

# PSYCHOLOGIE HEUTE

---

GESELLSCHAFT

## Völlig absorbiert

Studienplatz: Eine Studie aus den USA zeigt auf, wann wir uns in Social Media (weniger) verlieren

VON SUSANNE ACKERMANN

 05. AUG 2022

Die Nutzung von Social Media wird schnell mit süchtigem Verhalten in Verbindung gebracht – aber was erleben wir dort wirklich? Mit Sucht hat das wohl weniger zu tun. Eher tauchten wir beim Lesen tief aus der Realität ab oder es sei ein völlig gedankenloses Lesen, an das man sich später nicht mehr erinnere, schreiben US-amerikanische Forscherinnen und Forscher.

Sie ließen 43 Userinnen vier Wochen lang die Twitter-App Chirp nutzen und veränderten dabei wöchentlich die Oberfläche. Die Teilnehmenden hatten Zugriff auf verschiedene Listen mit Statistiken und Rückmeldungen über ihr Leseverhalten.

Das Lesen wurde von einem Teil der Befragten als angenehm empfunden, als eine erholsame Form des kurzzeitigen Verschwindens aus der Realität, aber von anderen auch als eine Form des Kontrollverlusts und der Zeitverschwendung. Ihr Wille stand den Befragten quasi eine Zeitlang nicht zur Verfügung, berichten die Forscherinnen und Forscher. Die Statistiken über die Nutzungsdauer, die Frequenz der Öffnungen der App oder die Lesegeschichte empfanden die Testleserinnen und Testleser als hilfreich: Sie lasen in der Gewissheit, dass „jemand“ oder „etwas“ sie stoppen werde.

Amanda Baughan u.a.: “I don’t even remember what I read”: How design influences dissociation on social media. Proceedings of the 2022 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems, Association for Computing Machinery. DOI: 10.1145/3491102.3501899

---

---

---

# DIE REDAKTION EMPFIEHLT

---

BEZIEHUNG

## **Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?**

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

LEBEN

## **Narzissmus**

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar

selbstverliebte Egomanen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

BERUF

## **Burn on**

Viele Menschen fühlen sich erschöpft: zu viele Pflichten, zu viel Druck. Über den Zustand kurz vorm Burn-out – und wie wir uns daraus befreien.

# MEISTGELESEN

## **1** LEBEN

### **Narzissmus**

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Egomanen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

## **2** BEZIEHUNG

### **"Sich in den Richtigen verlieben"**

Liebesbriefe oder -E-Mails schaffen eine intensive Nähe – und ermöglichen gleichzeitig Distanz, sagt Paartherapeut Wolfgang Hantel-Quitmann

## **3** FAMILIE

### **„Es war ein stilles Entsetzen“**

Der Großvater in der NSDAP, der Vater antisemitisch: Psychologie Heute-Redakteurin Susanne Ackermann erzählt, wie in ihrer Familie die NS-Zeit nachwirkt