus Fallgruppe 1 bewältigten ihr Leben generell mit Strategien der Exploration, des kontinuierlichen Lernens und einer grundsätzlichen Offenheit gegenüber Neuem. Dies spiegelte sich in ihrer Internetnutzung wider. Beide Frauen nutzten das Internet, um trotz lebensphasenbedingter Limitationen einen großen Aktionsradius aufrechtzuerhalten (wie bei Frau Winter) oder den bisherigen Aktionsradius sogar noch zu vergrößern (Frau Falke). Beide Frauen führten ihre bisherigen konstruktiven Strategien im Umgang mit dem Leben im Internet fort und optimierten diese dort sogar. Frau Falke beispielsweise organisierte sich über das

Internet einen Creative-Writing-Kurs und eine Unterkunft in einer Großstadt im Ausland. »Ich kann besonders alte Leute nicht verstehen ((aufgebracht)), die sagen: »Damit fang' ich nicht an«. Da sag' ich: Weißt du was, die ganze Welt liegt dir zu Füßen! [...] Ich sag': Alles find' ich über das Internet.« (Frau Falke, 245-248).

Ohne das Internet hätte insbesondere Frau Winter, die mit zunehmendem Alter sich weniger leistungsfähig fühlte und auch aufgrund ihrer schweren Erkrankung nicht mehr so viel verreisen konnte, Einschränkungen der Lebensqualität erfahren.

»B: [...] Ich hab' da jetzt 'ne ganz, ganz schlimme ärztliche Behandlungszeit. [...] Die geht bis Anfang Mai. Da hab' ich jetzt, äh, letzt/ im Januar gedacht: Ah, wenn das vorbei ist, dann fahr ich an die Amalfi-Küste. Hab' über Booking.com wieder ein traumhaftes Hotel/ Palazzo aus dem siebzehnten Jahrhundert, Blick aufs Meer, Brunnen im, im Garten aus 'm siebzehnten Jahrhundert, 140 Euro die Nacht – mit zwei Personen! [...] Ja, und das hab' ich jetzt, äh, so gebucht. Dachte ich: Ah Gott, nee, Juni, da bin ich noch nicht fit, da hab' ich's einfach im September nochmal gebucht und kann kurz vorher stornieren, ob ich im Juni geh' oder im September/ ((lacht)) Und ich find' das toll. [...] Nein, es is' einfach wunderbar, sich so leicht Informationen beschaffen zu können. Dieses Hotel hätte ich nie gefunden. Nie! Das hätt' kei' Reisebüro gewusst.« (Frau Winter, 629-647)

Tabelle 48: Komparative Analyse am Beispiel von Frau Falke und Frau Winter (eigene Darstellung)

	Zentrale Lebensbewältigungsstrategien außerhalb des Internets		Bedeutung des Internets als Lebensbewältigungsstrategie
	Grundannahmen	Umsetzung	
Frau Falke	Eine Sache hat immer zwei Seiten. Das muss man hinnehmen und dann aber das »Allerbeste« daraus machen. Es gilt das Prinzip der Eigenverantwortung.	Bildung, lebenslanges Lernen, ständige Horizonterweiterung. Künstlerischer Ausdruck. Reisen und längeres Verweilen im Ausland. Viele soziale Kontakte vs. Priorisierung der eigenen Bedürfnisse inkl. in Kaufnehmen von Beziehungsverlusten. Den Fokus auf Chance richten. Sich nehmen, was man braucht. Begrenzung, Priorisierung.	<i>Optimierte Verwirklichung und kreative Erweiterung</i> bisheriger Aktivitäten: noch mehr künstlerischer Ausdruck (Website mit den eigenen Kunstwerken), noch bedürfnisorientiertes Reisen, Beziehungspflege (z. B. über Facebook) über Ländergrenzen hinweg. Dabei ist das Internet ersetzbar, nur ein Werkzeug neben vielen anderen.
Frau Winter	Ein Leben lang Offenheit für Neues ermöglicht dauerhafte Selbstwirksamkeit trotz Limitationen im Alter. Es gilt das Prinzip der Eigenverantwortung.	Veränderungsbereitschaft, Offenheit für Neues und Flexibilität (Exploration). Akzeptanz von Limitationen. Herstellen von Verbundenheit. Konstruktiver Umgang mit Risiken, anstatt mit Einschränkung zu leben. Begrenzung, Priorisierung.	Aneignung neuer Internettechnologien (WhatsApp, iPhone, mobiles Internet) im Alter ermöglicht <i>Exploration</i> und neue Erfahrungen sowie das <i>Aufrechterhalten von Flexibilität und Selbstwirksamkeit</i> im Alltag trotz krankheits- und altersbedingter Limitationen.

Bei Frau Kornfeld und Frau Rose beispielsweise spiegelten sich in der Internetnutzung ihre Strategien der Herstellung von Ordnung und Kontrolle wider. Frau Kornfeld setzte das Internet als zentrales Werkzeug bei der Suche nach einer Liebesbeziehung ein. Ihre analogen Lebensbewältigungsstrategien, die von Struktur, Pragmatismus und Funktionieren gekennzeichnet waren, zeigten sich entsprechend auch in der Onlinedatingrecherche, bei der bestimmte Suchkriterien die Wahrscheinlichkeit erhöhen sollten, einen passenden Partner zu finden und so ein erneutes Scheitern einer Beziehung und damit einhergehende Gefühle der Entwurzelung, wie sie zuletzt im Rahmen einer Trennung erlebt wurden, zu vermeiden. »Also, für mich isch wichtig in der Nähe. Also, ich will net no'mal 'ne Fernbeziehung.« (Frau Kornfeld, 108-109) Für ihren letzten Partner hatte Frau Kornfeld ihre Heimat verlassen, war zu ihm gezogen. Die Beziehung ging dennoch nach mehreren Jahren auseinander und das würde sie nicht nochmal machen. (Frau Kornfeld, 126-127)

»Und, des isch für mich jetzt ganz wichtig. Also, aller, allerhöchstens fuffzig Kilometer Umkreis, und das auch ungerne. Weil bei unserem Verkehr im Raum [Stadt3] heißt das halt trotzdem andert-halb Stund' unter Umständen. Und das machen Sie abends net, wenn Sie berufstätig sind. Da fahren Sie net um, um / Ich steh' relativ früh auf sogar. Aber andere ja nicht, die fahren nicht um halb sechs nochmal anderthalb Stund' irgendwo hin. Und dann arbeitet man vielleicht noch in die andere Richtung, wo der andere wohnt. Also, desch einfach Stress, isch einfach Stress. Und dann isch wieder nur 'ne Wochenendbeziehung, und/ Ja. Also, des Kriterium isch ganz wichtig.« (Frau Kornfeld, 135-146)

Das Internet ermöglichte Frau Kornfeld mithilfe einer kriteriengeleiteten Vorab-Selektierung potenzieller Partner ein Gefühl von Selbstschutz: Schutz davor, sich erneut in einer Situation hoher emotionaler Belastung und Entwurzelung zu befinden.

Bei Frau Rose (vgl. auch Kapitel *Fallbeispiel Frau Rose*) zeigte sich, dass die internetbezogenen Lebensbewältigungsstrategien auch *Ambivalenzen* aufgriffen, die bereits innerhalb der analogen Lebensbewältigungsstrategien existierten. Frau Rose pendelte meiner Ansicht nach im Umgang mit Krisen zwischen zwei Polen: einerseits zeigte sie einen hohen Aktivitätsgrad, unbedingtes Verstehenwollen und die Bereitschaft zur direkten Konfrontation mit dem Problem und somit das Herstellen von Selbstwirksamkeit, andererseits das intensive Suchen von Verantwortung bei anderen, was (ungewollt) Abhängigkeit und teilweise auch Ohnmacht wiederherstellte.

Dieses Pendeln zwischen zwei Polen zeigte sich auch in der Internetnutzung: Das Internet nutzte Frau Rose (teils problematisch) zur intensiven Recherche in Auseinandersetzung mit der Onlinesexsucht des Ehemannes. Diese Auseinandersetzung mit dem Thema mittels umfangreicher Recherche half Frau Rose einerseits, die Problematik besser zu verstehen und somit bewältigbarer zu machen. Es stellte aber auch eine problematische Episode dar, da Frau Rose nicht mehr aufhören konnte, nach Informationen zu suchen, alles immer wieder zu hinterfragen und noch besser verstehen zu wollen. Auch trugen die gefundenen Inhalte zu einer weiteren Pathologisierung der Problematik ihres Ehemannes bei. Frau Rose identifizierte sich in ihrer Internetrecherche stark mit der Rolle der Angehörigen, welche ihr von klein auf vertraut war als Tochter eines gewalttätigen, alkoholkranken Vaters. Dass ihr Mann dann nicht die Hilfe in Anspruch nahm wie beispielsweise in Onlineforen empfohlen, erhöhte Frau Roses Ohnmachtsempfinden. An einer Stelle im Interview klagte sie das Internet an sich als den »Schuldigen« an. Im Fall von Frau Rose ermöglichte das Internet also einerseits Selbstwirksamkeitserleben durch die Generierung von hilfreichen Wissen, andererseits verstärkte es das Gefühl von Ohnmacht.

Tabelle 49: Komparative Analyse am Beispiel von Frau Rose und Frau Kornfeld (eigene Darstellung)

	Zentrale Lebensbewältigungsstrategien außerhalb des Internets		Bedeutung des Internets als Lebensbewältigungsstrategie
	Grundannahmen	Umsetzung	
Frau Rose	Zu wissen, wie es wirklich ist, wird innere Ruhe einkehren lassen. Lieber Eindeutigkeit als Mehrdeutigkeit.	Nach Erklärungen suchen. Direktes Auseinandersetzen mit Problemen. Offenheit für neue Zusammenhänge. Selbstzweifel. Hohe Investitionen zur Rettung einer Beziehung. Aktivität, um sich nicht ohnmächtig zu fühlen. <i>Versus</i> : Anklage, Schuldzuweisung, Verantwortungsabgabe. Kontrolle z. B. durch Pathologisierung, Entweder-oder-Erklärungen.	Quelle von Erklärungen, Zusammenhängen sowie Lösungen zur Bewältigung von Problemen. Entlastung durch Ablenkung. <i>Versus</i> : Internetrecherche bestätigt Schwarz-weiß-Annahmen, legitimiert anklagende Haltung gegenüber dem Ehemann. Das Internet an sich trägt die Schuld: »alles nur wegen dem Internet«. Dient an sich als Erklärung für das Unglück.
Frau Kornfeld	Das Nicht-Kontrollierbare ist kontrollierbar. Wenn das Leben aus den Fugen gerät, ist es wichtig, weiter zu funktionieren.	Kategorisierung und Generalisierung, z. B. etwas als »typisch klassifizieren und damit zu begründen. Weiterfunktionieren und sich keine Zeit geben für »Zusammenbruch«. Pragmatismus: nicht zu tief eintauchen in die eigene Psyche, »Abhaken« der Vergangenheit. Grenzen, Disziplin im Alltag.	<i>Kontrolle von eigentlich Unkontrollierbarem</i> : Suche nach geeignetem Partner über Ein-/Ausschlusskriterien im Onlinedatingportal. Versuch, erneute Verletzung zu verhindern. <i>Versus</i> : <i>Neue Beziehungserfahrungen</i> – sich verletzlich zeigen (die Mutter war gestorben) führt zu authentischem Austausch mit Chatpartnern.

Zusammenfassend betrachtet kann die Variante der 1:1-Spiegelung also zum einen bedeuten, dass das Internet hilfreiche, konstruktive, gesunde Lebensbewältigungsstrategien spiegelt und somit einen wichtigen zusätzlichen (aber nicht alleinigen) Beitrag zu einem zufriedenen Leben beisteuert.⁴⁴ Zum anderen kann es bedeuten, dass es Ambivalenzen spiegelt, also das Schwanken zwischen eher förderlichen und eher hinderlichen analogen Lebensbewältigungsstrategien.⁴⁵ Zu

⁴⁴ Weitere Beispiele: *Frau Bach* suchte sich als Kind und Jugendliche im Umgang mit ihrem damals noch nicht-diagnostizierten Asperger Autismus gezielt Freundschaften mit besonders sozial kompetenten, reflektierten Kindern, an denen sie sich orientieren und bei denen sie Sicherheit finden konnte. In ihrer Mediennutzung spiegelte sich die Lebensbewältigungsstrategie der Orientierungssuche im mehrfachen Lesen von Buchserien und TV-Serien mit Fokus des Erlangens darin gezeigter sozialer Fähigkeiten und Strukturen wider, die Frau Bach im Alltag Schwierigkeiten machten und die sie auf diese Weise versuchte, besser zu verstehen. Als Erwachsene nutzte Frau Bach das Internet unter anderem zum Aufbau eines Unterstützungsnetzwerkes. Die schriftliche Kommunikation im Internet (die ihr viel leichter fiel als mündliche Kommunikation) ermöglichte ihr sichere und bewältigbare soziale Kontakte, ähnlich wie in ihrer Kindheit und Jugend die sozial kompetenten Kinder. Bei *Frau Linde* spiegelte sich in der Internetnutzung die zentrale Lebensbewältigungsstrategie einer bedürfnisorientierten Lebensgestaltung wider. So festigte die Internetnutzung die gewünschte Trennung von beruflichem und privatem Lebensbereich zusätzlich, zum Beispiel mittels getrennter Rechner für Beruf und Privates, die in verschiedenen Räumen standen und mittels Priorisierung zum Beispiel von E-Mails nach Wichtigkeit und mittels bewussten Beendens problematischer Internetnutzung wie zum Beispiel dem Spielen. Die dahinterliegende Bedürfnisorientierung zeigt sich bei Frau Linde auch in diversen analogen Lebensbewältigungsstrategien. Ähnlich sehe ich das bei *Frau Bär*, die zusätzlich über das Internet bedürfnisorientiert regulierte, in welche Aktivitäten und soziale Begegnungen sie Zeit und Aufmerksamkeit investieren wollte.

⁴⁵ Weitere Beispiele: *Frau Berg* befand sich zum Interviewzeitpunkt in einer Übergangsphase zwischen dem alten Muster der Anpassung (zum Beispiel Akzeptieren, was die Eltern vorgaben, Einnehmen einer neutralen, vermittelnden Position, Verständnis für alle haben, keine Konflikte eingehen, sich ständig mit anderen vergleichen, um Orientierung zu finden) und einem neuen Muster des Autonomiebestrebens (gegenüber den Eltern im Kleinen rebellieren, Auszug aus dem Elternhaus, sich ein eigenständiges Leben aufbauen wollen, sich selbst reflektieren und bisherige Gewissheiten hinterfragen). Im Internet zeigte sich die noch existierende Zerrissenheit zwischen dem Alten und dem Neuen dahingehend, dass sich Frau Berg einerseits über sie Nutzung sozialer Netzwerke immer noch stark an anderen Menschen orientierte, eigentlich mit der Intention, eine eigene Po-

guter Letzt kann die 1:1-Spiegelung aber auch bedeuten, dass sich die mehrheitlich defizitären analogen Lebensbewältigungsstrategien ebenso mehrheitlich in der Internetnutzung spiegeln und somit das Internet zusätzlich destruktiv verstärkend wirkt. Dies zeigt sich beispielsweise bei Frau Kiefer (siehe Fallbeispiel oben), bei der das Internet mithilfe von Fanfiction als unendlicher Fundus an Geschichten den Rückzug in eine andere Welt besonders »wirksam« ermöglichte. Aufgrund eines Mangels an alternativen analogen Lebensbewältigungsstrategien chronifizierte das Internet den Rückzug als Verhaltensmuster im Krisenfall.

DAS INTERNET ALS TREIBENDE KRAFT BEI DER ENTWICKLUNG NEUER ANALOGER LEBENSBEWÄLTIGUNGSSTRATEGIEN: Diese zweite Variante zeigt sich beispielhaft bei Frau Kirschbaum (Fallgruppe 2). Frau Kirschbaum fühlte sich eingeeignet von sozialen Normen, beispielsweise in Bezug auf ihr Aussehen, ihre weibliche Identität und den Umgang mit ihrem eigenen Körper. Sie stellte selbst sehr hohe Ansprüche an sich. Ihre früheren Lebensbewältigungsstrategien implizierten, weiter zu funktionieren und zum Beispiel über Schmerzen und Erschöpfung hinwegzugehen, ggf. mit Hilfe von Schmerztabletten. Mit einer inneren Einstellungsveränderung zeigten sich dann neue Strategien: eine vermehrte Körperakzeptanz, Selbstfürsorge und das Hinterfragen von Schönheitsidealen. Mithilfe von Onlineforen und Blogs setzte sich Frau Kirschbaum in sicherer, wertschätzender Atmosphäre mit alternativen Wirklichkeiten auseinander. Bisherige Normen erfuhren dort eine Aufweichung. Die Erkenntnisse aus dem Austausch im virtuellen Raum nutzte Frau Kirschbaum als Ermutigung, um sich auch im analogen Leben selbstfürsorglicher weiterzuentwickeln und innerlich freier zu werden.

sition zu finden, aber genau dies letztendlich durch diese Art von Internetnutzung verhinderte, da sie so weiterhin den Blick nach außen richtete anstatt auf sich selbst. Andererseits spiegelte sich im Internet gleichzeitig Frau Bergs Autonomiebestreben wider, insbesondere in Form ihrer Abneigung, ständig erreichbar sein zu müssen. Letztere repräsentierte meiner Ansicht nach Frau Bergs Unbehagen mit der Anpassung als altes Bewältigungsverhalten. Sie durchbrach dieses Muster der ständigen Verfügbarkeit, zum Beispiel, indem sie während eines Auslandsaufenthalts nicht mit der Familie skypete, nicht mehr ständig erreichbar sein wollte und ihre Handynutzung bewusst regulierte.

»Also, das hat dieses Forum und diese ganze Themen/ Also, auch »Busenfreundinnen«/ Gibt's au' 'ne Seite für die BH-Beratung. Das hat das so gepusht. Und da gibt's/ Also, hab' ich von einigen gelesen, für die es auch richtig gut war, die Entdeckungen, die sie darüber gemacht haben, sich mit ihrem Körperbild auseinander zu setzen. Ich les' einige Blogs, die so das Thema Fat-Acceptance, also, Akzeptanz von Dicken in der Gesellschaft. Und das hat mein Denken schon no'mal beeinflusst. Au' über die Schönheitsideale nachzudenken und so.« (Frau Kirschbaum, 1530-1538)

Auch in ihrem eigenen Blog suchte Frau Kirschbaum nach einem Weg, sich trotz ihres persönlichen Bedürfnisses nach Datenschutz authentisch zu zeigen. »Ich hab' das Gefühl, mich hat selber das Blogschreiben, mhm, stärker gemacht und unabhängiger« (Frau Kirschbaum, 307-308). Mithilfe ihres »Digitalen Ichs« experimentierte Frau Kirschbaum damit, wie es wäre, sich echt und authentisch (und nicht perfekt inszeniert) zu zeigen. Dies war ein weiterer Entwicklungsschritt in Richtung Selbstfürsorge, der einen Ausgangspunkt im Internet hatte, so meine Deutung. Bei Frau Kirschbaum war das Internet nicht nur ein Spiegel bestehender »analoger« Lebensbewältigungsstrategien, sondern die Quelle *neuer* Strategien, die Frau Kirschbaum dann auf ihr analoges Leben übertrug. Das Internet war bei Frau Kirschbaum als Inspirationsquelle und Verstärker Ausgangspunkt einer persönlichen Entwicklung in Richtung mental und körperlich gesunder Lebensführung. Der hohe Anspruch an sich selbst wurde durch die Erfahrungen im Internet aufgeweicht. Frau Kirschbaum entwickelte ein neues Wertesystem, das sich sowohl im Onlineleben als auch im analogen Leben zeigte. »Ich bin ein sehr pflichtbewusster Mensch und treuer und zuverlässiger Mensch. Ich seh' au', man hat 'ne Pflicht, und Verbindlichkeit isch ganz arg wichtig und so. Aber das heißt nicht, ja, ich muss 'n schlechtes Gewissen haben, weil ich sollte, ich sollte, ich könnte.« (Frau Kirschbaum, 2907-2911)

Tabelle 50: Komparative Analyse am Beispiel von Frau Kirschbaum (eigene Darstellung)

Frau Kirschbaum		
Zentrale Lebensbewältigungsstrategien außerhalb des Internets		Bedeutung des Internets als Lebensbewältigungsstrategie
Grundannahmen	Umsetzung	
<i>Früher:</i> Leistungsorientierung.	<i>Früher:</i> Funktionieren müssen unter allen Umständen, z. B. auch bei starken Kopf- oder Menstruationsschmerzen.	<i>Früher:</i> Spiegel des hohen Leistungsanspruches: Frau Kirschbaum wollte im Onlineforum jemand Wichtiges sein.
<i>Später:</i> Es ist in Ordnung, nicht zu funktionieren.	<i>Später:</i> Sich freimachen von sozialen Normen und hohen Ansprüchen. Innere Einstellungsveränderung in Richtung Körperakzeptanz und Selbstfürsorge. Hinterfragen von Schönheitsidealen. Bei Schmerzen oder Krankheit darf nun pausiert werden. Befreiung vom schlechten Gewissen. Hinwendung zur Einstellung: »das eigene Ding« finden zu dürfen. Konsumbewusstsein und sinnvoll-ethische Lebensführung: bewusster Konsum. Klare Trennung von Freizeit und Arbeit.	<i>Später:</i> Aufweichung des hohen Leistungsanspruches durch Austausch in Onlineforen und Auseinandersetzung mit dem digitalen Selbst im Blog. Internet als Inspirationsquelle und Verstärker für die persönliche Entwicklung Richtung Selbstakzeptanz. Ermöglicht Austesten neuer Konzepte und Ermittlung eigener Werte und Bedürfniszugänge. Ermöglicht Verbundenheit und Beziehungersatz in schwierigen Zeiten durch Kontakt mit verständnisvollen Menschen. Fokus auf bewusste Nutzung, eine selbstbestimmte, kritisch-selektive Onlinebeziehungs-gestaltung. Reflexion und Aus-testen von Grenzen, z. B. sich aus Communities rausziehen. Unterscheidung zwischen digi-talem und analogem Ich, Aus-balancierung von Authentizität und Selbstschutz.

Diese positive Rückwirkung von internetbezogenen Lebensbewältigungsstrategien in das analoge Leben zeigte sich auch bei Fällen mit einer problematischen Internetnutzung hohen Schweregrads, wie beispielsweise bei Frau Sommer (Fallgruppe 3). Bei ihr entwickelte sich im Lebensverlauf zunehmend eine fördernde Facette innerhalb einer ansonsten sehr problematischen Internetnutzung: die Nutzung ausgewählter YouTubeinhalte, um ein gesundes Essverhalten und einen selbstfürsorglichen Umgang mit der Depression zu entwickeln.

Als Gegenbeispiel sehe ich hier unter anderem Frau Lenz (Fallgruppe 3), bei der sich meiner Ansicht nach keine positive Einwirkung des Internets in die analoge Welt zeigt. Frau Lenz hatte unter anderem Probleme mit der Kontakthanbahnung in der Schule und wies generell eine soziale Unsicherheit auf, machte Mobbing-Erfahrungen im Sozialkontakt mit Mitschülern und erlebte sich im analogen Raum generell von Gleichaltrigen sozial ausgeschlossen. Durch die problematische Internetnutzung in Form des Schreibens von Fanfiction, Spielen und Betreiben eines eigenen Let's-Play-YouTubekanals ermöglichte sich Frau Lenz online eine sichere Umgebung, in der sie soziale Situationen risikolos leben konnte. Sie konnte dort sogar kreativ Varianten sozialen Lebens durchspielen (beispielsweise Fanfiction schreiben mit Charakteren, die sie selbst repräsentierten und die ihre »sozialen Defizite« erfolgreich bewältigten). Im Internet hatte Frau Lenz zudem positive soziale Kontakte mit anderen Nutzern. Frau Lenz konnte im Netz Kommunikation aktiv gestalten und sich dabei kompetent und erfolgreich fühlen. Dazu passte, dass sie Onlinecommunities nutzte, in denen es in der Regel nicht zu einem Dialog kam, sondern wo vor allem monologisierend kommuniziert wurde bzw. Reaktionen in Form von Kommentierungen zeitversetzt stattfanden. Im Internet fiel es Frau Lenz leichter sich auszudrücken, ohne dass sie Angst haben musste, durch eine falsche Wortwahl jemanden zu beleidigen, und sie erlebte dort fast nur positive soziale Kontakte. Was sie im Internet neu lernte und erfuhr, spiegelte sich aber *nicht* positiv in die analoge Welt zurück. Frau Lenzes Lebensbewältigungsstrategien im Internetbereich stellen daher keine treibende Kraft zur Strategieverweiterung im analogen Leben dar. Die Grenzen

zwischen Onlineleben und analogem Leben zeigen sich bei Frau Lenz undurchlässig, während es bei den anderen oben dargestellten Fällen eine Durchlässigkeit, ein Voneinander-Profitieren gab.

DAS INTERNET ALS SPIEGEL NICHT MEHR ERWÜNSCHTER LEBENSBEWÄLTIGUNGSSTRATEGIEN: Am Beispiel von Frau Kern (Fallgruppe 2) wird deutlich, dass – als Variante drei – im Internet noch alte, »überholte« Lebensbewältigungsstrategien aktiv sein können. Auch bei Frau Kern deutete ich es als eine analoge Lebensbewältigungsstrategie, dass sie sich allmählich von äußeren einengenden Anforderungen befreien wollte (insbesondere von dem vermeintlichen Auftrag, den alkoholkranken Vater und die Mutter »retten« zu müssen, so meine Deutung). Bei ihr erfolgte diese »Selbstbefreiung« allerdings eher außerhalb des Internets, beispielsweise durch das Lesen von Selbsthilfe-Büchern. Im Internet hingegen setzten sich eher »alte« analoge Lebensbewältigungsstrategien fort, die angesichts der positiven Entwicklungen, die Frau Kern bei sich selbst anderweitig erlebte, eigentlich nicht mehr passend waren. Dass Frau Kern im Internet noch in alte Lebensbewältigungsstrategien zurückpendelte, machte auch ihre Unzufriedenheit mit der eigenen Internetnutzung aus und war der Grund, warum sie diese als problematisch empfand. Sie merkte, dass sie sich im Internet noch auf eine Weise verhielt, wie sie es auf ihrem neuen Weg in Richtung eines sinnvollen, eigenständigen Lebens gar nicht mehr wollte.

So reaktivierte ausgerechnet das Gesehenwerdenwollen mithilfe von Facebook-Likes das altbekannte Mangelgefühl, welches Frau Kern seit Kindheit begleitete: generell von den Eltern nicht gesehen und emotional aufgefangen zu werden bzw. vor allem negative Aufmerksamkeit zu erfahren. Die problematische Internetrecherche spiegelte meiner Interpretation nach die rastlose Suche wider, die Frau Kern von sich seit ihrer Ausbildungszeit kannte. Auch wenn das ständige Suchen eigentlich ein plausibler Lösungsversuch war, endlich das Richtige für sich zu finden, führte es im analogen Leben lange Zeit nicht zum Ziel, da Frau Kern sich nicht an ihren tatsächlichen Bedürfnissen orientierte. In der Onlinerecherche führte die

Suche nicht zum Ziel durch den ständig präsenten antreibenden Gedanken ›Gibt es noch was Besseres?‹. Das Ergebnis war genau das Gegenteil: das Gefühl, niemals anzukommen. Während Frau Kern im analogen Leben bereits vieles änderte, führte sie dieses Muster noch im Internet fort. Ihr Verhalten dort widersprach also den neuen analogen Lebensbewältigungsstrategien, in denen es – ganz im Gegenteil – um das Endlich-Ankommen in einem sinnvollen, selbstgestalteten ›eigenen‹ Leben ging.

Tabelle 51: Komparative Analyse am Beispiel von Frau Kern (eigene Darstellung)

Frau Kern		Bedeutung des Internets als Lebensbewältigungsstrategie
Zentrale Lebensbewältigungsstrategien außerhalb des Internets		
Grundannahmen	Umsetzung	
<p><i>Früher:</i> Kontinuierliches Suchen wird zur Lösung führen. Zusammenhänge verstehen wird Selbstwirksamkeit ermöglichen. Als Kind die Eltern retten müssen, weil sie es von selbst nicht tun/können.</p>	<p><i>Früher/ bis zum 30. Lebensjahr:</i> Grenzen akzeptieren, sich abfinden, nicht hinterfragen. In der Sicherheitszone bleiben und das Naheliegende nehmen. Parentifizierung: Beobachten der Eltern, das Familienproblem unbedingt verstehen und lösen wollen. Auch: Ablenkung und Selbstdistanzierung vom Problem, zum Beispiel nicht mit Freundin darüber sprechen. Auch: Immer am Suchen bleiben (Welcher Beruf könnte zu mir passen?), den Suchradius dabei aber klein halten.</p>	<p>Soziale Netzwerke ermöglichen durch Likes <i>positives Gesehenwerden</i>, was Frau Kern als Kind dauerhaft fehlte und immer noch ein Mangelgefühl zu sein scheint. Die (problematische) Internetrecherche ermöglicht das Fortsetzen der Suche <i>weiter auf der Suche nach dem noch Besseren</i> zu sein.</p>
<p><i>Später:</i> Loslassen und ein kohärentes Leben mit Sinn gestalten</p>	<p><i>Später/ ab 30. Lebensjahr:</i> Bisherige Überzeugungen in Frage stellen, Alltagsgewohnheiten ändern. Suche nach Sinn und nach der eigenen Lebenseinstellung durch Rückbesinnung auf das, was ihr als Kind wichtig war. Suche nach einem Beruf, der mit der eigenen Lebenseinstellung kompatibel ist.</p>	

DAS INTERNET ALS EIGENSTÄNDIGE LEBENSBEWÄLTIGUNGSSTRATEGIE: Bei einigen Frauen stellte das Internet in bestimmten Lebenssituationen eine eigenständige Strategie dar, die sich nicht in analoger Form wiederfand. In dieser vierten Variante kommt der Internetnutzung eine erhöhte Bedeutung zu. Es wirkt sich stabilisierend und stützend aus, selbst wenn es sich um eine problematische Internetnutzung handelt. Würde man das Internet – hypothetisch gesagt – der Person in dieser Situation »wegnehmen«, käme es zu einer mehr oder weniger ausgeprägten psychischen Notlage.

Frau Fuchs beispielsweise (vgl. auch Unterkapitel *Queranalyse Fallgruppe 2* im Kapitel *Teilstudie 2: der biografische Kontext*) hätte als Jugendliche ohne die Freunde im Onlineforum in Krisensituationen (wenn es dem Großvater nachts besonders schlecht ging) um diese Tageszeit keine unmittelbaren Ansprechpartner gehabt. Für Frau Nebel⁴⁶ (Fallgruppe 2) hatte das Internet eine »haltende« Funktion. Onlinespiele strukturierten ihren Alltag und stabilisierten sie hinsichtlich ihrer Traumafolgen. Frau Nebel bezeichnete die Nutzung zwar als »Sucht«, war sich aber auch gleichzeitig sicher, die Nutzung jederzeit beenden zu können.

⁴⁶ Frau Nebel war zum Interviewzeitpunkt im 55. bis 60. Lebensjahr. Seit ihrer Jugendzeit war ihr Leben geprägt von stoffgebundenen und verhaltensbezogenen Süchten im Kontext hoher psychischer Belastung, die sich in Flashbacks, Dissoziation und allgemeinen Ausnahmezuständen äußerte. Erst nach vielen Jahren inklusive der Inanspruchnahme stationärer Psychotherapien und einem Psychiatrieaufenthalt verstand Frau Nebel, dass sie unter Traumafolgen litt.

Tabelle 52: Komparative Analyse am Beispiel von Frau Fuchs und Frau Nebel (eigene Darstellung)

	Zentrale Lebensbewältigungsstrategien außerhalb des Internets		Bedeutung des Internets als Lebensbewältigungsstrategie
	Grundannahmen	Umsetzung	
Frau Fuchs	Zuversicht und Vertrauen: Irgendwann wird es wieder besser.	Sich direkt mit einem Problem auseinandersetzen, z. B. mit Freunden darüber sprechen, sich Trost holen. Andererseits wiederholt bewusst Abstand nehmen zur Belastung, z. B. durch Ablenkung. Zurückgreifen auf soziale Kontakte. Positive Umdeutung belastender Situationen (z. B.: Für den Opa war der Tod auch eine Erlösung). Beziehungspflege mit differenzierter Nähe-Distanz-Regulation.	Erweiterung der bestehenden Bewältigungsressourcen: ermöglicht direkten Zugang zu sozialen Kontakten insbesondere in akuten Krisensituationen (z. B. abends nachts im Chat war immer jemand da, wenn es dem Opa schlecht ging und der Notarzt kommen musste). Ermöglicht das verlässliche Aufrechterhalten von Beziehungen über Jahre, Entfernungen und Lebensphasen hinweg.
Frau Nebel	Zuversicht und Vertrauen: Weiß wie Sucht funktioniert und wie Sucht wieder loszuwerden ist.	<i>Früher:</i> Einsatz von Suchtmitteln, um zu »überleben«: zum Beispiel Alkohol, Drogen, Medikamente. Herstellen von Erträglichkeit, Zustandsveränderung, um sich am Leben zu erhalten, das Leben erträglich machen, es auszuhalten.	<i>Herstellung von Stabilität und Funktionalität im Alltag:</i> Das Internet hat eine »haltende« Funktion. Bewusster Einsatz, um sich im Alltag funktional zu halten, z. B. sich Struktur zu geben. Das Spiel bestimmt den Tagesablauf. Dient der <i>Prävention von Instabilität</i> .

Sowohl Frau Fuchs und Frau Nebel hätten in den betreffenden Situationen hypothetisch ohne das Internet eine Destabilisierung erfahren. Allerdings besaßen beide zu den betreffenden Zeitpunkten, in denen das Internet die besondere Funktion einnahm, eine Vielzahl weiterer substanzieller analoger Ressourcen, die einen hypothetischen Wegfall des Internets aufgefangen hätten. Frau Fuchs und Frau Nebel wiesen also eine gewisse Angewiesenheit auf das Internet auf, aber keine ausgeprägte.

Etwas stärker zeigt sich die Angewiesenheit auf das Internet bei Frau Schwalbe (Fallgruppe 2), die ohne Handy und Internetzugang Angst und Stresszustände verspürte. Sie befürchtete, etwas Schlimmes könnte passieren (beispielsweise mit Familienangehörigen), ohne dass sie es mitbekäme. Auch bei Frau Holzer (Fallgruppe 3) diente die problematische Internetnutzung auf vielfältige Weise (über Spiele, Soziale Netzwerke, Serien) zur Bewältigung von Überforderung und Stress im Studium sowie zur Bewältigung der Depression und Einschlafstörungen. Frau Holzer nahm allerdings gleichzeitig psychotherapeutische Hilfe in Anspruch, hatte soziale Kontakte, einen Partner und machte Sport, griff also auf alternative analoge Bewältigungsstrategien zurück.

Andere Frauen hingegen befänden sich ohne die (problematische) Internetnutzung in einer stark ausgeprägten psychischen Notlage. Bei manchen dieser Frauen führte der Entzug der Internetnutzung sogar faktisch zu einer psychischen Extremsituation. Die Internetnutzung stellte bei diesen Frauen eine eigenständige Lebensbewältigungsstrategie dar, auf die sie existenziell angewiesen waren, da sie auf keine ausreichenden analogen Ressourcen zurückgreifen konnten. Dies betrifft folgende Fälle, die alle der Fallgruppe 3 angehören: Frau Kraut, Frau Hahn, Frau Tobel, Frau Auster (vgl. auch Kapitel *Fallbeispiel Frau Auster*), Frau Lenz, Frau Sturm, Frau Mohn (vgl. auch Kapitel *Fallbeispiel Frau Mohn*) und Frau Kiefer (vgl. auch Kapitel *Fallbeispiel Frau Kiefer*). Bei einigen dieser Frauen spielte Suizidalität eine Rolle (Frau Kraut, Frau Hahn, Frau Lenz, Frau Sturm, Frau Mohn).

Als Frau Hahn⁴⁷ beispielsweise von ihrem Vater mit ihrer Internetproblematik konfrontiert wurde und dieser einen Arztbesuch verlangte, unternahm sie einen Suizidversuch. Anschließend nahm sie Psychotherapie in Anspruch und besuchte zum Interviewzeitpunkt eine Selbsthilfegruppe zur Bearbeitung ihrer problematischen Internetnutzung. Als analoge Lebensbewältigungsstrategien zeigte sich die Vermeidung von Kontakt mit der Außenwelt, sei es, dass Frau Hahn die Briefpost nicht öffnete oder lange Zeit ihren Vater glauben ließ, sie würde normal studieren, obwohl sie schließlich sogar exmatrikuliert wurde. Die Vermeidungsstrategie spiegelte sich in der Internetnutzung wider. Die problematische Nutzung von Onlineforen half Frau Hahn, von sich selbst wegzukommen und das erste Mal seit langem die Depression nicht mehr so intensiv zu spüren. Nach ihrem Suizidversuch war Frau Hahn klargeworden, wie eng die Depression und die problematische Forennutzung miteinander verknüpft waren:

»Ehrlich gesagt, wusste ich das ersch, als ich mit dem Spiele' [steht für die Forennutzung] aufgehört hab', als ich gewusst hab', dass ich jetzt e Depression hab', und ich hab' mich so gefühlt wie die vielen Jahre vorher. Also wusste ich jetzt, das war 'ne Depression. Ich wusste nicht, was ich hab'. [...] Deswegen bin ich auch zum Psychiater und hab' die Antidepressiva genomme', eigentlich wollte ich das net. Aber mir war klar, dass wenn ich mei' Spiele nimme mach', meine Depressione' wieder mit voller Wucht zurückkomme'. Und vor dene hatte ich 'e Heide'schiss. [...] Ja, ich wusst' also, ich muss für mich, ähm, en Weg finde', damit umzugehe', weil sonst wird's

⁴⁷ Frau Hahn befand sich zum Interviewzeitpunkt im 30. bis 35. Lebensjahr, war berufstätig, ledig und hatte keine Kinder. Sie entwickelte im Studium eine problematische Chat- und Onlineforennutzung kombiniert mit ausgeprägtem sozialem Rückzug. Ihre Mutter war verstorben. Frau Hahn litt schon vor Beginn der problematischen Internetnutzung an einer Depression.

für mich nichts. Also, ich hatte einfach dieses Kombipaket da ((lachend)), und das musst' ich gemeinsam löse'« (Frau Hahn, 598-641)

Die Internetnutzung hatte als einziges Hilfsmittel die negativen Gefühle im Zusammenhang mit der Depression von Frau Hahn weggehalten. Als das Hilfsmittel Internet wegfiel, konnte Frau Hahn auf keine alternativen Ressourcen zurückgreifen.

Tabelle 53: Komparative Analyse am Beispiel von Frau Hahn (eigene Darstellung)

Frau Hahn		
Zentrale Lebensbewältigungsstrategien außerhalb des Internets		Bedeutung des Internets als Lebensbewältigungsstrategie
Grundannahmen	Umsetzung	
Wertlosigkeitsempfinden	<i>Vermeidung</i> von Kontakt mit der Außenwelt, z. B. Briefpost nicht öffnen. Weghalten von negativen Gefühlen. Nach außen hin die Depression verbergen.	<i>Vermeidung</i> : Das Internet ermöglicht, von sich selbst wegzukommen. Depression wird nicht mehr gespürt: Frau Hahn fühlt sich weniger gleichgültig, fühlt sich das erste Mal seit Jahren anders. Hilft, mit der Depression zu leben: Frau Hahn weiß, dass bei einer Forenabstinenz die Depression »mit voller Wucht« zurückkäme.

Typologie: Die Bedeutung des Internets als Lebensbewältigungsstrategie

Zum Abschluss von Teilstudie 3 entwickelte ich eine Typologie. Darin fokussiere ich auf Verhaltensmuster der Lebensbewältigung im analogen wie

internetbasierten Zusammenhang, mit Schwerpunkt auf der Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie. Wie im Kapitel *Umsetzung* erläutert, handelt es sich bei den im Folgenden dargestellten Typen um Idealtypen, die als ›Arbeitshypothesen‹ hinsichtlich des jeweiligen Verhaltensmusters verstanden werden sollen. Je nach Kontext – Lebensphase oder Situation – können auf eine Person verschiedene Verhaltensmuster zutreffen. Viele der hier interviewten Frauen wechselten beispielsweise zwischen verschiedenen Typen, also Verhaltensmustern.

Manches Verhaltensmuster zeigte sich aber bei bestimmten Fällen besonders markant. Diese stelle ich dann als Ankerfall im Sinne eines Prototyps dar, um die Kerncharakteristiken des Typus zu veranschaulichen.

Typ A: Die Fliehende (der ›Weglauf-Typ‹)

Charakterisierung | Als zentrale analoge Lebensbewältigungsstrategien setzt Typ A Anpassung, Konfliktvermeidung und die Darstellung einer ›heilen Fassade‹ ein. Probleme werden verschoben und verdrängt. Dazu ist es notwendig, vor den eigenen Gedanken und Gefühlen, also im Grunde vor sich selbst zu flüchten. Mit dieser Art der Verdrängung macht Typ A die eigenen Bedürfnisse unsichtbar, sowohl vor sich selbst als auch vor anderen. In der akuten Krise lässt Typ A niemanden an sich heran und teilt anderen Personen über sich und das eigene Leid nichts mit (eventuell hinterher, wenn die Krise vorbei ist). Typ A lenkt sich auch von sich selbst ab, indem sie den Fokus auf andere richtet, beispielsweise auf den Partner, auf die Kinder. Typ A definiert sich stark über die damit zusammenhängende soziale Rolle. Mit diesem Blick weg von sich selbst tendiert Typ A zur Verantwortungsabgabe hinsichtlich des eigenen Beitrags zu einer Problematik. Das ermöglicht ihr, Ambivalenzen aufrechtzuerhalten, also beispielsweise einerseits in ihrem Leid von anderen gesehen werden zu wollen, sich aber andererseits nicht authentisch zu zeigen.

Die *Bedeutung des Internets* als Lebensbewältigungsstrategie liegt für Typ A darin, dass das Internet das Verschwindenkönnen in eine ›andere Welt‹ und somit Selbstdistanzierung vor Überforderung und Ohnmacht in der

analogen Welt ermöglicht. Typ A kann mithilfe des Internets weglaufen vor der (unangenehmen) Realität und die Konfrontation mit dem tatsächlichen Problem vermeiden. Das Internet hat eine betäubende Wirkung, indem es Typ A hilft, nichts (Negatives, Überwältigendes) fühlen zu müssen. Dies hält Typ A funktional. Es unterstützt auch das Aufrechterhalten von Ambivalenz (beispielsweise gesehen werden und Hilfe erhalten wollen versus sich nicht zeigen wollen). Das dahinterliegende Bedürfnis ist, Distanz herzustellen zum Problem und sich somit zu entlasten.

Prototypischer Ankerfall Frau Sturm⁴⁸ | Frau Sturm aus Fallgruppe 3 wies Erfahrung mit einer problematischen Internetnutzung hohen Schweregrads auf. Als aussagekräftige, besonders dichte und reichhaltige Kernsequenz mit thematischem Bezug zur Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie wählte ich aus dem Interview mit Frau Sturm den Abschnitt Zeile 1501-1550 aus. Die Sequenz analysierte ich feinsprachlich auf Wie-Ebene (vgl. Kapitel *Umsetzung*). Ziel war zu schauen, wie sich der jeweilige Typus sprachlich manifestieren kann als weiteres mögliches Orientierungsmerkmal für den Typus.

ZUSAMMENFASSENDE CHARAKTERISIERUNG DES FALLS:

Steckbrief: Frau Sturm war zum Interviewzeitpunkt im 35.-40. Lebensjahr, Hartz-IV-Empfängerin, allein und getrennt lebend von ihrem Mann und den gemeinsamen Kindern. Bis zum Tag ihres Umzugs in die eigene Wohnung spielte sie problematisch Browser Spiele. Das Verhalten war so ausgeprägt, dass ihre Kinder sich vernachlässigt fühlten. Die Problematik endete,

⁴⁸ Typ A ordnete ich insgesamt elf Fälle zu, welche dieses Muster prägnant und zeitweise als Hauptmuster zeigen: Frau Holzer, Frau Löwe, Frau Kraut, Frau Hahn, Frau Sommer, Frau Tobel, Frau Auster, Frau Lenz, Frau Sturm, Frau Mohn, Frau Kiefer (alle Fallgruppe 3). Drei Fälle weisen dieses Muster ansatzweise und eher als Nebenumuster auf: Frau Fuchs und Frau Bach (Fallgruppe 2). Bei Frau Nebel (Fallgruppe 2) wird das Typ-A-Muster in Bezug auf substanzbezogene Suchtmittel in der Vergangenheit deutlich, aber nicht im Zusammenhang mit der Internetnutzung.

als Frau Sturm ihren Mann und die Kinder verließ und in eine eigene Wohnung zog. Zum Interviewzeitpunkt kümmerte sich Frau Sturm um die Beantragung einer stationären Traumatherapie. Als Kind wuchs Frau Sturm in einem stark belasteten Familienumfeld auf, geprägt vom stoffgebundenen Suchtmittelkonsum der Mutter und des Vaters bzw. der späteren Partner der Mutter. Frau Sturm erfuhr ausgeprägte körperliche und psychische Misshandlung und Vernachlässigung. Zeitweilig nahm das Jugendamt Frau Sturm und ihre Geschwister in Obhut. Frau Sturm kam zwischenzeitlich ins Heim, wo sie von ihrer Mutter nicht besucht wurde. *Interviewsituation:* Das Interview fand face-to-face bei Frau Sturm zu Hause statt. Frau Sturm sagte, sie würde aufgrund ihrer Therapieerfahrung sehr offen sprechen. Sie würde zudem schlecht hören und bat darum, die Fragen laut zu stellen. Nach dem Interview erklärte sie, das schlechte Hören käme von einem Unfall, bei dem sie als Zehnjährige einen vierfachen Schädelbasisbruch erlitt. Die Hörschwierigkeiten waren immer wieder im Gespräch bemerkbar. Frau Sturm schien manche meiner Fragen gar nicht zu hören oder sie fragte nochmal nach. Das Gespräch war von hoher Offenheit und hoher Erzählbereitschaft geprägt.

ZUSAMMENFASSUNG DER SEQUENZ AUF DER WAS-EBENE: Wie zeigte sich bei Frau Sturm das Typ-A-Verhaltensmuster? Die Sequenz begann mit meiner Frage als Interviewerin, wie Frau Sturm ihr Leben bewältigte, seit sie *nicht* mehr auf das problematische Browserspielen zurückgriff. Frau Sturm antwortete, dass ab diesem Moment ihr Lebensbewältigungsmuster gewesen wäre, das Leben zu »ertragen«. Auffällig ist, dass sie zunächst mit einer akuten Krisensituation intensiv in die Erzählung einstieg. So hätte ihr Mann ihr unerwartet mitgeteilt, dass die Trennung endgültig wäre, worauf Frau Sturm sehr verzweifelt reagiert habe. Frau Sturm zählte dann mehrere Bewältigungsstrategien auf: Sie rief ihren Mann an und alarmierte dazu den Nachbarn, da sie wusste, ihr Mann würde Computer spielen und sei deswegen schwer erreichbar. Das Gespräch führte aber nicht zur gewünschten

Beruhigung. Anschließend zählte Frau Sturm Strategien auf, die helfen sollten, den seelischen Schmerz nicht mehr zu spüren:

»Als ich das erste Mal hab' sacken lassen und verinnerlicht hab', bin hier rumgelaufen, hab' die Hände am Kopf gehabt, ich konnt' alles gar nicht mehr fassen. Ich wollte mit 'm Kopf durch die Wand oder vor die Wand, einfach um Schmerzen zu haben, um nicht zu spüren und zu empfinden, wat da eigentlich jetzt im Denken vor sich geht. Ähnlich wie man das als Teenie schon gemacht hat, sich entsprechend ritzen und so, ne, damit man den seelischen Schmerz ein wenig überdeckt. Ja. Ganz ehrlich, ich hab' mich auch schon bei manchen Tagen gefragt, wie ich die überstanden hab'. ((Lange Pause)) An manchen Tagen hab' ich mir dann auch einfach ein paar Flaschen Bier genommen und mich vollgesoffen, um 's zu ertragen. Oder auszulöschen. ((Pause)) Ja, aber eigentlich ist das, ähm/ Ja, wie hab' ich das gemacht? Das spiegelt immer noch gut das, was jetzt ist, weil teils ertrage ich's einfach nur. Irgendwie. Wenn ich mir dann durch so Mini-Anekdoten, wie Bienchen beim Bestäuben zuzugucken, winzig kleines bisschen Kraft ansauge. Mich versuche auf all das zu konzentrieren, was jetzt gegenwärtig um mich 'rum ist, und zu versuchen zu genießen, was dann ja wiederum offenbar Spiritualität ausmacht, keine Ahnung.« (Frau Sturm, 1528-1548)

Auffällig ist hier, wie sehr es zunächst darum ging, Strategien zu finden, um von dem inneren Empfinden wegzukommen. Hier wird das Flüchten als Lebensbewältigungsstrategie deutlich, welches sowohl über Selbstverletzung (»Schmerzen [...] haben, um nicht zu spüren«, Frau Sturm 1532), Substanzmittelkonsum (»um 's zu ertragen. Oder auszulöschen«, Frau Sturm 1540) oder über die problematische Internetnutzung erfolgte. Zum Schluss führte Frau Sturm Spiritualität an. An dieser Stelle zeigt sich ein Wechsel zu einer anderen Form der Lebensbewältigung, die eine Hinwendung zu sich selbst, anstatt »weg von sich selbst« beinhaltet.

ERGEBNISSE AUF DER WIE-EBENE (THEMATISIERUNGSREGELN): Welche sprachlichen Selektionen nutzte Frau Sturm? Welchen Regeln und Relevanzen folgte sie (unbewusst)? Im Folgenden stelle ich diejenigen Thematisierungsregeln dar, die sich bei Frau Sturm besonders auffällig zeigten.

Deutlich wird ein hohes *Involvement*: Frau Sturm ging erzählerisch tief auf das damalige Krisenerleben ein, obwohl ich als Interviewerin eigentlich eher lösungsorientiert gefragt hatte. Es wird eine hohe affektive Aufladung deutlich, als würde Frau Sturm beim Erzählen die damaligen Gefühle nochmal erleben. Dabei zeigte sie sich einerseits stark mit ihrer eigenen Erzählung identifizierend, andererseits wechselte sie immer dann, wenn sie sich an die Ausgangsfrage der Interviewerin erinnerte, in eine selbstdistanzierende Perspektive, beschrieb sich von außen und reflektierte, was für Strategien sie damals angewandt hatte.

Hervorzuheben ist, dass sich bei Frau Sturm trotz der Schilderung einer Ohnmachtssituation *Agentivierung* zeigte: Zwar zeigt sich zunächst eine ausgeprägte Handlungsmacht bei Frau Sturms Mann, der sich gegen die Beziehung entschied und Frau Sturm vor vollendete Tatsachen stellte. Doch dann wurde Frau Sturm aktiv, versuchte beispielsweise ihren Mann zu erreichen, was ihr auch glückte. Ihr fielen zahlreiche weitere Bewältigungsstrategien ein (von Sich-Ritzen und Alkoholkonsum bis hin zu Spiritualität), die ihr das Ertragen der Situation ermöglichen sollten.

Metaphorisch soll noch der Abschluss der Sequenz hervorgehoben werden: »Ich versuche, immer irgend 'n Anker zu finden, um nicht unterzugehen. Aber in irgendeinem Spiel find ich den bestimmt nicht.« (Frau Sturm, 1548-1550) Frau Sturm bezeichnete hier ihre Strategien metaphorisch als »Anker, um nicht unterzugehen. Dies beinhaltet einen interessanten logischen Bruch, da Anker eigentlich dazu dienen, dass ein Wassergefährtnicht abdriftet – um nicht unterzugehen, bräuchte es genau genommen eher einen Rettungsring. Man könnte dies so deuten, dass Frau Sturm mithilfe der Metapher versuchte, zwei Funktionen gleichzeitig auszudrücken: Die Bewältigungsstrategien sollten einerseits ein Abdriften, ein Sich-Ablösen ver-

hindern (was meiner Ansicht nach auch mit der Prävention von Dissoziationen zu tun haben könnte) und andererseits verhindern, »unterzugehen«, von Leid überwältigt zu werden.

Zusammenfassend wird deutlich, wie sich bei Frau Sturm sprachlich die seelische Not manifestiert. Trotz Erzählung aus der Retrospektive zeigte Frau Sturm große Nähe zu ihrem damaligen seelischen Leid. Von seelischem Schmerz überwältigt zu werden, scheint tief eingegraben in Frau Sturms Erfahrungen. Die Intensität des Erlebten macht die Strategie der Flucht plausibel. Gleichzeitig sehe ich Frau Sturm hier als »Überlebensexpertin« mit einer Bandbreite an Strategien, die trotz ihres teils extremen Charakters eine Funktion hatten: die Not nicht in ihrer vollen Ausprägung spüren zu müssen.

Typ B: Die Selbstheilerin

Charakterisierung | Die zentrale Lebensbewältigungsstrategie dieses Typus ist es, trotz aller Probleme weiter zu funktionieren. Im Extremfall bedeutet dies, irgendwie zu überleben, das Leben irgendwie »auszuhalten«. Typ-B-Strategien zielen somit auf das Herstellen von Erträglichkeit ab, ggf. auch mithilfe (stoffgebundener) Suchtmittel. Eine Veränderung der Problem-Ursachen steht nicht im Fokus; wird aus verschiedenen Gründen als unmöglich empfunden oder nicht in Erwägung gezogen. Im Gegensatz zu Typ A beinhalten die Strategien von Typ B nicht das Element der Flucht. Im Gegensatz zu Typ A ist bei Typ B das Ziel, ein Problem auszuhalten, während bei Typ A das Ziel ist, das Problem zu verdrängen. Das ist eine andere Form der »Bewegung«: Typ A bewegt sich vom Problem weg, Typ B bleibt im Problem und versucht damit irgendwie umzugehen.

Die *Bedeutung des Internets* als Lebensbewältigungsstrategie zeigt sich bei Typ B darin, dass das Internet Linderung oder Prävention eines Leids und/oder Mangels ermöglicht, welche mit analogen Strategien allein nicht ausreichend adressiert werden können. Im Internet findet Typ B Ersatz und Kompensation und balanciert sich auf diese Weise aus. Das Internet ermöglicht Stabilität und Funktionalität im Kontext eines von Stress und

Überforderung geprägten Alltags. Das dahinterliegende Bedürfnis bei Typ B ist es, in Verbindung bleiben zu wollen (zum primären Bezugssystem wie beispielsweise zum Partner oder zur Familie). Weil das wiederum seinen Preis hat, muss Typ B Möglichkeiten finden, die daraus entstehenden Nachteile zu bewältigen.

Prototypischer Ankerfall Frau Kiefer⁴⁹ | Frau Kiefer aus Fallgruppe 3 wies Erfahrung mit einer problematischen Internetnutzung hohen Schweregrads auf. Als Kernsequenz wählte ich den Interviewabschnitt Zeile 2047-2071. Für die zusammenfassende Charakterisierung des Falls vgl. Kapitel *Fallbeispiel Frau Kiefer*.

ZUSAMMENFASSUNG DER SEQUENZ AUF DER WAS-EBENE: Wie zeigte sich bei Frau Kiefer das Typ-B-Verhaltensmuster? Bei der Sequenz handelt es sich um den Abschluss des Interviews. Die Sequenz begann mit meiner Frage als Interviewerin, ob es noch offene Punkte gäbe, die Frau Kiefer wichtig wären. Frau Kiefer ergänzte ihre bisherigen Schilderungen des problematischen Fanfiction-Konsums damit, »dass es irgendwie immer ein größeres, emotionales High drin sein musste, in den Geschichten« (Frau

⁴⁹ Typ B ordnete ich insgesamt zwei Fälle zu, welche dieses Muster prägnant und zeitweise als Hauptmuster zeigen: Frau Nebel, die das Internet vorrangig zur Stabilisierung und Bewältigung ihrer Traumafolgen nutzte (Fallgruppe 2) sowie Frau Kiefer (Fallgruppe 3). Das Muster zeigt sich ebenfalls relevant in 14 weiteren Fällen. Fallgruppe 2: Frau Rose (Onlinesexsucht des Partners, Ehekrise), Frau Kern (Depression, fehlende Sinnhaftigkeit/Lebenskrise), Frau Fuchs (kranker Großvater, niemand kümmerte sich in der Zeit ausreichend um die junge Frau Fuchs), Frau Bach (Orientierungslosigkeit in sozialen Beziehungen aufgrund des Autismus) und Frau Schwalbe (Krebserkrankung, Ängste). Fallgruppe 3: Frau Holzer (Depression, Leistungsversagen), Frau Löwe (fehlende Nähe in der Ehe/Ehekrise), Frau Kraut (Tod eines Familienmitglieds, Depression), Frau Hahn (Depression), Frau Sommer (Essstörung, Familie, Leistungsdruck), Frau Tobel (Erfolglosigkeit in sozialen Beziehungen, Leistungsdruck), Frau Auster (Lebenskrise, Leistungsdruck, Leere), Frau Lenz (Orientierungslosigkeit/Erfolglosigkeit in sozialen Beziehungen), Frau Mohn (Leere und Erfolglosigkeit im analogen Leben).

Kiefer, 2053-2054). Sie erzählte, dass es ihr im Alltag schwerfiel, ihre Gefühle wahrzunehmen. Im Internet hingegen würde sie am meisten fühlen.

»Also, mein eigener Alltag isstes sehr schwer für mich, meine Gefühle wahrzunehmen. Oder dass ich/ Ich find' sie relativ reduziert. Mittlerweile merk' ich das, wenn ich irgendwie unruhig werde oder irgendwas, aber ich kann sehr schwer irgendwas direkt zuordnen. Und, ähm, da war das halt einfach. Also, da isstes halt wie Geschichten sind, irgendwie da is' irgendwie 'n Happy End dabei und, ähm, klare Liebesbeziehungen oder was auch immer. Und, ähm, das waren dann natürlich auch nicht unbedingt die eigenen Gefühle, aber/ Es war halt sozusagen nur 'ne Geschichte, aber man konnte das halt sozusagen ausleben, ohne irgendwie Risiko einzugehen. Oder was auch immer.« (Frau Kiefer, 2059-2071)

Deutlich wird, dass es im Internet um die Generierung ausschließlich positiver Gefühle ging. Markant ist die Aussage zum Schluss, dass es für Frau Kiefer in einer Geschichte möglich wäre, Gefühle ohne Risiko auszuleben.

ERGEBNISSE AUF DER WIE-EBENE (THEMATISIERUNGSREGELN): Bei Frau Kiefer fand ich hinsichtlich der *Sprecherpositionen* auffällig, dass sie vor allem aus indefiniter Perspektive (»es«) formulierte. Nur in einem kleinen Abschnitt ganz am Anfang gibt es die/eine Ich-Perspektive.

Hinsichtlich der *Art der Darstellung* ist auffällig, dass Frau Kiefer ausgeprägt Abtönungen, Füllwörter und Relativierungen einsetzte (beispielsweise relativ, irgendwie, halt, oder was auch immer). Doch würde man diese herausfiltern, zeigt sich im Kern, dass Frau Kiefer eigentlich prägnante und klar formulierte Aussagen traf.

Hinsichtlich der Thematisierungsregel *Episteme* setzt sich diese Kombination aus Vagheit und Klarheit fort: Die vielen Relativierungen suggerieren auf der Wie-Ebene Unsicherheit, doch auf der Was-Ebene vertrat sie Aussagen, die von Gewissheit geprägt waren.

Interessant ist zudem die ›Schere‹, die sich zwischen dem Inhalt auf der Was-Ebene (Gefühle) und dem gleichzeitig geringen *Involvement* auf der Wie-Ebene auftut. Frau Kiefer wirkte beim Erzählen – wie im gesamten Interview – wenig emotional aufgeladen, eher neutral – und doch gleichzeitig nicht distanziert. Möglicherweise wurde der ›neutrale‹ Eindruck auch eben durch den Einsatz vieler Abtönungen bewirkt. Diese scheinen jede im Kern eigentlich sehr klare Aussage zu verwässern – zu neutralisieren.

Hinsichtlich der Thematisierungsregel (*De-*)*Agentivierung* schien sich Frau Kiefer zunächst jegliche Handlungsmacht über die eigenen Gefühle abzusprechen. Doch als sie zu den Fanfiction-Geschichten kam, in denen Fühlen ohne Risiko möglich wäre, zeigte sich bei Frau Kiefer sehr wohl eine gewisse Selbstwirksamkeit: Indem Frau Kiefer Fanfictioninhalte bewusst selektierte, ermöglichte sie sich aktiv und gezielt risikofreies Fühlen.

Zusammenfassend zeigt sich meiner Ansicht nach, dass sich bei Frau Kiefer sprachlich der ›Mangel‹, den das Typ-B-Verhalten ›heilen‹ oder kompensieren möchte, manifestiert. Der Mangel definiert sich im Fall von Frau Kiefer darin, die eigenen Gefühle schwer wahrzunehmen bzw. zu deuten. Diese Deutungsschwierigkeiten spiegeln sich – so meine Interpretation – in den stark relativierenden Formulierungen wider, die die eigene Positionierung immer wieder ›anzweifeln‹.

Typ C: Die sich selbst Suchende

Charakterisierung | Als zentrale Lebensbewältigungsstrategien zeigt Typ C in einer früheren Lebensphase Anpassung mit dem Ziel, Konformität herzustellen. Die Gegebenheiten werden nicht hinterfragt, Typ C nimmt sich zurück, hält sich womöglich selbst ›klein‹ bzw. lässt sich von den Umständen in der eigenen sozialen Umgebung begrenzen. In einer späteren Lebensphase kommt es dann zu einem Wendepunkt: Typ C beginnt, sich auf die Suche zu begeben, stellt bisherige soziale Normen in Frage, befreit sich von äußeren Zwängen. Typ C besinnt sich auf alte Werte zurück oder sucht sich neue Werte, die jetzt besser passen. Es zeigt sich ein neuer Fokus

auf Sinnlichkeit, Körperlichkeit und/oder Natur sowie eine gesellschaftskritische Einstellung und Konsumbewusstsein. Typ C geht es jetzt darum, das zu finden, was authentisch, was »sie selbst« ist.

Die *Bedeutung des Internets* als Lebensbewältigungsstrategie zeigt sich bei Typ C darin, dass das Internet als Inspirator und Verstärker einer bereits begonnenen persönlichen Entwicklung wirkt. Das Internet bietet Typ C Zugang zum Tun und zu den Haltungen anderer Menschen und ermöglicht somit soziale Orientierung in vielfältiger Form. Das kennt Typ C aus dem bisherigen analogen sozialen Alltag nicht, der engeren und konservativeren Prinzipien folgte. Das Internet eröffnet Typ C neue Horizonte, sich selbst (endlich) zu finden und sich ein sinnhaftes, selbstbestimmtes und selbstfürsorgliches Leben aufzubauen. Das Internet ermöglicht Identitätsbildung und Selbstermächtigung. Es ermuntert Typ C dazu, sich von althergebrachten externen Erwartungen zu befreien, indem es ihr die Vielfalt an alternativen Haltungen vor Augen führt. Typ C hat nun eine Wahl. Das dahinterstehende Bedürfnis ist die Veränderung, die Weiterentwicklung. Dazu wird auch Unsicherheit in Kauf genommen.

Prototypischer Ankerfall Frau Kern⁵⁰ | Frau Kern aus Fallgruppe 2 wies Erfahrung mit einer problematischen Internetnutzung mittleren Schweregrads auf. Als Kernsequenz wählte ich den Abschnitt Zeile 1388-1431 aus.

ZUSAMMENFASSENDE CHARAKTERISIERUNG DES FALLS:

Steckbrief: Frau Kern war zum Interviewzeitpunkt im 35. bis 40. Lebensjahr, berufstätig, ledig ohne Partner, ohne Kinder und alleinlebend. Zum Interviewzeitpunkt verlor Frau Kern sich immer wieder in »sinnlosen« Internetrecherchen und der Nutzung Sozialer Netzwerke zur Selbstaufwertung.

⁵⁰ Typ C ordnete ich insgesamt drei Fälle zu, welches dieses Muster prägnant und zeitweise als Hauptmuster zeigen: Frau Kern, Frau Kirschbaum und Frau Berg (Fallgruppe 2). Fünf weitere Fälle zeigen ebenfalls Typ C als relevantes Muster neben anderen: Frau Rose, Frau Bach (Fallgruppe 2), Frau Sommer und Frau Sturm (Fallgruppe 3).

Frau Kerns Vater war Alkoholiker, was die Eltern lange Zeit nach außen hin – auch gegenüber den Kindern – verheimlichten. Frau Kern hatte lange Schwierigkeiten bei der beruflichen Orientierung. Sie suchte viele Jahre nach einem Beruf, der zu ihr passte. Als Erwachsene setzte sie sich zunehmend mit ihrer Familiengeschichte auseinander. Aufgrund einer Depression nahm sie zwischenzeitlich psychotherapeutische Hilfe in Anspruch. Je mehr sie sich schließlich aus der Verantwortung für ihre Eltern löste, desto mehr gelang es Frau Kern, sich auf Werte zu besinnen, die ihr wichtig waren und eine sinnvolle berufliche Tätigkeit zu finden. *Interviewsituation:* Das Interview erfolgte face-to-face am Wohnort von Frau Kern. Die Gesprächsbereitschaft von Frau Kern war sehr hoch. Es schien sie zu reizen, gerade auf schwierige Fragen Antworten zu finden. Sie formulierte ihre Reflexionen laut und wirkte begeistert, wenn sie während des Interviews zu einer neuen Erkenntnis kam.

ZUSAMMENFASSUNG DER SEQUENZ AUF WAS-EBENE: Wie zeigt sich bei Frau Kern das Typ-C-Verhaltensmuster? In der ausgewählten Sequenz stellte Frau Kern ihr Verhalten in einen breiteren Kontext. Die vielen Möglichkeiten, die Frauen heutzutage hinsichtlich ihrer Berufswahl hätten, würden sie – Frau Kern – bei eigenen Entscheidungen lähmen. Sie verglich den Entscheidungsspielraum im analogen Leben direkt mit dem Internet, welches ebenfalls so »unbegrenzt« wäre (Frau Kern, 1402). Diese Unbegrenztheit wiederum hinderte Frau Kern am Abschluss einer Internetrecherche und trug also wesentlich zur problematischen Internetnutzung bei:

»B (?): Irgendwie isses auch des, was, was ich gemerkt hab', was mich überfordert, dass es so wahnsinnig viele Möglichkeiten gibt, heutzutage. Dass, dass ich eigentlich alle Möglichkeiten hab', beruflich. Und es des mir deswegen so schwerfällt, ähm, ähm, mich zu entscheiden. Weil, vielleicht hab' ich ja noch irgendwas übersehen. Und früher bei der Oma war des halt ganz klar. Die/ Ähm, da waren die meisten/ Also, da musst' man schon sehr sich abgrenzen,

wenn man da zum Beispiel als Frau zur Uni geht oder 'n Beruf ergreift. Die meisten waren halt Ehefrauen und Mutter. Das war eben einfach so. Und heut' / Ich glaub', es sind die vielen Möglichkeiten, die, die einen überfordern. Und, ähm, mich hat es teilweise echt gelähmt und, ähm, da konnt' ich gar nix mehr machen. Und genauso ist es doch auch im Internet, wenn ich ewig rumglotz'. Weil's eben, weil's eben so unbegrenzt ist. Es ist so unbegrenzt. Und, und, ähm, man kann's gar net fassen, wie viele / Ja, dann kommen bei Google, keine Ahnung, wie viele tausend Seiten. Des kann doch kein Mensch überblicken. Aber trotzdem denkt ma': Doch, ich kann's überblicken, und ich find da jetzt das Beste, was für mich am besten ist. Und aber vielleicht ist's denn dann doch nicht das Beste, weil es gibt so ungreifbar viele Möglichkeiten, weil's keine Grenze hat. Ich glaub', das ist auch echt' n Problem. Es ist für mich ein Problem. I: Jetzt aufs Internet bezogen oder generell? B: Generell und, ähm, gibt auch Parallelen zum Internet, merk' ich grad. Mhm-mhm.« (Frau Kern, 1388-1413)

Als ich als Interviewerin fragte, ob Frau Kern im Leben immer noch nicht das »Richtige« gefunden hätte, verneinte Frau Kern. Erneut zog sie eine Parallele zur Internetrecherche (wo sie sich in der Vergangenheit beispielsweise bei der Suche nach Pflanzenschildern verloren hatte): »Und ich glaub', [...] ich hab' eigentlich lang, ähm, die falsche Vorstellung vom Richtigen gehabt. Ja? Ja, ja, ich hab' lang ((lacht)) [...] nach dem tollsten, ähm, Pflanzenschild, ähm, g'sucht, ohne dass mir in den Sinn kommt: Geh' doch einfach in 'nen Baumarkt und mach' dir dein Pflanzenschild selber. ((lacht laut))« (Frau Kern, 1416-1422)

ERGEBNISSE AUF DER WIE-EBENE (THEMATISIERUNGSREGELN): Interessanterweise brachte Frau Kern Frauen der Großelterngeneration als *narrative Personen* ein. Sie erschienen im Kollektiv, insbesondere Frauen im berufstätigen Alter, die gleichzeitig auch Ehefrauen und Mütter waren.

Hinsichtlich der Thematisierungsregel (*De*-)Agentivierung ist bei Frau Kern markant, wie sie den erwähnten Frauen in der Vergangenheit die Handlungsmacht absprach. Nur Frauen, die sich sehr abgrenzten, konnten berufstätig sein. Diese Frauen, welche sich abgrenzten, waren zwar handlungsmächtig, aber gleichzeitig war diese Handlungsmacht mit großen Investitionen verbunden. Auch sich selbst sprach Frau Kern im Großteil der Sequenz die Handlungsmacht ab. Die vielen Möglichkeiten, die Frauen heutzutage haben, empfand Frau Kern als de-agentivierend, als lähmend. Sie hatten nicht den Effekt – was eine alternative Deutung gewesen wäre –, dass Frau Kern sich wirkmächtig fühlte. Das Übermaß an Möglichkeiten spiegelte sich wiederum im Internet.

Frau Kern *legitimierte* also ihre eigene Lähmung mit den sozialen Umständen: Ihre Lähmung wurde ausgerechnet durch etwas verursacht, was eigentlich die Befreiung der Frau von sozialen Zwängen und Beschränkungen bezwecken sollte: die freie Berufswahl. Bedeutsam ist, dass sich ab Zeile 1416 eine neue Legitimationslogik auftat: Nicht die Umstände, sondern Frau Kerns eigene falsche Vorstellungen vom Richtigen wären der Grund für die Lähmung. Frau Kern vollzog innerhalb der Sequenz eine Entwicklung: Am Anfang waren es die Umstände, später war sie selbst die Verantwortliche für ihre Misere. Als Frau Kern zum Schluss selbstreflektierend zur Lösung kam, auf den eigenen Bauch hören zu müssen, wechselte sie final in die Handlungsmacht – wenn auch noch mittels vorsichtig-relativierender Formulierungen.

Hinsichtlich der Thematisierungsregel *Textgattung* zeigte sich bei Frau Kern markant der autoepistemische Prozess: Während des Erzählens kam Frau Kern spontan zu neuen Erkenntnissen. Diese Erkenntnisse folgten assoziativ aufeinander. Frau Kern wusste am Anfang selbst noch nicht, zu welchen Erkenntnissen sie am Ende der Sequenz gelangen würde.

Zusammenfassend zeigt sich, dass sich bei Frau Kern auch sprachlich das Muster des Suchens manifestierte: Die Offenheit für neue Erkenntnis schien eine Grundhaltung von Frau Kern auszumachen. Sie selbst deutete diese ständig suchende Haltung als belastend, doch aus meiner Sicht wird anhand dieser Sequenz deutlich, wie sehr die Suche nach neuen Erkenntnissen eine wichtige Ressource von Frau Kern darstellte und ihr wesentlich bei der persönlichen Weiterentwicklung half.

Typ D: Die Kontrollbedürftige

Charakterisierung | Als zentrale Lebensbewältigungsstrategien zeigen sich bei Typ D Selbstermächtigungsbestrebungen durch ein hohes Maß an Aktivität und konsequentes Wahrnehmen von Einflussmöglichkeiten. Typ D braucht es, sich trotz Krise wirkmächtig zu fühlen, beispielsweise indem sie sich zur helfenden Expertin für andere macht, Negatives in Positives umwandelt, aktiv nach Hilfe sucht und diese auch in Anspruch nimmt.

Die *Bedeutung des Internets* als Lebensbewältigungsstrategie zeigt sich insofern, als dass das Internet Typ D Selbstberuhigung ermöglicht durch die ständige Kontrolle aktueller Entwicklungen und durch das ständige Erreichbarsein und Verbundensein mit der Welt bzw. mit einer sozialen Community. Typ D hat die Tendenz, das Internet entgrenzt zu nutzen. Mitunter nutzt sie es auch mit einem Gefühl von Besorgtheit, Unsicherheit oder Angst. Sie sucht darin Sicherheit, setzt sich damit aber gleichzeitig auch immer wieder Unsicherheit aus. Hier zeigt sich das Risiko eines Teufelskreises: Mit ihrem Kontrollverhalten über das Internet erzeugt sich Typ D erneut Unsicherheit, um daraus wiederum immer wieder aufs Neue Kontrollerleben generieren zu wollen. Das dahinterliegende Bedürfnis ist dennoch das Erleben von Sicherheit.

Prototypischer Ankerfall Frau Schwalbe⁵¹ | Frau Schwalbe hatte Erfahrung mit einer problematischen Internetnutzung mittleren Schweregrads – sie selbst schätzte ihre Internetnutzung allerdings weniger problematisch ein. Als Kernsequenz wählte ich aus dem Interview mit Frau Schwalbe den Abschnitt Zeile 1116-1235.

ZUSAMMENFASSENDE CHARAKTERISIERUNG DES FALLS:

Steckbrief: Frau Schwalbe war zum Interviewzeitpunkt im 55. bis 60. Lebensjahr, berufstätig sowie am Wochenende zusätzlich geringfügig erwerbstätig. Sie war in zweiter Ehe verheiratet mit Kindern aus erster Ehe. Frau Schwalbe war ständig (insbesondere mobil) online, um die aktuelle Nachrichtenlage zu prüfen und um mit ihren Sozialen Netzwerken verbunden zu sein. Frau Schwalbe befürchtete ständig, etwas Schlimmes könnte passieren, und wollte daher ständigen Zugriff auf die Informationslage haben, um rechtzeitig informiert zu sein. In ihrer Kontaktaufnahmemail bezeichnete sich Frau Schwalbe als »Internet-Junkie«. In der Vergangenheit war sie schwer körperlich erkrankt. Zudem hatte sie Erfahrung mit postpartaler Depression. *Interviewsituation:* Das Interview fand aus Zeitgründen telefonisch statt. Am Ende des ersten Termins vereinbarten wir einen zweiten, kurzen Termin vereinbart. Darin fragte ich Frau Schwalbe nach ihrer Erfahrung mit der Internetabstinenz während eines Klostersaufenthalts. Die Termine fanden an einem Wochenendtag und an einem Feiertag statt, beide Male war Frau Schwalbe »auf dem Sprung«, da sie noch zur Arbeit musste. Die Gesprächsbereitschaft war ausgeprägt bei einem hohen, manchmal atemlos wirkendem Sprechtempo.

ZUSAMMENFASSUNG DER SEQUENZ AUF DER WAS-EBENE: Wie zeigte sich bei Frau Schwalbe das Typ-D-Verhaltensmuster? Die Sequenz begann

⁵¹ Typ D ordnete ich drei Fälle zu, welche dieses Muster prägnant und zeitweise als Hauptmuster zeigen: Frau Rose, Frau Berg und Frau Schwalbe (alle Fallgruppe 2). Ein weiterer Fall zeigte dieses Muster im Kontext der Nutzung von Büchern und Fernsehserien als Kind und Jugendliche: Frau Bach (ebenfalls Fallgruppe 2).

mit der Frage von mir als Interviewerin, wie Frau Schwalbe damit umginge, wenn es mal kein Internet gäbe. Frau Schwalbe berichtete, dass das »schon sehr grenzwertig« (Frau Schwalbe, 1121-1122) für sie wäre. Sie wäre in einem solchen Fall auch schon mal zum Nachbarn übergegangen, um E-Mails und Soziale Netzwerke zu prüfen. »Ähm, nicht weil ich jetzt nicht da irgendwo dran rumspielen kann, gucken, sondern weil ich Angst hab', dass ich genau jetzt irgendwo was passiert und ich krieg' das nicht mit ((lachend))!« (Frau Schwalbe, 1126-1129)

Frau Schwalbe nannte verschiedene Beispiele, was für Vorstellungen sich dann bei ihr abspielten. Von der Angst, nicht mitzubekommen, wenn den Kindern etwas zugestoßen wäre bis hin zu generellen Ängsten vor Katastrophen: »Dass einfach/ dass ich was verpasse. Ich kann's nicht genau erklären. Dass ich vielleicht, was weiß ich, in/ pfff, 'ne Flutwelle auf uns zurollt oder/ ((lacht)) Keine Ahnung. Ähm, also, völlig unreal eigentlich, ja?« (Frau Schwalbe, 1144-1147) Genauso würde sie aber auch stressen, über die Sozialen Netzwerke womöglich von Änderungen in Bezug auf Verabredungen nichts mitzubekommen. »Oder es könnte mir jetzt jemand 'ne/ äh, über, über Facebook 'ne Nachricht geschrieben haben, dass wir [...] Freitag oder Samstag Abend uns vielleicht ganz woanders treffen. Und ich krieg' das nicht mit. Ja?« (Frau Schwalbe, 1154-1157)

Frau Schwalbe konkretisierte an dieser Stelle, dass sie »'ne gewisse Kontrolle« über »alles« bräuchte bzw. darüber, »alles zu wissen« (Frau Schwalbe, 1167-1170). Als ich fragte, seit wann sie dieses Bedürfnis, alles wissen zu müssen, bei sich erlebte, folgte eine längere Reflexion. Dabei zeigte sich, dass sich in Frau Schwalbe der Eindruck festgesetzt hatte, auf der Welt würde nur noch Schlechtes passieren. Dies würde wiederum daran liegen, dass man heutzutage über die Medien alles sofort mitbekäme. Das würde sie manchmal »erschlagen« (Frau Schwalbe, 1200). Trotz dieser unangenehmen Auswirkungen wollte sie weiterhin alles wissen.

»Man kriegt ja heute, wenn jetzt Udo Jürgens gestorben ist, 'ne Stunde später steht das im Netz, da weiß es jeder. Das hat mer früher erst viel später erfahren und auch nicht so detaillierte, ähm, Einzelheiten, die wurden gar nicht überall/ Die kamen vielleicht in der örtlichen Zeitung, ja? Aber heut' kriegt man ja immer alles. Und das/ Es erschlägt mich auch manchmal. Ja? [...] Aber ich will's immer wissen. ((kurzer Lacher)) [...] Aber ich kann's ja nicht/ Ich denk' immer: Ob ich das jetzt lese oder nicht, passieren tut's ja trotzdem. Also, wenn ich jetzt nicht reinguck', passiert's ja nicht nicht. Also, möchte ich's aber auch wissen. Ne?« (Frau Schwalbe, 1194-1209)

Als Interviewerin zog ich an der Stelle eine Parallele zu einer Aussage, die Frau Schwalbe vorher im Interview getätigt hatte. Als sie schwer körperlich erkrankt war, hatte Frau Schwalbe sich zwischenzeitlich das Googeln zu ihrer Krankheit verboten, hob dieses Verbot dann aber schließlich wieder auf. Ich fragte, wie sie zu dieser Entscheidung gekommen war. In Frau Schwalbes Antwort wird meiner Ansicht nach deutlich, dass es im Kern um die Generierung von Sicherheit geht:

»Mit jeder [Therapie] mehr, als alles immer besser wurde, und dann eigentlich in der Mitte, also nach vier Stück schon alles weg war, auch [körperliche Anzeichen], alles, was da war, normal, da hab' ich mich relativ sicher gefühlt. [...] Und hab' dann gedacht: Jetzt haut's mich dann nimmer so schnell um, wenn ich jetzt irgendwas lese von anderen, wo's halt schlechter ausging. Also, da hatte ich 'ne gewisse Sicherheit einfach mit der Prognose, dass die sich bewahrheitet.« (Frau Schwalbe, 1125-1235)

ERGEBNISSE AUF DER WIE-EBENE (THEMATISIERUNGSREGELN): Bei Frau Schwalbe ist insbesondere der Aspekt (*De-*)*Agentivierung* hervorzuheben. Frau Schwalbe konstruierte Handlungsmacht so, als würde diese von

etwas Unbestimmtem, Allgemeinem ausgehen, von Situationen, Weltgeschehen, den Medien. Dabei erlebte sie sich selbst offenbar gar nicht handlungsmächtig. Sie zeigte sich insgesamt reaktiv, wenig aktiv: Etwas Konkretes im Außen hatte die Handlungsmacht und Frau Schwalbe reagierte mit entsprechenden Maßnahmen.

Meiner Ansicht nach zeigt sich dabei ein hoher *Komplexitätsgrad* aufgrund zahlreicher Ambivalenzen beispielsweise in Form von Zirkelschlüssen oder einer Argumentation, die das eigene Handeln am Außen festmachte und dabei die eigene Entscheidungsfähigkeit und Eigenverantwortung ausklammerte.

Dabei sehe ich ein ausgeprägtes *Involvement*. Insbesondere als Frau Schwalbe die Nachrichtenlage wiedergab (Syrien, Unfälle, Kinder), dort immer wieder abbrach und gleichzeitig immer weitere Beispiele aufzählte, wird deutlich, wie sehr sich Frau Schwalbes Erschütterung und emotionaler Aufruhr sich sprachlich abbildet:

»Was da Leut’/ Wenn ich da reinschaue, ähm, da sag’ ich, ähm/ Ach, da war der Absturz. Ja, mit der, mit der Germanwings. Dann in Syrien des. Und dann, ähm, es passiert ja jeden Tag irgendwas Schlimmes. Gibt ja irgendwelche Unfälle, mit Jugendlichen, und Auto, und Kind überfahren und Kind totgeschla/ ((Einatmer)) und so weiter und/ Da, da hab’ ich gesagt, ähm: So viel ist doch früher nicht passiert, sag’ ich, das/ Man hat ja gar/ bald gar/ Man kriegt ja schon Depressionen. Nur noch Schlechtes passiert auf der Welt! Also, es ist/ haut mich schon immer um.« (Frau Schwalbe, 1180-1189)

Während des Erzählens schien Frau Schwalbe sich direkt im Belastungsleben zu befinden. Eine *Selbstdistanzierung* wurde in der Sequenz insgesamt wenig deutlich. Vermutlich konnte sich Frau Schwalbe deswegen auch ihr Verhalten nicht erklären (»Ich kann’s nicht genau erklären«, Frau Schwalbe,

1144-1145). Sie schien in dem Moment nur auf Basis der inneren, emotional und somit angstgefärbten Logik, die sie selbst als »irreal« bezeichnete (Frau Schwalbe, 1147), ihre Beweggründe darstellen zu können.

Hinsichtlich der Thematisierungsregel *Episteme* ist festzuhalten, dass Frau Schwalbe zwischen zwei Extremen pendelte: Einerseits war die Sequenz von Unsicherheit und Ungewissheit geprägt, insbesondere sich selbst gegenüber, da sie ihr Verhalten selbst nicht verstand. Die einzige Eindeutigkeit und Gewissheit war hier, dass sie wusste, sie brauche Kontrolle. Worin sich andererseits ausgeprägte Sicherheit und Gewissheit zeigte, war die Überzeugung, auf der Welt passiere nur noch Schlechtes.

Auf Ebene der *Legitimationen* war markant, dass die dargelegten Begründungen ab einem gewissen Punkt argumentativ nicht tiefer gingen. Weil sie beispielsweise die Kontrolle brauchte (also Sicherheit), durfte sie nichts verpassen und musste alles wissen und sich belastende Informationen zuführen. Darauf schlossen sich keine weiteren Analysen und Selbsthinterfragungen an, wie es zum Beispiel bei Frau Kern (Typ C) der Fall war. Dass ihr eigenes Verhalten das Unsicherheitsgefühl verstärken könnte, deutete sich zwar in den Aussagen der Kollegen an, aber Frau Schwalbe selbst wog diese Möglichkeit nicht ab.

So zeigt sich zusammenfassend in dieser Sequenz sprachlich Frau Schwalbes intensives Krisenerleben sowie ihr Bedürfnis nach *schneller* Sicherheit und schnellen Erklärungen. Eine ausführliche Selbstanalyse hingegen wäre *unsicherheitsfördernd*, so meine Deutung. Frau Schwalbe ging es nicht wie beispielsweise Frau Kern darum, ihr Verhaltensmuster besser zu verstehen, sondern darum, in dem generellen Gefühl von Unsicherheit sich selbst unmittelbare Gewissheiten zu schaffen. Dabei war es hilfreich, den Medien bzw. der Welt, in der Schlimmes passiert, die Handlungsmacht zuzuschreiben und sich somit selbst zu de-agentivieren. Dies kreierte kurzfristig Gewissheit. Insgesamt aber – so meine Deutung – fördert dieser Umgang mit sich selbst und der Realität Unsicherheit. Indem Frau Schwalbe sich selbst de-agentivierte und sich nicht weiter reflektierte, hielt sie sich abhängig von den Umständen.

Typ E: Die Kontrollierte

Charakterisierung | Als zentrale Lebensbewältigungsstrategien zeigt Typ E Rationalisierung und Kategorisierung, Grenzsetzung und Regulierung sowie – ähnlich wie Typ B – pragmatisches Weitermachen und Weiterfunktionieren, auch in Krisenzeiten. Typ E bemüht sich dabei um Klarheit, Eindeutigkeit und Struktur.

Die *Bedeutung des Internets* als Lebensbewältigungsstrategie zeigt sich insofern, als dass das Internet die Generierung von Selbstwirksamkeit und Kontrolle direkt widerspiegelt, auch hinsichtlich teilweise schwer kontrollierbarer Umgebungsbedingungen. Typ E nutzt das Internet bewusst, strukturiert, gezielt und selbstreguliert. Exzessivität und Kontrollverlust kommen nicht vor und wären in der Deutung von Typ E sogar schambehaftet. Die kontrolliert-gezielte Internetnutzung ermöglicht Typ E ein Gefühl von Sicherheit und Geordnetheit. Das ist deswegen wichtig, weil Typ E sich mitunter unsicher fühlen kann, wenn sie an Bewertungen des sozialen Umfelds denkt. Das Bedürfnis, das dem Typ-E-Muster zugrunde liegt, ist die Suche nach Sicherheit und Dauerhaftigkeit, ähnlich wie bei Typ D. Im Gegensatz zu Typ D besteht bei Typ E allerdings keine Tendenz zu exzessiven Verhaltensweisen.

Prototypischer Ankerfall Frau Kornfeld⁵² | Frau Kornfeld aus Fallgruppe 1 wies keine Erfahrung mit einer problematischen Internetnutzung auf. Als Kernsequenz wählte ich aus dem Interview mit Frau Kornfeld den Abschnitt Zeile 4-88 aus.

ZUSAMMENFASSENDE CHARAKTERISIERUNG DES FALLS:

Steckbrief: Frau Kornfeld war zum Interviewzeitpunkt im 45. bis 50. Lebensjahr, berufstätig, ledig ohne Partner, ohne Kinder und lebte allein. Frau

⁵² Typ E ordnete ich insgesamt zwei Fälle zu, welche dieses Muster prägnant und nahezu durchgängig als Hauptmuster zeigen: Frau Kornfeld (Fallgruppe 1) und Frau Bär (Fallgruppe 2). Ein Fall zeigt das Muster zunehmend: Frau Berg (Fallgruppe 2).

Kornfeld nutzte intensiv Onlinedatingplattformen. Ihren Ex-Partner hatte sie über das Onlinedating kennen gelernt. Dann trennte er sich aber von ihr, was zu einer längeren Nutzungspause führte. Eine Weile nach der Trennung nahm sie das Onlinedating wieder auf, ließ es aber während der Erkrankung ihrer Mutter wieder ruhen. Aufgewachsen war Frau Kornfeld in einer Familie, in der es große Beständigkeit und verlässliche Strukturen gab, aber sich auch ein eher distanziertes, wenig herzliches Verhältnis zwischen den Familienmitgliedern andeutete. *Interviewsituation:* Frau Kornfeld rekrutierte ich direkt innerhalb eines Onlinedatingportals. Das Interview fand face-to-face in der Wohnung von Frau Kornfeld statt. Kurz vor dem Interviewtermin war Frau Kornfelds Mutter verstorben. Das Gespräch erlebte ich in der ersten Hälfte von Frau Kornfelds Misstrauen geprägt, ihre Erzählbereitschaft war zu Beginn entsprechend gehemmt. Frau Kornfeld fürchtete unter anderem, identifiziert werden zu können: Ihre Antworten würden sehr persönlich werden und hinter mir stünde ja noch eine Öffentlichkeit. Frau Kornfeld fragte auch, wer das Interview noch lesen würde. Im Laufe des Gesprächs war es mir jedoch möglich, zunehmend eine Vertrauensgrundlage aufzubauen.

ZUSAMMENFASSUNG DER SEQUENZ AUF DER WAS-EBENE: Wie zeigte sich bei Frau Kornfeld das Typ-E-Verhaltensmuster? Bei der ausgewählten Sequenz handelt es sich um die Einstiegssequenz. Als Interviewerin fragte ich Frau Kornfeld, wie diese das Internet im Alltag nutzte. Frau Kornfeld zählte zunächst relevante Anwendungen auf, wie beispielsweise E-Mails checken, Newsletter-Abos prüfen etc. Dabei brachte sie ihre Unsicherheit hinsichtlich der Gesprächssituation zum Ausdruck:

»B: Also, ähm, hauptsächlich eigentlich Abfrage von meinen E-Mails im Alltag. Ähm, wobei da natürlich jetzt dann auch schon wieder die, die Verbindungen sind. Also, was weiß ich, dann hab' ich zum Beispiel 'n Grou/ Ähm, ach so, äh, hm. Wenn/ (Oh Gott?), das wird alles aufgezeichnet, gell? ((lacht)) Also, soll ich, soll ich

überhaupt Werbung machen? Also, wissen Sie? I: Also, ich würd' sagen, Sie sagen des, was für Sie wichtig ist, und das ist alles willkommen. Sie müssen sich nicht, äh/ B: Net irgendwie selber zensieren. I: Sie müssen sich/ Es wäre sehr schade, wenn Sie sich selber zensieren würden. B: ((Kurzer Ausatmer)) Ja, also, ich hab' zum Beispiel 'n Groupon-Newsletter abonniert.« (Frau Kornfeld, 9-20)

Als ich ansetzte zu fragen, wie der Tag bei Frau Kornfeld normalerweise startete, stellte Frau Kornfeld sofort klar, dass sie das Internet morgens noch nicht »brauchen« würde. Dies war eine weitere interessante Situation, da die Reaktion von Frau Kornfeld sehr schnell kam, als wäre ihr dieser Aspekt sehr wichtig:

»I: Das heißt, Sie stehen morgens auf, und/ B: Nee. So schlimm net. Nee. ((lacht)) I: Okay, sondern? B: ((lacht)) In der Mittagspaus' oder abends. ((Pause)) Nee, also ich hab' auch (kein?) Smartphone, also von dem her, ich kann nur über 'n PC reingehen. Und/ Nee. Also, morgens brauch ich's noch net. ((lacht))« (Frau Kornfeld, 29-34)

Markant ist im Weiteren Frau Kornfelds Beschreibung einer strukturierten Vorgehensweise bei der Nutzung von Onlinedatingplattformen:

B: [...] Aber ich find', des isch mit Vorsicht zu genießen, leider ein bisschen/ I: Warum? B: Und dann noch auf [Datingplattform 2]/ Ähm, ich hab' den Eindruck, dass bei [Datingplattform 1], ähm, sehr, sehr viele Männer Affären suchen und, das klingt jetzt 'n bisschen arrogant, au, ähm, das Niveau 'n bisschen 'n anderes isch wie des, was ich mir so vorstell'. Also, ich denke, wahrscheinlich sollt' ich auch eher, keine Ahnung, [Datingplattform 3] etc. gucken, da bin ich momentan noch zu geizig, weil das einfach teuer isch. Und es gibt/ Wie g'sagt, man muss halt selber sehr, sehr viele Profile

durchgucken. Ähm, also ich les' immer viel den Textsch, Foto isch des eine, klar, aber der Textsch und / Es gibt schon auch andere Männer, aber/ Nja, und da hab' ich den Eindruck, bei [Datingplattform 2] sind 'n bisschen die Normaleren.« (Frau Kornfeld, 63-76)

Deutlich wird hier auch ein Denken in Klassifizierungen: Frau Kornfeld hatte klare Vorstellungen davon, was sie suchte und was ihr wichtig war.

ERGEBNISSE AUF DER WIE-EBENE (THEMATISIERUNGSREGELN): Bei Frau Kornfeld war hinsichtlich *Perspektivenübernahmen* auffällig, dass sie gleich zu Beginn die Perspektive einer bewertenden externen Instanz einnahm, was dazu führte, dass sie irritiert abbrach und mich fragte, ob sie überhaupt »Werbung« machen dürfte. Ähnliches passierte im weiteren Interviewverlauf mit dem Einschub »das klingt jetzt ein bisschen arrogant« (Frau Kornfeld, 67). Auch hier versetzte Frau Kornfeld sich in jemand anderen hinein, der sie kritisch bewerten könnte.

Es zeigt sich entsprechend ein gewisser *Komplexitätsgrad*: Im Kern berichtete Frau Kornfeld eigentlich »bloß«, was sie im Internet tat, aber es woben sich Bewertungen hinein, beispielsweise, dass ihre letzte Beziehung, welche sie über das Onlinedating fand, »relativ erfolgreich« war (Frau Kornfeld, 57). Auch gab es Formulierungen, die darauf deuteten, dass im Hintergrund Normen mitliefen, die eine gesunde Internetnutzung definierten (»morgens brauch ich's noch net«, Frau Kornfeld, 34).

Das *Involvement* war insofern ausgeprägt, dass meine Fragen Frau Kornfeld zu beunruhigen schienen, vielleicht sogar zu stressen. Die Fragen schienen in Frau Kornfeld mehr als nur die Sachebene anzusprechen. Es wirkte, als hätte Frau Kornfeld das Gefühl, sie würde zu viel von sich preisgeben. Das ist aus meiner Sicht insofern nachvollziehbar, weil Frau Kornfeld von Anfang an klar war, dass sich das Gespräch insbesondere auch das Onlinedating betreffen würden, was einen intimen Lebensbereich betraf.

Doch auch unabhängig davon schienen bei Frau Kornfeld die ganze Zeit auf zweiter Bedeutungsebene *Evaluationen* mitzulaufen: Wie könnte,

das, was sie sagt, ankommen? Eine stark negative Evaluation schien im Hintergrund präsent als Frau Kornfeld betonte, morgens noch nicht das Internet zu nutzen. Fast wirkte es so, als hätte ich als Interviewerin gefragt, ob sie morgens schon ein Glas Wein tränke. Zusammenfassend stellt sich aus meiner Sicht die Frage, ob die Unsicherheit ein Grundzustand bei Frau Kornfeld ist und ob die spezielle Gesprächssituation diese Unsicherheit hervorbrachte. Die Unsicherheit zeigte sich in dieser Sequenz als eine ständige Wechselbewegung auf mehreren Ebenen:

- Kommunikativ in Interaktion mit mir als Interviewerin erlebte ich bei Frau Kornfeld insbesondere zu Beginn, als noch kaum Beziehungssicherheit bestand, einen ständigen Wechsel zwischen Preisgabe und Zurückschrecken von der eigenen Offenheit. Dies zog sich durch das gesamte Interview: ein kontinuierlicher Wechsel zwischen Aufmachen und Zumachen, zwischen Nähe und Distanz.
- Frau Kornfeld wechselte in ihren Formulierungen immer wieder zwischen Aktiv und Passiv. Dies spiegelt sich auch in den Internetanwendungen wider: einerseits Abonniertes, das zu ihr kam (passiv), andererseits die bewusste Selektion der abonnierten Dienste (aktiv).
- Bei Frau Kornfeld wird einerseits ein sehr klares, zielgerichtetes, kontrolliertes und systematisches Vorgehen beim Onlinedating und in der generellen Internetnutzung deutlich, andererseits war die Sequenz geprägt von relativierenden Formulierungen.
- Generell wirkte Frau Kornfeld sehr auf ihre Selbstpräsentation bedacht. Sie schien sich während des Redens laufend zu hinterfragen. Sie wechselte immer wieder in eine bewertende Außensicht auf sich selbst.

Typ F: Die Beziehungsmanagerin

Charakterisierung | Als zentrale Lebensbewältigungsstrategie zeigt Typ F eine bedürfnisorientierte Priorisierung der eigenen Zeitinvestition in Orientierung an den eigenen Bedürfnissen. Dazu ist es notwendig, Grenzen zu setzen (beispielsweise Beruf- und Privatleben zu trennen). Typ F hat auf

diese Weise Wirkmächtigkeit über die eigene Lebens- und Tagesgestaltung mithilfe klarer Strukturen. Sie hat die Kontrolle darüber, wer wann mit ihr in Kontakt treten darf (zum Beispiel durch den Fokus auf ausgewählte soziale Kontakte, wenn diese Ressourcen darstellen oder durch die aktive Herstellung von Distanz). Sie ähnelt darin Typ E. Bei Typ F ist das dahinterliegende Bedürfnis allerdings nicht die Generierung von Sicherheit, sondern die Gestaltung eines *bedürfnisorientierten* Lebens, wozu die Nähe zu anderen Menschen gehört, aber gleichzeitig auch die eigene Autonomie. Daher ist es wichtig, Beziehungen bewusst zu managen, so dass auch die eigenen Bedürfnisse Raum bekommen.

Die *Bedeutung des Internets* als Lebensbewältigungsstrategie zeigt sich bei Typ F darin, dass das Internet eine bedürfnisorientierte Nähe-Distanz-Regulation ermöglicht. Dies ermöglicht sich Typ F durch die bewusste Selektion von Kommunikationsmedien und dem Festlegen von festen Kommunikationszeiten je nach Gesprächspartner. Typ F reguliert auf diese Weise Abstände im sozialen Raum mit dem Ziel, sich einerseits frei von sozialen Zwängen zu fühlen als auch verbunden und als Teil der Gemeinschaft. Diese Art der Internetnutzung ermöglicht Typ F selbstbestimmte soziale Beziehungen entsprechend ihrer Prioritäten und Bedürfnisse.

Prototypischer Ankerfall Frau Bär⁵³ | Frau Bär aus Fallgruppe 2 wies Erfahrung mit einer problematischen Internetnutzung geringen bis mittleren Schweregrads auf. Als Kernsequenz wählte ich aus dem Interview mit Frau Bär den Abschnitt Zeile 237-276.

⁵³ Typ F ordnete ich drei Fälle zu, welches dieses Muster prägnant und als Hauptmuster zeigen: Frau Bär, Frau Fuchs und Frau Linde (Fallgruppe 2). Das Muster zeigt sich ebenfalls als relevant bei Frau Kornfeld (Fallgruppe 1) und Frau Kirschbaum (Fallgruppe 2) sowie zunehmend bei Frau Berg (Fallgruppe 2). Es entwickelte sich zudem nach einer problematischen Internetnutzungsphase als neues Muster bei Frau Löwe (Fallgruppe 3).

ZUSAMMENFASSENDE CHARAKTERISIERUNG DES FALLS:

Steckbrief: Frau Bär war zum Interviewzeitpunkt im 45. bis 50. Lebensjahr, berufstätig, verheiratet in erster Ehe mit gemeinsamen Kindern. Frau Bär hatte neben Familie und Beruf ein Studium absolviert. Als eine schwierige Zeit in den vergangenen Lebensjahren erlebte Frau Bär den Verlust ihres Vaters, der schwer erkrankte und verstarb. Besonders in ihrer Jugend war der Vater bedeutend für Frau Bär, das Verhältnis zur Mutter hingegen konfliktreich. Frau Bär verweigerte die Rollenerwartung der Mutter, ebenfalls die »perfekte Hausfrau« werden zu müssen. Frau Bärs Internetnutzung zeigte sich insgesamt reguliert und strukturiert, doch während des Interviews fiel Frau Bär ein, dass sie in der Vergangenheit eine zweiwöchige Online-Glücksspielepisode erlebt hatte, für die sie sogar zeitweilig ihr kleines Kind vernachlässigte. *Interviewsituation:* Das Interview fand face-to-face bei Frau Bär zu Hause im Zimmer eines Kindes unter dem Dach statt, wo wir komplett ungestört waren. Frau Bär hatte für sich und für mich einen kleinen Snack vorbereitet. Sie hatte sich direkt nach ihrer Arbeit für das Interview verabredet. Die Gesprächsbereitschaft war von Beginn an hoch; das Sprechen über persönliche Themen war gut möglich.

ZUSAMMENFASSUNG DER SEQUENZ AUF DER WAS-EBENE: Wie zeigte sich bei Frau Bär das Typ-F-Verhaltensmuster? Die Sequenz begann mit meiner Frage, welche Rolle das Internet im Kontakt mit Freunden spielen würde. Frau Bär antwortete, dass das Internet hier eine große Rolle spielen würde, da das Telefon wiederum eine »absolut untergeordnete Rolle« einnähme (Frau Bär, 245). Frau Bär erläuterte dann differenziert, über welche Kommunikationsmedien sie aus welchen Gründen mit welchen Zielgruppen in Kontakt ging. Dabei spielten zum einen die eigenen Präferenzen eine Rolle: »Deswegen bin ich keine, die mit, äh, ihren Freundinnen stundenlang am Telefon reden kann. Ich kann mühelos mit jemandem eine DIN-A4-Seite per E-Mail schreiben. Dann hab' ich aber auch die Möglichkeit zu reflektieren. Und, äh, genau wirklich auf den Punkt zu bringen, um was es geht.« (Frau Bär, 253-258) Zum anderen spielten die Präferenzen

des Gesprächspartners eine Rolle, welches Kommunikationsmedium Frau Bär wählen würde:

»Aber normalerweise, ähm, Verabredungen, die so ganz kurz und knackig mal eben verlaufen können wie: Ich brauch' 'ne/ 'n Arzttermin. Das mach' ich natürlich am Telefon. Das wird ja auch erwartet. Keine Praxis sagt ((lachend)): ›Schicken Sie uns doch 'ne Mail!‹ Ähm, aber mit meinen Bekannten, meinen Freundinnen, ähm, machen wir's entweder, je nach Typ/ Ähm, mir fällt gerade eine ein, die zieht die E-Mail vor und eine andere, die hab' ich jetzt letzte Woche getroffen, SMS oder WhatsApp. ((schnalzt)) Die mag keine E-Mail. Das weiß ich, dann mach' ich das auch nicht. Und wir würden uns/ Oder meine Freundinnen und ich, die, die berufstätig sind, wir würden uns ja gestört fühlen, wenn wir so etwas über 's Telefon abwickeln müssten heute immer noch. Denn wir haben uns/ unseren Alltag, unseren Ablauf und möchten eigentlich nicht darin gestört werden durch ein' Telefonanruf.« (Frau Schwalbe, 260-275)

ERGEBNISSE AUF DER WIE-EBENE (THEMATISIERUNGSREGELN): Frau Bär wechselte zwischen *De-Agentivierung* und *Agentivierung*. Zum einen schien es notwendig, sich sozialen Regeln in Teilen anzupassen. Frau Bär war jedoch gleichzeitig handlungsmächtig darin, vorliegende Einflussmöglichkeiten zu nutzen, beispielsweise, indem sie bewusst auswählte, wie, wann und in welchem Umfang sie in soziale Kontakte eintrat. Frau Bär de-agentivierte sich dann wieder dahingehend, dass sie den Medien die Macht darüber gab, wie die Kommunikationssituation abzulaufen hätte; zum Beispiel dürften am Telefon grundsätzlich keine Gesprächspausen entstehen. Hier schien Frau Bär keinerlei Handlungsmacht zu empfinden, sich innerhalb eines Telefons Reflexionspausen zu verschaffen. Diese Möglichkeit gäbe es da »überhaupt« nicht (Frau Bär, 249). Sie agentivierte sich aber wie-

derum, indem sie das Telefon als für sich ungeeignet ablehnte und stattdessen Medien nutzte, die besser passten (wie beispielsweise E-Mails). Somit passte sie sich einerseits einer äußeren Regelmäßigkeit an, nutzte aber da, wo sie die Möglichkeiten hatte, gezielt ihre Einflussmöglichkeiten.

Interessant ist auch, dass in einem selektierten Kreis von Freundinnen sich die Kommunikationspartnerinnen gegenseitig Handlungsmacht ermöglichten, indem sie die individuellen Bedürfnisse jeder Beteiligten bewusst achteten und sich entsprechend anpassten. Sie hatten gemeinsame Regeln ausgehandelt, mit denen sie sich gegenseitig Autonomie verschafften und sich dadurch Beziehungsnahe ermöglichten. Insgesamt zeigt sich ein hoher Komplexitätsgrad, da Frau Bär auf meine Frage nicht mit einer einfachen Antwort reagierte (zum Beispiel: »Ja, das Internet spielt eine große Rolle, wir sind vor allem per E-Mail in Kontakt oder per WhatsApp«), sondern mit einem vielschichtigen Begründungskonstrukt antwortet und einer Abwägung verschiedener plausibler Kommunikationsmedien.

Hinsichtlich der *Textgattung* ist die Sequenz daher größtenteils eine Argumentation: warum die Freundinnen das so handhaben (weil sie sich sonst gestört fühlen würden, wären doch auch berufstätig).

Hinsichtlich der *Darstellungsart* zeigen sich elaborative, aber nicht ausufernde Äußerungen mit einer Mischung aus Illustrativität sowie Abstraktion und Selbstanalyse. Die Ausführungen waren weniger assoziativ, eher analytisch und logisch.

Hinsichtlich der Thematisierungsregel *Episteme* zeigt sich bei Frau Bär eine hohe Sicherheit und Gewissheit. Frau Bär drückte aus, wie etwas »ist«. Sie nutzte nicht die Formulierung »Ich glaube« und relativierte nicht.

Zusammenfassend wird deutlich, dass Frau Bär über die Wahl der passenden Internetanwendung ihren Alltag bedürfnisorientiert gestaltete, ohne dabei aus dem Kontakt mit sozialen Erwartungen zu gehen. Die Festlegungen von Kommunikationsregeln mit Beziehungspartnern ermöglichten es Frau Bär (und ihren Freundinnen), miteinander in Beziehung zu sein und dennoch die Autonomie des Gegenübers zu achten.

Typ G: Die Forschungsreisende

Charakterisierung | Als zentrale Lebensbewältigungsstrategien zeigt Typ G lebenslanges Explorieren und Lernen über den bisherigen Erfahrungshorizont hinaus. Dabei akzeptiert Typ G Limitationen, versucht aber dennoch trotz aller Begrenzungen, das Beste für sich herauszuholen. Sie priorisiert die eigenen Bedürfnisse. Mithilfe von Bildung und beruflichem Status sichert Typ G ihre Unabhängigkeit und Selbstwirksamkeit.

Die *Bedeutung des Internets* als Lebensbewältigungsstrategie zeigt sich bei Typ G darin, dass sie das Internet als ein Mittel bzw. Werkzeug zur Selbsterweiterung und zur Verbindung mit der Welt und allen darin enthaltenen Möglichkeiten nutzt. Es ermöglicht ihr das Überwinden von Grenzen (beispielsweise in Bezug auf Beziehungen, Selbstaussdruck, Länder, Alltagspflichten). Das Internet löst in der Forschungsreisenden anhaltende Faszination und Begeisterung aus, denn es ermöglicht ihr lebenslanges Wachsen auf besonders reichhaltige Weise und spricht ihre Lernbegierde an. Das Internet erlebt sie als beherrschbar und nutzt es mit Kompetenz. Es ist dabei ein Werkzeug von vielen: Typ G könnte auch ohne das Internet auskommen, da sie alles das, was es ihr ermöglicht, auch vorher schon analog umgesetzt hat bzw. parallel fortführt. Es ermöglicht ihr, das Abenteuer zu leben – das Abenteuer würde es bei ihr aber auch ohne das Internet geben. Das dahinterliegende Bedürfnis bei Typ G ist dabei nicht die Selbst-Entdeckung (wie bei Typ C), sondern Entdeckungen im Außen. Während Typ C sich also auf sich selbst zubewegt, bewegt sich Typ G eher von sich selbst weg hinaus in die Außenwelt. Das dahinterliegende Bedürfnis ist die andauernde Veränderung und Weiterentwicklung. Dabei ist Typ G viel im Kontakt mit anderen Menschen – dennoch hat das eigene Bedürfnis nach Entdecken und Lernen Priorität (womit sie Typ F ähnelt).

Prototypischer Ankerfall Frau Falke⁵⁴ | Frau Falke aus Fallgruppe 1 zeigte keine Erfahrung mit einer problematischen Internetnutzung, wies

⁵⁴ Typ G ordnete ich zwei Fälle zu, welches dieses Muster prägnant und als Hauptmuster zeigen: Frau Falke und Frau Winter (beide Fallgruppe 1).

eine solche sogar aktiv von sich. Als Kernsequenz wählte ich den Interviewabschnitt Zeile 1408-1458. Für die zusammenfassende Charakterisierung des Falls vgl. Kapitel *Fallbeispiel Frau Falke*.

ZUSAMMENFASSUNG DER SEQUENZ AUF WAS-EBENE: Wie zeigte sich bei Frau Falke das Typ-G-Verhaltensmuster? Im Mittelpunkt steht die Erklärung, welche Bedeutung das Internet für Frau Falke hatte. Dabei stellte sie einen größeren Kontext her: Das Internet wäre eines von vielen Werkzeugen, die man im Leben nutzen könnte. »Das siehst du wie alles im Leben. Letztlich ist es ein neues Tool, 'n Werkzeug wie andere Werkzeuge sind. Und manche Leute können damit was anfangen und manche nicht. Und ich kann damit sehr viel anfangen.« (Frau Falke, 1410-1414)

Dass das Internet nur *ein* mögliches Werkzeug ist, machte Frau Falke dann daran deutlich, dass sie sich zuletzt eine alte Schreibmaschine zugelegt hätte, mit der sie ggf. auch schreiben könnte. Deutlich wird hier, dass es nicht um das Gerät geht (Internet oder Schreibmaschine), sondern den Zweck: das Schreiben. »Mensch, wenn ich nicht mehr schreiben könnte, das fänd' ich ganz furchtbar.« (Frau Falke, 1423-1424) Anschließend reflektierte sie die Risiken der Internetnutzung, machte aber auch deutlich, dass die korrekte Nutzung hier ausschlaggebend wäre. Erneut stellt sie das Internet in einen generalisierenden Kontext: Alles im Leben könnte einem gefährlich werden.

»Guck' mal, natürlich ist das 'ne Überwachungsmaschine. Ja, ganz ohne Frage. Aber erst ist die Frage, was du wirklich von dir reinstellst. Äh, und dann, äh, äh/ Alles kann dir gefährlich werden. Der Nachbar! Also, der muss jemand sein, der dich beobachtet und anzeigt. Schon stehste dumm da. Und, äh, äh, ich gebe mir Mühe/ Oder sagen wir mal, in Briefen bin ich ganz offen. Also, ich nehme hin, was kommt und denke, ich mache dann daraus das Allerbeste. So geht's mir auch/ Alle machen 'ne Patientenverfügung. Wenn sie

mal sterben/ Wenn sie ins Krankenhaus kommen, was dann passiert. Ich hab' zu [Name des Ehemanns] gesagt: Weißt du was? Mit mir können sie machen, was sie möchten. Ich bin sicher, ich kriege 'n netten Arzt, der sagt: Na, wollen wir mal gucken, was wir mit der Omi noch machen können. Und entweder es geht gut oder nicht. Verstehst du? Und vorm Sterben hab' ich auch keine Angst. Ich persönlich glaube, es geht auf der anderen Seite weiter. Nicht mit diesem Körper. Aber doch mit mir. Also/ Also, für mich ist das Internet eine Möglichkeit unter/ Eine besonders gelungene Möglichkeit. Und das ist immer so, dass was Gutes hat genauso viel Schlechtes. Wir leben in einer polaren Welt. Das ist bei allen Sachen so. Schönheit kann 'n Geschenk sein und kann 'n Fluch sein. Und so ist/ Ich würde sagen, so ist mit allem.« (Frau Falke, 1426-1447)

Frau Falke zeigte im oben genannten Abschnitt meiner Ansicht nach ihre grundlegende Lebenshaltung, die sich sowohl in einer verantwortungsbewusst-zuversichtlichen Nutzung des Werkzeugs Internet spiegelte als auch in ihrer Haltung zum Sterben.

Die Sequenz schließt mit der Aussage, dass man durch Schwierigkeiten im Leben viel lernen könnte: »Aber das ist in jedem Leben so, dass irgendwas ist, dass du nicht gleich hinkriegst. Wo du immer weiter lernen musst: Wie kannst du es besser machen, wie krieg' ich das noch hin? Und so. Also, ich find' das immer auch sehr kreativ.« (Frau Falke, 1454-1458)

ERGEBNISSE AUF WIE-EBENE (THEMATISIERUNGSREGELN): Bei Frau Falke ist hinsichtlich des Aspekts *Sprecherpositionen* auffällig, dass sie aus einer stark generalisierenden, kollektiven Position heraus sprach und sich selbst in Bezug zu dieser generellen Wahrheit stellte, dabei auch immer wieder im Vergleich zu anderen Menschen. Wo sie sprachlich als ›Ich‹ vorkam, dann stets im Zusammenhang mit etwas Allgemeingültigem.

Für die Thematisierungsregel der *(De-)Agentivierung* bedeutet das, dass Frau Falke sich selbst absolut in der Handlungsmacht zu empfinden schien,

was die Gestaltung des eigenen Lebens anging, wobei diese Handlungsmacht durch Werkzeuge wie das Internet verstärkt würde. Nicht beeinflussbaren Katastrophen begegnete Frau Falke wirkmächtig, indem sie sich präventiv eine Schreibmaschine kaufte, mit der sie selbst in der Krise ihrer Leidenschaft, dem Schreiben, nachgehen könnte. Das Internet wäre zwar eine Überwachungsmaschine, aber Frau Falke sah den Menschen in der Verantwortung und somit in der Handlungsmacht zu entscheiden, wie sehr die Überwachungsmaschine Macht über ihn haben würde. Als Credo der Agentivierung kann bei Frau Fuchs die Aussage angesehen werden, aus allem das Allerbeste zu machen. Diese Haltung ist sowohl auf das Schlechte als auch das Gute im Leben anwendbar, somit schien Frau Falke jedem Ereignis mit Gelassenheit entgegen sehen zu können, selbst dem Sterben. Handlungsmacht zeigte Frau Falke auch, indem sie in allem eine Chance zu lernen und etwas besser zu machen sah. An einer Stelle de-agentivierte sie sich sogar explizit: Mit ihr könnten sie als Sterbende im Krankenhaus machen, was sie wollten, im Kontrast zu denen, die diesen Prozess über eine Patientenverfügung kontrollieren wollten. Damit agentivierte sich Frau Falke wiederum, da sie diese Haltung durch eine ausgeprägte Zuversicht stützt, dass alles gut gehen würde.

Hinsichtlich der Thematisierungsregel *Perspektivenübernahmen* wird deutlich, dass Frau Falke zwar Perspektiven anderer übernahm, sich dann aber auch oft direkt in Opposition positionierte: Manche Leute könnten nichts mit dem Internet anfangen – sie schon. Manche Menschen machten eine Patientenverfügung und hätten Angst vor dem Sterben – sie nicht. Auch nahm sie kurz die Perspektive von Personen ein, die ihr gesagt hätten, bei ihr liefe immer alles glatt, wozu sie sich auch in Opposition stellte. Frau Falke verweilte dabei nur kurz in Perspektiven anderer, fühlte sich aber nicht vertieft ein. Zum Beispiel äußerte sie kein Verständnis für Ängste vor dem Tod oder dem Leiden beim Sterben. Sie nahm andere Perspektiven auf, um ihre eigene Perspektive besser erklären zu können. Keine der anderen Perspektiven ließ Frau Falke ihre eigene in Frage stellen.

Hinsichtlich der *Textgattung* handelt es sich bei dieser Sequenz um eine Argumentation. Das Internet ist wie alles im Leben – damit begann die Argumentation. Anschließend legte Frau Falke dar, wieso das so ist, wie das Leben wäre und warum sie wie zum Leben stünde.

Insgesamt nehme ich bei Frau Falke eine selbstsichere Haltung wahr und eine differenzierte Auseinandersetzung mit Lebenshaltungen.

Zusammenführung der Ergebnisse

Im Folgenden führte ich die zentralen Ergebnisse der drei Teilstudien zusammen. Dazu leite ich zunächst Hypothesen hinsichtlich der Vulnerabilität für eine problematische Internetnutzung ab.

In Teilstudie 1 erfolgte final eine Ergebnisverdichtung bzgl. des Schweregrads einer problematischen Internetnutzung, in Teilstudie 2 bzgl. des Schweregrads belastender Lebenserfahrungen in Kindheit/Jugend sowie im weiteren Lebensverlauf. Beide Ergebnisverdichtungen setze ich nun in Bezug zu Teilstudie 3 (vgl. Tab. 54), deren Ergebnisverdichtung in Form einer Typologie hinsichtlich Lebensbewältigungsstrategien im Spiegel der Internetnutzung erfolgte.

Betrachtet man die obige Ergebniszusammenführung, fallen Muster auf. Zum Beispiel weisen alle Fälle, bei denen Typ A als dominantes Verhaltensmuster im Umgang mit Krisen festgestellt wurde, Erfahrung mit einem hohen Schweregrad einer problematischen Internetnutzung auf. Daraus leite ich ab, dass das Typ-A-Muster auf eine *hohe Vulnerabilität bzgl. einer problematischen Internetnutzung* hindeutet. Oder anders formuliert: Frauen, die mithilfe des Internets »fliehen« möchten, sind womöglich anfällig für eine problematische Internetnutzung hohen Schweregrads.

Tabelle 54: Zusammenführung der Ergebnisse aus Teilstudie 1, 2 und 3 (eigene Darstellung)

Idealtypus Lebensbewältigung	Teilstudie 3	Teilstudie 1	Teilstudie 2			
	Fälle, die den Typus als Hauptmuster zeigen	Schweregrad problematische Internetnutzung	Belastungsgrad in der Herkunftsfamilie		Belastungsgrad im weiteren Lebensverlauf	
Typ A: Die Fliehende	Frau Holzer	Hoch	Hoch		Mittel/hoch	
	Frau Löwe	Hoch	Mittel		Mittel/hoch	
	Frau Kraut	Hoch	Hoch		Hoch	
	Frau Hahn	Hoch	Hoch		Hoch	
	Frau Sommer	Hoch	Hoch		Mittel/hoch	
	Frau Tobel	Hoch	Hoch		Mittel/hoch	
	Frau Auster	Hoch	Hoch		Mittel/hoch	
	Frau Lenz	Hoch	Gering	Mittel	Hoch	Mittel/hoch
	Frau Sturm	Hoch	Hoch		Hoch	
	Frau Mohn	Hoch	Hoch		Hoch	
Frau Kiefer	Hoch	Mittel		Mittel/hoch		
Typ B: Die Selbstheilerin	Frau Nebel	Gering/mittel	N/A		Hoch	
	Frau Kiefer	Hoch	Mittel		Mittel/hoch	
Typ C: Die sich selbst Suchende	Frau Kern	Gering/mittel	Hoch		Mittel/hoch	
	Frau Kirschbaum	Gering/mittel	Eher gering		Mittel/hoch	
	Frau Berg	Gering/mittel	Mittel		Mittel	
Typ D: Die Kontrollbedürftige	Frau Rose	Gering/mittel	Hoch		Hoch	
	Frau Berg	Gering/mittel	Mittel		Mittel	
	Frau Schwalbe	Gering/mittel	N/A		Mittel/hoch	
Typ E: Die Kontrollierte	Frau Kornfeld	Keine	Mittel		Eher gering	
	Frau Bär	Gering/mittel	Mittel		Mittel	
Typ F: Die Beziehungsmanagerin	Frau Fuchs	Gering/mittel	Mittel		Mittel	
	Frau Bär	Gering/mittel	Mittel		Mittel	
	Frau Linde	Gering/mittel	Mittel		Mittel	
Typ G: Die Forschungsreisende	Frau Falke	Keine	Eher gering		Eher gering	
	Frau Winter	Keine	N/A		Eher gering	

Bei Typ A fallen zudem in der Tendenz hohe Belastungserfahrungen in der Herkunftsfamilie sowie mittlere bis hohe Belastungserfahrungen im weiteren Lebensverlauf auf. Daraus lässt sich die Vermutung ableiten, dass Frauen mit einem hohen Belastungserleben im Lebensverlauf eine Tendenz dazu haben, das Internet im Sinne des Typ-A-Verhaltensmusters zu nutzen, also zur ›Flucht‹ und Selbstdistanzierung von Problemen.

Das Vorkommen eines Typ-A-Musters muss aber nicht zwangsläufig eine problematische Internetnutzung implizieren. Essenziell ist es, den konkreten Kontext zu berücksichtigen. Ein Beispiel dafür ist Frau Fuchs, bei der Typ A als Nebemuster vorkam. Sie bezeichnete die abendliche Nutzung der Onlineforen mitunter als Möglichkeit, sich abzulenken und den beängstigenden Situationen daheim zu »entfliehen«, wenn beispielsweise der Notarzt kommen musste für den kranken Großvater (Frau Fuchs, 2227-2229). Parallel dazu erfolgte im Onlineforum aber auch eine direkte Auseinandersetzung mit der Situation daheim (also das ›Gegenteil von Flucht), wenn zum Beispiel die Forenfreunde fragten, wie es ihr ginge und Frau Fuchs offen über die belastende Situation berichtete. Insgesamt wies Frau Fuchs zahlreiche analoge Ressourcen auf, beispielsweise hatte sie tagsüber Freunde im analogen Leben und grundsätzlich ein gutes Verhältnis zu ihren Eltern. Das Typ-A-Muster zeigte sich bei Frau Fuchs auch dann, wenn sie während der Arbeit ein paar Minuten mithilfe des Internets prokrastinierte. Sie tat dies aber dosiert und kontrolliert im Sinne einer Pause:

»Also ich bin dann auch nich' lange dann irgendwo woanders. Das is' immer nur so kurzfristig, wenn ich grad' überhaupt in, ähm, zum Beispiel in 'ne Sackgasse komm' oder so. Und da, äh, echt grad' überhaupt nich' weiß, um sozusagen mich auf and're Gedanken zu bringen oder so. Also ich mein', ich könnte auch aus'm Fenster starren oder so. [...] Nee, ein paar Minuten nur. [...] Un', ähm, dann geh' ich wieder zurück zu dem Problem und dann komm' ich meistens auch immer 'n bisschen weiter, weil ich oft das auch einfach

brauch', um sozusagen mich kurz abzulenken, um vielleicht nochmal 'nen reinen Kopf zu bekommen oder so.« (Frau Fuchs, 790-805)

Das Sich-Ablenken stellt bei Frau Fuchs also eine kurzfristige Strategie neben anderen Strategien dar und ist bei ihr eher als positive Ressource zu deuten. Hier wird deutlich, dass es wichtig ist, den Kontext zu berücksichtigen, insbesondere auch das Verhältnis von analogen und internetbasierten Lebensbewältigungsstrategien (vgl. Kapitel *Das Verhältnis von analogen und internetbasierten Lebensbewältigungsstrategien*): Welches Internetnutzungsmuster zeigt sich als Lebensbewältigungsstrategie (Frage nach dem Typus)? Welche Bedeutung hat diese internetbasierte Lebensbewältigungsstrategie im Zusammenhang mit analogen Strategien? Was bedeutet das für die Vulnerabilität hinsichtlich einer problematischen Internetnutzung?

Die oben genannten Überlegungen wandte ich auf Basis von Tab. 54 auf alle Typen an und formuliere entsprechend folgende Hypothesen und Erklärungsansätze (vgl. Tab. 55):

Tabelle 55: Hypothesen der Ergebniszusammenführung (eigene Darstellung)

Lebensbewältigungstyp	Typ A: Die Fliehende
Vulnerabilität bzgl. einer probl. Internetnutzung	<i>Hypothese A1</i> : Frauen, die das Internet zur »Flucht« nutzen, sind anfällig für eine problematische Internetnutzung (hohen Schweregrads).
Bedeutung biografischer Belastungen	<i>Hypothese A2</i> : Frauen mit einem hohen Belastungserleben im Lebensverlauf tendieren dazu, das Internet im Sinne des Typ-A-Verhaltensmusters zu nutzen, also zur »Flucht« und Selbstdistanzierung von Problemen.
Erklärende Zusammenfassung	Typ A ermöglicht, sich von hohen Belastungszuständen innerlich zu distanzieren, also die seelische Notlage, die zum Teil als überwältigend empfunden wird, nicht mehr zu spüren. <i>Gefahr</i> : Es werden womöglich keine alternativen analogen Bewältigungsstrategien entwickelt, da die Selbst-Entlastung mittels Internet so wirksam ist. Es könnte sich eine problematische Internetnutzung bis hin zu einem hohem Schweregrad entwickeln. Beispielfälle: Frau Sturm, Frau Mohn

	<i>Chance:</i> Ist die ›Flucht‹ nur vorübergehend und stellt sie nur eine neben vielen analogen Bewältigungsstrategien dar, kann das Verhaltensmuster als Ressource betrachtet werden. Beispielfall: Frau Fuchs
Lebensbewältigungstyp	Typ B: Die Selbstheilerin
Vulnerabilität bzgl. einer probl. Internetnutzung	<i>Hypothese B1:</i> Frauen, die mithilfe des Internets etwas ›heilen‹ bzw. kompensieren, sind anfällig für eine problematische Internetnutzung (mittleren bis hohen Schweregrads).
Bedeutung biografischer Belastungen	<i>Hypothese B2:</i> Frauen mit einem hohen Belastungsleben im Lebensverlauf tendieren dazu, das Internet im Sinne des Typ-B-Verhaltensmuster zu nutzen, also zur ›Selbstheilung‹ im Sinne von Kompensation eines Mangels im analogen Lebensbereich.
Erklärende Zusammenfassung	Typ B ermöglicht, Mängel im analogen Lebensbereich auszugleichen. <i>Gefahr:</i> Es werden keine alternativen analogen Bewältigungsstrategien entwickelt, da über das Internet das Weiterfunktionieren trotz ungünstiger Umstände möglich ist. Es könnte sich eine problematische Internetnutzung bis hin zu einem mittleren/hohen Schweregrad entwickeln. Beispielfall: Frau Kiefer zeitweise <i>Chance:</i> Ist die ›Kompensation‹ mittels Internets nur eine Strategie im Kontext von vielen analogen Bewältigungsstrategien, kann es als Teil eines insgesamt kompetenten Umgangs mit Lebensherausforderungen verstanden werden. Beispielfall: Frau Nebel, die unter Traumafolgen litt, strukturierte mithilfe von Onlinespielen ihren Alltag und beugte so einem Abrutschen in Instabilität vor. Sie nutzte zusätzlich zahlreiche weitere analoge Strategien/Ressourcen.
Lebensbewältigungstyp	Typ C: Die sich selbst Suchende
Vulnerabilität bzgl. einer probl. Internetnutzung	<i>Hypothese C1:</i> Frauen, die mithilfe des Internets ›sich selbst suchen‹, sind anfällig für eine problematische Internetnutzung (mittleren Schweregrads).
Bedeutung biografischer Belastungen	<i>Hypothese C2:</i> Frauen mit einem mittleren bis hohen Belastungsleben im Lebensverlauf tendieren dazu, das Internet im Sinne des Typ-C-Verhaltensmusters zu nutzen, also zur Suche nach sich selbst.
Erklärende Zusammenfassung	Typ C ermöglicht die Lösungssuche in Krisenzeiten mittels Hinwendung zu sich selbst. <i>Gefahr:</i> Das Internet könnte mit seinen unendlichen Möglichkeiten dazu führen, nie am Ziel (bei sich selbst) anzukommen. Beispielfall: Frau Kern

	<p><i>Chance:</i> Das Internet bietet die Möglichkeit, sich zu informieren und in die Handlungs- und Wirkmächtigkeit zu kommen. Es kann zeigen, welche vielen Lösungsansätze es noch geben kann und somit stärkend wirken. Beispielfall: Frau Kirschbaum</p>
Lebensbewältigungstyp	Typ D: Die Kontrollbedürftige
Vulnerabilität bzgl. einer probl. Internetnutzung	<i>Hypothese D1:</i> Frauen, die mithilfe des Internets ›dringlich nach schnellem Sicherheitserleben suchen‹, sind anfällig für eine problematische Internetnutzung (mittleren Schweregrads).
Bedeutung biografischer Belastungen	<i>Hypothese D2:</i> Frauen mit einem mittleren Belastungserleben im Lebensverlauf tendieren dazu, das Internet im Sinne des Typ-D-Verhaltensmusters zu nutzen, also zur Generierung von Sicherheitserleben.
Erklärende Zusammenfassung	<p>Typ D ermöglicht Kontrollempfinden und Angebundensein an Geschehnisse.</p> <p><i>Gefahr:</i> Es entwickelt sich ein Teufelskreis. Die Internetnutzung verstärkt letztendlich das Unsicherheitsempfinden, da es einem auch viel Schlechtes vor Augen führt. Beispielfall: Frau Schwalbe</p> <p><i>Chance:</i> Wer es schafft, sich rechtzeitig zu regulieren und ausreichend Inhalte zu filtern, kann durch eine ausgewogene Informiertheit Handlungs- und Wirkmächtigkeit generieren. Beispielfall: Frau Rose, die sich Wissen aneignete, indem sie sich über das Internet über Onlinesexsucht informierte sowie dort nach therapeutischer Hilfe suchte.</p>
Lebensbewältigungstyp	Typ E: Die Kontrollierte
Vulnerabilität bzgl. einer probl. Internetnutzung	<i>Hypothese E1:</i> Frauen, in deren Internetnutzung sich eine bewusste, strukturierte, gezielte Lebensgestaltung spiegelt, sind geringfügig anfällig für eine problematische Internetnutzung.
Bedeutung biografischer Belastungen	<i>Hypothese E2:</i> Das Typ-E-Verhaltensmuster kommt eher bei Frauen vor, die ein geringes biografisches Belastungserleben aufweisen.
Erklärende Zusammenfassung	<p>Typ E ermöglicht die Herstellung von Strukturiertheit und Ordnung im Alltag.</p> <p><i>Gefahr:</i> Das Internet suggeriert Kontrollmöglichkeiten in Bereichen, die eigentlich nicht kontrollierbar sind. Eine zugrundeliegende Unsicherheit wird maskiert. Beispielfall: Frau Kornfeld</p> <p><i>Chance:</i> Typ E kann insbesondere in unsicheren Krisenzeiten ausgleichend und stärkend wirken, insbesondere wenn es ergänzt wird durch die Bereitschaft, sich selbst besser kennenzulernen, sich auf Veränderungen einzulassen und verletzlich zu zeigen.</p>

	Beispielfall: Frau Berg, die zunehmend eine regulierte Internetnutzung entwickelte und sich so von der ständigen Erreichbarkeit für andere distanzierte (vgl. Fußnote 44 im Kapitel <i>Das Verhältnis von analogen und internetbasierten Lebensbewältigungsstrategien</i>).
Lebensbewältigungstyp	Typ F: Die Beziehungsmanagerin
Vulnerabilität bzgl. einer probl. Internetnutzung	<i>Hypothese F1</i> : Frauen, die mithilfe des Internets »bedürfnisorientiertes Beziehungsmanagement« betreiben, sind geringfügig anfällig für eine problematische Internetnutzung.
Bedeutung biografischer Belastungen	<i>Hypothese F2</i> : Typ F kommt eher bei Frauen vor, die ein geringes biografisches Belastungserleben aufweisen.
Erklärende Zusammenfassung	Typ F ermöglicht, Autonomie und Bedürfnisorientierung sowie die Verbundenheit mit anderen miteinander zu vereinbaren. <i>Gefahr</i> : Beziehungen werden stark kontrolliert. Grenzen werden zu hart abgesteckt und dadurch womöglich Alternativen übersehen. Beispielfall: Frau Bär <i>Chance</i> : Typ F kann zu einer hohen Beziehungsqualität und einem befriedigenden Sozialleben beitragen. Es reduziert Stress durch die Etablierung gesunder Grenzen zur Umwelt. Beispielfall: Frau Linde (vgl. Fußnote 43 im Kapitel <i>Das Verhältnis von analogen und internetbasierten Lebensbewältigungsstrategien</i>)
Lebensbewältigungstyp	Typ G: Die Forschungsreisende
Vulnerabilität bzgl. einer probl. Internetnutzung	<i>Hypothese G1</i> : Frauen, die das Internet als eines von vielen Werkzeugen nutzen, um zu »lernen, zu entdecken und sich selbst zu verwirklichen«, sind geringfügig anfällig für eine problematische Internetnutzung.
Bedeutung biografischer Belastungen	<i>Hypothese G2</i> : Typ G kommt eher bei Frauen vor, die ein geringes biografisches Belastungserleben aufweisen.
Erklärende Zusammenfassung	Typ G ermöglicht grenzenloses Lernen, Kreativität und Entdecken im Sinne von Selbstverwirklichung. <i>Gefahr</i> : Eine starke Orientierung nach außen könnte das Muster von Typ G verstärken und dafür die Selbstreflexion und Empathie für andere Positionen hemmen. Beispielfall: Frau Falke <i>Chance</i> : Typ G sorgt für eine große Gelassenheit und einen ressourcenorientierten, optimistischen Umgang mit den guten wie belastenden Seiten des Lebens. Es bewirkt das Erleben von Handlungs- und Wirkmächtigkeit. Beispielfall: Frau Winter

Deutlich wird, dass die hier dargestellte Zusammenführung von Typus, Vulnerabilität für eine problematische Internetnutzung und biografischem Kontext als möglicher Risikofaktor keinen fixen, linearen, regelhaften Charakter hat, sondern ein fluides Konstrukt darstellt, bei dem stets individuelle Faktoren beachtet und miteinander sorgsam in Bezug gesetzt werden müssen. Ein Verhaltensmuster kann Gefahren implizieren hinsichtlich der Entwicklung einer problematischen Internetnutzung, aber auch Chancen hinsichtlich einer Internetnutzung als wertvolle Ressource.

Zum Abschluss möchte ich ein Erklärungsmodell für die Entstehung einer problematischen Internetnutzung präsentieren (vgl. Abb. 17).

Das Modell verdeutlicht die Bedeutung von Lebensbewältigungsstrategien bei der Entwicklung einer problematischen Internetnutzung. Ich gehe davon aus, dass sich jede Person im Laufe ihres Lebens einen Grundstock an Lebensbewältigungsstrategien anlegt, von denen bestimmte Internetanwendungen eine Teilstrategie darstellen. Früher oder später wird jede Person mit Lebensumständen konfrontiert, die eine Strategieerweiterung erfordern (Schlüsselmoment I). Hält die Person dann an alten Strategien fest und verstärkt diese womöglich mithilfe der Internetnutzung, kann sich eine problematische Internetnutzung entwickeln. Lässt die Person hingegen alte, nicht mehr adäquate Strategien los und fügt ergänzend neue, passendere Strategien hinzu, verliert das Internet seine problematische Bedeutung (Schlüsselmoment II).

Bei Frau Löwe beispielsweise zeigte sich Schlüsselmoment II dahingehend, als dass sie sich schließlich von ihrem Mann trennte. Damit löste sie das bisherige ambivalente Strategienkonstrukt zwischen ständigen Partnerschaftskonflikten bei gleichzeitig finaler Konfliktvermeidung (unter anderem mithilfe des Verschwindens ins problematische Chatten) auf. Dabei begann der Schlüsselmoment schon vor der Trennung, als Frau Löwe eine Depression entwickelte und feststellte, dass sie wie ihre Mutter übermäßig aß und problematisch Alkohol konsumierte. Dies war der Moment, als Frau Löwes mit ihren alten Strategien – im positiven Sinne – »scheiterte«.

Das Modell erklärt so auch, wie eine (aus meiner Sicht) problematische Internetnutzung als dauerhafte Strategie bestehen bleiben kann, ohne dass Leidensdruck und Hilfebedarf bei der Betroffenen entstehen. Frau Schwalbe zum Beispiel bewertete ihre ständige Nutzung von Sozialen Netzwerken und Onlinenachrichten nicht als wirklich problematisch. Hier vermute ich, dass der Ressourcenpool bei Frau Schwalbe insgesamt offenbar ausreichte, um die Herausforderungen des Lebens (beispielsweise die ständige Angst, etwas Schlimmes könnte passieren) zu bewältigen. Entsprechend gab es seitens Frau Schwalbe keinen Veränderungsbedarf – denn es entstand kein Schlüsselmoment, kein »Scheitern« der bisherigen Strategien.

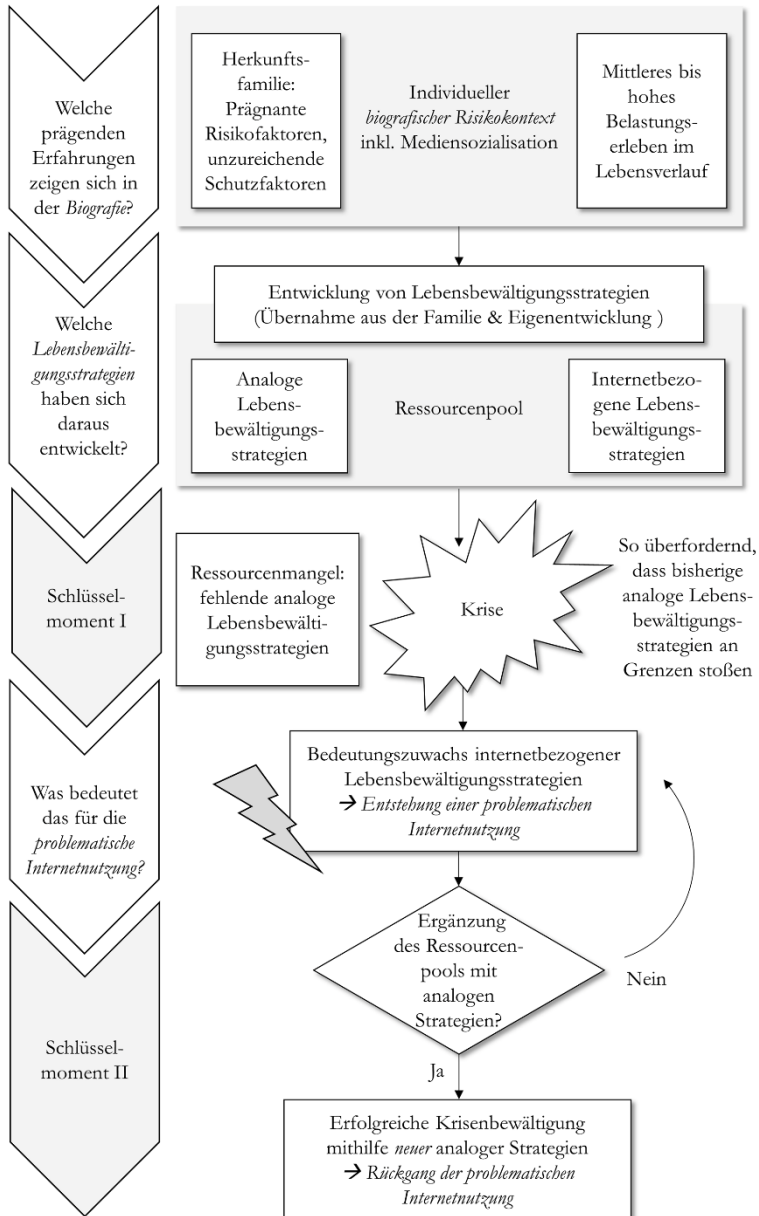


Abbildung 17: Entstehungsmodell einer problematischen Internetnutzung aus biografischer Perspektive (eigene Abbildung, in Teilen beeinflusst durch Drexler, 2020, S. 22)

Diskussion

Im Folgenden diskutiere ich die Ergebnisse dieser Arbeit und deren theoretische Anschlussfähigkeit. Zudem verdeutliche ich Stärken und Limitationen meines Vorgehens und gebe einen Ausblick auf Anschlussstudien.

Ziel dieser Arbeit war es, eine problematische Internetnutzung bei Frauen in ihren Ausprägungsformen zu beschreiben und erste Erklärungsansätze für die Entstehung einer solchen Problematik bei Frauen zu finden. Dabei wählte ich einen Untersuchungsansatz, der drei Dimensionen gemeinsam betrachtete: die Kontextbedingungen (in diesem Fall mit Fokus auf die Biografie), die Personenebene (mit Fokus auf Lebensbewältigungsstrategien) sowie die Ebene des Suchtmittels (mit Fokus auf die problematische Internetnutzung bei Frauen) (vgl. das »Suchtdreieck«-Modell nach Kielholz & Ladewig, 1972, zitiert nach Rehbein & Möble, 2012, S. 395 ff.).

Ich wandte Methoden der qualitativen Sozialforschung an. Ich entwickelte ein Forschungsdesign, das mithilfe offen strukturierter teilnarrativ-biografischer Interviews viel Raum für die subjektive Perspektive betroffener Frauen ermöglichte. In der Auswertung kombinierte ich inhaltsanalytisch-kodierende und rekonstruktiv-hermeneutische Verfahren, was mir ermöglichte, ein relativ umfangreiches Datenmaterial von n=24 Interviews – von denen manche mehr als zwei Stunden dauerten – auszuwerten. Auch in den inhaltsanalytisch-kodierenden Verfahren wandte ich ein einzelfallbasiertes Vorgehen an, um zu verhindern, dass das Datenmaterial in Einzelbestandteile aufgespalten wird und sich so vom konkreten Fall und den relevanten Kontexten löst.

Auf diese Weise war es mir möglich, das komplette Datenmaterial zu analysieren und so die Bandbreite des Phänomens in den Blick zu nehmen (was mir mit einer reduzierten Fallanzahl zumindest initial nicht möglich

erschien) und gleichzeitig hinsichtlich des Aspekts Lebensbewältigungsstrategie tiefenanalytisch vorzugehen und durch die Wahrung des Fallzusammenhangs dem biografischen Charakter der Interviews gerecht zu werden. Die abschließende Typologie sowie das Erklärungsmodell zur Entstehung einer problematischen Internetnutzung bei Frauen stellen neue Zusammenhänge her und lassen die Formulierung von Hypothesen zu, die aus meiner Sicht den bisherigen Forschungsstand um relevante neue Erkenntnisse ergänzen. Dies möchte im Folgenden näher ausführen.

Ausprägungen einer problematischen Internetnutzung bei Frauen

Die Deskription der Symptomatik in ihrer Ausprägungsbandbreite und somit die Beantwortung von Forschungsfrage 1 (Wie zeigt sich eine problematische Internetnutzung bei Frauen?) erfolgte in Teilstudie 1.

Dabei differenzierte ich je nach Schweregrad der Problematik. Fallgruppe 1 enthielt Fälle, bei denen keine problematische Internetnutzung vorlag, Fallgruppe 2 Fälle mit einer problematischen Internetnutzung geringer bis mittlerer Ausprägung und Fallgruppe 3 Fälle mit einer problematischen Internetnutzung hohen Schweregrads. Dass auch Frauen hohe Schweregrade aufweisen können, wie die in der vorliegenden Studie deutlich wurde, deckt sich mit den Erkenntnissen von Müller et al. (2019, S. 59 ff.). Diese konnten keine Hinweise darauf finden, dass die in repräsentativen Studien gefundenen Prävalenzen hoher Schweregrade bei Frauen nicht der Realität entsprechen. Frauen sind also nicht weniger vulnerabel bzgl. einer problematischen Internetnutzung, wie wiederum manche der interviewten Psychotherapeuten in der qualitativen Studie von Kuss und Griffith (2015) vermutet hatten (vgl. Kuss & Griffiths, 2015, S. 22 ff.).

Im fallgruppenübergreifenden Vergleich wurden prägnante Spannungsverhältnisse deutlich, die sich zwischen Klarheit versus Uneindeutigkeit, zwischen einem Entweder-oder versus Sowohl-als-auch und zwischen

einer von Selbstsicherheit versus von Selbstzweifeln geprägten Selbsteinschätzung aufspannten. So zeigten sich in Fallgruppe 3 Extreme im Sinne eines Entweder-oders: Zum Beispiel trafen jahrelange Phasen einer ausgeprägt problematischen Internetnutzung auf anschließende Phasen der Abstinenz, in denen manche Frauen sogar eine hochkritische Haltung zu Bildschirmmedien entwickelten. Die Begleiterscheinungen sehe ich in Fallgruppe 3 einerseits stark ausgeprägt, bis hin zu Suizidversuchen und erheblichen negativen Beeinträchtigungen, andererseits funktionierten einige der Frauen in Beruf und Familie nahezu unbeeinträchtigt weiter.

In Fallgruppe 2 hingegen wird eher ein Sowohl-als-auch deutlich: Die Frauen dieser Gruppe empfanden einerseits viele Aspekte ihrer Internetnutzung als bereichernd, andererseits ausgewählte Aspekte (entweder bestimmte Internetanwendungen oder Episoden) als problematisch. Alle Frauen in Fallgruppe 2 blieben in ihrem Alltag funktional. Dennoch lag ein (moderater) Leidensdruck vor. Dieser leitete sich meiner Deutung nach in Fallgruppe 2 weniger von den Folgen der Internetnutzung ab (denn die gab es kaum, im Gegensatz zu Fallgruppe 3), sondern eher daher, die eigenen Maßstäbe einer akzeptablen Internetnutzung nicht zu erfüllen. Genau dieses Nebeneinander von sowohl ausgeprägten unproblematischen Aspekten als auch moderaten problematischen Aspekten schien die problematische Internetnutzung für die Frauen selbst schwer greifbar zu machen. Habe ich ein Problem oder habe ich keines?

Entsprechend zeigte sich bei einigen Frauen in Fallgruppe 2 eine selbstkritische und sich selbst anzweifelnde Haltung zur Internetnutzung. Tatsächlich lässt sich diese Fallgruppe auch von außen betrachtet schwer auf bestimmte Nutzungsmuster festlegen. Dies spiegelt sich markant in den Diskrepanzen hinsichtlich der Schweregradeinschätzung je nach Perspektive wider. Je nachdem, von welcher Position – der subjektiven Betroffenenperspektive, der Forscherinnen- oder Diagnostikperspektive – ein Fall betrachtet wurde, gab es sowohl Hinweise für eine ressourcenorientierte als auch für eine problematische Internetnutzung. Fallgruppe 2 stellt also

eine ›Grauzone‹ dar zwischen einer vergleichsweise eindeutig nicht-problematischen Nutzung (Fallgruppe 1) und einer eindeutig problematischen Nutzung mit hohem Schweregrad (Fallgruppe 3). Eine problematische Internetnutzung hohen Schweregrads scheint recht gut erkennbar, eine problematische Internetnutzung geringen bis mittleren Schweregrads hingegen weniger ›greifbar‹ zu sein, da es hier schwerfällt, eindeutige (diagnostische) Regelmäßigkeiten zu formulieren. Fallgruppe 1 zeigte sich sehr eindeutig dahingehend, dass alle drei Frauen der Gruppe explizit eine problematische Internetnutzung von sich wiesen und sogar aussagten, generell nicht anfällig für eine Sucht zu sein. Das Markante ist hier die Selbstsicherheit, mit der diese Einschätzung geäußert wurde – ganz im Gegensatz zu den Frauen in Fallgruppe 2, die sich eher im Zwiespalt zeigten.

Dies soll nicht darüber hinwegtäuschen, dass sich das Phänomen innerhalb von Fallgruppe 3 ebenfalls komplex zeigte. Auch wenn hier aus fachlicher Sicht eine ausgeprägte problematische Internetnutzung gut erkennbar ist, so konnten viele der Frauen dennoch das Problem vor ihrer Außenwelt verheimlichen (und auch eine Zeitlang vor sich selbst). Dazu trug sicherlich auch bei, dass einige der Frauen in Teilen ihres Alltags, zum Beispiel im Beruf, weiterhin funktionierten.

Es ist aber wichtig zu betonen, *dass dies nicht das Ausmaß ihrer Internetproblematik und ihres Leidensdrucks minderte*. Das Aufrechterhalten von Funktionalität möchte ich keinesfalls mit einer geringer ausgeprägten Problematik gleichsetzen. Im Gegenteil, bei Frau Auster beispielsweise wird deutlich, dass das Weiterfunktionieren im Beruf und die problematische Internetnutzung Teil desselben Musters sind: sich Anerkennung verschaffen. Bei Frau Auster trafen genau aus diesem Grund nicht alle drei ICD-11-Kriterien eindeutig zu. Aus diagnostischer Sicht würde sie also aufgrund ihres Weiterfunktionierens im Beruf ›durch das Raster‹ fallen, obwohl eben genau dieses Weiterfunktionieren Teil des Problems ist und nach eigenen Angaben sogar zur Entstehung der Internetproblematik führte.

Entsprechend befinde ich mich im Zwiespalt, wie ich diesen wichtigen Aspekt einordnen soll. Ich möchte ihn nicht verharmlosen, denn für einige

Interviewpartnerinnen war ihr Weiterfunktionieren und das Aufrechterhalten einer Fassade gegenüber anderen ein großer Teil des Problems. Es ist allerdings nicht gesagt, dass das Problem des Weiterfunktionierens etwas Frauenspezifisches ist. Stattdessen könnte es sich hierbei um ein grundsätzliches gesellschaftliches Problem handeln, das Frauen auf ihre eigene Weise verinnerlichen, Männer wiederum auf eine andere Weise. Die interviewten Therapeutinnen und Therapeuten in der Studie von Kuss und Griffiths (2015) hatten hingegen die Hypothese, dass weibliche Betroffene im Alltag eher als männliche Betroffene ihre Funktionalität aufrechterhalten würden, weil sie eher als Männer problematisch Soziale Netzwerke nutzen würden, die insgesamt als Problem weniger in Erscheinung träten (vgl. Kuss & Griffiths, 2015, S. 22 ff.). Gleichzeitig wird in meiner Studie anhand von Fallgruppe 3 tatsächlich deutlich, dass selbst hohe Schweregrade der Außenwelt gegenüber unsichtbar bleiben können. Hierzu ist noch weitere Forschung notwendig.

In meinem Sample kamen viele Frauen mit einer problematischen Onlinespielnutzung vor. Die aktuelle Forschung hingegen deutet darauf hin, dass Frauen epidemiologisch betrachtet eher ein Problem mit Sozialen Netzwerken haben als mit Spielen (vgl. zum Beispiel Su et al., 2020). Lopez-Fernandez, Williams, Griffiths und Kuss (2019) hingegen kritisieren, dass die bisherige Forschung sich zu sehr auf Männer mit einer Onlinespielsucht fokussieren würde (Lopez-Fernandez, Williams, Griffiths & Kuss, 2019, S. 2). Ich schließe mich dem an. In meiner Studie wurde deutlich, dass eine problematische Onlinespielnutzung bei Frauen unbedingt ernst genommen werden sollte. Gerade in Fallgruppe 3 waren Frauen erheblich davon betroffen. Zudem gingen bei einigen Frauen verschiedene Anwendungsbereiche ineinander über. Bestimmte Onlinespiele sind mit Communities verbunden. Letztendlich – so könnte man sagen – ist eigentlich das gesamte Internet ein Soziales Netzwerk, auch beispielsweise Onlinesexangebote. Es stellt sich die Frage, ob im Rahmen von Prävalenzstudien eine

Trennung von Spielen und Sozialen Netzwerken als problematische Anwendungen in der bisherigen Form Sinn macht, da die Ergebnisse nicht an die realen Gegebenheiten anknüpfen.

Psychische Risikofaktoren wie unter anderem Depressionen, Ängste, Traumafolgen und Suizidalität kamen insbesondere in Fallgruppe 3 vor, deutlich verdichteter als in den anderen beiden Gruppen. Dies zeigt die Anschlussfähigkeit meiner Studie an den aktuellen Forschungsstand, demnach psychopathologische Faktoren hinsichtlich der Entwicklung einer problematischen Internetnutzung von hoher Relevanz sind, wobei sich auch geschlechterspezifische Unterschiede zeigen (vgl. zum Beispiel X. Dong et al., 2021). Die sozialen Risikofaktoren sind allerdings unbedingt mit einzubeziehen, schienen bei den meisten betroffenen Frauen sogar stärker zu wirken als die psychische Problematik. Letztere schien eher aus den sozialen Problemen zu resultieren als umgekehrt. In keinem der Fälle, in denen beispielsweise eine Depression im Zusammenhang mit der problematischen Internetnutzung stand, war ausschließlich die Depression der Risikofaktor. Es war das Zusammenspiel verschiedener Problembereiche.

Die vorliegende Arbeit knüpft daher explizit an ein psychosoziales Verständnis von Sucht an. »Insgesamt kann davon ausgegangen werden, dass im Sinne des Suchtdreiecks (Kielholz & Ladewig, 1972) personenbezogene, spielbezogene und sozialisations- bzw. umfeldbezogene Risiko- und Schutzfaktoren im Rahmen der Pathogenese zusammenwirken« (Rehbein & Mößle, 2012, S. 395). Im nachfolgenden Kapitel gehe ich nochmal vertieft auf Erklärungsansätze ein. Anmerken möchte ich noch, dass ich in der vorliegenden Arbeit keine standardisierte Diagnostik hinsichtlich Komorbiditäten durchgeführt habe, sondern ein offenes Interviewverfahren. Im Material ist also nur das erhalten, was die Frauen als relevant empfanden und verbalisierten. Teilstudie 1 kann entsprechend keine diagnostischen Aussagen über Komorbiditäten treffen, sondern sie gibt das Erleben und die Deutungen Betroffener wieder.

Deutlich wird in Teilstudie 1 die Relevanz, subjektive Deutungen Betroffener zu erfassen. Es gab häufig Diskrepanzen zwischen der Betroffenenperspektive und der Forscherinnen- und Diagnostikperspektive. Das deckte sich mit Erkenntnissen aus der aktuellen Forschung: So würden laut Müller et al. (2019) manche betroffene Frauen ihr Verhalten nicht als problematisch erkennen (Müller et al., 2019, S. 6). Oder neutraler formuliert: Ihr Problemverständnis wich von dem der Forschenden ab. Wenn aber gleichzeitig Prävalenzen bislang allein auf Basis standardisierter Diagnostikkriterien erforscht werden, geben Prävalenzstudien offenbar nicht die empfundene Realität betroffener Frauen wieder.

Auffällig ist in dem Zusammenhang, dass keine einzige der für die vorliegende Studie interviewten Frauen eine spezifische Hilfe in Anspruch genommen hat. Dies steht in Übereinstimmung mit der aktuellen Studienlage, nach der kaum betroffene Frauen in spezifischen Hilfen auftauchen (vgl. Müller et al., 2019, S. 22; Petersen et al., 2017, S. 96; Beutel, Hoch et al., 2011, S. 80; Petersen & Thomasius, 2010, S. 216 ff.).

Müller et al. (2017) erklären sich diese Nichtinanspruchnahme unter anderem dadurch, »dass betroffene Frauen und Mädchen außerhalb der klinischen Versorgung in ihrem Nutzungsverhalten keinen manifesten Suchtbezug erkennen« (Müller et al., 2019, S. 6). Die Autoren empfehlen entsprechend eine Förderung des Problembewusstseins durch, »gendersensitive Kommunikationsstrategien und Aufklärungskampagnen« (Müller et al., 2019, S. 6). Hier stellt sich allerdings die Frage, ob es tatsächlich eine gute Lösung wäre, Aufklärungskampagnen zu entwickeln, die Frauen »bewusst machen« sollen, dass sie in Wirklichkeit sehr wohl ein Problem hätten. Die Ergebnisse meiner Studie zeigen, dass gerade in Fallgruppe 2 Frauen sich sehr intensiv mit ihrem Nutzungsverhalten auseinandersetzten, aber sich ihre Problematik tatsächlich in Grenzen hielt. Vielen gelang es, eigenständig Veränderungen einzuleiten (vgl. zum Beispiel Frau Kern und Frau Berg). Sie hatten also tatsächlich keinen Hilfebedarf. In Fallgruppe 3 wurden Fälle deutlich, in denen Frauen schlichtweg keinen

Zugriff auf spezifische Hilfen bekamen, sogar bedauernd abgewiesen wurden. Auch in Fallgruppe 3 bewältigten viele Frauen ihre Internetproblematik, indem sie das Grundproblem lösten (beispielsweise sich von ihrem Mann trennten und sich mit dem Tod ihres Kindes auseinandersetzten, sich mit ihrer Herkunftsfamiliengeschichte beschäftigten oder ihre Depression behandeln ließen). Dies deckt sich mit den Ergebnissen nach Müller et al., wonach sich viele betroffene Frauen einer internetbezogenen Störung aufgrund anderer psychischen Störungen in Alternativversorgungsangeboten behandeln ließen (Müller et al., 2019, S. 6).

Ich sehe den Zugriff auf Alternativhilfen nicht als Defizit in der Versorgungslage an, sondern als ein Zeichen dafür, wie gut sich betroffene Frauen mit den inneren Zusammenhängen ihres Problems auskennen. So schilderte Frau Hahn (vgl. Kapitel *Das Verhältnis von analogen und internetbasierten Lebensbewältigungsstrategien*) als wichtige Erkenntnis, dass ihr die problematische Onlineforennutzung geholfen hat, von sich selbst und der Depression wegzukommen. Sie wusste daher, dass sie ihre Internetproblematik nicht würde bewältigen können, wenn sie nicht parallel auch die Depression bewältigte. Frau Hahn nahm entsprechend zum einen Psychotherapie in Bezug auf die Depression in Anspruch und besuchte parallel eine Selbsthilfegruppe in Bezug auf ihre problematische Internetnutzung. Auch Frau Kiefer beispielsweise (vgl. Kapitel *Fallbeispiel Frau Kiefer*) suchte sich bewusst eine ambulante Psychotherapie zur Behandlung ihrer Depression, da sie diese als das primäre Problem ansah.

Entstehung einer problematischen Internetnutzung bei Frauen

In Teilstudie 2 und 3 erarbeitete ich die Entstehungszusammenhänge einer problematischen Internetnutzung aus biografischer Perspektive, mit dem Ziel, Forschungsfrage 2 zu beantworten (Wie erklärt sich eine problematische Internetnutzung bei Frauen aus biografischer Perspektive?).

Die Erforschung des biografischen Kontextes in Teilstudie 2 fokussierte dabei auf Belastungen in der Herkunftsfamilie und im weiteren Lebensverlauf, ausgewertet mithilfe eines vor allem inhaltsanalytisch-kodierenden Verfahrens. Dabei zeigten sich in Fallgruppe 1 wenige und ggf. moderate herkunftsfamiliäre Risikofaktoren bei einem Überwiegen von Schutzfaktoren und somit insgesamt eher stabile Herkunftsfamilien-systeme, sowie im weiteren Lebensverlauf Belastungserfahrungen im moderaten Bereich. In Fallgruppe 2 zeigte sich insgesamt eine Steigerung der Belastungsintensität, welche aber in den meisten Fällen von Schutzfaktoren ausbalanciert wurde. In Fallgruppe 3 zeigte sich die höchste Belastungsintensität sowohl in der Herkunftsfamilie als auch im weiteren Lebensverlauf.

Das deutet darauf hin, dass hohe biografische Belastungserfahrungen im Zusammenhang mit einer problematischen Internetnutzung hohen Schweregrads stehen könnten, was an die aktuelle Studienlage anschließt. Gerade ungünstige Bedingungen in der Herkunftsfamilie können einen markanten Risikofaktor in der Entwicklung einer Internetnutzungsstörung darstellen (vgl. Trumello et al., 2021; Jhone et al., 2021; Grajewski & Dragan, 2020; Schneider et al., 2017; Braun, 2014; Hirschhäuser & Rosenkranz, 2012). Allerdings fokussieren viele Studien, die die Herkunftsfamilie als Risikofaktor untersuchen, auf die Entwicklung einer Internetnutzungsstörung in der Adoleszenz. Die hier untersuchten Betroffenen leben also in der Regel noch in ihrer Herkunftsfamilie. In meiner Arbeit hingegen habe ich Fälle eingeschlossen, in denen sich die problematische Internetnutzung erst im Erwachsenenalter zeigte. Daraus lässt sich entsprechend die Vermutung ableiten, dass hohe herkunftsfamiliäre Belastungen auch im späteren Erwachsenenleben noch vulnerabel für eine ausgeprägte problematische Internetnutzung machen können.

Gleichzeitig zeigt sich in meiner Studie durch die Betrachtung der Lebensverläufe im Längsschnitt eine hohe Komplexität. Innerhalb jeder Biografie werden Wechsel zwischen weniger und stärker belasteten Lebensphasen deutlich, sowohl fallimmanent als auch fallübergreifend. Mithilfe

der Kategorien Risiko- und Schutzfaktoren konnte Vergleichbarkeit erzeugt werden. Allerdings stellte der Fokus auf Risiko- und Schutzfaktoren noch keine ausreichende Erklärungsgrundlage für die Entstehung einer problematischen Internetnutzung dar. Denn auch bei Frauen aus Fallgruppe 3 mit sehr hohen Belastungserfahrungen, in denen zum Beispiel auch psychische und/oder körperliche Gewalt oder eine stark ausgeprägte emotionale Vernachlässigung eine Rolle spielten, erfolgte die problematische Internetnutzung nur phasenweise.

Festgestellt werden kann aber, dass durch die biografieanalytische Perspektive die problematische Internetnutzung einen »Platz« bekommt. Es wird erkennbar, wann und unter welchen Umständen sich eine problematische Internetnutzung im Lebensverlauf entwickeln kann. Um wiederum auch die (Nicht-)Entwicklung einer Problematik und somit final die tatsächlichen Entstehungskontexte zu *erklären*, war es notwendig, dass ich zusätzlich zu den Merkmalen der problematischen Internetnutzung (Teilstudie 1) und der lebensgeschichtlichen Verortung (Teilstudie 2) die Bedeutung und Funktion der Internetnutzung herausarbeitete: Inwiefern macht die problematische Internetnutzung genau so (mit diesen Merkmalen) genau zu dem Zeitpunkt (in der Biografie) *Sinn*?

Auf diese Frage fand ich in Teilstudie 3 Antworten, mithilfe eines rekonstruktiv-hermeneutischen Auswertungsverfahrens. Alle Fälle analysierte ich dahingehend, wie mit bestimmten belastenden Lebensphasen umgegangen wurde. Dabei zeigten sich sowohl »analoge« als auch internetgestützte Lebensbewältigungsstrategien.

Im Fallvergleich wurde zum einen deutlich, dass es für das Verständnis der Bedeutung der Internetnutzung wichtig ist einzuordnen, in welchem Verhältnis diese zu den analogen Lebensbewältigungsstrategien steht. Dabei ermittelte ich vier Varianten: das Internet

1. als Abbild analoger Lebensbewältigungsstrategien
2. als treibende Kraft bei der Entwicklung neuer analoger Lebensbewältigungsstrategien

3. als Spiegel nicht mehr erwünschter Lebensbewältigungsstrategien
4. als eigenständige Lebensbewältigungsstrategie.

Zum anderen rekonstruierte ich sieben verschiedene Grundmuster der Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie und systematisierte diese als Typologie. Dazu brachte ich idealtypisch Verhaltensmuster der Lebensbewältigung im analogen wie internetbasierten Zusammenhang miteinander in Verbindung: Im Nutzungsmuster Typ A (die Fliehende) wird das Internet zur Selbstdistanzierung, zum sich Herauslösen aus schwierigen Situationen genutzt, im Nutzungsmuster Typ B (die Selbsteilerin) zur Kompensation, im Nutzungsmuster Typ C (die sich selbst Suchende) zur Sinnfindung und Persönlichkeitsentwicklung, im Nutzungsmuster Typ D (die Kontrollbedürftige) zum Generieren schnellen Sicherheitserlebens, im Nutzungsmuster Typ E (die Kontrollierte) zur gezielten, strukturiert-geordneten Lebensgestaltung, im Nutzungsmuster Typ F (die Beziehungsmangerin) zur bedürfnisorientierten Beziehungsgestaltung und im Nutzungsmuster Typ G (die Forschungsreisende) zum Lernen, Entdecken im Sinne von Selbstverwirklichung.

Zusammenfassend wird meiner Ansicht nach deutlich, dass durch das Vorgehen in Teilstudie 3 – d. h. indem ich die Internetnutzung generell als Lebensbewältigungsstrategie verstehe – ein neuer Zugang dahingehend entsteht, die Entstehung einer problematischen Internetnutzung nicht nur zu erklären, sondern auch die Umstände ihrer Entstehung: warum sie genau in dieser Lebenssituation auftauchte und warum genau diese eine bestimmte Internetanwendung gewählt wurde. Dabei zeigte sich auch die *problematische* Internetnutzung als eine Lebensbewältigungsstrategie innerhalb eines *Gesamt->Sets* an Lebensbewältigungsstrategien.

In der Ergebniszusammenführung entwickelte ich final ein Modell, das auf Basis der vorliegenden Erkenntnisse darstellt, wie aus biografischer Perspektive mit Fokus auf Lebensbewältigung eine problematische Internetnutzung entstehen kann. Das Modell geht davon aus, dass die Internetnutzung im Lebensverlauf dann zur Problematik werden kann, wenn die

bisherigen gelernten analogen Lebensbewältigungsstrategien nicht mehr ausreichen und es der betroffenen Person nicht gelingt, den eigenen »Ressourcen-Pool« um neue analoge Strategien zu erweitern. Zudem führte ich in der Ergebniszusammenführung alle Ergebnisse der drei Teilstudien in einer Matrix zusammen. Je nach Lebensbewältigungstypus bildete ich Hypothesen, welche biografische Belastungsintensität je nach Typ wahrscheinlich ist und welche Vulnerabilität für eine problematische Internetnutzung zu vermuten ist.

Ausschlaggebend dafür, dass es bei Frauen zu einer problematischen Internetnutzung kommt, ist auf Basis der Ergebnisse dieser Arbeit also, wie sie mit Belastungen *umgehen*. Die bisherige Studienlage fokussierte sich insbesondere auf die Identifizierung relevanter Komorbiditäten als Risikofaktoren (vgl. zum Beispiel X. Dong et al., 2021; Levi et al., 2020; S.-Y. Yang et al., 2019; Tateno et al., 2018). Geschlechtervergleichende Studien weisen aber bereits daraufhin, dass es über Komorbiditäten hinaus frauen- und mänderspezifische Risikofaktoren gibt (vgl. G.-H. Dong & Potenza, 2022). Mit meiner Studie trage ich dazu bei, den Zusammenhang zwischen psychischen, körperlichen und sozialen Risikofaktoren hinsichtlich einer problematischen Internetnutzung zu *konkretisieren*. Hier wird auch nochmal deutlich, wie wichtig es ist, ergänzend qualitativ zu forschen (denn genau diese Analyse von Zusammenhängen kann qualitative Forschung leisten).

Das hier vorgestellte Modell ist anschlussfähig an das I-PACE-Modell, unterscheidet sich aber in seiner Schwerpunktsetzung. Das I-PACE-Modell gibt dem biografischen Hintergrund einer Person insofern einen Platz, indem es belastende Kindheitserfahrungen im Element »Biopsychosoziale Konstitution« als Vulnerabilitätsfaktor integriert. Im weiteren Verlauf konzentriert sich das Modell aber einzig auf die Internetnutzung, die sich als Reaktion auf bestimmte Situationen zu einer Coping-Strategie im dysfunktionalen Sinne entwickeln kann (vgl. Brand et al., 2016, S. 255). Das von mir entwickelte Entstehungsmodell situiert den biografischen Kontext und damit verbundene prägende Kindheitserlebnisse hingegen *außerhalb* der Person, so wie auch das Suchtdreieck Umwelt und Person gleichwertig als

Einflussfaktoren nebeneinanderstellt. Das gibt den Umfelveinflüssen einen weniger prädisponierenden Charakter. Mein Modell betont hingegen vorab bereits *vorhandene* Coping-Strategien und fügt die Internetnutzung darin ein. Eine problematische Internetnutzung betrachte ich zudem nicht als dysfunktionale Coping-Strategie, sondern vor dem Hintergrund der persönlichen Lebensgeschichte wertfrei als *funktionale* Strategie, die im Zusammenhang steht mit analogen Verhaltensmustern.

Das hier vorgestellte Modell stellt die Entwicklung einer problematischen Internetnutzung zudem deutlich reduzierter dar, als es das I-PACE-Modell tut. Mein Zugang zu der Problematik basiert auf der Annahme von Sinnhaftigkeit von Symptomen, wie es auch die Systemische Therapie tut: Das Symptom wird als (unbewusster) »Lösungsversuch« (Schweitzer & Schlippe, 2016, S. 79) angesehen. Es macht Sinn, da es beispielsweise dabei hilft, ein relevantes System aufrechtzuerhalten (zum Beispiel die Familie oder eine Partnerschaft). Um das Symptom problematische Internetnutzung zu verstehen, ist also ein Verständnis des Kontextes, in dem sie auftritt, essenziell (vgl. dazu Schweitzer & Schlippe, 2016, S. 79 mit Bezugnahme auf eine depressive Symptomatik). Ein Beispiel dafür ist die Interviewpartnerin Frau Löwe, die einerseits mit ihrer Chatsucht aus ihrer Ehekrise flüchtete, andererseits dadurch aber auch die Ehe aufrechterhielt, weil sie versunken im Chat eine ernsthafte Auseinandersetzung mit ihrem Partner in der Offlinewelt vermeiden konnte.

Auch im Verständnis der Strukturanalytischen Rezeptionsforschung wird Mediennutzung als grundsätzlich aktives und Sinn erzeugendes Medienhandeln angenommen (Neumann-Braun & Peltzer, 2017, S. 120 f.), egal ob es sich positiv oder problematisch auswirkt. So betrachtet erfüllt eine problematische Internetnutzung *gerade* durch ihre Exzessivität ihren Zweck. Um beispielsweise depressive Gedankenspiralen effektiv wegschieben zu können, *muss* das Internet unter Ermangelung alternativer Strategien übermäßig genutzt werden, andernfalls wären die Gedanken immer noch präsent. Das trifft zum Beispiel auf Frau Tobel zu.

Das von mir entwickelte Modell integriert dieses Paradoxon der »sinnhaft-funktionalen« problematischen Internetnutzung. Damit zeigt es sich anschlussfähig an die qualitative Studie von Kuss et al. (2022), in der n=20 Onlinespielerinnen interviewt wurden. Die Ergebnisse zeigen unter anderem, wie sich für manche Interviewpartnerinnen das Onlinespielen in einem Spannungsfeld zwischen Ressource und Problematik bewegte. Laut Kuss et al. ist Onlinespielen ein komplexes und ambivalentes Phänomen und kann sich in vielerlei Hinsicht auswirken: »Gaming plays a part in both strengthening and compromising focus in offline life.« (Kuss et al., 2022, S. 11) Mein Erklärungsmodell integriert den komplexen Charakter von Internetnutzung, indem es nicht per se zwischen einer dysfunktionalen oder funktionalen Internetnutzung trennt.

Auch Charlton und Neumann (1986) zeigten in ihrer Studie, wie Medienutzung zu einer ambivalenten Lebensbewältigungsstrategie werden kann, in diesem Fall auf ein ganzes System – eine Familie – und auf Fernsehnutzung bezogen. Sie rekonstruierten den Fall der Familie Walter (vgl. Charlton & Neumann, 1986, S. 161 ff.), bei der sie im sprachlos machenden exzessiven Fernsehkonsum ein Nutzungsverhalten mit »Doppelgesichtigkeit« (Charlton & Neumann, 1986, S. 185) sahen. Einerseits sei das Fernsehen funktional, da es der Familie gemeinsame Familienzeit ohne Interaktionsnotwendigkeit und gleichzeitig ein Gefühl von gemeinsamer Nähe und familiärer Normalität ermöglichte. Doch es zeige sich auch schädigend dahingehend, dass es die innerfamiliäre Sprachlosigkeit verstärkte und somit die pubertierende Tochter Sandra in ihrer Entwicklungsaufgabe der Ablösung behindere, wozu aktives Sich-Auseinandersetzen und Dialog notwendig wäre (vgl. Charlton & Neumann, 1986, S. 185 f.) Die Forschenden bezeichnen zusammenfassend das exzessive Fernsehen in dieser Familie als »Bewältigungsform«, die aber letztendlich keine Lösungsmöglichkeit darstellte (Charlton & Neumann 1986, S. 188):

»Während die Entwicklung Sandras Auseinandersetzung, Reibung, Abgrenzung und auch Verletzung mit sich bringt, zielt die Bewältigungsform ›Vielsehen‹ bereits unter ihren strukturellen Aspekten auf Nicht-Berührung, Nicht-Auseinandersetzung, auf ein Beieinandersein, in dem jeder vom anderen unbehelligt den eigenen und kollektiven Träumen nachhängen kann. Doch hat diese Form der Lebensgestaltung wie ein an sich heilsames, jedoch in Überdosis verwendetes Heilmittel eine Nebenwirkung – in dieser Ruhe und Nicht-Auseinandersetzung wird Beziehung und Lebendigkeit zerstört, Selbstkonturierung und Identität verhindert. In dieser konkreten Familie, in dieser Entwicklungsphase, ausgestattet mit ihren spezifischen Belastungen, wird Fernsehen in diesem Ausmaß zur sozialen ›Krücke‹, die lebensnotwendige Auseinandersetzung mit den real notwendigen Familienerfordernissen zu Gunsten der fiktiven, stellvertretenden Medienrealität vermeiden hilft.« (Charlton & Neumann, 1986, S. 186 f.)

Dieses Zitat, das die ambivalente Funktion des Fernsehens für eine »sprachlose« Familie auf den Punkt bringt, lässt sich – das hat Teilstudie 3 der vorliegenden Arbeit gezeigt – auch auf Internetnutzung übertragen (vgl. auch Körmendi et al., 2016).

Implikationen für die Versorgungspraxis

Zu guter Letzt war es ein Ziel meiner Studie, Implikationen für die Versorgungspraxis zu formulieren. Welche frauenspezifischen Versorgungsbedarfe in Bezug auf eine problematische Internetnutzung lassen sich aus den empirischen Ergebnissen dieser Studie ableiten? (Forschungsfrage 3)

Meine Studie zeigt, dass Frauen von einer Bandbreite an Internetanwendungen betroffen sein können, von Onlinespielen über Streaming bis hin

zu Sozialen Netzwerken und Onlinepornografie. Teilweise werden verschiedene Anwendungen kombiniert bzw. wechseln sich je nach Lebensphase ab. Es ist daher wenig zielführend, die Versorgungsstruktur prävalenzorientiert nach Häufigkeiten auszurichten (also zum Beispiel Frauen nur hinsichtlich einer Problematik mit Sozialen Netzwerken anzusprechen). Wir sollten unbedingt die gesamte Ausprägungsbandbreite adressieren, um keine betroffene Frau auszuschließen.

Ich möchte zudem dazu einladen, therapeutisch den Blick für andere Deutungen einer Sucht, in diesem Fall für eine problematische Internetnutzung zu öffnen. Eine Internetnutzungsstörung als Lebensbewältigungsstrategie zu betrachten, erfordert eine wertfreie Umdeutung des Symptoms als zunächst einmal plausibles Verhaltensmuster. Auf der Basis kann das Symptom dann gemeinsam mit der betroffenen Person ausdifferenziert werden: Zwischen welchen Internetnutzungsweisen wird gewechselt? Was ist das dominante Nutzungsmuster? Für was genau ist es hilfreich – welches Problem soll damit gelöst, welche problematische Situation womöglich auch aufrechterhalten werden, welches soziale System geschützt werden? Das Symptom sollten wir dahingehend betrachten, ab welchem Punkt es ein Problem wird, bis wohin es aber womöglich eine hilfreiche Ressource ist. Dies hilft dabei, dass eine betroffene Frau die Funktion ihrer Internetnutzung versteht und die Interventionen passgenau unter Berücksichtigung dieser Vielschichtigkeit gestalten kann.

Für die Prävention einer problematischen Internetnutzung schlage ich vor, den Fokus nicht nur auf die Förderung von Internetkompetenz und das Aufklären über Internetrisiken zu legen (d. h. den Fokus ausschließlich auf das Medium zu richten), sondern Mädchen und Frauen auch für sich selbst zu sensibilisieren. Wenn eine Person reflektieren kann, wie und warum sie das Internet in welchen Situationen nutzt und ob es sich dabei hilfreich oder schädlich auswirkt, erlangt sie nicht nur eine fundierte Kompetenz in gesunder Internetnutzung, sondern auch in der Aufrechterhaltung der eigenen mentalen Gesundheit. Meiner Ansicht nach kann das Internet kann als Spiegel für eine Reihe anderer psychischer und sozialer

Probleme genutzt werden. In der Internetnutzung kann sich zeigen, wie gut oder schlecht es einem tatsächlich geht. Die vorgestellte Typologie lädt dabei zu einer spielerischen Selbsterforschung ein. Sie könnte Selbsterkenntnis fördern, ohne dass damit unmittelbar eine Diagnostik und ein Störungscharakter einhergehen muss. Das Phänomen wird entpathologisiert, da es Internetnutzungsmuster unabhängig von Problematik-Schweregraden zeigt, und somit zugänglich gemacht. Dies könnte für Betroffene die Auseinandersetzung mit einer Problematik niedrigschwelliger machen. Generell macht für die Prävention einer problematischen Internetnutzung die Stärkung *analoger* Lebensbewältigungsstrategien Sinn und die frühe Aufklärung darüber, wie und wo man diese Strategien erweitern kann, wenn sie nicht mehr ausreichen (zum Beispiel eine frühe Aufklärung über Anlaufstellen im Hilfesystem).

Zu guter Letzt möchte ich darauf hinweisen, dass ich die von mir interviewten Frauen sehr wohl als kompetent empfunden habe, sich passende Hilfen zu suchen – nur dass darunter eben keine spezifischen Hilfen waren. Scheinbar sehen viele betroffene Frauen die Internetnutzungsproblematik nicht als die primäre Problematik an. Ich lade dazu ein, dies nicht zwingend als Defizit, sondern als mögliche als Stärke dieser Betroffenenengruppe zu deuten. Es wäre entsprechend sinnvoll, allgemein Versorgende wie beispielsweise in Hausarztpraxen und ambulanten Psychotherapien bzgl. der Identifizierung und Mitbehandlung einer Internetnutzungsstörung noch umfangreicher zu schulen. Dieser Vorschlag soll nicht die Bedeutung spezifischer Hilfen mindern. Doch deuten die Ergebnisse der vorliegenden Arbeit darauf hin, dass spezifische Hilfen schlichtweg möglicherweise von betroffenen Frauen nicht als geeignete Anlaufstelle angesehen werden. Eine weitere Optimierungsidee wäre im Umkehrschluss, dass spezifische Hilfen nicht nur auf die Internetproblematik als separates Phänomen fokussieren, sondern es im Kontext eines erweiterten Problemkomplexes behandeln. Sie könnten gezielt umliegende soziale und psychische Problemfelder einbeziehen, sofern sie für die Internetnutzung relevant sind. Die

hier dargestellte Lebensbewältigungstypologie macht deutlich, dass die Internetnutzung nicht vom Leben der Betroffenen zu trennen ist. Somit müsste das »ganze Leben« der Betroffenen ggf. Raum finden auch in einer spezifischen Hilfe. Die Integration von Ansätzen der systemischen Therapie würden sich hier gut eignen, da sie dezidiert symptomrelevante Beziehungen und soziale Systeme einbeziehen. Zudem reflektieren sie die biografische Perspektive und die Bedeutung des Herkunftsfamiliensystems. Auch Throuvala et al. (2019) empfehlen:

»One potential pathway to IGD appears to be rooted in a deficient childhood that may lead to a depleted self-concept, which in turn may lead to addictive activity, highlighting a process and systems-oriented approach in the development and maintenance of the disorder.« (Throuvala et al., 2019, S. 56)

Stärken, Schwächen und Schlussfolgerungen

Folgende Stärken dieser Arbeit möchte ich nennen: Mithilfe eines integrativen qualitativen Forschungsansatzes habe ich mich bemüht, einen offener Raum für neue Erkenntnisse bezüglich einer bisher noch wenig greifbaren Betroffenenengruppe zu schaffen. Hilfreich dabei war, dass ich den Fallzusammenhang wahren konnte, so dass die Merkmale immer wieder zu konkreten Personen rückgebunden werden konnten. Dies macht die betroffenen Frauen lebendig greifbar und gab ihnen eine »Stimme«, was in der bisherigen Internetsuchtforschung selten der Fall war. Ich konnte zudem die Komplexität innerer Entstehungszusammenhänge herausarbeiten.

Die Stärke des entwickelten Entstehungsmodells einer problematischen Internetnutzung aus biografischer Perspektive sehe ich darin, dass das Modell auf empirischen Daten basiert, die innerhalb eines kohärenten Forschungsdesigns entstanden sind. Das Modell setzt sich also nicht theoretisch aus den Ergebnissen vieler verschiedener Studien zusammen, die

jeweils unterschiedliche Forschungsziele hatten und auf entsprechend unterschiedlichen methodischen und methodologischen Zugängen basieren. Laut Brand (2017) sollten theoretische Modelle der Entstehung einer Internetsucht eben genauso so entstehen: indem sie die bisherige Studienlage zusammenfassen – zum Beispiel auch im Falle der Annahme, bei einer problematischen Internetnutzung handle es sich um eine Sucht – Konzepte aus der substanzbezogenen Suchtforschung integrieren (Brand, 2017, S. 20). Das tut mein Modell nicht, und vielleicht ist es dadurch auch vergleichsweise »realitätsnah«. Es wirkt dabei gleichzeitig integrativ: Bisherige Studienergebnisse können sich darin wiederfinden bzw. mithilfe des Modells aus neuen Perspektiven betrachtet werden.

Insgesamt ermöglicht die von mir eingebrachte Lebensbewältigungsperspektive, die Internetnutzung als Ansatzpunkt für die Erkundung der dahinterliegenden Problemkonstellation zu nutzen und das Phänomen in seiner Verflechtung mit Lebenssituationen und sozialen Beziehungen, mit seiner Komplexität, Ambivalenz und somit in seinen Wirkmechanismen besser zu verstehen. Diese Sichtweise könnte auch ein Lösungsweg im Umgang mit der Henne-Ei-Frage sein (Ist die problematische Internetnutzung oder beispielsweise die Depression das primäre Problem?). Deutet man die problematische Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie, steht sie ohnehin nicht isoliert für sich, sondern ist mit der Lebensgeschichte der Betroffenen und daraus resultierenden Bewältigungsstrategien eng verzahnt. Aus dieser Perspektive ist es nicht relevant, was »zuerst« da war, sondern es stellt sich eher die Frage, wie problematische Internetnutzung und Depression miteinander in Beziehung stehen und welche Bedeutung sie in der Gesamtkonstellation haben.

Als Limitationen dieser Arbeit möchte ich folgende Aspekte nennen:

Die Typologie ist insofern kritisch zu beleuchten, als dass Typologien immer auch eine Konstruktion darstellen. Je nachdem, für welche Vergleichsdimensionen ich mich als Forscherin entscheide, kommen andere

Konstruktionen heraus. Grundsätzlich ist zu reflektieren, dass auch die Zusammenstellung des Samples die Ausgestaltung der Typologie beeinflusste. Was als Fall nicht im Sample enthalten war, konnte entsprechend auch nicht im Datenmaterial in Erscheinung treten und sich somit nicht in den Ergebnissen abbilden. Wichtig ist es daher, die hier dargestellte Typologie als Arbeitshypothese zu betrachten (und so auch ggf. in die Versorgungspraxis einzubringen). Sie soll nicht zu fixen Zuschreibungen führen, sondern Beweglichkeit in die Erforschung des Phänomens bringen. Die hier entwickelten Typen erheben dabei keinen Anspruch auf Vollständigkeit, sondern sollte in der Versorgungspraxis und weiterhin empirisch in der Forschung geprüft, erweitert und ggf. reformuliert werden.

Grundsätzlich weist die Zusammenstellung meines Samples einige »blinde Flecken« auf: Zum einen sind die Interviews von 2015. Es stellt sich die Frage, inwiefern der Einbezug von aktuellen Onlineanwendungen die Ergebnisse beeinflusst hätte. Weiterhin sind bestimmte Personengruppen nicht enthalten, zum Beispiel keine von einer problematischen Internetnutzung betroffene Interviewpartnerinnen mit Migrationshintergrund bzw. älter als 60 Jahre. Zu reflektieren ist zudem, dass fast alle interviewten Frauen Erfahrung mit psychologischen Hilfsangeboten aufwiesen. Die Erfahrungen von Frauen, denen derartige Kontexte fremd sind, bilden sich entsprechend nicht im Material ab. Dies könnte die Ergebnisse beeinflusst haben. Wer Beratung oder Therapie in Anspruch nahm, hat sich selbst bereits intensiv reflektiert, hat womöglich auch eine von therapeutischen Begrifflichkeiten geprägte Sprache entwickelt.

Methodisch ist zu berücksichtigen, dass in Teilstudie 1 mit der Gruppierung der Fälle in Schweregrade einer problematischen Internetnutzung eine frühe Konstruktion erfolgte. Diese prägte die weitere Auswertung, da ich auch in Teilstudie 2 und 3 sowie in der Ergebniszusammenführung immer wieder auf die Falleinteilungen Bezug nahm. Andererseits wirkte Teilstudie 3 dahingehend »ausgleichend«, als dass das dortige Auswertungsvorgehen sich im Kern von den Schweregradgruppen löste und erst ganz am Ende wieder dorthin zurückgeführt wurde.

Methodisch ist weiterhin kritisch zu betrachten, dass aus forschungspragmatischen Gründen Abkürzungsstrategien notwendig waren. Ohne Abkürzungen wären womöglich weitere Dimensionen des Phänomens deutlich geworden.

Leider habe ich die frauenspezifische Perspektive aus pragmatischen Gründen analytisch nicht so berücksichtigt, wie ich es mir erhofft hatte. Dabei ist das Datenmaterial äußerst reichhaltig an Aussagen zu Selbstpositionierungen als Frau, und es deuten sich diverse relevante Zusammenhänge zwischen Rollenveränderungen und Krisenerleben an.

Was ich ebenfalls nicht abgebildet habe, war im Rahmen der Analyse der Herkunftsfamilien eine bindungstheoretische Perspektive. Zwischenzeitlich war das Material tatsächlich hinsichtlich Bindungsmustern analysiert worden, insbesondere Bindungsstörungen (vgl. Brisch, 2020) aufgrund der ermittelten belastender Kindheitserfahrungen. Es zeigte sich aber, dass das generierte Datenmaterial sich dafür nicht ausreichend eignete. Ich hätte die Interviewleitfäden gezielter hinsichtlich des Aspekts Bindung konzipieren oder auf Bindung spezialisierte Interviewfragen integrieren müssen, beispielsweise in Orientierung am Adult Attachment Interview (George et al., 1985, 1996; Gloger-Tippelt, 2016).

Eine verschenkte Möglichkeit war der Fragebogen zur allgemeinen Medien- und Internetnutzung. Diesen hatte ich zu allgemein gestaltet, so dass ich damit viele nicht ausreichend aussagekräftige und brauchbare Informationen erhob. Er hätte dieser Arbeit mehr genützt, wenn der Fragebogen mehr auf problematische Nutzungsweisen gezielt hätte.

Womit sollten sich zukünftige Forschungsvorhaben beschäftigen?

1. In der Ergebniszusammenführung entwickelte ich Hypothesen zur Vulnerabilität hinsichtlich einer problematischen Internetnutzung je nach Nutzungstyp. Diese sollten in zukünftiger Forschung überprüft werden. Zum Beispiel war auffällig, dass Typ A (die Flie-

hende) als Hauptmuster vor allem bei Frauen vorkam, die das Internet ausgeprägt problematisch nutzten. Es stellt sich die Frage, ob dies durch eine quantitative Studie auf Basis einer repräsentativen Stichprobe bestätigt oder widerlegt würde.

2. Das hier vorgestellte Studiendesign könnte auch in der substanzbezogenen Suchtforschung Anwendung finden. Welche Lebensbewältigungstypen ließen sich beispielsweise in Hinblick auf die Entwicklung einer Alkoholabhängigkeit bilden? Welchen ›Sinn‹ könnte die Wahl des Suchtmittels (Cannabis, Heroin, Medikamente, Alkohol etc.) aus Lebensbewältigungsperspektive machen?
3. Zukünftige Studien könnten prüfen, inwiefern die Ergebnisse, die Typologie und die Hypothesen meiner Studie auf männliche Internetnutzer zutreffen, inwiefern es Unterschiede gibt und wodurch sich eventuelle Unterschiede erklären ließen. Grundsätzlich sollte auch die problematische Internetnutzung bei Männern zukünftig vermehrt mithilfe qualitativer Methoden untersucht werden.
4. Zukünftige Studien sollten die Bedeutung des Frauseins bzw. die damit zusammenhängenden Rollenzuschreibungen im Kontext einer problematischen Internetnutzung genauer herausarbeiten.
5. Auf Basis der dargestellten Typologie könnte man ein alternatives Diagnostikinstrument bzgl. einer problematischen Internetnutzung bei Frauen entwickeln. Zudem könnte man auch eine Typologie und entsprechende Diagnostik spezifisch für betroffene Männer erarbeiten. Auf diese Weise lägen empirisch fundierte geschlechterspezifische Diagnostikinstrumente vor. Diese könnten dann im Rahmen quantitativer Studien überprüft werden.
6. Generell besteht weiterhin Forschungsbedarf dahingehend, wie eine problematische Internetnutzung – unabhängig vom Geschlecht – *entstehen* kann. Nur mit einem Verständnis für die Ursachen einer Problematik und mit der Berücksichtigung dessen, wie sie von Betroffenen selbst erlebt und gedeutet wird, können adäquate Hilfsangebote entstehen. Quantitative Forschungsdesigns

können relevante Zusammenhänge ermitteln, aber nicht erklären. Qualitative Methoden sollten daher unbedingt in zukünftigen Studien als Mittel der Wahl fokussiert werden. Durch die »Brille« beider Forschungsparadigmen können ganzheitliche, empirisch fundierte und »betroffenenrealitätsnahe« Erkenntnisse über eine hoch relevante Betroffenengruppe entstehen.

Zusammenfassung

Trotz zunehmender Forschungsaktivitäten besteht weiterhin eine Erkenntnislücke in Bezug auf Frauen mit einer problematischen Internetnutzung. Es fehlt ein zusammenhängendes, konkretisierendes Bild der Betroffenen und Erklärungsansätze, unter welchen Umständen eine Problematik entsteht. In der vorliegenden Studie möchte ich mit einem Fokus auf die Betroffenenperspektive dazu beitragen, diese Forschungslücke zu schließen. Ziel ist es, (1) zu beschreiben, wie sich eine problematische Internetnutzung bei Frauen in ihren Ausprägungen zeigt, (2) aus biografischer Perspektive zu erklären, wie eine problematische Internetnutzung bei Frauen entstehen kann und (3) daraus Implikationen für die Versorgungspraxis ableiten. Für die Umsetzung der Studie wählte ich einen qualitativen Forschungszugang. Ich führte n=24 teilnarrativ-biografische Interviews mit Frauen, die das Internet gern/intensiv nutzten, sowie mit Frauen, die das Internet problematisch nutzten. Ich wertete im Rahmen von drei Teilstudien aus: In Teilstudie 1 analysierte ich die problematische Internetnutzung bzgl. ihrer Ausprägungsbandbreite mithilfe eines inhaltsanalytisch-kodierenden Verfahrens. In Teilstudie 2 untersuchte ich den biografischen Kontext (hauptsächlich) inhaltsanalytisch-kodierend. In Teilstudie 3 wertete ich den Aspekt der Lebensbewältigung rekonstruktiv-hermeneutisch aus. Die Teilstudien waren eingebettet in ein Forschungsdesign, das sich am Integrativen Basisverfahren nach Kruse (2014) anlehnt. Die Ergebniszusammenführung zeigt, dass ein hohes biografisches Belastungserleben Frauen bzgl. einer problematischen Internetnutzung vulnerabel machen kann. Entscheidend scheint hier aber nicht die Existenz dieser Belastungsfaktoren an sich, sondern mit welchen Lebensbewältigungsstrategien den Belastungen begegnet wird und welche Bedeutung die Internetnutzung als Lebensbe-

wältigungsstrategie hat. Die Versorgungspraxis sollte dahingehend optimiert werden, dass sie gemeinsam mit Betroffenen die Bedeutung ihrer Internetnutzung reflektiert und herauszufinden versucht, welche Rolle herkunftsfamiliär erworbene Lebensbewältigungsstrategien dabei spielen. Versorgungsangebote sollten gefährdete Frauen dann dabei unterstützen, ihren Strategien-Pool konstruktiv zu erweitern.

Literaturverzeichnis

- ABDEL-SALAM 2019:** Abdel-Salam D. M., Alrowaili H. I., Albedaiwi H. K., Alessa A. I. & Alfayyadh H. A., Prevalence of Internet addiction and its associated factors among female students at Jouf University, Saudi Arabia. *The Journal of the Egyptian Public Health Association*, 94(1), 2019, 12.
- AINSWORTH 1978:** M. D. S. Ainsworth, M. C. Blehar, E. Waters & S. Wall, Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation (Hillsdale 1978).
- AIT-DAOUD 2019:** Ait-Daoud N., Blevins D., Khanna S., Sharma S., Holstege C. P. & Amin P., Women and Addiction: An Update. *The Medical clinics of North America*, 103(4), 2019, 699-711.
- ALIMORADI 2019:** Alimoradi Z., Lin C.-Y., Imani V., Griffiths M. D. & Pakpour A. H., Social media addiction and sexual dysfunction among Iranian women: The mediating role of intimacy and social support. *Journal of behavioral addictions*, 8(2), 2019, 318-325.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION 2022:** American Psychiatric Association, Diagnostic and statistical manual of mental disorders. DSM-5-TR (Washington, DC 2022).
- ANDERSON 2017:** Anderson E. L., Steen E. & Stavropoulos V., Internet use and Problematic Internet Use: a systematic review of longitudinal research trends in adolescence and emergent adulthood. *International Journal of Adolescence and Youth*, 22(4), 2017, 430-454.
- ANDREASSEN 2017:** Andreassen C. S., Pallesen S. & Griffiths M. D., The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, 64, 2017, 287-293.

- ASHLEY 2003:** Ashley O. S., Marsden M. E. & Brady T. M., Effectiveness of substance abuse treatment programming for women: a review. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 29(1), 2003, 19-53.
- ASTON 2019:** Aston E. R., Farris S. G., Metrik J. & Rosen R. K., Vaporization of Marijuana Among Recreational Users: A Qualitative Study. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 80(1), 2019, 56-62.
- AUBUT 2021:** Aubut V., Wagner V., Cousineau M.-M. & Bertrand K., Problematic Substance Use, Help-Seeking, and Service Utilization Trajectories among Seniors: An Exploratory Qualitative Study. *Journal of Psychoactive Drugs*, 53(1), 2021, 18-26.
- AUFENANGER 1994:** S. Aufenanger, Strukturanalytische Rezeptionsforschung Familienwelt und Medienwelt von Kindern. In: S. Hiegemann & W. H. Swoboda (Hrsg.), *Handbuch der Medienpädagogik. Theorieansätze – Traditionen – Praxisfelder – Forschungsperspektiven* (Wiesbaden 1994), 403-412.
- BAKKEN 2009:** Bakken I. J., Wenzel H. G., Gøtestam K. G., Johansson A. & Oren A., Internet addiction among Norwegian adults: A stratified probability sample study. *Scandinavian Journal of Psychology*, 50(2), 2009, 121-127.
- BEARD 2002:** Beard K. W., Internet addiction: Current status and implications for employees. *Journal of Employment Counseling*, 39, 2002, 2-11.
- BEARD & WOLF 2001:** Beard K. W. & Wolf E. M., Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 4(3), 2001, 377-383.
- BECKER 1953:** Becker H. S., Becoming a Marijuana User. *The American Journal of Sociology*, 59(3), 1953, 235-242.
- BECKER 2019:** H. S. Becker, *Außenseiter. Zur Soziologie abweichenden Verhaltens* (Wiesbaden 2019).
- BECKER 2016:** Becker J. B., McClellan M. & Reed B. G., Sociocultural context for sex differences in addiction. *Addiction Biology*, 21(5), 2016, 1052-1059.

- BEUTEL 2011:** Beutel M. E., Brähler E., Glaesmer H., Kuss D. J., Wölfling K. & Müller K. W., Regular and problematic leisure-time Internet use in the community: results from a German population-based survey. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 14(5), 2011, 291-296.
- BEUTEL 2011:** Beutel M. E., Hoch C., Wölfling K. & Müller K. W., Klinische Merkmale der Computerspiel- und Internetsucht am Beispiel der Inanspruchnehmer einer Spielsuchtambulanz. *Zeitschrift für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie*, 57(1), 2011, 77-90.
- BISCHOF 2013:** G. Bischof, A. Bischof, C. Meyer, U. John & H.-J. Rumpf, Prävalenz der Internetabhängigkeit – Diagnostik und Risikoprofile (PINTA-DIARI). Kompaktbericht (Lübeck 2013), https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/Berichte/Abschlussbericht/PINTA-DIARI-2013-Kompaktbericht.pdf.
- BITKOM 2011:** BITKOM, Netzgesellschaft. Eine repräsentative Untersuchung zur Mediennutzung und dem Informationsverhalten der Gesellschaft in Deutschland (Berlin 2011), <https://www.bitkom.org/sites/default/files/file/import/BITKOM-Publikation-Netzgesellschaft.pdf>.
- BITZER 2014:** E. M. Bitzer, P. Bleckmann & T. Mößle, Prävention problematischer und suchtartiger Bildschirmmediennutzung. Eine deutschlandweite Befragung von Praxiseinrichtungen und Experten (Hannover 2014), https://kfn.de/wp-content/uploads/Forschungsberichte/FB_125.pdf.
- BLECKMANN 2012:** Bleckmann P., Jukschat N. & Kruse J., Der virtuelle Geist des Kapitalismus oder: warum exzessives Computerspielverhalten Arbeit ist. *ZQF – Zeitschrift für Qualitative Forschung*, 13(1-2), 2012, 235-261.
- BOHNSACK 2021:** R. Bohnsack, *Rekonstruktive Sozialforschung. Einführung in qualitative Methoden* (Opladen & Toronto 2021).
- BOWLBY 1982:** Bowlby J., Attachment and loss: retrospect and prospect. *The American journal of orthopsychiatry*, 52(4), 1982, 664-678.

- BRADY 2009:** K. Brady, S. E. Back & S. F. Greenfield (Hrsg.), *Women and addiction. A comprehensive handbook* (New York 2009).
- BRAND 2017:** M. Brand, *Theoretical Models of the Development and Maintenance of Internet Addiction*. In: C. Montag & M. Reuter (Hrsg.), *Internet Addiction: Neuroscientific Approaches and Therapeutical Implications Including Smartphone Addiction* (Cham 2017), 19-34.
- BRAND 2014:** Brand M., Laier C. & Young K. S., *Internet addiction: coping styles, expectancies, and treatment implications*. *Frontiers in Psychology*, 5, 2014, 1256.
- BRAND 2016:** Brand M., Young K. S., Laier C., Wölfling K. & Potenza M. N., *Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model*. *Neuroscience and biobehavioral reviews*, 71, 2016, 252-266.
- BRAUN 2014:** U. Braun, *Exzessive Internetnutzung Jugendlicher im familialen Kontext. Analysen zu Sozialschicht, Familienklima und elterlichem Erwerbsstatus* (Wiesbaden 2014).
- BREUER 2011:** F. Breuer, G. Mey & K. Mruck, *Subjektivität und Selbst-/Reflexivität in der Grounded-Theory-Methodologie*. In: G. Mey & K. Mruck (Hrsg.), *Grounded Theory Reader* (Wiesbaden 2011), 427-448.
- BREUER 2019:** F. Breuer, P. Muckel & B. Dieris, *Reflexive Grounded Theory. Eine Einführung für die Forschungspraxis* (Wiesbaden 2019).
- BRISCH 2020:** K. H. Brisch, *Bindungsstörungen. Von der Bindungstheorie zur Therapie* (Stuttgart 2020).
- BROWN 2002:** S. Brown, *Women and Addiction. Expanding Theoretical Points of View*. In: S. L. A. Straussner & S. Brown (Hrsg.), *The handbook of addiction treatment for women* (San Francisco 2002), 26-51.
- BRÜSEMEISTER 2008:** T. Brüsemeister, *Qualitative Forschung. Ein Überblick* (Wiesbaden 2008).

- CAO 2011:** Cao H., Sun Y., Wan Y., Hao J. & Tao F., Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC Public Health*, 11(1), 2011, 802.
- CHARLTON & NEUMANN 1986:** M. Charlton & K. Neumann, Medienkonsum und Lebensbewältigung in der Familie. Methode und Ergebnisse der strukturanalytischen Rezeptionsforschung – mit 5 Falldarstellungen (München & Weinheim 1986).
- CHEN & JIANG 2020:** Chen L. & Jiang X., The Assessment of Problematic Internet Pornography Use: A Comparison of Three Scales with Mixed Methods. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 2020, 488.
- CHRISTAKIS 2011:** Christakis D. A., Moreno M. M., Jelenchick L., Myaing M. T. & Zhou C., Problematic internet usage in US college students: a pilot study. *BMC Medicine*, 9(1), 2011, 77.
- CLAES 2012:** Claes L., Müller A., Norré J., van Assche L., Wonderlich S. & Mitchell J. E., The relationship among compulsive buying, compulsive internet use and temperament in a sample of female patients with eating disorders. *European eating disorders review: the journal of the Eating Disorders Association*, 20(2), 2012, 126-131.
- COSTANZO 2021:** Costanzo A., Santoro G., Russo S., Cassarà M. S., Midolo L. R., Billieux J. & Schimmenti A., Attached to Virtual Dreams: The Mediating Role of Maladaptive Daydreaming in the Relationship Between Attachment Styles and Problematic Social Media Use. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 209(9), 2021, 656-664.
- DAVIS 2001:** Davis R. A., A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 2001, 187-195.
- DIERIS-HIRCHE 2023:** Dieris-Hirche J., Bottel L., Basten J., Pape M., Timmesfeld N., te Wildt B. T., Geisler B. L., Wölfling K., Henningsen P., Beutel M., Neumann A., Niemann A., Beckers R., Herpertz S., OM-PRIS Study Group, Efficacy of a short-term webcam-based telemedi-

- cine treatment of internet use disorders (OMPRIS): a multicentre, prospective, single-blind, randomised, clinical trial. *eClinicalMedicine*, 64, 2023, 102216.
- DIERIS-HIRCHE 2021:** Dieris-Hirche J., Bottel L., Pape M., te Wildt B. T., Wölfling K., Henningsen P., Timmesfeld N., Neumann A., Neusser S., Beckers R. & Herpertz S., Effects of an online-based motivational intervention to reduce problematic internet use and promote treatment motivation in internet gaming disorder and internet use disorder (OMPRIS): study protocol for a randomised controlled trial. *BMJ open*, 11(8), 2021, e045840.
- DIERIS-HIRCHE 2021:** Dieris-Hirche J., Geisler B. L., Bottel L. & te Wildt, B. T., Problematische und pathologische Bindungsphänomene im Zusammenhang mit internetbezogenen Störungen. *Nervenheilkunde*, 40(12), 2021, 989-1000.
- DOLLINGER & SCHMIDT-SEMISCH 2007:** B. Dollinger & H. Schmidt-Semisch (Hrsg.), *Sozialwissenschaftliche Suchtforschung* (Wiesbaden 2007).
- DOLLINGER & SCHMIDT-SEMISCH 2007:** B. Dollinger & H. Schmidt-Semisch, Reflexive Suchtforschung: Perspektiven der sozialwissenschaftlichen Thematisierung von Drogenkonsum. In: B. Dollinger & H. Schmidt-Semisch (Hrsg.), *Sozialwissenschaftliche Suchtforschung* (Wiesbaden 2007), 7-33.
- DONG & POTENZA 2022:** Dong G.-H. & Potenza M. N., Considering gender differences in the study and treatment of internet gaming disorder. *Journal of Psychiatric Research*, 153, 2022, 25-29.
- DONG 2021:** Dong X., Zhang R., Zhornitsky S., Le T. M., Wang W., Li C.-S. R. & Zhang S., Depression Mediates the Relationship between Childhood Trauma and Internet Addiction in Female but Not Male Chinese Adolescents and Young Adults. *Journal of clinical medicine*, 10(21), 2021, 5015.
- DOUGLAS 2008:** Douglas A. C., Mills J. E., Niang M., Stephenkova S., Byun S., Ruffini C., Lee S. K., Loutfi J., Lee J.-K., Atallah M. & Blanton

- M., Internet addiction: Meta-synthesis of qualitative research for the decade 1996-2006. *Computers in Human Behavior*, 24(6), 2008, 3027-3044.
- DREXLER 2020:** K. Drexler, Ererbte Wunden erkennen. Wie Traumata der Eltern und Großeltern unser Leben prägen (Stuttgart & Leck 2020).
- FEDOROVA 2020:** Fedorova E. V., Roth A. M., Cepeda A., Wong C. F., Iverson E. & Lankenau S. E., The Role of Life Events/Contextual Factors and Cannabis Use in Patterns of Other Drug Use Among Young Adult Cannabis Users in Los Angeles: A Qualitative Inquiry. *Journal of drug issues*, 50(2), 2020, 157-172.
- FELITTI 1998:** Felitti V. J., Anda R. F., Nordenberg D., Williamson D. F., Spitz A. M., Edwards V., Koss M. P. & Marks J. S., Relationship of Childhood Abuse and Household Dysfunction to Many of the Leading Causes of Death in Adults. *American journal of preventive medicine*, 14(4), 1998, 245-258.
- FLICK 2011:** U. Flick, Methoden-Triangulation in der qualitativen Forschung. In: U. Flick (Hrsg.), *Triangulation* (Wiesbaden 2011), 27-50.
- FLICK 2019:** U. Flick, E. von Kardoff & I. Steinke (Hrsg.), *Qualitative Forschung. Ein Handbuch* (Reinbek bei Hamburg 2019).
- FUCHS-HEINRITZ 2005:** W. Fuchs-Heinritz, *Biographische Forschung. Eine Einführung in Praxis und Methoden* (Wiesbaden 2005).
- GEORGE 1985:** C. George, N. Kaplan & M. Main, The adult attachment interview. Unpublished manuscript (Berkeley 1985).
- GEORGE 1996:** C. George, N. Kaplan & M. Main, Adult Attachment Interview. Unpublished manuscript (Berkeley 1996), http://www.cmap.polytechnique.fr/~jingrebecali/research/AAI_Scoring.pdf.
- GLASER & STRAUSS 2010:** B. G. Glaser & A. L. Strauss, *Grounded theory. Strategien qualitativer Forschung* (Bern 2010).
- GLÄSER & LAUDEL 2010:** J. Gläser & G. Laudel, *Experteninterviews und qualitative Inhaltsanalyse als Instrumente rekonstruierender Untersuchungen* (Wiesbaden 2010).

- GLOGER-TIPPELT 2016:** G. Gloger-Tippelt, Kapitel 3: Das Adult Attachment Interview. Durchführung und Auswertung. In: G. Gloger-Tippelt (Hrsg.), *Bindung im Erwachsenenalter. Ein Handbuch für Forschung und Praxis* (Bern 2016), 93-112.
- GRAJEWSKI & DRAGAM 2020:** Grajewski, P. & Dragan, M. (2020). Adverse childhood experiences, dissociation, and anxious attachment style as risk factors of gaming disorder. *Addictive behaviors reports*, 11, 2020, 100269.
- GRESCHNER 2017:** Greschner, M., Müller, J. M., Lindenberg, K., Reck, C., Romer, G. & Strittmatter, E. (2017). Bindungsstile bei Probanden mit pathologischem Internetgebrauch. *SUCHT*, 63(1), 2017, 43-52.
- GROSSARTH-MATICEK 2018:** R. Grossarth-Maticek, *Krankheit als Biographie. Ein medizinsoziologisches Modell der Entstehung und Therapie der Krebserkrankung* (Köln 2018).
- HAILE 2020:** Haile K., Umer H., Ayano G., Fejo E. & Fanta T. (2020). A qualitative exploration of substance misuse among homeless women in Addis Ababa, Ethiopia. *BMC Psychiatry*, 20(1), 2020, 204.
- HELFFERICH 2011:** C. Helfferich, *Die Qualität qualitativer Daten. Manual für die Durchführung qualitativer Interviews* (Wiesbaden 2011).
- HELFFERICH 2016:** C. Helfferich, H. Klindworth, Y. Heine & I. Wlosnewski, *frauen leben 3. Familienplanung im Lebenslauf von Frauen – Schwerpunkt: Ungewollte Schwangerschaften. Eine Studie im Auftrag der BZgA* (Köln 2016), https://www.forschung.sexualaufklaerung.de/fileadmin/fileadmin-forschung/pdf/Frauenleben3_Langfassung_Onlineversion.compressed.pdf.
- HIRSCHHÄUSER & ROSENKRANZ 2012:** Hirschhäuser, L. & Rosenkranz, M. (2012). Exzessive Internetnutzung in Familien. *tv diskurs*, 16(4), 2012, 14-19.
- HOFFMEYER-ZLOTNIK 2010:** J. H. Hoffmeyer-Zlotnik, U. Hanefeld, R. Herter-Eschweiler & S. Mohr, *Statistik und Wissenschaft. Demogra-*

phische Standards (Wiesbaden 2010), https://www.statistischebibliothek.de/mir/servlets/MCRFileNodeServlet/DEMonografie_derivate_00000210/1030817109004.pdf.

- JAAFAR 2017:** Jaafar N. R. N., Bahar N., Ibrahim N., Wan Ismail W. S. & Baharudin A. (2017). Excessive internet use in young women: What are the implications? *Current opinion in psychiatry*, 30(4), 2017, 260-267.
- JHONE 2021:** Jhone J.-H., Song I. H., Lee M.-S., Yoon J. Y. & Bhang S.-Y. (2021). Is the I-PACE (Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution) model valid in South Korea? The effects of adverse childhood experiences (ACEs) on internet gaming disorder and the mediating effect of stress on adolescents. *Journal of behavioral addictions*, 10(4), 2021, 967-982.
- JOHNSON 2017:** Johnson S. E., Coleman B., Tessman G. K. & Dickinson D. M. (2017). Unpacking smokers' beliefs about addiction and nicotine: A qualitative study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 31(7), 2017, 744-750.
- JUKSCHAT 2016:** N. Jukschat, Computerspielabhängigkeit als unwahrscheinliche Karriere. Weichenstellungen und Mechanismen im Prozess der Entstehung und Verstetigung. Erste Ergebnisse biografischer Fallanalysen. In: C. Detka (Hrsg.), *Qualitative Gesundheitsforschung. Beispiele aus der interdisziplinären Forschungspraxis* (Leverkusen-Opladen 2016), 279-297.
- JÜTTEMANN-LEMBKE & KERN 1987:** A. Jüttemann-Lembke & J. Kern, Abhängigkeitskarrieren. Biographische Studien zu verschiedenen Alkoholikergruppen (Weinheim 1987).
- KALITZKUS & WILM 2017:** V. Kalitzkus & S. Wilm, Familie in der Medizin – Familienmedizin. In: A. Wonneberger, K. Weidtmann & S. Stelzig-Willutzki (Hrsg.), *Familienwissenschaft. Grundlagen und Überblick* (Wiesbaden 2017), 417-450.
- KAPUS 2021:** Kapus K., Nyulas R., Nemeskeri Z., Zadori I., Muity G., Kiss J., Feher A., Fejes E., Tibold A. & Feher G. (2021). Prevalence and Risk

- Factors of Internet Addiction among Hungarian High School Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13), 2021, 6989.
- KELLE & KLUGE 2010:** U. Kelle & S. Kluge, Vom Einzelfall zum Typus. Fallvergleich und Fallkontrastierung in der qualitativen Sozialforschung (Wiesbaden 2010).
- KITAZAWA 2018:** Kitazawa M., Yoshimura M., Murata M., Sato-Fujimoto Y., Hitokoto H., Mimura M., Tsubota K. & Kishimoto T. (2018). Associations between problematic Internet use and psychiatric symptoms among university students in Japan. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 72(7), 2018, 531-539.
- KLINGEMANN 2007:** H. Klingemann, »Selbstheilung«. System- und Lebenslaufperspektiven. In: B. Dollinger & H. Schmidt-Semisch (Hrsg.), *Sozialwissenschaftliche Suchtforschung* (Wiesbaden 2007), 195-211.
- KLUGE 2000:** Kluge S., Empirisch begründete Typenbildung in der qualitativen Sozialforschung. *Forum: Qualitative Sozialforschung*, 1(1), 2000, Art. 14.
- KO 2005:** Ko C.-H., Gender Differences and Related Factors Affecting Online Gaming Addiction Among Taiwanese Adolescents. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 193(4), 2005, 273-277.
- KOCH 2016:** S. Koch, Qualitative Inhaltsanalyse als Methode der organisationspädagogischen Forschung. Erkenntnispotenziale und -grenzen. In: M. Göhlich, S. M. Weber, A. Schröer & M. Schemmann (Hrsg.), *Organisation und Methode. Beiträge der Kommission Organisationspädagogik* (Wiesbaden 2016), 27-39.
- KÖNIG 2016:** H.-D. König & D. Nittel, Die Dialektik von Lern- und Leidenserfahrungen. Narrationsanalytische und tiefenhermeneutische Rekonstruktion der Biographie einer Brustkrebspatientin. In: C. Detka (Hrsg.), *Qualitative Gesundheitsforschung. Beispiele aus der interdisziplinären Forschungspraxis* (Leverkusen-Opladen 2016), 51-124.

- KÖRMENDI 2016:** Körmendi A., Brutóczki Z., Végh B. P. & Székely R., Smartphone use can be addictive? A case report. *Journal of behavioral addictions*, 5(3), 2016, 548-552.
- KOWAL & O'CONNELL 2019:** S. Kowal & D. C. O'Connell, Zur Transkription von Gesprächen. In: U. Flick, E. von Kardoff & I. Steinke (Hrsg.), *Qualitative Forschung. Ein Handbuch* (Reinbek bei Hamburg 2019), 437-447.
- KRUMM 2010:** S. Krumm, *Biografie und Kinderwunsch bei Frauen mit schweren psychischen Erkrankungen. Eine soziologische und sozial-psychiatrische Studie* (Bonn 2010).
- KRUSE 2014:** J. Kruse, *Qualitative Interviewforschung. Ein integrativer Ansatz* (Weinheim 2014).
- KUCKARTZ 2014:** U. Kuckartz, *Mixed Methods. Methodologie, Forschungsdesigns und Analyseverfahren* (Wiesbaden 2014).
- KUCKARTZ & RÄDIKER 2022:** U. Kuckartz & S. Rädiker, *Qualitative Inhaltsanalyse. Methoden, Praxis, Computerunterstützung* (Weinheim & Basel 2022).
- KUSS & GRIFFITH 2015:** D. J. Kuss & M. D. Griffiths, *Internet addiction in psychotherapy* (Basingstoke, Hampshire 2015).
- KUSS 2018:** Kuss D. J., Harkin L., Kanjo E. & Billieux J., Problematic Smartphone Use: Investigating Contemporary Experiences Using a Convergent Design. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(1), 2018, 142.
- KUSS 2022:** Kuss D. J., Kristensen A. M., Williams A. J. & Lopez-Fernandez O., To Be or Not to Be a Female Gamer: A Qualitative Exploration of Female Gamer Identity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 2022, 1169.
- KUSS & LOPEZ-FERNANDEZ 2016:** Kuss D. J. & Lopez-Fernandez O., Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research. *World Journal of Psychiatry*, 6(1), 2016, 143-176.
- KÜSTERS 2009:** I. Küsters, *Narrative Interviews. Grundlagen und Anwendungen* (Wiesbaden 2009).

- LAIER 2014:** Laier C., Pekal J. & Brand M., Cybersex addiction in heterosexual female users of internet pornography can be explained by gratification hypothesis. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 17(8), 2014, 505-511.
- LAZARUS & FOLKMAN 1984:** R. S. Lazarus & S. Folkman, *Stress, appraisal, and coping* (New York 1984).
- LEVI 2020:** Levi G., Cohen C., Kaliche S., Sharaabi S., Cohen K., Tzur-Bitan D. & Weinstein A., Sexual addiction, compulsivity, and impulsivity among a predominantly female sample of adults who use the internet for sex. *Journal of behavioral addictions*, 9(1), 2020, 83-92.
- LIN 2019:** Lin P.-H., Lee Y.-C., Chen K.-L., Hsieh P.-L., Yang S.-Y. & Lin Y.-L., The Relationship Between Sleep Quality and Internet Addiction Among Female College Students. *Frontiers in neuroscience*, 13, 2019, 599.
- LIN 2013:** Lin S.-C., Tsai K.-W., Chen M.-W. & Koo M., Association between fatigue and Internet addiction in female hospital nurses. *Journal of Advanced Nursing*, 69(2), 2013, 374-383.
- LO 2020:** Lo C. K. M., Yu L., Cho Y. W. & Chan K. L., A Qualitative Study of Practitioners' Views on Family Involvement in Treatment Process of Adolescent Internet Addiction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(1), 2020, 86.
- LOPEZ-FERNANDEZ 2018:** Lopez-Fernandez O., Generalised Versus Specific Internet Use-Related Addiction Problems: A Mixed Methods Study on Internet, Gaming, and Social Networking Behaviours. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(12), 2018, 2913.
- LOPEZ-FERNANDEZ 2019:** Lopez-Fernandez O., Williams A. J., Griffiths M. D. & Kuss D. J., Female Gaming, Gaming Addiction, and the Role of Women Within Gaming Culture: A Narrative Literature Review. *Frontiers in psychiatry*, 10, 2019, 454.
- LOPEZ-FERNANDEZ 2019:** Lopez-Fernandez O., Williams A. J. & Kuss D. J., Measuring Female Gaming: Gamer Profile, Predictors, Prevalence,

- and Characteristics from Psychological and Gender Perspectives. *Frontiers in Psychology*, 10, 2019, 898.
- LU 2017:** Lu W.-H., Lee K.-H., Ko C.-H., Hsiao R. C., Hu H.-F. & Yen C.-F., Relationship between borderline personality symptoms and Internet addiction: The mediating effects of mental health problems. *Journal of behavioral addictions*, 6(3), 2017, 434-441.
- LUCIUS-HOENE & DEPPERMAN 2004:** G. Lucius-Hoene & A. Deppermann, Rekonstruktion narrativer Identität. Ein Arbeitsbuch zur Analyse narrativer Interviews (Wiesbaden 2004).
- MAHER & NEALE 2019:** Maher L. & Neale J., Adding quality to quantity in randomized controlled trials of addiction prevention and treatment: a new framework to facilitate the integration of qualitative research. *Addiction*, 114(12), 2019, 2257-2266.
- MAIN 1985:** Main M., Kaplan N. & Cassidy J., Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Mono-graphs of the Society for Research in Child Development*, 50(1/2), 1985, 66-104.
- MAYRING 2015:** P. Mayring, *Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken* (Weinheim & Basel 2015).
- MAYRING 2016:** P. Mayring, *Einführung in die qualitative Sozialforschung. Eine Anleitung zu qualitativem Denken* (Weinheim & Basel 2016).
- MEERKERK 2009:** Meerkerk G.-J., van den Eijnden R. J. J. M., Vermulst A. A. & Garretsen H. F. L., The Compulsive Internet Use Scale (CIUS): Some Psychometric Properties. *CyberPsychology & Behavior*, 12(1), 2009, 1-6.
- MENNECKE 2011:** Mennecke B. E., Triplett J. L., Hassall L. M., Conde Z. J. & Heer R., An Examination of a Theory of Embodied Social Presence in Virtual Worlds *Decision Sciences*, 42(2), 2011, 413-450.
- MISOCH 2015:** S. Misoch, *Qualitative Interviews* (Berlin; München; Boston 2015).
- MÜLLER 2013:** K. W. Müller, *Spielwiese Internet. Sucht ohne Suchtmittel* (Berlin & Heidelberg 2013).

- MÜLLER 2014:** Müller K. W., Beutel M. E., Egloff B. & Wölfling K., Investigating risk factors for Internet gaming disorder: a comparison of patients with addictive gaming, pathological gamblers and healthy controls regarding the big five personality traits. *European Addiction Research*, 20(3), 2014, 129-136.
- MÜLLER 2014:** Müller K. W., Beutel M. E. & Wölfling K., A contribution to the clinical characterization of Internet addiction in a sample of treatment seekers: validity of assessment, severity of psychopathology and type of co-morbidity. *Comprehensive Psychiatry*, 55(4), 2014, 770-777.
- MÜLLER 2014:** Müller K. W., Glaesmer H., Brähler E., Wölfling K. & Beutel M. E., Prevalence of internet addiction in the general population: results from a German population-based survey. *Behaviour & Information Technology*, 33(7), 2014, 757-766.
- MÜLLER 2013:** Müller K. W., Koch A., Dickenhorst U., Beutel M. E., Duvén E. & Wölfling K., Addressing the question of disorder-specific risk factors of internet addiction: a comparison of personality traits in patients with addictive behaviors and comorbid internet addiction. *Bio-Med research international*, 2013, 2013, 546342.
- MÜLLER 2019:** K. W. Müller, K. Wölfling & M. Brand, Internetbezogene Störungen bei weiblichen Betroffenen. Nosologische Besonderheiten und deren Effekte auf die Inanspruchnahme von Hilfen (IBSfemme). Abschlussbericht zum Projekt ZMVI1-2517FSB804 (Mainz 2019), https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Daten/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/Berichte/IBSfemme_Abschlussbericht.pdf.
- NENTWIG-GESEMANN 2013:** I. Nentwig-Gesemann, Die Typenbildung der dokumentarischen Methode. In: R. Bohnsack, I. Nentwig-Gesemann & A.-M. Nohl (Hrsg.), *Die dokumentarische Methode und ihre Forschungspraxis* (Dordrecht 2013), 295-323.
- NEUMANN-BRAUN & PELTZER 2017:** K. Neumann-Braun & A. Peltzer, Strukturanalytische Rezeptionsforschung. In: L. Mikos & C. Wegener

- (Hrsg.), *Qualitative Medienforschung. Ein Handbuch* (Konstanz 2017), 122-130.
- NOHL 2013:** A.-M. Nohl, Komparative Analyse. Forschungspraxis und Methodologie dokumentarischer Interpretation. In: R. Bohnsack, I. Nentwig-Gesemann & A.-M. Nohl (Hrsg.), *Die dokumentarische Methode und ihre Forschungspraxis* (Dordrecht 2013), 271-293.
- ORTH & MERKEL 2020:** B. Orth & C. Merkel, Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2019. Teilband Computerspiele und Internet. BZgA-Forschungsbericht (Köln 2020).
- PANEA-PIZARRO 2020:** Panea-Pizarro I., López-Espuela F., Martos-Sánchez A., Domínguez-Martín A. T., Beato-Fernández L. & Moran-García J. M., Internet addiction and Facebook addiction in Spanish women with eating disorders. *Archives of Psychiatric Nursing*, 34(6), 2020, 442-448.
- PANOVA & CARBONELL 2018:** Panova T. & Carbonell X., Is smartphone addiction really an addiction? *Journal of behavioral addictions*, 7(2), 2018, 252-259.
- PAPE 2023:** Pape M., Geisler B. L., Cornelsen L., Bottel L., te Wildt B. T., Dreier M., Herpertz S., Dieris-Hirche J., A short-term manual for webcam-based telemedicine treatment of Internet use disorders. *Frontiers in psychiatry*, 14, 2023, 1053930.
- PETERSEN 2017:** K. U. Petersen, S. Hanke, L. Bieber, A. Mühleck & A. Batra, Angebote bei internetbasiertem Suchtverhalten in Deutschland (AbiS) (Lengerich 2017).
- PETERSEN & TE WILDT 2013:** K. U. Petersen & B. T. te Wildt, Kapitel 29 – Internet- und Computerspielabhängigkeit. In: U. Voderholzer & F. Hohagen (Hrsg.), *Therapie psychischer Erkrankungen* (London 2013), 437-444.
- PETERSEN & TE WILDT 2020:** K. U. Petersen & B. T. te Wildt, Internet- und Computerspielabhängigkeit. In: U. Voderholzer, F. Hohagen, M. Adli, B. Barton, P. Briken, E. Karamatskos, M. Lambert, D. Naber & T.

- O. Nieder (Hrsg.), Therapie psychischer Erkrankungen. State of the art. 2021 (München 2020), 513-524.
- PETERSEN & THOMASIUUS 2010:** K. U. Petersen & R. Thomasius, Beratungs- und Behandlungsangebote zum pathologischen Internetgebrauch in Deutschland (Lengerich 2010).
- PROMMER 2005:** E. Prommer, Protokollierung. In: L. Mikos & C. Wegener (Hrsg.), Qualitative Medienforschung. Ein Handbuch (Konstanz 2017), 372-376.
- PRZYBORSKI & WOHLRAB-SAHR 2021:** A. Przyborski & M. Wohlrab-Sahr, Qualitative Sozialforschung. Ein Arbeitsbuch (Berlin & Boston 2021).
- RACHUBIŃSKA 2021:** Rachubińska K., Cybulska A. M. & Grochans E., The relationship between loneliness, depression, internet and social media addiction among young Polish women. *European review for medical and pharmacological sciences*, 25(4), 2021, 1982-1989.
- RACHUBIŃSKA 2022:** Rachubińska K., Cybulska A. M., Owsianowska J., Śniegocka M., Zair L. & Grochans E., The relationship between women's personality traits and addiction to social networking sites on the example of Facebook. *European review for medical and pharmacological sciences*, 26(6), 2022, 1809-1815.
- RAKHMAWATI 2021:** Rakhmawati W., Kosasih C. E., Widiasih R., Suryani S. & Arifin H., Internet Addiction Among Male Adolescents in Indonesia: A Qualitative Study. *American journal of men's health*, 15(3), 2021, 15579883211029459.
- REED & EVANS 2009:** S. C. Reed & S. M. Evans, Research Design and Methodology in Studies of Women and Addiction. In: K. Brady, S. E. Back & S. F. Greenfield (Hrsg.), *Women and addiction. A comprehensive handbook* (New York 2009), 14-31.
- REHBEIN 2015:** Rehbein F., Kliem S., Baier D., Mößle T. & Petry N. M., Prevalence of Internet gaming disorder in German adolescents: diagnostic contribution of the nine DSM-5 criteria in a state-wide representative sample. *Addiction*, 110(5), 2015, 842-851.

- REHBEIN & MÖBLE 2012:** Rehbein F. & Möble T., Risikofaktoren für Computerspielabhängigkeit: Wer ist gefährdet? *SUCHT*, 58(6), 2012, 391-400.
- REINER 2013:** Reiner I. C., Fremmer-Bombik E., Beutel M. E., Steele M. & Steele H., Das Adult Attachment Interview – Grundlagen, Anwendungen und Einsatzmöglichkeiten im klinischen Alltag. *Zeitschrift für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie*, 59(3), 2013, 231-246.
- ROSENTHAL 2014:** G. Rosenthal, Interpretative Sozialforschung. Eine Einführung (Weinheim & Basel 2014).
- RUMPF 2021:** Rumpf H.-J., Batra A., Bischof A., Hoch E., Lindenberg K., Mann K., Montag C., Müller A., Müller K. W., Rehbein F., Stark R., Wildt B. T., Thomasius R., Wölfling K. & Brand M., Vereinheitlichung der Bezeichnungen für Verhaltenssuchte. *SUCHT*, 67(4), 2021, 181-185.
- RUMPF 2011:** H.-J. Rumpf, C. Meyer, A. Kreuzer & U. John, Prävalenz der Internetabhängigkeit (PINTA). Bericht an das Bundesministerium für Gesundheit (Lübeck & Greifswald 2011), https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/Berichte/Forschungsbericht/Studie_Praevalenz_der_Internetabhaengigkeit__PINTA_.pdf.
- RUMPF 2014:** Rumpf H.-J., Vermulst A. A., Bischof A., Kastirke N., Gürtler D., Bischof G., Meerkerk G.-J., John U. & Meyer C., Occurrence of internet addiction in a general population sample: a latent class analysis. *European Addiction Research*, 20(4), 2014, 159-166.
- SCHIERBAUM 2016:** A. Schierbaum, Die Genogrammarbeit. Ein biographisch-rekonstruktives Verfahren intergenerationaler qualitativer Sozialforschung. In: K. Böker & J. Zölch (Hrsg.), *Intergenerationale Qualitative Forschung. Theoretische und methodische Perspektiven* (Wiesbaden 2016), 147-171.
- SCHNEIDER 2017:** Schneider L. A., King D. L. & Delfabbro P. H., Family factors in adolescent problematic Internet gaming: A systematic review. *Journal of behavioral addictions*, 6(3), 2017, 321-333.

- SCHREIER 2014:** Schreier M., Varianten qualitativer Inhaltsanalyse: ein Wegweiser im Dickicht der Begrifflichkeiten. *Forum: Qualitative Sozialforschung*, 15(1), 2014, Art. 18.
- SCHREIER 2020:** Schreier M., Janssen M., Stamann C., Whittal A. & Dahl T., Qualitative Content Analysis: Disciplinary Perspectives and Relationships between Methods – Introduction to the FQS Special Issue »Qualitative Content Analysis II«. *Forum: Qualitative Sozialforschung*, 21(1), 2020, Art. 9.
- SCHUHLER 2012:** P. Schuhler, M. Vogelgesang & H. Feindel, Pathologischer PC- und Internet-Gebrauch. Eine Therapieanleitung (Göttingen 2012).
- SCHÜTZE 1977:** F. Schütze, Die Technik des narrativen Interviews in Interaktionsfeldstudien dargestellt an einem Projekt zur Erforschung von kommunalen Machtstrukturen (Bielefeld 1977).
- SCHÜTZE 1983:** Schütze F., Biographieforschung und narratives Interview. *Neue Praxis*, 13, 1983, 283-293.
- SCHWEITZER & VON SCHLIPPE 2016:** J. Schweitzer & A. von Schlippe, Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung II. Das störungsspezifische Wissen (Göttingen 2016).
- SCHWICKERT 2011:** D. Schwickert, Strategieberatung im Zentrum der Macht. Strategische Planer in deutschen Regierungszentralen (Wiesbaden 2011).
- SREMAC & GANZEVOORT 2013:** Sremac S. & Ganzevoort R. R., Addiction and Spiritual Transformation. An Empirical Study on Narratives of Recovering Addicts' Conversion Testimonies in Dutch and Serbian Contexts. *Archive for the Psychology of Religion*, 35(3), 2013, 399-435.
- STEINKE 2019:** I. Steinke, Gütekriterien qualitativer Forschung. In: U. Flick, E. von Kardoff & I. Steinke (Hrsg.), *Qualitative Forschung. Ein Handbuch* (Reinbek bei Hamburg 2019), 319-303.
- STRAUSSNER 1997:** S. L. A. Straussner, Gender and Substance Abuse. In: S. L. A. Straussner & E. Zelvin (Hrsg.), *Gender and addictions. Men and women in treatment* (Northvale, N.J 1997), 3-27.

- STRÜBING 2018:** Strübing J., Hirschauer S., Ayaß R., Krähnke U. & Schef-fer T., Gütekriterien qualitativer Sozialforschung. Ein Diskussions- anstoß. *Zeitschrift für Soziologie*, 47(2), 2018, 83-100.
- SU 2019:** Su W., Han X., Jin C., Yan Y. & Potenza M. N., Are males more likely to be addicted to the internet than females? A meta-analysis in- volving 34 global jurisdictions. *Computers in Human Behavior*, 99, 2019, 86-100.
- SU 2020:** Su W., Han X., Yu H., Wu Y. & Potenza M. N., Do men become addicted to internet gaming and women to social media? A meta-anal- ysis examining gender-related differences in specific internet addiction. *Computers in Human Behavior*, 113, 2020, 106480.
- TATENO 2018:** Tateno M., Tateno Y., Kamikobe C., Monden R., Sakaoka O., Kanazawa J., Kato T. A. & Saito T., Internet Addiction and Atten- tion-Deficit/Hyperactivity Disorder Traits among Female College Stu- dents in Japan. *Journal of the Korean Academy of Child and Adoles- cent Psychiatry*, 29(3), 2018, 144-148.
- TE WILDT 2010:** te Wildt B. T., Putzig I., Drews M., Lampen-Imkamp S., Zedler M., Wiese B., Dillo W. & Ohlmeier, M. D., Pathological Internet use and psychiatric disorders: A cross-sectional study on psychiatric phenomenology and clinical relevance of Internet dependency. *European Journal of Psychiatry*, 24(3), 2010, 136-145.
- THROUVALA 2019:** Throuvala M. A., Janikian M., Griffiths M. D., Ren- noldson M. & Kuss D. J., The role of family and personality traits in Internet gaming disorder: A mediation model combining cognitive and attachment perspectives. *Journal of behavioral addictions*, 8(1), 2019, 48-62.
- TIMIMI 2014:** Timimi S., No more psychiatric labels: Why formal psychi- atric diagnostic systems should be abolished. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 14(3), 2014, 208-215.
- TRUMELLO 2021:** Trumello C., Vismara L., Sechi C., Ricciardi P., Marino V. & Babore A., Internet Addiction: The Role of Parental Care and

- Mental Health in Adolescence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(24), 2021.
- TRUSCHKA 2013:** I. Truschka, Biografie und Übergang. In: W. Schröer, B. Stauber, A. Walther & L. Böhnisch (Hrsg.), *Handbuch Übergänge* (Weinheim & Basel 2013), 44-63.
- TUREL 2018:** Turel O., Poppa N. T. & Gil-Or O., Neuroticism Magnifies the Detrimental Association between Social Media Addiction Symptoms and Wellbeing in Women, but Not in Men: a three-Way Moderation Model. *The Psychiatric quarterly*, 89(3), 2018, 605-619.
- TWENGE 2020:** Twenge J. M. & Martin G. N., Gender differences in associations between digital media use and psychological well-being: Evidence from three large datasets. *Journal of adolescence*, 79, 2020, 91-102.
- VOGT 1994:** I. Vogt, *Alkoholikerinnen* (Freiburg im Breisgau 1994).
- VOGT 2007:** I. Vogt, *Doing Gender. Zum Diskurs um Geschlecht und Sucht*. In: B. Dollinger & H. Schmidt-Semisch (Hrsg.), *Sozialwissenschaftliche Suchtforschung* (Wiesbaden 2007), 235-257.
- VOGT 2015:** Vogt I., *Frauen und Sucht. Suchttherapie*, 16(03), 2015, 109.
- VOGT 2021:** I. Vogt, *Geschlecht, Sucht, Gewalttätigkeiten. Die Sicht von Süchtigen auf ihr Leben und auf formale Hilfen* (Weinheim & Basel 2021).
- VON WAADEN 2017:** S. von Waaden, *Mathematiklernen von Risikokindern in der Jahrgangsmischung. Auswirkung von Handlungs- und Lageorientierung auf die Leistungsentwicklung* (Wiesbaden 2017).
- WANG 2019:** Wang Z., Hu Y., Zheng H., Yuan K., Du X. & Dong G., Females are more vulnerable to Internet gaming disorder than males: Evidence from cortical thickness abnormalities. *Psychiatry Research: Neuroimaging*, 283, 2019, 145-153.
- WEILNBÖCK 2003:** Weilnböck H., *Leila: Dissoziative (Medien-) Interaktion und Lebensweg einer jungen Erwachsenen. Eine (medien-) biografische und psychotraumatologische Fallstudie*. *Forum: Qualitative Sozialforschung*, 4(3), 2003, Art. 9.

- WENDT 2021:** Wendt L. M., Austermann M. I., Rumpf H.-J., Thomasius R. & Paschke K., Requirements of a Group Intervention for Adolescents with Internet Gaming Disorder in a Clinical Setting: A Qualitative Interview Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 2021, 7813.
- WIDYANTO 2006:** Widyanto L. & Griffiths M., Internet Addiction: A Critical Review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4(1), 2006, 31-51.
- WIMMER 2017:** J. Wimmer, Computerspielsozialisation revisited. In: D. Hoffmann, F. Krotz & W. Reißmann (Hrsg.), *Mediatisierung und Mediensozialisation. Prozesse – Räume – Praktiken (Wiesbaden 2017)*, 153-174.
- WINGENFELD 2011:** Wingenfeld K., Schäfer I., Terfehr K., Grabski H., Driessen M., Grabe H., Löwe B. & Spitzer C., Reliable, valide und ökonomische Erfassung früher Traumatisierung: Erste psychometrische Charakterisierung der deutschen Version des Adverse Childhood Experiences Questionnaire (ACE). *PPmP: Psychotherapie Psychosomatik Medizinische Psychologie*, 61(1), 2011, e10-e14.
- WINGENFELD 2010:** Wingenfeld K., Spitzer C., Mensebach C., Grabe H. J., Hill A., Gast U., Schlosser N., Höpp H., Beblo T. & Driessen M., Die deutsche Version des Childhood Trauma Questionnaire (CTQ): Erste Befunde zu den psychometrischen Kennwerten. *PPmP: Psychotherapie Psychosomatik Medizinische Psychologie*, 60(8), 2010, e13.
- WÖLFLING 2014:** Wölfling K., Beutel M. E., Dreier M. & Müller K. W., Treatment outcomes in patients with internet addiction: a clinical pilot study on the effects of a cognitive-behavioral therapy program. *Bio-Med research international*, 2014, 2014, 425924.
- WONNEBERGER 2018:** A. Wonneberger, K. Weidtmann & S. Stelzig-Willutzki (Hrsg.), *Familienwissenschaft. Grundlagen und Überblick (Wiesbaden 2018)*.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION 2020:** World Health Organization, Adverse Childhood Experiences International Questionnaire (ACE-

IQ), https://cdn.who.int/media/docs/default-source/documents/child-maltreatment/ace-questionnaire.pdf?sfvrsn=baed215c_2.

WORLD HEALTH ORGANIZATION 2022: World Health Organization, 6C51 Gaming disorder. ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics. Version 02/2022, <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2f%2fid%2f%2f1448597234>.

WU 2016: Wu J. Y.-W., Ko H.-C. & Lane H.-Y., Personality Disorders in Female and Male College Students with Internet Addiction. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 204(3), 2016, 221-225.

YAMADA 2021: Yamada K., Kubota Y., Paré C. & Takeda T., Internet addiction belief, but not Internet use time, is independently associated with menstrual pain severity and interference to social life among adolescents: a cross-sectional study. *British Journal of Pain*, 15(3), 2021, 302-311.

YANG 2019: Yang S.-Y., Fu S.-H., Chen K.-L., Hsieh P.-L. & Lin P.-H., Relationships between depression, health-related behaviors, and internet addiction in female junior college students. *PLoS ONE*, 14(8), 2019, e0220784.

YANG 2021: Yang Y., Zhang D.-Y., Li Y.-L., Zhang M., Wang P.-H., Liu X.-H., Ge L.-N., Lin W.-X., Xu Y., Zhang Y.-L., Li F.-J., Xu X.-J., Wu H.-H., Cheung T., Ng C. H., Bo H.-X. & Xiang Y.-T., Prevalence, correlates, and network analysis of Internet addiction symptoms among Chinese pregnant and postpartum women. *Journal of Affective Disorders*, 298(Pt A), 2021, 126-133.

YOUNG 1996A: Young K. S., Psychology of Computer Use: XL. Addictive Use of the Internet: A Case that Breaks the Stereotype. *Psychological Reports* (79), 1996, 899-902.

YOUNG 1996B: Young K. S., Psychology of computer use: XL. Addictive use of the Internet: a case that breaks the stereotype. *Psychological reports*, 79(3 Pt 1), 1996, 899-902.

- YOUNG 1998A:** K. S. Young, Caught in the net. How to recognize the signs of Internet addiction – and a winning strategy for recovery (New York 1998).
- YOUNG 1998B:** Young K. S., Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 1998, 237-244.
- YOUNG 2007:** Young K. S., Cognitive Behavior Therapy with Internet Addicts: Treatment Outcomes and Implications. *CyberPsychology & Behavior*, 10(5), 2007, 671-679.

Anhang

Anhang 1: Interviewleitfaden Rekrutierungsgruppe 1

Tabelle 56: Interviewleitfaden Rekrutierungsgruppe 1 (Frauen mit intensiver Internetnutzung, eigene Darstellung in Anlehnung an Kruse, 2014, S. 217)

BLOCK 1: Bedeutung des Internets im aktuellen Alltag		
<i>Leitfrage/ Stimulus/ Erzählaufforderung:</i> Als erstes interessiert mich, welche Rolle das Internet so in Ihrem ganz normalen Tagesablauf spielt. Wie kann ich mir das denn vorstellen – so Ihre Internetnutzung an einem ganz typischen Tag?		
Inhaltliche Aspekte	Aufrechterhaltungsfragen	Konkrete Nachfragen
<ul style="list-style-type: none"> • Alltagskontext/ Alltagsstrukturen • Art der Internetnutzung • Rolle und Funktion der Internetnutzung • Bedeutung der Internetnutzung 	<ul style="list-style-type: none"> • Und dann – wie geht es dann weiter an so einem typischen Tag? • Wie sieht das dann genau aus – wie kann ich mir das vorstellen? • Und sonst – wo in Ihrem Alltag nutzen Sie das Internet noch? 	<p>→ Arbeit? → Freizeit? → Tagesstruktur?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Können Sie mir mal erklären, wie das genau funktioniert, was Sie da genau machen? • Und so der Kontakt mit Freunden, Familie, mit dem Partner – welche Rolle spielt das Internet da? → Wie wird offline Kontakt gehalten? • Und wie kommt's dazu, dass Sie dann wieder aus dem Internet rausgehen? Was ist der Anlass? • Und wie sieht es aus mit dem Onlinesein, wenn im Alltag viel Stress ist, viel Druck bei der Arbeit/Uni zum Beispiel? Wie sieht die Nutzung dann aus? <p><i>Nur evtl.:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • An so einem Tag gibt's ja auch mal unangenehme

		<p>Zeiten. Zum Beispiel Müdigkeit, Langeweile, dass etwas Unangenehmes getan werden muss. Wie sieht es damit bei Ihnen aus, in so einem typischen Tag?</p> <p>→ Und wie gehen Sie damit um? Wie sieht es dann mit der Internetnutzung aus?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was sind denn so für Sie die Highlights des Tages – worauf freuen Sie sich? → Was tut Ihnen gut daran? Woran merken Sie das?
<p>BLOCK 2: Biografie & Medien-/Internetsozialisation</p>		
<p><i>Leitfrage/Stimulus/Erzählaufforderung:</i> Wie Sie ja wissen, interessiert mich der Zusammenhang zwischen Biografie und Internetnutzung. Daher möchte ich mich nun gern mit wichtigen Aspekten Ihrer Biografie beschäftigen.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wenn Sie nun mal zurückdenken, wie es war, als Sie Kind waren. Was für Medien haben für Sie als Kind eine wichtige Rolle gespielt? 2. Was sind denn so Situationen mit [Medium 1], als Sie Kind waren, die Ihnen besonders im Gedächtnis geblieben sind? 		
<p>Inhaltliche Aspekte</p>	<p>Aufrechterhaltungsfragen</p>	<p>Konkrete Nachfragen</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Medien im Zusammenhang mit wichtigen Lebenssituationen und wichtigen Menschen • Medien im Zusammenhang mit positiven/negativen Lebenssituationen • Familiärer/sozialer Hintergrund 	<p>Und andere Medien?</p> <p><i>Immanente Nachfragen:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sie haben vorhin Ihre Mutter/Oma/Eltern... erwähnt. Welche Rolle spielte/n die in Bezug auf Ihre Mediennutzung als Kind? 	<p>Und dann, wie ging es dann weiter mit den Medien in Ihrem Leben? Zum Beispiel als Jugendliche, junge Erwachsene?</p> <p>Wie kam es eigentlich, dass sie dann angefangen haben, das Internet zu nutzen?</p> <p>→ Was war das für eine Zeit in Ihrem Leben? Was war da so los?</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Nachvollzug der Biografie anhand zentraler Lebensphasen • Entwicklung Medienutzung bis heute • Beginn der Internetnutzung • Entwicklung der Internetnutzung von damals bis heute • Art der Internetnutzung • Kontext der Internetnutzung • Positive/Negative Bewertungen? 	<ul style="list-style-type: none"> • Sie haben vorhin [Situation, Ereignis] erwähnt. Was war das für eine Phase in Ihrem Leben/Zeit? • Sie sagten vorhin, [XY] fanden Sie [gut/schlecht/xy]. Können Sie mir das genauer beschreiben – wie haben Sie die Situation genau erlebt? 	<p>Und Ihre Freundinnen/Freunde, Familie, Geschwister – waren die dann auch schon im Internet?</p> <p>→ Sie haben [XY] erwähnt – was war sie damals für ein Mensch für Sie, welche Bedeutung hatte sie in Ihrem Leben?</p> <p>Und heute – welche Bedeutung haben diese Medien heute für Sie?</p> <p>→ Medium 1</p> <p>→ Medium 2</p> <p>→ Internet</p>
Zum Abschluss		
Gibt es noch etwas, was Sie sagen möchten, was aus Ihrer Sicht wichtig wäre, was wir aber noch nicht besprochen hatten?		

Anhang 2: Interviewleitfaden Rekrutierungsgruppe 2

Tabelle 57: Interviewleitfaden Rekrutierungsgruppe 2 (Frauen mit problematischer Internetnutzung, eigene Darstellung in Anlehnung an Kruse, 2014, S. 217)

BLOCK 1: Biografie & Medien-/Internetsozialisation	
<p><i>Leitfrage/ Stimulus/ Erzählaufforderung:</i> Wie Sie ja wissen, interessiert mich der Zusammenhang zwischen Biografie und Internetnutzung. Daher möchte ich mich nun gern mit wichtigen Aspekten Ihrer Biografie beschäftigen.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wenn Sie nun mal zurückdenken, wie es war, als Sie Kind waren. Was für Medien haben für Sie als Kind eine wichtige Rolle gespielt? 2. Was sind denn so Situationen mit [Medium 1], als Sie Kind waren, die Ihnen besonders im Gedächtnis geblieben sind? 	
Inhaltliche Aspekte	Fragen
<ul style="list-style-type: none"> • Medien im biografischen Kontext früher bis heute • Herkunftsfamilie • Nachvollzug der Biografie anhand zentraler Lebensphasen • Wichtige Ereignisse als Heranwachsende • Gewalt- und Krankheitserfahrungen • Strategien im Umgang mit Krisen • Selbstwertgefühle • Beruf • Ehe/Partnerschaft/Beziehungen • Ggf. Familiengründung 	<p>Und andere Medien wie xyz? Was war das für eine Phase in Ihrem Leben? Sie haben vorhin Ihre Mutter/Oma/Eltern... erwähnt. → Welche Bedeutung hatte xy damals in Ihrem Leben als Kind? → Und x, y, z? [andere Familienmitglieder abfragen]</p> <p>Was würden Sie rückblickend sagen, waren die wichtigsten Ereignisse für Sie als Kind? Und in Ihrer Jugendzeit? → Wie haben Sie die Schule erlebt? → Wie sah es mit Freundschaften aus? → Wie sah es aus mit dem Verliebtsein – können Sie sich daran noch erinnern, wann Sie das erste Mal verliebt waren? → Erste Liebesbeziehungen?</p> <p>Können Sie mir von eher schweren/belastenden Phase berichten, die Sie als Heranwachsende erlebt haben – was gab es da so? ggf. nachhaken: → Wie sah es aus mit Krankheiten oder Krankheitsphasen in Ihrem Leben bis heute? → Psychisch?</p> <p>Man hört ja immer wieder, dass Mädchen und Frauen Gewalt erleben – haben Sie (schon mal) Gewalt erlebt?</p>

	<p>→ Was hat Ihnen in der Zeit xyz geholfen? → Evtl.: Und schöne Zeiten – was ist Ihnen da besonders in Erinnerung?</p> <p>Und dann, wie ging es dann weiter in Ihrem Leben? (Berufslaufbahn nachzeichnen) → Was passierte nach der Schule? → Berufswahl? Wie kam es zu der Ausbildung? >> Wie würden Sie sich selbst in Ihrem Beruf beschreiben? <<</p> <p>Wie kam es dann, dass Sie Ihren heutigen Partner kennen gelernt haben? >> Wie würden Sie sich als Partnerin/Ehefrau/Freundin beschreiben? <<</p> <p>Wie kam es, dass Sie Mutter geworden sind? >> Wie würden Sie sich als Mutter beschreiben? << >> Wie würden Sie sich als Frau beschreiben? <<</p>
<p>BLOCK 2: Internetsozialisation & Merkmale der Internetproblematik</p>	
<p><i>Leitfrage/ Stimulus/ Erzählaufforderung:</i> Wie kam es eigentlich, dass Sie angefangen haben, das Internet zu nutzen?</p>	
<p>Inhaltliche Aspekte</p>	<p>Fragen</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung der Internetnutzung • Art der Internetnutzung • Biografischer Kontext der Internetnutzung • Beginn/Schwelle zur Problematik • Problematische Nutzungsformen • Reaktionen des Umfelds auf die Problematik • Subjektive und normative Definitionen • Entstehung, Verlauf, Entwicklung 	<p>Wie sah das aus, wie kann ich mir das vorstellen? Und was gab es da noch? Was war das für eine Zeit in Ihrem Leben? Wann kam denn so der Moment, wo Sie gemerkt haben: Ich habe ein Problem? <i>Woran</i> haben Sie gemerkt, dass [es ein Problem war, dass es Sucht für Sie ist/war...] – was waren das so für Anzeichen? → In welcher Situation wurde das zum Beispiel deutlich...?</p> <p>Und wie sah das genau aus? Was haben Sie genau gemacht? → zum Beispiel...? → Und gab es noch Weiteres, was Sie gemacht haben? Was gab es noch für Situationen?</p>

	<p>Das heißt, wie sieht/sah denn so ein ganz typischer Tag aus mit dem Internet (in dieser Zeit)? Welche Rolle spielt(e) das Internet in Ihrem Tagesablauf (in dieser Zeit)?</p> <p>→ Arbeit? → Freizeit? → Tagesstruktur?</p> <p>Zum Beispiel – was ist/war da so eine typische Situation, wo Sie xyz im Internet genutzt haben/nutzen? Und was ist/war dann immer so der Anlass, offline zu gehen? Evtl.: Und wenn im Alltag viel Stress war/ist, wie ist/war es dann mit der Internetnutzung? Und so der Kontakt mit Freunden, Familie, mit dem Partner in der Zeit?</p> <p>Sie haben gerade das Wort »Sucht«/Problem etc. verwendet → Was genau verstehen denn Sie persönlich darunter? >> Wie sind Sie, wenn Sie das Internet auf diese Weise nutzen, wie würden Sie sich dann beschreiben? << Und hat sich das dann so weiterentwickelt?</p> <p>Was würden Sie denn sagen, fehlt/e Ihnen in der Zeit am meisten? Was hätten Sie am meisten gebraucht? Was haben Sie in dieser Zeit über sich gelernt?</p>
<p>BLOCK 3: Bewältigung & Erfahrungen mit Versorgungssystem</p>	
<p><i>Leitfrage/ Stimulus/ Erzählaufforderung:</i> Wie ist es dann gekommen, dass es Ihnen irgendwann wieder besser ging?</p>	
<p>Inhaltliche Aspekte</p>	<p>Fragen</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Umgang mit der Problematik • Selbsthilfestrategien • Internet als Ressource 	<p>Was, würden Sie sagen, hat Ihnen in der Zeit am meisten geholfen? → Beispiele → Situationen? → Partner/Freunde/Herkunftsfamilie/Andere...?</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Zugang zum Versorgungssystem • Zugangsweg zur Versorgung (Empfehlungen?) • Versorgungserfahrungen • Geschlechterspezifische/-sensible Aspekte in der Versorgung • Positive/negative Erfahrungen mit dem Versorgungssystem • Hilfreiche Bewältigungsinstrumente • Resümee • Tipps für Betroffene aus Sicht einer Betroffenen 	<p>Inwiefern spielte ärztliche Hilfe eine Rolle für Sie?</p> <p>→ Wäre es für Sie eine Option gewesen, sich an einen Arzt zu wenden?</p> <p>→ Und eine Psychotherapie, wäre das etwas für Sie gewesen?</p> <p>→ Wie ist es denn dazu gekommen, dass Sie dann bei xyz, Hilfe gesucht haben?</p> <p>→ Wie kam es, dass Sie genau diesen [Arzt, Therapeuten, Klinik...] ausgewählt haben?</p> <p>→ Wie ging es Ihnen damit, diesen Schritt zu machen?</p> <p>Sie haben Sie ja erwähnt, dass Sie zum [Arzt/Therapeuten/Klinik o. ä.] gegangen sind. Welche Erfahrungen haben Sie da gemacht? Wie haben Sie das erlebt?</p> <p>→ Woran sehen Sie, dass Ihnen das <i>gut</i> tut/getan hat?</p> <p>→ Woran, dass Ihnen das <i>nicht</i> gut tut/getan hat?</p> <p>→ Was hätten Sie sich stattdessen gewünscht/würden Sie sich wünschen</p> <p>Würden Sie sagen, dass Sie sich so als <i>Frau</i> verstanden gefühlt haben/fühlen mit dem Problem?</p> <p>→ Haben Sie Hilfsangebote erlebt, die sich gezielt an Frauen gerichtet haben?</p> <p>Mit dem Wissen, was Sie heute haben:</p> <p>→ Wie blicken Sie auf diese Zeit zurück? (falls in der Vergangenheit)</p> <p>→ Was würden Sie heute sagen, welche <i>Bedeutung</i> hat das Internet für Sie – damals und heute?</p> <p>Was wären denn heute typische Alarmsignale für Sie, wo Sie merken: Oh, da bin ich grad wieder gefährdet?</p> <p>→ Und was machen Sie dann?</p> <p>→ Und woran merken Sie, aha, alles ist okay, mir geht es gut mit meiner Internetnutzung?</p>
--	---

	<p>Was würden Sie heute anderen gefährdeten Frauen raten?</p> <p>→ Ggf. anfügen: Was sind aus Ihrer Sicht die besten Anlaufstellen für betroffene Frauen?</p> <p>→ Was fehlt noch aus Ihrer Sicht? Wo wünschen Sie sich Nachbesserungen?</p>
Zum Abschluss	
Gibt es noch etwas, was Sie sagen möchten, was aus Ihrer Sicht wichtig wäre, was wir aber noch nicht besprochen hatten?	

Anhang 3: Fragebogen soziodemografische Angaben

1. Geburtsjahr:
2. Geburtsland:
3. Staatsangehörigkeit/en:

4. Welcher Familienstand trifft auf Sie zu? (Mehrfachnennung möglich)
 - Verheiratet
 - Geschieden
 - In eingetragener Lebenspartnerschaft
 - Verwitwet
 - Ledig
 - Sonstiges:

5. Haben Sie Kinder?
 - Ja Anzahl der Kinder: Alter:
 - Nein

6. Wie sieht Ihre derzeitige Lebens- und Wohnsituation aus?
 - Ich lebe mit meinem Partner zusammen, ohne Kinder.
 - Ich lebe allein.
 - Ich lebe mit Partner und Kindern zusammen.
 - Ich lebe in einer WG.
 - Ich lebe mit meinen Kindern/meinem Kind zusammen.
 - Andere Wohnsituation:

7. Welchen höchsten Schulabschluss haben Sie?
 - Keinen
 - Hauptschulabschluss (Volksschulabschluss)
 - Realschulabschluss (Mittlere Reife)
 - Polytechnische Oberschule der DDR
 - Fachhochschulreife, Abschluss einer Fachoberschule

- Allgemeine oder fachgebundene Hochschulreife/Abitur
- Einen anderen Schulabschluss:

8. Welche beruflichen Ausbildungsabschlüsse haben Sie? (Mehrfachnennungen möglich)

- Keinen
- Lehre / beruflich-betriebliche Berufsausbildung
- Beruflich-schulische Ausbildung (Berufsfachschule, Handelsschule, ...)
- Ausbildung an einer Fachschule der DDR abgeschlossen
- Ausbildung an einer Fach-, Meister-, Technikerschule, Berufs- oder Fachakademie
- Bachelor einer (Fach-)Hochschule
- Fachhochschulabschluss (zum Beispiel Diplom, Master)
- Universitätsabschluss (zum Beispiel Diplom, Magister, Staatsexamen, Master)
- Promotion
- Anderer beruflicher Abschluss:

9. Welche Erwerbssituation trifft auf Sie zu? (Mehrfachnennungen möglich) *Unter Erwerbstätigkeit wird jede bezahlte bzw. mit einem Einkommen verbundene Tätigkeit verstanden.*

- Vollzeit erwerbstätig
- Geringfügig erwerbstätig, 400-Euro-Job, Minijob
- Teilzeiterwerbstätig
- »Ein-Euro-Job« (bei Bezug von Arbeitslosengeld II)
- Altersteilzeit
- Gelegentlich oder unregelmäßig beschäftigt
- Sonstiges:

10. Welche Berufssituation trifft auf Sie zu? (Mehrfachnennungen möglich)

- Angestellte
- Selbstständige oder Freiberuflerin

- Arbeiterin
- Arbeitssuchende
- Beamtin
- Studentin
- Auszubildende
- Freiwilliges Soziales Jahr
- Mutterschafts-, Erziehungsurlaub, Elternzeit
- Rentnerin/Pensionärin
- Dauerhaft erwerbsunfähig
- Hausfrau
- Sonstiges:

Anhang 4: CIUS-Fragebogen

Anmerkung: Die Interviewpartnerinnen erhielten zwei CIUS-Fragebogenvarianten; einen, der sich auf den Interviewzeitpunkt bezog, einen, der sich auf eine Zeit in der Vergangenheit beziehen sollte, in der das Internet besonders intensiv genutzt wurde. Die Fragebogenanleitung und die Fragen wurden entsprechend umformuliert. Lag die intensive Nutzungszeit in der Gegenwart, sollte der Gegenwart-Fragebogen genutzt werden.

A) Bitte kreuzen Sie an, was <i>momentan</i> auf Sie zutrifft:
1. Wie häufig finden Sie es schwierig, mit dem Internetgebrauch aufzuhören, wenn Sie online sind? <input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
2. Wie häufig setzen Sie Ihren Internetgebrauch fort, obwohl Sie eigentlich aufhören wollten? <input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
3. Wie häufig sagen Ihnen andere Menschen, zum Beispiel Ihr Partner, Kinder, Eltern oder Freunde, dass Sie das Internet weniger nutzen sollten? <input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
4. Wie häufig bevorzugen Sie das Internet, statt Zeit mit anderen zu verbringen, zum Beispiel mit Ihrem Partner, Kindern, Eltern, Freunden? <input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
5. Wie häufig schlafen Sie zu wenig wegen des Internets? <input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
6. Wie häufig denken Sie an das Internet, auch wenn Sie gerade nicht online sind? <input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
7. Wie oft freuen Sie sich bereits auf Ihre nächste Internetsitzung? <input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
8. Wie häufig denken Sie darüber nach, dass Sie weniger Zeit im Internet verbringen sollten? <input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
9. Wie häufig haben Sie erfolglos versucht, weniger Zeit im Internet zu verbringen?

<input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
10. Wie häufig erledigen Sie Ihre Aufgaben zu Hause hastig, damit Sie früher ins Internet können?
<input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
11. Wie häufig vernachlässigen Sie Ihre Alltagsverpflichtungen (Arbeit, Schule, Familienleben), weil Sie lieber ins Internet gehen?
<input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
12. Wie häufig gehen Sie ins Internet, wenn Sie sich niedergeschlagen fühlen?
<input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
13. Wie häufig nutzen Sie das Internet, um Ihren Sorgen zu entkommen oder um sich von einer negativen Stimmung zu entlasten?
<input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
14. Wie häufig fühlen Sie sich unruhig, frustriert oder gereizt, wenn Sie das Internet nicht nutzen können?
<input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig

<p>B) Erinnern Sie sich nun an die Zeit in Ihrem Leben, in der Sie das Internet auf irgendeine Weise (zum Beispiel in Bezug auf eine bestimmte Onlinefunktion oder bestimmte Inhalte) sehr <u>intensiv</u> genutzt haben. Bitte kreuzen Sie an, was <u>damals</u> auf Sie zutraf:</p>
1. Wie häufig fanden Sie es damals schwierig, mit dem Internetgebrauch aufzuhören, wenn Sie online waren?
<input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
2. Wie häufig setzten Sie damals Ihren Internetgebrauch fort, obwohl Sie eigentlich aufhören wollten?
<input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
3. Wie häufig sagten Ihnen in der Zeit andere Menschen, zum Beispiel Ihr Partner, Kinder, Eltern oder Freunde, dass Sie das Internet weniger nutzen sollten?
<input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
4. Wie häufig bevorzugten Sie damals das Internet, statt Zeit mit anderen zu verbringen, zum Beispiel mit Ihrem Partner, Kindern, Eltern, Freunden?
<input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
5. Wie häufig haben Sie in der Zeit zu wenig geschlafen wegen des Internets?
<input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig

6. Wie häufig dachten Sie damals an das Internet, auch wenn Sie gerade nicht online waren? <input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
7. Wie oft freuten Sie sich bereits auf Ihre nächste Internetsitzung? <input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
8. Wie häufig dachten Sie damals darüber nach, dass Sie weniger Zeit im Internet verbringen sollten? <input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
9. Wie häufig haben Sie damals erfolglos versucht, weniger Zeit im Internet zu verbringen? <input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
10. Wie häufig haben Sie Ihre Aufgaben zu Hause hastig erledigt, damit Sie früher ins Internet konnten? <input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
11. Wie häufig vernachlässigten Sie damals Ihre Alltagsverpflichtungen (Arbeit, Schule, Familienleben), weil Sie lieber ins Internet gingen? <input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
12. Wie häufig gingen Sie damals ins Internet, wenn Sie sich niedergeschlagen fühlten? <input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
13. Wie häufig haben Sie damals das Internet genutzt, um Ihren Sorgen zu entkommen oder um sich von einer negativen Stimmung zu entlasten? <input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig
14. Wie häufig fühlten Sie sich damals unruhig, frustriert oder gereizt, wenn Sie das Internet nicht nutzen konnten? <input type="checkbox"/> Nie <input type="checkbox"/> Selten <input type="checkbox"/> Manchmal <input type="checkbox"/> Häufig <input type="checkbox"/> Sehr häufig

Anhang 5: Fragebogen allgemeine Medien- und Internetnutzung

1. Welche Medien nutzen Sie momentan in Ihrem Alltag? (Mehrfachnennung möglich)

- Fernsehen, und zwar:
 - Live-Fernsehprogramm
 - Ausgewählte Sendungen/TV-Beiträge (z. B. aus einer Mediathek)
 - Anders:
- Radio, und zwar:
 - Live-Radioprogramm
 - Ausgewählte Radiosendungen, Radiobeiträge, Podcasts
 - Anders:
- Zeitung, und zwar:
 - Gedruckte Ausgabe
- Als E-Paper
- Internetauftritt der Zeitung (zum Beispiel www.faz.de oder www.bild.de)
- Zeitschrift, und zwar:
 - Gedruckte Ausgabe
 - Als E-Magazine
- Internetauftritt der Zeitschrift (zum Beispiel www.gala.de oder www.spiegel.de)
- Internet allgemein
- Buch, und zwar:
 - Gedruckte Ausgabe
 - Als E-Book
 - Anders:
- Andere Medien:

2. An wie vielen Tagen in der Woche sind Sie momentan online, egal ob privat oder beruflich?

- An 1 Tag An 2 Tagen An 3 Tagen An 4 Tagen
- An 5 Tagen An 6 Tagen An 7 Tagen

3. *Wie lang nutzen Sie momentan aktiv das Internet durchschnittlich pro Tag, unabhängig davon, ob für private oder berufliche Zwecke?*

- Weniger als 1 Stunde 1 bis unter 2 Stunden
 bis unter 5 Stunden 5 bis unter 10 Stunden
 10 Stunden und mehr Weiß nicht

4. *Zu welchen Tageszeiten gehen Sie momentan online?*

a) An einem Werktag:

- Morgens: immer häufig seltener eigentlich gar nicht
 Vormittags: immer häufig seltener eigentlich gar nicht
 Mittags: immer häufig seltener eigentlich gar nicht
 Nachmittags: immer häufig seltener eigentlich gar nicht
 Abends: immer häufig seltener eigentlich gar nicht
 Nachts: immer häufig seltener eigentlich gar nicht

b) An einem arbeitsfreien Tag (Wochenende, Feiertag, Urlaub etc.):

- Morgens: immer häufig seltener eigentlich gar nicht
 Vormittags: immer häufig seltener eigentlich gar nicht
 Mittags: immer häufig seltener eigentlich gar nicht
 Nachmittags: immer häufig seltener eigentlich gar nicht
 Abends: immer häufig seltener eigentlich gar nicht
 Nachts: immer häufig seltener eigentlich gar nicht

5. *Onlinezugang:*

a) *Mit welchem Gerät geben Sie online? (Mehrfachnennung möglich)*

- Computer bzw. PC Spielekonsole Tablet PC Laptop
 MP3-Player E-Book-Reader Smartphone/Handy Fernseher
 Anders:

b) *Welches der o. g. Geräte ist für Sie momentan am wichtigsten für das Onlinegehen?*

.....

6. *Nutzen Sie eine Internet-Flatrate?*

- Ja Nein

7. a) *Wo befinden Sie sich, wenn Sie online gehen? (Mehrfachnennung möglich)*

Zu Hause Im Auto Am Arbeitsplatz Schule/Universität

In öffentlichen Verkehrsmitteln, beim Warten auf Bus/Bahn

Woanders, und zwar:

b) *An welchen der o. g. Orte gehen Sie momentan vorwiegend online?*

.....

8. *Welches der folgenden Geräte zum Onlinegeben nutzen Sie an welchen Orten? Falls Sie eines der Geräte gar nicht nutzen, lassen Sie das Feld einfach leer.*

Nutze ich an folgenden Orten:

Computer bzw. PC:

Laptop:

Smartphone/Handy:

Tablet PC:

MP3-Player:

E-Book-Reader:

Fernseher:

Spielekonsole:

9. *Sind Sie, wenn Sie online gehen, eher allein oder von Menschen umgeben?*

Eher allein Von Menschen umgeben

10. a) *Welche der folgenden Anwendungen nutzen Sie ganz allgemein, wenn Sie online sind – egal ob privat oder beruflich, egal wie oft? (Mehrfachnennung möglich)*

b) *Welche sind Ihnen wirklich wichtig? (Mehrfachnennung möglich)*

a) Nutze ich b) Ist mir wichtig

- darauf möchte

ich nicht verzich-

ten:

Informationen suchen

Senden/Empfangen von E-Mails

Wetterinformationen abrufen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aktuelle Nachrichten abrufen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Apps auf Mobilgeräten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Online-Nachschlagewerke	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Soziale Netzwerke (z. B. Facebook, Twitter)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onlineforen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chatten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Videoportale	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sportinformationen abrufen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onlinespiele	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mediatheken der Radiosender nutzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onlineshopping	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Audios im Internet herunterladen/anhören	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fernsehsendungen/Videos zeitversetzt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Digitale Landkarten/Stadtpläne	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Live im Internet Radio hören	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RSS-Feeds oder Newsfeeds	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Verkehrsinformationen abrufen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mediatheken der Fernsehsender nutzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Live im Internet fernsehen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Audio-Streamingdienste nutzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fotocommunitys nutzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Videopodcasts	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Blogs lesen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Microbloggingdienste/Twitter lesen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Selber bloggen/twittern	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Internet-Telefonie (zum Beispiel Skypen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Internet-Messenger nutzen (zum Beispiel ICQ)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Audiopodcasts abrufen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Filme/Serien im Internet sehen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Online-Stellenanzeigen/-Bewerbungen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Online-Banking	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- Sonstiges:
- Sonstiges:
- Sonstiges:

11. *Wie häufig nutzen Sie das Internet von unterwegs aus mit Hilfe von Mobilgeräten (z. B. über Smartphone, Handy, Tablet, mp3-Player...)?*

- Täglich Mehrmals pro Woche Ein paar Mal im Monat
 Seltener Gar nicht

12. *An wie vielen Tagen in der Woche nutzen Sie das Internet von unterwegs aus?*

- An 1 Tag An 2 Tagen An 3 Tagen An 4 Tagen
 An 5 Tagen An 6 Tagen An 7 Tagen

13. *Welche der folgenden Internetanwendungen nutzen Sie von unterwegs aus? (Mehrfachnennung möglich)*

- E-Mail
- WhatsApp
- Sonstige Messenger für das Smartphone (zum Beispiel ICQ)
- Facebook
- Sonstige Soziale Netzwerke und Onlinecommunitys
- Aktuelle Nachrichten/News/Onlinezeitungen
- Aktuelle Serviceinfos (Wetter/Verkehr)
- Reise- bzw. Fahrplanauskünfte
- Navigation/Ortungsdienste/Routenplaner/Kartenfunktionen
- Sportseiten
- Kulturelles/Veranstaltungstipps etc.
- Berufliches/Geschäftliches/Universität etc.
- Wissensportale
- Übersetzer
- Produktsuche/Preisvergleiche
- Shoppen

- | | |
|------------------------------------|--------------------------|
| Touristische Infos | <input type="checkbox"/> |
| Geschäfts-/Restaurantsuche | <input type="checkbox"/> |
| Adresssuche | <input type="checkbox"/> |
| Telefonbuch/Rufnummernsuche | <input type="checkbox"/> |
| Allgemein Recherchen/Suchmaschinen | <input type="checkbox"/> |
| Online-Banking | <input type="checkbox"/> |
| Radio bzw. Musik hören | <input type="checkbox"/> |
| Fernsehprogramme | <input type="checkbox"/> |
| Videos/Videodownloads | <input type="checkbox"/> |
| Fotos/Bilderdownloads | <input type="checkbox"/> |
| Onlinespiele | <input type="checkbox"/> |
| Generell Unterhaltung/Zeitvertreib | <input type="checkbox"/> |
| App-Suche | <input type="checkbox"/> |
| Sonstiges: | |

14. Geben Sie Geld aus, wenn Sie online gehen (unabhängig von den Kosten für den Internetzugang/-anbieter), zum Beispiel beim Kaufen von Apps, Onlineshopping, kostenpflichtige Onlinedienste, Skype...?

- Ja Wofür zum Beispiel?
- Nein

15. Falls Sie ein Smartphone besitzen: Welche der folgenden Funktionen und Anwendungen nutzen Sie mit Ihrem Handy bzw. Smartphone, egal ob beruflich oder privat? (Mehrfachnennung möglich)

- | | |
|-----------------------|--------------------------|
| Telefonie | <input type="checkbox"/> |
| Kurznachrichten (SMS) | <input type="checkbox"/> |
| Wecker | <input type="checkbox"/> |
| Kamera | <input type="checkbox"/> |
| Kalender/Terminplaner | <input type="checkbox"/> |
| Musikspieler/Radio | <input type="checkbox"/> |
| E-Mail | <input type="checkbox"/> |
| Multimedia | <input type="checkbox"/> |

- Spiele
- Zusatzprogramme bzw. Applikationen (Apps)
- Im Internet Informationen suchen
- Navigation
- Nutzung als Fernbedienung für den Fernseher oder andere Geräte
- Sonstige:

16. Falls Sie Apps nutzen: Welche Arten von Apps nutzen Sie ganz generell? (Mehrfachnennung möglich)

- Kommunikation Sport Bücher/Nachschlagewerk
- Soziale Netzwerke Fotografie Videos TV-Sender
- Nachrichten, Zeitungen Zeitschriften/Lifestyle
- Verkehr/Navigation Lokales Reisen Musik Finanzen
- Spiele Online-Shopping Gesundheit/Fitness Wetter
- Dienstprogramme (Wecker, Taschenlampe etc.)
- Sonstiges:

17. Können sie sich ein Leben vorstellen ohne...?

- Internet Ja Nein
- Fernsehen Ja Nein
- Bücher Ja Nein
- Radio Ja Nein
- Zeitungen Ja Nein
- Zeitschriften Ja Nein
- Handy/Smartphone Ja Nein

Anhang 6: Postscript (Muster)

Name des Interviewers:

Chiffre der Interviewpartnerin:

Länge des Interviews:

Beschriftung der Interviewdatei:

Geschlecht der Befragten:

Alter:

Tätigkeit:

Notizen zur Interviewsituation:

- Art des Kennenlernens/Kontaktaufnahme
- Dauer des Interviews
- Ort des Interviews

- Anwesende Dritte, Störungen beim Interview
- Vermutungen, Erwartungen und Befürchtungen der Interviewten

- Gesprächsatmosphäre (Ort, Stimmung, Verhalten der Interviewten)
- Erinnerungs- und Erzählbereitschaft der Interviewten
- Symmetrie und Asymmetrie zwischen Befragter und Interviewer (bedingt durch Alter, Geschlecht etc.)
- Befindlichkeiten (z. B. der Interviewenden, der Interviewperson)
- Rapport (Beziehung zwischen den beiden Kommunikanten)

- Gesprächsverlauf (Entwicklungsdynamik des gesamten Interviews)
- Interaktionen (z. B. besondere Interaktionsphänomene zwischen den beiden Kommunizierenden)
- Auffallende Themen (Berührte und ausgelassene Thematiken, bezogen auf die Forschungsfragen und darüber hinaus/Probleme und Themen,

die nicht ausführlich erzählt worden sind, die aber nach dem Eindruck des Interviewers wichtig waren)

- Probleme, Krisen des Gesprächs, Irritationen (oder Peinlichkeiten), an die sich der Interviewer erinnert
- Verlauf des Gesprächs vor dem Einschalten und nach Ausschalten des Aufnahmegeräts
- Sonstiges/ Besonderheiten: z. B. allgemeiner oder spezieller Art

Quelle: in Anlehnung an Kruse, 2014, S. 284 ff.

Anhang 7: Transkriptionsregeln

Folgende Transkriptionsregeln wurden auf die Interviewpassagen der Befragten angewandt. Die Passagen von mir als Interviewerin wurden einfach transkribiert.

Tabelle 58: Transkriptionsregeln (eigene Darstellung)

Marker	Funktion/Definition	Beispiel
I	Interviewerin	I: Mhm-hm. Woran haben Sie gemerkt, dass das für Sie schön war? Also, was war das?
B	Befragte	B: Ich weiß nicht. Vielleicht romantisiere ich das auch eher so im Nachhinein.
#Std:Min:Sek	Zeitmarke in Orientierung am Audiomaterial. Wurde 1-2-mal pro Transkriptseite in Rot eingefügt.	#01:03:20
/	Markiert Satz- oder Wortabbruch	Das hat sie mir halt sehr deutlich gezeigt und, äh, irgendwann als das schon eine Weile ging mit diesem Typ/ Also, wir war/ Wir waren nie zusammen oder so
//	Sprechüberlappung: I und B reden gleichzeitig	I: Und hätten Sie sich dann in der Zeit auch vorstellen können, irgendwie 'ne Psychotherapie zu machen und auf der Ebene //sich Hilfe zu holen?// B: //Hätte mir nichts genutzt. //

((Pause))	Markieren von Pausen und anderen Sprechunterbrechungen	Nee, oder hat 's abgestritten, oder es ist dann sofort im Streit geendet, weil er sich sofort angegriffen gefühlt hat. ((Pause)) Leider.
((Beispiel))	Nonverbales Verhalten	Nee. So schlimm net. Nee. ((lacht)) Ich ((räuspert sich)) fange einfach mal an.
(?)	Markiert unverständliche Worte. Direkt danach Einfügen einer Zeitmarke.	Ja, und diese Kündigung, die hat mir dann, (?) gesehen, den Rest gegeben. #01:03:20
(Beispiel?)	Vermuteter Wortlaut. Markiert, dass hier Unsicherheit besteht, ob dieses Wort/dieser Satz richtig verstanden wurde. Direkt danach Einfügen einer Zeitmarke.	Jetzt keine bestimmte Situation, aber (es gab?) so Angewohnheiten. #00:01:20
[Verhalten/Geräusch]	Markierung von Hintergrundaktivitäten oder -geräuschen	Ich bin so gut wie [klopft dreimal auf den Tisch] nie krank.
[Stadt/Person/...]	Anonymisierung	Dann war ich 'n halbes Jahr in [Stadt 5]. Dann war ich vier Monate in [Stadt 1].
Zweitausend	Ausschreiben von Zahlen, damit ggf. Wortabbrüche und Dialekte exakter wiedergegeben werden können	Wann war denn das nochmal? Zwo/ Nein, zwoundneunzig kanns nicht gewesen sein.
<u>Beispiel</u>	Betonung	Ich <u>wusste</u> , dass etwas faul war.

Beispiel, Beispiel, Beispiel	Trennung von Wort- doppelungen und Wie- derholungen mit Kom- mata	Ich wollte, wollte, wollte ein- fach nicht genauer hinschauen.
Mhm (ggf. konkretisiert))	Verständnissignale, sinnhaft konkretisiert	I: Das heißt, wie ging's/ wie/ Das klingt so, als wär's 'ne schöne Zeit ge- wesen. B: Mhm ((zustimmend)).
Äh, ähm	Füllwörter werden mittranskribiert.	Und da merke ich dann aber schnell, ähm, dass ich da, dass ich da ewig davor sitz'.
	Transkription von Wortverschleifungen, Dialekten etc.	Er hatte noch so 'n Buch ge- nannt. Des isch ganz andersch gemeint gewese'.
	1:1 Wiedergeben syn- taktischer Fehler	Äh, kam immer mehr dieses, eigentlich ist sie doof, kam im- mer mehr darein.

Anhang 8: Kategoriensystem in Teilstudie 1

Tabelle 59: Kategoriensystem Teilstudie 1 (Muster, eigene Darstellung)

A. Problematische Internetnutzung
<p>A1. BIOGRAFISCHE EINORDNUNG</p> <p><i>Phase 1:</i></p> <p>A1.1 Alter: _____. Lebensjahr</p> <p>A1.2 Lebensphase:</p> <p><input type="checkbox"/> Kindheit <input type="checkbox"/> Jugend <input type="checkbox"/> Erwachsenenalter <input type="checkbox"/> Vorschulische Zeit</p> <p><input type="checkbox"/> Schulzeit <input type="checkbox"/> Berufsausbildung oder Studium</p> <p><input type="checkbox"/> Familienzeit ohne/mit wenig Erwerbstätigkeit</p> <p><input type="checkbox"/> Arbeitsunfähigkeit/Krankheitsphase <input type="checkbox"/> Erwerbsleben <input type="checkbox"/> Rente</p> <p><i>Ggf. Anfügen weiteren Phasen</i></p> <p>A1.3 Zum Interviewzeitpunkt aktive probl. Internetnutzung: <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein</p>
<p>A2. AUSPRÄGUNG/SCHWEREGRAD DER PROBLEMATISCHEN INTERNETNUTZUNG</p> <p><i>Phase 1:</i></p> <p>A2.1 Betitelung der Phase:</p> <p>_____</p> <p>A2.2 Ausprägung/Schweregrad aus Sicht der Interviewpartnerin:</p> <p><input type="checkbox"/> Keine probl. Internetnutzung <input type="checkbox"/> Geringer bis mittlerer Schweregrad (Vereinzelte problematische Aspekte oder kurze problematische Episoden)</p> <p><input type="checkbox"/> Hoher Schweregrad (Länger andauernde problematische bis »süchtige« Internetnutzung)</p> <p>Kodierherleitungsmemo: _____</p> <p>_____</p>

A2.3 Ausprägung/Schweregrad aus Forscherinnensicht:

- Keine problematische Internetnutzung
 Geringer bis mittlerer Schweregrad Hoher Schweregrad

Kodierherleitungsmemo: _____

A2.4 Leidensdruck vorhanden: Ja Nein

A2.5 Im Zusammenhang mit einer krisenhaften Situation: Ja Nein

Kodierherleitungsmemo: _____

A2.6 Problematische Internetanwendung: _____

A2.7 Dauer der probl. Internetnutzung:

- Kurze Dauer: Mehrere Tage Mehrere Wochen
Mittlere Dauer: Mehrere Monate < 6 Mehr als 6 Monate
Lange Dauer: 12 Monate oder mehr

A2.8 ICD-11-Kriterien

ICD-11-Kriterium 1: Beeinträchtigte Kontrolle über das Internetnutzungsverhalten: Ja Nein

ICD-11-Kriterium 2: Zunehmende Bedeutung der Internetnutzung unter Verdrängung anderer Interessen und Aktivitäten: Ja Nein

ICD-11-Kriterium 3: Fortsetzung der Internetnutzung trotz negativer Konsequenzen: Ja Nein

Diagnose: Internetnutzungsstörung gemäß ICD-11 liegt vor.

- Ja Nein

Ggf. Anfügen weiteren Phasen

A3. BEGLEITERSCHEINUNGEN

Von welchen Begleiterscheinungen ist im Kontext der problematischen Internetnutzung in dieser Phase die Rede?

A3.1 Psychische Begleiterscheinungen:

- ADHS Ängste Asperger Autismus
- Depression, depressive Verstimmung Entzugserscheinungen
- Erinnerungslücken Essstörung Mangelndes Selbstwertgefühl
- Psychosomatische Beschwerden Schwierigkeiten, eigene Gefühle wahrzunehmen/zuzuordnen Selbstverletzung Sinnkrise/Lebenskrise
- Soziale Ängste Suizidalität Traumatisierung/Traumafolgen
- Zwanghaftigkeit/starkes Kontrollbedürfnis

A3.2 Weitere Süchte bzw. übermäßiger/s Konsum/Verhalten:

- Alkohol Arbeitssucht Drogen Koffeintabletten
- Medikamente Zigaretten

A3.3 Körperliche Begleiterscheinungen:

- Körperlich erlebte Entzugserscheinungen Kraftlosigkeit/Erschöpfung
- Probleme mit den Augen Magen-Darm-Schäden wg. schlechter Ernährung Schlafstörungen Schmerzen (Schwere) Erkrankung
- Vernachlässigung der Körperpflege

A3.4 Soziale Begleiterscheinungen:

- Abbruch Schule/Ausbildung/Studium Alleinerziehend
- Getakteter Alltag Leistungsdruck/Überforderung/Stress
- Leistungsprobleme Perfektionismus Prokrastination
- Sehr viele Aktivitäten (Freizeit, Arbeit) Viel freie ›leere‹ Zeit
- Alleinerziehend Abhängigkeitsbeziehung Erste Partnerschaft
- Instabiles/konfliktreiches Familiensystem In Trennung/Scheidung
- Krise in der Partnerschaft Psychische Gewalt seitens 3. Personen

- Problematisch internetnutzender Elternteil Problematisch internetnutzendes Geschwisterkind Problematisch internetnutzende:r Partner:in
 Konflikte mit Angehörigen wegen des Internets
 Soziale Isolation/Einsamkeit Sozialer Rückzug/Selbstisolation
 Umzug Verlust durch Tod

A4. Funktionalität

Wie weit beeinträchtigte/verhinderte die Internetnutzung, einen normal funktionierenden Alltag aufrechtzuerhalten?

- A4.1 Beeinträchtigung der Funktionalität im Alltag allgemein: Ja Nein
 A4.2 Beeinträchtigung der Ausübung häuslicher Pflichten: Ja Nein
 A4.2 Beeinträchtigung von Schule/Studium/Ausbildung: Ja Nein
 A4.3 Beeinträchtigung der Berufstätigkeit: Ja Nein
 A4.4 Generell Unsichtbarkeit des Problems nach außen hin: Ja Nein

Ggf. Anfügen weiteren Phasen

B. Medien- und Internetnutzung im Lebensverlauf

B1. INTERNETSOZIALISATION: ERSTE INTERNETNUTZUNG

B1.1 Alter: _____. Lebensjahr

B1.2 Lebensphase:

- Kindheit Jugend Erwachsenenalter Vorschulische Zeit
 Schulzeit Berufsausbildung oder Studium
 Familienzeit ohne/mit wenig Erwerbstätigkeit
 Arbeitsunfähigkeit/Krankheitsphase Erwerbsleben Rente

B1.3 Anlass:

- Private Nutzung/Freizeit Als Arbeitsinstrument im Studium
 Als Arbeitsinstrument in der Promotionsphase
 Als Arbeitsinstrument im Beruf

B2. EXTENSIVE MEDIENNUTZUNGSPHASEN

Extensiv = sehr intensive und/ oder sehr exzessive, umfangreiche Nutzung

B2.1 Vorhanden: Ja Nein

B2.2 Betreffende Medien:

Bücher TV-Serie(n) Fernsehen Internet Computer

Phase 1:

B2.3 Art der extensiven Mediennutzung:

B2.4 Alter: _____. Lebensjahr

B2.5 Lebensphase:

Kindheit Jugend Erwachsenenalter Vorschulische Zeit

Schulzeit Berufsausbildung oder Studium

Familienzeit ohne/mit wenig Erwerbstätigkeit

Arbeitsunfähigkeit/Krankheitsphase Erwerbsleben Rente

B2.6 Im Zusammenhang mit einer krisenhaften Situation: Ja Nein

B2.7 Problematisierend gerahmt: Ja Nein

Ggf. Anfügen einer weiteren Phase

B3. REDUZIERTER MEDIENNUTZUNGSPHASEN

Reduziert = sehr wenig Nutzung, gar keine Nutzung

B3.1 Vorhanden: Ja Nein

B3.2 Betreffende Medien:

Bücher TV-Serie(n) Fernsehen Internet Computer

Phase 1:

B3.3 Art der reduzierten Mediennutzung: _____

B3.4 Alter: _____. Lebensjahr

B2.5 Lebensphase:

- Kindheit Jugend Erwachsenenalter Vorschulische Zeit
 Schulzeit Berufsausbildung oder Studium
 Familienzeit ohne/mit wenig Erwerbstätigkeit
 Arbeitsunfähigkeit/Krankheitsphase Erwerbsleben Rente

B3.6 Im Zusammenhang mit einer krisenhaften Situation: Ja Nein

Ggf. Anfügen einer weiteren Phase

Anhang 9: Kategoriensystem in Teilstudie 2

Hinweis: In der Originalkodierung sind die Kodierungen zusätzlich mit Endnotenreferenzierungen versehen, in denen Ankerbeispiele aus dem Interviewtranskript enthalten waren. Diese wurden hier zur Vereinfachung der Darstellung entfernt.

Tabelle 60: Kategoriensystem Teilstudie 2 am Beispiel von Frau Mohn (eigene Darstellung)

Kategorie	Kodierung
A. BEZIEHUNG ZU FAMILIENMITGLIEDERN	
Geburtsjahr der Befragten	1960er Jahre
Alter zum Interviewzeitpunkt	40er Lebensjahre
Geschwisterkonstellation	Einzelkind
A4. Beziehung zu den wichtigsten Bezugspersonen	
Vater	Alkoholiker, liebevoll-distanzierte Beziehung, zentrale Verbindung über gemeinsame Liebe zum Motorrad (darüber hinaus keine weiteren Verbindungspunkte). Vater fördert darüber ihre Unabhängigkeit. Beim Sterben begleitet.
A5. Beziehung zu weiteren Familienmitgliedern	
Eltern als Entität	Hohe Erwartungen an einziges Kind, radikaler Ausbruch durch Weglaufen von zu Hause mit 18 Jahren. Jahrelanger Kontaktabbruch.
Mutter	Streng-konservativ, abwertend ggü. dem Vater, enttäuschte Erwartungen, Kontaktabbruch zur Mutter auch während Hochzeit. Wieder Kontakt zur Mutter, aber Verhältnis weiterhin nicht gut, da Frau Mohn nun auch noch katholisch wurde. Aktuell

	Kontakt zur Mutter. Mitgefühl mit schwerer Kindheit der Mutter.
Großmutter mütterlicherseits	Abwertend dem Schwiegersohn/Frau Mohns Vater gegenüber
B. KRISENHAFT-BELASTENDE LEBENSERFAHRUNGEN IM HERKUNFTS-FAMILIÄREN KONTEXT (RISIKOFAKTOREN)	
B1. Vernachlässigungserfahrungen	
B1.1 Körperliche Vernachlässigung	
Unstete Versorgung	N/A
(Lebens-)Gefährdung	N/A
B1.2 Emotionale Vernachlässigung	
Fehlende Kontrolle/ Struktur/Orientierung	N/A
Übermäßige Kontrolle und Regulation	Konservative Erziehung: Mutter wollte ein ordentlich angezogenes Mädchen. Mutter wie Fräulein Rottenmeier aus »Heidi«. Mutter sehr streng gewesen. Als Kind nicht wütend sein dürfen/Mutter konnte nicht mit Wut umgehen.
Fehlende Förderung	N/A
Ständiges Alleingelassenwerden	N/A
Nicht-Ermöglichen/Verwehren sozialer Kontakte	N/A
Nüchternes/kühles/teilnahms- loses elterliches Verhalten	N/A
Übermäßige Verantwortungs- übernahme als Kind/Jugendliche (Parentifizierung)	Als Kind schon den Vater schützen wollen
Fehlende elterliche Unterstüt- zung im Krisenfall	N/A

B2. Misshandlungserfahrungen	
B.2.1 Körperliche Misshandlung	
B.2.1 Körperliche Misshandlung	N/A
B.2.2 Emotionale Misshandlung	
Unerwünschtheit/Ablehnung	Abwertung durch Großmutter bzw. Familie großmütterlicherseits als »Kind des Vaters« (einfacher Arbeiter) = nicht fein genug
Abwertung von Leistungen	N/A
Verbale Gewalt	N/A
Psychische Gewalt	N/A
B.2.3 Sexueller Missbrauch/Sexuelle Gewalt	
B.2.3 Sexueller Missbrauch/Sexuelle Gewalt	N/A
B3. Sucht oder exzessive/r Konsum/Verhaltensweisen	
B3.1 Alkohol	Vater Alkoholiker
B3.2 Tabletten/Medikamente	N/A
B3.3 Internet	N/A
B3.4 Essen	N/A
B3.5 Rauchen	N/A
B4. Stress, Überlastung, Überforderung	
B4.1 Finanzielle Sorgen	N/A
B4.2 Leistungsdruck	Eltern mit hohen Erwartungen an einziges Kind. Mutter mit hohen Erwartungen (»liebe Frau«), die Frau Mohn nicht erfüllen konnte. Materiell als Einzelkind verwöhnt, solange Frau Mohn »lieb« war.
B4.3 Stress	N/A

B5. Erleben von Verlust, Krankheit und Tod	
B5.1 Ständige Konflikte zwischen Eltern/Pflegepersonen bzw. Familienmitgliedern	N/A
B5.2 Trennung der Eltern/Pflegepersonen	Trennung und Scheidung der Eltern
B5.3 Krieg(traumata)	Mutter mit schlimmer Kriegserfahrung
B5.4 Krankheiten	N/A
B5.5 Suizidalität	N/A
B5.6 Umzüge/Entwurzelung	N/A
B6. Vermeidender Umgang mit schwierigen Situationen	
B6.1 Konfliktvermeidung/übermäßige Harmoniebedürftigkeit	N/A
B6.2 Trennung unüblich/man bleibt zusammen	N/A
B6.3 Familiengeheimnisse/Unausgesprochenes	N/A
C. POSITIV-FÖRDERLICHE ERFAHRUNGEN IM HERKUNFTSFAMILIÄREN KONTEXT (SCHUTZFAKTOREN)	
C1. Erleben von Sicherheit und Orientierung	
C1.1 Kontrolle/Regeln/Orientierung N/A	
C1.2 Beständigkeit/Verlässlichkeit/Rituale	N/A
C1.3 Schutz vor Gefahren	N/A
C1.4 Materielle Beständigkeit und Sicherheit	Vater fleißig und regelmäßig arbeiten gegangen, auch wenn er getrunken hat
C2. Erleben von Autonomie, Exploration und Wachstum	
C2.1 Vorleben von Unabhängigkeit/gesunden Grenzen/Autonomie	N/A
C2.2 Förderung/Inspiration zu persönlichem Wachstum	Vater setzt durch, dass die Tochter einen Motorradführerschein macht

C3. Erleben von Verbundenheit	
C3.1 Aufmerksamkeit/ Zuwendung/Wärme	Verbundenheit und Liebe des Vaters über Motorräder. Vater stand zur Hochzeit mit Blumenstrauß vor der Tür.
C3.2 Unterstützung und Entlastung	N/A
C3.3 Gemeinsame Familienaktivitäten in positiver Atmosphäre	N/A
C4. Offener Umgang mit schwierigen Situationen	
C4.1 Konfliktbereitschaft/Offenes Ansprechen und Reflektieren von kritischen Familienthemmen	N/A

Anhang 10: Herleitung der Fallgruppeneinteilung in Teilstudie 1

Hinweise: In der Spalte »ICD-11-Werte« beziehen sich die drei Ausprägungen (zum Beispiel Nein-Ja-Nein bzw. NJN) auf die drei ICD-11-Kriterien in der Reihenfolge

1. beeinträchtigte Kontrolle über das Internetnutzungsverhalten,
2. zunehmende Bedeutung der Internetnutzung unter Verdrängung anderer Interessen und Aktivitäten,
3. Fortsetzung der Internetnutzung trotz negativer Konsequenzen.

Die Grauabstufungen markieren, ob die Ausprägung eines Kriteriums als Indiz für eine nicht vorhandene Problematik (weiß), einen geringen/mittleren Schweregrad (hellgrau) oder hohen Schweregrad (dunkelgrau) gedeutet wurde.

Tabelle 61: Herleitung der Fallgruppeneinteilung Teilstudie 1 Gruppe 1 (eigene Darstellung)

Fall	Auf die kritischste/intensivste Nutzungsphase bezogen:							Leidensdruck	Beeinträchtigung der Funktionalität	Schweregrad
	Schweregrad aus Betroffenenperspektive	Schweregrad aus Forscherinnenperspektive	Dauer der probl. Phase > 12 Monate?	Schweregrad aus diagnostischer Perspektive						
				ICD-11-Werte	ICD-11-Diagnose	CIUS-Wert	CIUS-Diagnose			

GRUPPE 1:

Frau Falke	Nicht probl.	Nicht probl.	N/A	NNN	Keine IUD	3	Nicht probl.	Nein	Nein	Nicht probl.
Frau Kornfeld	Nicht probl.	Nicht probl.	N/A	NNN	Keine IUD	7	Nicht probl.	Nein	Nein	Nicht probl.
Frau Winter	Nicht probl.	Nicht probl.	N/A	NNN	Keine IUD	6	Nicht probl.	Nein	Nein	Nicht probl.

Tabelle 62: Herleitung der Fallgruppeneinteilung Teilstudie 1 Gruppe 2

Auf die kritischste/intensivste Nutzungsphase bezogen:										
Fall	Schweregrad aus Betroffenenperspektive	Schweregrad aus Forscherinnenperspektive	Dauer der probl. Phase > 12 Monate?	Schweregrad aus diagnostischer Perspektive				Leidensdruck	Beeinträchtigung der Funktionalität	Schweregrad
				ICD-11-Werte	ICD-11-Diagnose	CIUS-Wert	CIUS-Diagnose			
GRUPPE 2:										
Frau Fuchs	Gering bis mittel	Nicht probl.	Nein	NNN	Keine IUD	34	Abhängig	Nein	Nein	Gering bis mittel
Frau Bach	Gering bis mittel	Nicht probl.	Ja	NNJ	Keine IUD	Nicht vorh.	N/A	Nein	Nein	Gering bis mittel
Frau Berg	Gering bis mittel	Nicht probl.	Ja	NNN	Keine IUD	33	Abhängig	Ja	Nein	Gering bis mittel
Frau Linde	Gering bis mittel	Nicht probl.	Ja	J+NN	Keine IUD	Nicht vorh.	N/A	Ja	Nein	Gering bis mittel
Frau Kirschbaum	Gering bis mittel	Nicht probl.	Nein	NNN	Keine IUD	29	Risikant	Ja	Nein	Gering bis mittel
Frau Rose	Gering bis mittel	Gering bis mittel	Nein	JJJ	Keine IUD (< 12 Mon.)	7	Keine Probl.	Ja	Nein	Gering bis mittel
Frau Bär	Hoch	Gering bis mittel	Nein	J+NN	Keine IUD	24	Risikant	Nein	Nein	Gering bis mittel
Frau Nebel	Hoch	Nicht probl.	Ja	N	Keine IUD	35	Abhängig	Nein	Nein	Gering bis mittel

Frau Schwalbe	Gering bis mittel	Gering bis mittel	Ja	JJJ	IUD	32	Abhängig	Nein	Nein	Gering bis mittel
Frau Kern	Hoch	Gering bis mittel	Ja	JJJ	IUD	19	Nicht probl.	Ja	Nein	Gering bis mittel

Tabelle 63: Herleitung der Fallgruppeneinteilung Teilstudie 1 Gruppe 3

Auf die kritischste/intensivste Nutzungsphase bezogen:										
Fall	Schweregrad aus Betroffenenperspektive	Schweregrad aus Forscherinnenperspektive	Dauer der probl. Phase > 12 Monate?	Schweregrad aus diagnostischer Perspektive				Leidensdruck	Beeinträchtigung der Funktionalität	Schweregrad
				ICD-11-Werte	ICD-11-Diagnose	CIUS-Wert	CIUS-Diagnose			

GRUPPE 3:

Frau Löwe	Hoch	Hoch	Ja	J+N JJ	Keine IUD	Nicht vorh.	N/A	Ja	Nein	Hoch
Frau Sommer	Hoch	Hoch	Ja	J+N J+N J	Keine IUD	35	Abhängig	Ja	Teilweise	Hoch
Frau Auster	Hoch	Hoch	Ja	J J+N J	Keine IUD	46	Abhängig	Ja	Teilweise	Hoch
Frau Sturm	Gering bis mittel	Hoch	Ja	J+N JJ	Keine IUD	40-41	Abhängig	Ja	Nein (Ja gemäß Kindern)	Hoch
Frau Holzer	Hoch	Hoch	Ja	JJJ	IUD	Nicht vorh.	N/A	Ja	Teilweise	Hoch
Frau Kraut	Hoch	Hoch	Ja	JJJ	IUD	Nicht vorh.	N/A	Ja	Ja	Hoch
Frau Hahn	Hoch	Hoch	Ja	JJJ	IUD	56	Abhängig	Ja	Ja	Hoch

Frau Tobel	Hoch	Hoch	Ja	JJJ	IUD	Nicht vorh.	N/A	Ja	Ja	Hoch
Frau Lenz	Hoch	Hoch	Ja	JJJ	IUD	Nicht vorh.	N/A	Nein	Ja	Hoch
Frau Mohn	Hoch	Hoch	Ja	JJJ	IUD	Nicht vorh.	N/A	Ja	Ja	Hoch
Frau Kiefer	Hoch	Hoch	Ja	JJJ	IUD	46	Abhängig	Ja	Ja	Hoch

Danksagung

Mein Dank gilt an erster Stelle den Interviewpartnerinnen, die mir Einblick in ihre Lebensgeschichte gaben. Auch persönlich habe ich aus ihren Erfahrungen viel mitgenommen.

Zudem danke ich:

- Professor Batra für die Zeit, die er mir für diese Arbeit gegeben hat und für die stärkende Betreuung sowie für die Offenheit gegenüber meinem Vorgehen
- den Kolleginnen und Kollegen in der Forschungswerkstatt Qualitative Methoden am Universitätsklinikum Tübingen sowie in der Forschungswerkstatt Qualitative Inhaltsanalyse an der PH Weingarten für ihre Bereitschaft, sich immer wieder mit meinem Datenmaterial zu beschäftigen;
- Dr. Christine Preiser für ihre Bestärkungen zum genau richtigen Zeitpunkt und für ihre Ideen, wie ich die ›Stimmen‹ meiner Interviewpartnerinnen hörbar machen kann;
- Dr. Kay Uwe Petersen und Sara Hanke für Ihre fachlichen Rückmeldungen und für die gemeinsame Analysearbeit;
- den engagierten Behandelnden und Beratenden sowie den gesundheitspolitischen Ansprechpartnern, deren Interviews leider nicht in die finale Fassung meiner Dissertation einfließen konnten;
- der FAZIT-Stiftung für die Übernahme der Reisekosten im Rahmen der Erhebungsphase.

Im privaten Bereich möchte ich einer ganz speziellen Gruppe von Menschen danken, die mich eine Zeitlang begleitet haben und ohne die es zu der vorliegenden Arbeit nie gekommen wäre. Eine große Motivation meiner Arbeit war es, die Prinzipien dessen, was wir gemeinsam erlebt haben,

in die Wissenschaft einfließen zu lassen. Meiner Ansicht nach gibt es zwischen der Erforschung von psychischen Belastungen und dem *Erleben* von psychischen Belastungen noch eine große Kluft. Suchtforschende sollten mehr bereit sein, sich auf das Erleben aus Betroffenenperspektive einzulassen und ihre bisherigen Konzepte dadurch infrage stellen zu lassen.

Sara und Salima danke ich für ihr nahezu tägliches Mut machen und ihren Optimismus, das aus meinen Bemühungen irgendwann etwas Gutes entstehen wird.

Zudem möchte ich meiner Familie danken. Von meinem Vater habe ich gelernt, wie man lernt, und wie schön es ist, sich für das Leben anderer Menschen zu interessieren. Von meiner Mutter habe ich gelernt, zuversichtlich zu bleiben (denn jeden Morgen geht wieder die Sonne auf). Meinem Bruder Kai danke ich für die Bedingungslosigkeit, mit der er mich unterstützt hat.

Familie Barry, Familie Demiral und der Familie am Meer danke ich dafür, miterleben zu dürfen, wie sich Kindheit und Familienleben auch noch anfühlen kann.

Meinen Schwiegereltern danke ich dafür, dass sie mich in ihren Stolz, den sie für ihre Kinder und Enkelkinder empfinden, so mit einbezogen haben.

Anton danke ich für jeden gemeinsam verbrachten Tag und ganz besonders für die Zeit im Schnee und im kleinen weißen Haus mit Blick auf die Berge. Der HM danke ich für die innere Sicherheit, doch irgendwie auf dem richtigen Weg zu ein.

Zu guter Letzt möchte ich meinem Mann Michael für seinen grenzenlosen Rückhalt während der Promotionsphase und darüber hinaus danken: für Deine Klugheit und Deinen Mut und für Deine Überzeugung, dass es sich immer lohnt, wieder miteinander in Verbindung zu gehen - auch wenn's schwierig ist. Du weißt am besten, welche Bedeutung diese Forschungsarbeit (auch und eigentlich) für mich hat: »Mögen alle Wesen glücklich sein«.

Lebensbewältigung im Spiegel der Internetnutzung

24 Frauen erzählen in dieser qualitativen Biografiestudie über Ausprägung und Bedeutung ihrer Internetnutzung in verschiedenen Lebensphasen. Die Analyse der Lebensgeschichten macht deutlich, dass selbst eine problematische Internetnutzung »Sinn« macht, wenn man sie als Bewältigungsstrategie im Umgang mit Krisen versteht.

Diese Forschungsarbeit bewegt sich an der Schnittstelle zwischen (Internet-)Suchtforschung, sozialwissenschaftlicher Suchtforschung und Versorgungsforschung. Sie möchte dazu beitragen, Frauen mit einer problematischen Internetnutzung besser zu verstehen und sichtbarer zu machen. Nur so können Versorgungsangebote passender auf diese Betroffenenengruppe ausgerichtet werden.

