

Aus der

Universitätsklinik für Psychiatrie  
und Psychotherapie Tübingen

Abteilung Allgemeine Psychiatrie  
und Psychotherapie mit Poliklinik

Sektion Suchtmedizin und Suchtforschung

**Lebensbewältigung im Spiegel der Internetnutzung:  
eine qualitative Studie zur problematischen  
Internetnutzung bei Frauen im biografischen Kontext**

**Inaugural-Dissertation  
zur Erlangung des Doktorgrades  
der Humanwissenschaften**

**der Medizinischen Fakultät  
der Eberhard Karls Universität  
zu Tübingen**

**vorgelegt von**

**Geisler, Birte Linny, geb. Bieber**

**2023**

Dekan: Professor Dr. B. Pichler

1. Berichterstatter: Professor Dr. A. Batra  
2. Berichterstatter: Professor Dr. J. Strübing

Tag der Disputation: 05.06.2023

Für alle, die sich auf den Weg gemacht haben

# INHALTSVERZEICHNIS

Tabellenverzeichnis.....	V
Abbildungsverzeichnis.....	VIII
Abkürzungsverzeichnis .....	IX
1. Einleitung.....	1
1.1 Relevanz.....	1
1.2 Begriffsdefinitionen.....	2
1.3 Forschungsstand: Problematische Internetnutzung bei Frauen .....	7
1.3.1 Fokus auf Männer als vulnerable Betroffenenengruppe .....	7
1.3.2 Wendepunkt in der Internetsuchtforschung .....	9
1.3.3 Problematische Internetnutzung bei Frauen .....	11
1.3.3.1 Forschungsschwerpunkte.....	11
1.3.3.2 Der Blick ‚von außen‘: Vernachlässigung der Betroffenenperspektive.....	18
1.3.3.3 Wo die Frau sichtbar wird: fallorientierte, kontextsensitive Forschung.....	21
1.3.4 Fazit: Lückenhafte Kenntnislage trotz zunehmender Forschungsaktivitäten .....	27
1.4 Forschungsleitende theoretische Perspektiven.....	28
1.4.1 Frauenspezifische Perspektive .....	29
1.4.2 Sozialwissenschaftliche Perspektive.....	30
1.4.3 Biografische Perspektive .....	31
1.4.4 Familienperspektive .....	33
1.4.5 Perspektive der Lebensbewältigung .....	34
1.5 Ziele und Forschungsfragen .....	36
2. Material und Methoden.....	38
2.1 Integrativer qualitativer Forschungszugang .....	38
2.2 Datengenerierung .....	42
2.2.1 Rekrutierung und Sampling .....	42

2.2.2 Erhebungsinstrumente.....	51
2.3 Auswertung .....	59
2.3.1 Auswertungsstrategie .....	59
2.3.2 Zentrale Auswertungsinstrumente .....	64
2.3.2.1 Einzelfallorientierte Qualitative Inhaltsanalyse.....	64
2.3.2.2 Rekonstruktiv-hermeneutische Analyse .....	68
2.3.3 Umsetzung.....	72
2.3.3.1 Fragebogenauswertung.....	72
2.3.3.2 Transkription und Inventarisierung .....	72
2.3.3.3 Teilstudie 1 .....	75
2.3.3.4 Teilstudie 2 .....	81
2.3.3.5 Teilstudie 3 .....	87
2.3.3.6 Maßnahmen zur Qualitätssicherung.....	96
2.4 Fazit und Zusammenfassung: Forschungsdesign.....	97
3. Ergebnisse .....	99
3.1 Teilstudie 1: Problematische Internetnutzung .....	99
3.1.1 Fallgruppeneinteilung.....	99
3.1.2 Fallgruppe 1: Keine problematische Internetnutzung.....	102
3.1.2.2 Fallbeispiel: F02 .....	102
3.1.2.3 Fallvergleich .....	106
3.1.3 Fallgruppe 2: Geringer bis mittlerer Schweregrad .....	107
3.1.3.2 Fallbeispiel: F01 .....	107
3.1.3.3 Fallvergleich .....	113
3.1.4 Fallgruppe 3: Hoher Schweregrad .....	123
3.4.1.2 Fallbeispiel: F17 .....	123
3.4.1.3 Fallvergleich .....	129
3.2 Teilstudie 2: Der biografische Kontext.....	139
3.2.1 Fallbeispiel: F21.....	139
3.2.1.1 Lebensverlauf mit Risiko- und Schutzfaktoren.....	140
3.2.1.2 Fazit.....	150
3.2.2 Fallvergleich.....	152

3.2.2.1 Fallgruppe 1.....	152
3.2.2.2 Fallgruppe 2.....	159
3.2.2.3 Fallgruppe 3.....	171
3.3 Teilstudie 3: Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie .....	185
3.3.1 Fallbeispiel: F22.....	186
3.3.1.1 Lebensbewältigungsstrategien der Herkunftsfamilie .....	188
3.3.1.2 Lebensbewältigungsstrategien von F22 .....	190
3.3.1.3 Lebensbewältigungsstrategien im Spiegel der Internetnutzung	197
3.3.1.4 Die Lösung: Erweiterung der bisherigen Strategien .....	203
3.3.1.5 Fazit.....	204
3.3.2 Fallvergleich: das Verhältnis von analogen und internetbasierten Lebensbewältigungsstrategien .....	205
3.3.3 Typologie: Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie.....	217
Typ A: Die Fliehende (der ‚Weglauf-Typ‘).....	218
Typ B: Die Selbstheilerin .....	222
Typ C: Die sich selbst Suchende.....	224
Typ D: Die Kontrollbedürftige.....	228
Typ E: Die Kontrollierte.....	232
Typ F: Die Beziehungsmanagerin .....	236
Typ G: Die Forschungsreisende .....	239
3.4 Zusammenführung der Ergebnisse .....	243
4. Diskussion .....	250
4.1 Ausprägungen einer problematischen Internetnutzung bei Frauen.....	251
4.2 Erklärung einer problematischen Internetnutzung bei Frauen.....	257
4.3 Implikationen für die Versorgungspraxis .....	263
4.4 Stärken, Schwächen und Schlussfolgerungen .....	265
5. Zusammenfassung.....	270
6. Literaturverzeichnis .....	271
7. Erklärung zum Eigenanteil der Dissertationsschrift .....	286

Anhang.....	IX
Anhang 1: Aufklärung und Einverständnis .....	IX
Anhang 1.1: Studienaufklärung Rekrutierungsgruppe 1 .....	IX
Anhang 1.2: Einverständniserklärung Rekrutierungsgruppe 1 .....	X
Anhang 1.3: Studienaufklärung Rekrutierungsgruppe 2 .....	XI
Anhang 1.4: Einverständniserklärung Rekrutierungsgruppe 2.....	XIII
Anhang 2: Interviewleitfäden .....	XIV
Anhang 2.1: Interviewleitfaden Rekrutierungsgruppe 1 .....	XIV
Anhang 2.2: Interviewleitfaden Rekrutierungsgruppe 2 .....	XVI
Anhang 3: Fragebögen .....	XVIII
Anhang 3.1: Fragebogen soziodemografische Angaben .....	XVIII
Anhang 3.2: CIUS-Fragebogen .....	XX
Anhang 3.3: Fragebogen allgemeine Medien- und Internetnutzung .....	XXII
Anhang 4: Postscript (Muster).....	XXVI
Anhang 5: Transkriptionsregeln .....	XXVII
Anhang 6: Kategoriensysteme .....	XXVIII
Anhang 6.1: Kategoriensystem (Muster) in Teilstudie 1 .....	XXVIII
Anhang 6.2: Kategoriensystem (Beispiel) in Teilstudie 2 .....	XXXI
Anhang 7: Herleitung der Fallgruppeneinteilung in Teilstudie 1 .....	XXXIII
Danksagung .....	XXXVI

## TABELLENVERZEICHNIS

Tabelle 1: Prävalenzschätzung Internetabhängigkeit und riskanter Internetgebrauch im Geschlechtervergleich laut PINTA-Studie 2011.....	10
Tabelle 2: Soziodemografische Merkmale des Samples.....	46
Tabelle 3: Inanspruchnahme von psychologischen Versorgungsangeboten....	48
Tabelle 4: Vorstellung des Samples.....	48
Tabelle 5: Musteraufbau eines Interviewleitfadens nach Kruse (2014).....	53
Tabelle 6: Rahmendaten Teilstudie 1, 2 und 3.....	61
Tabelle 7: Kategoriensystem als Kodiercheckliste (Ausschnitt) Teilstudie 1 ....	66
Tabelle 8: Kodierung ICD-11-Kriterien (Beispiel) mit Kodierherleitungsmemo .	68
Tabelle 9: Deduktive Analyseheuristiken zur Inventarisierung der Interviews ..	73
Tabelle 10: Kategoriensystem Teilstudie 1.....	77
Tabelle 11: Lebensverlauf F18 (Ausschnitt) Fokus Medien-/Internetnutzung...	81
Tabelle 12: Kategoriensystem Teilstudie 2.....	83
Tabelle 13: Darstellung Lebensverlauf (Muster) auf sechs ‚Swimlanes‘.....	86
Tabelle 14: Rekonstruktive Auswertung (Ausschnitt) am Beispiel von F04.....	90
Tabelle 15: Falltabelle (Muster) im Rahmen der komparativen Analyse.....	93
Tabelle 16: Typentabelle (Muster) im Rahmen der komparativen Analyse.....	93
Tabelle 17: (Mikro-)Sprachliche Analyse (Ausschnitt) am Beispiel von F07.....	95
Tabelle 18: Fallgruppenzuordnung je Schweregrad der problematischen Internetnutzung.....	100
Tabelle 19: Fallgruppenzuordnung multi- versus monoperspektivisch.....	101
Tabelle 20: ICD-11-Auswertung F02.....	103
Tabelle 21: Lebensverlauf F02 (Ausschnitt) Fokus erste Internetnutzung.....	104
Tabelle 22: Lebensverlauf F02 (Ausschnitt) Fokus weitere Internetnutzung ..	105
Tabelle 23: Lebensverlauf F01 (Ausschnitt) Fokus problematische Internetnutzung.....	108
Tabelle 24: ICD-11-Auswertung F01.....	110
Tabelle 25: Begleiterscheinungen der problematischen Internetnutzung F01	110
Tabelle 26: Problematische Internetanwendungen Fallgruppe 2.....	114



Tabelle 27: Biografische Einordnung der problematischen Internetnutzung Fallgruppe 2 .....	115
Tabelle 28: Schweregrad der problematischen Internetnutzung aus drei Perspektiven Fallgruppe 2.....	116
Tabelle 29: Begleiterscheinungen der problematischen Internetnutzung Fallgruppe 2 .....	120
Tabelle 30: Lebensverlauf F17 (Ausschnitt) Fokus problematische Internetnutzung .....	124
Tabelle 31: ICD-11-Auswertung F17 .....	125
Tabelle 32: Begleiterscheinungen der problematischen Internetnutzung F17	127
Tabelle 33: Problematische Internetanwendungen Fallgruppe 3.....	130
Tabelle 34: Biografische Einordnung der problematischen Internetnutzung Fallgruppe 3 .....	131
Tabelle 35: Schweregrad der problematischen Internetnutzung aus drei Perspektiven Fallgruppe 3.....	131
Tabelle 36: Begleiterscheinungen der problematischen Internetnutzung Fallgruppe 3 .....	134
Tabelle 37: Lebensverlauf F21 (Ausschnitt 1) .....	143
Tabelle 38: Lebensverlauf F21 (Ausschnitt 2) .....	144
Tabelle 39: Lebensverlauf F21 (Ausschnitt 3) .....	147
Tabelle 40: Lebensverlauf F21 (Ausschnitt 4) .....	149
Tabelle 41: Herkunftsfamiliäre Belastungserfahrungen Fallgruppe 1 .....	153
Tabelle 42: Belastungserfahrungen im weiteren Lebensverlauf Fallgruppe 1	158
Tabelle 43: Herkunftsfamiliäre Belastungserfahrungen Fallgruppe 2 .....	160
Tabelle 44: Belastungserfahrungen im weiteren Lebensverlauf Fallgruppe 2	169
Tabelle 45: Herkunftsfamiliäre Belastungserfahrungen Fallgruppe 3 .....	172
Tabelle 46: Herkunftsfamiliäre Vulnerabilitätsfaktoren hinsichtlich einer problematischen Internetnutzung Fallgruppe 3 .....	181
Tabelle 47: Belastungserfahrungen im weiteren Lebensverlauf Fallgruppe 3	184
Tabelle 48: Komparative Analyse am Beispiel von F02 und F06 .....	206
Tabelle 49: Komparative Analyse am Beispiel von F01 und F04 .....	208
Tabelle 50: Komparative Analyse am Beispiel von F14 und F16 .....	211

Tabelle 51: Komparative Analyse am Beispiel von F03 .....	214
Tabelle 52: Komparative Analyse am Beispiel von F05 und F13 .....	215
Tabelle 53: Komparative Analyse am Beispiel von F12 .....	217
Tabelle 54: Zusammenführung der Ergebnisse aus Teilstudie 1, 2 und 3.....	243
Tabelle 55: Hypothesen der Ergebniszusammenführung.....	246
Tabelle 56: Interviewleitfaden Frauen mit intensiver Internetnutzung (Rekrutierungsgruppe 1) .....	XIV
Tabelle 57: Interviewleitfaden Frauen mit problematischer Internetnutzung (Rekrutierungsgruppe 2) .....	XVI
Tabelle 58: Transkriptionsregeln .....	XXVII
Tabelle 59: Kategoriensystem (Muster) Teilstudie 1 .....	XXVIII
Tabelle 60: Kategoriensystem Teilstudie 2 am Beispiel von F21 .....	XXXI
Tabelle 61: Herleitung der Fallgruppeneinteilung Teilstudie 1 .....	XXXIII

## ABBILDUNGSVERZEICHNIS

Abbildung 1: Studienaufruf (Ausschnitt) für Rekrutierungsgruppe 1 .....	45
Abbildung 2: Untersuchungsgegenständliche Dimensionen .....	60
Abbildung 3: Analyseprozess im Integrativen Basisverfahren .....	69
Abbildung 4: Inventar (Ausschnitt) zu Fall F18 .....	74
Abbildung 5: Auswertungsablauf Teilstudie 1.....	76
Abbildung 6: Auswertungsablauf Teilstudie 2.....	82
Abbildung 7: Auswertungsablauf Teilstudie 3.....	89
Abbildung 8: Forschungsdesign .....	98
Abbildung 9: Genogramm F21 .....	148
Abbildung 10: Genogramm F02 .....	155
Abbildung 11: Genogramm F04 .....	156
Abbildung 12: Genogramm F05 .....	162
Abbildung 13: Genogramm F01 .....	165
Abbildung 14: Genogramm F03 .....	166
Abbildung 15: Genogramm F20 .....	168
Abbildung 16: Genogramm F14 .....	175
Abbildung 17: Biografische Risikofaktoren im Zusammenhang mit der problematischen Internetnutzung bei F14 im Jugendalter .....	178
Abbildung 18: Modell: Entstehung einer problematischen Internetnutzung ....	249

## 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 anwendbar/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

# 1. EINLEITUNG

## 1.1 Relevanz

Versorgungsangebote erreichen die Betroffenenengruppe der 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) zeigte. 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<sup>1</sup> deutlich seltener internetnutzungsspezifische 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 spezifische, auf eine Internetnutzungsstörung ausgerichtete Hilfen<sup>2</sup> betroffene Frauen bisher nicht erreicht oder wurden von ihnen nicht als passend empfunden. Zur fehlenden Inanspruchnahme spezifischer Hilfen gibt es trotz intensivierter Forschungsbemühungen keine zufriedenstellende Erklärung. So bleibt offen, wie man Versorgungsangebote besser auf die weibliche Betroffenenengruppe ausrichten kann. Oder gibt es womöglich gar keinen Versorgungsmangel – z. B., weil betroffene Frauen sich subjektiv weniger betroffen fühlen, weniger Leidensdruck hinsichtlich ihrer problematischen Internetnutzung empfinden?

Ein Hilfsangebot sollte optimal zielgruppenorientiert ausgerichtet sein. Dazu ist es wichtig, die Zielgruppe gut zu kennen. Dabei sollten nicht nur die zahlenmäßig Hauptbetroffenen, sondern auch die ‚ebenfalls Betroffenen‘ interessieren. Nicht Prävalenzen, sondern die Bandbreite möglicher Ausprägungen einer Internetproblematik bei Frauen sollte die Angebotsgestaltung steuern. Dazu ist es

---

<sup>1</sup> Zur besseren Lesbarkeit wird in dieser Arbeit die männliche Schreibweise verwandt. Dabei sind Männer genauso wie Frauen gemeint.

<sup>2</sup> Zur besseren Lesbarkeit werden Hilfen, die speziell auf Betroffene einer Internetnutzungsstörung ausgerichtet sind, im weiteren Textverlauf ‚spezifische Hilfen‘ genannt.

notwendig, die Facettenvielfalt, die diese Problematik bei Frauen (und im Übrigen auch bei Männern) annehmen kann, zu verstehen. Essenziell ist es, genau hinzuhören, wie die Betroffenen subjektiv die Schwelle zu einer Problematik einschätzen. Vielleicht unterscheidet sie sich von den offiziellen ‚externen‘ Kriterien einer Internetnutzungsstörung? Es sollte verstanden werden, welche Gründe es für eine Internetnutzungsstörung bei Frauen gibt, inwiefern das mit bestimmten Lebenserfahrungen und sozialen Prägungen zu tun haben könnte. Auch könnte man 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, diese subjektiven Relevanzen zu verstehen. Wie stehen diese Betroffenen im Leben? Was ist ihnen wichtig? Welche Regeln, Tabus und gesellschaftliche Rollenwertungen prägen sie?

Vielleicht hat die Zielgruppe ein ganz gutes Gespür dafür, was sie an Hilfen benötigt, nur die Anbieter von Versorgungsangeboten kennen diese Bedarfe nicht? Zumindest scheint die Betroffenenengruppe zu wissen, welche Hilfen *nicht* passen. Dazu zählen offensichtlich spezifische Hilfen bei einer Internetnutzungsstörung. Um betroffene Frauen besser mit spezifischen Hilfen zu erreichen, sollte die Zielgruppe in ihrer Vielfältigkeit und Komplexität noch besser kennengelernt werden. So kann ein zielgruppenorientiertes Angebot entwickelt werden, 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.

## **1.2 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 für sie schädliche Weise nutzen. Im deutschsprachigen Raum 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 z. B. Computerspielstörung (CSS), Pornografienutzungsstörung (PNS) oder Soziale-Netzwerke-Nutzungsstörung (SNS) (vgl. Rumpf et al., 2021). Eine Internetnutzungsstörung wird von den Autoren als Oberbegriff vorgeschlagen für „Störungen aufgrund von Verhaltenssüchten, die sich ausschließlich oder vorwiegend auf online ausgeübte Verhaltensweisen beziehen“ (Rumpf et al., 2021, S. 183). Das Begriffsselement ‚Störungen‘ ermöglicht laut der Autoren die Kompatibilität mit dem DSM-5 und dem ICD-11 und vermeidet Stigmatisierungen, die 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 eher von einer Internetsucht oder Internetabhängigkeit. In der englischsprachigen Forschung finden sich als Bezeichnungsvarianten z. B. 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, 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 ein wesentliches Anliegen dieser Studie, die relevanten Eigenschaften einer problematischen Internetnutzung bei Frauen mit offenem Blick nochmals empirisch zu bestimmen.

Dazu war es notwendig, sich in dieser Arbeit auch begrifflich neu zu sensibilisieren. Als Dachbegriff für den zentralen Untersuchungsgegenstand wurde daher die ‚problematische Internetnutzung‘ gewählt. 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).

Diese Forschungsarbeit entscheidet sich also gegen die Verwendung der zurzeit gängigen Begriffe wie Internetnutzungsstörung oder internetbezogene Störung, gleichwohl eine solche bei vielen der einbezogenen Interviewpartnerinnen vorlag. Diese Begriffe weisen auf einen Krankheitscharakter hin, der zu eng gefasst wäre und die Erschließung des Untersuchungsgegenstandes konterkariert hätte. Würde sich die vorliegende Forschungsarbeit nur auf diejenigen konzentrieren, die nach vorliegenden Diagnostikkriterien 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 sollten in der vorliegenden Arbeit berücksichtigt werden.

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. z. B. 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 ist mit dem in der vorliegenden Forschungsarbeit verwandten Begriff der problematischen Internetnutzung *nicht* gemeint. Stattdessen werden *alle* relevanten Schweregrade einer in irgendeiner Form schädlichen Internetnutzung eingeschlossen und nicht nur der Bereich unterhalb des Bereichs mit Krankheitswert.

Trotz der Verwechslungsgefahr erschien 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 einen ersten wichtigen Schritt in Richtung Betroffenenperspektive dar.

Zudem zeigt sich hier eine grundlegende Vorsicht, mit der sich dem Untersuchungsgegenstand genähert wurde. Auch wenn die vorliegende Arbeit in der Internetsuchtforschung und Versorgungsforschung situiert ist, tritt sie bewusst einen Schritt zurück und fokussiert sich nicht ausschließlich auf eine Sucht oder Störung. Ob eine solche zutrifft, sollte das Ergebnis der Auseinandersetzung mit den Forschungsdaten sein. Das Phänomen der problematischen Internetnutzung bei Frauen kann nur dann ganzheitlich empirisch erfasst werden, wenn auch Betroffene geringerer Schweregrade eingeschlossen sind. Eine Internetnutzung kann auch ohne Krankheitswert als problematisch empfunden werden und Leidensdruck erzeugen. Würde die Konzentration zu sehr auf dem Krankheitswert liegen, könnten wichtige Hinweise übersehen werden.

Diese Arbeit schließt sich mit ihrer Position anderen Forschenden mit ähnlicher Haltung an. Beard und Wolfs z. B. 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 der 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 („Pseudopatients“) führen könne. (Panova & Carbonell, 2018, S. 256)

Diese Haltung ist anschlussfähig für das vorliegende Forschungsvorhaben. Dabei besteht kein Zweifel daran, dass es ‚süchtiges‘ oder ‚gestörtes‘ Internetnutzungsverhalten gibt. Dennoch will die vorliegende Studie der Unkenntnis darüber, wie sich das Phänomen letztendlich in Bezug auf Frauen gestaltet, Tribut zollen

und eine Vorabkettierung 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 werden die Begriffe folgendermaßen genutzt:

- Wird allgemein vom hier adressierten Untersuchungsgegenstand gesprochen, kommt der Begriff Problematische Internetnutzung zum Einsatz.
- Ansonsten wird der Begriff, den die jeweilige Studie verwendet, aufgegriffen, mit der Grundannahme, dass die Forschungsarbeiten trotz unterschiedlicher Terminologie dasselbe oder ein ähnliches Phänomen meinen.
- Wenn von Frauen als untersuchte Akteure die Rede ist, dann sind damit erwachsene Personen ab 18 Jahren gemeint, die sich selbst dem weiblichen Geschlecht zuordnen. Die Erkenntnisse dieser Forschungsarbeit lassen sich aber sicherlich auch auf jüngere Frauen anwenden, zumal sich daraus auch Implikationen für die Prävention ableiten lassen.

### **1.3 Forschungsstand: Problematische Internetnutzung bei Frauen**

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.

#### **1.3.1 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 Betroffenen-Gruppe bezeichnet wurden (vgl. z. B. Ko, 2005). Frauen waren zwar oft in die Stichproben eingeschlossen, wurden aber trotz diagnostizierter problematischer Internetnutzung nicht näher in Betracht gezogen, wie sich z. B. 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 Teilnehmerdensoziodemografie nahmen die Forschenden allerdings 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. z. B. 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 z. B. 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 eine männliche Nutzungsrealität abbilden. Sie mögen auf weibliche Betroffene anwendbar sein, da es geschlechterübergreifende Überschneidungen gibt. Dennoch stellt sich die Frage, welchen Unterschied es für die heutige Situation machen würde, hätten die Stichproben in bisherigen Studien zu einem deutlich größeren Teil aus weiblichen Betroffenen bestanden. Es gibt auch andere Beispiele: In der Studie von Young (2007) z. B. besteht die Stichprobe von n=114 von einer Internetsucht betroffenen Klienten 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).

### **1.3.2 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 diese 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 Forscherteam 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)

*Tabelle 1: Prävalenzschätzung Internetabhängigkeit und riskanter Internetgebrauch im Geschlechtervergleich laut PINTA-Studie 2011*

		Geschätzte Prävalenz einer Internetabhängigkeit (CIUS)	Geschätzte Prävalenz einer Internetabhängigkeit (LCA)	Geschätzte Prävalenz eines riskanten Internetgebrauchs (LCA)
Gesamtstichprobe <b>14-64 Jahre</b> (n=15.023)	<b>Frauen</b>	<b>1,3%</b>	<b>0,8%</b>	<b>4,4%</b>
	Männer	1,7%	1,2%	4,9%
	Gesamt	1,5%	1,0%	4,6%
Altersgruppe <b>14-24 Jahre</b> (n=2.937)	<b>Frauen</b>	<b>4,5%</b>	<b>2,4%</b>	<b>14,8%</b>
	Männer	3,0%	2,5%	12,4%
	Gesamt	3,8%	2,4%	13,6%
Altersgruppe <b>14-16 Jahre</b> (n=693)	<b>Frauen</b>	<b>8,6%</b>	<b>4,9%</b>	<b>17,2%</b>
	Männer	4,1%	3,1%	13,7%
	Gesamt	6,3%	4,0%	15,4%

(Quelle: 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 Forscherteam 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)

Nachfolgende Prävalenzstudien bestätigen die ansteigende Betroffenheit von Frauen in Bezug auf eine Internetnutzungsstörung immer wieder. So zeigt z. B. 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).

### **1.3.3 Problematische Internetnutzung bei Frauen**

#### *1.3.3.1 Forschungsschwerpunkte*

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

(1) Ein zentraler Forschungsschwerpunkt unter Einbezug weiblicher Betroffener sind weiterhin *geschlechtervergleichende Prävalenzstudien*. Dabei werden weiterhin traditionelle Deutungsmuster verfestigt, denn das wiederkehrende Ergebnis aus dieser Perspektive lautet: Männer sind von einer problematischen Internetnutzung eher betroffen als Frauen. (vgl. z. B. 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 Betroffenensraten bei Frauen als bei Männern zeigen (vgl. z. B. 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. z. B. 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. z. B. 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. z. B. 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 nachhaltig, da er Erkenntnisse verfestigt, anstatt neue zu generieren, und somit erneut blinde Flecken im Umgang mit der weiblichen Betroffenenengruppe schafft.

(2) 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 z. B. 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) z. B. 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 ist los im Leben dieser Frauen, in der Partnerschaft, in dieser Lebensphase, dass Soziale Netzwerke und Sexualität auf diese Weise in Zusammenhang treten? Die Thematik und die interessante Zielgruppe hätten das Potenzial, 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 (s. o.) liegt der Fokus dabei auf punktuellen Zusammenhängen, die auf wichtige Entstehungszusammenhänge hinweisen, diese aber nicht erklären können. Laut Y. Yang et al. (2021) z. B. 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 teilnehmenden 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 aktuellen Recherchen nach nicht auffindbar. Aber geschlechtervergleichende Arbeiten sensibilisieren für die Existenz von geschlechterspezifischen Unterschieden hinsichtlich Risikofaktoren für eine problematische Internetnutzung, z. B. in Bezug auf eine IGD (vgl. G.-H. Dong & Potenza, 2022).

(3) 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 u. a. 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 wäre als bei Männern; bzw. 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 ermöglicht es den Forschenden, 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 Gesamtlogik des Forschungsdesigns ging die Studie nicht so offen an die Betroffenenengruppe 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, z. B., weil ihr neben der Kinderbetreuung und/oder Berufstätigkeit die zeitlichen Ressourcen fehlen?<sup>3</sup> Und was ist, wenn die

---

<sup>3</sup> Hier kann auf eigene Erfahrungswerte aus der Versorgungspraxis zurückgegriffen werden. Als Mediensuchtberaterin im Projekt OMPRIS (Dieris-Hirche, Bottel et al., 2021) hat die Autorin einige weibliche Betroffene einer problematischen Internetnutzung beraten. Eine alleinerziehende

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. Es zeigen sich herausstechende Merkmale, doch es bleibt unklar, in welchen Konstellationen diese Merkmale in der Realität miteinander verknüpft sind. Die soziodemografischen Daten sind vom Einzelfall entkoppelt dargestellt (vgl. z. B. 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 u. a. 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 auf. Die anderen vermuten, dass weibliche Betroffenen eher problematisch Soziale Netzwerke nutzen würden und im Alltag ihre Funktionalität aufrechterhielten, womit die Problematik also sehr wohl existiere, aber weniger sichtbar wäre. (vgl. Kuss & Griffiths, 2015, S. 22 ff.) Die Autoren der Studie merken an, dass weibliche Klienten und Patienten bei den interviewten 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

---

Mutter z. B. hätte aufgrund ihrer beruflichen und familiären Belastungssituation gar nicht die Zeit gehabt, zusätzlich noch wöchentliche Therapiesitzungen in ihren Alltag zu integrieren – die Problemeinsicht war vorhanden, aber die zeitlichen Ressourcen fehlten.

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 – z. B. aus Sicht der Betroffenen selbst und in Bezug auf die Lebensrealitäten der Betroffenen – es für die Nicht-Inanspruchnahme spezifischer Hilfen gäbe.

#### *1.3.3.2 Der Blick ‚von außen‘: Vernachlässigung der Betroffenenperspektive*

Anhand der beschriebenen bisherigen Forschungsschwerpunkte wird deutlich, dass viele Fragen deswegen offenbleiben, weil die Internetsuchtforschenden (mit wenigen Ausnahmen) den betroffenen Frauen selbst noch nicht ausreichend Raum zur Äußerung ihrer Erlebens- und Erfahrungsperspektiven 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 z. B. auch Lo et al., 2020 und Chen & Jiang, 2020).

Ein Grundansatz der qualitativen Forschung ist es, den Zugang zu einem Phänomen über die subjektive Perspektive zu erreichen. Wo diese in der Internetsuchtforschung eingesetzt wird, zeigt sich, wie gut sie quantitative Verfahren ergänzt, z. B. als Teil eines Mixed-Methods-Designs (vgl. Müller et al., 2019; 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 Betroffenenerfahrungen 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 u. a. 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 z. B. merkt beim Kriterium ‚Aufgabe 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 u. a. 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 (s. o.) 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 interessante 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 Autoren stellen pathologisches Computerspielen in einen größeren Zusammenhang. In ihrem Fazit resümieren sie gesellschaftskritisch:

„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 z. B. 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, außenvorgelesen 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 Vorgehen (vgl. auch Douglas et al., 2008). Qualitative Studien, die sich *allein* auf betroffenen Frauen konzentrieren, sind kaum auffindbar<sup>4</sup>. Ein Fundstück war eine britische Studie von Corney und Davis (2010), in der n=25 erwachsene Online-Glücksspielerinnen, darunter n=16 problematische

---

<sup>4</sup> 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. z. B. Rakhmawati et al., 2021).



Online-Glücksspielerinnen, mittels halbstrukturierter qualitativer Interviews befragt wurden. In geschlechterübergreifenden qualitativen Studien besteht das Risiko, dass die Perspektiven von betroffenen Frauen untergehen, insbesondere wenn das Forschungsdesign nicht darauf ausgerichtet ist, dass ihre individuelle Perspektive dennoch Raum findet (z. B. 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. z. B. Aston et al., 2019; Aubut et al., 2021; Fedorova et al., 2020; Johnson et al., 2017) und mit Fokus auf Frauen (vgl. z. B. Haile et al., 2020; Vogt, 2021; Vogt, 1994). So war es bereits möglich, neue Erkenntnisse z. B. 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 z. B. für die Kombination aus randomisiert kontrollierten Studien mit qualitativen Methoden plädieren.

#### *1.3.3.3 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 sind für die vorliegende 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 zum Anliegen auch der vorliegenden Dissertation passt.

(1) 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 u. a. dazu führt, dass Frauen ihre Faszination für Onlinespiele nach außen hin verbergen (Kuss et al., 2022, S. 6) oder z. B. 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 Spielennutzung (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)

(2) 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. Sie 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, z. B. durch die Steigerung von Macht und Einfluss innerhalb des Spiels, (2) Soziale Motivation, z. B. 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.

(3) 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 u. a. 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 u. a. 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 Smartphone-nutzung 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 Smartphone-nutzung. 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.

(4) 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, einer 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.

(5) Zu guter Letzt soll mit Young (1996b) noch eine der frühesten internetsuchtbezogenen 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 Entzugerscheinungen 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 einer betroffenen Frau eine neue 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 on-line 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 sichtbarer zu machen.

### **1.3.4 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) z. B. 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 des 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 auftretende 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 der quantitativen Forschung 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 paradoxerweise 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 quantitativ geprägten Studienlage dar.

#### **1.4 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. Die Autorin der vorliegenden Forschungsarbeit hat sich dafür entschieden, 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. Die vorliegende Studie nutzt kein durchgängiges theoretisches Konzept, sondern legt an die verschiedenen Dimensionen des Untersuchungsgegenstandes separate theoretische Perspektiven an. Diese sollen im Folgenden vorgestellt werden.



### 1.4.1 Frauenspezifische Perspektive

Diese Forschungsarbeit 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. z. B. Vogt, 2015; Ashley et al., 2003; Vogt, 1994). In Bezug auf substanzbezogene Abhängigkeit zeigen sich u. a. 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 die vorliegende Arbeit geht davon aus, dass Frauen ‚anders süchtig‘ sind als Männer. Das ist unter anderem, aber nicht allein auf das biologische Geschlechts zurückzuführen, sondern auf ein komplexes Zusammenspiel von sozialen und kulturellen Kontextfaktoren (vgl. J. B. Becker et al., 2016).

Die vorliegende Arbeit reflektiert dabei auch die Herausforderung, 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) Die vorliegende Arbeit will also nicht in einen Geschlechtervergleich treten, sondern – ausgehend von der Tatsache, dass es dieses Phänomen bei Frauen nachweislich gibt – sich ausschließlich auf Frauen als Betroffenenengruppe fokussieren. Sie geht davon aus, dass Frauen und Männer ‚unterschiedlich betroffen‘ sind, wenn es sicher auch viele Ähnlichkeiten gibt. In dieser Arbeit geht es allerdings ausschließlich um Ähnlichkeiten und Unterschiede *innerhalb der weiblichen Betroffenenengruppe*.

#### **1.4.2 Sozialwissenschaftliche Perspektive**

Das Vorgehen in dieser Arbeit ist – ergänzend zu gesundheitswissenschaftlichen Perspektiven – auch durch sozialwissenschaftliche Perspektiven geprägt. Das wirkt sich dahingehend aus, dass diese Arbeit Zuschreibungen und Diagnosen zwar nicht grundsätzlich in Frage stellt (wie es z. B. Timimi, 2014 tut), aber in ihrer Bedeutung und Auswirkung kritisch reflektiert. Eine zentrale Aussage der reflexiven Suchtforschung (vgl. z. B. 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 wieder (vgl. z. B. H. S. Becker, 1953, 2019). Auch die Internet-suchtforschung 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 1.2 zur Begriffsdiskussion).

Diese Arbeit schließt also einerseits an die Suchtforschung und Versorgungsrealität an, die mit objektivierenden Diagnosen forscht und arbeitet, öffnet aber auch den Blick für alternative Deutungen, insbesondere für die subjektiven Suchtheorien der betroffenen Frauen. Sie setzt sich damit mit dem Spannungsverhältnis zwischen den verschiedenen Wirklichkeitskonstruktionen Betroffener, der Umwelt, der Forschung und eigenen Suchtkonzepten auseinander.

### **1.4.3 Biografische Perspektive**

Ein zentraler Ausgangspunkt dieser 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‘ wird in dieser Arbeit als die Lebensgeschichte eines Menschen verstanden. 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 dieser Arbeit kein vollständig objektivierbarer Gegenstand, sondern ein subjektiv gestaltetes Konstrukt, das durch Erzählung und Beschreibung entsteht. Zusätzliche Quellen wie z. B. Geburts- und Sterberkunden oder die Darstellungen anderer Akteure wurden in dieser Arbeit nicht einbezogen, sondern nur die biografischen Schilderungen der Person, um deren Lebensgeschichte es geht. Dabei wird von einer Verallgemeinerbarkeit einzelner biografischer Erzählungen ausgegangen, da sich darin nicht nur die persönliche Erfahrung eines einzelnen Menschen zeigt, sondern auch kollektive Erfahrungen widerspiegeln (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, wird in dieser Arbeit also ‚eine Stimme von vielen‘, die eine Erfahrungsfacette des Phänomens repräsentiert.

Die biografische Perspektive impliziert auch den Einbezug der Medienbiografie bzw. Mediensozialisation (vgl. z. B. 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, z. B. im Zusammenhang mit Krebserkrankungen (vgl. z. B. Grossarth-Maticek, 2018; König & Nittel, 2016) oder mit psychischen Erkrankungen (vgl. z. B. Krumm, 2010). Weilnböck (2003) untersuchte auf Basis eines exemplarischen Einzelfalls psychotraumatologische Belastungsfaktoren im (medien-)biografischen Kontext. In Bezug auf Sucht beschäftigen sich biografisch orientierte Studien z. B. mit dem Thema Alkoholismus (vgl. z. B. Vogt, 1994; Jüttemann-Lembke & Kern, 1987), dem Aspekt Selbstheilung (Klingemann, 2007) oder der Bewältigung einer Drogenabhängigkeit (vgl. z. B. 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.

#### 1.4.4 Familienperspektive

In Anknüpfung an die biografische Perspektive ist ein weiterer wichtiger Bezugspunkt der vorliegenden 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 Risikofaktor. Studien machen z. B. einen Zusammenhang zwischen der Qualität der elterlichen Fürsorge (vgl. z. B. 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. z. B. Braun, 2014; Hirschhäuser & Rosenkranz, 2012) sowie ungünstige bis hin zu traumatische Kindheitserfahrungen (vgl. z. B. 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). Die vorliegende Arbeit geht davon aus, 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. z. B. 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 z. B. einer Borderlinestörung, und diese wiederum im Zusammenhang mit einer problematischen Internetnutzung (vgl. z. B. Lu et al., 2017; Wu et al., 2016).

In dieser Arbeit werden auch allgemeiner gefasste Konzepte reflektiert und methodisch integriert, die belastende Kindheitserfahrungen erfassen wie z. B. das ACE-Konzept (Felitti et al., 1998; Wingenfeld et al., 2011). Kriterien, die belastende Lebenserfahrungen in Kindheit und Jugend erfassen, wie z. B. im Adverse

Childhood Experiences International Questionnaire (ACE-IQ) (World Health Organization, 2020), im Childhood Trauma Questionnaire (CTQ) (Wingenfeld et al., 2010) sowie in der Variante CTQ-58 (Grajewski & Dragan, 2020) enthalten, beeinflussten die Analyse der Herkunftsfamiliensituation. Diese Arbeit reflektiert zudem allgemeine bindungstheoretische Kategorien, die sich in Erhebungsinstrumenten wie z. B. dem Adult Attachment Interviews (AAI) abbilden (George et al., 1985, 1996; Gloger-Tippelt, 2016). Dazu gehören z. B. die allgemeine Familienkonstellation, die Beschreibung der Beziehung zu den Eltern und anderen Bezugspersonen, Erfahrung mit Vernachlässigung oder Missbrauch, mit Verlust und Trennung (George et al., 1996, S. 39 ff.; Reiner et al., 2013, S. 234 ff.).

#### **1.4.5 Perspektive der Lebensbewältigung**

Als letzte forschungsleitende theoretische Perspektive dieser Arbeit soll die der Lebensbewältigung angeführt werden. Unter einer Lebensbewältigungsstrategie versteht diese 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 der vorliegenden Arbeit also zum einen Verhaltensweisen beinhalten, zum anderen auch Einstellungen und Haltungen. Angenommen wird, dass Menschen Lösungsmuster entwickeln, um Krisen, aber auch dem Leben allgemein zu begegnen, das aus einer Abfolge an Veränderungen und Herausforderungen besteht. Lebensbewältigungsstrategien werden initial in der Herkunftsfamilie gelernt, sei es, dass familiäre Bewältigungsmuster übernommen oder eigene entwickelt wurden, um mit den Herausforderungen in der Herkunftsfamilie umgehen zu können. Die Strategien verfestigen sich dann im weiteren Lebensverlauf, so die Annahme dieser Arbeit, können aber gleichzeitig auch jederzeit modifiziert werden. Lebensbewältigungsstrategien werden in diesem Verständnis also gelernt, sind unter Umständen also auch veränderbar, wenn sie der Person bewusstwerden. Im nächsten Schritt geht diese Arbeit davon aus, dass auch die

Medien- und Internetnutzung eine Lösungsstrategie darstellt oder als Element einer übergreifenden Lösungsstrategie fungiert. Aus dieser Perspektive wird auch eine *problematische* Internetnutzung als Lösungsstrategie betrachtet, 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) Die vorliegende Arbeit greift dieses Verständnis auf, indem sie nicht ausschließlich die problematische Internetnutzung untersucht, 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 Copingstrategien zurückgreifen können, eher dazu neigen, das Internet als Ausgleich zu nutzen, so die Autoren.

„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‘. Die vorliegende Arbeit schließt sich dieser Sichtweise insofern an, als dass sich hier die Verknüpfung von Bewältigungsstrategien außerhalb der Internetnutzung und Bewältigungsstrategien mithilfe der Internetnutzung abzeichnet. Diese vorliegende Arbeit denkt allerdings noch einen Schritt weiter: In Anlehnung an Charlton und Neumann wird in der vorliegenden Arbeit 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 dieser Arbeit.

## 1.5 Ziele und Forschungsfragen

In dieser Arbeit sollen erste Schritte erfolgen, um die in 1.3 geschilderte Forschungslücke mithilfe der in 1.4 genannten theoretischen Perspektiven zu schließen. Dies setzt sie um, indem sie:

- der Fallorientierung und der fallimmanenten Logik den Vorrang gibt, bevor die komparative Analyse und die Verallgemeinerung erfolgt;
- den Fokus auf Erklärungen, Zusammenhänge und Kontextfaktoren legt;



- und die Perspektiven der Betroffenen mit ihren biografischen und sozialen Prägungen in den Mittelpunkt der Erkenntnisgenerierung rückt.

Die Grundhaltung dieser Arbeit ist es, die untersuchten Frauen als die eigentlichen Expertinnen ihres Internetnutzungsverhaltens anzusehen. Dabei verortet sich diese Arbeit in der Internetsuchtforschung und Versorgungsforschung, nähert sich dem Phänomen aber aus sozialwissenschaftlich geprägter Perspektive an. Mithilfe eines qualitativen Forschungsansatzes, der subjektive Erfahrungen und komplexe Zusammenhänge erfasst, soll das fragmentierte Bild von problematisch internetnutzenden Frauen um wichtige Verbindungselemente ergänzt und ein Schritt in Richtung eines greifbaren, ganzheitlichen Bildes dieser wichtigen Betroffenenengruppe gegangen werden. Mit dem Einbezug sozialwissenschaftlicher Forschungsansätze setzt diese Arbeit in der Tradition substanzbezogener Suchtforschung fort, die schon lange mithilfe sozialwissenschaftlicher Perspektiven und qualitativen Methoden forscht. Die Ergebnisse dieser Arbeit sollen unmittelbar anschlussfähig sein an die Versorgungspraxis, indem sich daraus Antworten für eine verbesserte Präventions-, Beratungs-, Behandlungspraxis ableiten lassen. Sie soll Hilfestellung bieten, um Versorgungsangebote zielgruppenorientierter und gendersensibler auszurichten. Perspektivisch betrachtet soll diese Arbeit einen Beitrag dazu leisten, dass mehr betroffene Frauen durch passende Versorgungsangebote erreicht werden können.

Vor diesem Hintergrund lassen sich folgende Forschungsfragen formulieren:

- *Forschungsfrage 1:* Wie zeigt sich eine problematische Internetnutzung bei Frauen? (Ziel: Deskription des Symptoms)
- *Forschungsfrage 2:* Wie erklärt sich eine problematische Internetnutzung bei Frauen aus biografischer Perspektive? (Ziel: Erarbeitung der Entstehungszusammenhänge)
- *Forschungsfrage 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)

## 2. MATERIAL UND METHODEN

### 2.1 Integrativer qualitativer Forschungszugang

In dieser Studie wurde ein qualitativer Forschungszugang gewählt, 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 der Haltung der Autorin. 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 werden über interaktive Kommunikation, z. B. über Interviews erhoben. Das generierte Datenmaterial wird in methodisch kontrollierten, intersubjektiv nachvollziehbaren Schritten ausgewertet, mit einer offenen, flexibel auf Unerwartetes eingehenden Haltung (vgl. Kruse, 2014, S. 43).

Für die vorliegende Arbeit waren Gütekriterien der qualitativen Forschung handlungsleitend (vgl. auch Steinke, 2019; Kruse, 2014, S. 54 ff.) mit hauptsächlich

Orientierung an den von Strübing et al. (2018) formulierten verfahrensübergreifenden Gütekriterien *Gegenstandsangemessenheit*, *Empirische Sättigung*, *Theoretische Durchdringung*, *Textuelle Performanz* und *Originalität*. Es handelt sich 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 orientiert sich die vorliegende Arbeit an sehr *offenen* Verfahren qualitativer Forschung aus, insbesondere an einem integrativen Ansatz innerhalb der rekonstruktiven qualitativen Forschung, dem Integrativen Basisverfahren nach Kruse (2014). Warum schien ein sehr offenes Verfahren wichtig? Zur Beantwortung der Forschungsfragen mit dem Anspruch, die Betroffenenperspektive in den Mittelpunkt zu rücken, ist gefordert, Zugang zu belastenden Lebenserfahrungen betroffener Frauen zu erlangen. Die Qualität der Erkenntnisgenerierung – so die Überzeugung der Autorin dieser Arbeit – hängt davon ab, wie gut es gelingt, eine Vertrauensgrundlage zu den Akteurinnen des Untersuchungsfeldes zu schaffen. Insbesondere aus forschungsethischen Gründen schien der Respekt vor den Lebenserfahrungen der Interviewpartnerinnen zentral: Für ihre Offenheit, die eigenen Erfahrungen in ihrer Komplexität und ‚Unperfektheit‘ 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 (z. B. 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 Reflexion des Forschungsprozess notwendig (vgl. Maßnahmen zur Qualitätssicherung in 2.3.3.6). 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 z. B. die Rekrutierung auf Institutionen zu erweitern, die vorher nicht eingeplant waren (vgl. 2.2.1). Auch hinsichtlich der Datengenerierung gab es bereits Ideen, welche Auswertungsmethode womöglich am besten zum biografischen Datenmaterial passen würde<sup>5</sup>, doch dann wurde deutlich, dass es mit den anvisierten Methoden nicht möglich wäre, dem Datenmaterial angemessen zu begegnen und die Forschungsfrage zu beantworten. So wurde beschlossen, bestehende Verfahren so zu kombinieren (vgl. 2.3).

Das Integrative Basisverfahren nach Kruse (2014) eignet sich nicht zuletzt deswegen als auswertungsleitendes Rahmenverfahren für die vorliegende 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.

---

<sup>5</sup> Ausgehend von der Erhebungsmethode (biografisch orientierte narrative Interviews) schienen z. B. klassische Auswertungsmethoden der Biografieforschung wie die Narrationsanalyse (Schütze, 1977, 1983) oder die Biografische Fallrekonstruktion (Rosenthal, 2014) naheliegend. Allerdings hätten diese als Analyseinstrumente nur zum biografischen Aspekt des Untersuchungsgegenstandes gepasst und nicht zur Erschließung der problematische Internetnutzung.

Forschende würden sich erst dann *tatsächlich* methodisch offen zeigen, wenn sie nicht mit einem Universalschlüssel, 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 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 Empirieorientierung sichergestellt werden. (vgl. Strübing et al., 2018, S. 86 ff.)

## **2.2 Datengenerierung**

Für die vorliegende Forschungsarbeit wurden insgesamt mehr als 67 Stunden Interviewmaterial erzeugt sowie Fragebögen und Postscripts. Im Folgenden wird die Konzeption und Umsetzung des Datengenerierungsprozesses erläutert.

### **2.2.1 Rekrutierung und Sampling**

Im Gegensatz zur statistischen Fallauswahl in der quantitativen Forschung, die auf einer Logik der Repräsentativität beruht (vgl. Kruse, 2014, S. 242 f.), basiert die Fallauswahl der vorliegenden qualitativen Studie auf einer Logik der *Repräsentation*. Welche verschiedenen Dimensionen, Perspektiven, Bedeutungszuschreibungen oder Erfahrungshintergründe des Untersuchungsgegenstandes

sind relevant und sollten sich 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 der Datengenerierung lag der Schwerpunkt bei der 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.)

In der vorliegenden Arbeit wurde eine *kombinierte Samplingstrategie* angewandt. 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 wurde mit maximaler Offenheit versucht, überhaupt betroffene Frauen als Interviewpartnerinnen zu finden. Es wurden daher alle Frauen, bei denen es zu einem Interviewtermin kam, in die Studie einbezogen, da auch nicht klar war, ob sich nicht im Laufe des Gesprächs eine Problematik herauskristalisieren würde. Hier wurde als Samplingtechnik also die *Fallauswahl nach Gelegenheit und Zugangsmöglichkeit* (Convenience Sampling) angewandt, die sich bei schwierig zugänglichen Zielgruppen eignet (vgl. Misoch, 2015, S. 193). Um dennoch Varianz und Datenqualität sicherzustellen, wurde auf eine große Reichweite durch eine bundesweite Rekrutierung geachtet. Zudem wurde entschieden, auch Frauen zu rekrutieren, die das Internet ‚gern bzw. intensiv‘ nutzen, um die Schwelle zur Problematik zu erfassen. Mehr Kriterien waren vorab nicht abzusehen, weswegen z. B. keine geplante Samplezusammensetzung im Sinne eines Purposive Samplings (vgl. Misoch, 2015, S. 194 ff.)

erfolgte, z. B. durch gezieltes Kontaktieren passender Interviewpartnerinnen bzgl. vorab festgelegter Merkmale. Die Rekrutierung wurde beendet, als zusätzliches Datenmaterial 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 eine Anlehnung an die Technik des Theoretical Samplings, indem die Forscherin sich bei der Fallzusammenstellung nach dem Prinzip minimaler und maximaler Kontrastierung von den Erkenntnissen leiten ließ, die sich während der Erhebung 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 die erinnerten Erkenntnisse aus den Interviews der Forscherin Orientierung gaben, wann eine theoretische Sättigung erreicht war und die Rekrutierung beendet werden konnte.

Die Umsetzung der Datengenerierung erfolgte in einem sechsmonatigen Zeitraum von Anfang Januar bis Ende Juni 2015 im gesamten Bundesgebiet in separaten Studienaufrufen: 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, wurde bei der Rekrutierung bewusst eine Thematisierung problematischer Internetnutzungsaspekte sowie die Erwähnung der Sektion Suchtmedizin und Suchtforschung als institutioneller Kontext der Doktorandin vermieden. Diese Hintergründe wurden den Befragten aber während des Interviews transparent gemacht. Der Studienaufruf startete im Januar 2015. Rekrutierungsgruppe 2 bestand aus Frauen, die ihrer eigenen Einschätzung nach das Internet *problematisch* nutzten. Der Studienaufruf thematisierte 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 (vgl.



Abb. 1). Der Studienaufruf von Rekrutierungsgruppe 2 startete drei Monate nach dem Studienaufrufstart von Rekrutierungsgruppe 1.

Über die Internetnutzungsmerkmale hinaus war das einzige weitere Einschlusskriterium ein Alter ab 16 Jahren, welches allerdings im weiteren Studienverlauf auf 18 Jahre hochgesetzt wurde, da entschieden wurde, sich auf erwachsene Frauen als Betroffenenengruppe zu fokussieren.

[...] Eine „problematische“ Onlinenutzung kann alles Mögliche sein:

- Sei es, dass es nicht mehr möglich ist, ohne bestimmte Onlinedienste (z. B. Facebook, WhatsApp, Onlinespiele, Internetrecherche, bestimmte Foren, Chat, Onlinepornografie, Onlinesex, Internetshopping, Online-Glücksspiel u. v. m.) 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 z. B. 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!

(Quelle: eigene Darstellung)

Abbildung 1: Studienaufruf (Ausschnitt) für Rekrutierungsgruppe 1

Zur Exploration des Untersuchungsfeldes wurden zudem qualitative Experteninterviews mit n=13 Beratenden und Behandelnden sowie n=5 gesundheitspolitischen Akteuren geführt. 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 wurde ein heterogenes Sample im Umfang von n=24 Fällen erreicht, das sich in 22 teilnarrativ-biografischen Einzelinterviews und 1 Doppelinterview abbildet. Davon meldeten sich 11 Frauen im Rahmen des Studienaufrufs von Rekrutierungsgruppe 1, 13 Frauen im Rahmen des Studienaufrufs von Rekrutierungsgruppe 2. Die Kommunikationskanäle, mit denen die Teilnehmenden erreicht wurden, waren ein regionaler E-Mail-Studienaufruf in einem universitären

Netzwerk (n=11), ein bundesweiter E-Mail-Studienaufruf an Suchtberatungs- und -behandlungseinrichtungen und Selbsthilfeorganisationen mit Schwerpunkt Internetsuchtstörungen (n=6), Inserate in Onlineforen (n=2), Direktkontaktierungen in Onlineumgebungen, wo intensive Internetaktivitäten stattfinden (n=1, z. B. Onlinedatingplattformen), Facebook (n=1) und Unbekannt (n=2). Die Interviews wurden in 20 Fällen face-to-face an einem gut erreichbaren, neutralen Ort oder bei den Teilnehmerinnen daheim durchgeführt, in 4 Fällen telefonisch. Alle Interviews wurden von einer Person, von der Doktorandin selbst, durchgeführt. Die Interviewdauer betrug zwischen 64 und 193 Minuten, im Mittel 128 Minuten. Die Gespräche wurden digital aufgezeichnet.

Die Teilnehmenden wurden vorab mithilfe einer Studienaufklärung über die Forschungsarbeit informiert und unterschrieben eine Einverständniserklärung (vgl. Anhang 1.1 bis 1.4). Die Studienkonzeption war der Ethikkommission der Universität Tübingen vorgelegt worden 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*

Merkmal	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	Größere Mittelstadt (50.000 bis 100.000 Einwohner)	7
	Kleinere Großstadt (100.000 bis 500.000 Einwohner)	6

	Kleine Kleinstadt (5.000 bis 10.000 Einwohner)	4
	Große Großstadt (ab 500.000 Einwohnern)	3
	Kleinere Mittelstadt (20.000 bis 50.000 Einwohner)	2
	Größere Kleinstadt (10.000 bis 20.000 Einwohner)	1
	Keine Angabe	1
Kinder	<b>Kinderlos</b>	<b>15</b>
	<b>Mit Kindern</b>	<b>9</b>
	• 1 Kind	1
	• 2 Kinder	3
	• 3 Kinder	4
	• 4 Kinder	1
Familienstand	<b>Mit Partner</b>	<b>13</b>
	• Geschieden aus eingetragener Lebenspartnerschaft	1
	• Verheiratet	6
	• Geschieden und neu verheiratet	3
	• Ledig mit Partner	3
	<b>Ohne Partner</b>	<b>11</b>
	• Ledig ohne Partner	10
• Noch verheiratet, aber in Trennung/Scheidung	1	
Höchster (beruflicher) Bildungsabschluss	Abitur	8
	Hochschul-/Universitätsabschluss	8
	Lehre/Berufsausbildung	3
	Mittlere Reife	2
	Promotion	1
	Keine Angabe	2
Berufliche Tätigkeit	<b>Berufstätig</b>	<b>12</b>
	<b>Im Studium</b>	<b>6</b>
	<b>Keine berufliche Tätigkeit</b>	<b>5</b>
	• Rentnerin	2
	• Hartz 4	2
	• Krankgeschrieben/in Rentenanwartschaft	1
	<b>Unbekannt</b>	<b>1</b>

(Quelle: eigene Darstellung)

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

Merkmal	Ausprägung	Fallanzahl
Erfahrung mit psychologischen Hilfsangeboten	Ja	20
	Nein	3
	Unbekannt	1
Erfahrung mit Hilfsangeboten bei einer probl. Internetnutzung	<b>Nein</b>	<b>19</b>
	<b>Ja</b>	<b>5</b>
	• Selbsthilfe	3
	• Beratung	1
	• Ambulante Therapie u. Selbsthilfe	1
	• Stationäre Therapie	0

(Quelle: eigene Darstellung)

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 zum Schutz der persönlichen Daten Angaben wie das Lebensalter, die genaue Anzahl der Kinder, der genaue Beruf und andere personennahe Merkmale allgemeiner gefasst oder weggelassen wurden.

Tabelle 4: Vorstellung des Samples

Anmerkungen: LJ = Lebensjahr, RG = Rekrutierungsgruppe

ID	RG	Interviewdauer (h:m)	Soziodemografische Eckdaten zum Interviewzeitpunkt	Eckdaten Internetnutzung	Aktive probl. Internetnutzung?	Markante biografische Eckdaten bzgl. Herkunftsfamilie
F01	1	2:35	40.-45. LJ, dauerhaft erwerbsunfähig wg. Krankheit, verheiratet in 2. Ehe, Kinder aus 1. Ehe	Probl. Internetrecherche-Episode, als F01 von der Online-sucht ihres Ehemanns erfuh; im Alltag intensive Nutzung von Internetrecherche und Sozialen Netzwerken	Nein	Vater Alkoholiker und gewalttätig; sex. Missbrauch der Geschwister; Scheidung der Eltern; Aufwachsen bei alleinerziehender Mutter mit fördernder Großmutter
F02	1	2:08	75.-80. LJ, Rente, verheiratet in 2. Ehe, Kind aus 1. Ehe	Intensive E-Mailnutzung, eigene Website mit Blog, Nutzung Sozialer Netzwerke und Organisation von Auslandsreisen über das Internet	Wird nicht als probl. empfunden	Jüngste von vielen Geschwistern; aufgewachsen in einem talent- und autonomiefördernden Umfeld
F03	1	1:45	35.-40. LJ, berufstätig, ledig/ohne Partner, keine Kinder	Probl. Internetrecherche und probl. Nutzung Sozialer Netzwerke	Ja	Vater Alkoholiker; Eltern bleiben zusammen; negative Familienatmosphäre
F04	1	1:19	40.-45. LJ, berufstätig, ledig/ohne Partner, keine Kinder	Intensive Nutzung von Online-datingplattformen; im Alltag Nutzung von E-Mail-Abonnements und Internetrecherche	Wird nicht als probl. empfunden	Lief als Kind ‚nebenher‘; Mutter sehr beschäftigt mit Haushalt; negative Beziehung zum Vater

ID	RG	Interviewdauer (h:m)	Soziodemografische Eckdaten zum Interviewzeitpunkt	Eckdaten Internetnutzung	Aktive probl. Internetnutzung?	Markante biografische Eckdaten bzgl. Herkunftsfamilie
F05	1	2:38	25.-30. LJ, berufstätig, ledig, keine Kinder	In der Jugend intensive Onlineforennutzung. Zum Interviewzeitpunkt intensive Nutzung von Chats u. Sozialen Netzwerken. Gelegentlich Prokrastination mit Internetrecherche und Sozialen Netzwerken.	Gelegentlich Prokrastination	Wächst nach Scheidung der Eltern in behüteter Atmosphäre bei Großeltern auf. Schwere Erkrankung und Tod des Großvaters.
F06		1:19	70.-75. LJ, Rente, verheiratet, Kinder	Intensiv mobile Internetnutzung, insbesondere Chat (WhatsApp) und Internetrecherche	Wird nicht als probl. empfunden	Wenig Informationen
F07	1	2:01	45.-50. LJ, berufstätig, verheiratet, Kinder	Zweiwöchige probl. Online-Glücksspiel-Episode, im Kontext einer sonst sehr regulierten, bewussten Internetnutzung	Nein	Konflikthaftes Verhältnis zur Mutter aufgrund nicht erfüllbarer Rollenerwartungen versus positives Verhältnis zum Vater
F08	1	1:30	35.-40. LJ, berufstätig, verheiratet, keine Kinder	Seit Jugendzeit gelegentlich probl. Computer-/Onlinespielen. Als Berufstätige Belastung empfinden bzgl. beruflicher E-Mails. Zeitweise zu lange andauerndes Online-shopping	Gelegentlich	Familie aufgrund von Umzügen sozial isoliert; Mutter chronisch krank; behütetes und förderndes Aufwachsen
F09	1	1:52	25.-30. LJ, im Studium, mit Partner, ledig, keine Kinder	Als Jugendliche probl. Onlinespielen und Fernsehen. Als Studierende Prokrastination mithilfe Sozialer Netzwerke und Internetrecherche, zudem probl. Handy-/Browserspielen und probl. Seriennutzung	Gelegentlich	Eltern abwesend; zu Schulzeiten Leistungsprobleme und Schulunlust; negatives Verhältnis zum Vater; Selbstdistanzierung von der Familie im Jugendalter
F10	2	2:29	50.-55. LJ, berufstätig, verheiratet in 2. Ehe, Kinder aus 1. Ehe	Probl. Chatten während Ehekrise (1. Ehe)	Nein	„Sandwich“-Kind; wenig Förderung seitens der Mutter, die älteres Geschwisterkind bevorzugte; sehr positives Verhältnis zum Vater
F11	2	2:02	30.-35. LJ, im Studium, ledig, keine Kinder	Probl. Onlinespielen im Studium kombiniert mit ausgeprägtem sozialem Rückzug	Nein	Bruder starb als F11 13 Jahre alt war; ihre Depression blieb von den Eltern unbemerkt; Scheidung der Eltern
F12	2	2:02	30.-35. LJ, berufstätig, ledig, keine Kinder	Probl. Chatten und Onlineforennutzung im Studium kombiniert mit ausgeprägtem sozialem Rückzug; Suizidversuch	Nein	Mutter verstorben. Vater unterstützend im Umgang mit der probl. Internetnutzung
F13	2	1:04	55.-60. LJ, berufstätig, ledig, keine Kinder	Probl. Onlinespielen im Kontext von Traumafolgen	Ja	Viele Umzüge der Familie; große Schwierigkeiten mit sozialen Kontakten; substanzbezogene Süchte

ID	RG	Interviewdauer (h:m)	Soziodemografische Eckdaten zum Interviewzeitpunkt	Eckdaten Internetnutzung	Aktive probl. Internetnutzung?	Markante biografische Eckdaten bzgl. Herkunftsfamilie
F14	2	2:48	25.-30. LJ, Studium, ledig/ohne Partner, keine Kinder	In der Jugend probl. Onlinepornografie u. Erotikchat kombiniert mit probl. Essverhalten; im Studium probl. YouTube- und Serienkonsum kombiniert mit probl. Essverhalten	Gelegentlich	Mutter mit Essproblematik; Entwicklung einer eigenen Essproblematik; negative Familienatmosphäre
F15	2	2:45	20.-25. LJ, Studium, ledig/ohne Partner, keine Kinder	Probl. Onlinespielen und Chatten im Studium in Kombination mit einer Abhängigkeitsbeziehung zu einem Onlinespieler	Nein	F15, Geschwisterkind und Mutter sind blind; negatives Verhältnis zum Vater, der von seinen Kindern fordert, sich die Blindheit nicht anmerken zu lassen
F16	1	2:45	25.-30. LJ, Studium, verheiratet, keine Kinder	Seit Schulzeit intensives Bloggen und Nutzen von Onlineforen; während der Schulzeit Erwähnung von probl. Aspekten der Onlineforennutzung	Nein	Förderndes Elternhaus; Eltern religiös, aber nicht ‚streng‘; Phase sozialer Isolation mit intensivierter TV-/Buchnutzung nach Schulwechsel
F17	2	3:07	55.-60. LJ, berufstätig, ledig/ohne Partnerin, keine Kinder	Probl. Browserspielen und Chatten bei Aufrechterhaltung der Funktionalität im Beruf	Nein	Kampf um die Liebe der Mutter; Konflikte zwischen den Eltern, Konflikte zwischen den Geschwistern
F18	2	2:05	20.-25. LJ, Schulabbruch, Hartz-IV, auf stationäre Psychotherapie wartend, ledig/ohne Partner, keine Kinder	Seit Schulzeit probl. Fanfiction-Nutzung, Onlinespielen und Let's Play	Ja	Vater Alkoholiker und ehemals probl. Computerspieler; Scheidung der Eltern; Umzug zum Vater, später ins betreute Wohnen; Suizidäußerungen mit Aufenthalt in Kinder-/Jugendpsychiatrie
F19	2	3:13	35.-40. LJ, Hartz-IV, verheiratet/getrennt lebend, Kinder	Probl. Browserspielen während Zusammenleben mit Ehemann und Kindern	Nein	Mutter alkohol- und tablettenabhängig, Vater Alkoholiker und gewalttätig; Trennung der Eltern; wechselnde Partner der Mutter; Heimaufenthalt, lebensgefährlicher Unfall
F20	2	1:54	20.-25. LJ, Studium, ledig/mit Partner, keine Kinder	Probl. Nutzung Sozialer Netzwerke und Chats (WhatsApp), probl. empfundenes Immeronline- bzw. -erreichbar-sein-müssen	Ja	Behütetes Aufwachsen als jüngste von mehreren Geschwistern. Viele innerfamiliäre Konflikte. Erfahrung mit Familientherapie
F21	2	2:53	45.-50. LJ, berufstätig, verheiratet, Kinder	Probl. Onlinespielen, kombiniert mit Alkoholismus; Suizidversuch und längere stationäre Psychotherapie	Nein	Vater Alkoholiker, Mutter mit hohen Ansprüchen, die F21 nicht erfüllen konnte. Früher Auszug (‚Weglaufen‘)
F22	2	2:06	25.-30. LJ, Studium, ledig/ohne Partner, keine Kinder	Probl. Fanfictionnutzung im Studium kombiniert mit Depression; u. a. Exmatrikulation als negative Folge	Nein	Älteste von vielen Geschwistern; Eltern mit hohen Leistungsansprüchen; rationale, lösungsorientierte Mutter

ID	RG	Interviewdauer (h:m)	Soziodemografische Eckdaten zum Interviewzeitpunkt	Eckdaten Internetnutzung	Aktive probl. Internetnutzung?	Markante biografische Eckdaten bzgl. Herkunftsfamilie
F23	2	1:56	50.-55. LJ, berufstätig, verheiratet, Kinder	Hin und wieder probl. empfundene Nutzung von Onlineforen; Unsicherheit, ob es sich um eine ‚Sucht‘ handelt	Gelegentlich	Asperger Autistin. Seit Kindheit Probleme mit Sozialkontakten und Überlastung
F24	1	1:23	55.-60. LJ, berufstätig, verheiratet in 2. Ehe, Kinder aus 1. Ehe	Intensive mobile Internetnutzung; probl. Prüfen der aktuellen Nachrichtenlage und Sozialer Netzwerke mit Belastungsempfinden (daher hier als problematisch bezeichnet)	F24: nicht probl.; Forscherin findet: probl.	Einzelkind; sehr schüchtern als Kind und Jugendliche; positives Verhältnis zu den Eltern; als Erwachsene postpartale Depression und schwere körperl. Erkrankung

(Quelle: eigene Darstellung)

Insgesamt wird das Sample als ausreichend kontrastiv hinsichtlich der für das Forschungsinteresse relevanten Dimensionen – der (problematischen) Internetnutzung und des biografischen Hintergrunds – eingeschätzt.

### 2.2.2 Erhebungsinstrumente

Die Gespräche mit den Studienteilnehmerinnen wurden mithilfe der qualitativen Erhebungsmethode *teilnarrativ-biografisches Interview* geführt. Das teilnarrative Interview ist eine Abwandlung des narrativen Interviews (vgl. Schütze, 1977, 1983), das u. a. in der Biografieforschung eingesetzt wird. Das klassische narrative Interview ist minimal strukturiert und wird ohne Interviewleitfaden durchgeführt. Der Eingangsstimulus als Erzählaufforderung stößt bei der interviewten Person eine Steigreif- bzw. Spontanerzählung an, d. h. sie erzählt autonom und monologartig. Der Interviewer greift nicht ein, um den Erzählfluss nicht zu stören. Erst nach Abschluss der Haupterzählung stellt der Interviewer immanente, direkt an die Haupterzählung anschließende Nachfragen sowie exmanente Nachfragen, über die auch Themen seitens des Interviewers eingebracht werden können. (vgl. Kruse, 2014, S. 153 ff.; Küsters, 2009, S. 54 ff.) Durch seine Offenheit ermöglicht das narrative Interview der interviewten Person „ausgezeichnete Möglichkeiten des Ausdrucks und der Setzung ihrer persönlichen Relevanzen“ (Lucius-Hoene & Deppermann, 2004, S. 9) und eröffnet so den Zugang 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‘, sondern mehrere Erzählaufforderungen (anstatt nur einer) generieren 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, um sowohl biografische Kontextinformationen als auch konkrete internetnutzungsbezogene Daten zu generieren.

Entsprechend wurden die Interviewleitfäden in Orientierung an Kruse (2014) und Helfferich (2011) so gestaltet, 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 Rederecht den Interviewten zuzugestehen, ihnen Raum für die subjektiven Relevanzsysteme zu lassen, hörerorientiert zu bleiben.“ (Kruse, 2014, S. 217)

Die Offenheit trotz Strukturierung ermöglicht ein bestimmter Aufbau des Interviewleitfadens. Dieser besteht „aus offenen Erzähl-/Explikationsaufforderungen (Stimuli) oder offenen Fragestellungen [...], die zwar thematisch fokussieren, aber keine *schließende* Wirkung haben.“ (Kruse, 2014, S. 217)



Die Gestaltung der Interviewleitfäden in der vorliegenden Studie erfolgte nach dem SPSS-Prinzip: Sammeln von Fragen (S), Prüfen hinsichtlich der Aspekte Vorwissen und Offenheit (P), Sortieren (S), Subsumieren (S) (vgl. Helfferich, 2011, S. 182 ff.; Kruse, 2014, S. 219 ff.). In seiner Grundstruktur (vgl. Tab. 5) strukturierten sich die Leitfäden in Orientierung an den Stimulusfragen: Pro Stimulusfrage wurde ein Themenblock erstellt, der mit der Stimulusfrage als Erzählaufforderung beginnt. Pro Themenblock wurden zudem die relevanten inhaltlichen Aspekte, zu denen etwas in Erfahrung gebracht werden sollte, festgelegt, Formulierungsideen für immanente Aufrechterhaltungsfragen notiert, die nach dem Stimulus die Interviewpartnerin im Erzählfluss halten und die offene Gesprächsführung stabilisieren sollten, sowie Formulierungsideen für konkretisierende, exmanente Nachfragen notiert, die bei Bedarf strukturieren und steuern sollten. (vgl. Kruse, 2014, S. 217 ff.)

Tabelle 5: Musteraufbau eines Interviewleitfadens nach Kruse (2014)

<b>Block 1 (bzw. 2, 3...): Stimulus/Grundreiz (Leitfrage/Erzählaufforderung)</b>		
Grundreiz, der ein Themenfeld sehr offen und manchmal sogar vage eröffnet, sodass der Erzählperson die Möglichkeit zur eigenstrukturierten Positionierung und Thematisierung gegeben wird.		
<b>Inhaltliche Aspekte</b>	<b>Aufrechterhaltungsfragen</b>	<b>Konkrete Nachfragen</b>
Topics, zu denen man als Forschende/r etwas in Erfahrung bringen möchte	<p><i>Entweder</i> z. B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gibt es sonst noch was?</li> <li>• Und sonst?</li> <li>• Und weiter / Und dann?</li> <li>• Können Sie das genauer beschreiben?</li> <li>• Haben Sie ein Beispiel dafür, damit ich mir das konkreter vorstellen kann?</li> <li>• Was meinen Sie damit? Wie meinen Sie das?</li> </ul> <p><i>Oder:</i> Immanente Nachfragen</p>	Elaborierende, exmanente Nachfragen zu den gewünschten Topics, also konkretere inhaltliche Nachfragen (‘Nachfassungen’), die stärker strukturieren und steuern, aber dennoch formuliert sein müssen

(Quelle: Kruse, 2014, S. 217)

Die ersten Leitfadentwürfe wurden zur kritischen Reflexion in einer Forschungswerkstatt für Qualitative Forschung diskutiert sowie ein Probe-Interview durchgeführt. Mit der daraufhin optimierten Version wurde ins Feld gegangen. Im Sinne der Gütekriterien *Gegenstandsangemessenheit* und *Empirische Sättigung* wurde der Leitfaden während der Interviewphase punktuell nachgeschärft, z. B.

wenn deutlich wurde, dass die ursprünglich formulierten Fragen nicht die Daten generierten, die für die Beantwortung der Forschungsfrage benötigt wurden, oder wenn bestimmte Formulierungen den Erzählfluss störten. Auf diese Weise wurden separate Interviewleitfäden für die Rekrutierungsgruppen 1 und 2 entwickelt, die im Folgenden erläutert werden sollen.

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

**Stimulus Themenblock 1 (Bedeutung des Internets im aktuellen 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 diente 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. Themenblock 2 lud zur Erzählung der Biografie im Zusammenhang mit der Medien- und Internetsozialisation ein. Der Stimulus war hier mehrschrittig aufgebaut. Er begann mit einer Vorbereitungsfrage (vgl. Kruse, 2014, S. 224). Wenn die Interviewpartnerin dann das wichtigste Medium in ihrer Kindheit nannte, erfolgte die Anschlussfrage als das „Hauptziel der Kommunikationsintention“ (Kruse, 2014, S. 224):

**Stimulus Themenblock 2 (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?

Themenblock 3 erfragte schwierige Lebensphasen in Kombination mit der Medienutzung. Durch die Verknüpfung zwischen Biografie und Medium war es möglich, die Frage nach schwierigen Lebensphasen behutsam und indirekt zu formulieren, was den Interviewpartnerinnen den erzählerischen Einstieg erleichterte. In einer ersten Version des Leitfadens war ohne Medienbezug nach schwierigen Phasen gefragt worden, 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 schlug die Brücke zum zentralen Untersuchungsgegenstand, der problematischen Internetnutzung. Diese war bis dahin seitens der Interviewerin nicht thematisiert worden, um eine zu schnelle thematische Verengung zu vermeiden<sup>6</sup>. Der Stimulus gestaltete sich so, dass die Interviewerin zunächst ihre Positionierung auch in der Suchtforschung transparent machte, was aus dem initialen Studienaufruf bisher nicht hervorgegangen war. Je nach Interviewpartnerin erläuterte die Interviewerin auch ihr persönliches Interesse an dem Thema Sucht. Zuletzt beschrieb sie die bisherige Unklarheit, ab wann eine Internetnutzung eigentlich problematisch wäre. Als Abschluss formulierte sie keine Frage an die Interviewpartnerin, sondern stellte sich selbst Fragen. Hier endete der Stimulus, und die Interviewerin wartete ab, wie die Teilnehmerin reagierte.

**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 Interviewteilvernehmerin mit der Äußerung subjektiver Krankheitstheorien hinsichtlich einer problematischen Internetnutzung. Spätestens an dieser Stelle zeigte sich, wie die Befragte zu der Thematik stand, z. B. 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 die Interviewerin dann zu den persönlichen Erfahrungen der Befragten mit einer problematischen Internetnutzung.

---

<sup>6</sup> In manchen Interviews begann überraschenderweise die Teilnehmerin selbst unmittelbar mit der Schilderung einer problematischen Internetnutzung. In solchen Fällen wurde der Leitfaden flexibel abgewandelt.

Das Interview endete dann mit einer offenen Abschlussfrage, die zu Resümees oder zu Zuspitzungen eines Themas einlud, welches die Interviewpartnerin 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 Interviewteilnehmerinnen, ihre persönlichen Relevanzsetzungen nochmals zu explizieren. (Für den gesamten Interviewleitfaden zu Rekrutierungsgruppe 1 vgl. Anhang 2.1)

(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 wurde Themenblock 2 aus dem Interviewleitfaden von Rekrutierungsgruppe 1 verwendet.

**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 sollte verhindert werden, dass das Interview sich zu schnell auf die problematische Internetnutzung fokussierte und somit weitere biografische Kontextinformationen verloren gehen können. In einer ersten Leitfadenfassung war das Gespräch direkt mit der Frage nach dem Problem gestartet, was teilweise holprige Interviewstarts verursachte, da die Befragte in eine Art Definitionszwang gebracht wurde, und den Schritt zurück in die Biografie erschwerte. Mit der optimierten Variante lief es deutlich besser. Dennoch war es so, dass manche Interviewpartnerinnen den Leitfaden ‚aushebelten‘, indem sie das Gespräch von Anfang an selbst in die Hand nahmen und eigenständig ihre Erzählung damit begannen, wie es zu ihrer problematischen

Internetnutzung kam. Dies wurde dann zugelassen, da die oberste Priorität beim Erzählfluss und Offenheit für die Relevanzsetzungen der Interviewpartnerin lag. Ein Beharren auf der Struktur des Leitfadens hätte hier zu Irritationen und zu einem möglichen Stocken der Erzählung geführt. Die für die Forschungsarbeit relevanten thematischen Aspekte wurden bei Bedarf nachträglich erfragt.

In Themenblock 2 wurde dann die problematische Internetnutzung exploriert, 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 wurde u. a. nach typischen Tagen in der problematischen Internetnutzungsphase gefragt, um lebendige und konkrete Erzählungen zu generieren. Themenblock 3 thematisierte Erfahrungen mit der Bewältigung der problematischen Internetnutzung und 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 die Interviewerin auch Nachhakenfragen, die zum Resümieren auffordern sollen wie z. B.: *Mit dem Wissen, was Sie heute haben: Was würden Sie heute sagen, welche Bedeutung hat das Internet für Sie – damals und heute?* Oder sie stellte z. B. 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 wurde versucht, die Frauen zur Äußerung von Verbesserungsvorschlägen bzgl. der Versorgungssituation einzuladen. Dies erfolgte durch die Einladung, von positiven und negativen Versorgungserfahrungen zu berichten, aber auch durch die Frage, was sie 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 2.2)

Eine flexible Anwendung der Interviewleitfäden war wichtig, um den Befragten Raum für subjektive Relevanzsetzungen zu lassen. Einzig bei den Stimulusfragen gab es den Anspruch, die im Leitfaden hinterlegte Formulierung möglichst wortgetreu zu nutzen. Die Aufrechterhaltungs- und Nachfragen wurden je nach Gesprächsverlauf eingesetzt. Viele Aspekte, die für die Forschungsfragen von Interesse waren, wurden womöglich bereits von der Befragten eigenständig angesprochen. Die Interviewerin achtete darauf, bzgl. der noch nicht angesprochenen relevanten Aspekte ergänzend nachzuhaken. Sie verzichtete zudem darauf, selbst die Begriffe ‚Sucht‘, ‚Internetsucht‘, ‚problematische Internetnutzung‘ etc. zu definieren, um den Bedeutungsgebungen der Gefragten Raum zu geben. Bei Unsicherheiten und Unklarheiten ermunterte sie die Befragten, sich frei zu äußern, da eben ihre individuelle Perspektive wertvoll wäre. Auch gab es Offenheit für weitere Themensetzungen, die den Befragten offenbar im Zusammenhang mit dem Interview relevant erschienen (z. B. eine Autismus-Störung, die Bedeutung von Datenschutz bei der Internetnutzung), da sich daraus wiederum wichtige erklärende Zusammenhänge ergeben könnten.

Es gab keine Kompensation für die Interviews, was für die Motivation auch nicht notwendig war. Alle Interviewpartnerinnen zeigten ein genuines, persönliches Interesse an dem Thema und waren bereit, dafür Zeit zu investieren. Für manche Teilnehmerinnen 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).

Nach dem Interview wurden die Befragten um das Ausfüllen von *Fragebögen* gebeten (vgl. Anhang 3.1 bis 3.3), die soziodemografische Daten (vgl. Hoffmeyer-Zlotnik et al., 2010), allgemeine Rahmendaten zur Medien- und Internetnutzung (vgl. BITKOM, 2011) sowie den Schweregrad der problematischen Internetnutzung mithilfe der Compulsive Internet Use Scale (CIUS) (vgl. Meerkerk

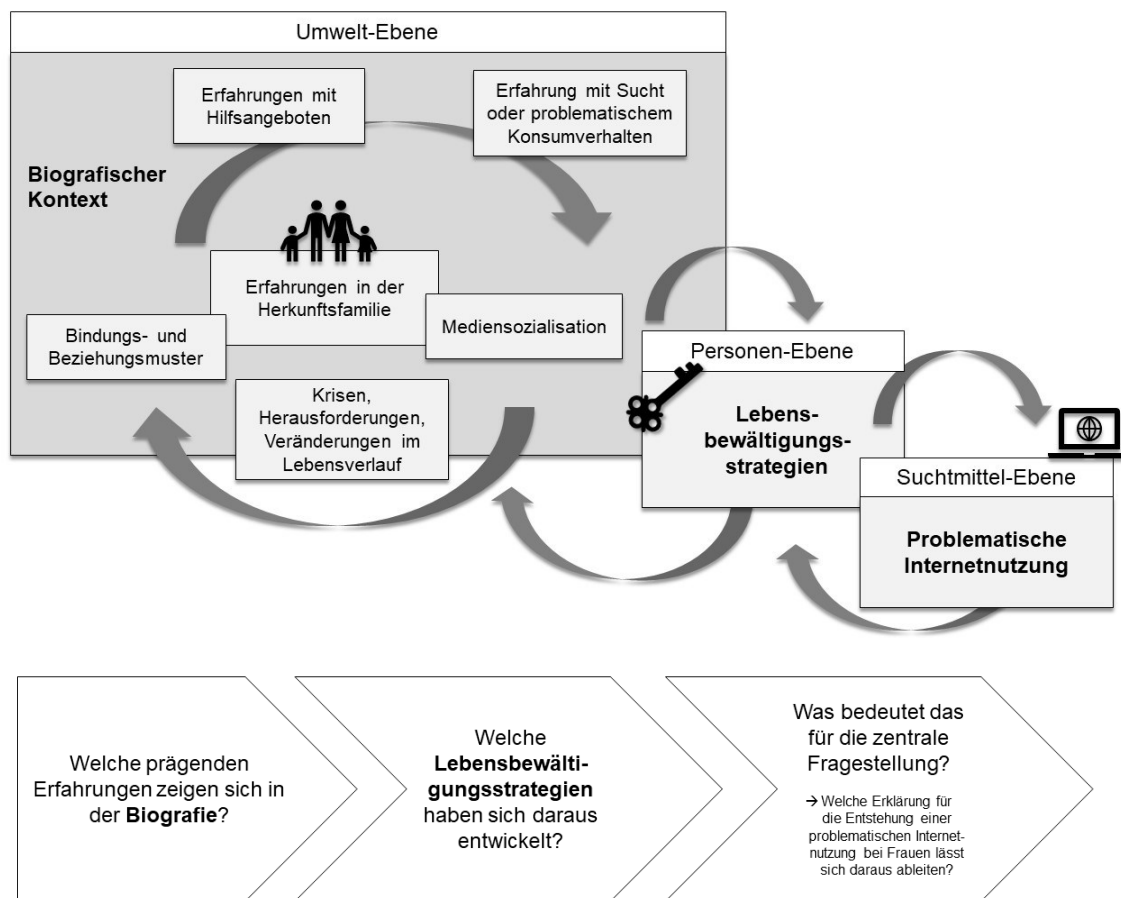
et al., 2009) abfragten. Der CIUS-Fragebogen wurde gewählt, da dieser u. a. im Rahmen der PINTA-Studie hohe Prävalenzen bei Frauen angezeigt hatte. Ein *Postscript* als Interviewprotokoll wurde direkt nach jedem Interview erstellt (vgl. Kruse, 2014, S. 284 ff.; Prommer, 2005). Es dokumentierte Informationen zu den Rekrutierungs- und Interviewbedingungen, die nicht auf Band aufnehmbar waren, aber für die Interpretation des Interviews wichtig sein könnten, z. B. Störungen, Eindrücke vom Interviewort oder die Beziehungsdynamik zwischen der Interviewerin und der befragten Person (für ein Muster vgl. Anhang 4)

## 2.3 Auswertung

### 2.3.1 Auswertungsstrategie

Während der ersten Auswertungsschritte wurde deutlich, dass sich das Forschungsinteresse mit einerseits dem Ziel der Deskription und andererseits dem Ziel der Explanatation, mit einerseits dem Ziel der Symptombestimmung und andererseits dem Ziel, biografische Kontext- und Einflussfaktoren zu erschließen, auf sehr unterschiedlichen Dimensionen bewegt (vgl. Abb. 2). Es zeigte sich, dass diese über ein singuläres methodisches Auswertungsverfahren einheitlich nicht adäquat aufzuschlüsseln wären.

Die Ausdifferenzierung des Untersuchungsgegenstandes in die Dimensionen Biografischer Kontext, Lebensbewältigungsstrategien und Problematische Internetnutzung greift ein ganzheitliches Erklärungsmodell der Entstehung von Suchterkrankungen auf. Dieses 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 Rehein & Mößle, 2012, S. 395 ff.).



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

Abbildung 2: Untersuchungsgegenständliche Dimensionen

Um der *Gegenstandsangemessenheit* als wesentlichem Gütekriterium qualitativer Forschung gerecht zu werden, wurde zur adäquaten Adressierung der verschiedenen Dimensionen des Untersuchungsgegenstandes eine Kombination aus *inhaltsanalytisch-kodierendem* und *rekonstruktiv-hermeneutischem* qualitativen Auswertungsverfahren gewählt. Das Integrative Basisverfahren nach Kruse (2014) eignet sich dabei als auswertungsleitendes Rahmenverfahren, da es dezidiert verschiedene methodische Zugänge zulässt (vgl. 2.1). Das Gütekriterium der *Gegenstandsangemessenheit* fordert laut Strübing et al. (2018) die Passung von Methoden und Untersuchungsgegenstand, sichergestellt durch fortlaufende Reflexion und Nachjustierung. Von Anfang an sollte im Forschungsprozess so die methodische Beweglichkeit und Empirieorientierung sichergestellt werden. Gute qualitative Forschung zeige sich methodisch beweglich und bedeute letztendlich



eine Abkehr von einem normativen Methodenverständnis. Die Empirieorientierung 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.).

Das Auswertungsprojekt wurde in drei Teilstudien aufgeteilt, die die jeweilige Passung von Teiluntersuchungsgegenstand und geeignetem Auswertungsinstrument widerspiegeln (vgl. Tab. 6):

*Tabelle 6: Rahmendaten Teilstudie 1, 2 und 3*

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

(Quelle: eigene Darstellung)

Teilstudie 1 und 2 arbeiteten mit einem inhaltsanalytisch-kodierenden Auswertungsverfahren, da hier Zugang zu expliziten Wissensbeständen erfolgen soll. In Teilstudie 1 sollten die Interviewteilnehmerinnen 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 für die Entstehung einer problematischen Internetnutzung konnten von den meisten gut verbalisiert werden, auch weil sich viele dazu bereits intensiv Gedanken gemacht, im therapeutischen Kontext oder in der Selbsthilfegruppe dazu gearbeitet hatten.

In Teilstudie 2 sollten die Interviewpartnerinnen ihre Medien- und Internetnutzung im Kontext ihrer Biografie beschreiben. Auch hier sollen explizite Wissensbestände adressiert werden; der Lebensverlauf war für die Teilnehmerinnen gut verbalisierbar. Als Auswertungsmethode eignete sich die Qualitative Inhaltsanalyse (in modifizierter Form, vgl. 2.3.3) entsprechend gut, da damit 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 erfolgt die Anwendung von Lebensbewältigungsstrategien in Teilstudie 3 häufig nicht bewusst, sondern bildet sich in impliziten Wissensbeständen ab, d. h. „Erfahrungswissen, welches nur teilweise explizierbar ist, somit wesentlich *implizit* oder stillschweigend bleibt“ (Bohnsack, 2021, S. 208). Selbst wenn die Interviewpartnerinnen hypothetisch direkt gefragt worden wären, was eigentlich ihre Lebensbewältigungsstrategien sind und inwiefern ihre Internetnutzung eine solche darstellt, 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. Es wurde deutlich, dass diese sich analytisch nur erschließen lassen, wenn Auswertungstechniken eingesetzt werden, 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*, der 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, 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 werden 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 die forschende Person Sinn nicht in den Text hineininterpretiert, sondern aus ihm herausarbeitet (vgl. Kruse, 2014, S. 474).

(3) Es wurden von einem ‚Schlüsselbund‘, d. h. von einem Instrumentarium an Analysetechniken und -heuristiken, die passenden ‚Werkzeuge‘ bzw. ‚Schlüssel‘ ausgewählt (vgl. Kruse, 2014, S. 475).

(4) In Orientierung an Kruse wurde der Auswertungsprozess gelenkt durch die *Anwendung von (forschungs-)gegenständlichen 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, wurde *sequenzanalytisch* analysiert: d. h. Wort für Wort, Zeile für Zeile, mit Rückgriffmöglichkeit auf vorherige Textstellen, aber mit Vorwegnahme- ‚Verbot‘ hinsichtlich nachfolgender Textstellen. So ließ sich der Sinn sukzessive aus dem Text herausarbeiten, während die Bindung an die Daten erhalten blieb. (vgl. Kruse, 2014, S. 486)

(7) Unterschieden wurde der Sinngehalt einer Aussage auf der *Was-Sinnebene* (Was wird gesagt?) und auf der *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 Ausdruckssinns (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). In der vorliegenden Arbeit wurde dies in modifizierter Form umgesetzt: Teilstudie 1 und 2 wurden inhaltsanalytisch ausschließlich auf der Was-Ebene ausgewertet, da sich die gewünschten Erkenntnisse auf der expliziten Sinnenebene bewegen, so dass die Analyse auf der Was-Ebene als ausreichend betrachtet wurde. Teilstudie 3 wurde rekonstruktiv-hermeneutisch sowohl auf der Was- als auch auf der Wie-Ebene durchgeführt. Hier hätte ein rein inhaltsanalytisches Vorgehen ausschließlich auf der Was-Ebene nicht ausgereicht, da sich Lebensbewältigungsstrategien nicht textoberflächlich zeigten, sondern aus dem Material herausgearbeitet werden mussten.

## **2.3.2 Zentrale Auswertungsinstrumente**

### *2.3.2.1 Einzelfallorientierte Qualitative Inhaltsanalyse*

Zur Auswertung der teilnarrativ-biografischen Interviews mit internetnutzenden Frauen in Teilstudie 1 und 2 wurde eine *einzelfallorientierte Variante der Qualitativen Inhaltsanalyse* entwickelt. 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). In der vorliegenden Arbeit wurde in konsequenter Orientierung am vorliegenden Material und Untersuchungsgegenstand eine neue Variante entwickelt, 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 engeren 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, stimmt die Autorin dieser Arbeit den o. g. Autoren zu. Sie ist allerdings der Ansicht, dass es sehr wohl möglich ist, die Gesamtgestalt des Falls aufrechtzuerhalten, wie es für Teilstudie 1 und 2 notwendig war. Dazu soll im Folgenden das methodische Vorgehen im Rahmen der einzelfallorientierten Qualitativen Inhaltsanalyse skizziert werden.

In der einzelfallorientierten Qualitativen Inhaltsanalyse erfolgt die *Kategoriensystemerstellung* deduktiv-induktiv. Direkt aus dem Interviewmaterial heraus werden induktiv Unterkategorien und Kategorienausprägungen gebildet. Die Kategoriensystementwicklung erfolgt in dieser Variante parallel zum *Kodierprozess* und wird innerhalb eines Interviewdurchlaufs und interviewübergreifend laufend überarbeitet. Neue Kategorien oder Ausprägungen werden auf das bereits kodierte Material rückwirkend angewandt. Mit diesem iterativ-zyklischen Vorgehen wird sichergestellt, dass eine vollständige Kodierung aller Interviews mit allen Kategorien erfolgt. Es ist keine Probekodierung notwendig, da das Kategoriensystem während des Kodierprozesses laufend am Material überarbeitet wurde, was dem Vorgehen von z. B. Steigleder (2008, S. 188) sowie Gläser und Laudel (2010, S. 201) entspricht. Bei der Kodierung wird das Material sequenziell und einzelfallorientiert bearbeitet. Auf diese Weise bleibt die Bindung an den Fall in seiner Gesamtgestalt kontinuierlich erhalten. Forschungspraktisch vollzieht 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 wie ein ‚Fragebogen ans Material‘ angewandt wird. Das Kategoriensystem ist dabei in Word als Formular mit Checkboxen und offenen Textfeldern für Kodierherleitungsmemos gestaltet, die beim Kodieren angehakt bzw. ausgefüllt werden. Bei der sequenziellen Materialbearbeitung laufen mehrere Prozesse parallel:

- a. Kodierung, d. h. Zuordnung relevanter Textstellen einer bestehenden Kategorie, Abhaken der Checkbox zur entsprechenden Ausprägung, ggf. Ausfüllen der entsprechenden Textfelder (vgl. Tab. 7 für ein Beispiel)
- b. Bei Bedarf Entwicklung neuer Kategorien
- c. Bei Bedarf Neuordnung der Kategorienhierarchien

(3) Anwendung desselben Kategoriensystems an jeden einzelnen Fall. Auf diese Weise entsteht ein ausgefülltes Kategoriensystem pro Fall. Am Ende liegt zu jedem Fall ein zusammenhängendes, auf das Untersuchungsinteresse zugeschnittenes Merkmalsraster vor.

(4) Fallübergreifende Längsauswertung

Tabelle 7: Kategoriensystem als Kodiercheckliste (Ausschnitt) Teilstudie 1

<p><b>A. Problematische Internetnutzung</b></p> <p><b><u>A1. Biografische Einordnung</u></b></p> <p><b>A1.1 Alter:</b> 51.-54. Lebensjahr</p> <p><b>A1.2 Lebensphase:</b> <input type="checkbox"/> Kindheit   <input type="checkbox"/> Jugend   <input checked="" type="checkbox"/> <b>Erwachsenenalter</b>   <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><b>A1.3 Zum Interviewzeitpunkt aktive problematische Internetnutzung:</b> <input type="checkbox"/> Ja   <input checked="" type="checkbox"/> <b>Nein</b></p> <p><b><u>A2. Ausprägung/Schweregrad der problematischen Internetnutzung</u></b></p> <p><b>A2.1 Betitelung der Phase:</b> N/A (keine Betitelung, war die einzige problematische Phase)</p> <p><b>A2.2 Ausprägung/Schweregrad aus Sicht der Interviewpartnerin:</b>  <input type="checkbox"/> Keine problematische Internetnutzung   <input type="checkbox"/> Geringer bis mittlerer Schweregrad   <input checked="" type="checkbox"/> <b>Hoher Schweregrad</b>  Kodierherleitungsmemo: <i>Explizite und wiederholte Bezeichnung als Sucht.<sup>i</sup> Entzugerscheinungen werden als Suchtdruck bezeichnet.<sup>ii</sup></i></p> <p><b>A2.3 Ausprägung/Schweregrad aus Forscherinnensicht:</b> <input type="checkbox"/> Keine problematische Internetnutzung  <input type="checkbox"/> Geringer bis mittlerer Schweregrad   <input checked="" type="checkbox"/> <b>Hoher Schweregrad</b></p> <p><b>A2.4 Leidensdruck vorhanden:</b> <input checked="" type="checkbox"/> <b>Ja</b>   <input type="checkbox"/> Nein</p> <p><b>A2.5 Im Zusammenhang mit einer krisenhaften Situation:</b> <input checked="" type="checkbox"/> <b>Ja</b>   <input type="checkbox"/> Nein</p> <p><b>A2.6 Problematische Internetanwendung:</b> <b>Onlinespiel (Online-Galopprennen) kombiniert mit Chatten</b></p>
---

(Quelle: eigene Darstellung)

Für ein vollständiges Muster-Kategoriensystem in Form einer Kodiercheckliste vgl. Anhang 6.1.

Auf die Nutzung einer computergestützten Analysesoftware wie z. B. MAXQDA wurde verzichtet, da in der Softwareansicht der Fallzusammenhang während der Analyse verloren geht. Zudem sieht nicht jede Software ausreichend Platz für ausführliche Kodierherleitungen vor. In Word z. B. ermöglichte der selbstgestaltete Kodierfragebogen Flexibilität und jederzeit eine fallbasierte Übersicht.

Im Fall von Teilstudie 1 und 2 war ausschlaggebend, dass eine Kategorie zutraf. Der Weg zu dieser Entscheidung war mitunter aufwendig, insbesondere bei sehr komplexen analytischen oder evaluativen Kategorien-Arten wie z. B. der Schweregradeinschätzung einer problematischen Internetnutzung. Zum einen war hier die streng sequenzielle Materialbearbeitung wichtig. Ob z. B. ein ICD-11-Kriterium zutraf, setzte sich aus verschiedenen Indikatoren zusammen, die im Fallzusammenhang gesammelt und gegeneinander abgewogen werden mussten. Ob das Kriterium zutraf, konnte also erst durch die vollständige sequenzielle Durchsicht des Interviews entschieden werden.

Zum anderen sind an dieser Stelle die *Kodierherleitungsmemos* von besonderer Bedeutung. Als Teil des Kategoriensystems werden darin die für die Kodierung der jeweiligen Kategorien relevanten Textsegmente als Indikatoren paraphrasierend aufgeführt. Hier wird das gegeneinander Abwiegen verschiedener Indikatoren transparent verschriftlicht. Ankerbeispiele aus dem Interviewtranskript werden in Form von Endnoten referenziert. Anschließend wird entschieden, welche Kodierung sich aus den Indikatoren ableiten ließ. Mit Kodierherleitungsmemos sind keine assoziativen 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.

Dieses Vorgehen wurde im Rahmen dieser Arbeit individuell entwickelt, 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 (Beispiel) mit Kodierherleitungsmemo

<p><b>Kategorie D.2.8: ICD-11-Kriterien</b></p> <p><b>ICD-11-Kriterium 1: Beeinträchtigte Kontrolle über das Spielverhalten:</b> <input type="checkbox"/> Ja <input checked="" type="checkbox"/> Nein Kodierherleitungsmemo: <i>Das Spielen bestimmt „so'n bisschen“ den Tagesablauf.<sup>i</sup> Aber: Es beeinträchtigt in keiner Weise die alltäglichen Pflichten, auch gedanklich nur geringfügig.<sup>ii</sup> Ein Nicht-mehr-aufhören-können oder Spielen-müssen wird <u>nicht</u> erwähnt. Kann ganz klar jederzeit aufhören und würde andere Bedürfnisse und Pflichten dafür nicht zurückstellen.<sup>iii</sup> <sup>iv</sup> Sobald es ihr „zu blöd“ sei mit dem Spielen, würde sie damit aufhören, so wie mit anderen Süchten auch schon.<sup>v</sup></i></p> <p><b>ICD-11-Kriterium 2: Zunehmende Bedeutung des Spielens unter Verdrängung anderer Interessen und Aktivitäten:</b> <input checked="" type="checkbox"/> Ja <input checked="" type="checkbox"/> Nein 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“<sup>vi</sup> Andererseits: -&gt; Das Spielen beeinträchtigt in keiner Weise die alltäglichen Pflichten, auch gedanklich nur geringfügig.<sup>vi</sup> 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.<sup>viii</sup> Kann ganz klar jederzeit aufhören und würde andere Bedürfnisse und Pflichten dafür nicht zurückstellen.<sup>ix</sup> Bei Arbeitsstress steht das Spielen klar zurück, sie sei weiterhin „in der Realität verhaftet“.<sup>x</sup></i></p> <p><b>ICD-11-Kriterium 3: Fortsetzung des Spielens trotz negativer Konsequenzen:</b> <input checked="" type="checkbox"/> Ja <input checked="" type="checkbox"/> Nein Kodierherleitungsmemo: <i>Spiel sei „unterstes Niveau“.<sup>xi</sup> Finger tun weh.<sup>xii</sup> Findet es daher nicht gut, ist aber „noch nicht bereit zu kapitulieren“<sup>xiii</sup>. 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.<sup>xiv</sup></i></p>
--

(Quelle: eigene Darstellung)

### 2.3.2.2 Rekonstruktiv-hermeneutische Analyse

In Teilstudie 3 wurde ein rekonstruktiv-hermeneutisches Auswertungserfahrung angewandt, das sich an das Analyseverfahren im Integrativen Basisverfahren (Kruse, 2014) anlehnt. Im Folgenden soll der Analyseablauf vorgestellt werden, wie er im Integrativen Basisverfahren originär vorgesehen ist (vgl. Abb. 3). Die praktische Umsetzung wird in 2.3.3.5 erläutert.

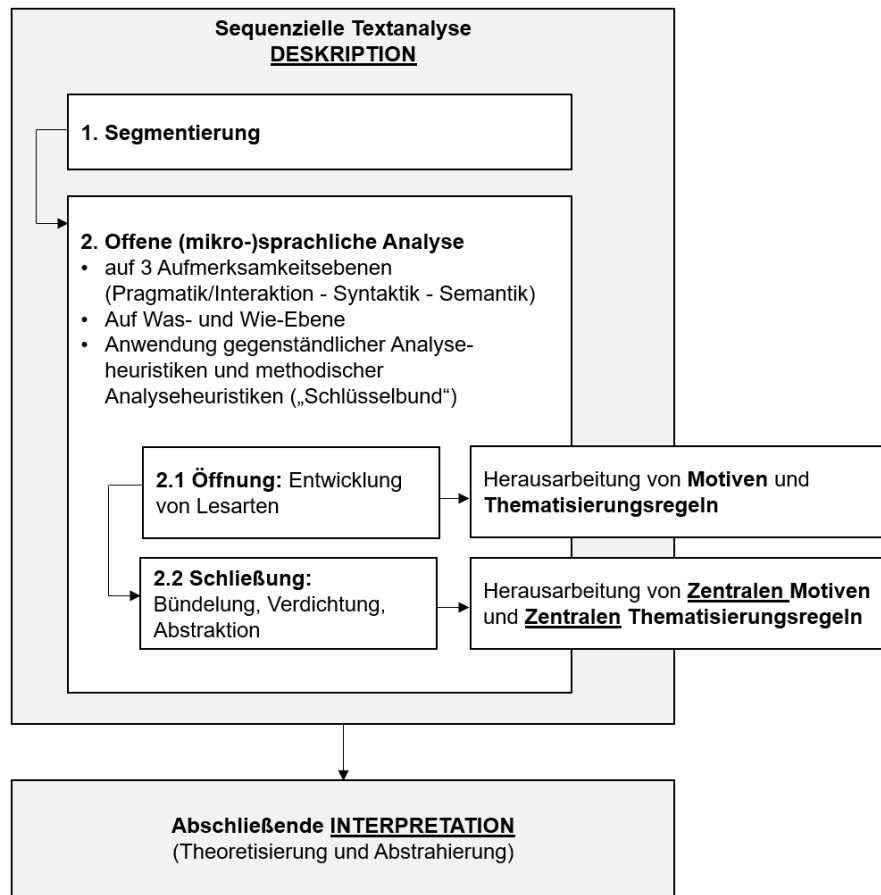
Der Analyseprozess erfolgt laut Kruse in zwei Haupt-Auswertungsschritten:

(1) *Sequenzielle Textanalyse* mit Fokus auf Deskription

- a. Segmentierung des Interviewtextes
- b. Offene (mikro-)sprachliche Analyse

(2) Interpretation





(Quelle: eigene Darstellung auf Basis von Kruse, 2014, S. 567)

Abbildung 3: Analyseprozess im Integrativen Basisverfahren

Der Analyseprozess trennt also Deskription und Interpretation, um das Problem des Fremdverstehens methodisch zu kontrollieren, um also zu verhindern, vor-schnell das eigene Verständnis in den Text hineinzuzinterpretieren (vgl. Kruse, 2014, S. 487 ff. und 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 z. B. die Agencyanalyse, die Handlungs- und Wirkmächtigkeit untersucht. Sie fragt z. B. 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 z. B. viel metaphorisch gesprochen, wird als Schlüssel u. a. 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 die vorliegende Arbeit der Komplexität des Analyseprozesses im Integrativen Basisverfahrens nur ansatzweise gerecht werden kann. Während Teilstudie 1 und 2 inhaltsanalytisch-kodierend arbeiten, führt Teilstudie 3 die

Analyse nah am oben beschriebenen Analyseprozess des Basisverfahrens durch. Es wurden aber forschungsgegenständlich bedingt Modifizierungen vorgenommen (vgl. 2.3.3.5).

### **2.3.3 Umsetzung**

#### *2.3.3.1 Fragebogenauswertung*

Bei der Auswertung des CIUS-Fragebogens wurde 30 als Cut-off-Wert für eine Internetabhängigkeit gewählt, wie in PINTA-DIARI empfohlen (vgl. Bischof et al., 2013, S. 5) und auch in der Drogenaffinitätsstudie 2019 angewandt (vgl. Orth & Merkel, 2020, S. 32). Als ‚erhöhte Werte‘ wurden Werte zwischen 21 und einschließlich 29 definiert (vgl. Bischof et al., 2013, S. 3). Der CIUS-Fragebogen wurde fallbezogen und im Fallvergleich ausgewertet. Er floss zudem in die fallbezogenen Kategoriensysteme in Teilstudie 1 ein (vgl. 2.3.3.3). Der soziodemografische Fragebogen wurde fallbezogen ausgewertet. Die Daten wurden in Teilstudie 2 integriert (vgl. 2.3.3.4) sowie zur Beschreibung des Samplings genutzt (vgl. 2.2.1). Der Fragebogen zur allgemeinen Medien- und Internetnutzung wurde fallbezogen ausgewertet, floss aber später nicht in die weitere Ergebnisverarbeitung ein. Insgesamt lag der Fragebogen-Rücklauf bei 58 Prozent. Bei den Teilnehmerinnen, die den Fragebogen nicht zurückgesandt haben, wurden die Informationen aus den Interviewtranskripten und Postscripts erschlossen.

#### *2.3.3.2 Transkription und Inventarisierung*

Alle Interviews wurden auf Basis der digitalen Aufnahmen vollständig transkribiert. Es wurden Feintranskripte in literarischer Umschrift erstellt, da die Forscherin annahm, die Auswertung würde neben der inhaltlichen Ebene (der Was-Sinnebene) auch feinanalytisch erfolgen. Festgehalten wurden entsprechend sprachliche Merkmale (z. B. Satzabbrüche, Dialekte, Pausen), parasprachliche Merkmale (z. B. Lachen, Räuspern) und außersprachliche Merkmale (z. B. das Telefon klingelt). (vgl. Kowal & O'Connell, 2019, S. 441) Für die Transkriptionsregeln vgl. Anhang 5. Für ca. die Hälfte der Interviews wurden zur Verschriftlichung der Tonaufnahmen freiberufliche Transkriptionsdienstleister in Anspruch genommen. Diese wurden mithilfe eines Leitfadens eingewiesen, um eine Einheitlichkeit im

Vorgehen sicherzustellen. Das Transkript wurde zudem von der Autorin dieser Arbeit vollständig kontrolliert und ggf. korrigiert. Die Transkripte wurden pseudonymisiert und anonymisiert: Alle in den Transkripten verwendeten Namen und Inhalte, über die Rückschlüsse auf Personen möglich wären, wurden durch Platzhalter ersetzt, z. B. [Name des Partners] oder [Stadt1]. Die Namen der Befragten wurden in Fall-IDs umgewandelt (F01, F02 etc.). An den Fall-ID-Ziffern ist bloß die chronologische Abfolge der Interviews abzulesen (01 steht für das erste Interview, 02 für das zweite etc.).

Bevor die eigentliche Auswertung begann, wurden die Transkripte einer *thematischen Inventarisierung* unterzogen. 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 sich zum damaligen Zeitpunkt aus den Interviewleitfäden ableiteten, sowie induktiv anhand der individuellen Themensetzungen im jeweiligen Interview (vgl. Tab. 9).

*Tabelle 9: Deduktive Analyseheuristiken zur Inventarisierung der Interviews*

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	Z. B. gute oder schlechte Erfahrungen in der Psychotherapie, beim Hausarzt
Verbesserungswünsche bzgl. des Versorgungssystems	

Deduktive Analyseheuristiken	Anmerkungen
Wendepunkte	Im Sinne von <i>Übergängen</i> , als „sozial gerahmte Wechsel von einer sozialen Lebenslage in eine andere“, wie z. B. „Veränderungen der Familiensituation, der Arbeitssituation, der Einkommens- und Vermögenssituation, des Gesundheitszustands, der Wohnverhältnisse oder des Bildungsstandes“ (Truschka, 2013, S. 48). Auch individuell empfundene Wendepunkte, z. B. 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

(Quelle: eigene Darstellung)

Auf ein Segment konnten auch mehrere deduktive Analyseheuristiken zutreffen. Wenn z. B. in einem Segment über die Herkunftsfamilie und auch über eine schwierige Lebensphase gesprochen wurde, wurde das Segment überschrieben mit: „Herkunftsfamilie/Schwierige Lebensphase: [Präzisierung]“. Die Inventarisierung diente der Ermöglichung von Transparenz im Rahmen einer Abkürzungsstrategie: Anhand des Inventars konnten pro Interview intersubjektiv nachvollziehbar Segmente zur Auswahl für eine Kernstellenanalyse definiert werden (vgl. Kruse, 2014, S. 581 ff.). Eine Kernstellenanalyse war angesetzt für Teilstudie 1 und 2 (vgl. 2.3.3.3 und 2.3.3.4). Die Inventare wurde anhand der Interviewtranskripte in Word mithilfe verschiedener Überschriftenebenen erstellt (vgl. Abb. 4 für einen Beispielausschnitt).

▶ 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

Abbildung 4: Inventar (Ausschnitt) zu Fall F18

### 2.3.3.3 Teilstudie 1

Teilstudie 1 untersuchte das zentrale Phänomen, die *problematische Internetnutzung bei Frauen* in der Bandbreite seiner 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 wurde mit folgenden theoriegeleiteten forschungsgegenständlichen Analyseheuristiken gearbeitet:

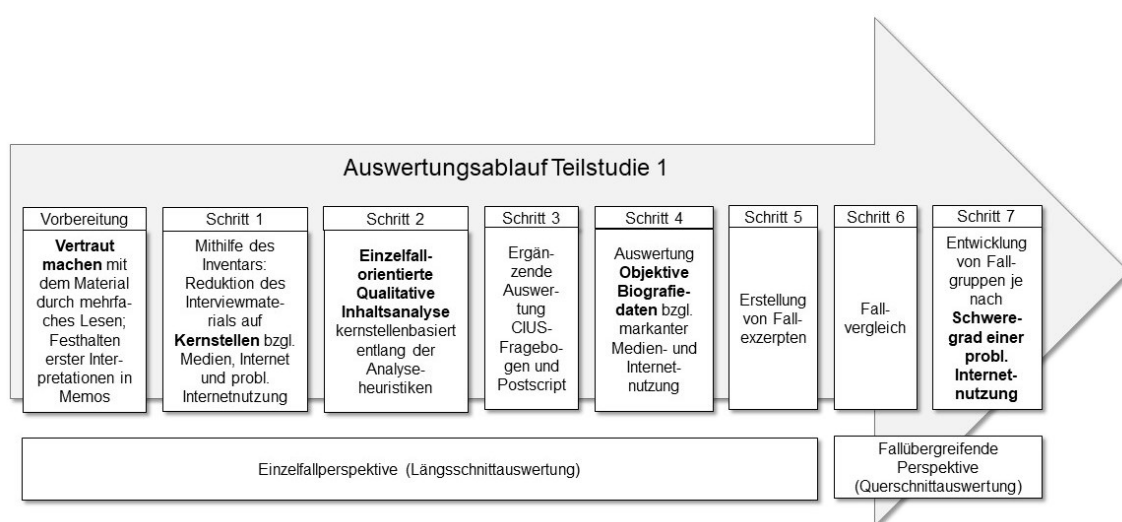
- A. Problematische Internetnutzung
- B. Medien- und Internetnutzung im Lebensverlauf
  - B1. Internetsozialisation: Erste Internetnutzung
  - B2. Extensive Mediennutzungsphasen
  - B3. Reduzierte Mediennutzungsphasen

Als qualitatives Verfahren wurde ein inhaltsanalytisch-kodierendes gewählt. Als Auswertungsmethode wurde die einzelfallorientierte Variante der Qualitativen Inhaltsanalyse eingesetzt (vgl. 2.3.2.1). Die Analyse erfolgte ausschließlich auf Was-Sinnebene. Die Analyse bezog sich auf Kernstellen mit Bezugnahme auf Mediennutzung, Internetnutzung und problematische Internetnutzung. Vom Ablauf her wurde zunächst jeder Fall einzeln ausgewertet (Längsschnittanalyse), dann die Fälle miteinander verglichen (Querschnittsanalyse).

In der abschließenden Ergebnisverdichtung wurden drei Fallgruppen je nach Schweregrad gebildet: (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, wurde zwischen drei verschiedenen Perspektiven abgewogen, die zuvor über das Kategoriensystem erhoben worden waren: (1) die Betroffenenperspektive (Was ist die Selbsteinschätzung der Interviewpartnerin?), (2) die Forscherinnenperspektive (Wie schätzt die Forscherin den Schweregrad angesichts der vorliegenden Informationen ein?) und (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). Der Forscherin ist bewusst, dass mit der Fallgruppenbildung eine frühe theoretisch geprägte Lenkung des weiteren Auswertungsprozesses erfolgt. Die Fallvergleiche in Teilstudie 2 und 3 finden auf Basis der Fallgruppeneinteilung statt. Dies wurde aber bewusst so entschieden, 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 in 1.3.3 darstellt, untersuchen Müller et al. (2019) z. B. 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 stellten die Vermutung auf, Frauen seien im Gegensatz zu Männern weniger vulnerabel und suchten deshalb spezifische Hilfen nicht auf (vgl. Kuss & Griffiths, 2015, S. 22 ff.) (vgl. 1.3.3). Angesichts dessen schien es bei der analytischen Verdichtung in Teilstudie 1 sinnvoll, die Fälle unter diesem Gesichtspunkt zu gruppieren und anhand der Schweregradmerkmals die weiteren Fallvergleiche aufzuziehen – auch mit der Möglichkeit, daraus die Vulnerabilität je nach Kontextfaktoren abzuleiten. Für den vollständigen Untersuchungsablauf in Teilstudie 1 vgl. Abb. 5.



(Quelle: eigene Darstellung)

Abbildung 5: Auswertungsablauf Teilstudie 1



Im Rahmen der einzelfallorientierten Qualitativen Inhaltsanalyse wurde als Auswertungseinheit (Mayring, 2015, S. 61) der gesamte Fall gewählt. Das Doppelinterview beinhaltete zwei Fälle, so dass hier jeder Fall für sich als separate Auswertungseinheit gesehen wurde. Als Kodiereinheit, d. h. als „der kleinste Materialbestandteil [...], der ausgewertet werden darf“ (Mayring, 2015, S. 61), wurde der einzelne Satz definiert. Die Kontexteinheit, die den „größten Textbestandteil fest[legt], der unter eine Kategorie fallen kann“ (Mayring, 2015, S. 61), wurde je nach Kategorie individuell festgelegt. Folgende Tab. 10 stellt das finale Kategoriensystem dar. Dass sich die Kategorien auf unterschiedlichen Ebenen bewegen, zeigt die Komplexität des Auswertungsverfahrens. Z. B. 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
<b>A. Problematische Internetnutzung</b>	Deduktiv	Theoretisch	Alle Kernstellen
<u>A1. Biografische Einordnung</u>	Deduktiv	Ordrend	---
A1.1 Alter – <i>Freifeld</i>	Deduktiv	Faktisch	Die jeweilige Phase einer probl. Internetnutzung <b>+ soziodemogr. Fragebogen</b>
A1.2 Lebensphase	Deduktiv	Faktisch	Die jeweilige Phase einer probl. 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 + <b>CIUS-Fragebogen</b> <b>+ Postscript</b>
<u>A2. Ausprägung/Schweregrad der problematischen Internetnutzung</u>	Deduktiv	Ordrend	---
A2.1 Betitelung der Phase (falls mehrere Phasen vorhanden) – <i>Freifeld</i>	Deduktiv	Thematisch	Die jeweilige Phase einer probl. Internetnutzung
A2.2 Ausprägung/Schweregrad aus Sicht der Interviewpartnerin	Deduktiv	Analytisch	Die jeweilige Phase einer probl. Internetnutzung
<i>Keine problematische Internetnutzung; Geringer bis mittlerer Schweregrad; Hoher Schweregrad</i>	Induktiv	Evaluativ	Internetnutzung <b>+ Postscript</b>

Kategorien	Kategorienentwicklung	Kategorienart (nach Kuckartz & Rädiker, 2022)	Kontexteinheit
A2.3 Ausprägung/Schweregrad aus Forscherinnen-sicht	Deduktiv	Analytisch	Die jeweilige Phase einer probl. Internetnutzung + <b>CIUS-Fragebogen + Postscript</b>
<i>Keine problematische Internetnutzung; Geringer bis mittlerer Schweregrad; Hoher Schweregrad</i>	Induktiv	Evaluativ	
A2.4 Leidensdruck vorhanden – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Evaluativ	Die jeweilige Phase einer probl. Internetnutzung + <b>Postscript</b>
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 &lt; 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	Die jeweilige Phase einer probl. Internetnutzung
Diagnose: Internetnutzungsstörung liegt vor – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Analytisch	Die bzgl. der o. g. ICD-11-Kriterien als Indikatoren identifizierten Textsegmente + <b>CIUS-Fragebogen</b>
<u>A3. Begleiterscheinungen</u>	Deduktiv	Theoretisch	Die Kernstellen zur probl. Internetnutzung
A3.1 Psychische Begleiterscheinungen <sup>7</sup>	Deduktiv	Ordrend	
<i>ADHS; Ängste; Asperger Autismus; Depression/depressive Verstimmung/Niedergeschlagenheit, depressive Verstimmung; Entzugerscheinungen; Erinnerungslücken; Essstörung; Mangelndes Selbstwertgefühl; Psychosomatische Beschwerden; Schwierigkeiten, eigene Gefühle wahrzunehmen/zuzuordnen; Selbstverletzung; Sinnkrise/Lebenskrise; Soziale Ängste; Suizidalität; Traumatisierung/Traumafolgestörung; 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	

<sup>7</sup> Bei den psychischen Begleiterscheinungen wurde 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 wurde zunächst, ob es sich um Risikofaktoren oder Folgen der problematischen Internetnutzung handelte. Dies erfolgte später in der weiteren Aufbereitung der Kodierungen.

Kategorien	Kategorienentwicklung	Kategorienart (nach Kuckartz & Rädiker, 2022)	Kontexteinheit
<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	Die Kernstellen zur probl. Internetnutzung
A3.4 Soziale Begleiterscheinungen	Deduktiv	Ordrend	
<i>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 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>	Induktiv	Thematisch	
<u>A4. Funktionalität</u>	Deduktiv	Theoretisch	
A4.1 Beeinträchtigung der Funktionalität im Alltag allgemein – Ja; Nein	Deduktiv	Evaluativ	
A4.2 Beeinträchtigung der Ausübung häuslicher Pflichten – Ja; Nein	Deduktiv	Evaluativ	
A4.3 Beeinträchtigung von Schule/Studium/Ausbildung – Ja; Nein	Deduktiv	Evaluativ	
A4.4 Beeinträchtigung der Berufstätigkeit – Ja; Nein	Deduktiv	Evaluativ	
A4.5 Generell Unsichtbarkeit des Problems nach außen hin – Ja; Nein	Deduktiv	Evaluativ	
<b>B. Medien- und Internetnutzung im Lebensverlauf</b>			
<u>B1. Internetsozialisation: Erste Internetnutzung</u>	Deduktiv	Theoretisch	Alle Kernstellen
B1.1 Alter – Freifeld	Deduktiv	Faktisch	Alle Kernstellen + <b>soziodemogr. Fragebogen</b>
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	
<u>B2. Extensive Mediennutzungsphasen</u>	Deduktiv	Theoretisch	
B2.1 Vorhanden – Ja; Nein	Deduktiv	Evaluativ	

Kategorien	Kategorienentwicklung	Kategorienart (nach Kuckartz & Rädiker, 2022)	Kontexteinheit	
B2.2 Betreffende Medien	Deduktiv	Faktisch	Die jeweilige Phase einer extensiven Mediennutzung	
<i>Bücher; TV-Serie(n); Fernsehen; Internet; Computer</i>	Induktiv	Faktisch		
B2.3 Art der extensiven Mediennutzung – <i>Freifeld</i>	Deduktiv	Thematisch		
B2.4 Alter – <i>Freifeld</i>	Deduktiv	Faktisch	Die jeweilige Phase einer extensiven Mediennutzung <b>+ soziodemogr. Fragebogen</b>	
B2.5 Lebensphase	Deduktiv	Faktisch	Die jeweilige Phase einer extensiven Mediennutzung	
<i>Kindheit; Jugend; Erwachsenenalter; Vorschulische Zeit; Schulzeit; Berufsausbildung oder Studium; Familienzeit ohne/mit wenig Erwerbstätigkeit; Arbeitsunfähigkeit/Krankheitsphase; Erwerbsleben; Rente</i>	Induktiv	Faktisch		
B2.6 Im Zusammenhang mit einer krisenhaften Situation – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Evaluativ		
B2.7 Problematisierend gerahmt – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Evaluativ		
<u>B3. Reduzierte Mediennutzungsphasen</u>	Deduktiv	Theoretisch	Alle Kernstellen	
B3.1 Vorhanden – <i>Ja; Nein</i>	Deduktiv	Evaluativ	Die jeweilige Phase einer reduzierten Mediennutzung	
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		<b>+ soziodemogr. Fragebogen</b>
B3.5 Lebensphase	Deduktiv	Faktisch		Die jeweilige Phase einer reduzierten Mediennutzung
<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		

(Quelle: eigene Darstellung)

Die zu Beginn des Kapitels genannten forschungsgegenständlichen Analyseheuristiken wurden als Oberkategorien eingesetzt, die Unterkategorien hingegen am Material entwickelt. 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* z. B. wurden induktiv nur die von den 24 Befragten tatsächlich genannten Ausprägungen aufgenommen.

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 *B. Medien- und Internetnutzung im Lebensverlauf* wurden nicht inhaltsanalytisch-kodierend ausgewertet, sondern auf Basis der in Teilstudie 2 rekonstruierten objektiven Biografiedaten herausgearbeitet (für ein Beispiel vgl. Tab. 11).

Tabelle 11: Lebensverlauf F18 (Ausschnitt) Fokus Medien-/Internetnutzung

F18						
Lebensphase:	Jugendzeit/Realschulzeit					
Ereignis:	Beginn Realschulzeit. Schule wird langweilig, keine Motivation, schlechte Leistungen.		Stationärer Aufenthalt Kinder- und Jugendpsychiatrie wegen Suizidgedanken. Seitdem in psychologischer Behandlung und Betreuung durch Jugendamt	Trennung der Eltern. F18 lebt zunächst bei Mutter → konfliktreich	Vater verlagert eigene Firma in Privathaus → F18 zieht zum Vater.	Firma des Vaters geht insolvent → Gemeinsamer Umzug in renovierungsbedürftiges Haus (z. B. keine Heizung)
Medien:	<b>F18 liest in der Pause Bücher</b>		<b>Angefangen, dickere Fantasybücher zu lesen</b>			
Internet:	<b>Ab Realschule: F18 will Buch schreiben → Auslöser für erneute PC-Nutzung</b>	<b>Aufhören mit Buchprojekt → Beginn Schreiben von Fanfiction; auch in der Schule während Unterrichtspausen</b>		<b>Bei Vater nach Schule im Internet „gehangen“</b>	<b>Neben Fanfiction-Schreiben zunehmend Browser-Spiele und Let's Play</b>	
Alter:	Ab ca. 11. Lebensjahr		13. Lebensjahr	Ab 14. Lebensjahr		
Zeitraum:	2000er Jahre					

(Quelle: eigene Darstellung)

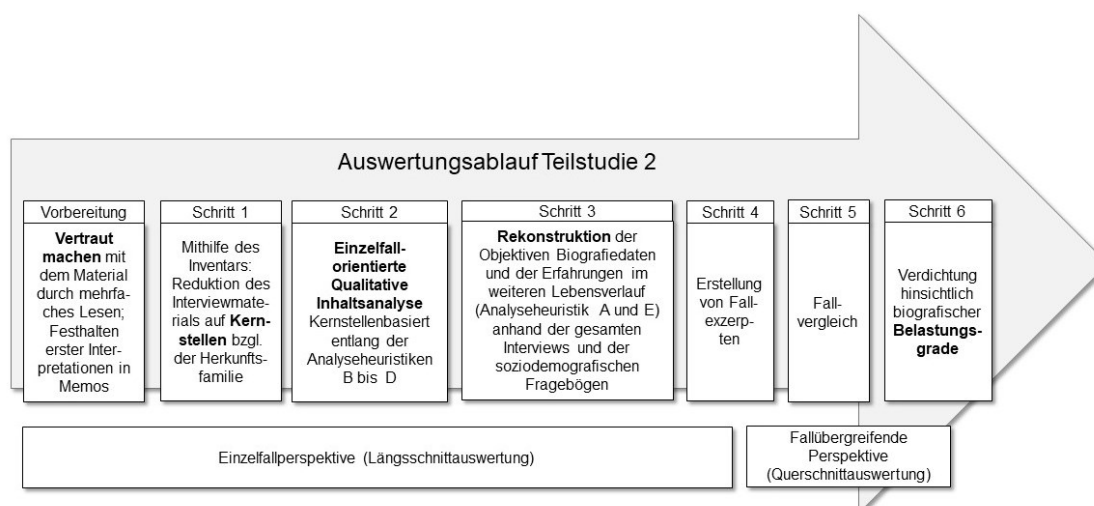
#### 2.3.3.4 Teilstudie 2

Teilstudie 2 untersuchte 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 wurde mit folgenden theoriegeleiteten forschungsgegenständlichen Analyseheuristiken gearbeitet:

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

Als zentrales qualitatives Verfahren wurde wie in Teilstudie 1 ein inhaltsanalytisch-kodierendes Verfahren eingesetzt. Auch hier eignete sich die einzelfallorientierte Variante der Qualitativen Inhaltsanalyse (vgl. 2.3.2.1). Nur hinsichtlich Analyseheuristik D wurde ein rekonstruktives Vorgehen angewandt, da sich die Ereignisdaten in ihrer Chronologie nicht kodierend, sondern durch das sequenzielle Durchgehen des Materials erschließen ließen. Die Erfahrungen im weiteren Lebensverlauf (Analyseheuristik E) wurden anhand der Objektiven Biografiedaten rekonstruiert.

Wie in Teilstudie 1 wurde allein auf der ‚Was-Sinnebene‘ ausgewertet. Die Analyse beruhte zudem ausschließlich auf Kernstellen mit Bezug auf die Herkunftsfamilie. Auch in Teilstudie 2 wurde zunächst jeder Fall einzeln ausgewertet (Längsschnittanalyse), dann die Fälle miteinander verglichen (Querschnittsanalyse). In der Ergebnisverdichtung lag der Fokus auf verschiedenen Schweregraden belastender Lebenserfahrungen. Hier erfolgte also bewusst ein Rückbezug in die Theorie. Wie in 1.4.4 dargestellt, sprechen viele Studien von einem Zusammenhang zwischen belastenden Erfahrungen in der Herkunftsfamilie und einer problematischen Internetnutzung (vgl. z. B. Braun, 2014; Hirschhäuser & Rosenkranz, 2012). Entsprechend wurde diese Perspektive in Teilstudie 2 prüfend aufgegriffen. Für den vollständigen Untersuchungsablauf vgl. Abb. 6:



(Quelle: eigene Darstellung)

Abbildung 6: Auswertungsablauf Teilstudie 2

Im Rahmen der inhaltsanalytischen Auswertung (Analyseheuristiken A bis C) wurde als *Auswertungseinheit* der gesamte Fall gewählt, als *Kodiereinheit* der einzelne Satz. *Kontexteinheit* waren die Interview-Kernstellen mit Bezugnahme auf die Herkunftsfamilie. Kategorienabhängig wurde noch der soziodemografische Fragebogen hinzugezogen. Es liegen 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

Kategorien	Kategorienentwicklung	Kategorienart (nach Kuckartz & Rädiker, 2022)	Kontexteinheit
<b>A. Beziehung zu Familienmitgliedern</b>	Deduktiv	Theoretisch	Alle Kernstellen
<u>A1 Geburtsjahr Interviewpartnerin</u>	Deduktiv	Theoretisch	Alle Kernstellen + <b>soziodemogr. Fragebogen</b>
<u>A1 Alter zum Interviewzeitpunkt</u>	Deduktiv	Faktisch	
<u>A3 Geschwisterkonstellation</u>	Deduktiv	Faktisch	Alle Kernstellen
<u>A4. Beziehung zu den wichtigsten Bezugspersonen</u>	Deduktiv	Theoretisch	
z. B. Mutter; Vater etc.	Induktiv	Analytisch	
<u>A5. Beziehung zu weiteren Familienmitgliedern</u>	Deduktiv	Theoretisch	
z. B. Großmutter, Schwester etc.	Induktiv	Analytisch	
<b>B. Krisenhaft-belastende Lebenserfahrungen im herkunftsfamiliären Kontext</b>	Deduktiv	Theoretisch	
<u>B1. Vernachlässigungserfahrungen</u>	Deduktiv	Theoretisch	
B1.1 Körperliche Vernachlässigung	Deduktiv	Theoretisch	
<i>Unstete Versorgung und Pflege; (Lebens-)Gefährdung</i>	Induktiv	Analytisch	
B1.2 Emotionale Vernachlässigung	Deduktiv	Theoretisch	
<i>Fehlende Kontrolle/Regeln/Struktur/Orientierung; Übermäßige Kontrolle und Regulation; Fehlende Förderung; Ständiges Alleingelassenwerden/Als fehlend empfundene/s Elternteil/ Eltern; Nicht-Ermöglichen/Verwehren sozialer Kontakte; Nüchternes/kühles/teilnahmsloses elterliches Verhalten; Übermäßige Verantwortungsübernahme als Kind/Jugendliche (Parentifizierung); Fehlende elterliche Unterstützung im Krisenfall</i>	Induktiv	Analytisch	
<u>B2. Misshandlungserfahrungen</u>	Deduktiv	Theoretisch	
B.2.1 Körperliche Misshandlung	Deduktiv	Theoretisch	
B.2.2 Emotionale Misshandlung	Deduktiv	Theoretisch	
<i>Unerwünschtheit/Ablehnung; Abwertung von Leistungen; Verbale Gewalt; Psychische Gewalt</i>	Induktiv	Analytisch	
B.2.3 Sexueller Missbrauch/Sexuelle Gewalt	Deduktiv	Theoretisch	

Kategorien	Kategorienentwicklung	Kategorienart	Kontexteinheit
<u>B3. Sucht oder exzessive/r Konsum/Verhaltensweisen</u>	Deduktiv	Theoretisch	Alle Kernstellen
B3.1 Alkohol; B3.2 Tabletten/Medikamente; B3.3 Internet/Computer; B3.4 Essen; B3.5 Rauchen	Induktiv	Faktisch	
<u>B4. Stress, Überlastung, Überforderung</u>	Deduktiv	Theoretisch	
B4.1 Finanzielle Sorgen; B4.2 Leistungsdruck; B4.3 Stress	Induktiv	Analytisch	
<u>B5. Erleben von Verlust, Krankheit und Tod</u>	Deduktiv	Analytisch	
B5.1 Ständige Konflikte zwischen Eltern/Pflegepersonen bzw. Familienmitgliedern; B5.2 Trennung der Eltern/Pflegepersonen; B5.3 Krieg(traumata); B5.4 Krankheiten; B5.5 Suizidalität; B5.6 Umzüge/Entwurzelung	Induktiv	Analytisch	
<u>B6. Vermeidender Umgang mit schwierigen Situationen</u>	Deduktiv	Analytisch	
B6.1 Konfliktvermeidung/übermäßige Harmoniebedürftigkeit; B6.2 Trennung unüblich/man bleibt zusammen; B6.3 Familiengeheimnisse/Unausgesprochenes	Induktiv	Analytisch	
<b>C. Positiv-förderliche Erfahrungen im herkunftsfamiliären Kontext</b>	Deduktiv	Theoretisch	
<u>C1. Erleben von Sicherheit und Orientierung</u>	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	
<u>C2. Erleben von Autonomie, Exploration und Wachstum</u>	Deduktiv	Theoretisch	
C2.1 Vorleben von Unabhängigkeit/gesunden Grenzen/Autonomie; C2.2 Förderung/Inspiration zu persönlichem Wachstum	Induktiv	Analytisch	
<u>C3. Erleben von Verbundenheit</u>	Deduktiv	Analytisch	
C3.1 Aufmerksamkeit/Zuwendung/Wärme; C3.2 Unterstützung und Entlastung; C3.3 Gemeinsame Familienaktivitäten in positiver Atmosphäre	Induktiv	Analytisch	
<u>C4. Offener Umgang mit schwierigen Situationen</u>	Deduktiv	Analytisch	
C4.1 Konfliktbereitschaft/Offenes Ansprechen und Reflektieren von kritischen Familienthemen	Induktiv	Analytisch	

(Quelle: eigene Darstellung)

Zum Verlauf der Kategoriensystementwicklung ist anzumerken, dass zwischenzeitlich bindungstheoretische Konzepte einbezogen wurden als eine weitere Systematisierungs- und Präzisierungsmöglichkeit. So wurde zwischenzeitlich das komplette Kategoriensystem in Rückbezug auf bindungstheoretische Konzepte, insbesondere in Rückgriff auf die Systematik des Adult Attachment Interviews, abgekürzt AAI (George et al., 1985, 1996; Gloger-Tippelt, 2016), nachgeschärft und sortiert. Die Oberkategorien wurden zwischenzeitlich wie folgt benannt: ‚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 die Interviews nicht gezielt hinsichtlich der Bindungsthematik konzipiert worden waren. Aus diesem Grund wurde von der Fokussierung auf Bindungsmuster wieder Abstand genommen. Die Oberkategorien (und entsprechenden Analyseheuristiken) wurden final allgemeiner benannt: Krisenhaft-belastende Erfahrungen im Familienkontext (als Risikofaktoren) und positiv-förderliche Erfahrungen im Familienkontext (als Schutzfaktoren).

Zudem ist als Unterschied zu Teilstudie 1 anzumerken, dass in Teilstudie 2 Kategorien nicht nur dann kodiert wurden, wenn sie ein persönliches Erleben der Interviewpartnerin betrafen, sondern auch dann, wenn sie beobachtetes Erleben betrafen. Das liegt darin begründet, dass Teilstudie 2 Aspekte erfassen wollte, die allgemein das Herkunftsfamiliensystem der Interviewpartnerin prägten. Z. B. wurde bei F01 die Kategorie *Sexueller Missbrauch* kodiert, auch wenn nicht sie selbst, sondern ihre Schwestern vom Vater sexuell missbraucht wurden. Doch stellt dies ein markantes Merkmal der Herkunftsfamilie dar und wurde entsprechend erfasst. In der Ergebnisdarstellung wird differenziert, ob es sich um eine eigene Erfahrung handelt oder um Zeugenschaft.

Auch in Teilstudie 2 wurde zu jedem einzelnen Interview ein 'leeres' Kategoriensystem als 'Fragebogen an das Material' angelegt und dann im Laufe des Kodierens 'aufgefüllt' (vgl. 2.3.2.2). Die Kodierung erfolgte in Teilstudie 2 allerdings nicht mithilfe eines checklistenähnlichen Kategoriensystems, sondern mithilfe eines tabellarisch angelegten Kategoriensystems, da auf diese Weise mehr Raum für die Erfassung der Indikatoren zur Kodierentscheidung im Rahmen des Kodierherleitungsmemos möglich war. Das Kodierherleitungsmemo ist in Teilstudie als zweite Tabellenspalte integriert. Pro Indikator erfolgte wieder eine Endnotenreferenzierung hinsichtlich Ankerbeispielen (für ein Beispielkategoriensystem vgl. Anhang 6.2).

Zu Kategorie A. Beziehung zu Familienmitgliedern wurde zusätzlich pro Fall auf Basis des Interviewtranskripts und der Fragebogendaten ein Genogramm erstellt (vgl. Schierbaum, 2016), um die Beziehungskonstellationen grafisch aus

mehrgenerationaler Perspektive zu verdichten. Für Analyseheuristik D. Objektive Biografiedaten erfolgte mittels rekonstruktivem Verfahren die chronologische Erarbeitung der Lebensverläufe aller 24 interviewten Frauen auf Basis der berichteten objektiven Ereignisdaten. Zusätzlich wurden Angaben aus dem soziodemografischen Fragebogen integriert. 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 (z. B. Geburt, Anzahl der Geschwister, Ausbildungsdaten, Familiengründung, Wohnortwechsel, Krankheitsereignisse etc.) in der zeitlichen Abfolge der Ereignisse im Lebenslauf analysiert.“ (Rosenthal, 2014, S. 188)

In der vorliegenden Arbeit erfolgte die Darstellung des Lebensverlaufs tabellarisch auf sechs thematischen Linien, die 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 Lebensverlauf (Muster) auf sechs ‚Swimlanes‘

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

(Quelle: eigene Darstellung)

(1) *Jahr*: Die unterste Swimlane bildet den Zeitstrahl ab der Geburt der Interviewpartnerin bis zum Interviewzeitpunkt. (2) *Alter*: Direkt darüber angeordnet ist das jeweilig rekonstruierte Lebensalter<sup>8</sup>. (3) *Internet*: Auf dieser Swimlane sind

<sup>8</sup> Zu (1) und (2) ist anzumerken, dass Befragte ihr Alter oder Jahresangaben zu einem Ereignis häufig nicht explizit nannten, so dass diese anhand von anderen Formulierungen im Kontext des Ereignisses rekonstruiert wurden. Sagte die Befragte z. B. als zeitliche Einordnung: „Das war in der neunten Klasse“, wurde das ungefähre Alter aufgrund herkömmlicher Alterszuordnungen zu Schulklassendaten geschätzt. So wurde die 1. Klasse mit dem 7. Lebensjahr gleichgesetzt, die

alle Ereignisdaten bzgl. der Internetnutzung festgehalten, beginnend in der Regel mit der ersten PC-/Internetnutzung der Interviewpartnerin und mit allen weiteren Stationen (wie z. B. erster eigener PC, in welchem Zeitraum eine Onlinedatingplattform genutzt wurde etc.). Auch die PC-Nutzung ist hier mit einbezogen, auch wenn diese ohne Internetzugang stattfand. (4) *Medien*: Hier sind alle Ereignisdaten bzgl. der Mediennutzung außerhalb des Internets aufgeführt (Bücher, Fernsehen, Radio etc.). (5) *Ereignis*: Hier sind alle erwähnten Lebensereignisse dokumentiert. Dabei wurden sowohl markante Ereignisse wie Geburtsdaten, Einschulung, Abitur, Ende des Studiums, Heirat, Geburt des ersten Kindes etc. festgehalten, genauso wie ‚kleinere‘, situative Ereignisse wie z. B. eine enttäuschende Erfahrung mit den Eltern, ein Krankenhausaufenthalt oder eine Reise. Die Forscherin führte alle Ereignisse auf, von denen Befragte erzählte. Die Forscherin geht davon aus, dass jeder biografische Eckpunkt eine Bedeutung in der Gesamterzählung hat, die sich in der Gesamtschau erschließt. (6) *Lebensphase*: Dieser Aspekt wurde auf der obersten Swimlane angeordnet, als grobgranulare Einteilung der in den unteren Swimlanes feingranular dargestellten Ereignisse. Die Lebensphasenbezeichnungen folgten in der Regel folgenden Bezeichnungen: Kindheit, Jugendzeit, Ausbildungsphase, Berufseinstieg, Familiengründung etc., wurden dabei aber je nach Fall ggf. variiert und feiner aufgeteilt, z. B. Kindheit, Kindheit/Grundschulzeit, Jugend/Realschulzeit, Ausbildung, Studium.

### 2.3.3.5 Teilstudie 3

Teilstudie 3 untersuchte den Teiluntersuchungsgegenstand *Lebensbewältigungsstrategien*. Als Verfahren wurde im Gegensatz zu Teilstudie 1 und 2 ein rekonstruktiv-hermeneutisches gewählt. Als Auswertungsmethode wurde in angepasster Form das Analyseverfahren des Integrativen Basisverfahrens angewandt (vgl. Kruse, 2014, S. 24 ff.; vgl. 2.3.2.2). Die Teilfragestellung lautete: Mit welchen Lebensbewältigungsstrategien begegnen die interviewten Frauen

---

2. Klasse mit dem 8. Lebensjahr usw. Oder es wurde von angegebenen Jahreszahlen abgeleitet („Mein Vater ist 2005 gestorben.“). Oder das Alter wurde anhand umliegender Altersangaben ausgerechnet: Fand ein berichtetes Ereignis z. B. im 16. Lebensjahr statt und ein zweites Ereignis fand zwei Jahre danach statt, so wurde für das nachfolgende Alter das 18. Lebensjahr rekonstruiert. Mögliche Ungenauigkeiten bzgl. der Altersangaben wurden in Kauf genommen. Vorrangiges Ziel war, die Abfolge von Ereignissen nachzuvollziehen, nicht das exakte Alter oder Jahr.

Krisen und Herausforderungen? Wie zeigen sich Lebensbewältigungsstrategien im Spiegel der Internetnutzung? Welche Bedeutung hat die *problematische* Internetnutzung bei der Lebensbewältigung? Dabei wurde mit folgenden theoriegeleiteten forschungsgegenständlichen Analyseheuristiken gearbeitet:

- A. Bedeutsame Krisenerlebnisse
- B. Lebensbewältigungsstrategien (außerhalb der Medien-/Internetnutzung)
- C. Lebensbewältigungsstrategien im Spiegel der Internetnutzung

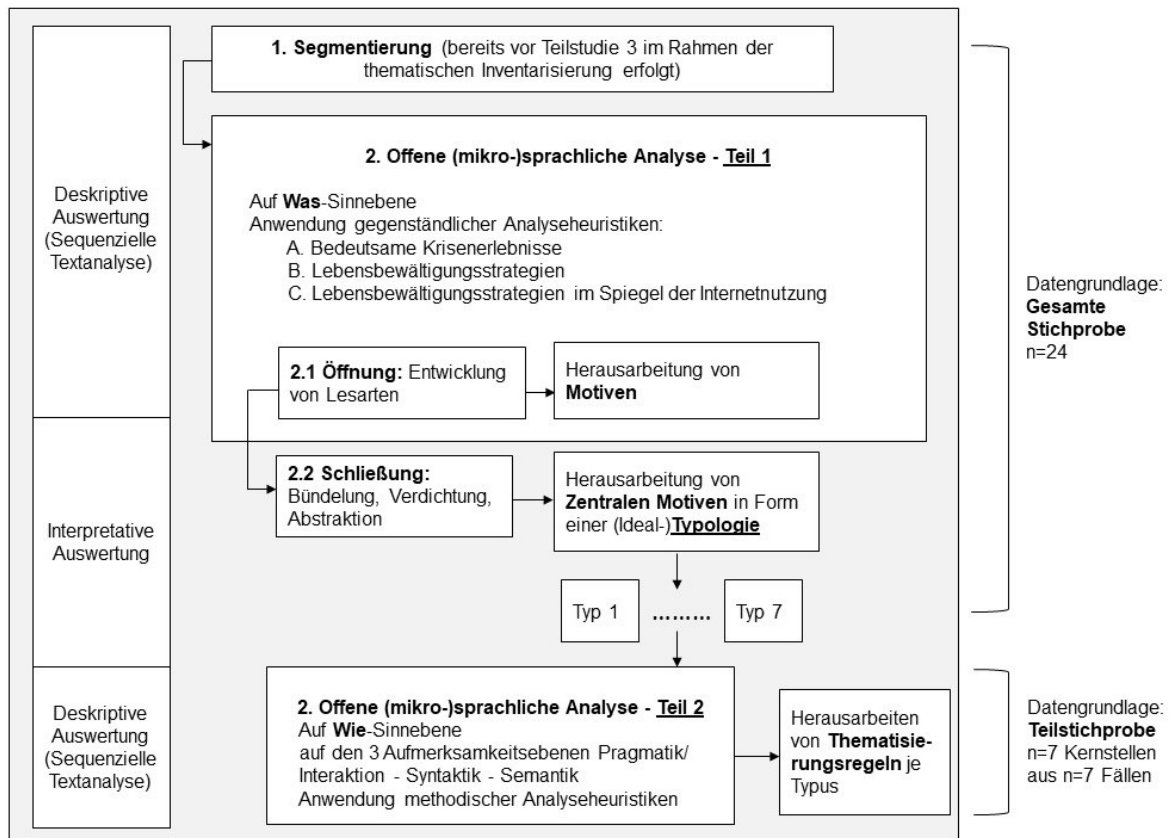
Im Gegensatz zu Teilstudie 1 und 2 wurde nicht nur auf Was-Sinnebene, sondern auch auf Wie-Sinnebene ausgewertet (Was wird gesagt und wie wird es gesagt?). Die Was-Analyse beruhte auf dem gesamten Interview, die Wie-Analyse auf beispielhaften Kernsequenzen. Wie in den vorherigen Teilstudien wurde zunächst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

Die Untersuchung des Lebensbewältigungsaspekts war nicht von Anfang an geplant, sondern entwickelte sich erst während der Umsetzung von Teilstudie 1 und 2, d. h. auf Basis aufkommender Erkenntnisse im Forschungsprozess. So fiel der Forscherin bei der Auswertung des Interviews mit F22 der Aspekt der Lebensbewältigung als überraschendes Schlüsselphänomen auf. Es wurde entschieden, diese ‚Spur‘ in konzeptioneller Anlehnung an Charlton und Neumann (1986; vgl. 1.4.5) zu verfolgen und auch in den anderen Interviews zu untersuchen. Auf der Basis wurde eine eigene Teilstudie konzipiert.

Der Auswertungsablauf im Integrativen Basisverfahren nach Kruse (vgl. 2.3.2.2) wurde in der vorliegenden Arbeit nicht 1:1 umgesetzt, sondern in die Forschungslogik des Teiluntersuchungsgegenstandes übersetzt (vgl. Abb. 7).

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. 2.3.3.2). Im Rahmen der offenen (mikro-)sprachlichen Analyse in Teilstudie 3 wurde dann der Zusammenhang zwischen dem jeweiligen Krisenerleben und Lebensbewältigungsstrategien rekonstruiert. 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?



(Quelle: eigene Darstellung)

Abbildung 7: Auswertungsablauf Teilstudie 3

Forschungspraktisch wurde dies so umgesetzt, dass auf die Objektiven Biografiedaten (erarbeitet in Teilstudie 2) zurückgegriffen wurde, um die zentralen Krisen pro Fall festzuhalten. Zu jeder dieser Krisen wurde dann aus dem Interviewtext heraus – sequenziell sich aus dem Text erschließend – Lebensbewältigungsstrategien rekonstruiert. Diese Auswertung erfolgte ausschließlich auf Was-Sinnebene. Ankerbeispiele wurden in Form von Endnoten verknüpft. Um den Zusammenhang von Strategien und Krisenereignis transparent und systematisch festzuhalten, war der Einsatz von Unterstützungsmitteln wie eines tabellarischen Analyserasters hilfreich (vgl. Tab. 14).

Tabelle 14: Rekonstruktive Auswertung (Ausschnitt) am Beispiel von F04

Im Umgang mit Krise <b>Trennung</b> (46. Lebensjahr):	
<p>Krise: Verließ 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: F04 hatte für die Beziehung ihre Heimat verlassen, verliert nun ihre ‚neue Heimat‘. Bis zum Verkauf blieb F04 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 fand<sup>i</sup>.</p>	
Lebensbewältigungsstrategien außerhalb der Medien-/Internetnutzung und damit zusammenhängende <b>Motive</b>	Lebensbewältigungsstrategien im Spiegel der Internetnutzung und damit zusammenhängende <b>Motive</b>
<p><u>Direkt nach der Trennung:</u></p> <p><b>Ablenkung</b> in der Natur/Pflichten nachgehen  <b>Sich</b> im Garten <b>beschäftigen</b> &lt;-----  <i>„Draußen, Sonne, Ablenken. Und man muss es eh machen. Man kann ja irgendwie net zugucken, wie da alles/ Im Sommer wächst ja viel.“ (F04, 646-648)</i></p> <p>Granny Squares häkeln &lt;-----</p> <p>+ <b>Kontakt mit Freunden</b> über Telefon (lebten nicht dort)</p> <p><u>Im weiteren Verlauf nach der Trennung:</u></p> <p><b>Weiterfunktionieren und verdrängen:</b>            + F04 hat „einfach funktioniert“/ „viel verdrängt“. Wegen Wohnungs- und Jobsuche „<b>kein großer Platz für extremes Verarbeiten, Trauer, Zusammenbrechen</b>“ → 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 weg gewesen). „<b>Ich hätte was anderes gebraucht.</b>“            Trennung kam auch nochmal hoch nach dem Tod der Mutter. (Zusammenhang zwischen zwei Krisen) → vgl. als Kernstelle F04, 705-765<sup>ii</sup></p>	<p><u>Direkt nach der Trennung:</u></p> <p>Widersprüche Aussagen:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aufgrund der Trennung <b>mehr Zeit</b> gehabt → Länger im Internet gewesen, aber inhaltlich unverändert<sup>i</sup></li> <li>2. <b>Wenig im Internet gewesen</b> (kann sich nicht erinnern)</li> </ol> <p>← Häkelanleitungen aus dem Internet gesucht, viel auf Blogs gewesen</p> <p>Ansonsten <b>Nutzungspause bzgl. Onlinedating:</b> 1,5 Jahre lang kein Onlinedating genutzt („erstmal verarbeiten“) → vgl. F04, 57-61<sup>iii</sup></p> <p><u>1,5 Jahre nach der Trennung:</u></p> <p><b>Selbstschutz durch Kontrolle</b>            Suchkriterien auf Onlinedatingplattform sollen <b>Fernbeziehung ausschließen</b>. Grund: F04 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. F04, 134-146<sup>iv</sup></p> <p><u>Beobachtung:</u> Klare Vorstellungen. Hat die Idee, dass Beziehung so pragmatisch kontrollierbar sein könnte. Objektive Eigenschaften (Wohnort) sind Voraussetzung für alles Weitere.</p>

(Quelle: eigene Darstellung)

Im Gegensatz zum Vorgehen bei Kruse, der ebenfalls tabellarische Raster als Analysehilfsmittel erwähnt (vgl. Kruse, 2014, S. 628 f.), fiel in der hier verwendeten Analysetabelle die Auswertung auf Wie-Sinnebene weg. Diese folgten später nach Bildung der Typologie. Neben der Orientierung an den Analyseheuristiken

wurde die Analyse offen für fallindividuelle Relevanzsetzungen durchgeführt. 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). Der Forscherin 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 F16 deutlich. Die Interviewpartnerin erwähnte immer wieder das Thema Datenschutz und das Thema des ‚digitalen Ichs‘. Diese Themen kamen nicht im Kontext von konkretem Krisenerleben auf, aber sie schienen bedeutsam zu sein. Die Forscherin beschloss daher, diese Themen ‚mitzunehmen‘, auch wenn 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<sup>9</sup>.

Da die rekonstruktiv-hermeneutische Auswertung sehr zeitintensiv ist und gleichzeitig ein sehr umfangreicher Datensatz von 24 teilnarrativ-biografischen Interviews vorlag, wurden Abkürzungsstrategien angewandt: Im Rahmen des deskriptiven Auswertungsteils, der sequenziellen Textanalyse, wurde ausschließlich auf Was-Sinnebene analysiert. Die feinsprachliche Analyse auf Wie-Sinnebene (Wie wurde etwas gesagt?) wurde anhand einer Teilstichprobe im Rahmen der Typenbildung durchgeführt<sup>10</sup> (vgl. auch Abb. 7 oben).

---

<sup>9</sup> F16 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 die Forscherin schließlich die Hypothese, F16 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.

<sup>10</sup> Die Forscherin erwog auch die Ziehung einer Teilstichprobe von Beginn an, d. h. Teilstudie 2 insgesamt nur anhand ausgewählter Interviews (z. B. n=6) anstatt anhand n=24 Interviews durchzuführen. Eine Option wäre z. B. die Bildung einer Teilstichprobe auf Basis der Schweregrad-Fallgruppen aus Teilstudie 1 gewesen. Diese Idee wurde aber verworfen, da sie zu früh den Analyseblick verengt hätte. Der Aspekt Lebensbewältigung zeigte sich so implizit ins

Die *Typenbildung* verdichtet und abstrahiert auf Ebene der *Interpretation* die oben beschriebene deskriptiv-rekonstruktive Analyse. Ziel war, 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 wurde insbesondere auf Techniken der Typenbildung aus der Dokumentarischen Methode zurückgegriffen.

Die *relevanten Vergleichsdimensionen* (Schritt 1 im Stufenmodell nach Kelle und Kluge; vgl. Kelle & Kluge, 2010, S. 93) wurden deduktiv gebildet, indem sich die Forscherin für die Analyseheuristiken B und C entschied: Lebensbewältigungsstrategien und Lebensbewältigungsstrategien im Spiegel der Internetnutzung.

Die *Gruppierung der Fälle* und die *Analyse empirischer Regelmäßigkeiten* (Schritt 2 im Stufenmodell) erfolgte in Teilstudie mittels fallvergleichender Kontrastierung 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, zeigte sich sinnvoll, 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 wurde zur komparativen

---

Interviewmaterial ‚verwoben‘, dass es notwendig schien, sich zunächst komplett von den Gruppierungen, d. h. den theoretischen Konstruktionen der vorherigen Teilstudien zu lösen.



Analyse eine Falltabelle erstellt, in der pro Fall zum einen die erarbeiteten Motive je Vergleichsdimension eingetragen wurden und daraus dann interpretativ der primäre Orientierungsrahmen pro Fall entwickelte wurde (vgl. Tab. 15).

Tabelle 15: Falltabelle (Muster) im Rahmen der komparativen Analyse

	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	...

(Quelle: eigene Darstellung; Abbildungsweise übernommen aus dem Methodenworkshop des Ces e.V.)

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 allerdings schwer anwendbar auf Lebensbewältigungsstrategien, mit denen sehr komplexe und individualisierte Haltungen und Handlungsmuster einhergehen beinhalten, die schwer auf ‚objektive‘ Kategorien zu reduzieren sind. Es wurde daher auch hier auf die Typenbildung in der Dokumentarischen Methode zurückgegriffen. Die o. g. Falltabelle wurde dazu in eine Typentabelle umgewandelt (vgl. Tab. 16).

Tabelle 16: Typentabelle (Muster) im Rahmen der komparativen Analyse

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

(Quelle: eigene Darstellung; Abbildungsweise übernommen aus dem Methodenworkshop des Ces e.V.)

In dieser Typentabelle wurden dann im Rahmen eines fallübergreifenden Vergleichs die übrigen Fälle mit den Basisfällen hinsichtlich des primären Orientierungsrahmen verglichen, ähnliche Fälle gesucht, dem jeweiligen Typ zugeordnet

oder neue Typen gebildet, d. h. neue Interpretationen hinsichtlich Orientierungsrahmen angestoßen. Die Ausprägungen gebildeter Typen wurden immer wieder neu sortiert und auch die Bezeichnung der Typen immer wieder angepasst, bis es final ein stimmiges Gesamtbild ergab. Zum Abschluss erfolgte die zusammenfassende *Charakterisierung der gebildeten Typen* (Schritt 4 im Stufenmodell von Kelle und Kluge) durch die Beschreibung der Kriterien, die den jeweiligen Typ ausmachen und von den anderen Typen unterscheidet.

Im Gegensatz zu Teilstudie 1, in der mit den Schweregrad-Fallgruppen Realtytypen gebildet wurden, 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 kann laut Nentwig-Gesemann als eine begrifflich-theoretische Konstruktion verstanden werden, 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 wurde eine *Feinanalyse auf Wie-Sinn-ebene* anhand einer Teilstichprobe durchgeführt (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. 7 oben).

Für die Ziehung der Teilstichprobe wurde pro Typus ein exemplarischer Fall als Prototyp identifiziert. Prototypen sind „reale Fälle, die die Charakteristika jedes Typus am besten ‚repräsentieren‘“ (Kelle & Kluge, 2010, S. 105). Bei diesem Fall wurde dann eine aussagekräftige, besonders dichte und reichhaltige Interviewsequenz mit thematischem Bezug auf die Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie ausgewählt. Ziel dieser ausschnittshaften feinsprachlichen Analyse pro Typ war zu schauen, wie sich der jeweilige Typus sprachlich manifestieren kann.

Dies erschien der Forscherin eine zusätzliche relevante Bedeutungsebene zu sein, ein weiteres mögliches Orientierungsmerkmal je Typus. Auf der Basis wurde das Material hinsichtlich der drei sprachlichen Aufmerksamkeitsebenen Pragmatik/Interaktion, Syntaktik und (Wort-)Semantik bearbeitet (vgl. Kruse, 2014, S. 481; vgl. 2.3.2.2) sowie hinsichtlich der methodischen Analyseheuristiken, bei denen der Fokus auf die Agencyanalyse und die Positioninganalyse gelegt wurde (vgl. Kruse, 2014, S. 502 ff.; vgl. 2.3.2.2). 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, z. B. die Analyse weiterer Kernstellen pro Fall, wurde verzichtet, da das Ziel der Exemplifizierung, wie sich ein Typus sprachlich manifestieren kann, aus Sicht der Forscherin ausreichend erfüllt war.

Wie sah das forschungspraktisch aus? Der gewählte Interviewausschnitt wurde sequenziell sehr kleinschrittig (Wort für Wort) bearbeitet und hinsichtlich der o. g. Aufmerksamkeitsebenen und methodischen Analyseheuristiken geprüft. Analysebeobachtungen und -hypothesen wurden in einem tabellarischen Raster festgehalten (vgl. Tab. 17, in Anlehnung an Kruse, 2014, S. 629):

Tabelle 17: (Mikro-)Sprachliche Analyse (Ausschnitt) am Beispiel von F07

Idealtypus: Die Beziehungsmanagerin Repräsentantin/Prototypischer Fall: F07	Sprachliche Aufmerksamkeitsebenen			Methodische Analyseheuristiken	
	Pragmatik/ Interaktion	Syntak- tik	(Wort-) Semantik	Agency- analyse	Positioning- analyse
Segment  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>B: <u>Hauptsächlich, ja.</u></b> 242 I: /und sonst so mit anderen Bekannten, Freunden? Welche Rolle 243 spielt das Internet da? 244 B: <b><u>Sehr viel, sehr große.</u></b> Das Telefon ist bei mir, ähm, eine 245 absolut untergeordnete Rolle. Äh, ich war <b><u>noch nie</u></b> ein Freund 246 vom Telefon ((räuspert sich)), <b><u>weil man</u></b> doch 247 sehr schnell reden muss und <b><u>der Zuhörer</u></b> nicht 248 die Mimik und die Körpersprache wahrnehmen kann. Das heißt, es	B korrigiert I (241)  B argumen- tiert ggü. I („weil“), wa- rum das Tele- fon sich nicht eignet. (244 ff.)	Reformu- lierung (244) Verstär- ker („noch nie“, 245)	„der Zuhö- rer“, „das Gegen- über“ = ge- sichtslos, keine	B scheint am Telefon die Autono- mie zu feh- len. Die	Man sieht B mit einem "Zuhö- rer" oder "Ge- genüber" telefo- nieren, der

249 dürfen überhaupt keine Gesprächspausen am Telefon entstehen. 250 Und wenn man eine macht, das irritiert <b>das Gegenüber</b> 251 unglaublich. [...]		Allaus- sage: "man" muss schnell reden (246 f.)	bestimmte Person (247 ff.)	Handlungs- macht liegt beim ande- ren.	Erwartungen an sie hat.
<b>Thematisierungsregeln</b> (vgl. Kruse, 2014, S. 561 f.):					
<p>(1) <b>Sprecherpositionen:</b> <i>F07 spricht stark aus Ich-Perspektive. Zwischendurch wechselt sie in die Regel-Perspektive (man), z. B. wenn es um soziale Regelhaftigkeiten 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 F07 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></p> <p>(2) <b>Narrative Personen:</b> <i>Narrative Personen tauchen in der Tendenz im Kollektiv auf. ...</i></p> <p>(3) <b>(De-)Agentivierung:</b> ...</p> <p>(4) <b>Perspektivenübernahmen:</b> ...</p> <p>(5) <b>Komplexitätsgrad:</b> ...</p> <p>(6) <b>Involvement:</b> ...</p> <p>(7) <b>Art der Darstellung:</b> ...</p> <p>(8) <b>Textgattung:</b> ...</p> <p>(9) <b>Tropen:</b> ...</p> <p>(10) <b>Episteme:</b> ...</p> <p>(11) <b>Evaluationen:</b> ...</p> <p>(12) <b>Legitimationen:</b> ...</p> <p>(13) <b>Diachronie:</b> ...</p>					

(Quelle: eigene Darstellung auf Basis von Kruse, 2014, S. 629)

### 2.3.3.6 Maßnahmen zur Qualitätssicherung

Die fortwährende Selbstreflexion des eigenen Forschungshandelns als zentraler Aspekt der Qualitätssicherung wurde in der vorliegenden Arbeit mithilfe verschiedener Instrumente umgesetzt (vgl. Breuer et al., 2019, S. 122). Zum einen wurden konzeptionelle Reflexionen, Abwägungen für das weitere Vorgehen, Hypothesen und Interpretationen in einem digitalen *Forschungstagebuch* und in *Memos* festgehalten (vgl. Breuer et al., 2019, S. 137 f.). Bei fortschreitender Auswertungsphase wurden zur Sicherstellung eines systematischen und strukturier- ten Vorgehens für jede der drei Studien jeweils ein dynamischer, sich laufend aktualisierender Analysebericht angelegt, der fokussiert alle Fallexzerpte (vgl. Kruse, 2014, S. 630 ff.) auf Ebene der Längsauswertung enthielt, genauso wie die Querauswertungen, aber auch Auswertungs(zwischen)schritte, Konzeptions- notizen, in denen das weitere Auswertungsvorgehen geplant und kritisch hinter- fragt wurde, z. B. hinsichtlich der Fallgruppenbildung etc.

Der gesamte Forschungsprozess wurde von einer Person, von der Doktorandin selbst, umgesetzt. Zum qualitätssichernden Ausgleich der Eine-Person-Perspektive erfolgte in allen Stadien des Forschungsprozesses – von der Interviewleitfadeneentwicklung bis hin zur Diskussion der Typologie – der Besuch von *Forschungswerkstätten*<sup>11</sup> und *Methodenworkshops*<sup>12</sup>. Die kommunikative Validierung in der Forschungsgruppe ermöglichte eine Perspektivenvielfalt auf das Datenmaterial und somit eine zusätzliche methodische Kontrolle des Fremdverstehens (vgl. Kruse, 2014, S. 568–574). Nicht nur die Autorin dieser Arbeit hat sich also mit den Daten auseinandergesetzt, sondern auch andere Forschende mit verschiedenen disziplinär geprägten Perspektiven 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 hat die Autorin dieser Arbeit sich damit auseinandergesetzt, welche persönlichen Prägungen sie 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 wurden laufend kritisch innerhalb des Forschungstagebuchs, in Memos und in Diskussionen mit Mitforschenden reflektiert.

## **2.4 Fazit und Zusammenfassung: Forschungsdesign**

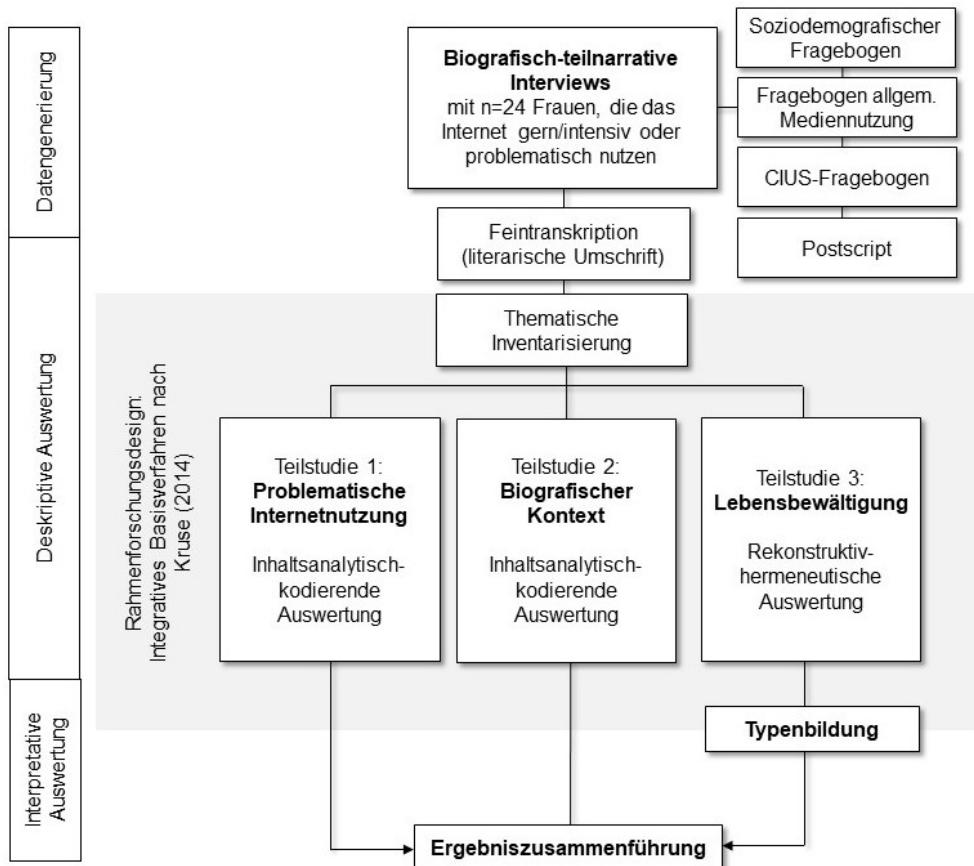
Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass mit dem Ziel der Passung von Untersuchungsgegenstand und Methode die vorliegende Arbeit triangulativ mit der Kombination verschiedener methodischer Zugänge arbeitet (Flick, 2011, S. 27).

---

<sup>11</sup> Teilgenommen wurde insbesondere an der *Forschungswerkstatt Qualitative Methoden* des Instituts für Arbeitsmedizin, Sozialmedizin und Versorgungsforschung des Universitätsklinikums Tübingen und an der *Forschungswerkstatt Qualitative Inhaltsanalyse* der PH Weingarten.

<sup>12</sup> Besucht wurden u. a. Methodenworkshops zum Integrativen Basisverfahren, zu qualitativen Forschungsdesigns, zur Darstellung qualitativer Forschung und zur Typenbildung.

Eine gegenstandsorientierte Integration verschiedener Ansätze ist im Integrativen Basisverfahren nach Kruse erlaubt und erwünscht, weswegen es den Rahmen bildet und die Prozesslogik des Forschungsdesigns (vgl. Abb. 8) prägt.



(Quelle: eigene Darstellung)

Abbildung 8: Forschungsdesign

Das integrative Forschungsdesign dieser Arbeit ist anschlussfähig an andere qualitative Forschungsarbeiten. Helfferich et al. (2016) z. B. 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. z. B. Schreier et al., 2020), z. B. auch bei großen Materialumfängen (vgl. Rosenthal, 2014, S. 212–213).

### **3. ERGEBNISSE**

Das *Gütekriterium der Textuellen Performanz* fordert laut Strübing et al. (2018) die intersubjektiv nachvollziehbare Darstellung des qualitativen Forschungsprozesses und der Ergebnisse. Dies stellt die Forschende vor eine Herausforderung: Sie 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, z. B. indem nur exemplarische Datenauszüge gezeigt werden (vgl. Strübing et al., 2018, S. 93 f.). Wenn es also im Folgenden um die Ergebniserläuterung geht, wozu auch gehört zu zeigen, wie die Forscherin von ihren Daten zu ihren Ergebnissen gekommen ist, so ist das nur ausschnitthaft möglich. Der Forscherin ist bewusst, dass sie mit der Auswahl dessen, was sie final präsentiert (z. B. welche Fälle sie beispielhaft auswählt, welche Facetten sie betont), die Ergebnisse wesentlich prägt. Am Ende des Forschungsprozesses, in dessen Verlauf ein Phänomen in seine Einzelteile aufgespalten wurde, kommt es also zwangsläufig wieder zu einer zuspitzenden Konstruktion. Gerne wäre die Forscherin allen Interviewpartnerinnen als Wissensträgerinnen in ihrer Einzigartigkeit gerecht geworden, doch leider ist dies mit dem finalen Ziel der Verdichtung und Abstrahierung nicht vollständig möglich.

#### **3.1 Teilstudie 1: Problematische Internetnutzung**

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

##### **3.1.1 Fallgruppeneinteilung**

Zum Abschluss von Teilstudie 1 wurden die n=24 Fälle in Fallgruppen je nach Schweregrad einer problematischen Internetnutzung eingeteilt. 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). Einbezogen wurde zudem die Dauer der problematischen Internetnutzungsphase, der Leidensdruck aufgrund der Internetnutzung und die mögliche Beeinträchtigung der Funktionalität im Alltag. Alle diese Kriterien waren zuvor im Rahmen des Kodierprozesses pro Fall erhoben worden. Diese Prüfkriterien wurden pro Fall auf die jeweils kritischste Internetnutzungsphase angewandt. Nutzte eine Frau also z. B. in ihrer Jugendzeit das Internet *geringfügig* problematisch, im Erwachsenenalter hingegen *mit hohem Schweregrad* problematisch, wurde sie in die Fallgruppe 3 (hoher Schweregrad) eingeteilt. Das *Vorliegen* der Erfahrung mit dem jeweiligen Schweregrad ist ausschlaggebend. Die Fokussierung auf die kritischste Phase ist notwendig, da viele der Interviewpartnerinnen von verschiedenen intensiven Nutzungsphasen berichten. Die Fälle in Fallgruppe 3 weisen also auch Erfahrungen mit einer nicht- oder weniger problematischen Internetnutzung auf. Für die detaillierte Herleitung vgl. Anhang 7. Es ergab sich final folgende Einteilung (vgl. Tab. 18):

Tabelle 18: Fallgruppenzuordnung je Schweregrad der problematischen Internetnutzung

Schweregrad einer problematischen Internetnutzung		
Fallgruppe 1: <b>Keine</b> Problematik (n=3)	Fallgruppe 2: <b>Geringer bis mittlerer Schweregrad</b> (n=10)	Fallgruppe 3: <b>Hoher Schweregrad</b> (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

(Quelle: eigene Darstellung)

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)<sup>13</sup>.

<sup>13</sup> Hätte die Zuordnung z. B. ausschließlich auf der subjektiven Betroffenenperspektive basiert, wären F03 und F13 nicht in Fallgruppe 2 (geringer bis mittlerer Schweregrad), sondern in die Fallgruppe 3 (Hoher Schweregrad) gelandet. Beide Frauen hatten mehrfach im Interview ihre Internetnutzung als ‚abhängig‘ bezeichnet, was in der Analyse als hoher Schweregrad gewertet wurde. Hält man allerdings die diagnostischen Kriterien dagegen, erfüllt F03 zwar alle ICD-11-Kriterien, der CIUS-Test ergab aber, dass keine Internetabhängigkeit vorliegt. Zudem war ihre Funktionsfähigkeit im Alltag nicht beeinträchtigt. F13 wurde laut CIUS-Test als internetabhängig eingestuft, erfüllte aber keine der ICD-11-Kriterien eindeutig. Sie zeigte zudem keinerlei Leidensdruck und wurde in ihrer Funktionsfähigkeit nicht beeinträchtigt. Aus Perspektive der Diagnostik hätte sich ebenfalls eine andere Gruppenzuordnung ergeben. Zusätzliche Unterschiede hätte es



Tabelle 19: Fallgruppenzuordnung multi- versus monoperspektivisch

Perspektiven	Schweregrad einer problematischen Internetnutzung		
	Fallgruppe 1: <b>Keine</b> Problematik (n=3)	Fallgruppe 2: <b>Geringer bis mittlerer Schweregrad</b> (n=10)	Fallgruppe 3: <b>Hoher Schweregrad</b> (n=11)
3 Perspektiven + Zusatzkriterien	F02, F04, F06	F01, F03, F05, F07, F08, F13, F16, F20, F23, F24	F09, F10, F11, F12, F14, F15, F17, F18, F19, F21, F22
Ausschließlich subjektive Betroffenenperspektive	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 diagnostischer Perspektive (nur CIUS)	F01, F02, F03, F04	Riskanter Internetgebrauch (Gesamtscore von 21-29): F07, F16	Internetabhängigkeit (Gesamtscore von $\leq 30$ ): F05, F13, F20, F14, F11, F17, F19, F22, F24
Ausschließlich aus diagnostischer Perspektive (nur ICD-11)	F01, F02, F04, F05, F06, F07, F08, F09, F10, F13, F14, F16, F17, F19, F20, F23	N/A	Internet Use Disorder (IUD, alle 3 Kriterien treffen zu + Leidensdruck + $\leq 12$ Monate Dauer): F03, F11, F12, F15, F18, F21, F22, F24

(Quelle: eigene Darstellung)

Zusammenfassend wird deutlich, dass die Integration aller drei Perspektiven eine kontextsensitive Zuordnung der Fälle zu Schweregraden ermöglichte, realisiert durch die Integration subjektiver wie objektiver Krankheitstheorien kombiniert mit der Perspektive der Forscherin mit ihrer Gesamtsicht auf den jeweiligen Fall. Im Folgenden werden die Ergebnisse von Teilstudie 1 auf dem oben dargestellten Kontinuum zwischen einer nicht vorhandenen Problematik bis hin zu einer problematischen Internetnutzung mit hohem Schweregrad beschrieben.

gegeben, hätte man den CIUS-Wert alleine oder die ICD-11-Werte alleine als Grundlage genommen anstatt der Kombination. Hätte man sich z. B. alleine die Ergebnisse des CIUS-Fragebogens angeschaut, ergäben sich markante Diskrepanzen im Vergleich zur multiperspektivischen Fallzuordnung. (Cut-off-Wert hinsichtlich einer Internetabhängigkeit war die 30 und hinsichtlich eines riskanten Internetgebrauchs 21 bis einschließlich 29. Bei n=9 Fällen lag kein CIUS-Fragebogen vor.) Bezogen auf die n=15 Fälle, zu denen ein CIUS-Fragebogen 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 entsprechen hätte. Aus multiperspektivischer Sicht wurden diese Fälle aber in Fallgruppe 2 eingeordnet. 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 einem 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. F03 z. B. wäre gemäß CIUS in Fallgruppe 1 eingeordnet worden, gemäß ICD-11 allerdings in Fallgruppe 3.

### 3.1.2 Fallgruppe 1: Keine problematische Internetnutzung

#### 3.1.2.2 Fallbeispiel: F02

„Ich hab‘ noch nicht ‘ne Minute gedacht, dass der Computer mich beherrscht.“  
(F02, 394-396)

- *Steckbrief:* F02 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. F02 hatte ein Kind aus erster Ehe. Schon als junges Mädchen zog es F02 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, künstlerisch aktiv zu sein und im Ausland zu leben. Ihr Kind zog sie als Alleinerziehende groß. Die Beziehung zum Kind beschrieb F02 als schwierig.
- *Interviewsituation:* Das Interview fand face-to-face bei F02 zu Hause statt. Interviewerin und Befragte kennen sich aus dem universitären Kontext, was förderte, dass keine altersunterschiedsbedingte Asymmetrie aufkam. Die Gesprächsdynamik war durch eine hohe Erinnerungs- und Erzählbereitschaft seitens F02 geprägt. Für die Interviewerin lag die Herausforderung darin, das Gespräch immer wieder Richtung Interviewleitfaden zu lenken und F02 zum Erläutern von Themen zu motivieren, an die sie sich nicht so gerne erinnerte (z. B. was genau das schwierige Verhältnis zur Tochter ausmacht)

F02 hatte keine Erfahrung mit einer *problematischen Internetnutzung*, 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?“ (F02, 1917-1921)

Mit einer problematischen Internetnutzung verband F02 spezifische Anwendungen wie Spielen und Pornografie. Diese „Abgründe“ des Internets würde sie allerdings gar nicht kennen (F02, 1937-1940). Sie selbst spiele nicht, sondern würde nur schreiben. F02 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.“ (F02, 1465-1466). Auffällig ist, dass F02 sich selbst als *grundsätzlich* nicht suchtvulnerabel empfand. Alles im Leben könne zur (Sucht-)Gefahr werden, so F02. Das beträfe sie aber nicht. Ihre subjektive Einschätzung zeigt sich kohärent mit der diagnostischen Perspektive und der Einschätzung der Forscherin. In der diagnostischen trifft keines der drei ICD-11-Kriterien zu (vgl. Tab. 20):

Table 20: ICD-11-Auswertung F02

ICD-11-Kriterium	Zutreffend?	Indikatoren	Ankerbeispiel
(1) Beeinträchtigte Kontrolle über das Internetnutzungsverhalten	Nein	Computer beherrscht F02 nicht.	„Ich hab’ noch nicht ’ne Minute gedacht, dass der Computer mich beherrscht. Und ich dreh’ auch nicht durch, wenn das mal nicht geht.“ (F02, 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.“ (F02, 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.“ (F02, 1914-1917)
(3) Fortsetzung der Internetnutzung trotz negativer Konsequenzen	Nein	Keinerlei negativen Auswirkungen als Folge der eigenen Internetnutzung.	

(Quelle: eigene Darstellung)

Im CIUS-Fragebogen kommt F02 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 F02 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.“ (F02, 467-470) Auch das Radio faszinierte F02, 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.“ (F02, 425-434)

Schon früh zeigte sich bei F02 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 F02s 50er Lebensjahren (vgl. Tab. 21).

Tabelle 21: Lebensverlauf F02 (Ausschnitt) Fokus erste Internetnutzung

F02							
Lebensphase:	Lebt als Alleinerziehende mit Tochter in Wohngemeinschaft		Auszug in erste eigene Wohnung	Auslandsaufenthalte		„Schwierige Zeit“	Wendepunkt: Heirat (2. Ehe)
	Studium	Berufstätigkeit im Bildungsbereich					
Ereignis:	Universitätsabschluss mit Auszeichnung	Start in Berufstätigkeit	Kind kommt in die Pubertät	Künstlerisches Studium in [Land 1], Kind mitgenommen	1 Jahr Advanced Studies in [Land 2]. 1 Jahr in [Land 3]	Überforderung im Beruf	„Es wäre schön, wieder einen Mann zu haben“ → Lernt 2. Ehemann kennen → Heirat (2. Ehe)
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 Computernutzung (Apple) und Internetnutzung, insbesondere E-Mails-Schreiben
Alter:	30er Lebensjahre			39.-40. Lebensjahr	40er Lebensjahre		50er Lebensjahre
Zeitraum:	1970er Jahre				1980er Jahre		

(Quelle: eigene Darstellung)

Die Hinwendung zu PC und Internet stand dabei im engen Zusammenhang mit einem Wendepunkt in ihrem Leben: mit dem Kennenlernen ihres zweiten Ehemannes. Die Begeisterung war von Beginn an groß. „Und als [2. Ehemann] in mein Leben getreten ist, hat der das/ den ersten Computer gehabt. Diesen kleinen Apple-Kasten. Diesen entzückenden.“ (F02, 65-68)

Das Internet trat „so richtig heftig“ (F02, 76) in F02s Leben, als sie als Rentnerin für längere Zeit ins Ausland ging (vgl. Tab. 22). In der Zeit entdeckten F02 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.“ (F02, 88-95)

Tabelle 22: Lebensverlauf F02 (Ausschnitt) Fokus weitere Internetnutzung

F02							
Lebensphase:	Wendepunkt	In Rente					
Ereignis:	Bekommt Durchfall, der nicht aufhörte → Beendigung Berufstätigkeit	Auslandsaufenthalt in [Land 4]. Räumliche Trennung vom Ehemann	Fängt mit [Kunsth Handwerk 1] an	Auslandsaufenthalt: Sprachkurs in [Land 5], Kurs im künstlerischen Bereich in [Land 6]	Nach Rückkehr aus [Land 6]: Unfall, bekommt künstliches Gelenk. Übt nicht mehr [Kunsth Handwerk 1] aus, sondern [Kunsth Handwerk 2] und [Kunsth Handwerk 3]	2 Jahre Kontaktabbruch zum Kind. Seitdem Kind „freundlicher“ zu F02	Eigene Ausstellung mit Kunstwerken
Medien:		Intensive SMS-Nutzung zur Vernetzung mit anderen Deutschen vor Ort		[Land 6]: TV-Serien „rauf und runter geguckt“ (Heimweh)			
Internet:		<b>Internet tritt „so richtig“ in das Leben von F02:</b> Intensive E-Mail-Korrespondenz mit Ehemann	Erstellung einer eigenen <b>Website</b> mit <b>Blog</b> zum Online-Verkauf von Kunstwerken	Kurs gefunden und <b>Auslandsaufenthalt organisiert über das Internet</b>	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						

(Quelle: eigene Darstellung)

Zum Interviewzeitpunkt waren für F02 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.

F02 berichtete von zwei *extensiven Mediennutzungsphasen*, die beide im krisenhaften Kontext stattfanden. Sie wurden aber nicht als problematisierend gerahmt. Zum einen erlebte F02 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 F02 während eines Auslandsaufenthalts aufgrund von Heimweh TV-Serien wie ‚Sex and the City‘ „rauf und runter“. F02 erwähnte keine *reduzierten Mediennutzungsphasen*.

### 3.1.2.3 Fallvergleich

„Nee, also, süchtig bin ich von dem Zeug wirklich nicht.“ (F06, 742-743)

„Also, ich bin überhaupt von der Struktur her kein Suchtler. Egal, um was es geht.“ (F04, 1419-1420)

Fallgruppe 1 sind insgesamt drei Fälle zugeordnet: F02, F04 und F06. Alle drei Frauen meldeten sich im Rahmen der Rekrutierungsgruppe 1 (Frauen, die das Internet gern/intensiv nutzen). Wie F02 zeigen auch F04 und F06<sup>14</sup> keine Hinweise auf eine *problematische Internetnutzung*. Keines der drei ICD-11-Kriterien trifft zu, im CIUS-Fragebogen erreicht F04 einen Gesamtscore von 7, F06 eine 6. Auffällig ist, dass auch F04 und F06 eine problematische Internetnutzung explizit von sich weisen. F06 sagte, sie wäre wirklich nicht süchtig „von dem Zeug“ (F06, 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 F02: dass eine Internetsucht ältere Menschen (wie sie selbst) nicht beträfe. Auch F04<sup>15</sup> grenzte sich grundsätzlich von jeglicher Suchtanfälligkeit ab. „Also, ich bin überhaupt von der Struktur her kein Suchtler, egal, um was es geht.“ (F04, 1419-1420) Das Internet wäre zudem erst spät in ihr Leben gekommen. Auch F04 vertrat also die Theorie, ein höheres Alter würde vor einer Problematik schützen.

Betrachtet man die *Medien- und Internetnutzung im Lebensverlauf*, so fand auch bei F04 und F06 die *erste Internetnutzung* im Erwachsenenalter statt. Wie F02 berichtete auch F04 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 F04 beim Lesen nicht auf Ansprache reagierte. F04 sollte lieber im Haushalt helfen. F06 hingegen erwähnte keine extensive Mediennutzung.

F04 berichtete zudem von *reduzierten Mediennutzungsphasen* in Bezug auf das Onlinedating. Dieses nutzte sie gar nicht während der Beziehung mit ihrem Partner und auch nicht eine Zeitlang nach der Trennung. Auch im Kontext einer

---

<sup>14</sup> F06 war zum Interviewzeitpunkt im 70.-75. Lebensjahr und Rentnerin. Sie nutzte das Internet gerne mobil auf ihrem iPhone, vor allem WhatsApp-Chat und Internetrecherchen.

<sup>15</sup> F04 war zum Interviewzeitpunkt im 45.-50. Lebensjahr. Sie nutzte intensiv Onlinedating.

weiteren Krise, während der schweren Erkrankung ihrer Mutter, nutzte F04 das Onlinedatingportal nicht zum Dating. Sie erfuhr dort allerdings tröstenden Austausch, erlebte das Portal als Krisenbewältigungsressource.

In der Gesamtbetrachtung der Medienbiografie ist bei F06 noch als markant hervorzuheben, wie sich ihre Internetnutzung in zwei sehr unterschiedliche Phasen teilte: (1) Bis zum Renteneintritt nutzte F06 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.“ (F06, 1111-1114) F06 war u. a. begeistert davon, unterwegs flexibel recherchieren zu können. Es machte sie stolz, im Vergleich zu Gleichaltrigen so kompetent mit dem Smartphone umzugehen, z. B. auf Reisen ihr Flugticket am Handy zu zeigen. Im Alter erlebte F06 schwindende Leistungsfähigkeit. Das Selbstwirksamkeitserleben und die Selbstwertsteigerung im Rahmen der neuartigen Internetnutzung balancierten diese Limitationen aus, so die Hypothese der Forscherin. Darin ähnelte F06 F02, die ihren Bewegungsradius mithilfe der Internetnutzung hinsichtlich des künstlerischen Ausdrucks, Kontakten und Reisen aufrechterhielt. Bei F04 hingegen zeigte sich keine so ausdrückliche Begeisterung für das Internet. Für sie war das Internet aus Sicht der Forscherin eher ein praktisches Alltagswerkzeug. Selbst beim Onlinedating ging F04 systematisch und pragmatisch vor.

### **3.1.3 Fallgruppe 2: Geringer bis mittlerer Schweregrad**

#### **3.1.3.2 Fallbeispiel: F01**

*„Tja, und das Internet. Manchmal möchte ich einfach [den] Stecker rausziehen und: So, das war’s jetzt.“ (F01, 1065-1067)*

- *Steckbrief:* F01 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 F01 mit der Onlinesexsucht des Ehemanns. F01 berichtete von insgesamt neun erfolglosen Kinderwunschbehandlungen, darunter zwei Fehlgeburten. Das Internet nutzte F01 intensiv für Internetrecherchen und Soziale Netzwerke. F01 wuchs mit einem alkoholkranken und gewalttätigen Vater auf.

- *Interviewsituation:* Das Interview fand face-to-face bei F01 zu Hause statt. Es war das erste biografische Interview. F01 erfuhr über ein Inserat in einem Onlinesucht-Selbsthilfeforum von der Studie. F01s Tochter und der Ehemann waren zwischendurch kurz anwesend. Die Gesprächsbereitschaft von F01 war sehr hoch. Die Interviewerin hatte kaum das Diktiergerät angeschaltet, da begann F01 bereits zu sprechen.

F01 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 F01 (Ausschnitt) Fokus problematische Internetnutzung

F01						
Lebensphase:	Onlinesexsucht					
Ereignis:	F01 hat einen ersten Verdacht. Ihr Ehemann streitet ab. Weitere Distanzierung, negative Stimmung. „Man konnte ihm nichts mehr recht machen.“	Antrag auf Rente gestellt wegen Erkrankung. Seitdem „in der Schwebe“ hängend	F01 entdeckt Onlinesexsucht des Ehemannes.	F01 macht probatorische Sitzungen bei männlichem Psychotherapeuten. Fühlt sich nicht ernst genommen	F01 findet weibliche Psychotherapeutin. F01 und Ehemann machen jeweils Einzeltherapie. → Kommen aber „auf keinen grünen Zweig“	
Medien:			Liest allgemein „viel und gerne“ Bücher			Buch von Beraterin gelesen
Internet:			<b>Problematische Informationsrecherche</b> direkt nach Entdecken der Onlinesexsucht			Hilfreiche Nutzung eines Online-Selbsthilfeforums. Mit E-Mail-Beratung „voll auf die Nase gefallen“
Alter:	40er Lebensjahre					
Zeitraum:	2000er Jahre					

(Quelle: eigene Darstellung)

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?“ (F01, 1598-1601) Dieses Bedürfnis, in Krisensituation sich Wissen über das Internet zu verschaffen,



zeigt sich biografisch auch anderweitig. F01 recherchierte z. B. online, um mit der Mobbing-situation ihrer Tochter umzugehen, Möglichkeiten hinsichtlich Kinderwunschbehandlungen oder Psychotherapeuten.

Auffällig ist, dass F01 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 F01 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 F01 von diesen Erfahrungen berichtete, wird aus Sicht der Forscherin ein definiertes Suchtverständnis deutlich. Dieses wendete sie aber nicht auf sich selbst und ihre Internetnutzung an. Aus dem Grund wurde F01 bzgl. ihrer subjektiven Selbsteinschätzung bei einem *geringen bis mittleren Schweregrad* eingeordnet. Auch aus 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‘)<sup>16</sup>.

---

<sup>16</sup> Manche von F01 Angaben im CIUS-Fragebogen stehen allerdings im Widerspruch zu dem, was sie im Interview über die problematische Internetnutzungsepisode erzählt. F01 kreuzte im CIUS-Fragebogen z. B. 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 Interview sind zu diesen Aspekten allerdings Erfahrungen herauslesbar (vgl. auch ICD-11-Kriterien, Tab. 25). Die Diskrepanz zwischen CIUS-Selbstausskunft und den Interviewaussagen könnte sich dadurch erklären, dass F01 beim Ausfüllen des Fragebogens eine andere intensive Nutzungszeit, nicht die problematische Episode, vor Augen hatte. Eine anderer Erklärungsansatz könnte sein, dass F01 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 F01

ICD-11-Kriterium	Zutreffend?	Indikatoren	Ankerbeispiel
(1) Beeinträchtigte Kontrolle über das Internetnutzungsverhalten	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.“ (F02, 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 geholt hat, umso mehr sind danach noch geflossen.“ (F01, 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, ähm, 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.“ (F02, 1611-1617)

(Quelle: eigene Darstellung)

*Begleiterscheinungen* der problematischen Internetnutzung (vgl. Tab. 25) zeigen sich bei F01 insbesondere im sozialen Bereich als Risikofaktoren: Leistungsprobleme aufgrund einer körperlichen Erkrankung, Krise in der Partnerschaft, Verlust durch Tod und ein Partner mit Internetproblematik.

Tabelle 25: Begleiterscheinungen der problematischen Internetnutzung F01

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

(Quelle: eigene Darstellung)

Auf psychischer Ebene werden als Begleiterscheinungen Zwanghaftigkeit und ein starkes Kontrollbedürfnis beobachtet. Dieses zeigte sich im Zusammenhang mit der Ehekrise. F01 versuchte, anhand einer Art ‚Beweisführung‘ die Problematik ihres Mannes zu rekonstruieren und – so die Hypothese der Forscherin – 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 ((bitter 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.“ (F01, 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 F01 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)).“ (F01, 318-320) Die Bedeutung als Emotionsregulator behielt das Radio bis ins Erwachsenenalter bei. Die *erste Internetnutzung* erfolgte, als F01 sich ca. Mitte ihrer 20er Lebensjahre in Familienzeit befand. Als eine *extensive Mediennutzungsphase* kann der Interviewzeitpunkt gedeutet werden. Zu dem Zeitpunkt verbrachte F01 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 sich die Forscherin entsprechend die Frage stellte, ob die intensive Internetnutzung nicht doch auch durch den Krisenkontext bedingt ist. F01 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 F01 insbesondere Soziale Netzwerke wie Facebook und Pinterest sowie (krisen-) und lebenssituationsbezogene Internetrecherchen, z. B. sich in Foren über Onlinesexsucht des Ehemannes zu erkunden oder nach einem Psychotherapeuten zu suchen. Die Forscherin vermutet, dass das Internet bei F01 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 *reduzierte Mediennutzungsphasen* bei F01 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 (F01, 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 die Vermutung der Forscherin – nicht um emotionalen Stress wie zum Interviewzeitpunkt.

Als eine interessante Diskrepanz zeigte sich, dass F01 einerseits das Internet selbst sehr intensiv nutzte, andererseits dem Internet gegenüber sehr kritisch eingestellt war. Dabei bezog F01 sich allerdings nicht kritisch auf die eigene Internetnutzung, sondern auf die anderer, die ihres Mannes<sup>17</sup> und auf die Menschheit allgemein<sup>18</sup>. F01 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 F01 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. Die Hypothese der Forscherin ist, dass die Intensivierung der Internetnutzung mit einer Intensivierung von Krisenerleben korreliert.

- *Niedrige Nutzungsintensität*: bis Anfang der 30er Lebensjahre
- *Hohe Nutzungsintensität*: Ab Anfang der 30er Lebensjahre kam es mit dem Kauf des ersten eigenen PCs zur ersten intensiven Internetnutzungsphase. F01 nutzte im beruflichen Kontext den ICQ-Chat für den Kontakt mit Auszubildenden. Daraus entwickelte sich eine private Affinität für das

---

<sup>17</sup> „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 Alpträume, man fängt an zu grübeln und, und alles wegen diesem Scheiß-Netz.“ (F01, 1201-1205)

<sup>18</sup> „B: Die Frage, wie weit wird sich das Internet noch auswirken. [...] Oder allgemein ausleben, aufwirken, auswirken, nich' jetzt speziell auf mich, sondern allgemein auf die Menschheit. Es wird doch alles schnelllebiger. 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.“ (F01, 2199-2219)

Chatten. Die daraufhin folgenden Beschreibungen beziehen sich fast nur noch auf den privaten Bereich (Chat, Onlinedating, Soziale Netzwerke).

- *Sehr hohe Nutzungsintensität:* Ab dem 42. Lebensjahr 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 F01 im Internet).

### 3.1.3.3 Fallvergleich

*„Also, ich nutze es sehr viel, und möcht's aber eigentlich weniger nutzen. Weil's mich net wirklich bereichert.“ (F03, 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.“ (F05, 2994-2997)*

*„Und dann wurde mir ganz schlagartig bewusst: Das ist Sucht. [...]. Und hab' umgehend alles gelöscht.“ (F07, 1801-1804)*

*„Wenn ich aufhör', sind trotzdem diese Bilder da. Und da hab' ich gedacht: Nee, ich will, will diese Bilder nicht haben.“ (F08, 1099-1100)*

*„Ich weiß, wie Süchte funktionieren. Ich weiß, wie ich da rauskomme. Und ich warte einfach, bis es mir endgültig zu blöd ist.“ (F13, 871-873)*

*„Ich denk' darüber nach, wie möchte ich meine Zeit verbringen, wie nicht.“ (F16, 2621-2622)*

*„Man kann nicht wirklich ohne, und ich will auch eigentlich nicht ohne.“ (F20, 2083-2084)*

*„Kann ich ohne? Also, es wäre schon eine ganz, ganz, ganz erhebliche Einschränkung.“ (F23, 940-941)*

*„Also, ich bin ungefähr so schlimm wie die Teenager heutzutage.“ (F24, 674-675)*

Fallgruppe 2 sind insgesamt zehn Fälle zugeordnet: F01, F03, F05, F07, F08, F16 und F24 (Rekrutierungsgruppe 1, intensive Internetnutzung) sowie F13, F20 und F23 (Rekrutierungsgruppe 2, problematische Internetnutzung). Im Folgenden werden die markantesten Ergebnisse des Fallvergleichs erläutert.

In Hinblick auf die genutzten *problematischen Anwendungen* (vgl. Tab. 26) berichteten mehrere Frauen in Fallgruppe 2 (F01, F03, F05, F08, F24) von einem problematischen Internetrechercheverhalten.

F24<sup>19</sup> z. B. 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.“ (F24, 1182-1185) Sie wollte trotzdem ständig Zugriff auf die Nachrichtenlage haben. „Es erschlägt mich auch manchmal. Ja? [...] Aber ich will's immer wissen.“ (F24, 1200-1202)

Tabelle 26: Problematische Internetanwendungen Fallgruppe 2

	Fall-ID:	F01	F03	F05	F07	F08	F13	F16	F20	F23	F24
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		
Onlinespiele	Browserspiel						Ja				
	Kartenspiel					Ja	Ja				
	PC-Ballerspiel					Ja					
	Handyspiel					Ja					
Online-Glücksspiel	Online-Roulette				Ja						
Onlineshopping						Ja					

(Quelle: eigene Darstellung)

Andere Frauen in Fallgruppe 2 empfanden ihre Nutzung von Online-Communities wie Soziale Netzwerke, Onlineforen oder Chats als problematisch (F03, F05, F16, F20, F23, F24). F03<sup>20</sup> z. B. 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.“ (F03, 1277-1279) Andere (F08, F20, F23) empfanden ihre Onlinekommunikation (berufliche E-Mails bzw. ein ständiges Erreichbarsein über Handy) als belastend. Zwei Frauen in Fallgruppe 3 (F08, F13) berichteten von einer

<sup>19</sup> F24 war zum Interviewzeitpunkt im 55.-60. Lebensjahr. Sie war ständig online, um mit der aktuellen Nachrichtenlage und ihren Sozialen Netzwerken verbunden zu sein. In ihrer initialen Kontaktaufnahmemail hatte sich F24 als ‚Internet-Junkie‘ bezeichnet.

<sup>20</sup> F03 war zum Interviewzeitpunkt im 35.-40. Lebensjahr. Sie berichtete von ‚sinnlosen‘ Internetrecherchen und der problematischen Nutzung Sozialer Netzwerke zur Selbstaufwertung.

problematischen Onlinespielnutzung. Auch Online-Glücksspiel (F07) und Online-shopping (F08) wurden als problematische Anwendungen genannt. Bei vielen zeigte sich eine Kombination verschiedener problematischer Anwendungsbereiche, z. B. bei F03 die Kombination aus Informationsrecherche und Online-Communities. Im Gegensatz zu Fallgruppe 3 wurden in Fallgruppe 2 kein problematisches Streamen von Serien, YouTube- oder eine problematische Onlinepornografie-Nutzung erwähnt.

Das *Alter*, in dem sich die problematische Internetnutzung zeigte, lag zwischen 16 und 57 Jahren. Die meisten der Frauen in Fallgruppe 2 berichteten von einer problematischen Internetnutzung ausschließlich im Erwachsenenalter. Zwei Frauen (F08 und F20) erlebten eine wiederkehrende oder sich in verschiedenen Facetten zeigende problematische Nutzung vom Jugendalter bis ins Erwachsenenalter hinein. F16 erlebte eine gering ausgeprägte problematische Internetnutzung ausschließlich in der Jugendzeit (vgl. Tab. 27).

Tabelle 27: Biografische Einordnung der problematischen Internetnutzung Fallgruppe 2

ID	Auftreten einer problematischen Internetnutzung im Lebensverlauf	
	Betroffene Alterszeiträume	Betroffene Lebensphasen
F01	42. Lebensjahr	Erwachsenenalter/Berufstätigkeit
F03	Ab 22./23. Lebensjahr bis 35. Lebensjahr/Interviewzeitpunkt	Erwachsenenalter/Berufstätigkeit
F05	26. Lebensjahr	Erwachsenenalter/Berufstätigkeit
F07	ca. 39. Lebensjahr	Erwachsenenalter /Familienzeit und Berufstätigkeit
F08	Ab Jugendzeit (Spielen) und insbesondere Anfang bis Ende des 30. Lebensjahrs	Jugend bis Erwachsenenalter/Berufstätigkeit
F13	Seit 53. Lebensjahr bis 57. Lebensjahr/Interviewzeitpunkt	Erwachsenenalter/Berufstätigkeit
F16	16./17. Lebensjahr	Jugend
F20	Anfang bis Ende des 30. Lebensjahrs	Jugend bis Erwachsenenalter/Studium
F23	51. Lebensjahr/Interviewzeitpunkt	Erwachsenenalter/Berufstätigkeit
F24	Ab ca. Mitte der 40er Lebensjahre	Erwachsenenalter/Berufstätigkeit

(Quelle: eigene Darstellung)

Markant zeigt sich in Fallgruppe 2 die *geringe Passung der Schweregradeinschätzung im Perspektivenvergleich* (vgl. Tab. 28):

Tabelle 28: Schweregrad der problematischen Internetnutzung aus drei Perspektiven Fallgruppe 2

	F01	F03	F05	F07	F08	F13	F16	F20	F23	F24
Schweregrad aus Betroffenenperspektive	Gering bis mittel	Hoch	Gering bis mittel	Hoch	Gering bis mittel	Hoch	Gering bis mittel	Gering bis mittel	Gering bis mittel	Gering bis mittel
Schweregrad aus Forscherinnenperspektive	Gering bis mittel	Gering bis mittel	Keine Problematik	Gering bis mittel	Keine Problematik	Keine Problematik	Keine Problematik	Keine Problematik	Keine Problematik	Gering bis mittel
Schweregrad aus diagnostischer Perspektive – ICD 11	Keine IUD (< 12 Mon.)	IUD	Keine IUD	Keine IUD	Keine IUD	Keine IUD	Keine IUD	Keine IUD	Keine IUD	IUD
Schweregrad aus diagnostischer Perspektive – CIUS	Keine Problematik (7)	Keine Problematik (19)	Internetabh. (34)	Riskanter Internetgebr. (24)	N/A	Internetabh. (35)	Riskanter Internetgebr. (29)	Internetabh. (33)	N/A	Internetabh. (32)

(Quelle: eigene Darstellung)

Bei F07<sup>21</sup> z. B. 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 F07 eigenständig beendet wurde, F07 seitdem nie wieder Online-Glücksspiel nutzte und ein hohes Problembewusstsein zeigte, stufte die Forscherin den Schweregrad bei gering bis mittel ein. Diagnostisch liegt gemäß CIUS-Fragebogen ein riskanter Internetgebrauch vor, aus ICD-11-Sicht liegt keine IUD vor. Die Forscherin deutet 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 (F05, F16, F01, F07), bei anderen hingegen dauerte sie mehr als zwölf Monate an (F03, F08, F13, F20, F23, F24). Bei manchen Frauen war die Problematik zum Interviewzeitpunkt noch aktiv (F05, F13, F23, F24), bei anderen (F03, F20 und F08) nur noch teilweise vorhanden und bereits in Veränderung begriffen. Wieder bei anderen (F01, F07, F16) 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 F01 (vgl.

<sup>21</sup> F07 war zum Interviewzeitpunkt im 45.-50. Lebensjahr. In der Vergangenheit gab es eine zweiwöchige Episode, in der sich problematisch Online-Roulette spielte.



3.1.3.2) litten manche Frauen (F03, F08, F20 und F23) 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 der das Internet teilweise noch auf alte Weise genutzt wurde, war bei manchen Frauen wie z. B. F03 Teil dieser Unzufriedenheit:

„I: Was ist dann der Anlass, das Internet, also das Handy auszumachen und aus dem Internet rauszugehen?

B: Was der Anlass is'? 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'.“

(F03, 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 F23<sup>22</sup> z. B. 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 F23s Alltag und auf ihr soziales Umfeld aus. F23 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 festmacht an, ähm, brauch' ich das? Also, diese Fragestellung. Brauch' ich das? Kann ich ohne?“ (F23, 938-940)

---

<sup>22</sup> F23 war zum Interviewzeitpunkt im 51. 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 über Internetrecherchen und in Onlineforen auseinander. Einen Teil ihrer Psychotherapie gestaltet F23 über das Schreiben von E-Mails an den Therapeuten, da sie sich schriftlich besser ausdrücken kann.

Bei F24 hingegen zeigte sich zwar starker Stress, sobald die gewohnte Internet-nutzungsweise *nicht* möglich war. Hier könnte man aber eher von Entzugser-scheinungen sprechen. Für sich selbst deutete F24 die Internetnutzung dennoch nicht als Belastung. Stattdessen empfand sie das ständige Erreichbarsein und das ständige Zugreifenkönnen auf Nachrichten als „beruhigend“ (F24, 1363-1367). Hier lag subjektiv kein Leidensdruck vor; auch wenn sich die Forscherin fragte, ob nicht doch ein Belastungsanteil vorhanden sein könnte.

Bei F07 wird in Bezug auf ihre zweiwöchige Online-Glücksspielepisode kein Lei-densdruck deutlich, weil 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.“ (F07, 1801-1806) Bei F07 entstand also an keiner Stelle eine Diskrepanz zwischen einem Änderungsvorhaben und einer Veränderungsumsetzung. Insgesamt zeigt sich also in Fallgruppe 2 – falls vor-handen – 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 Inter-netnutzung 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* auf-grund 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?“ (F13, 80-87)

Als *Begleiterscheinungen* im Zusammenhang mit der problematischen Internetnutzung zeigen sich auf verschiedenen Ebenen Einfluss- und Risikofaktoren, sei es auf psychischer Ebene (wie z. B. ADHS und Asperger Autismus, Depressionen und depressive Verstimmungen, Traumafolgestörung, Ängste, mangelndes Selbstwertgefühl), auf körperlicher Ebene wie z. B. eine schwere Erkrankung oder soziale Risikofaktoren wie z. B. eine generelle Lebens-/Sinnkrise oder Probleme in der Partnerschaft. Bei manchen Frauen schien die problematische Internetnutzung die Vorbelastung zu verstärken. Bei F24 z. B. hat die Forscherin die Hypothese, dass diese ihre generelle Angst davor, etwas Schlimmes könnte passieren, durch den ständigen Konsum von negativen Onlinenachrichten aktiv hielt. Bei F03 und F24 zeigt sich eine besondere Dichte von erwähnten Begleiterscheinungen (vgl. Tab. 29). Genau diese beiden Fälle sind aus Sicht der Forscherin 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 allerdings insofern voneinander, als dass sich bei F03 ein deutlicher Leidensdruck im Sinne von Veränderungsdruck zeigt, bei F24 nicht. Auffallend ist weiterhin, dass im Vergleich zu Fallgruppe 3 in Fallgruppe 2 als Begleiterscheinungen keine Süchte oder suchtähnliche Verhaltensweisen erwähnt werden. Bei F13 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 F01 befanden sich alle Frauen der Fallgruppe 2 während der problematischen Nutzungsphasen in stabilen Kontexten, wie z. B. 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 z. B. 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

Anmerkungen: Ein rotmarkiertes ‚Ja‘ kennzeichnet die Begleiterscheinung als Einflussfaktor bzw. Risikofaktor. Ein blau markiertes ‚Ja‘ kennzeichnet die Begleiterscheinung als eine Folge der problematischen Internetnutzung. Die für den jeweiligen Fall bedeutsamsten und somit höher zu gewichtenden Begleiterscheinungen wurden schwarz gerahmt.

Begleiterscheinung der problematischen Internetnutzung	F01	F03	F05	F07	F08	F13	F16	F20	F23	F24
<b>Psychisch</b>										
ADHS									Ja	
Ängste										Ja
Asperger Autismus									Ja	
Depression, depressive Verstimmung		Ja					Ja	Ja		
Zwanghaftigkeit/Kontrollbedürfnis	Ja	Ja						Ja		Ja
Traumatisierung/Traumafolgestörung						Ja				
Mangelndes Selbstwertgefühl		Ja					Ja			
<b>Körperlich</b>										
Schlafstörungen	Ja									
(Schwere) Erkrankung	Ja									Ja
<b>Sozial</b>										
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 Internetprobl.		Ja			Ja					
Partner:in mit Internetproblematik	Ja									
Vernachlässigung der Kinder				Ja						

(Quelle: eigene Darstellung)

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 F24) 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 F13, bei der diese Angaben fehlen), diese allerdings nicht als problematisch einschätzten. Viele Frauen berichteten z. B. von extensivem Bücherlesen als Kind und Jugendliche in der Freizeit (F03, F07, F08, F16, F23 und F24). Nur bei F23, 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.“ (F23, 51-58)

F16<sup>23</sup> 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 F16 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.“ (F16, 960-988)

Einzig F20 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.“ (F20, 1325-1327)

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

---

<sup>23</sup> F16 war zum Interviewzeitpunkt Studierende im 25.-30. Lebensjahr. Sie nutzte im Internet intensiv Onlineforen und war aktive Bloggerin.

vermuten ist, dass insbesondere Bücherlesen – assoziiert mit höherer Bildung – gesellschaftlich grundsätzlich positiver konnotiert ist im Gegensatz z. B. 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 F13 und F16) berichten auch von Phasen mit einer *reduzierten Mediennutzung*. Bei einigen erfolgte eine Reduktion der Internet- und Fernsehnutzung in Phasen hoher Anforderungen. F07 z. B. 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.“ (F07, 791). Bei anderen verlor das Internet ‚ganz von selbst‘ eine Zeitlang an Bedeutung. Bei F05 z. B. wurde das Internet automatisch zur Nebensache, als sie anfang zu studieren. Andere ‚gönnten‘ sich eine bildschirmfreie Zeit wie z. B. F08, die im Urlaub ausschließlich Bücher las. F23 als Autistin sah generell kaum fern, da das Fernsehen „zu viel Input“ beinhaltete (F23, 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 F13 hatte in einer Internetsuchtambulanz eines Universitätsklinikums angerufen und dort keine passende Unterstützung erhalten<sup>24</sup>.

---

<sup>24</sup> „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))“ (F13, 968-977)

### 3.1.4 Fallgruppe 3: Hoher Schweregrad

#### 3.4.1.2 Fallbeispiel: F17

*„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.“ (F17, 2154-2157)*

- *Steckbrief:* F17 war zum Interviewzeitpunkt im 55.-60. Lebensjahr, erwerbstätig, ohne Partnerin, ohne Kinder und alleinlebend. Sie war geschieden aus eingetragener Lebenspartnerschaft. F17 arbeitete eine Zeitlang in einem Kontext von Überforderung und Nicht-neinsagen-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 F17 Therapie machte. Schon im ersten Mailkontakt zeigte sich F17 verbindlich und freudig-erwartungsvoll hinsichtlich des Gesprächs. Die Erzählbereitschaft war hoch. F17 reflektierte während des Erzählens sehr viel. Zwischenzeitlich kam eine Therapeutin herein und öffnete ein Fenster. Ansonsten lief das Gespräch störungsfrei ab.

Die *problematische Internetnutzung* zeigt sich bei F17 in Form einer problematischen Browserspielnutzung hohen Schweregrads<sup>25</sup>. Sie nutzte ein Online-Galopprennspiel, zudem Aufbauspiele und Wirtschaftssimulationen, kombiniert mit Chat. Die problematische Phase dauerte mehrere Jahre vom 51. bis zum 54. Lebensjahr (vgl. Tab. 30).

Bei der Bestimmung des Schweregrads kommen alle drei Perspektiven zum selben Ergebnis: Aus subjektiver Betroffenenansicht betrachtet bezeichnete F17 explizit und wiederholt ihr damaliges Internetnutzungsverhalten als „Sucht“ (z. B. F07, 737-740). Entzugserscheinungen bezeichnete sie als „Suchtdruck“ (F17,

---

<sup>25</sup> Auch wenn es wahrscheinlich ist, dass bei allen Frauen in Fallgruppe 3 eine behandlungsbedürftige ‚Internetnutzungsstörung‘ vorlag (einige wurden deswegen ja auch behandelt), entschied die Forscherin, 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 war festgelegt worden, 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 z. B. 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 Ergebnisschilderung zu stark verengen.

709-712). F17 spürte zudem einen hohen Leidensdruck. Das Verhalten fand im Zusammenhang mit einer insgesamt krisenhaften Lebenssituation statt.

Tabelle 30: Lebensverlauf F17 (Ausschnitt) Fokus problematische Internetnutzung

F17								
Lebensphase:	Nach der Scheidung	Beziehung mit [Person 4] (12 Monate)	Fernbeziehung mit [Person 5]	Onlinespielsüchtig				
Ereignis:	Ohne Wohnung, lebt in Pensionen. F17 behält den Hund.	On-Off-Beziehung, Verlust von sozialen Kontakten		Beziehung mit [Person 5] zerbricht → „großes Loch“	Weiter im Job funktioniert.			
Medien:								
Internet:			Fernbeziehung über Skype	<b>Beginn problematisches Onlinespielen</b> (Gallopprennen mit Chat). Erfolgreiche Aufhörversuche. Hund lief „nebeneher“.	1. Wendepunkt: Strom abgestellt. Erstmals Suchtdruck gemerkt	Geplanten Suchtberatungstermin nicht wahrgenommen	2. Wendepunkt: „Funktioniere nur noch bei der Arbeit“	Aufsuchen professioneller Hilfe: Beratungsgespräch in Beratungsstelle
Alter:	50.-51. Lebensjahr			51.-54. Lebensjahr				
Zeitraum:	2000er Jahre							

Abstinenz und in Therapie			
Lebensphase:			
Ereignis:		<b>Langzeitentwöhnungstherapie</b> (80 Std.) und Besuch einer angeleiteten Glücksspiel-Therapiegruppe. F17 entdeckt Hobbys wieder/neu.	„Massiver Konflikt“ bei Arbeit
Medien:			
Internet:	<b>Abstinenz:</b> 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:	54.-55. Lebensjahr		
Zeitraum:	2000er Jahre		

(Quelle: eigene Darstellung)

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 F17 in ihrem Beruf unbeeinträchtigt weiter funktionierte – was aber gleichzeitig ein zentrales Merkmal des Problemusters 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 (z. B. wurde zu Hause der Strom abgestellt), aber im Berufsleben blieb F17 funktional. Ihr Problem blieb so nach außen unsichtbar. Der CIUS-Wert hinsichtlich dieser Phase liegt bei 46, womit F17 gemäß CIUS als internetabhängig eingestuft ist.

Tabelle 31: ICD-11-Auswertung F17

ICD-11-Kriterium	Zutreffend?	Indikatoren	Ankerbeispiel
(1) Beeinträchtigte Kontrolle über das Internetnutzungsverhalten	Ja	Spiel entgleitet. Spielen ‚müssen‘ anstatt ‚wollen‘. Fortführung über 1,5 Jahre trotz Problemerkennntnis.	„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.“ (F17, 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.“ (F17, 758-767)
(2) Zunehmende Bedeutung der Internetnutzung unter Verdrängung anderer Interessen und Aktivitäten	Ja und Nein	Leben durch das Spiel bestimmt von morgens bis spät in die Nacht. Allerdings: F17 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.“ (F17, 705-709)
		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.“ (F17, 709-712)
(3) Fortsetzung der Internetnutzung trotz negativer Konsequenzen	Ja	Trotz Problemerkennntnis Fortführung des problematischen Spielens 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.“ (F17, 743-746)

(Quelle: eigene Darstellung)

*Begleiterscheinungen* im Kontext der Problematik erlebte F17 auf mehreren Ebenen (vgl. Tab. 33). Auf psychischer Ebene wird als Einfluss- und Risikofaktor eine Depression bzw. depressive Verstimmung abgeleitet, da F17 schildert, nach einer erneuten Trennung in ein großes „Loch“ gefallen zu sein (F17, 670-671). Schon als sie noch verheiratet war, litt F17 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.“ (F17, 1239-1243) In Kombination mit dem o. g. mangelnden Selbstwertgefühl wirken Leistungsdruck in Form einer Überforderung am Arbeitsplatz als Risikofaktoren sowie die vorangegangenen Partnerschaftskrisen, die sich u. a. in einer starken emotionalen Abhängigkeit von der jeweiligen Partnerin zeigten. Damit einher ging die „Leere“, die nach der Arbeit zu Hause auf F17 wartete (F17, 769-772) und die sie mit dem Onlinespielen füllte. Im folgenden Ankerbeispiel formulierte F17 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.“ (F17, 1308-1329)

Das Weiterfunktionieren im Beruf zeigt sich aus Sicht der Forscherin bei F17 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 F17, 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.“ (F17, 855-857)

Tabelle 32: Begleiterscheinungen der problematischen Internetnutzung F17

Zutreffende Begleiterscheinungen	Einordnung	Beschreibung
<b>Psychische Ebene:</b>		
Depression, depressive Verstimmung	Risikofaktor	
Mangelndes Selbstwertgefühl	Risikofaktor	
Entzugserscheinungen	Folge	
<b>Weitere Süchte bzw. übermäßiger/s Konsum/Verhalten:</b>		
Übermäßiges Arbeiten, Arbeitssucht	Risikofaktor	
<b>Körperliche Ebene:</b>		
Schlafstörungen, Schlafmangel	Folge	
<b>Soziale Ebene:</b>		
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	F17s Schwester spielte ebenfalls problematisch. Hypothese der Forscherin: Auch dadurch gab es kein Verständnis für F17, als sie ihr Problem offenlegt.
Konflikte mit Angehörigen wegen des Internets	Folge	Allerdings nicht, weil diese ein Problem mit F17s Onlinespielnutzung hatten, sondern damit, dass sie ihr Problem offenlegte.
Vernachlässigung Haustier/e	Folge	

(Quelle: eigene Darstellung)

Zum anderen schilderte F17, trotz Offenlegung ihrer Internetproblematik von ihrer 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 [F17] ist die und die, und deswegen funktioniert das so und so. Und das hat vierzig Jahre, fuffzig Jahre so funktioniert.“ (F17, 1798-1802) Hier findet das Muster, welches F17 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 Medium Fernsehen eine zentrale Rolle eingenommen zu haben. Aus Sicht der Forscherin zeigt sich im Fernsehen die Nähe und Distanz innerhalb der Herkunftsfamilie. In der Kindheit verband F17 das gemeinsame Fernsehen am Wochenende als Familienritual mit „Wohlfühlen“ (F17, 47-48). Mit zunehmender Konflikthaftigkeit innerhalb der Familie wurde ein zweiter Fernseher angeschafft; gemeinsames Fernsehen gab es nicht mehr.

Eine Internetnutzung erwähnte F17 *erstmal*s im 37./38. Lebensjahr. 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 *reduzierte Mediennutzung* zeigt sich in Form der Abstinenz von der problematischen Internetnutzung. F17 nutzte zum Interviewzeitpunkt das Internet nur noch für Alltägliches, z. B. für E-Mails und Informationsrecherche.

Insgesamt zeigt sich bei F17 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 F17 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 F17 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.“ (F17, 746-758)

### 3.4.1.3 Fallvergleich

*„Ich möchte nicht, dass andere bemerken, dass ich so dämliche Spiele spiel.“  
(F09, 1093-1094)*

*„Egal zu welcher Zeit, ma' die Kiste angemacht hat, es war immer jemand da.“  
(F10, 45-47)*

*„Und ich weiß noch, dass ich mich da irgendwie lebendig gefühlt hab [...]. Ich hab' irgendwas gespürt.“ (F11, 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 [hat] mir des au' körperliche Schäd'e verursacht.“ (F12, 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.“ (F14, 604-607)*

*„Und g'rade die erste Zeit, wenn man so 'ne Spielwelt erkundet, das hat wirklich was sehr Aufregendes.“ (F15, 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 gegessen.“ (F18, 974-979)*

*„Ja, und hab', denk' ich, wesentlich dazu beigetragen, dass meine Ehe kaputt ging. Dass sich die Kinder teils vernachlässigt gefühlt haben.“ (F19, 58-60)*

*„Und dann hab' ich mich in 'n Auto gesetzt und bin zu dem Gildenmann persönlich nach [Stadt] gezogen.“ (F21, 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.“  
(F22, 935-938)*

Fallgruppe 3 sind elf Fälle zugeordnet: F09 (Rekrutierungsgruppe 1, intensive Internetnutzung) sowie F10, F11, F12, F14, F15, F17, F18, F19, F21 und F22 (Rekrutierungsgruppe 2, problematische Internetnutzung).

In Hinblick auf die genutzten *problematischen Anwendungen* (vgl. Tab. 33) weisen in Fallgruppe 3 viele Frauen eine problematische Onlinespielnutzung auf. Innerhalb dessen zeigt sich eine große Bandbreite: Gespielt wurden Browser-spiele, Handyspiele, Multiplayer-Onlinespiele und Einzelplayer-Spiele. Eine Betroffene betrieb einen eigenen Let's-Play-YouTubekanal. Als weitere problematische Anwendungen wurden Onlinecommunities genannt (Fan Fiction lesen bzw. Fan Fiction schreiben, Onlineforen, Chat, sowie Chat kombiniert mit Onlinesex

sowie Chat kombiniert mit Spielen). F09 nutzte u. a. 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.

Tabelle 33: Problematische Internetanwendungen Fallgruppe 3

	Fall-ID:	F09	F10	F11	F12	F14	F15	F17	F18	F19	F21	F22
Onlinespiele	Browserspiele	Ja						Ja	Ja	Ja		
	Handyspiele	Ja										
	Multiplayer-Online-spiele	Ja					Ja				Ja	
	Einzelplayer-Spiele			Ja								
Online-Communities	Chat		Ja			Ja	Ja	Ja				
	Onlineforen				Ja							
	Facebook	Ja										
	Blogs	Ja										
	Onlinesex					Ja						
	Fanfiction								Ja (Schreiben)			Ja (Lesen)
	eigener Let's Play-Kanal								Ja			
Streaming	Serien	Ja				Ja						
	YouTube	Ja				Ja						
	Onlinepornografie					Ja						
Informationsrecherche	Ja											
Online-Kommunikation	E-Mails	Ja										

(Quelle: eigene Darstellung)

Eine problematische Internetnutzung zeigt sich in dieser Fallgruppe in einer Altersspannbreite von 16 bis 54 Jahren (vgl. Tab. 34), was Fallgruppe 2 ähnelt mit einer Range von 16 bis 57 Jahren. 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 (F09, F14, F15, F18, F22).

Tabelle 34: Biografische Einordnung der problematischen Internetnutzung Fallgruppe 3

Auftreten einer problematischen Internetnutzung im Lebensverlauf		
ID	Alterszeiträume ( <b>alle</b> Schweregrade)	Lebensphase betroffen von <b>hohem Schweregrad</b>
F09	16. Lebensjahr (Schulzeit) 19.-21. Lebensjahr 26. Lebensjahr (Studium)	Alle Phasen (Jugend bis Erwachsenenalter/Studium)
F10	ca. 42.-43./44. Lebensjahr	Erwachsenenalter/Familienzeit und Berufstätigkeit
F11	21.-25 Lebensjahr	Erwachsenenalter/Studium
F12	ca. 18./19.-23. Lebensjahr	Erwachsenenalter/Studium
F14	Ab ca. 10. Lebensjahr 14.-16 Lebensjahr (Schulzeit) 19.- ca. 26. Lebensjahr/Interviewzeitpunkt (Studium)	--- Jugend bis Erwachsenenalter/Studium
F15	ca. 17. Lebensjahr (Schulzeit) 19.-ca. 21./22. Lebensjahr (Studium)	--- Erwachsenenalter/Studium
F17	51.-54. Lebensjahr	Erwachsenenalter/Berufstätigkeit
F18	ca. 13./14.-18./19. Lebensjahr (Schulzeit) 20.-21. Lebensjahr/Interviewzeitpunkt	Alle Phasen (Jugend bis Erwachsenenalter)
F21	40.-42. Lebensjahr	Erwachsenenalter/Familienzeit
F22	17. Lebensjahr (Schulzeit) Ab 20. Lebensjahr (Studium)	--- Erwachsenenalter/Studium

(Quelle: eigene Darstellung)

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

	F09	F10	F11	F12	F14	F15	F17	F18	F19	F21	F22
Schweregrad aus Betroffenenperspektive	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Gering bis mittel	Hoch	Hoch
Schweregrad aus Forscherinnenperspektive	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch
Schweregrad aus diagnostischer Perspektive – ICD 11	IUD	Keine IUD	IUD	IUD	Keine IUD	IUD	Keine IUD	IUD	Keine IUD	IUD	IUD
Schweregrad aus diagnostischer Perspektive – CIUS	N/A	N/A	N/A	Internetabh. (56)	Internetabh. (35)	N/A	Internetabh. (46)	N/A	Internetabh. (40-41)	N/A	Internetabh. (46)

(Quelle: eigene Darstellung)

Bis auf F09 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: F10 und F17 führten trotz problematischen Chattens (F10) bzw. Spielens (F17) ihre Berufstätigkeit unbeeinträchtigt fort. F10<sup>26</sup> und F19 funktionierten weiterhin als Mütter mehrerer Kinder, wenn auch nicht optimal, was sich z. B. darin zeigte, dass F19s<sup>27</sup> Kinder äußerten, sich von ihrer Mutter aufgrund der problematischen Browserspielnutzung vernachlässigt gefühlt zu haben. F14 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. F11, F12, F15 und F22 erlebten erhebliche Probleme im Studium, von Leistungseinbrüchen bis hin zur Exmatrikulation. Bei F18 kam es zum Schulrausschmiss'. F21 kümmerte sich nicht mehr um ihre Familie.

Die Forscherin deutet 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 weitere Hypothese der Forscherin 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 F18 war die problematische Internetnutzung zum Interviewzeitpunkt noch dauerhaft

---

<sup>26</sup> F10 war zum Interviewzeitpunkt im 52. Lebensjahr. Während einer länger andauernden Ehekrise chattete F10 problematisch. Die Phase endete, als sie ihren Mann verließ. Die Ehekrise war gerahmt von weiteren Lebenskrisen (dem Tod ihres Sohnes als Baby, dem Tod der Mutter, dem Tod des Vaters, dem sie emotional besonders nah stand).

<sup>27</sup> F19 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.



*aktiv*, bei F09 und F14 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 F18 dar<sup>28</sup>. F18 war zum Interviewzeitpunkt Hartz-IV-Empfängerin und wartete auf eine stationäre Psychotherapie, auch zur Behandlung ihrer Internetnutzungsstörung. Bei ihr war zwar aus Sicht der Forscherin aufgrund der therapeutischen Begleitung ein Problembewusstsein wahrnehmbar, ein emotionaler Leidensdruck wurde aus Sicht der Forscherin aber nicht deutlich. Z. B. erzählte F18 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 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

---

<sup>28</sup> F18 war zum Interviewzeitpunkt 21 Jahre alt und nutzte das Internet noch aktiv problematisch (Schreiben von Fan Fiction, Onlinespiele und das Betreiben eines eigenen Let's-Play-YouTubekanals). Sie war ledig ohne Partner, ohne Kinder und lebte allein im Betreuten Wohnen.

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

Anmerkungen: Ein rotmarkiertes ‚Ja‘ kennzeichnet die Begleiterscheinung als Einflussfaktor bzw. Risikofaktor. Ein blau markiertes ‚Ja‘ kennzeichnet die Begleiterscheinung als eine Folge der problematischen Internetnutzung. Die für den jeweiligen Fall bedeutsamsten und somit höher zu gewichtenden Begleiterscheinungen wurden schwarz gerahmt.

Begleiterscheinung der problematischen Internetnutzung	F09	F10	F11	F12	F14	F15	F17	F18	F19	F21	F22
<b>Psychisch</b>											
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/Traumafolgestörung									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
<b>Weitere Süchte bzw. übermäßiger/s Konsum/Verhalten</b>											
Übermäßiger Alkoholkonsum, Alkoholismus		Ja				Ja			Ja	Ja	
Zigaretten	Ja								Ja		
Koffeintabletten				Ja							
Übermäßiges Arbeiten, Arbeitssucht							Ja				
<b>Körperlich</b>											
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						

Begleiterscheinung der problematischen Internetnutzung	F09	F10	F11	F12	F14	F15	F17	F18	F19	F21	F22
<b>Sozial</b>											
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 wg. d. Internets		Ja	Ja	Ja			Ja		Ja	Ja	
Vernachlässigung von Kindern		Ja							Ja	Ja	
Vernachlässigung eines Haustieres							Ja				

(Quelle: eigene Darstellung)

F09 z. B. berichtete von viel ‚Nebenher‘-Mediennutzung zum Interviewzeitpunkt: Sie spielte Browsergames und Handysgames parallel zum Fernsehen, um ihre Hände zu beschäftigen. Wenn sie unterwegs war, nutzte sie Handheld-Konsole Spiele oder hörte Musik. Diese Form der Mediennutzung empfand F09 nicht als problematisch. Hier zeigt sich, dass Medien im Leben von F09 auch im nicht-problematischen Bereich omnipräsent waren. Hinsichtlich des problematischen Bereichs war F09 diejenige Frau in der Fallgruppe, die am meisten Anwendungen kombinierte (Multiplayer-Spiele, Browsergames, Handyspiele, Serien, Internetrecherche, E-Mails, Onlinecommunities, YouTube).

Bei F15<sup>29</sup> wurde die problematische Onlinespielphase im Studium gerahmt von extensiven Internetnutzungsphasen: In der Schulzeit, also vor der problematischen Internetnutzungsphase, spielte F15 extensiv Browserspiele. Das hätte aber keine negativen Auswirkungen gehabt, da sie generell nichts für die Schule gemacht hätte (F15, 563-585). Nach der problematischen Onlinespielphase, also zum Interviewzeitpunkt, las F15 extensiv E-Books. F15 war zu dem Zeitpunkt seit einigen Monaten abstinent von der problematischen Spielnutzung. Das intensive Lesen von E-Book bezeichnete F15 nicht eindeutig als problematisch, 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 Amazonings 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.“  
(F15, 2524-2540)

Bei F15 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 F18s extensive (analoge) Büchernutzung 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. F18 ging damit so um, dass sie in der Schule die Pausen mit Bücherlesen füllte. Im späteren Verlauf des Interviews deutete F18 das Viellesen als bewährtes Lösungsmuster im Krisenfall an: „Da hab' ich's dann auch nicht so wirklich geschafft, ähm, mich mit anderen, äh, anzufreunden,

---

<sup>29</sup> F15 war zum Interviewzeitpunkt Studierende im 20.-25. Lebensjahr. F15 ist seit Geburt blind. Sie spielte problematisch textbasierte Multiplayer-Onlinerollenspiele, kombiniert mit Chat.

so dass ich dann auch irgendwann wieder angefangen hab', Bücher, äh, mit inne Schule zu nehmen.“ (F18, 804-806)

Auch bei F22<sup>30</sup>, die später eine problematische Fanfiction-Nutzung entwickelte, zeigt sich im extensiven Bücherlesen in Kindheit und Jugend bereits die hohe Bedeutung von Geschichten. Schon im Zusammenhang mit dem analogen Bücherlesen sprach F22 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'.“ (F22, 12-14) Schon damals beim Bücherlesen „mussten“ es Geschichten sein (F22, 42-43). Das ist insofern bedeutsam, als dass F22 später im Studium problematisch Fanfiction las mit weitreichend negativen Folgen, u. a. 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 F19. Sie las als Erwachsene in „spirituellen Inputphasen“ (F19, 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. F11 und F12 z. B. sahen zum Interviewzeitpunkt nicht fern und nutzten nur sehr wenig das Smartphone. Auch F22, deren Fanfiction-Nutzung einen Ursprung im Fernsehserien-Konsum ihrer Kindheit und Jugendzeit hatte, schaute zum Interviewzeitpunkt nicht fern. Manche Frauen entwickelten sogar eine dezidiert kritische Haltung gegenüber Bildschirmmedien. F10 z. B. kritisierte zum Interviewzeitpunkt die ständige Smartphonennutzung ihres Partners. Sie selbst benötigte das mobile Internet nicht unbedingt und lasse das Handy auch mal

---

<sup>30</sup> F22 war zum Interviewzeitpunkt Studierende im 25.-30. Lebensjahr. Sie hatte problematisch Fan Fiction gelesen, im Zusammenhang mit einer Depression und starken Leistungseinbrüchen im Studium.

ausgeschaltet. F15 besaß zum Interviewzeitpunkt und nach erfolgreicher Abstinenz vom Onlinespielen „aus Prinzip“ keinen Fernseher. Fernsehen sei aus ihrer Sicht oberflächlich und große Zeitverschwendung (F15, 43 ff.). F19 boykottierte aktiv Werbefernsehen, u. a. 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 F15 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?“ (F15, 929-939)

Auffällig ist, dass auch in Fallgruppe 3 keine der Frauen eine internetnutzungsstörungsspezifische Behandlung in Anspruch nahm. F09, F10, F14, F15, F19 und F22 nahmen psychologische Beratung oder Behandlung in Anspruch, die nicht speziell auf die Internetnutzung ausgerichtet war, sondern auf Probleme außerhalb dessen (z. B. die Depression, die Schwierigkeiten im Studium). F11, F12, F17, F18 und F21 nahmen Angebote der allgemeinen Suchthilfe in Anspruch. Bei F17 und F18 wurde dabei dezidiert die problematische Internetnutzung adressiert. Bei F21 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. F11, F12 und F17 nahmen ebenfalls Selbsthilfegruppen in Anspruch, die sich jedoch an Glücksspielabhängige richteten und in denen sie mit ihrer Problematik eine Ausnahme darstellten. F22 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<sup>31</sup>.

## 3.2 Teilstudie 2: Der biografische Kontext

In diesem Kapitel wird beschrieben, 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 wird bei Fallschilderungen die einfache Vergangenheitsform genutzt anstatt des Konjunktivs, auch wenn alle Schilderungen auf die jeweilige Befragte als Quelle zurückzuführen sind. Interpretationen und Hypothesen der Forscherin werden gekennzeichnet.

### 3.2.1 Fallbeispiel: F21

*„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.“ (F21, 434-437)*

- *Steckbrief:* F21 war zum Interviewzeitpunkt im 45.-50. Lebensjahr, berufstätig und verheiratet mit Kindern. Während der Familienzeit entwickelte F21 eine problematische Online-Spielnutzung in Kombination mit Alkoholismus. F21 verließ schließlich ihre Familie, um zu einem Onlinespieler zu ziehen. Es folgte ein Suizidversuch und ein längerer stationärer Therapieaufenthalt. F21 zog anschließend wieder zu ihrer Familie zurück. F21 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. F21 hatte schon vorab positive Erwartungen an das Interview und ging

---

<sup>31</sup> „[...] 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.“ (F22, 1852-1867)

davon aus, dass es bestimmt interessant werden würde. Ihre Erzählbereitschaft war sehr hoch. F21 gestaltete den ersten Teil des Interviews nahezu eigenständig und begann zu erzählen, noch bevor die Interviewerin eine Frage stellen konnte. Es war spürbar, dass F21 gewohnt war, die eigene Geschichte zu erzählen und Zusammenhänge zwischen Lebensereignissen und der problematischen Internetnutzung herzustellen.

F21 ist Fallgruppe 3 ‚Hoher Schweregrad einer problematischen Internetnutzung‘ zugeordnet. Im Folgenden werden die markantesten Ergebnisse in Orientierung an den forschungsgegenständlichen Analyseheuristiken geschildert (vgl. 2.3.3.4). Für eine vollständige tabellarische Darstellung der herkunftsfamiliären Risiko- und Schutzfaktoren vgl. Anhang 6.2.

### *3.2.1.1 Lebensverlauf mit Risiko- und Schutzfaktoren*

(1) *Kindheit und Jugend in ‚zwei Welten‘*: F21 wurde in den 1960er Jahren geboren. Ihre Mutter war Tochter eines Gutsbesitzers, welcher im Laufe des Zweiten Weltkrieges in einem Konzentrationslager umkam. F21s Vater war „einfacher Arbeiter“ (F21, 77). Vor ihrer Geburt hatte die Familie in Ostdeutschland gelebt und war von dort aus nach Westdeutschland emigriert. F21 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“ (F21, 63-64). Die Einkommenssituation erlebte F21 als stabil. Sie selbst wurde von den Eltern materiell „verwöhnt“, allerdings unter der Bedingung: „Musst du nur schön lieb sein“ (F21, 2021-2025). Ihre Kindheit und Jugend waren geprägt von hohen elterlichen Maßstäben. Der Bildungsanspruch in der Familie war insofern hoch, als dass F21 auf jeden Fall das Abitur machen sollte. F21 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“ (F21, 43-49) und war sehr „streng“ (F21, 2010). F21 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.“ (F21, 1971-1993)

Als Kind durfte F21 nicht wütend sein, da ihre Mutter nicht mit Wut umgehen konnte. Ihre Wut musste daher anderweitig ein Ventil finden, so die Interpretation der Forscherin. „Also, ich hab' schon in meiner Jugend einiges auch zerstört. [...] Dinge vor die Wand geschmissen, die dann kaputt gegangen sind.“ (F21, 2191-2197) Die Strenge der Mutter brachte F21 mit deren „schlimmen“ Kriegserfahrungen (s. o.) 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. Ja.“ (F21, 2013-2017) F21 erfuhr also *emotionale Vernachlässigung* in Form einer übermäßigen Kontrolle und Regulation. Die Mutter orientierte sich in ihrer strengen Erziehung allein an den eigenen, ihr erzieherisch sinnvoll erscheinenden Maßstäben, so die Deutung der Forscherin, während die Bedürfnisse von F21 als Kind kaum eine Rolle spielten.

F21 wuchs mit einem süchtigen Elternteil auf. Ihr Vater war Alkoholiker, „er hat sein ganzes Leben lang gesoffen, so 'n Quartalstrinker““ (F21, 536-537), der allerdings nie gewalttätig wurde und regulär arbeiten ging. Trotz des Alkoholismus war der Vater die wichtigste Bezugsperson für F21. Die zentrale Verbindung erfolgte über die gemeinsame Liebe zu Motorrädern. Auch wenn diese liebevollen Momente rar waren, sind sie aus Sicht der Forscherin bedeutsam, denn F21 erlebte Schutzfaktoren wie elterliche Wärme, gemeinsame soziale Aktivitäten und das Gefühl, geliebt zu werden, ausschließlich 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.“ (F21, 58-75)

Indem der Vater F21 das Motorradfahren ermöglichte, bot er ihr zudem eine Möglichkeit, Autonomie in einem von konservativer Enge geprägten familiären Umfeld zu erleben, so die Hypothese der Forscherin. Zu weiteren erwähnten Familienmitgliedern – der Mutter und der Großmutter mütterlicherseits – bestanden nur negative Beziehungen, was die positiven Aspekte der Beziehung zum Vater aus Sicht der Forscherin noch bedeutsamer macht. Dennoch zeigt sich auch im Zusammenhang mit dem Vater emotionale Vernachlässigung in Form übermäßiger Verantwortungsübernahme (Parentifizierung): Schon „von klein auf“ wollte F21 den Vater schützen (F21, 33-37), die Forscherin vermutet: vor den Abwertungen der Schwiegerfamilie. Auch F21 war von den Abwertungen der Familie mütterlicherseits betroffen, erfuhr also *emotionale Misshandlung* in Form von Unerwünschtheit und Ablehnung als „Kind des Vaters“ (F21, 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 gesessen, 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.“ (F21, 76-95)

Als Jugendliche begann F21 also in „zwei Welten“ (F21, 47-48) zu leben. Daheim war sie ein „ordentlich angezogenes Mädchen“ (F21, 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 F21 auf die innerfamiliären Abwertungserfahrungen zurück.

Mit 18 Jahren machte F21 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.“ (F21, 97-99) Mehrere Jahre hatte F21 keinen Kontakt zu ihren Eltern.

Tabelle 37: Lebensverlauf F21 (Ausschnitt 1)

F21							
Lebensphase:	Kindheit				Jugendzeit/Gesamtschulzeit		
Ereignis:	Schlimme Kriegserfahrungen der Mutter, Vater der Mutter im KZ umgekommen	Eltern emigrieren von Ost- nach Westdeutschland	Eigene Geburt	Wird als Einzelkind materiell verwöhnt. Vater „einfacher Arbeiter“ und Alkoholiker. Konservative Erziehung insbesondere seitens Mutter.	Beginnt, „motorisierte Zweiräder“ zu fahren	Daheim „ordentlich angezogenes Mädchen“, draußen in einer Gang gewesen, nah an der Drogenszene	Motorradführerschein, Abitur
Medien:							
Internet:							
Alter:					ab 13. Lebensjahr	13.-16. Lebensjahr	18. Lebensjahr
Zeitraum:	Zweiter Weltkrieg	Nach dem Zweiten Weltkrieg	1960er Jahre		1970er-1980er Jahre		

(Quelle: eigene Darstellung)

(2) *Ausbildung und Berufstätigkeit (wieder „Extreme“)*: F21 absolvierte eine „sehr gute Ausbildung“ (F21, 104). Ungefähr in der Zeit ließen sich die Eltern scheiden, zu denen F21 weiterhin keinen Kontakt hatte. Anfang bis Mitte der 20er Lebensjahre begann F21 ihre herausfordernde Berufstätigkeit, in der sie „auch wieder in diese Extreme“ (F21, 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, dat 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’s auch gut, dass man ’n, ’n Arzt hatte/ [...] Der hat seine Hand auf meine, meine, meine Schulter

getan/ Und da war ich natürlich sehr jung noch. Das sind so Dinge, die mich sehr geprägt haben einfach.“ (F21, 2374-2398)

Anfang ihrer 20er Lebensjahre lernte F21 ihren zukünftigen Ehemann kennen. Sie zogen zusammen und heirateten standesamtlich. Zur Heirat stand F21s Vater mit einem Blumenstrauß vor der Tür, während zur Mutter weiterhin kein Kontakt bestand. Dass F21s Mann studierte und F21 Hauptverdienerin war, tat ihr gut. „Tat mir gut, die Verdienerin zu sein.“ (F21, 163-164) F21 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. F21, die vorher evangelisch gewesen war, wurde nun katholisch. F21 und ihr Mann heirateten kirchlich „ganz traditionell im weißen Kleid und einer weißen Kutsche“ (F21, 150-151).

Tabelle 38: Lebensverlauf F21 (Ausschnitt 2)

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 zukünftigen Ehemanns. Zusammenzug, standesamtliche Heirat.	Mann studiert, F21 war für das Einkommen zuständig.	Konvertitenunterricht. Wieder-Kontaktaufnahme zur Mutter.	Konvertierung evangelisch → katholisch. Kirchliche Heirat.
Medien:							
Internet:							
Alter:	18. Lebensjahr	Ab ca. 18. Lebensjahr	20er Lebensjahre				
Zeitraum:	1980er Jahre						

(Quelle: eigene Darstellung)

(3) *Familiengründung („Hausfrau und Mutter“)*: Mit Ende 20 brachte F21 ihr erstes Kind zur Welt. Sie hörte auf zu arbeiten und es folgte der lang gewünschte Umzug aufs Land. Dort fühlte F21 sich allerdings einsam als die „exotische“ Zugezogene mit einer „quietschroten Strähne“ im Haar“ (190-192) und eingeschränkt von „katholischen Zwängen“ und „Spießbürgertum“ (F21 193-194). Mit Anfang 30 bekam F21 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.“ (F21,

219-222) F21 selbst hatte aber weiterhin keine Arbeitsstelle, „und so hab' ich mich nur als Hausfrau und Mutter definiert.“ (F21, 299-300) Von ihrer Schwiegermutter fühlte F21 sich „zur Magd degradiert“ (F21, 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: „Wenn deine Küche mal so sauber wär' wie deine Motorräder.“ (F21, 252) Aus Sicht der Forscherin fand sich F21 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 z. B. 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.“ (F21, 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.“ (F21, 240-242)

Psychisch ging es F21 immer schlechter. Ab Anfang 40 kam es zum heimlichen Alkoholkonsum, („zwischen durch heimlich oft abends getrunken“, F21, 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 [F21] gab's irgendwie gar nicht. Also, ich wusste gar nicht, wer ich war.“ (F21, 313-318)

Als F21 zum Onlinerollenspiel kam, waren ihre Kinder zehn und zwölf Jahre alt, und die Tageskinder, die F21 betreut hatte, waren aus dem Haus. So hatte F21 „viel Zeit und Langeweile“ (F21, 304). Über ihren Sohn, 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.“ (F21, 308-310) Drei Jahre lang hatte sie dann „missbräuchlich gelebt“ (F21, 691-692). Im Spiel war sie erfolgreich und Frau eines Gildenchefs – markanterweise auch wieder die ‚Frau von‘, wie der Forscherin auffiel.

„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 v/ 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.“ (F21, 318-341)

F21s Spielverhalten führte zu immer mehr Konflikten in der Partnerschaft. Schließlich verließ F21 ihren Mann und ihre Kinder und zog zu dem Mann, der im Spiel der Gildenchef war. Dieser stellte sich als „zahnloser, junger Mann“ heraus (F21, 348). Ein halbes Jahr lang zockte sie in der „schäbigen“ Wohnung (F21, 357-358) des jungen Mannes, bis sich die Situation so zuspitzte, dass es zu einem Suizidversuch kam:

„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.“ (F21, 360-372)

(4) *Stationäre Psychotherapie („schlimmste und beste Zeit meines Lebens“)*: Die stationäre Psychotherapie dauerte ungefähr ein Jahr. F21 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“ (F21, 409-410). In der Therapie konzentrierte sich F21 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.“ (F21, 414-417) In der Therapie arbeitete F21 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.“ (F21, 434-437)

Mithilfe der Paar- und Familientherapie während des Klinikaufenthalts kamen F21 und ihr Mann wieder zusammen. F21 kehrte nach Hause zurück.

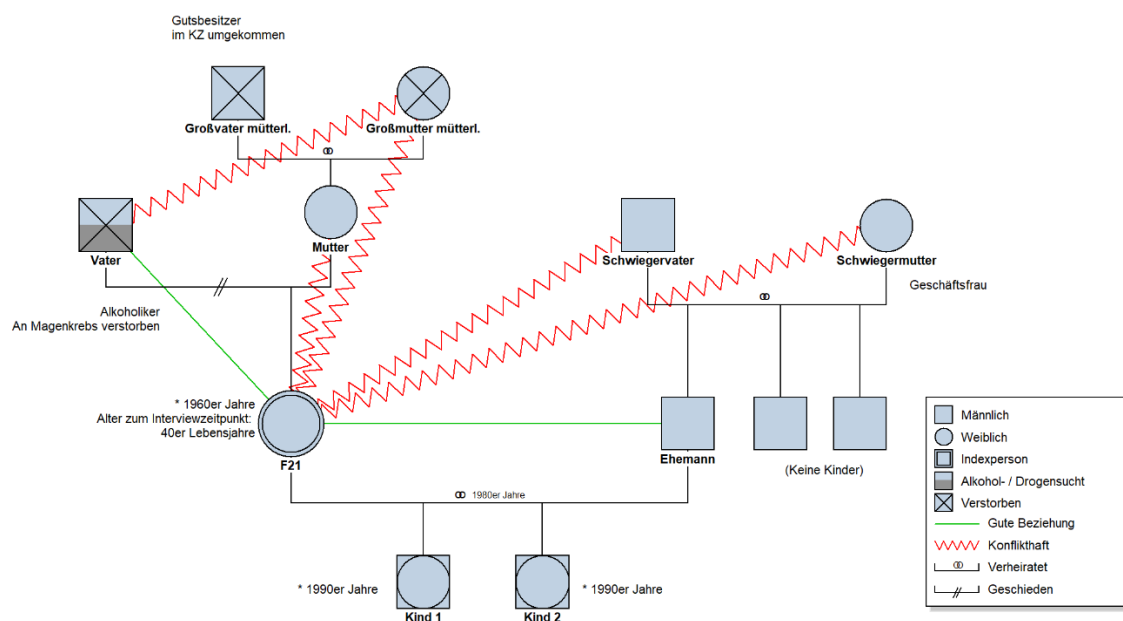
Tabelle 39: Lebensverlauf F21 (Ausschnitt 3)

Lebensphase:	Familiengründung „Hausfrau und Mutter“						
Ereignis:	Umzug nach Stadt 2	Geburt des 1. Kindes. F21 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“.	Erstes Motorrad gekauft -> Schwiegervater spricht 2 Wochen nicht mit F21. F21 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 Onlinespielnutzung (drei Jahre „missbräuchlich“ gelebt)	Klinik	Rückkehr	Genesung / Berufstätigkeit	
Ereignis:	F21 <b>verlässt Familie</b> und zieht zu Spieler.	Wendepunkt: <b>Suizidversuch</b> → Lässt sich von Hausärztin in Psychiatrie überweisen.	2 Monate Entgiftungsstation/Psychiatrie, dann 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-Onlinerspiel („Regnum“)			Abstinenz bzgl. Alkohol und PC-Spiele	
Alter:	40er Lebensjahre				
Zeitraum:	2000er Jahre				

(Quelle: eigene Darstellung)

(5) *Genesung und Berufstätigkeit*: Nach dem Klinikaufenthalt besuchte F21 eine Nachsorgegruppe und eine Selbsthilfegruppe für alkoholsüchtige Frauen. Zudem nahm sie ambulante Psychotherapie in Anspruch. Seitdem lebte sie abstinent von Alkohol und Onlinespielen. F21 nahm ihren alten Beruf wieder auf. Später gründete sie eine Onlinesucht-Selbsthilfegruppe. Sie erlitt erneut einen Rückfall, als sie auf ihrem Smartphone ein Onlinespiel spielte. Ende ihrer 40er Lebensjahre ermöglichte F21 sich berufliche Entlastung, indem sie aus dem Schichtdienst ausstieg und auf eine Halbtags­tätigkeit reduzierte. Kurz vor dem Interviewzeitpunkt starb ihr Vater an Magenkrebs. F21 hatte ihn beim Sterben begleitet. Kurz zuvor hatte sie ihm auch mitgeteilt, (ebenfalls) 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.“ (F21, 544-545)



(Quelle: eigene Darstellung)

Abbildung 9: Genogramm F21

F21 war zum Interviewzeitpunkt weiterhin in therapeutischer Begleitung und fuhr wieder Motorrad, gemeinsam mit ihrem Ehemann. Bis zum Interviewzeitpunkt waren Motorräder bedeutsam im Leben von F21, so die Deutung der Forscherin. Zum einen waren sie der Bezugspunkt zum Vater. „Das definiere ich so als Liebe von meinem Vater.“ (F21, 257) Zum anderen stellten Motorräder für F21 in 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 F21 kaufte, als Symbol des Infragestellens konventioneller weiblicher Rollenbilder. Auf ihrem Genesungsweg nach dem stationären Therapieaufenthalt stellte das Wieder-Motorradfahren-Können ein Zielbild für F21 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 Motorradfahren, 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.“ (F21, 1158-1165)

Tabelle 40: Lebensverlauf F21 (Ausschnitt 4)

Lebensphase:	Genesung / Berufstätigkeit			Entlastung im Beruf	
Ereignis:	Sohn von F21 macht Psychotherapie		Weiterbildung: Ehrenamtliche Suchtkrankenhilfeausbildung	Tod des Vaters (Krebs). F21 ermöglicht sich das Aussteigen aus anstrengenden Aufgaben im Beruf aus gesundheitlichen Gründen.	F21 arbeitet nur noch halbtags, nicht mehr Vollzeit. Führt wieder Motorrad, gemeinsam mit Ehemann. Weiterhin in therapeutischer Behandlung.
Internet:		F21 gründet Onlinesucht-Selbsthilfegruppe	Rückfall (Online-Spiel auf Smartphone)		
Alter:	40er Lebensjahre				
Zeitraum:	2000er Jahre				

(Quelle: eigene Darstellung)

Die Forscherin sieht im Symbol des Motorrads zentrale Veränderungen in F21s persönlicher Entwicklung abgebildet. 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, nach Deutung der Forscherin 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.“ (F21, 1800-1813)

### 3.2.1.2 Fazit

Es wird deutlich, dass F21 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 F21 ein negatives Verhältnis zur Mutter und zur Großmutter sowie ein ambivalentes Verhältnis zum Vater zwischen Distanz/Parentifizierung und Liebe. Insgesamt betrachtet konnte F21 im elterlichen Haus nicht ‚sie selbst‘ sein, so die Deutung der Forscherin. Daher war es ‚notwendig‘ und ‚sinnvoll‘, so die Hypothese der Forscherin, dass F21 ihr Leben in zwei Welten aufspaltete und in konträren sozialen Rollen lebte: als die ‚liebe‘ F21 und als die ‚freie‘ F21 auf der ‚schrägen Bahn‘. Als F21 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 F21s weiterem Leben. Dazu gehörte eine herausfordernde Berufstätigkeit, die F21 mit dem Tod konfrontierte, 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 F21 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 F21 Alkoholikerin. Wiederholt erschuf sie sich eine

‚zweite Welt‘, und zwar als Frau eines Gildenchefs in einem Multiplayer-Online-Spiel. 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 F21 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 F21, die sich bei einem ‚zahnlosen‘ Spieler wiederfand, nicht mehr. Ein gescheiterter Suizidversuch führte schließlich zum biografischen Wendepunkt. F21 vertraute sich ihrer Hausärztin an und begann eine stationäre Psychotherapie.

Abschließend kann gesagt werden, dass sich im biografischen Kontext in F21s problematischer Internetnutzung eine Bedeutungsebene zeigt, die ohne den Einbezug der Lebensgeschichte nicht sichtbar geworden wäre. F21 großes Bedürfnis nach Anerkennung und Freiheit, kombiniert mit der Lösungsstrategie des Weglaufens, trifft im späteren Erwachsenenalter 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 F21 notwendig, ‚tatsächlich‘ wegzulaufen. Deutlich wird, dass die Grundlage für dieses Muster in der Herkunftsfamilie gelegt und im Erwachsenenleben wieder aufgegriffen wurde, bis es F21 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 schmerzhaftes Abwertungserfahrungen stellen bei F21 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 F21 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 F21s problematischer Internetnutzung wiederzufinden.

### 3.2.2 Fallvergleich

Anhand von F21 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. Jeder der 24 Fälle wurde auf diese Weise analysiert. Leider ist es an dieser Stelle nicht möglich, jeden Fall mit demselben Detailgrad wie F21 vorzustellen. Aus pragmatischen Gründen und im Sinne der Übersichtlichkeit werden daher die weiteren Ergebnisse aus Teilstudie 2 in verdichteter Form, nach Fallgruppen systematisiert und mit Fokus auf markante Aspekte dargestellt.

#### 3.2.2.1 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.“ (F02, 460-467)*

*„Meine Mutter war sehr, sehr beschäftigt mit ihren ganzen Aufgaben. [...] Kinder sind da 'n bisschen noch nebenhergelaufen.“ (F04, 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.“ (F06, 153-157)*

In Fallgruppe 1 (F02, F04 und F06) ist charakteristisch, dass insgesamt wenig bzw. moderate herkunftsfamiliäre Risikofaktoren berichtet wurden; die berichteten familiären Schutzfaktoren überwiegen (vgl. Tab. 41). Insgesamt zeigt sich in Fallgruppe 1 die Tendenz zu einem stabilen Herkunftsfamiliensystem. Die belastenden Lebenserfahrungen im weiteren Lebensverlauf als Erwachsene zeigen sich in einem moderaten Bereich. Anzumerken ist, dass das Interview mit F06

nicht ausreichend biografische Informationen in Bezug auf die Herkunftsfamilie enthält, im Folgenden also nur auf F02 und F04 eingegangen werden kann.

Tabelle 41: Herkunftsfamiliäre Belastungserfahrungen Fallgruppe 1

Anmerkung: Bedeutsame, höher zu gewichtenden Faktoren sind schwarz gerahmt.

<b>Krisenhaft-belastende Lebenserfahrungen in der Herkunftsfamilie in Kindheit und Jugend (Risikofaktoren)</b>	<b>F02</b>	<b>F04</b>	<b>F06</b>
<b>Emotionale Vernachlässigung</b>			
Fehlende Förderung		Ja	
Nüchternes/kühles/teilnahmsloses elterliches Verhalten		Ja	
<b>Stress, Überlastung, Überforderung</b>			
Finanzielle Sorgen	Ja		
Leistungsdruck		Ja	
<b>Erleben von Verlust, Krankheit und Tod</b>			
Krankheiten			
<b>Positiv-förderliche Erfahrungen in der Herkunftsfamilie (Schutzfaktoren)</b>			
<b>Erleben von Sicherheit und Orientierung</b>			
Kontrolle/Regeln/Orientierung	Ja	Ja	Ja
Beständigkeit/Verlässlichkeit/Rituale		Ja	Ja
<b>Erleben von Autonomie, Exploration und Wachstum</b>			
Vorleben von Unabhängigkeit/gesunden Grenzen/Autonomie	Ja		
Förderung/Inspiration zu persönlichem Wachstum	Ja		
<b>Erleben von Verbundenheit</b>			
Aufmerksamkeit/Zuwendung/Wärme	Ja	Ja	
Unterstützung und Entlastung		Ja	
Gemeinsame Familienaktivitäten in positiver Atmosphäre		Ja	
<b>Offener Umgang mit schwierigen Situationen</b>			
Konfliktbereitschaft/Offenes Ansprechen und Reflektieren von kritischen Familienthemen	Ja	Ja	
<b>Belastungsgrad in der Herkunftsfamilie:</b>	Gering	Mittel	N/A

(Quelle: eigene Darstellung)

F02 erwähnte als einzige annähernd belastende Lebenserfahrung in Kindheit und Jugendzeit eine knappe finanzielle Situation in der Herkunftsfamilie. F02 war vor Ende des Zweiten Weltkriegs geboren, die Eltern hatten insgesamt sechs Kinder mit F02 als jüngstes. Auch wenn F02 in ihrer Herkunftsfamilie ausgleichend bedeutsame Schutzfaktoren wie Förderung und die Ermöglichung von Unabhängigkeit und Autonomie erlebte, scheinen gerade diese materiellen Limitationen für F02 ein zentraler Motivator zur persönlichen Weiterentwicklung

gewesen zu sein. Dabei spielten Medien eine treibende Rolle: F02 las insbesondere Bücher, mit denen sie lernen konnte, wie man als reiches Kind aufwächst und ahmte dies nach.

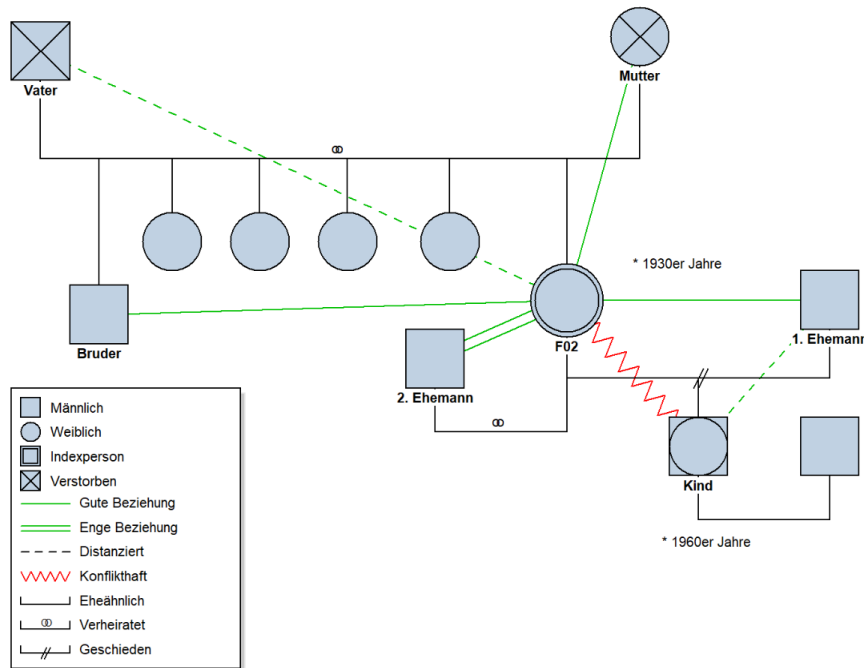
„Du kannst dir vorstellen: Sechs Kinder und 'ne Mutter, die zu Hause ist, und ich bin [in den 1930er Jahren] geboren, ne? [...] Ja, also, das waren ja alles sehr knappe Zeiten. Und, äh, äh, wir waren nicht aus, äh, äh, äh, sehr reichem Elternhaus. Aber interessanterweise hab' ich ganz früh/ Ich war immer 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.“ (F02, 460-494)

Bücher ermöglichten F02, die Begrenzungen ihrer eigenen Realität zu sprengen. Dieses Motiv sollte sich auch durch F02s weiteres Leben ziehen mit einem großen Bedürfnis nach lebenslangem Lernen und vielen (Bildungs-)Reisen und mit Medien als Verstärker (z. B. Nutzung des Internets zur Verwirklichung von Auslandsaufenthalten). Positiv-förderlich wirkte sich in diesem Zusammenhang aus, dass die Mutter F02s frühes Bedürfnis zu lernen und in die Ferne zu gehen förderte. F02 verließ früh das Elternhaus, um als Au-Pair ins Ausland zu gehen, was sich sehr horizonterweiternd für sie auswirkte. Die Beziehung insbesondere zur liebevoll-fördernden Mutter<sup>32</sup> scheint aus Sicht der Forscherin bei F02 dazu beigetragen zu haben, mit welcher selbstverständlichen inneren Unabhängigkeit sie

---

<sup>32</sup> Die Beziehung zum Vater zeigt sich bei F02 distanziert-leicht negativ; der Vater schien grundsätzlich keine wichtige Rolle zu spielen. F02 beschrieb hingegen Familiensituationen, in denen deutlich wurde, wie klar und bestimmt ihre Mutter nicht nur die Kinder, sondern auch den Ehemann führte.

sich im weiteren Lebensverlauf Bedürfnisse erfüllte. Dies bildet sich auch in der Internetnutzung ab. So begründet F02 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“ (F02, 1917-1921).



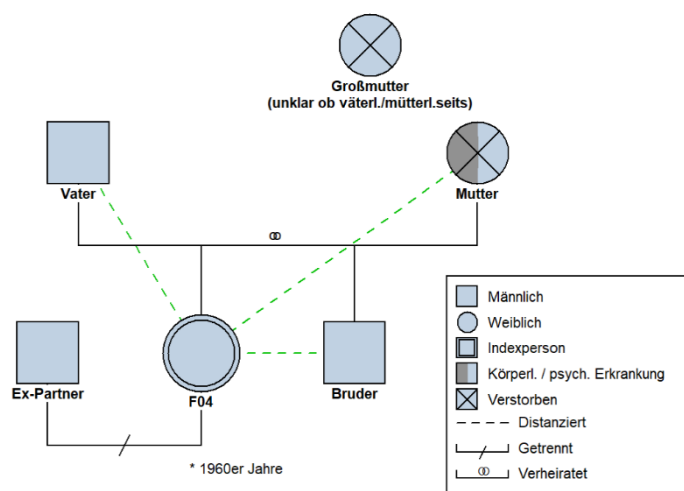
(Quelle: eigene Darstellung)

Abbildung 10: Genogramm F02

F04s Schilderungen ihrer Herkunftsfamilie zeigen sich konträr zu F02. 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 meischens 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.“ (F04, 383-394)

Im Gegensatz zu F02 wurde F04s Bücherlesen nicht gefördert. Die Mutter hatte keinen Zugang zu Büchern und fand, F04 würde zu viel lesen. Sie wünschte sich eher, dass F04 im Haushalt mithalf. Als weiterer prägnanter Risikofaktor kann Leistungsdruck festgehalten werden, der sich in den Erzählungen F04s 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 F04 kein Ausgleich. Hier deutet sich eine negativ-distanzierte Beziehung an: F04 war nicht die „Prinzessin des Papas“ und ihr Lesen bzw. ihre Freizeitgestaltung waren dem Vater „egal“ (F04, 406-423). Später im Interview sagte F04 im Zusammenhang mit der Suche nach einem Psychotherapeuten, sie hätte ein Vater-Thema. Dies ist interessant aus Sicht der Forscherin, die sich fragt, warum der Fokus beim Vater lag und nicht bei der Mutter. Anzumerken ist, dass F04 im Gegensatz zu F02 eher gehemmt über ihre Herkunftsfamilie erzählte, der Forscherin also womöglich relevante Zusammenhänge nicht vorliegen.



(Quelle: eigene Darstellung)

Abbildung 11: Genogramm F04

Als bedeutsame Schutzfaktoren erlebte F04 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 F04 zeigt, bildet sich aus Sicht der Forscherin auch in der Internetnutzung der erwachsenen F04 ab: Zum einen nutzte F04 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 F04 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)).“ (F04, 29-35)

Hier erinnert sich die Forscherin an die Kritik der Mutter am Viellesen der jungen F04. Maßlosigkeit und Genuss schienen ein familiäres Tabu gewesen zu 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 F04 eine ausufernde Medien- und Internetnutzung auch im Erwachsenenalter verhinderten<sup>33</sup>.

Zusammenfassend wird deutlich, dass die Frauen aus Fallgruppe 1 in tendenziell stabilen Familienkontexten aufwuchsen ohne schwerwiegende Belastungsfaktoren (wie z. B. 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 F02 ein sehr positives Verhältnis zur Mutter, was das distanziert-negative Verhältnis zum Vater ausglich. Bei F04 wird ein eher distanziertes Verhältnis zu beiden Elternteilen deutlich. Insgesamt wird bei F02 der Belastungsgrad in der Kindheit und Jugendzeit als gering eingeschätzt, bei F04 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).

---

<sup>33</sup> Andererseits könnten starke Reglementierungen auch bewirken, dass versucht wird, den dadurch erzeugten Mangel durch übermäßigen Konsum zu kompensieren.

Tabelle 42: Belastungserfahrungen im weiteren Lebensverlauf Fallgruppe 1

Anmerkung: Die Gelbmarkierung bildet durch die Befragten moderat dargestellte Belastungserfahrungen ab, die Rotmarkierung schwerwiegend dargestellte Belastungserfahrungen.

Lebensbereich mit Belastungserleben im Erwachsenenalter	F02	F04	F06
<b>Partnerschaft</b>			
Trennung/Scheidung	Ja	Ja	
<b>Elternschaft</b>			
Alleinerziehend	Ja		
Schwierigkeiten in der Kindererziehung	Ja		
<b>Ausbildung und Beruf</b>			
Hohe Berufs-/Alltags-Anforderungen	Ja		
<b>Krankheit und Tod</b>			
Tod eines Familienmitglieds		Ja	
Eigene (schwere) körperliche Erkrankung			Ja
Allgemein körpergesundheitliche Probleme	Ja		
(Schwere) Körperliche Erkrankung des Partners			Ja
<b>Psychische Gesundheit</b>			
Erfahrung mit ambulanter Psychotherapie		Ja	
<b>Lebensphasenübergänge</b>			
Eintritt ins Rentenalter und Erleben von altersbedingten Limitationen			Ja
<b>Belastungsgrad im weiteren Lebensverlauf:</b>	Eher gering (bis mittel)	Eher gering (bis mittel)	Eher gering (bis mittel)

(Quelle: eigene Darstellung)

Ob es nun das Ausbleiben schwerwiegender Lebensbelastungen ist, was bei diesen Frauen zu einer gesunden Internetnutzung beitrug, ist die Frage. Die Forscherin hält 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.

### 3.2.2.2 Fallgruppe 2

*„Ich hab’ viel ansehen müssen, [...] wo mein Vater meine Mutter geschlagen hat. Hab’ mich oft dazwischen stellen müssen als Kind.“ (F01, 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.“ (F03, 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.“ (F05, 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.“ (F07, 1044-1049)*

*„Ich denk’, das hat meine Kindheit schon sehr geprägt, dass sozusagen vor Ort eigentlich keine Familie war.“ (F08, 402-404)*

*„Ich war halt irgendwie relativ einsam, glaub’ ich [...]. Meine Eltern sind ziemlich oft umgezogen.“ (F13, 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.“ (F16, 1191-1195)*

*„Ich musste mir jetzt nicht so viel selber erkämpfen wie andere vielleicht.“ (F20, 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.“ (F23, 398-401)*

*„Ich mein’, ich war ’n relativ braves Kind. Ich bin heimgekommen, wenn ich musste.“ (F24, 741-743)*

In Fallgruppe 2 zeigt sich – wie 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 (F01, F03). Bei F20 zeigt sich zudem die Bedeutung von innerfamiliären Rollen. Zu wenig biografisches Datenmaterial liegt bei F13 vor, um daraus sinnvolle Schlüsse ziehen zu können. Auch bei F23 und F24 sind die biografischen Informationen weniger reichhaltig.

Tabelle 43: Herkunftsfamiliäre Belastungserfahrungen Fallgruppe 2

Anmerkung: Bedeutsame, höher zu gewichtende Faktoren sind schwarz gerahmt.

	Tendenziell stabiles Familiensystem							Tendenziell instabiles Familiensystem		F13
	F05	F07	F08	F16	F20	F23	F24	F01	F03	
<b>Krisenhaft-belastende Lebenserfahrungen in der Herkunftsfamilie Kindheit/Jugend (Risikofaktoren)</b>										
<b>Körperliche Vernachlässigung</b>										
Unstete Versorgung und Pflege (Lebens-)Gefährdung										
<b>Emotionale Vernachlässigung</b>										
Fehlende Kontrolle/Regeln/Struktur/Orientierung		Ja							Ja	
Übermäßige Kontrolle und Regulation	Ja	Ja			Ja			Ja		
Fehlende Förderung		Ja			Ja				Ja	
Ständiges Alleingelassenwerden/Als fehlend empfundene/s Elternteil/Eltern								Ja		
Nicht-Ermöglichen/Verwehren sozialer Kontakte			Ja							
Nüchternes/kühles/teilnahmsloses elterliches Verhalten					Ja			Ja	Ja	
Übermäßige Verantwortungsübernahme (Parentifizierung)	Ja							Ja	Ja	
Fehlende elterliche Unterstützung im Krisenfall	Ja					Ja				
<b>Körperliche Misshandlung</b>					Ja			Ja		
<b>Emotionale Misshandlung</b>										
Unerwünschtheit/Ablehnung						Ja		Ja		
Abwertung von Leistungen									Ja	
Verbale Gewalt						Ja				
Psychische Gewalt										
<b>Sexueller Missbrauch/Sexuelle Gewalt</b>								Ja		
<b>Sucht oder exzessive/r Konsum/Verhaltensweisen</b>										
Alkohol								Ja	Ja	
Tabletten/Medikamente										
Internet/Computer			Ja							
Essen										
Rauchen										
<b>Stress, Überlastung, Überforderung</b>										
Finanzielle Sorgen								Ja		
Leistungsdruck		Ja				Ja				
Stress								Ja		
<b>Erleben von Verlust, Krankheit und Tod</b>										
Ständige Abwesenheit eines Elternteils/Pflegeperson	Ja							Ja		
Tod eines Familienmitglieds	Ja									
Ständige Konflikte zwischen Eltern/Pflegepersonen/Familienmitgliedern					Ja			Ja	Ja	
Trennung der Eltern/Pflegepersonen	Ja							Ja		
Krieg(straumata)										
Krankheiten	Ja		Ja		Ja	Ja				
Suizidalität										
Umzüge/Entwurzelung	Ja		Ja	Ja		Ja				Ja
<b>Vermeidender Umgang mit schwierigen Situationen</b>										
Konfliktvermeidung/übermäßige Harmoniebedürftigkeit					Ja	Ja			Ja	
Trennung unüblich/man bleibt zusammen					Ja					
Familiengeheimnisse/Ungesprochenes					Ja			Ja	Ja	

Positiv-förderliche Erfahrungen in der Herkunftsfamilie (Schutzfaktoren)	F05	F07	F08	F16	F20	F23	F24	F01	F03	F13
<b>Erleben von Sicherheit und Orientierung</b>										
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									
<b>Erleben von Autonomie, Exploration und Wachstum</b>										
Vorleben von Unabhängigkeit/gesunden Grenzen/Autonomie	Ja	Ja		Ja	Ja		Ja	Ja		
Förderung/Inspiration zu persönl. Wachstum	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja			Ja	Ja	
<b>Erleben von Verbundenheit</b>										
Aufmerksamkeit/Zuwendung/Wärme	Ja	Ja		Ja	Ja			Ja	Ja	
Unterstützung und Entlastung	Ja		Ja			Ja		Ja		
Gemeinsame Familienaktivitäten in positiver Atmosphäre	Ja	Ja			Ja					
<b>Offener Umgang mit schwierigen Situationen</b>										
Konfliktbereitschaft/Offenes Ansprechen und Reflektieren von kritischen Familienthemen	Ja				Ja					
<b>Belastungsgrad in der Herkunftsfamilie:</b>	Mittel	Mittel	Mittel	Gering	Mittel	Mittel	N/A	Hoch	Hoch	N/A

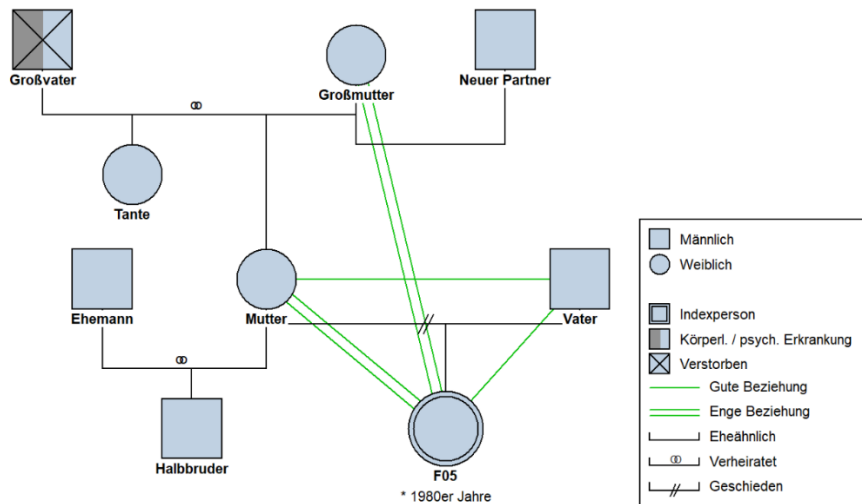
(Quelle: eigene Darstellung)

Ein Beispiel für die *Ausgewogenheit zwischen Risiko- und Schutzfaktoren* ist F05<sup>34</sup>. Bedeutsame herkunftsfamiliäre Risikofaktoren zeigen sich bei F05 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. F05 wuchs anschließend bei den Großeltern auf. Als Jugendliche erlebte F05 emotionale Vernachlässigung aufgrund der schweren Erkrankung ihres Großvaters: Dieser wurde zum Pflegefall über mehrere Jahre, so dass die Großmutter deutlich weniger um F05 kümmern konnte als zuvor. F05 fühlte sich in der Zeit alleingelassen, auch von ihren Eltern. Kurz nach F05s Abitur starb der Großvater.

Neben den genannten Risikofaktoren zeigen sich in F05s Biografie allerdings markante Schutzfaktoren, die F05 früh prägten und sie – so die Hypothese der Forscherin – resilient machten für die o. g. schwierige Zeit in der Jugend: So war F05s Kindheit 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

<sup>34</sup> F05 war zum Interviewzeitpunkt im 25.-30. Lebensjahr, hatte vor Kurzem ihr Studium abgeschlossen und war gerade ins Berufsleben eingestiegen.

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, der nicht ganz so „überfürsorglich“ war (F05, 1636-1662), sondern F05 viel zutraute. Die Eltern bleiben trotz Trennung gut miteinander im Kontakt und „verbündeten“ sich bei wichtigen Entscheidungen für die gemeinsame Tochter (z. B. die Organisation eines Umzugs) (F05, 1607-1634).



(Quelle: eigene Darstellung)

Abbildung 12: Genogramm F05

Markant ist in F05s Herkunftsfamilie der offene Umgang mit schwierigen Situationen und Konflikten. F05 sprach retrospektiv häufig mit den Eltern über deren Entscheidung, F05 bei den Großeltern aufwachsen zu lassen; F05 darf diese Entscheidung offen hinterfragen. „Im Nachhinein haben wir da oft Gespräche drüber geführt, ob das so sinnvoll war.“ (F15, 1296-1298) Angesichts dessen wird darauf geschlossen, dass F05 trotz Trennung der Eltern in einem stabilen Familienumfeld aufwuchs. Die Risikofaktoren, die zu einem starken Verlust- und Verlassenheitsgefühl hätten führen können, wurden durch ausgeprägte Schutzfaktoren aufgefangen. Dass diese Lebenserfahrungen F05 *resilient* machten, wie die Forscherin vermutet, zeigt sich in der großen Zuversicht, mit der F05 dem Leben und seinen Herausforderungen begegnete:

„Als, ähm, als mein Opa gestorben is’, da war ich auch echt also natürlich total traurich und so. [...] Und habe auch getrauert. Dann wusst’ ich aber dann irgendwann, es wird auch weitergeh’n. Also 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.“ (F05, 2812)

In der kritischen Lebensphase als der Großvater erkrankte, fehlten F05 die Pflegepersonen. Dennoch zeigt sie sich kompetent in der Bewältigung der krisenhaften Zeit. Dabei wird nun auch die *Bedeutung des Internets als Teil von F05s Resilienz*, so die Hypothese der Forscherin, deutlich: F05 hatte sich neben ihren Freunden aus der Schule einen festen Freundeskreis in einem Onlineforum aufgebaut. Diese Freunde waren jeden Abend verlässlich da, insbesondere zu schlimmen Zeiten am Abend oder in der Nacht, wenn z. B. der Notarzt für den Großvater kam. Der Zugang zu diesem Onlineforum glich das Fehlen von Großmutter und Eltern als außerfamiliären ‚Ersatz-Schutzfaktor‘ aus. Die Onlinecommunity ermöglichte F05 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 F05s 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 jetzt 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

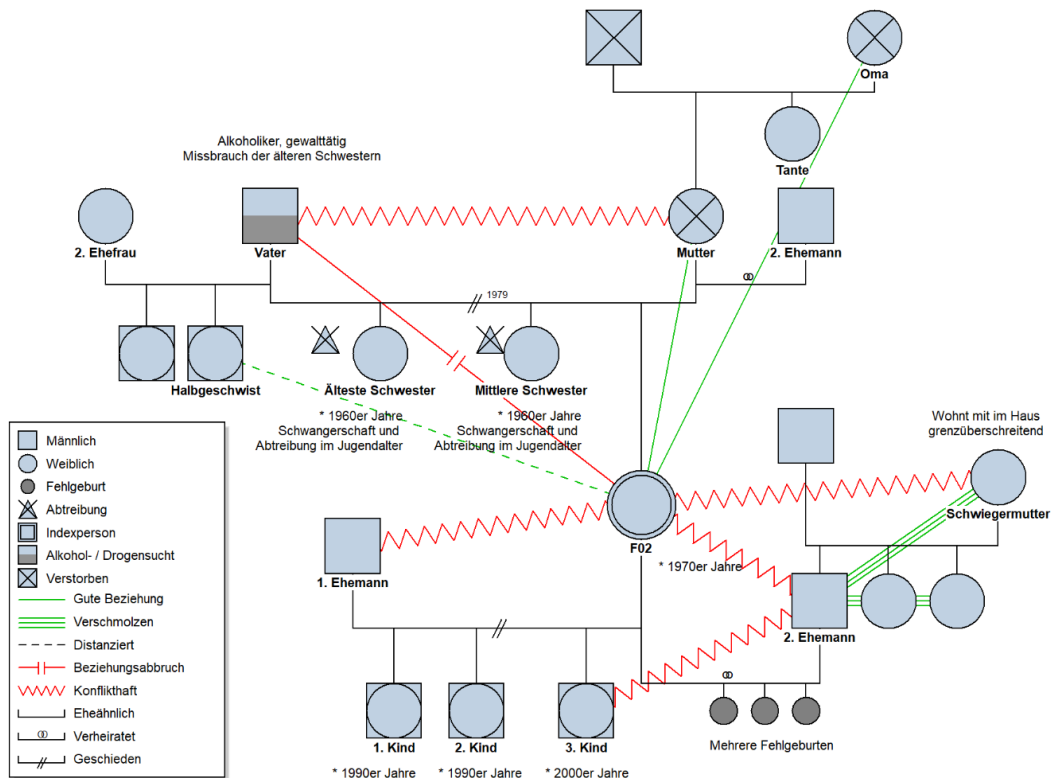
einer da war und dann halt auch, irgendjemand hatte immer Zeit sozusagen.“  
(F5, 2207-2248)

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 (F07, F08, F16, F23 und F24).

Bei F01 und F03 liegt diese Balance nach Ansicht der Forscherin nicht vor. Die Belastungen in Kindheit und Jugend bzw. herkunftsfamiliären Risikofaktoren zeigen sich stark ausgeprägt, die vorhandenen Schutzfaktoren hingegen gering bis moderat, weswegen diese zwei Frauen nach Einschätzung der Forscherin in insgesamt instabilen Familiensystemen aufwuchsen. Markant ist, dass beide Frauen mit einem alkoholkranken Elternteil aufwuchsen. Ihr Erfahrung mit elterlicher Suchterkrankung unterscheidet sich allerdings stark – das macht wiederum die Komplexität dieser beiden Fälle aus:

(1) Für F01 zeigte sich der Alkoholismus des Vaters und seine Gewalttätigkeit gegenüber der Mutter *explizit*, d. h. eindeutig erfahrbar. Der Vater missbrauchte zudem F01s Schwestern. F01 selbst erfuhr Unerwünschtheit und Ablehnung als Nachzüglerin, als „ungewollter Unfall“ (F01, 349-350), denn der Vater hätte lieber einen Sohn gehabt. F01 war als Kind in Gewaltsituationen involviert, zeigte Anzeichen einer übermäßigen Verantwortungsübernahme (Parentifizierung), indem sie sich z. B. als Kind schützend zwischen den gewalttätigen Vater und bedrohte Mutter stellte oder die Polizei holen musste. Als bedeutsame Schutzfaktoren erlebte F01 allerdings auch, vor den Gefahren geschützt zu werden. Die Mutter schickte die Schwestern 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 F01 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.





(Quelle: eigene Darstellung)

Abbildung 13: Genogramm F01

(2) Für F03 hingegen blieb der Alkoholismus des Vaters lange Zeit verborgen; die Belastungen manifestierten sich implizit und schwer greifbar, was den Umgang mit ihnen für F03 deutlich schwieriger machte als für F01. Als bedeutsame Risikofaktoren erfuhr F03 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 (F03, 797-805), aber keinen offenen Austausch über das eigentliche Problem. Auch später, als F03 klar wurde, dass ihr Vater Alkoholiker war, war die Mutter nicht zu Gesprächen bereit. Nach außen hin wurde F03s Familie als „heile Familie“ erlebt (F03, 1021-1023). Im Gegensatz zu F01 war es F03 daher aus Sicht der Forscherin weniger möglich, externe Hilfen zu aktivieren, denn eine Offenlegung des Familienproblems war tabuisiert. Nach Begreifen, dass der Vater Alkoholiker war, geriet F03 in eine übermäßige Verantwortungsübernahme, zeigte also wie F01 Parentifizierungsanzeichen, indem sie den Eltern aus der Situation heraushelfen wollte – was diese allerdings selbst nicht wollten. Auch hier zeigt sich ein

markanter Unterschied zu F01, die erlebte, wie sich ihre Mutter gegen den Vater wehrte und sich schließlich aus der Beziehung löste. Als bedeutsame Schutzfaktoren erlebte F03 Sicherheit und Orientierung sowie Beständigkeit, Verlässlichkeit und Rituale. Die Mutter las z. B. ihren Kindern vor, was F03 mit einem starken Geborgenheitsgefühl in Verbindung brachte, und vermittelte bedeutsame Werte hinsichtlich eines verantwortungsvollen Konsums und Naturschutz. Aus Sicht der Forscherin halfen genau diese Werte F03 wiederum als Erwachsene, sich von den Eltern zu lösen und den eigenen Bedürfnissen zuzuwenden.

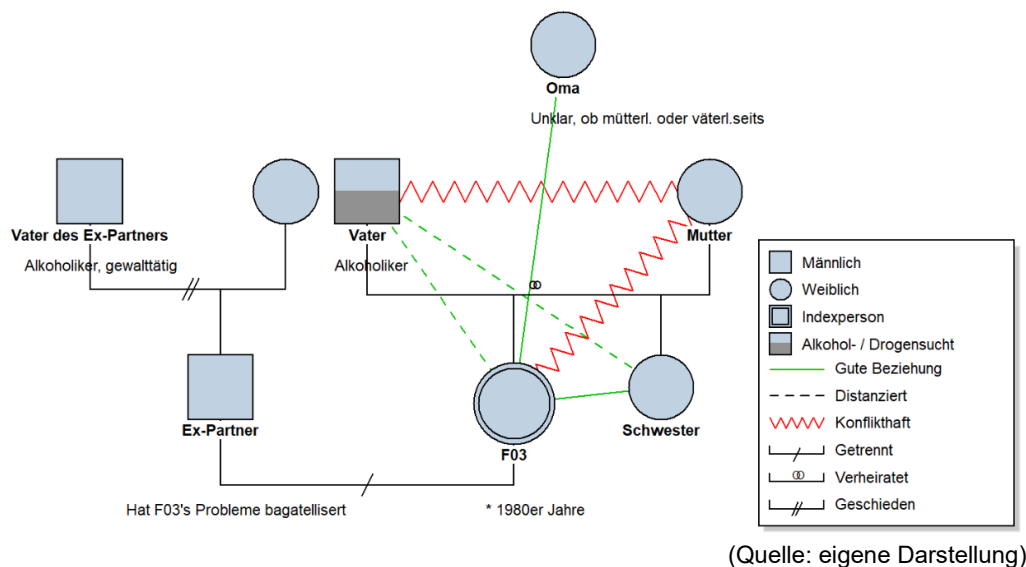


Abbildung 14: Genogramm F03

Im Gegensatz zu F01 erlebte F03 bei ihrem Vater keine körperliche oder seelische Gewalt, ‚bloß‘ eine ausgeprägte Abwesenheit und Teilnahmslosigkeit. Eine Hypothese der Forschenden ist, dass F03 sich in ihrem Familiensystem *ohnmächtiger* fühlte als F01 angesichts der Veränderungsunwilligkeit der Eltern, während F01 in ausgeprägten Krisensituationen Selbstwirksamkeit erfuhr. Ähnlich hingegen zeigen sich F01 und F03 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, u. a. in Form eines problematischen Internetrechercheverhaltens zeigte, welches aus Sicht der Forscherin zum Bedürfnis des Verstehenwollens 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 soll im Folgenden noch in Hinblick auf innerfamiliäre *Rollenmuster* geschaffen werden. 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 F20<sup>35</sup> deutlich. F20 erlebte seit ihrer Kindheit ausgeprägte, lang andauernde Konflikte zwischen den Eltern, zwischen den Eltern und F20s Schwester sowie zwischen den Eltern und der Großmutter väterlicherseits. F20 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 F20 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.“ (F20, 1823-1825) Als Vermittlerin versetzte sich F20 in alle Positionen hinein, brachte für jede Perspektive Verständnis auf und versuchte auch, dieses Verständnis bei den anderen Familienmitgliedern zu erwecken.

„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 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.“ (F20, 1849-1859)

F20 stand dementsprechend zu keinem Familienmitglied in einem konflikthaften Verhältnis. Die Rolle der neutralen Vermittlerin allerdings war vermutlich auch der

---

<sup>35</sup> F20 war zum Interviewzeitpunkt Studentin im 20.-25. Lebensjahr. Sie empfand ihre Nutzung von WhatsApp, Facebook sowie ihr generell ständiges Online- und Erreichbarsein als problematisch.

Grund dafür, dass sich F20 in Bezug auf ihre eigenen Werte und Positionierungen orientierungslos fühlte, so die Hypothese der Forscherin. Diese Orientierungslosigkeit wiederum fand ihr ‚Gegenstück‘ in der Internetnutzung. F20 nutzte u. a. Soziale Netzwerke dafür, sich an anderen Personen zu orientieren. Z. B. 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.

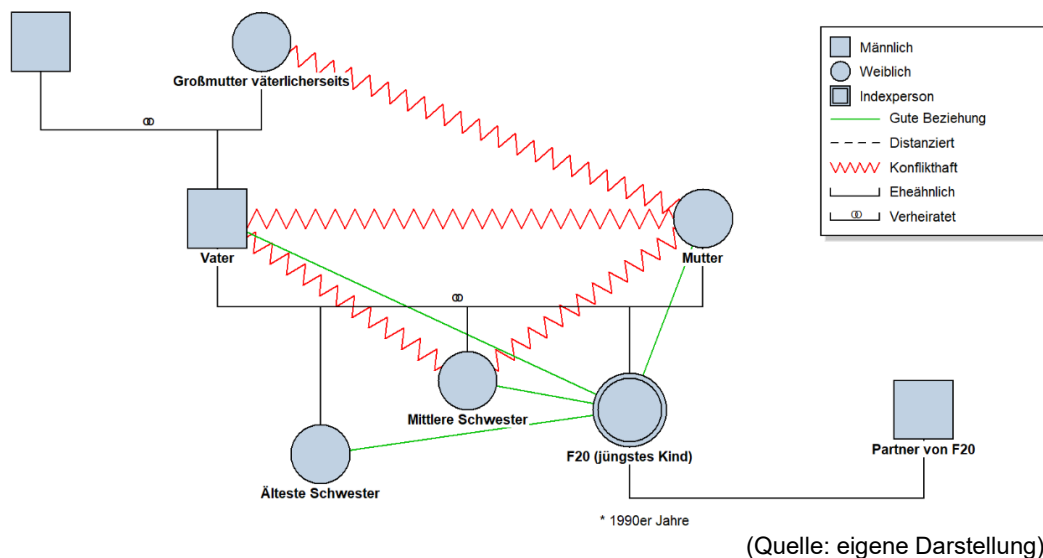


Abbildung 15: Genogramm F20

„Also, dass ich eben nicht sofort jetzt 'ne ganz klare Meinung hab', sondern erst so ein bisschen schau', was die anderen machen“ (F20, 706-708). Auch außerhalb des Internets ging F20 ständig in einen Vergleich, insbesondere mit Frauen und dabei stark auf das Aussehen bezogen. Mehrfach im Interview wird aus Sicht der Forscherin deutlich, dass F20 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. ((leicht 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.“ (F20, 741-755)

Zusammenfassend zeigt sich, dass die meisten Frauen aus Fallgruppe 2 in einem stabilen Familienumfeld aufwuchsen, zwei Frauen aber auch in ausgeprägt instabilen Familiensystemen (F01, F03). 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 in diesem Kapitel nur Fälle skizziert wurden, die besonders markante Muster in Fallgruppe 2 repräsentieren. Für einen Überblick über alle Fälle hinsichtlich erwähnter Risiko- und Schutzfaktoren vgl. oben Tab. 43.

Betrachtet man die Belastungserfahrungen im weiteren Lebensverlauf (vgl. Tab. 44), befinden sich diese zwischen einem Schweregrad von mittel bis teilweise hoch (z. B. eine eigene Substanzmittelabhängigkeit und Traumafolgen bei F13, eine eigene schwere körperliche Erkrankung wie bei F24). Bei einigen Frauen liegt verdichtet eine Kombination vieler belastender Erfahrungen vor (z. B. F01 und F24). Sechs Frauen haben Psychotherapieerfahrung.

*Tabelle 44: Belastungserfahrungen im weiteren Lebensverlauf Fallgruppe 2*

Anmerkung: Die Gelbmarkierung bildet durch die Befragten moderat dargestellte Belastungserfahrungen ab, die Rotmarkierung schwerwiegend dargestellte Belastungserfahrungen. Die Blaumarkierung bedeutet, dass diese Erfahrung zutrifft, beinhaltet aber keine Positiv-/Negativwertung.

<b>Lebensbereich mit Belastungserleben im Erwachsenenalter</b>	<b>F01</b>	<b>F03</b>	<b>F05</b>	<b>F07</b>	<b>F08</b>	<b>F13</b>	<b>F16</b>	<b>F20</b>	<b>F23</b>	<b>F24</b>
<b>Soziales Umfeld allgemein</b>										
Häufige Umzüge					Ja		Ja			
Fehlende Sozialkontakte							Ja			
Probleme bzgl. Aufbau/Umgang mit Sozialkontakten						Ja			Ja	
<b>Partnerschaft</b>	<b>F01</b>	<b>F03</b>	<b>F05</b>	<b>F07</b>	<b>F08</b>	<b>F13</b>	<b>F16</b>	<b>F20</b>	<b>F23</b>	<b>F24</b>
Partnerschaftskrisen	Ja	Ja								
Trennung/Scheidung (* inkl. Trennung von den gemeinsamen Kindern)	Ja*	Ja								Ja
Suchtkranker Partner	Ja									Ja

<b>Lebensbereich mit Belastungserleben im Erwachsenenalter</b>	<b>F01</b>	<b>F03</b>	<b>F05</b>	<b>F07</b>	<b>F08</b>	<b>F13</b>	<b>F16</b>	<b>F20</b>	<b>F23</b>	<b>F24</b>
<b>Elternschaft</b>										
Postpartale Depression										Ja
Alleinerziehend										Ja
<b>Ausbildung und Beruf</b>										
(Zu) Hohe Berufs-/Alltags-Anforderungen				Ja	Ja		Ja			Ja
Den Traumberuf nicht (mehr) ausüben	Ja									Ja
Berufliche Orientierungslosigkeit		Ja								
<b>Herkunftsfamilie</b>										
Wiederholt negative Kontakte zu den Eltern	Ja	Ja								
Länger andauernder Familienkonflikt			Ja					Ja		
<b>Krankheit und Tod</b>										
Tod eines Familienmitglieds	Ja			Ja	Ja		Ja			
Eigene (schwere) körperliche Erkrankung	Ja									Ja
Erfolgreiche Kinderwunschbehandlungen m. Fehlgeburten	Ja									
Allgemein körpergesundheitliche Probleme	Ja			Ja			Ja			
<b>Lebensphasenübergänge</b>										
Überforderung m. d. Aufbau eines eigenständigen Lebens nach Auszug aus dem Elternhaus								Ja		
<b>Psychische Gesundheit</b>										
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 <sup>36</sup>	Ja	Ja				Ja	Ja		Ja	
Erfahrung mit ambulanter psychol. Beratung									Ja	
Erfahrung mit Selbsthilfegruppen						Ja				Ja
Erfahrung mit ambulanter Psychotherapie	Ja	Ja	Ja			Ja	Ja		Ja	
Erfahrung mit stationärer Psychotherapie						Ja				
<b>Belastungsgrad im weiteren Lebensverlauf:</b>	Hoch	Mittel bis hoch	Mittel	Mittel	Mittel	Hoch	Mittel bis hoch	Mittel	Mittel bis hoch	Mittel bis hoch

(Quelle: eigene Darstellung)

<sup>36</sup> Negative Erfahrungen mit dem Versorgungssystem wurden zum einen auf Ebene der *Behandlung* berichtet in Form von Falschdiagnosen (F13, F23) und damit einhergehender Destabilisierung (F13) bzw. keine adäquaten Hilfen zu bekommen (F03); zum anderen auf Ebene der *Beziehung* in Form des Gefühls, von Behandelnden nicht ernst genommen (F16, F23) bzw. verstanden zu werden (F01).

### 3.2.2.3 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 Schwestern. Und haben dann auch nicht mehr so sehr geguckt, was ich mach'.“ (F09, 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.“ (F10, 650-653)

„Nachdem mein Bruder gestorben ist, da war ich eh nicht mehr ich selbst.“ (F11, 711-712)

„Allerdings muss ich sage', bevor ich den Termin beim Psychiater hatte, hab' ich 'n Selbstmordversuch gemacht.“ (F12, 197-199)

„Und meine Mutter is' auch so: Ja, funktionieren is' wichtig, und die hat es nich' ausgehalten, dass ich nich' funktioniert hab'.“ (F14, 2494-2497)

„Oh, bei dir merkt man ja gar nicht, dass du blind bist', das waren so die größten Komplimente für mich.“ (F15, 269-271)

„Und dann kam es zu einem Kampf der beiden Geschwister um das bisschen Liebe, was meine Mutter so geben konnte.“ (F17, 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.“ (F18, 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.“ (F19, 546-549)

„Meine Mutter wollte immer aus mir so 'ne liebe Frau machen.“ (F21, 1991-1992)

„Ja, ich war am Anfang auch so'n bisschen Papakind. [...] Wenn das zweite Geschwisterchen kommt, dann ist die Mama damit beschäftigt.“ (F22, 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 kann in Bezug auf Lebenserfahrungen in Kindheit und Jugendalter im Herkunftsfamilienkontext auf einen hohen Belastungsgrad geschlossen werden (F09, F11, F12, F14, F15, F17, F18, F19, F21). F19 z. B. wuchs in einer Familie mit Substanzmittelabhängigkeit, körperlicher Gewalt und einer instabilen Einkommenssituation der Eltern auf. Zwischenzeitlich wurden die Kinder vom Jugendamt in Obhut genommen. F19s gute Schulleistungen werden von der Mutter aktiv abgewertet und sogar verhindert. Bei einigen wenigen Frauen liegt ein eher moderater Belastungsgrad vor (F10, F22).

Tabelle 45: Herkunftsfamiliäre Belastungserfahrungen Fallgruppe 3

Anmerkung: Bedeutsame, höher zu gewichtende Faktoren sind schwarz gerahmt.

Instabiles Familiensystem											
	Mittlerer Belastungsgrad		Hoher Belastungsgrad								
	F10	F22	F09	F11	F12	F14	F15	F17	F18	F19	F21
<b>Krisenhaft-belastende Lebenserfahrungen in der Herkunftsfamilie in Kindheit und Jugend (Risikofaktoren)</b>											
<b>Körperliche Vernachlässigung</b>											
Unstete Versorgung und Pflege									Ja		
(Lebens-)Gefährdung										Ja	
<b>Emotionale Vernachlässigung</b>											
Fehlende Kontrolle/Regeln/Struktur/Orientierung			Ja						Ja	Ja	
Übermäßige Kontrolle und Regulation						Ja	Ja		Ja		Ja
Fehlende Förderung	Ja		Ja				Ja		Ja	Ja	
Ständiges Alleingelassenwerden/Als fehlend empfundene/s Elternteil/Eltern		Ja	Ja							Ja	
Nicht-Ermöglichen/Verwehren soz. Kontakte			Ja			Ja					
Nüchternes/kühles/teilnahmsl. elterl. Verhlt.	Ja	Ja	Ja			Ja	Ja	Ja			Ja
Übermäßige Verantwortungsübernahme als Kind/Jugendliche (Parentifizierung)		Ja						Ja		Ja	Ja
Fehlende elterl. Unterstützung im Krisenfall		Ja	Ja		Ja	Ja	Ja	Ja		Ja	
<b>Körperliche Misshandlung</b>								Ja		Ja	
<b>Emotionale Misshandlung</b>											
Unerwünschtheit/Ablehnung							Ja	Ja		Ja	Ja
Abwertung von Leistungen										Ja	
Verbale Gewalt	Ja										
Psychische Gewalt								Ja			
<b>Sexueller Missbrauch/Sexuelle Gewalt</b>											
<b>Sucht oder exzessive/r Konsum/Verhaltensweisen</b>											
Alkohol	Ja								Ja	Ja	Ja
Tabletten/Medikamente										Ja	
Internet/Computer				Ja		Ja	Ja		Ja		
Essen	Ja					Ja					
Rauchen							Ja				
<b>Stress, Überlastung, Überforderung</b>											
Finanzielle Sorgen									Ja		
Leistungsdruck	Ja	Ja	Ja			Ja	Ja	Ja			Ja
Stress		Ja	Ja			Ja	Ja		Ja		
<b>Erleben von Verlust, Krankheit und Tod</b>											
Tod eines Familienmitglieds				Ja	Ja						
Ständige Konflikte zwischen Eltern/Pflegepersonen bzw. Familienmitgliedern				Ja				Ja	Ja	Ja	Ja
Trennung der Eltern/Pflegepersonen									Ja	Ja	
Krieg(straumata)								Ja			Ja
Krankheiten							Ja			Ja	
Suizidalität				(Ja)		Ja			(Ja)		
Umzüge/Entwurzelung								Ja	Ja		



Krisenhaft-belastende Lebenserfahrungen in der Herkunftsfamilie in Kindheit und Jugend (Risikofaktoren)	F10	F22	F09	F11	F12	F14	F15	F17	F18	F19	F21
<b>Vermeidender Umgang mit schwierigen Situationen</b>											
Konfliktvermeidung/übermäßige Harmoniebedürftigkeit		Ja		Ja	Ja						
Trennung unüblich/man bleibt zusammen											
Familiengeheimnisse/Unausgesprochenes	Ja										
<b>Positiv-förderliche Erfahrungen im herkunftsfamiliären Kontext (Schutzfaktoren)</b>											
<b>Erleben von Sicherheit und Orientierung</b>											
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
<b>Erleben von Autonomie, Exploration und Wachstum</b>											
Vorleben von Unabhängigkeit/gesunden Grenzen/Autonomie	Ja	Ja			Ja				Ja		
Förderung/Inspiration zu persönlichem Wachstum	Ja	Ja						Ja		Ja	Ja
<b>Erleben von Verbundenheit</b>											
Aufmerksamkeit/Zuwendung/Wärme	Ja	Ja					Ja	Ja	Ja		Ja
Unterstützung und Entlastung							Ja	Ja			
Gemeinsame Familienaktivitäten in positiver Atmosphäre						Ja		Ja			
<b>Offener Umgang mit schwierigen Situationen</b>											
Konfliktbereitschaft/Offenes Ansprechen und Reflektieren kritischer Familienthemen		Ja					Ja				
<b>Belastungsgrad in der Herkunftsfamilie:</b>	Mittel	Mittel	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Hoch	Ger- ring bis hoch	Hoch	Hoch

(Quelle: eigene Darstellung)

Generell können sich die Belastungsphasen sehr unterschiedlich zeigen je nach Lebensphase: Bei F18 z. B. zeigten sich in den ersten Lebensjahren zunächst niedrige Belastungen (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. Der Bildungshintergrund der Familien zeigt sich heterogen: Während F10 darum kämpfen musste, die Realschule besuchen zu dürfen, hatte F22 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 (F09, F11, F12, F14, F15, F16, F22). Im Vergleich zu Fallgruppe 1 und 2 gibt es in Fallgruppe 3 deutlich mehr Erfahrung mit psychisch erkrankten bzw. belasteten Eltern (F14, F21) und/oder süchtigen bzw. missbräuchlich konsumierenden

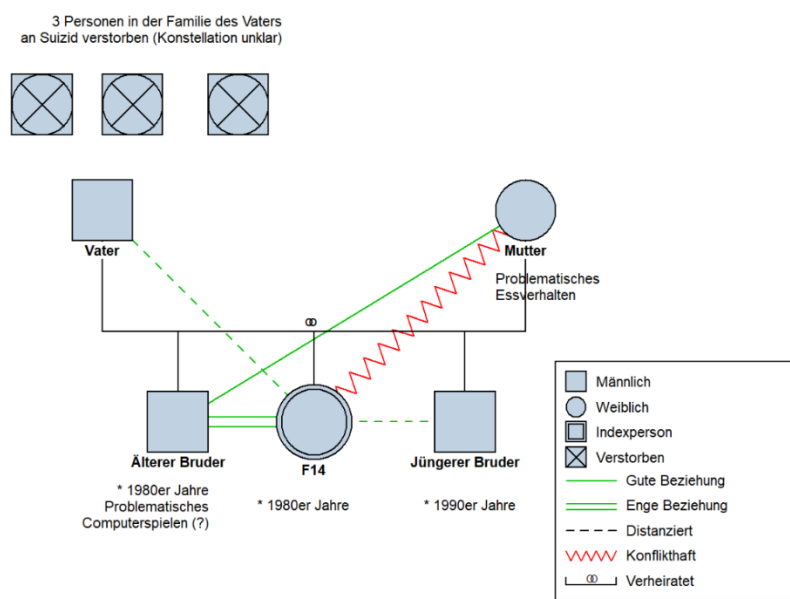
Eltern (F10, F11, F14, F18, F19, F21). Bei Fallgruppe 3 wird zudem ein höheres Maß an Verlusterfahrungen als in Fallgruppe 1 und 2 deutlich, wie z. B. der Tod eines Elternteils und eines Geschwisterkindes sowie die Trennung der Eltern. Auch Vernachlässigungserfahrungen zeigen sich verdichtet in Fallgruppe 3 bis hin zu körperlicher Vernachlässigung in Form von mangelnder Versorgung und Pflege (z. B. F18, als sie beim Vater lebte) und Lebensgefährdung (z. B. F19, die Opfer eines Autounfalls wurde, verursacht durch einen Lebensgefährten der Mutter unter Alkoholeinfluss).

Prägnant ist 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 erfuhren selbst körperliche Gewalt seitens eines Elternteils (F18) oder durch einen Bruder (F19) oder wurden Zeugin körperlicher Gewalt gegenüber anderen Familienmitgliedern (F19). Viele erlebten emotionalen Missbrauch, z. B. in Form einer generellen Feindseligkeit bzw. Ablehnung (F15, F17, F19, F21). 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 (F10, F10, F17, F18, F19, F21 bzgl. der Mutter; F09, F14, F15, F17, F18, F19 bzgl. des Vaters) oder ein distanzierendes, wenig emotionales Verhältnis (z. B. F22, F09). 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 (F09, F12, F15, F18, F22), soziale Probleme inkl. Mobbing (F15, F17, F18, F19), eine eigene psychische Erkrankung oder psychische Belastung (F09, F11, F12, F14, F15, F18, F19).

Markant an Fallgruppe 3 ist die hohe Komplexität der Fälle. Erkennbar ist die *Verzahnung* mehrerer ausgeprägter Risikofaktoren, die aus Sicht der Forscherin dazu führt, dass sich Risikofaktoren gegenseitig verstärken, was wiederum das Risiko für die Entstehung eines ‚Teufelskreises‘ erhöht. Auffällig ist zudem der ausgeprägte 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 aus Sicht der Forscherin die Entwicklung alternativer, ‚systemfremder‘ Strategien erschwerte. Anzumerken ist, dass zu F11 und F12 insgesamt wenig Informationen zur Herkunftsfamilie vorliegen.

Diese biografisch bedingte Vulnerabilität durch die komplexe Verzahnung sich gegenseitig verstärkender Risikofaktoren soll exemplarisch anhand von F14<sup>37</sup> veranschaulicht werden.



(Quelle: eigene Darstellung)

Abbildung 16: Genogramm F14

Die *Verzahnung von Risikofaktoren* hat bei F14 ihren Ausgangspunkt beim problematischen Essverhalten der Mutter. Schon im Grundschulalter bemerkte F14 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. F14 stand besonders im Fokus, da sie selbst schon immer Übergewicht hatte. Zunehmend verlor F14 in Bezug auf Essen, Genuss und Selbstbestimmung.

<sup>37</sup> F14 war zum Interviewzeitpunkt Studierende im 25.-30. Lebensjahr. Sie war kurz vor Interviewzeitpunkt in das Elternhaus zurückgezogen aufgrund einer schweren psychischen Krise. In der Jugend nutzte F14 problematisch Onlinepornografie und Erotikchat, im Studium u. a. problematisch YouTube und Serien.

„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.“ (F14, 1939-1944)

F14 entwickelte selbst ein problematisches Essverhalten, kombiniert mit einem ausgeprägten Selbstwertmangel. Das Thema war bald stark mit Schamgefühlen behaftet, weswegen F14 darüber mit niemandem außerhalb der Familie sprach. Mittlerweile 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. F14 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 F14 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 (z. B. 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 F14 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, z. B. indem F14 über Sexchats Kontakt herstellte und sich somit situativ weniger einsam fühlte;
- oder es wirkte zusätzlich selbstzerstörerisch: Je mehr F14 ungesund aß, desto mehr Bedarf hatte sie nach zusätzlichem selbstzerstörerischem Verhalten, z. B. über den Konsum von Hentai-Pornos, wo die Frau „zerstört“ wurde (F14, 606-607).

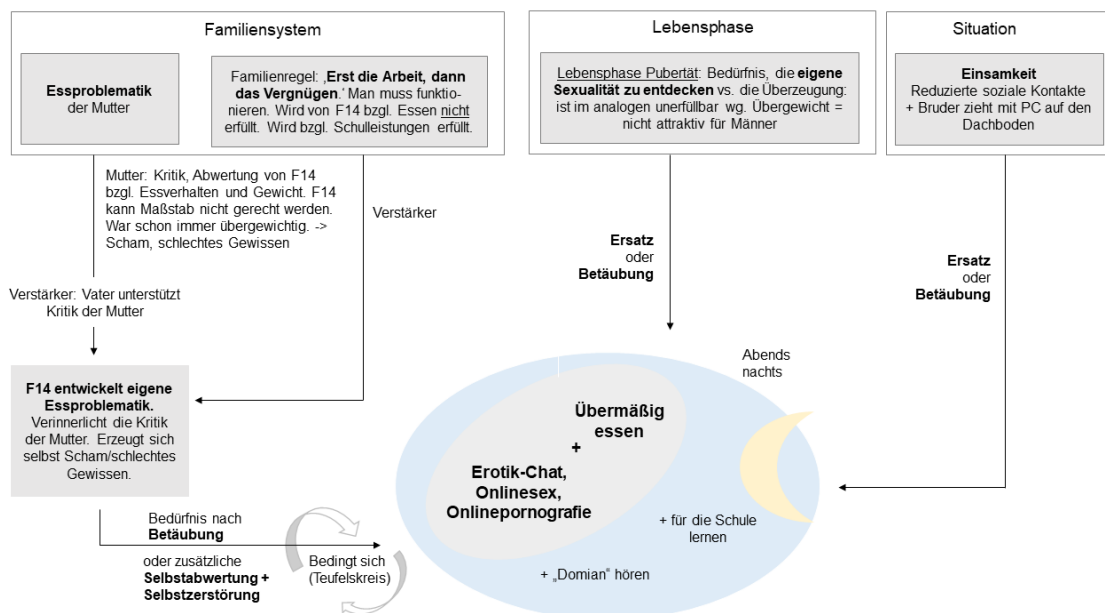
So verknüpfte sich um das 16. Lebensjahr herum die Essproblematik mit der problematischen Internetnutzung, ausgehend von der abwertend-kritischen Haltung der Mutter und der Überzeugung, sozialen Erwartungen (des Familiensystems) nie entsprechen zu können. Was bei F14 als zusätzlicher Treiber der Problemkonstellation wirkte, war der familiäre Leitspruch seit der Kindheit: ‚Erst die Arbeit, dann das Vergnügen‘. Dieser Leitspruch implizierte für F14 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 F14 also existenziell. Wer nicht funktionierte, bekam keine Liebe. Aufgrund ihres Übergewichts ‚scheiterte‘ F14 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.“ (F14, 52-62)

In der Jugendzeit wurde F14 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 F14 studierte. Im Studium wurde es unmöglich, die Arbeit jemals gänzlich erledigt zu haben. F14 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 F14 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'." (F14, 2217-2234)



(Quelle: eigene Darstellung)

Abbildung 17: Biografische Risikofaktoren im Zusammenhang mit der problematischen Internetnutzung bei F14 im Jugendalter

Die guten Leistungen, die zu Schulzeiten eine Selbstwertquelle für F14 gewesen waren, wurden 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 F14 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 F14 selbst hatte diesen Maßstab verinnerlicht. Als F14 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 F14s Nicht-Funktionieren konfrontiert. F14 bekam

mit, wie die Mutter mit dem älteren Bruder über F14s Nicht-Funktionieren ‚lästerte‘. F14 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 großer Bruder 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))“ (F14, 2494-2506)

Das Nichtunterstützen seitens der Mutter zeigt sich schon vor dieser Zeit in Bezug auf die Depression. Z. B. zahlte die Mutter F14 keine Psychotherapie<sup>38</sup> 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 sowas angeh'n.“ (F14, 2278-2289)

Hinsichtlich der Essproblematik hingegen erfuhr F14 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.“ (F14, 1044-1045)

Bei F14 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

---

<sup>38</sup> F14 hätte zukünftig berufliche Nachteile gehabt, wäre ihre Psychotherapie offiziell über die Krankenversicherung abgerechnet worden.

verschiedene Funktionen, von der Betäubung und Ablenkung bis hin zur Selbstzerstörung und Kompensation. Die Bedeutung des Internets für F14 wird aber erst dann vollständig deutlich, wenn es in seiner Eigenschaft als Ressource und Heilmittel in den Blick genommen wird: So gelang es F14 mithilfe des Internets, sich ihre Autonomie zurückzuerobern. Sie nutzte YouTubeinhalte, 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 F14 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 F14 zu einem Mittel der Selbstbefreiung. F14 fand dort alternative Stimmen, wie z. B. die des YouTubers mit Depressionen, der vom ‚Reiß-dich-zusammen‘ abriet und entwickelte so alternative innere Haltungen.

Zusammenfassend kann man sagen, dass sich F14 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 F14 schwierig gewesen, die biografischen Belastungen zu bewältigen. Im Internet besorgte sich F14 Inhalte, die sie trösteten, ablenkten oder einen Ausgleich boten – Hilfen, die ihr in der Beziehung zu den Eltern fehlten. Der Teufelskreis besteht darin, dass F14 mit genau dieser Internetnutzung eine Weile eine Negativspirale erzeugte. Zum Interviewzeitpunkt war F14 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 F14 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.“ (F14, 2723-2738) In der Abschlusssequenz zeigt sich F14s 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.“ (F14, 3433-3447)

Was genau sind also die Aspekte, die erklären, dass F14 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 Vulnerabilitätsfaktoren hinsichtlich einer problematischen Internetnutzung Fallgruppe 3*

Vulnerabilitätsfaktoren	F09	F10	F11	F12	F14	F15	F17	F18	F19	F21	F22
(1) Kombination aus mehreren schwerwiegenden, sich gegenseitig bedingenden und verstärkenden Risikofaktoren	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
(2) Eltern/Elternteil mit einer psychischen Problematik, evtl. sogar Suchtverhalten		Ja	Ja		Ja			Ja	Ja	Ja	
(3) Ein hoher innerfamiliärer Leistungsanspruch mit der Notwendigkeit, um jeden Preis ‚funktionieren‘ zu müssen		Ja			Ja	Ja	Ja			Ja	Ja
(4) Intensives Erleben von Schuld und Scham, wenn den familiären Maßstäben <i>nicht</i> entsprochen wird.					Ja	Ja	Ja		Ja	Ja	Ja
(5) Sich (z. B. psychotherapeutisch) Hilfe zu suchen, ist eine Bedrohung für das (verinnerlichte) Familiensystem.		Ja			Ja	Ja	Ja				
(6) Familienregeln wirken weiter implizit: Sie wirken verinnerlicht in das Erwachsenenleben hinein.		Ja			Ja	Ja	Ja		Ja	Ja	Ja

Vulnerabilitätsfaktoren	F09	F10	F11	F12	F14	F15	F17	F18	F19	F21	F22
(7) Unzureichende familiäre Schutzfaktoren	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
(8) Gefühl von Ausweglosigkeit und Ohnmacht: Sowohl das Einhalten als auch das Ablegen der Familienerwartungen und -regeln scheint unmöglich.		Ja			Ja	Ja	Ja			Ja	Ja
(9) Zuspitzung der Krise durch zunehmendes Nichterfüllen der (verinnerlichten) Systemanforderungen mit anschließender Kapitulation und (idealerweise) Wende in Richtung Musterunterbrechung		Ja			Ja	Ja	Ja	Ja		Ja	Ja

(Quelle: eigene Darstellung)

Die o. g. Vulnerabilitätsfaktoren finden sich also in ähnlichen Konstellationen bei allen Frauen in Fallgruppe 3 wieder. Bei F09 z. B. kombiniert sich zu Schulzeiten eine emotionale Vernachlässigung innerhalb der Herkunftsfamilie mit Depressionen, einem Waschzwang sowie Lern-, Konzentrations- und Motivationsproblemen. Von den Eltern schien F09 keine Unterstützung zu erfahren. Wenn F09 sagte, sie hätte Bauchweh und könne deswegen nicht zur Schule gehen, hätte die Mutter das nicht hinterfragt. Das fehlende Erfolgserleben kompensierte F09 als Jugendliche mit der problematischen Nutzung eines Multiplayer-Onlinerollenspiels: „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.“ (F09, 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 immer zu füllen, was – so die Deutung der Forscherin – depressives Abrutschen vorbeugte. Durch Handyspiele erlebte F09 positive Gefühle (Befriedigung, Erfolgserleben, sich abreakieren). Auch bei F09 stellte das Internet ein Hilfsmittel dar, da sie darüber Zugang zu Selbsthilfe-Anlaufstellen erlangte (z. B. Onlineforen). Letztendlich lässt sich auch die problematische Internetnutzung als Ressource bezeichnen. War F09 depressiv, fing sie sich z. B. durch endloses Serienschauen auf. Im Internet erlebte sie Befreiung vom alltäglichen Druck und Stress, sogar Erfolge. Ein weiteres Beispiel ist F10<sup>39</sup>, die während ihrer kriselnden Ehe problematisch chattete. In ihrer Herkunftsfamilie hatte F10 die Rolle der Vermittlerin inne. „Und

<sup>39</sup> F10 war zum Interviewzeitpunkt im 50.-55. Lebensjahr, berufstätig und in zweiter Ehe verheiratet mit Kindern aus erster Ehe.

ich war das Sandwich-Kind. [...] Ich war immer so der Vermittler. Nach allen Richtungen.“ (F10, 854-856). Diese Rolle übernahm F10 ins Erwachsenenalter, war weiterhin „kein Streiter“, sondern der „Sonnenschein“ (F10, 1172 ff.). Konflikten in Bezug auf die eigene Person begegnete sie durch „Schlucken“ und sich nicht aufzuregen, da sich das nicht rentieren würde (F10, 1248-1251). F10 verdrängte ihre Probleme („Passt scho’. Geht scho’“) und war auch nicht offen für Hilfe, selbst wenn sie ihr angeboten worden wäre. Aus Sicht der Forscherin trug F10 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 F10 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 F10 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 F10 also auch im Erwachsenenalter ‚Systemerhalt‘, so die Einschätzung der Forscherin. Der Wendepunkt erfolgte, als F10 eine Depression entwickelte und an sich selbst destruktive Verhaltensweisen der eigenen Eltern (Alkoholkonsum, übermäßiges Essen) beobachtete. Mit der Depression geht ihre Leistungsfähigkeit und damit das unbegrenzte Weiterfunktionieren verloren. F10 begann das Muster zu unterbrechen und sich den Problemen zu stellen.

Abschließend soll noch darauf hingewiesen werden, dass in Fallgruppe 3 bei vielen Frauen *von ‚außen‘ betrachtet* auf ein eher stabiles Herkunftsfamilienumfeld geschlossen werden könnte, würde man sich z. B. 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‘ (z. B. Suizidversuche bei F12 und F21).

Tabelle 47: Belastungserfahrungen im weiteren Lebensverlauf Fallgruppe 3

Anmerkung: Die Gelbmarkierung bildet durch die Befragten moderat dargestellte Belastungserfahrungen ab, die Rotmarkierung schwerwiegend dargestellte Belastungserfahrungen. Die Blaumarkierung bedeutet, dass diese Erfahrung zutrifft, beinhaltet aber keine Positiv-/Negativwertung.

Lebensbereich mit Belastungserleben im Erwachsenenalter	F09	F10	F11	F12	F14	F15	F17	F18	F19	F21	F22
<b>Soziales Umfeld allgemein</b>											
Umzug in neue Stadt und Schwierigkeiten beim Neuaufbau von sozialen Kontakten			Ja	Ja		Ja					
Fehlende Sozialkontakte						Ja	Ja		Ja	Ja	Ja
<b>Partnerschaft</b>											
Partnerschaftskrisen		Ja			Ja	Ja	Ja		Ja	Ja	
Trennung/Scheidung (* inkl. Trennung von den gemeinsamen Kindern)		Ja			Ja	Ja	Ja		Ja*	Ja*	
Depressiver Partner		Ja				Ja					
Suizidaler Partner						Ja					
Suchtkranker Partner									Ja		
Negatives Verhältnis zu Schwiegereltern										Ja	
<b>Elternschaft</b>											
Alleinerziehend		Ja									
<b>Ausbildung und Beruf</b>											
(Zu) Hohe Berufs-/Alltags-Anforderungen	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja				Ja
Berufliche Orientierungslosigkeit	Ja				Ja						
Fehlende (sinnstiftende, motivierende, qualifizierte) Berufstätigkeit	Ja						Ja		Ja	Ja	
<b>Herkunftsfamilie</b>											
Wiederholt negative Kontakte zu den Eltern					Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	
Trennung und Scheidung der Eltern			Ja								
<b>Krankheit und Tod</b>											
Tod eines Familienmitglieds		Ja								Ja	
<b>Lebensphasenübergänge</b>											
Überforderung bzgl. Aufbau eines eigenständigen Lebens nach Auszug aus Elternhaus						Ja		Ja			
<b>Psychische Gesundheit</b>											
Depression, depressive Phasen	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja		Ja	Ja		Ja
Selbstwertmangel				Ja			Ja				
Traumafolgen									Ja		
Eigene Substanzmittelabhängigkeit (* bzw. -missbrauch)		Ja*				Ja*			Ja*	Ja	
Eigene Suizidversuche				Ja						Ja	
Gedanken an Suizid			Ja					Ja	Ja		

Lebensbereich mit Belastungserleben im Erwachsenenalter	F09	F10	F11	F12	F14	F15	F17	F18	F19	F21	F22
<b>Psychische Gesundheit</b>											
Negative Erfahrungen im Versorgungssystem <sup>40</sup>	Ja		Ja	Ja			Ja		Ja	Ja	Ja
Erfahrung mit ambulanter psychol. 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	
<b>Belastungsgrad im weiteren Lebensverlauf:</b>	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

(Quelle: eigene Darstellung)

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.

### 3.3 Teilstudie 3: Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie

*„In der Therapie hab' ich gelernt, der Computer ist nicht das Problem, sondern die Art und Weise, wie ich mit Problemen umgehe.“ (F21, 684-686)*

In diesem Kapitel wird dargestellt, inwiefern die (problematische) Internetnutzung im Kontext der jeweiligen Biografie als Lebensbewältigungsstrategie fungiert. Damit soll ein Erklärungsansatz für die Entwicklung einer problematischen Internetnutzung geschaffen werden. Es erfolgt zunächst die Darstellung eines Fallbeispiels mit hohem Detailgrad, anschließend ein Fallvergleich und dann die Vorstellung der Typologie, die auf Basis des Fallvergleichs erstellt wurde.

<sup>40</sup> Negative Erfahrungen im Versorgungssystem wurden auf folgenden Ebenen berichtet:

- **Kompetenz:** von Versorgenden unzureichende Hilfestellungen zu erhalten, da diese das Kernproblem nicht adressierten, begriffen oder nicht wussten, wie sie damit umgehen sollten (F09, F11, F12, F22), u. a. aus fehlender Erfahrung im Umgang mit Sucht (F11, F12, F21);
- **Beziehung:** diagnostisch mit einer problematischen Internetnutzung nicht ernst genommen zu werden (F11, F12) oder als Patientin nicht gesehen und ernstgenommen zu werden (F21); generell fehlende Passung des Therapeuten hinsichtlich Methode und Persönlichkeit (F22); eine männlich dominierte Perspektive in der Versorgung (F21); dogmatisches Verhalten seitens Therapeuten, „von oben herab“ (F21, 1941);
- **Behandlung:** Falschdiagnosen (F19); schlechte Erfahrungen mit Psychopharmaka (Suizidgefahr, PsychKG) und anschließende Abneigung, wieder Psychopharmaka zu nehmen (F19);
- **Zugänglichkeit:** fehlende oder aufgrund der Entfernung schwer erreichbare spezifische Hilfen bei einer problematischen Internetnutzung (F11, F12, F17); zu stark auf bestimmte Suchtmittel fokussierte und damit ausgrenzende Angebote (F17), anstatt suchtmittelübergreifend und ganzheitlich das süchtige Verhalten als Grundmuster zu adressieren; sehr lange Wartezeiten und fehlender Zugang zu Anlaufstellen bei akuter psychischer Krise (F19, F21).

### 3.3.1 Fallbeispiel: F22

*„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.“ (F22, 2064-2070)*

- *Steckbrief:* F22 war zum Interviewzeitpunkt Studierende im 25.-30. Lebensjahr, ledig ohne Partner, ohne Kinder und lebte in einer Wohngemeinschaft. Seit der Schulzeit las sie intensiv Fanfiction. Dies entwickelte sich ab Ende der Schulzeit und insbesondere während der Studienzeit zu einer ausgeprägten problematischen Nutzung, 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 einem Wechsel an eine andere Universität. Dort kam es erneut zu einer problematischen Internetnutzung. Ihre Depression bezeichnete F22 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 die Internetnutzung.
- *Interviewsituation:* Das Interview fand face-to-face an einem neutralen Ort statt. Den ersten Termin hatte sich die Interviewerin falsch eingetragen und erschien nicht wie verabredet am Interviewort. Als das Treffen beim zweiten Anlauf zustande kam, war dennoch keine Irritation oder Ärgernis seitens F22 spürbar. Die Erinnerungs- und Erzählbereitschaft war hoch, das Gespräch inhaltlich sehr reichhaltig, der Gesprächsfluss gut.

Das Interview mit F22 wurde – wie alle Interviews in Teilstudie 3 – rekonstruktiv-hermeneutisch analysiert. Die sequenzielle Analyse auf Was-Ebene (vgl. 2.3.3.5) fokussierte sich auf bedeutsames Krisenerleben sowie auf ‚analoge‘ und internetbasierte Lebensbewältigungsstrategien als forschungsgegenständliche Analyseheuristiken. Am Beispiel von F22 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.

F22 wurde in den 1980er Jahren in der DDR geboren und war die älteste von insgesamt vier Schwestern. Der Vater war für F22 eine wichtige Bezugsperson,

eine „wichtige Säule“ (F21, 501), der aber aufgrund seiner Berufstätigkeit zum Bedauern von F22 nicht so häufig da war, „wie man’s sich gewünscht hätte“ (F21, 500). Über den Vater wurde F22 zum Startrekfan; er ermöglichte ihr den ersten Computer- und Internetzugang. F22 bezeichnete sich selbst als „Papakind“ (F22, 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.“ (F22, 488-490) Zur Mutter bestand im Vergleich ein distanzierteres Verhältnis, so der Eindruck der Forscherin. F22 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.“ (F22, 1655-1666)

Generell beschrieb F22 ihre Eltern als sehr beschäftigt, „immer auf Arbeit“ (F22, 359). Zur Großmutter mütterlicherseits gab es wiederum ein nahes und liebevolles Verhältnis. Da die Eltern viel arbeiteten, war die Großmutter in F22s 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“ – F22 und die nächstjüngere Schwester – und in „die Kleinen“, die deutlich später auf die Welt kamen (F22, 1640-1641). Die jüngsten Geschwister schienen sich dabei in ihrem Wesen und ihrer sozialen Anbindung stark von F22 zu unterscheiden:

„Und wir sagen immer: die Großen und die Kleinen. Und, ähm, die Kleinen sind auch wesentlich modebewusster sozusagen. Auch das ganze Schminken, Haareglätten. 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)).“ (F22, 1640-1648)

Mit der nächstjüngeren Schwester tauschte sich F22 auch über persönliche, emotionale Themen aus, hingegen sehr wenig mit den Eltern. F22 selbst hatte die Rolle der „Ältere[n] und Vernünftigeren[n]“ (F22, 1694) unter den Geschwistern. F22 fühlte sich insgesamt sehr verantwortlich für ihre Geschwister.

### 3.3.1.1 Lebensbewältigungsstrategien der Herkunftsfamilie

Hinsichtlich der Herkunftsfamilie von F22 ließen sich folgende Lebensbewältigungsstrategien als zentrale Motive rekonstruieren:

(1) Bei der Großmutter und den Eltern zeigte sich eine *Fokussierung auf die Kernfamilie*, bei gleichzeitig begrenzten, nicht tiefergehenden Kontakten nach außen. Laut F22 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.“ (F22, 545-548) Auch ihre Eltern beschrieb F22 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.“ (F22, 545-552)

(2) Mit der o. g. ‚Arbeitsbezogenheit‘ deutet sich eine weitere herkunftsfamiliäre Bewältigungsstrategie an, im Folgenden *Leistungsorientierung* genannt. Leistung hatte laut F22 in der Familie „immer eine Rolle gespielt“ (F22, 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.“ (F22, 1996-2005)



Hinzu kam das Frauenbild der Mutter, in welchem sich hohe Ansprüche an sich selbst und an die Töchter 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“ (F22, 1620).

(3) *Vermeidung negativer Gefühlszustände*: In F22s Familie begegnete man Krisen und Problemen – insbesondere mütterlicher- und großmütterlicherseits – mittels Vermeidung, so die Deutung der Forscherin. Negative Gefühlszustände schienen als bedrohlich empfunden zu werden. F22s Mutter vermied negatives Gefühlserleben, indem sie rationalisierte und direkt die Lösung anvisierte und somit die emotionale Ebene vermied. Laut F22 war die Mutter „nicht übermäßig gefühlsbetont“, sondern „lösungsorientiert“ (F21, 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?“ (F22, 479-482) Die Großmutter signalisierte, dass es ihr gegenüber idealerweise keine Konflikte geben durfte, da sie sich sonst mit ihrer gesamten Person abgelehnt fühlte. F22 beschrieb sie als harmoniebedürftig. „Streit kann sie gar nicht ab.“ (F22, 526) Sie fühlte sich z. B. schnell persönlich angegriffen, wenn ihr Schwiegersohn „laut“ wurde (F21, 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.“ (F21, 530-533). Die Großmutter vermied also negative Gefühlszustände durch die Kontrolle der Außenwelt durch das Einfordern von Harmonie, so die Interpretation der Forscherin. Eine Hypothese ist auch, 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.

(4) *Probleme werden ‚mit sich selbst‘ ausgemacht*: In F22 Herkunftsfamilie wurden Probleme in der Regel nicht miteinander geteilt, sondern eigenständig gelöst.

Dies scheint plausibel dahingehend, dass so gleichzeitig auch negative Gefühlszustände vermieden wurden, so die Deutung der Forscherin.

„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.“ (F22, 461-468)

Anzumerken ist hier, dass F22 von einem „Trend“ bzgl. dieser Strategie innerhalb der Familie sprach (F22, 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 F20 in 3.2.2.2).

### 3.3.1.2 Lebensbewältigungsstrategien von F22

Bei F22 selbst zeigten sich folgende Lebensbewältigungsstrategien als zentrale Motive, rekonstruiert anhand von geschilderten krisenhaften Lebenserfahrungen: (1) *Fokussierung auf die Herkunftsfamilie*: Als frühe belastende Lebenserfahrung zeigte sich bei F22 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 F22 sprach ausschließlich mit ihren Eltern und der Großmutter, während sie der Außenwelt schweigend gegenübertrat. F22 nannte diesen Fokus „familiengebunden“ (F22, 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. ((Schnalzt)) Ähm, und von daher waren sozusagen meine Eltern schon und meine Großmutter irgendwie so die Leute, mit denen ich auch geredet hab' ((lachend)). Genau.“ (F22, 359-370)

F22 adaptierte hier offenbar die o. g. erste zentrale herkunftsfamiliäre Lebensbewältigungsstrategie. Die Herkunftsfamilie als Ort der Sicherheit und die darin

gelebten Lebensbewältigungsstrategien definierten somit früh F22s 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.

(2) *Leistungsorientierung* mittels *Generierung von Kompetenzerleben*: Ab der Grundschule entdeckte F22, dass gute Schulleistungen Wohlbefinden und Selbstsicherheit erzeugten. Dabei erfolgte Kompetenzerleben auch über die Interaktion mit anderen. Die ehemals übermäßig schüchterne F22 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 ((schnalzt)), 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 ((leicht lachend)). [...] Also, auch so Gruppenarbeitssachen 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 isses alles okay. ((Lacht)) Ja.“ (F22, 381-398)

Auffällig ist hier der letzte Satz: Fühlte sich F22 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 F22 offenbar die zweite o. g. herkunftsfamiliäre Lebensbewältigungsstrategie.

(3) *Vermeidung negativer Gefühlszustände*: In emotional belastenden Situationen, wie z. B. als Zeugin von Konflikten zwischen den Eltern, reagierte F22 mit

dem ‚Wegmachen‘ von Gefühlen und adaptierte damit die dritte o. g. herkunftsfamiliäre Lebensbewältigungsstrategie. F22 setzte dies wie folgt um:

- durch Anpassung, indem sie selbst „konfliktlos“ war (F22, 1685-1686);
- durch Rationalisierung, indem F22 unter den Geschwistern, von denen manche in der Stresssituation offen ihre Gefühle zeigten, die Rolle der „Ältere[n] und Vernünftigeren[n]“ (F22, 1694-1695) einnahm;
- durch Verdrängung: F22 versuchte die aufkommenden Stressgefühle (das ‚Mitgehen‘) nicht zu fühlen, indem sie sie „verdrängt“. (F22, 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.“ (F22, 1696-1716)

(4) *Probleme werden ‚mit sich selbst‘ ausgemacht*: Zu guter Letzt ließ sich bei F22 auch die vierte o. g. herkunftsfamiliäre Lebensbewältigungsstrategie rekonstruieren. Dies zeigte sich in einer Situation, als sie mit ihrer Strategie der Generierung von Kompetenzerleben erfolglos war. In der sechsten Klasse kam es zu einem punktuellen Leistungseinbruch, als F22 für eine Klausur unerwartet die Schulnote sechs erhielt. F22 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.“ (F22, 419-438)

Hier wird deutlich, wie stark die Strategie ‚Probleme werden mit sich selbst ausgemacht‘ wirkte: F22 hatte verinnerlicht, mit ihren Eltern nur Gutes teilen zu können, Probleme zu teilen war schambesetzt. Dass sie die Schulnote dennoch mitteilte, war – so die Hypothese der Forscherin – eher den institutionellen Umständen gefordert, also den schulischen Anforderungen, dass Eltern von schlechten Schulleistungen Kenntnis nehmen müssen. Es entsprach aber dezidiert nicht F22s 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 F22 sich doch mitteile, „toll“ reagiert (siehe Zitat oben F22, 419-438), aber offenbar wirkten die Lebensbewältigungsstrategien der Leistungsorientierung, Vermeidung negativer Gefühlszustände und der Nicht-Thematisierung von Problemen stärker. Anzumerken ist, dass F22 einen Kompromiss fand, indem sie kleinere Alltagsprobleme mit der nächstjüngeren Schwester 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 meine, ähm, älteste Schwester, ähm, verlagert hat.“ (F22, 403-406).

Was passierte also, wenn bestimmte zentrale Lebensbewältigungsstrategien als Optionen *wegfielen* (wie in diesem Fall: Leistungsorientierung und Hinwendung zur Herkunftsfamilie)? Dies zeigt sich zugespitzt erneut in der Oberstufe. F22 erlebte da 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.“ (F22, 294-320)

Deutlich wird hier, wie eng bei F22 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 F22 also an, wenn die Kompetenzgenerierung scheiterte?

(5) *Inanspruchnahme von Hilfe allein auf sachlich-pragmatischer Ebene*: F22 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 aus Sicht der Forscherin nur begrenzt – auf technisch-sachlicher Ebene – weiterzuhelfen, was dem typischen Lösungsmuster der Mutter entsprach. Auf emotionaler Ebene hingegen gab es für F22 kein wirksames elterliches Lösungsangebot (was sich ebenfalls im Verhalten der Mutter spiegelte, die laut F22 kein Mitgefühl zeigte, wenn jemand Probleme hatte). F22 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 die Deutung der Forscherin. Hier ließ sich zunächst rekonstruieren:

(6) *Vermeidung von Bereichen, die kein Kompetenzerleben generierten*: Schon im Zusammenhang mit dem o. g. Leistungseinbruch in der sechsten Klasse wurde deutlich, dass F22 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.“ (F22, 2031-2040)

In Bezug auf den Leistungsabfall in der Oberstufe ließen sich ansonsten keine weiteren Lebensbewältigungsstrategien mit Ausnahme der Hausaufgabenhilfe rekonstruieren. Dies erklärt, warum die Situation bis zum Interviewzeitpunkt beunruhigend auf F22 wirkte.

Das Krisenerleben verstärkte sich bei F22 im weiteren Lebensverlauf: Im Rahmen ihres Freiwilligen Sozialen Jahres (FSJ) machte F22 die Erfahrung, dass die Fokussierung auf die Herkunftsfamilie als sicherheitsgebende Lebensbewältigungsstrategie nicht mehr ‚galt‘. Im Zuge des FSJ war F22 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“ (F22, 625). Das machte sie zum einen daran fest, nicht mehr alles mitzukriegen. Interessanterweise bezog F22 dieses „Mitkriegen“ auf Leistungen: „[...] kriegst nicht mehr alles mit irgendwie, was schulisch bei den Geschwistern passiert, welche Arbeit jetzt schlecht war“ (F22, 625-627). Zum anderen macht F22 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.“ (F22, 612-623)

F22 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“ (F22, 644-646). Da F22 zudem auch alleine lebte, fühlte sie sich irgendwann so „isoliert“ (F22, 661), dass sie Angst bekam, niemand würde nach ihr schauen, sollte ihr etwas Schlimmes zustoßen. Wie ging F22 damit um?

(7) *Endgültiges Aufgeben der Eltern als Ansprechpartner in der Krise → Hinwendung zu externen Ansprechpartnern*: Hier wird aus Sicht der Forscherin ein erster markanter ‚Shift‘ hin zu Ansprechpartnern *außerhalb* des Herkunftsfamiliensystems deutlich. F22 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.“ (F22, 663-666) Aus Sicht der Forscherin zeigt sich hier zum einen eine Kapitulation: Von den Eltern ist keine Hilfe zu erwarten. Zum anderen war die Erkenntnis ein wichtiger Auslöser, ein externes Hilfesystem zu erwägen (die Chefin, die Polizei).

Diese Idee stellte allerdings noch keine ausgeprägte Lebensbewältigungsstrategie dar, wie sich im weiteren Lebensverlauf zeigte, als sich F22s Krisenerleben intensivierte, sie dieses aber lange vor ihrer Familie verheimlichte. So erlebte F22 im Studium ausgeprägte Leistungseinbrüche und litt unter einer Depression. Sie fiel durch mehrere Prüfungen, so dass sie das Nebenfach nicht schaffte. Drei bis vier Jahre lang schrieb F22 keine Hausarbeit. F22 erfüllte somit endgültig die herkunftsfamiliären und verinnerlichten Maßstäbe der Leistungsorientierung nicht mehr. Sie fühlte sich zum einen überfordert, zum anderen 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 F22 im Gegensatz zur Schulzeit wenig sozial eingebunden. Die Krise intensivierte sich so sehr, dass F22 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 F22 in dieser Situation an? Deutlich wird, dass F22 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:* F22 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:* F22 nahm die psychologische Beratung an der ersten Universität in Anspruch, die jedoch nicht hilfreich war. Die Hypothese der Forscherin vermutet, dass die Beratung nicht half, weil sie nur auf sachlich-pragmatischer Ebene ansetzte: bei Methoden der Selbststrukturierung. Der Berater konnte F22 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 Klebezetteln, was ansteht. Und in dem Moment war mir das einfach auch schon zu viel, wenn dann irgendwie die Klebezettel überhandnahmen ((leicht 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.“ (F22, 1252-1267)

- *Probleme werden ‚mit sich selbst‘ ausgemacht:* Je größer die Probleme im Studium wurden, desto weniger telefonierte F22 mit den Eltern oder ging nicht ans Telefon, wenn die Mutter anrief. Der Rückzug weitete sich auf andere Kontakte aus: F22 traf kaum noch andere Menschen, verkroch sich in ihr Zimmer. F22 meinte, alle über ihre Depression „anlügen“ zu müssen.

### 3.3.1.3 Lebensbewältigungsstrategien im Spiegel der Internetnutzung

An dieser Stelle soll nun auf die Funktion der problematischen Internetnutzung, auf die Lebensbewältigungsstrategien im Spiegel der Internetnutzung als zentrale Motive eingegangen werden. Diese wurden aus Sicht der Forscherin genau

dann bedeutend, wenn die herkunftsfamiliär erlernten Lebensbewältigungsstrategien *nicht* mehr wirkten, F22 aber noch keine wirksamen *alternativen* Lebensbewältigungsstrategien entwickelt hatte.

Unabhängig von einer Problematik zeigte sich schon früh in F22s Leben die Verknüpfung von analogen Lebensbewältigungsstrategien und Mediennutzungsverhalten: Die Strategie der Hinwendung zur Herkunftsfamilie findet sich aus Sicht der Forscherin als Parallele in F22s 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:

„B: 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.“ (F22, 12-43)

In der frühen Mediennutzung zeigt sich bei F22 also bereits eine starke Fähigkeit, sich auf einen Wohlfühlkontext zu fokussieren und die Außenwelt konsequent auszublenden, „komplett weg“ (F22, 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. F22 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 F22, „komplett weg [zu] sein“ (F22, 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.“ (F22, 207-212) Markant dabei ist, dass die Fanfiction-Geschichten F22 „emotionale Highs ohne Risiko“ mit garantiertem Happy End ermöglichen (F22, 2064-2071). Hier konnte F22 also Gefühle haben, ohne davor Angst haben zu müssen. Dies stellt eine *Ergänzung* bisheriger Strategien dar – die Möglichkeit, sehr wohl intensiv Emotionen zu erleben<sup>41</sup>, 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 F22 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, 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.“ (F22, 2089-2116)

Eine Hypothese der Forscherin ist, dass F22 sich mit dieser gezielten Selektion an Fanfiction-Inhalten die Idealauflösung von Konflikten zuführte, wie sie sie im

---

<sup>41</sup> Markant ist, dass das emotionale Mitgehen innerhalb von Geschichten offenbar Ziel des Fanfictionkonsums war, obwohl genau dieses emotionale Mitgehen im analogen Leben, z. B. im Umgang mit elterlichen Konflikten, als belastend empfunden wurde und versucht wurde ‚weg zu machen‘. Im Internet scheint es also für F22 einen Raum für intensives Fühlen zu geben, der so im analogen Leben nicht möglich war, so die Hypothese der Forscherin.

analogen Leben nicht erfuhr. Dort blieben Konflikte unaufgelöst, da es innerfamiliär keine adäquaten Umgangsweisen gab. Das Fanfictionlesen stellt also eine *Erweiterung* der bisherigen analogen Lebensbewältigungsstrategien dar, die im Umgang mit Gefühlen an ihre Grenzen stießen.

Als F22 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 F22 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, eins-sechs, und so, 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.“ (F22, 315-346)

Bis 23 Uhr arbeitete F22 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? Aus Sicht der

Forscherin 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 F22 sehr ausgeprägt war.

In dieser ersten problematischen Nutzungsphase während der Schulzeit lag ein geringer bis mittlerer Schweregrad vor. F22 Funktionsfähigkeit blieb vollständig erhalten. Auch wenn es „zu viel“ (F22, 198) Internetnutzung war und sie z. B. zu wenig schlief, schaffte sie dennoch alle Pflichtaufgaben und war weiterhin schulisches und in ihrer Freizeit aktiv. Während des krisenhaften Einsamkeitserlebens während des FSJ deutete F22 an, ebenfalls intensiv auf Fanfiction zugegriffen zu haben. Die Problemausprägung hielt sich aber begrenzt aufgrund der Arbeitsstruktur, in der F22 sich im Rahmen des FSJ fand, auch wenn sie „teilweise Nächte wach gewesen“ war (F22, 679-680). Im Studium aber entwickelte sich schrittweise eine problematische Internetnutzung hohen Schweregrads:

(1) Fanfictionlesen zur *Selbstmotivation und zum Stressabbau*: Als F22 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 analoge Lebensbewältigungsstrategie auszugleichen, die ihr im Studium im Wege stand: die Vermeidung von Bereichen, in denen kein Kompetenzerleben möglich war. Damit geriet F22 im Studium an eine Grenze, da sie hier laufend mit geringem Kompetenzerleben konfrontiert war. Sie nutzte also Fanfiction als ‚Brücke‘, um trotz fehlender Motivation in die Vorlesungen zu gehen. Zudem nutzte F22 das Internet als Mittel zum Stressabbau. Aus Sicht der Forscherin war die problematische Internetnutzung eine Zeitlang wichtig, um F22s 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 F22 nicht mit dem Kernproblem konfrontiert.

(2) Mit zunehmender Intensivierung der Problematik im Studium diente die Internetnutzung 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.“ (F22, 1163-1166) Die Problematik war so ausgeprägt, dass F22 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.“ (F22, 758-762) F22 empfand die damalige Internetnutzung als Sucht, da sie immer höhere „Pegel“ (F22, 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.“ (F22, 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.“ (F22, 958-960)

### 3.3.1.4 Die Lösung: Erweiterung der bisherigen Strategien

Nach einem Wechsel der Universität verbesserte sich F22s Situation zeitweise. Als sich erste Anzeichen einer erneuten Verschlechterung zeigten, nahm F22 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 F22 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 F22 neue Lebensbewältigungsstrategien. Im ersten Schritt kommunizierte F22 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.‘“ (F22, 451-454) F22 teilte sich ihrer Herkunftsfamilie, ihrem Mitbewohner und engeren Freunden mit. Heute würden diese gezielt nachfragen, wie es ihr ginge, erzählte F22. F22 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.“ (F22, 1123-1130)

F22 wandelte also die alten Lebensbewältigungsstrategien der Vermeidung negativer Gefühlszustände, des Ausmachens von Problemen mit sich selbst und der 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.“ (F22, 893-896) F22 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.“ (F22, 87-90)

### 3.3.1.5 Fazit

Zusammenfassend wird deutlich, dass F22 in ihrer Herkunftsfamilie Lebensbewältigungsstrategien lernte, die im späteren Lebensverlauf in überwältigenden Krisensituationen nicht mehr ausreichten. Angesichts dieses Mangels an analogen Ressourcen – so die Hypothese der Forscherin – entwickelte F22 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. F22 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 F22 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 (mäht?) 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.“ (F22, 1519-1537)

F22 ermöglichte sich das Transparentmachen des eigenen Leids gegenüber anderen und ließ ein ganzes Bündel alter Lebensbewältigungsstrategien los. Vorteilhaft war, dass ihre Umwelt bereit war, sich ebenfalls zu verändern.



### 3.3.2 Fallvergleich: das Verhältnis von analogen und internetbasierten Lebensbewältigungsstrategien

Deutlich wird, dass das Internet analoge Lebensbewältigungsstrategien auf verschiedenste Art und Weise spiegelt, aufgreift und weiterentwickelt.

(1) *Das Internet als 1:1-Abbild analoger Lebensbewältigungsstrategien:* F02 und F06 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 F06) oder den bisherigen Aktionsradius sogar noch zu vergrößern (F02). Beide Frauen führten ihre bisherigen konstruktiven Strategien im Umgang mit dem Leben im Internet fort und optimierten diese dort sogar. F02 z. B. 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.“ (F02, 245-248).

Ohne das Internet hätte insbesondere F06, 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.“ (F06, 629-647)

Tabelle 48: Komparative Analyse am Beispiel von F02 und F06

	Zentrale Lebensbewältigungsstrategien außerhalb des Internets		Bedeutung des Internets als Lebensbewältigungsstrategie
	Grundannahmen	Umsetzung	
F02	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. Lebenslanges Reisen und längeres Verweilen im Ausland. Viele soziale Kontakte vs. Priorisierung der eigenen Bedürfnisse inkl. in Kauf nehmen von Beziehungsverlusten und Risiken. Den Fokus kreativ auf die Chance richten. Sich nehmen, was man braucht. Begrenzung, Priorisierung: Bewusstes Nicht-Nutzen bestimmter Anwendungen.	<u>Optimierte Verwirklichung</u> und <u>kreative Erweiterung</u> bisheriger Aktivitäten: noch mehr künstlerischer Ausdruck (Website mit den eigenen Kunstwerken), noch Bedürfnisorientierteres Reisen, Beziehungspflege (z. B. über Facebook, den eigenen Blog) über Ländergrenzen hinweg. Dabei ist das Internet ersetzbar, ist nur ein Werkzeug neben vielen anderen.
F06	Ein Leben lang Offenheit für Neues und Lernen ermöglicht dauerhafte Selbstwirksamkeit, auch angesichts der Limitationen im Alter. Es gilt das Prinzip der Eigenverantwortung.	Veränderungsbereitschaft, Offenheit für Neues und Flexibilität (Exploration). Akzeptanz von Limitationen. Herstellen von Verbundenheit. Akzeptanz von Risiken und konstruktiver Umgang damit, anstatt mit Einschränkung zu leben. Begrenzung, Priorisierung: Bewusstes Nicht-Nutzen bestimmter Anwendungen.	Offenheit und Aneignung neuer Internettechnologien (WhatsApp, iPhone, mobiles Internet) im Alter ermöglicht <u>Exploration</u> und neue Erfahrungen sowie und das <u>Aufrechterhalten von Flexibilität und Selbstwirksamkeit</u> im Alltag trotz/in Orientierung an den krankheits- und altersbedingten Limitationen.

(Quelle: eigene Darstellung)

Bei F04 und F01 z. B. spiegelten sich in der Internetnutzung ihre Strategien der Herstellung von Ordnung und Kontrolle wider. F04 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 Onlinedating-recherche, 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.“ (F04, 108-109) Für ihren letzten Partner hatte F04 ihre Heimat verlassen, war zu ihm gezogen. Die Beziehung ging dennoch nach sechs Jahren auseinander und das würde sie nicht nochmal machen. (F04, 126-127)

„Und, des isch für mich jetzt ganz wichtig. Also, aller, allerhöchstens fuffzig Kilometer Umkreis, und das auch ungern. Weil bei unserem Verkehr im Raum [Stadt3] heißt das halt trotzdem anderthalb 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.“  
(F04, 135-146)

Das Internet ermöglichte F04 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 F01 (vgl. auch 3.1.3.2) zeigte sich, dass die internetbezogenen Lebensbewältigungsstrategien auch *Ambivalenzen* aufgriffen, die bereits innerhalb der analogen Lebensbewältigungsstrategien existierten. F01 pendelte aus Sicht der Forscherin 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 wurde (teils problematisch) zur intensiven Recherche in Auseinandersetzung mit der Onlinesexsucht des Ehemannes genutzt. Die direkte Auseinandersetzung mit dem Thema mittels umfangreicher Recherche half F01 einerseits, die Problematik besser zu verstehen und somit bewältigbarer zu machen. Es stellte aber auch eine problematische Episode dar, da F01 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. F01 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 z. B. in Onlineforen empfohlen, erhöhte F01s Ohnmachtsempfinden. An einer Stelle im Interview klagte sie das

Internet an sich als den ‚Schuldigen‘ an. Im Fall von F01 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 F01 und F04

	Zentrale Lebensbewältigungsstrategien außerhalb des Internets		Bedeutung des Internets als Lebensbewältigungsstrategie
	Grundannahmen	Umsetzung	
F01	Zu wissen, wie es wirklich ist, wird innere Ruhe einkehren lassen. Lieber Eindeutigkeit als Mehrdeutigkeit.	Nach eindeutigen Erklärungen suchen. Direkte Auseinandersetzen mit einer Problematik. Offenheit für neue Zusammenhänge. Selbstzweifel und Schuldssuche bei sich selbst. Hohe Investitionen zur Rettung einer Beziehung. In ständiger Aktivität sein, um sich nicht ohnmächtig fühlen zu müssen. <u>Versus</u> : Anklage, Schuldzuweisung, Verantwortungsabgabe. Kontrolle herstellen, z. B. durch Pathologisierung, Entweder-oder-Erklärungen.	Quelle von Erklärungen, Zusammenhängen sowie Lösungen zur Bewältigung von Problemen. Entlastung durch Ablenkung. <u>Versus</u> : Internetrecherche bestätigt Schwarz-weiß-Annahmen, legitimiert anklagende Haltung z. B. gegenüber dem Ehemann. Das Internet an sich trägt die Schuld: „alles nur wegen dem Internet“. Dient an sich als Erklärung für das Unglück.
F04	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. Weiterfunktionalisieren durch Veränderung und Ablenkung, sich dadurch keine Zeit geben für Gefühle und ‚Zusammenbruch‘. Pragmatismus: nicht zu tief eintauchen in die eigene Psyche, ‚Abhaken‘ der Vergangenheit. Grenzen, Disziplin, Struktur im Alltag.	<u>Kontrolle von eigentlich Unkontrollierbarem</u> : Suche nach einem geeigneten Partner über Einschluss- und Ausschluss-Kriterien im Onlinedatingportal. Darüber der Versuch, die Wahrscheinlichkeit einer erfolgreichen Beziehung und erneute Verletzung zu vermeiden. <u>Versus</u> : <u>Neue Beziehungserfahrungen</u> - sich verletzlich zeigen (die Mutter war gestorben) führt zu Beileidsbekundungen und authentischem Austausch mit Chatpartnern.

(Quelle: eigene Darstellung)

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<sup>42</sup>. Zum anderen kann es

<sup>42</sup> Weitere Beispiele: F23 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 auf soziale Fähigkeiten und Strukturen wider, die F23 im Alltag Schwierigkeiten machten und die sie auf diese Weise versuchte, besser zu verstehen. Als Erwachsene nutzte F23 das Internet u. a. zum Aufbau

bedeuten, dass es Ambivalenzen spiegelt, also das Schwanken zwischen eher förderlichen und eher hinderlichen analogen Lebensbewältigungsstrategien<sup>43</sup>. Zu 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 z. B. bei F22 (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.

*(2) Das Internet als treibende Kraft bei der Entwicklung neuer analoger Lebensbewältigungsstrategien:* Diese Variante zeigt sich beispielhaft bei F16 (Fallgruppe 2). F16 fühlte sich eingeeengt von sozialen Normen, z. B. in Bezug auf ihr Aussehen, ihre weibliche Identität und den Umgang mit ihrem eigenen Körper.

---

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 F08 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, z. B. mittels getrennter Rechner für Beruf und Privates, die in verschiedenen Räumen standen und mittels Priorisierung z. B. von E-Mails nach Wichtigkeit und mittels bewussten Beendens problematischer Internetnutzung wie z. B. dem Spielen. Die dahinterliegende Bedürfnisorientierung zeigte sich bei F08 in diversen analogen Lebensbewältigungsstrategien.

Ähnlich war dies bei F07 erkennbar, die generell und zusätzlich über das Internet bedürfnisorientiert regulierte, in welche Aktivitäten und soziale Begegnungen sie Zeit und Aufmerksamkeit investieren wollte.

<sup>43</sup> Weitere Beispiele: F20 befand sich zum Interviewzeitpunkt zwischen dem alten Muster der Anpassung (z. B. Akzeptieren, was die Eltern vorgeben, 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, heimlicher Gang zum Frauenarzt, kritische Haltung gegenüber der religiösen Gemeinde einnehmen, 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 F20 einerseits über sie Nutzung sozialer Netzwerke immer noch stark an anderen Menschen orientierte, eigentlich mit der Intention, eine eigene Position 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 F20s Autonomiebestreben wider, insbesondere in Form ihrer Abneigung, ständig erreichbar sein zu müssen. Letztere repräsentierte aus Sicht der Forscherin F20s Unbehagen mit der Anpassung als altes Bewältigungsverhalten. Sie durchbrach dieses Muster der ständigen Verfügbarkeit, z. B., indem sie während eines Auslandsaufenthalts nicht mit der Familie skype, nicht mehr ständig erreichbar sein wollte und ihre Handynutzung bewusst regulierte.

Sie stellte selbst sehr hohe Ansprüche an sich. Ihre früheren Lebensbewältigungsstrategien implizierten, weiter zu funktionieren und z. B. 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 F16 in sicherer, wertschätzender Atmosphäre mit alternativen Wirklichkeiten auseinander. Bisherige Normen erfuhren dort eine Aufweichung. Die Erkenntnisse aus dem Austausch im virtuellen Raum nutzte F16 als Ermutigung, um sich auch im analogen Leben selbstfürsorglicher weiterzuentwickeln und innerlich freier zu werden.

„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.“ (F16, 1530-1538)

Auch in ihrem eigenen Blog suchte F16 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“ (F16, 307-308). Mithilfe ihres ‚Digitalen Ichs‘ experimentierte F16 damit, wie es wäre, sich echt und authentisch (und nicht perfekt inszeniert) zu zeigen – ein weiterer Entwicklungsschritt in Richtung Selbstfürsorge, der einen Ausgangspunkt im Internet hatte, so die Deutung der Forscherin. Bei F16 stellte das Internet also nicht nur einen Spiegel bestehender ‚analoger‘ Lebensbewältigungsstrategien dar, sondern war initiale Quelle neuer Strategien, die F16 dann auf ihr analoges Leben übertrug. Das Internet war bei F16 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. F16 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.“ (F16, 2907-2911)

Tabelle 50: Komparative Analyse am Beispiel von F14 und F16

	Zentrale Lebensbewältigungsstrategien außerhalb des Internets		Bedeutung des Internets als Lebensbewältigungsstrategie
	Grundannahmen	Umsetzung	
F16	<p><u>Früher:</u> Leistungsorientierung.</p> <p><u>Später:</u> Es ist in Ordnung, nicht zu funktionieren.</p>	<p><u>Früher:</u> Funktionieren müssen unter allen Umständen, z. B. auch bei starken Kopf- oder Menstruations-schmerzen.</p> <p><u>Später:</u> Sich freimachen von sozialen Normen und hohen Ansprüchen. Innere Einstellungsveränderung in Richtung Körperakzeptanz und Selbstfürsorge. Hinterfragen von Schönheitsidealen. U. a. BH-Beratung, Farb-/Stilberatung in Anspruch genommen, Absetzen der Pille. Bei Schmerzen oder Krankheit darf nun pausiert werden. Befreiung vom schlechten Gewissen. Selbstfürsorglicher Umgang mit sich selbst. Hinwendung zur Einstellung: „das eigene Ding“ finden zu dürfen. Konsumbewusstsein und sinnvoll-ethische Lebensführung: Sich selbst und sein Leben ständig hinterfragen, bewusste Entscheidungen treffen, womit Zeit verbracht wird, womit nicht, bewusster Konsum. Von der harten Disziplin zur selbstfürsorglichen Disziplin, z. B. ein klar strukturierter Tag bringt Energie. Sich befreien vom schlechten Gewissen, sich Zeit nehmen zum Kranksein. Klare Trennung von Freizeit und Arbeit.</p>	<p><u>Früher:</u> Spiegel des hohen Leistungsanspruches: F16 wollte im Onlineforum jemand Wichtiges sein.</p> <p><u>Später:</u> 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 jederzeit und von jedem Ort aus. Bewusste Internetnutzung: Immer wieder hinterfragen der eigenen Medienutzung. Fokus auf bewusste Nutzung, u. a. durch eine selbstbestimmte, kritische, selektive Onlinebeziehungsgestaltung durch ausgewählte, kontrollierte, regulierte Beziehungen. Reflexion und Austesten von Grenzen, z. B. sich aus Communities rausziehen, Schutz der eigenen Privatsphäre durch z. B. die Unterscheidung zwischen einem digitalem und einem analogem Ich, Ausbalancierung von Authentizität und Selbstschutz.</p>

(Quelle: eigene Darstellung)

Diese positive Rückwirkung von internetbezogenen Lebensbewältigungsstrategien in das analoge Leben zeigte sich auch bei Fällen mit einer schwerwiegenden problematischen Internetnutzung, wie z. B. bei F14 (Fallgruppe 3). Bei ihr zeigte sich im Lebensverlauf zunehmend eine fördernde Facette einer ansonsten sehr problematischen Internetnutzung: die Nutzung bestimmter YouTubeinhalte, um

ein gesundes Essverhalten und einen selbstfürsorglichen Umgang mit ihrer Depression zu entwickeln (vgl. zu F14 auch 3.2.4).

Als Gegenbeispiel ist hier u. a. F18 (Fallgruppe 3) zu nennen, wo sich aus Sicht der Forscherin keine positive Einwirkung des Internets in die analoge Welt zeigt. F18 hatte u. a. 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-YouTubekanal ermöglichte sich F18 online eine sichere Umgebung, in der sie soziale Situationen risikolos leben konnte. Sie konnte dort sogar kreativ Varianten sozialen Lebens durchspielen (z. B. Fanfiction schreiben mit Charakteren, die sie selbst repräsentierten und die ihre ‚sozialen Defizite‘ erfolgreich bewältigten). Im Internet hatte F18 zudem positive soziale Kontakte mit anderen Nutzern. F18 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 F18 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. F18s Lebensbewältigungsstrategien im Internetbereich stellen daher keine treibende Kraft zur Strategieerweiterung im analogen Leben dar. Die Grenzen zwischen Onlineleben und analogem Leben zeigen sich bei F18 undurchlässig, während es bei den anderen oben dargestellten Fällen eine Durchlässigkeit, ein Voneinander-Profitieren gab.

(3) *Das Internet als Spiegel nicht mehr erwünschter Lebensbewältigungsstrategien:* Am Beispiel von F03 (Fallgruppe 2) wird deutlich, dass im Internet noch alte, ‚überholte‘ Lebensbewältigungsstrategien aktiv sein können. Auch bei F03 zeigte sich 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 die Deutung der Forscherin). Bei ihr erfolgte diese ‚Selbstbefreiung‘ allerdings eher außerhalb des Internets, z. B. durch das Lesen von Selbsthilfe-Büchern. Im Internet hingegen setzten sich eher ‚alte‘ analoge Lebensbewältigungsstrategien fort, die angesichts der positiven Entwicklungen, die F03 bei sich selbst anderweitig erlebte, eigentlich nicht mehr passend waren. Dass F03 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 das Gesehenwerdenwollen über Likes auf Facebook noch das altbekannte Mangelgefühl, das F03 seit Kindheit begleitete, generell von den Eltern nicht gesehen und emotional aufgefangen zu werden oder bloß negative Aufmerksamkeit zu erfahren. Die problematische Internetrecherche spiegelte das rastlose Suchen wider, das F03 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 F03 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 F03 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 F03

	Zentrale Lebensbewältigungsstrategien außerhalb des Internets		Bedeutung des Internets als Lebensbewältigungsstrategie
	Grundannahmen	Umsetzung	
F03	<p><u>Früher</u>: 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><u>Später</u>: Loslassen und ein kohärentes Leben mit Sinn gestalten</p>	<p><u>Früher/bis zum 30. Lebensjahr</u>: 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, z. B. nicht mit Freundin darüber sprechen. Auch: Immer am Suchen bleiben (Welcher Beruf könnte zu mir passen?), den Suchradius dabei aber klein halten.</p> <p><u>Später/ab 30. Lebensjahr</u>: 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>	<p>Soziale Netzwerke ermöglichen durch Likes <u>positives Gesehenwerden</u>, was F03 als Kind dauerhaft fehlte und immer noch ein Mangelgefühl zu sein scheint.</p> <p>Die (problematische) Internetrecherche ermöglicht das Fortsetzen der Suche <u>weiter auf der Suche nach dem noch Besseren</u> zu sein.</p>

(Quelle: eigene Darstellung)

(4) *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. Der Internetnutzung kam in so einem Fall eine erhöhte Bedeutung zu. Es wirkte sich stabilisierend und stützend aus, selbst wenn es sich um eine problematische Internetnutzung handelte. Würde man das Internet – hypothetisch gesagt – der Person in dieser Situation ‚wegnehmen‘, käme es zu einer mehr oder weniger ausgeprägten psychischen Notlage.

F05 z. B. (Fallgruppe 2, vgl. auch 3.2.3) 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 F13<sup>44</sup> (Fallgruppe 2) hatte das Internet eine ‚haltende‘ Funktion. Onlinespiele strukturierten ihren Alltag und stabilisierten sie hinsichtlich ihrer Traumafolgen.

<sup>44</sup> F13 war zum Interviewzeitpunkt im 57. 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 begriff F13, dass sie unter Traumafolgen litt.

F13 bezeichnete die Nutzung zwar als ‚Sucht‘, war sich aber auch gleichzeitig sicher, die Nutzung jederzeit beenden zu können.

Tabelle 52: Komparative Analyse am Beispiel von F05 und F13

	Zentrale Lebensbewältigungsstrategien außerhalb des Internets		Bedeutung des Internets als Lebensbewältigungsstrategie
	Grundannahmen	Umsetzung	
F05	Zuversicht und Vertrauen: Irgendwann wird es wieder besser.	Sich direkt mit einem Problem auseinandersetzen, z. B. mit Freunden darüber sprechen, sich Trost und Verständnis holen. Andererseits immer wieder bewusst Abstand nehmen zur Belastung, z. B. durch Ablenkung, Ausblenden, auch mit Hilfe von Freunden. Grundsätzlich Zurückgreifen auf verlässliche, beständige soziale Kontakte. Positive Umdeutung belastender Situationen (z. B.: Für den Opa war der Tod auch eine Erlösung). Bewusste 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.
F13	Zuversicht und Vertrauen: Weiß wie Sucht funktioniert und wie Sucht wieder loszuwerden ist.	<u>Früher:</u> Einsatz von Suchtmitteln, um zu ‚überleben‘: z. B. Alkohol, Drogen, Medikamente. Herstellen von Erträglichkeit, Zustandsveränderung, um sich am Leben zu erhalten, das Leben erträglich machen, es auszuhalten.	<u>Herstellung von Stabilität und Funktionalität im Alltag:</u> Das Internet hat eine ‚haltende‘ Funktion. Bewusster Einsatz, um sich im Alltag funktional zu halten, z. B. sich in einer langweiligen Sitzung wachhalten, sich selbst Struktur zu geben, z. B. bestimmt das Spiel den Tagesablauf. Dient der <u>Prävention von Instabilität</u> , nicht als Notfallmittel wie früher der Alkohol oder die Drogen (zum Überleben, Ertragen). Das Internet ist eine bewusste Strategie, um gar nicht erst wieder in den Notfallmodus zu gelangen.

(Quelle: eigene Darstellung)

Sowohl F05 und F13 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. F05 und F13 wiesen also eine gewisse Angewiesenheit auf das Internet auf, aber keine ausgeprägte.

Etwas stärker zeigt sich die Angewiesenheit auf das Internet bei F24 (Fallgruppe 2), die ohne Handy und Internetzugang Angst und Stresszustände verspürte. Sie befürchtete, dass etwas Schlimmes passieren könnte (z. B. mit Familienangehörigen), ohne dass sie es mitbekäme. Auch bei F09 (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. F09 nahm aber auch 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: F11, F12, F15, F17 (vgl. auch 3.4.1.2), F18, F19, F21 (vgl. auch 3.2.1) und F22 (vgl. auch 3.2.1). Bei einigen dieser Frauen spielte Suizidalität eine Rolle (F11, F12, F18, F19, F21). Als F12<sup>45</sup> z. B. 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 F12 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 F12, von sich selbst wegzukommen und das erste Mal seit langem die Depression nicht mehr so intensiv zu spüren. Nach ihrem

---

<sup>45</sup> F12 befand sich zum Interviewzeitpunkt im 30.-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. Sie litt zuvor schon länger an einer Depression.

Suizidversuch war F12 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 für mich nichts. Also, ich hatte einfach dieses Kombipaket da ((lachend)), und das musst' ich gemeinsam löse'.“ (F12, 598-641)

Die Internetnutzung hatte als einziges Hilfsmittel die negativen Gefühle im Zusammenhang mit der Depression von F12 weggehalten. Als dieses Hilfsmittel wegfiel, konnte F12 auf keine alternativen Ressourcen zurückgreifen.

Tabelle 53: Komparative Analyse am Beispiel von F12

	Zentrale Lebensbewältigungsstrategien außerhalb des Internets		Bedeutung des Internets als Lebensbewältigungsstrategie
	Grundannahmen	Umsetzung	
F12	Wertlosigkeitsempfinden	<u>Vermeidung</u> von Kontakt mit der Außenwelt bzw. der Realität, z. B. Briefpost nicht öffnen. Weghalten von negativen Gefühlen. Nach außen hin die Depression verbergen.	<u>Vermeidung</u> : Das Internet ermöglicht, von sich selbst wegzukommen. Depression wird nicht mehr gespürt: F12 fühlt sich weniger gleichgültig, fühlt sich das erste Mal seit Jahren anders. Hilft, mit der Depression zu leben: F12 weiß, dass bei einer Forenabstinenz die Depression „mit voller Wucht“ zurückkäme.

(Quelle: eigene Darstellung)

### 3.3.3 Typologie: Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie

Die folgende Typologie fokussiert auf Verhaltensmuster der Lebensbewältigung im analogen wie internetbasierten Zusammenhang, mit Fokus auf die Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie. Wie in 2.3.3.5 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 z. B. zwischen verschiedenen Typen, also Verhaltensmustern. Manches Verhaltensmuster zeigte sich aber bei bestimmten Fällen besonders markant. Diese wurden dann als Ankerfall im Sinne eines Prototyps dargestellt, 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. Es wird weiterfunktioniert, was ebenfalls Teil der Verdrängung ist. 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, z. B. 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 z. B. 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 (z. B. 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*<sup>46</sup>: F19 wies Erfahrung mit einer problematischen Internetnutzung hohen Schweregrads auf. Als aussagekräftige, besonders dichte und reichhaltige Kernsequenz mit thematischem Bezug zur Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie wurde aus dem Interview mit F19 der Abschnitt Zeile 1501-1550 ausgewählt. Die Sequenz wurde feinsprachlich auf Wie-Ebene analysiert (vgl. 2.3.3.5). Ziel war zu schauen, wie sich der jeweilige Typus sprachlich manifestieren kann als weiteres mögliches Orientierungsmerkmal für den Typus.

#### **Zusammenfassende Charakterisierung des Falls:**

- *Steckbrief*: F19 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, als F19 ihren Mann und die Kinder verließ und in eine eigene Wohnung zog. Zum Interviewzeitpunkt kümmerte sich F19 um die Beantragung einer stationären Traumatherapie. Als Kind wuchs F19 in einem stark belasteten Familienumfeld auf, geprägt vom stoffgebundenen Suchtmittelkonsum der Mutter und des Vaters bzw. der späteren Partner der Mutter. F19 erfuhr ausgeprägte körperliche und psychische Misshandlung und Vernachlässigung. Zeitweilig nahm das Jugendamt F19 und ihre Geschwister in Obhut. F19 kam zwischenzeitlich ins Heim, wo sie von ihrer Mutter nicht besucht wurde.
- *Interviewsituation*: Das Interview fand face-to-face bei F19 zu Hause statt. F19 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. F19 schien manche Fragen gar nicht zu hören oder sie fragte nochmal nach. Das Gespräch war von hoher Offenheit und hoher Erzählbereitschaft geprägt.

Wie zeigte sich bei F19 das Typ-A-Verhaltensmuster? *Zusammenfassung der Sequenz auf der Was-Ebene*: Die Sequenz begann mit der Frage der Interviewerin, wie F19 ihr Leben bewältigte, seit sie *nicht* mehr auf das problematische

---

<sup>46</sup> Typ A wurden insgesamt elf Fälle zugeordnet, die dieses Muster prägnant und zeitweise als Hauptmuster zeigen: F09, F10, F11, F12, F14, F15, F17, F18, F19, F21, F22 (alle Fallgruppe 3). Drei Fälle weisen dieses Muster ansatzweise und eher als Nebenmuster auf: F05 und F23 (Fallgruppe 2). Bei F13 (Fallgruppe 2) wird das Typ-A-Muster in Bezug auf substanzbezogene Suchtmittel in der Vergangenheit deutlich, aber nicht im Zusammenhang mit der Internetnutzung.

Browserspielen zurückgriff. F19 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 F19 sehr verzweifelt reagiert habe. F19 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 F19 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.“ (F19, 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“, F19 1532), Substanzmittelkonsum („um’s zu ertragen. Oder auszulöschen“ F19, 1540) oder über die problematische Internetnutzung erfolgte. Zum Schluss führte F19 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 F19? Welchen Regeln und Relevanzen folgte sie (unbewusst)? Dargestellt werden im Folgenden fokussiert diejenigen Thematisierungsregeln, die sich bei F19 besonders auffällig zeigten.

Deutlich wird ein hohes *Involvement*: F19 ging erzählerisch tief auf das damalige Krisenerleben ein, obwohl die Interviewerin eigentlich lösungsorientiert gefragt hatte. Es zeigt sich eine hohe affektive Aufladung, als würde F19 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 F19 trotz der Schilderung einer Ohnmachtssituation *Agentivierung* zeigte: Zwar zeigt sich zunächst eine ausgeprägte Handlungsmacht bei F19s Mann, der sich gegen die Beziehung entschied und F19 vor vollendete Tatsachen stellte. Doch dann wurde F19 aktiv, versuchte z. B. 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.“ (F19, 1548-1550) F19 bezeichnete hier ihre Strategien metaphorisch als *Anker*, um nicht unterzugehen. Dies beinhaltet einen interessanten logischen Bruch, da Anker eigentlich dazu dienen, dass ein Wassergefährte nicht abdriftet – um nicht unterzugehen, bräuchte es genau genommen eher einen Rettungsring. Man könnte dies so deuten, dass F19 mithilfe der Metapher versuchte, zwei Funktionen gleichzeitig auszudrücken: Die Bewältigungsstrategien sollten einerseits ein Abdriften, ein Sich-Ablösen verhindern (was aus Sicht der Forscherin 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 F19 sprachlich die seelische Not manifestiert. Trotz Erzählung aus der Retrospektive zeigte F19 große Nähe zu ihrem damaligen seelischen Leid. Von seelischem Schmerz

überwältigt zu werden, scheint tief eingegraben in F19s Erfahrungen. Die Intensität des Erlebten macht die Strategie der Flucht plausibel. Gleichzeitig zeigte sich F19 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 ist, 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 Typ Bs Strategien 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, im Kontakt zu bleiben (zum primären Bezugssystem wie z. B. zum Partner oder zur Familie) – und weil das seinen Preis hat, muss Typ B Möglichkeiten finden, die daraus entstehenden Nachteile zu bewältigen.

*Prototypischer Ankerfall*<sup>47</sup>: F22 weist Erfahrung mit einer problematischen Internetnutzung hohen Schweregrads auf (vgl. 3.3.1). Als Kernsequenz wurde der

---

<sup>47</sup> Typ B wurden insgesamt zwei Fälle zugeordnet, die dieses Muster prägnant und zeitweise als Hauptmuster zeigen: F13, die das Internet vorrangig zur Stabilisierung und Bewältigung ihrer Traumafolgen nutzte (Fallgruppe 2) sowie F22 (Fallgruppe 3, siehe oben). Das Muster zeigt sich

Abschnitt Zeile 2047-2071 ausgewählt. Für die zusammenfassende Charakterisierung des Falls vgl. 3.3.1, wo F22 bereits als Fallbeispiel vorgestellt wurde.

Wie zeigte sich bei F22 das Typ-B-Verhaltensmuster? *Zusammenfassung der Sequenz auf der Was-Ebene*: Bei der Sequenz handelt es sich um den Abschluss des Interviews. Sie begann mit der Frage der Interviewerin, ob es noch offene Punkte gäbe, die F22 noch wichtig wären. F22 ergänzte ihre bisherigen Schilderungen des problematischen Fanfiction-Konsums damit, „dass es irgendwie immer ein größeres, emotionales High drin sein musste, in den Geschichten“ (F22, 2053-2054). F22 erzählte dann, dass es ihr im Alltag schwerfiel, ihre Gefühle wahrzunehmen. Im Internet hingegen würde sie am meisten fühlen.

„Also, mein eigener Alltag ist es 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 ist es 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.“ (F22, 2059-2071)

Deutlich wird, dass es im Internet um die Generierung ausschließlich positiver Gefühle ging. Markant ist die Aussage zum Schluss, dass es für F22 in einer Geschichte möglich wäre, Gefühle ohne Risiko auszuleben.

*Ergebnisse auf der Wie-Ebene (Thematisierungsregeln)*: Bei F22 zeigt sich 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 F22 ausgeprägt Abtönungen, Füllwörter und Relativierungen einsetzte (z. B.

---

ebenfalls relevant in 14 weiteren Fällen. Fallgruppe 2: F01 (Onlinesexsucht des Partners, Ehekrise), F03 (Depression, fehlende Sinnhaftigkeit/Lebenskrise), F05 (kranker Großvater, niemand kümmert sich um F05), F23 (Orientierungslosigkeit in sozialen Beziehungen aufgrund des Autismus) und F24 (Krebserkrankung, Ängste). Fallgruppe 3: F09 (Depression, Leistungsversagen), F10 (Fehlende Nähe in der Ehe/Ehekrise), F11 (Tod eines Familienmitglieds, Depression), F12 (Depression), F14 (Essstörung, Familie, Leistungsdruck), F15 (Erfolglosigkeit in sozialen Beziehungen, Leistungsdruck), F17 (Lebenskrise, Leistungsdruck, Leere), F18 (Orientierungslosigkeit/Erfolglosigkeit in sozialen Beziehungen), F21 (Leere und Erfolglosigkeit im analogen Leben).

relativ, irgendwie, halt, oder was auch immer). Doch würde man diese herausfiltern, zeigt sich im Kern, dass F22 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. F22 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 F22 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 F22 sehr wohl eine gewisse Selbstwirksamkeit: Indem F22 Fanfictioninhalte bewusst selektierte, ermöglichte sie sich aktiv und gezielt risikofreies Fühlen.

Zusammenfassend zeigt sich aus Sicht der Forscherin, dass sich bei F22 sprachlich der ‚Mangel‘, den das Typ-B-Verhalten ‚heilen‘ oder kompensieren möchte, manifestiert. Der Mangel definiert sich im Fall von F22 darin, die eigenen Gefühle schwer wahrzunehmen bzw. zu deuten. Diese Deutungsschwierigkeiten spiegeln sich – so die Interpretation der Forscherin – in den stark relativierenden Formulierungen wider, die die eigene Positionierung immer wieder ‚anzweifelten‘.

#### *Typ C: Die sich selbst Suchende*

*Charakterisierung:* Als zentrale Lebensbewältigungsstrategien zeigt Typ C in einer früheren Lebensphase Anpassung und Konformität. Die Gegebenheiten wurden nicht hinterfragt, Typ C nahm sich zurück, hielt sich womöglich selbst ‚klein‘ bzw. ließ sich von den Umständen in seiner 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. Es bietet Typ C Zugang zu Tun und Haltungen anderer 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*<sup>48</sup>: F03 wies Erfahrung mit einer problematischen Internetnutzung mittleren Schweregrads auf. Als Kernsequenz wurde der Abschnitt Zeile 1388-1431 ausgewählt.

#### **Zusammenfassende Charakterisierung des Falls:**

- *Steckbrief*: F03 war zum Interviewzeitpunkt im 35.-40. Lebensjahr, berufstätig, ledig ohne Partner, ohne Kinder und alleinlebend. Zum Interviewzeitpunkt verlor F03 sich immer wieder in ‚sinnlosen‘ Internetrecherchen und der Nutzung Sozialer Netzwerke zur Selbstaufwertung. F03s Vater war Alkoholiker, was die Eltern lange Zeit nach außen hin – auch gegenüber den Kindern – verheimlichten (vgl. auch 3.2.2.2). F03 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

---

<sup>48</sup> Typ C wurden insgesamt drei Fälle zugeordnet, die dieses Muster prägnant und zeitweise als Hauptmuster zeigen: F03, F16, F20 (Fallgruppe 2). Fünf Fälle zeigen ebenfalls Typ C als relevantes Muster neben anderen: F01, F23 (Fallgruppe 2), F14 und F19 (Fallgruppe 3).

mehr gelang es F03, 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 F03 und fand draußen im Garten statt. F03 und die Interviewerin kannten sich über die Schwester von F03. Der Interviewerin lagen entsprechend schon biografische Informationen vor. Eine Herausforderung war daher, dieses Vorwissen wieder zu ‚vergessen‘ und mit ähnlicher Offenheit an F03 heranzutreten wie an andere Interviewpartnerinnen. Die Gesprächsbereitschaft von F03 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.

Wie zeigte sich bei F03 das Typ-C-Verhaltensmuster? *Zusammenfassung der Sequenz auf Was-Ebene:* In der Sequenz stellte F03 ihr Verhalten in einen breiteren Kontext. Die vielen Möglichkeiten, die Frauen heutzutage hinsichtlich ihrer Berufswahl hätten, würden sie – F03 – bei Entscheidungen lähmen. Sie verglich das direkt mit dem Internet, welches ebenfalls so „unbegrenzt“ wäre (F03, 1402). Diese Unbegrenztheit wiederum hinderte F03 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.“ (F03, 1388-1413)

Als die Interviewerin fragte, ob F03 im Leben immer noch nicht das ‚Richtige‘ gefunden hätte, verneinte F03. Erneut zog sie eine Parallele zur Internetrecherche (wo sie sich in der Vergangenheit z. B. 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))“ (F03, 1416-1422)

*Ergebnisse auf der Wie-Ebene (Thematisierungsregeln):* Interessanterweise brachte F03 Frauen der Großelterngeneration als sog. *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 F03 markant, wie sie den erwähnten Frauen in der Vergangenheit die Handlungsmacht absprach. Nur Frauen, die sich sehr abgrenzten, konnten berufstätig sein. Diese Frauen waren handlungsmächtig, aber gleichzeitig war diese Handlungsmacht mit großen Investitionen verbunden. Auch sich selbst sprach F03 im Großteil der Sequenz die Handlungsmacht ab. Die vielen Möglichkeiten, die Frauen heutzutage haben, empfand F03 als de-agentivierend, als lähmend. Sie hatten nicht den Effekt – was eine alternative Deutung gewesen wäre –, dass F03 sich wirkmächtig fühlte. Das Übermaß an Möglichkeiten spiegelte sich wiederum im Internet. F03 *legitimierte* also ihre eigene Lähmung mit den sozialen Umständen: Sie 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 F03s eigene falsche Vorstellungen vom Richtigen wären der Grund für die Lähmung. F03 vollzog innerhalb der Sequenz eine Entwicklung: Am Anfang waren es die Umstände, später war sie selbst die Verantwortliche für ihre Misere. Als F03 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 F03 markant der autoepistemische Prozess: Während des Erzählens kam F03 spontan zu neuen Erkenntnissen. Diese Erkenntnisse folgten assoziativ aufeinander. F03 wusste am Anfang selbst noch nicht, zu welchen Erkenntnissen sie am Ende der Sequenz gelangen würde. Zusammenfassend zeigt sich, dass sich bei F03 auch sprachlich das Muster des Suchens manifestierte: Die Offenheit für neue Erkenntnis schien eine Grundhaltung von F03 auszumachen. Sie selbst deutete diese ständig suchende Haltung als belastend, doch aus Sicht der Forscherin wird anhand dieser Sequenz deutlich, wie sehr die Suche nach neuen Erkenntnissen eine wichtige Ressource von F03 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, z. B., indem sie sich zur helfenden Expertin für andere macht, Negatives in Positives umwandelt, aktiv nach Hilfe sucht und diese auch in Anspruch nimmt. Das Internet fungiert insofern als Lebensbewältigungsstrategie, dass es 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*<sup>49</sup>: F24 hatte Erfahrung mit einer problematischen Internetnutzung mittleren Schweregrads – sie selbst schätzte ihre Internetnutzung allerdings weniger problematisch ein. Als Kernsequenz wurde aus dem Interview mit F24 der Abschnitt Zeile 1116-1235 ausgewählt.

**Zusammenfassende Charakterisierung des Falls:**

- *Steckbrief*: F24 war zum Interviewzeitpunkt im 55.-60. Lebensjahr, berufstätig sowie am Wochenende zusätzlich geringfügig erwerbstätig. Sie war in zweiter Ehe verheiratet mit Kindern aus erster Ehe. F24 war ständig (insbesondere mobil) online, um die aktuelle Nachrichtenlage zu prüfen und um mit ihren Sozialen Netzwerken verbunden zu sein. F24 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 F24 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 wurde ein zweiter, kurzer Termin vereinbart. Darin wurde F24 nach ihrer Erfahrung mit der Internetabstinenz während eines Klostersaufenthalts befragt. Die Termine fanden an einem Wochenendtag und an einem Feiertag statt, beide Male war F24 ‚auf dem Sprung‘, da sie noch zur Arbeit musste. Die Gesprächsbereitschaft war ausgeprägt bei einem hohen, manchmal atemlos wirkendem Sprechtempo.

Wie zeigte sich bei F24 das Typ-D-Verhaltensmuster? *Zusammenfassung der Sequenz auf der Was-Ebene*: Die Sequenz begann mit der Frage der Interviewerin, wie F24 damit umginge, wenn es mal kein Internet gäbe. F24 berichtete, dass das „schon sehr grenzwertig“ (F24, 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))!“ (F24, 1126-1129) F24 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

---

<sup>49</sup> Typ D wurden drei Fälle zugeordnet, die dieses Muster prägnant und zeitweise als Hauptmuster zeigen: F01, F20 und F24 (alle Fallgruppe 2). Ein Fall zeigte dieses Muster im Rahmen der Nutzung von Büchern und Fernsehserien als Kind und Jugendliche: F23 (ebenfalls Fallgruppe 2).

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?“ (F24, 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?“ (F24, 1154-1157) F24 konkretisierte an dieser Stelle, dass sie „'ne gewisse Kontrolle“ über „alles“ bräuchte bzw. darüber, „alles zu wissen“ (F24, 1167-1170). Als die Interviewerin fragte, seit wann sie diese Kontrolle, alles wissen zu müssen, bei sich erlebte, folgt eine längere Reflexion. Dabei zeigte sich, dass sich in ihr der Eindruck festgesetzt hatte, auf der Welt würde nur noch Schlechtes passieren, was daran liegen würde, dass man heutzutage über die Medien alles sofort mitbekommen würde. Das würde sie manchmal „erschlagen“ (F24, 1200). Dennoch wollte sie es 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?“ (F24, 1194-1209)

Die Interviewerin zog an der Stelle eine Parallele zu einer Aussage, die F24 vorher im Interview getätigt hatte. Als sie schwer erkrankt war, hatte F24 sich zwischenzeitlich das Googeln zu ihrer Krankheit verboten, hob dieses Verbot dann aber schließlich auf. Die Interviewerin fragte, wie es zu dieser Entscheidung kam. In F24s Antwort wurde deutlich, dass es um die Generierung von Sicherheit ging:

„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.“ (F24, 1125-1235)

*Ergebnisse auf der Wie-Ebene (Thematisierungsregeln):* Bei F24 ist insbesondere der Aspekt *(De-)Agentivierung* hervorzuheben. F24 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 Unkonkretes im Außen hatte die Handlungsmacht und F24 reagierte mit entsprechenden Maßnahmen. Aus Sicht der Forscherin zeigt sich dabei ein hoher *Komplexitätsgrad* aufgrund zahlreicher Ambivalenzen z. B. in Form von Zirkelschlüssen oder einer Argumentation, die das eigene Handeln am Außen festmachte und dabei die eigene Entscheidungsfähigkeit und Eigenverantwortung ausklammerte. Dabei zeigte sich ein ausgeprägtes *Involvement*. Insbesondere als F24 die Nachrichtenlage wiedergab (Syrien, Unfälle, Kinder), dort immer wieder abbrach und gleichzeitig immer mehr Beispiele aufzählte, verdeutlichte sich, wie sehr sich F24s Erschütterung 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.“ (F24, 1180-1189)

Während des Erzählens schien sie sich direkt im Belastungserleben zu befinden. Eine Selbstdistanzierung wurde in der Sequenz insgesamt wenig deutlich. Vermutlich konnte sich F24 deswegen auch ihr Verhalten nicht erklären („Ich kann's nicht genau erklären“, F24, 1144-1145). Sie schien in dem Moment nur auf Basis der inneren, emotional und somit angstgefärbten Logik, die sie selbst als „irreal“ bezeichnete (F24, 1147), ihre Beweggründe darstellen zu können. Hinsichtlich der Thematisierungsregel *Episteme* ist festzuhalten, dass F24 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 z. B. 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 z. B. bei F03 (Typ C) der Fall war. Dass ihr eigenes Verhalten das Unsicherheitsgefühl verstärken könnte, deutete sich zwar in den Aussagen der Kollegen an, aber F24 selbst wog diese Möglichkeit nicht ab. So zeigt sich zusammenfassend in dieser Sequenz sprachlich F24s intensives Krisenerleben sowie ihr Bedürfnis nach *schneller* Sicherheit, nach schnellen Erklärungen. Eine ausführliche Selbstanalyse hingegen wäre *unsicherheitsfördernd*; F24 ging es nicht wie z. B. F03 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 die Deutung der Forscherin – fördert dieser Umgang mit sich selbst und der Realität Unsicherheit. Indem F24 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. Das Internet fungiert als Lebensbewältigungsstrategie, indem es 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*<sup>50</sup>: F04 wies keine Erfahrung mit einer problematischen Internetnutzung auf. Als Kernsequenz wurde aus dem Interview mit F04 der Abschnitt Zeile 4-88 ausgewählt.

#### **Zusammenfassende Charakterisierung des Falls**

- *Steckbrief*: F04 war zum Interviewzeitpunkt im 45.-50. Lebensjahr, berufstätig, ledig ohne Partner, ohne Kinder und lebte allein. F04 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 F04 in einer Familie, in der es große Beständigkeit und verlässliche Strukturen gab, aber sich auch ein eher distanzierendes, wenig herzliches Verhältnis zwischen den Familienmitgliedern andeutete.
- *Interviewsituation*: F04 wurde direkt innerhalb eines Onlinedatingportals rekrutiert. Das Interview fand face-to-face in der Wohnung von F04 statt. Kurz vor dem Interviewtermin war die Mutter verstorben. Das Gespräch war in der ersten Hälfte von Misstrauen geprägt, die Erzählbereitschaft zu Beginn entsprechend gehemmt. F04 fürchtete u. a., identifiziert werden zu können: Ihre Antworten würden sehr persönlich werden und hinter mir stünde ja noch eine Öffentlichkeit. F04 fragte auch, wer das Interview noch lesen würde. Im Laufe des Gesprächs war es jedoch möglich, zunehmend eine Vertrauensgrundlage aufzubauen.

Wie zeigte sich bei F04 das Typ-E-Verhaltensmuster? *Zusammenfassung der Sequenz auf der Was-Ebene*: Bei der ausgewählten Sequenz handelt es sich um die Einstiegssequenz. Die Interviewerin fragte F04, wie diese das Internet im Alltag nutzte. F04 zählte zunächst relevante Anwendungen auf, wie z. B. E-Mails

---

<sup>50</sup> Typ E wurden insgesamt zwei Fälle zugeordnet, die dieses Muster prägnant und nahezu durchgängig als Hauptmuster zeigen: F04 (Fallgruppe 1) und F07 (Fallgruppe 2). Ein Fall zeigt das Muster zunehmend: F20 (Fallgruppe 2).

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, achso, äh, hm. Wenn/ (Oh Gott?), das wird alles aufgezeichnet, gell? ((lacht)) Also, soll ich, soll ich überhaupt Werbung machen? Also, wissen Se?

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 19 zensieren würden.

B: ((Kurzer Ausatmer)) Ja, also, ich hab' zum Beispiel 'n Groupon- 21 Newsletter abonniert.“ (F04, 9-20)

Als die Interviewerin ansetzte zu fragen, wie der Tag bei F04 normalerweise startete, stellte F04 sofort klar, dass sie das Internet morgens noch nicht ‚brauchen‘ würde. Dies war eine weitere interessante Situation, da die Reaktion von F04 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))“ (F04, 29-34)

Markant ist im Weiteren F04s 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.“ (F04, 63-76)

Deutlich wird hier auch ein Denken in Klassifizierungen: F04 hatte klare Vorstellungen davon, was sie suchte und was ihr wichtig war.

*Ergebnisse auf der Wie-Ebene (Thematisierungsregeln):* Bei F04 war hinsichtlich *Perspektivenübernahmen* auffällig, dass sie gleich zu Beginn die Perspektive einer bewertenden externen Instanz einnahm, was dazu führte, dass sie irritiert abbrach und fragte, ob sie überhaupt Werbung machen dürfte. Ähnliches erfolgte später mit dem Einschub „das klingt jetzt ein bisschen arrogant“ (F04, 67) Auch hier versetzte F04 sich in jemand anderen hinein, der sie kritisch bewerten könnte. Es zeigte sich entsprechend ein gewisser *Komplexitätsgrad*: Im Kern berichtete F04 eigentlich ‚bloß‘, was sie im Internet tat, aber es woben sich Bewertungen hinein (z. B. ihre letzte Beziehung war „relativ erfolgreich“, F04, 57) oder Formulierungen, die darauf deuteten, dass im Hintergrund Normen mitliefen, die eine gesunde Internetnutzung definierten („morgens brauch ich's noch net“, F04, 34). Das *Involvement* war insofern ausgeprägt, dass die Fragen der Interviewerin F04 zu beunruhigen schienen, vielleicht sogar zu stressen. Die Fragen schienen in F04 mehr als nur die Sachebene anzusprechen. Es wirkte, als hätte F04 das Gefühl, sie würde zu viel von sich preisgeben. Das ist aus Sicht der Forscherin insofern nachvollziehbar, weil F04 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 F04 die ganze Zeit auf zweiter Bedeutungsebene *Evaluationen* mitzulaufen: Wie könnte, das, was sie sagt, ankommen? Eine stark negative Evaluation schien im Hintergrund präsent als F04 betonte, morgens noch nicht das Internet zu nutzen. Fast wirkte es so, als hätte die Interviewerin gefragt, ob sie morgens schon ein Glas Wein tränke. Zusammenfassend stellt sich aus Sicht der Forscherin die Frage, ob die Unsicherheit ein Grundzustand bei F04 ist und ob die spezielle Gesprächssituation diese Unsicherheit hervorbrachte.

Die Unsicherheit zeigte sich in dieser Sequenz als eine ständige Wechselbewegung auf mehreren Ebenen: (1) Kommunikativ in Interaktion mit der Interviewerin

zeigte sich insbesondere zu Beginn, als noch kaum Beziehungssicherheit bestand, ein Wechsel zwischen Preisgabe und Zurückschrecken von der eigenen Offenheit. Dies zog sich durch das gesamte Interview: ein ständiger Wechsel zwischen Aufmachen und Zumachen, zwischen Nähe und Distanz. (2) F04 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). (3) Bei F04 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. (4) Generell wirkte F04 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 (z. B. 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 (z. B. 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 ihr das Internet eine bedürfnisorientierte Nähe-Distanz-Regulation ermöglicht. Dies erfolgt mit der bewussten 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, wenn notwendig oder gewünscht. Diese Art der Internetnutzung ermöglicht Typ F selbstbestimmte soziale Beziehungen entsprechend ihrer Prioritäten und Bedürfnisse.

*Prototypischer Ankerfall*<sup>51</sup>: F07 wies Erfahrung mit einer problematischen Internetnutzung geringen bis mittleren Schweregrads auf. Als Kernsequenz wurde aus dem Interview mit F07 der Abschnitt Zeile 237-276 ausgewählt.

#### **Zusammenfassende Charakterisierung des Falls**

- *Steckbrief*: *Steckbrief*: F07 war zum Interviewzeitpunkt im 45.-50. Lebensjahr, berufstätig, verheiratet in erster Ehe mit gemeinsamen Kindern. F07 hatte neben Familie und Beruf ein Studium absolviert. Als eine schwierige Zeit in den vergangenen Lebensjahren erlebte F07 den Verlust ihres Vaters, der schwer erkrankte und verstarb. Besonders in ihrer Jugend war der Vater bedeutend für F07, das Verhältnis zur Mutter hingegen konfliktreich. F07 verweigerte die Rollenerwartung der Mutter, ebenfalls die ‚perfekte Hausfrau‘ werden zu müssen. F07s Internetnutzung zeigte sich insgesamt reguliert und strukturiert, doch während des Interviews fiel F07 ein, dass sie in der Vergangenheit eine zweiwöchige Online-Glücksspielepisode erlebt hatte, für die sie sogar zeitweilig ihre kleine Tochter vernachlässigte.
- *Interviewsituation*: Das Interview fand face-to-face bei F07 zu Hause im Zimmer des ältesten Sohnes unter dem Dach statt, wo wir komplett ungestört waren. F07 hatte für sich und für die Interviewerin einen kleinen Snack vorbereitet. Sie hatte sich direkt nach ihrer Arbeit mit der Interviewerin verabredet. Die Gesprächsbereitschaft war von Beginn an hoch; das Sprechen über persönliche Themen war gut möglich. F07 war die erste Interviewpartnerin, an der die zweite, überarbeitete Version des Leitfadens angewandt wurde.

Wie zeigte sich bei F07 das Typ-F-Verhaltensmuster? *Zusammenfassung der Sequenz auf der Was-Ebene*: Die Sequenz begann mit der Frage der Interviewerin, welche Rolle das Internet im Kontakt mit Freunden spielen würde. F07 antwortete, dass das Internet hier eine große Rolle spielen würde, da das Telefon wiederum eine „absolut untergeordnete Rolle“ einnähme (F07, 245). F07 erläuterte dann differenziert, über welche Kommunikationsmedien sie aus welchen

---

<sup>51</sup> Typ F wurden drei Fälle zugeordnet, die dieses Muster prägnant und als Hauptmuster zeigen: F07, F05 und F08 (Fallgruppe 2). Das Muster zeigt sich ebenfalls als relevant bei F04 (Fallgruppe 1) und F16 (Fallgruppe 2) sowie zunehmend bei F20 (Fallgruppe 2). Es entwickelte sich zudem nach einer problematischen Internetnutzungsphase als neues Muster bei F10 (Fallgruppe 3).

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.“ (F07, 253-258) Zum anderen spielten die Präferenzen des Gesprächspartners eine Rolle, welches Kommunikationsmedium F07 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 grade 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.“ (F24, 260-275)

*Ergebnisse auf der Wie-Ebene (Thematisierungsregeln):* F07 wechselte zwischen *De-Agentivierung* und *Agentivierung*. Zum einen schien es notwendig, sich sozialen Regeln in Teilen anzupassen. F07 war jedoch gleichzeitig handlungsmächtig darin, vorliegende Einflussmöglichkeiten zu nutzen, z. B., indem sie bewusst auswählte, wie, wann und in welchem Umfang sie in soziale Kontakte eintrat. F07 de-agentivierte sich dann wieder dahingehend, dass sie den Medien die Macht darüber gab, wie die Kommunikationssituation abzulaufen hätte; z. B. dürften am Telefon grundsätzlich keine Gesprächspausen entstehen. Hier schien F07 keinerlei Handlungsmacht zu empfinden, sich innerhalb eines Telefons Reflexionspausen zu verschaffen. Diese Möglichkeit gäbe es da „überhaupt“ nicht (F07, 249). Sie agentivierte sich aber wiederum, indem sie das Telefon als für sich ungeeignet ablehnte und stattdessen Medien nutzte, die besser passten (wie z. B. E-Mails). Somit passte sie sich einerseits einer äußeren Regelhaftigkeit 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 ermöglichen, 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 Beziehungsnähe ermöglichen. Insgesamt zeigt sich ein hoher Komplexitätsgrad, da F07 auf die Frage der Interviewerin nicht mit einer einfachen Antwort reagierte (z. B.: ‚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 F07 eine hohe Sicherheit und Gewissheit. F07 drückte aus, wie etwas ‚ist‘. Sie nutzte nicht die Formulierung ‚Ich glaube‘ und relativierte nicht. Zusammenfassend wird deutlich, dass F07 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 F07 (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 (zum Beispiel 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*<sup>52</sup>: F02 wies keine Erfahrung mit einer problematischen Internetnutzung auf. Als Kernsequenz der Abschnitt Zeile 1408-1458 ausgewählt. Für die Zusammenfassende Charakterisierung des Falls vgl. 3.1.2.2.

Wie zeigte sich bei F02 das Typ-G-Verhaltensmuster? *Zusammenfassung der Sequenz auf Was-Ebene*: Im Mittelpunkt steht die Erklärung, welche Bedeutung das Internet für F02 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.“ (F02, 1410-1414) Dass das Internet nur *ein* mögliches Werkzeug ist, machte F02 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

---

<sup>52</sup> Typ G wurden zwei Fälle zugeordnet, die dieses Muster prägnant und generell als Hauptmuster zeigen: F02 und F06 (beide Fallgruppe 1).

(Internet oder Schreibmaschine), sondern den Zweck: das Schreiben. „Mensch, wenn ich nicht mehr schreiben könnte, das fänd' ich ganz furchtbar.“ (F02, 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.“ (F02, 1426-1447)

F02 zeigte im o. g. Abschnitt aus Sicht der Forscherin 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 damit, dass man aus Sicht von F02 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.“ (F02, 1454-1458)

*Ergebnisse auf Wie-Ebene (Thematisierungsregeln):* Bei F02 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 *(De-)Agentivierung* bedeutet das, dass F02 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 F02 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 F02 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 F05 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 F02 jedem Ereignis mit Gelassenheit entgegen sehen zu können, selbst dem Sterben. Handlungsmacht zeigte F02 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 F02 wiederum, da sie diese Haltung durch eine ausgeprägte Zuversicht stützt, dass alles gut gehen würde. Hinsichtlich der Thematisierungsregel *Perspektivenübernahmen* wird deutlich, dass F02 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 lief immer alles glatt, wozu sie sich auch in Opposition stellte. F02 verweilte dabei nur kurz in Perspektiven anderer, fühlte sich aber nicht vertieft ein. Z. B. 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 F02 ihre eigene in Frage stellen. Von der *Textgattung* her handelt es sich bei dieser Sequenz um eine Argumentation. Das Internet ist wie alles im Leben – damit begann die Argumentation. Anschließend legte F02

dar, wieso das so ist, wie das Leben wäre und warum sie wie zum Leben stünde. Insgesamt wurden bei F02 eine sehr selbstbewusste, selbstsichere Haltung und eine komplexe Auseinandersetzung mit Lebenshaltungen deutlich.

### 3.4 Zusammenführung der Ergebnisse

Im Folgenden werden die zentralen Ergebnisse der drei Teilstudien zusammengeführt. Dazu werden zunächst Hypothesen hinsichtlich der Vulnerabilität für eine problematische Internetnutzung abgeleitet.

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 werden nun in Bezug zu Teilstudie 3 gesetzt (vgl. Tab. 54), deren Ergebnisverdichtung in Form einer Typologie hinsichtlich Lebensbewältigungsstrategien im Spiegel der Internetnutzung erfolgte:

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

Teilstudie 3		Teilstudie 1	Teilstudie 2			
Idealtypus Lebensbewältigung im Spiegel der Internetnutzung	Fälle, die den Typus als <b>Hauptmuster</b> zeigen	Schweregrad <b>problematische Internetnutzung</b>	Belastungsgrad in der <b>Herkunftsfamilie</b>			Belastungsgrad im <b>weiteren Lebensverlauf</b>
<b>Typ A: Die Fliehende</b>	F09	Hoch	Hoch			Mittel bis hoch
	F10	Hoch	Mittel			Mittel bis hoch
	F11	Hoch	Hoch			Hoch
	F12	Hoch	Hoch			Hoch
	F14	Hoch	Hoch			Mittel bis hoch
	F15	Hoch	Hoch			Mittel bis hoch
	F17	Hoch	Hoch			Mittel bis hoch
	F18	Hoch	Gering	Mittel	Hoch	Mittel bis hoch
	F19	Hoch	Hoch			Hoch
	F21	Hoch	Hoch			Hoch
	F22	Hoch	Mittel			Mittel bis hoch
<b>Typ B: Die Selbstheilerin</b>	F13	Gering bis mittel	N/A			Hoch
	F22	Hoch	Mittel			Mittel bis hoch

Teilstudie 3		Teilstudie 1	Teilstudie 2	
Idealtypus Lebensbewältigung im Spiegel der Internetnutzung	Fälle, die den Typus als <b>Hauptmuster</b> zeigen	Schweregrad <b>problematische Internetnutzung</b>	Idealtypus Lebensbewältigung im Spiegel der Internetnutzung	Fälle, die den Typus als <b>Hauptmuster</b> zeigen
<b>Typ C: Die sich selbst Suchende</b>	F03	Gering bis mittel	Hoch	Mittel bis hoch
	F16	Gering bis mittel	Eher gering (bis mittel)	Mittel bis hoch
	F20	Gering bis mittel	Mittel	Mittel
<b>Typ D: Die Kontrollbedürftige</b>	F01	Gering bis mittel	Hoch	Hoch
	F20	Gering bis mittel	Mittel	Mittel
	F24	Gering bis mittel	N/A	Mittel bis hoch
<b>Typ E: Die Kontrollierte</b>	F04	Keine	Mittel	Eher gering (bis mittel)
	F07	Gering bis mittel	Mittel	Mittel
<b>Typ F: Die Beziehungsmanagerin</b>	F05	Gering bis mittel	Mittel	Mittel
	F07	Gering bis mittel	Mittel	Mittel
	F08	Gering bis mittel	Mittel	Mittel
<b>Typ G: Die Forschungsreisende</b>	F02	Keine	Eher gering (bis mittel)	Eher gering (bis mittel)
	F06	Keine	N/A	Eher gering (bis mittel)

(Quelle: eigene Darstellung)

Betrachtet man die obige Ergebniszusammenführung, fallen Muster auf. Z. B. 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 ließe sich ableiten, 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. 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. Der Einbezug des konkreten Kontextes ist essenziell. Ein Beispiel dafür ist F05, bei der Typ A als Nebenmuster vorkam.



Sie bezeichnete die abendliche Nutzung der Onlineforen mitunter als Möglichkeit, sich abzulenken und den beängstigenden Situationen daheim zu „entfliehen“, wenn z. B. der Notarzt kommen musste für den kranken Großvater (F05, 2227-2229). Parallel dazu erfolgte im Onlineforum aber auch eine direkte Auseinandersetzung mit der Situation daheim (also das ‚Gegenteil‘ von Flucht), wenn z. B. die Forenfreunde fragten, wie es ihr ginge und F05 sich offen austauschen konnte über die belastende Situation. Insgesamt wies F05 zahlreiche analoge Ressourcen auf, z. B. hatte sie tagsüber Freunde im analogen Leben und grundsätzlich ein gutes Verhältnis zu ihren Eltern. Das Typ-A-Muster zeigte sich bei F05 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.“ (F05, 790-805)

Das Sich-Ablenken stellt bei F05 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. 3.3.2): Welches Internetnutzungsmuster zeigt sich als Lebensbewältigungsstrategie (Frage nach dem Typus, vgl. 3.3.3)? Welche Bedeutung hat diese internetbasierte Lebensbewältigungsstrategie im Zusammenhang mit analogen Strategien (vgl. 3.3.2)? Was bedeutet das für die Vulnerabilität hinsichtlich einer problematischen Internetnutzung?

Die o. g. Überlegungen wurden auf Basis von Tab. 54 auf alle Typen angewandt und folgende Hypothesen und Erklärungsansätze formuliert (vgl. Tab. 55):

Tabelle 55: Hypothesen der Ergebniszusammenführung

Lebensbewältigungstyp	Vulnerabilität bzgl. einer probl. Internetnutzung	Bedeutung biografischer Belastungen	Erklärende Zusammenfassung
Typ A: Die Fliehende	<b>Hypothese A1:</b> Frauen, die das Internet zur ‚Flucht‘ nutzen, sind anfällig für eine problematische Internetnutzung (hohen Schweregrads).	<b>Hypothese A2:</b> Frauen mit einem hohen Belastungsleben im Lebensverlauf tendieren dazu, das Internet im Sinne des Typ-A-Verhaltensmusters zu nutzen, also zur ‚Flucht‘ und Selbstdistanzierung von Problemen.	Typ A ermöglicht, sich von hohen Belastungsständen innerlich zu distanzieren, also die seelische Notlage, die zum Teil als überwältigend empfunden wird, nicht mehr zu spüren. <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gefahr:</b> Es werden keine alternativen analogen Bewältigungsstrategien entwickelt, da über das Internet die Selbst-Entlastung so wirksam ermöglicht wird. Es könnte sich eine problematische Internetnutzung bis hin zu einem hohem Schweregrad entwickeln. Beispielfälle: F19 (vgl. 3.3.3), F21 (vgl. 3.2.1).</li> <li>• <b>Chance:</b> Ist die ‚Flucht‘ nur vorübergehend und stellt sie nur eine neben vielen analogen Bewältigungsstrategien dar, kann das Verhaltensmuster als Ressource betrachtet werden. Beispielfall: F05 (s. o.).</li> </ul>
Typ B: Die Selbstheilerin	<b>Hypothese B1:</b> Frauen, die mithilfe des Internets etwas ‚heilen‘ bzw. kompensieren, sind anfällig für eine problematische Internetnutzung (mittleren bis hohen Schweregrads).	<b>Hypothese B2:</b> Frauen mit einem hohen Belastungsleben im Lebensverlauf tendieren dazu, das Internet im Sinne des Typ-B-Verhaltensmusters zu nutzen, also zur ‚Selbstheilung‘ im Sinne von Kompensation eines Mangels im analogen Lebensbereich.	Typ B ermöglicht, Mängel im analogen Lebensbereich auszugleichen. <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gefahr:</b> 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: F22 zeitweise (vgl. 3.3.1).</li> <li>• <b>Chance:</b> 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: F13, 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.</li> </ul>
Typ C: Die sich selbst Suchende	<b>Hypothese C1:</b> Frauen, die mithilfe des Internets ‚sich selbst suchen‘, sind anfällig für eine problematische Internetnutzung (mittleren Schweregrads).	<b>Hypothese C2:</b> 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.	Typ C ermöglicht die Lösungssuche in Krisenzeiten mittels Hinwendung zu sich selbst. <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gefahr:</b> Das Internet könnte mit seinen unendlichen Möglichkeiten dazu führen, nie am Ziel (bei sich selbst) anzukommen. Beispielfall: F03 (vgl. 3.3.3, Typ C)</li> <li>• <b>Chance:</b> 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: F16 (vgl. 3.3.2, Variante 2).</li> </ul>

Lebensbewältigungstyp	Vulnerabilität bzgl. einer problematischen Internetnutzung	Bedeutung biografischer Belastungen	Erklärende Zusammenfassung
Typ D Die Kontrollbedürftige	<b>Hypothese D1:</b> Frauen, die mithilfe des Internets ‚dringlich nach schnellem Sicherheitserleben suchen‘, sind anfällig für eine problematische Internetnutzung (mittleren Schweregrads).	<b>Hypothese D2:</b> Frauen mit einem mittleren Belastungserleben im Lebensverlauf tendieren dazu, das Internet im Sinne des Typ-D-Verhaltensmusters zu nutzen, also zur Generierung von Sicherheitserleben.	Typ D ermöglicht Kontrollempfinden und Angewundenheit an Geschehnisse. <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gefahr:</b> Es entwickelt sich ein Teufelskreis. Die Internetnutzung verstärkt letztendlich das Unsicherheitsempfinden, da es einem auch viel Schlechtes vor Augen führt. Beispielfall: F24 (vgl. 3.3.3, Typ D)</li> <li>• <b>Chance:</b> Wer es schafft, sich rechtzeitig zu regulieren und ausreichend Inhalte zu filtern, kann durch eine ausgewogene Informiertheit Handlungs- und Wirkmächtigkeit generieren. Beispielfall: F01, die sich Wissen aneignete, indem sie sich über das Internet über Onlinesexsucht informierte sowie dort nach therapeutischer Hilfe suchte (vgl. 3.1.3.2).</li> </ul>
Typ E: Die Kontrollierte	<b>Hypothese E1:</b> Frauen, in deren Internetnutzung sich eine bewusste, strukturierte, gezielte Lebensgestaltung spiegelt, sind geringfügig anfällig für eine problematische Internetnutzung.	<b>Hypothese E2:</b> Das Typ-E-Verhaltensmuster kommt eher bei Frauen vor, die ein geringes biografisches Belastungserleben aufweisen.	Typ E ermöglicht die Herstellung von Strukturiertheit und Ordnung im Alltag. <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gefahr:</b> Das Internet suggeriert Kontrollmöglichkeiten in Bereichen, die eigentlich nicht kontrollierbar sind. Eine zugrundeliegende Unsicherheit wird maskiert. Beispielfall: F04 (vgl. 3.3.3, Typ E)</li> <li>• <b>Chance:</b> 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. Beispielfall: F20, die zunehmend eine regulierte Internetnutzung entwickelte und sich so von der ständigen Erreichbarkeit für andere distanzierte (vgl. 3.3.2 Fußnote 41).</li> </ul>
Typ F: Die Beziehungsmanagerin	<b>Hypothese F1:</b> Frauen, die mithilfe des Internets ‚bedürfnisorientiertes Beziehungsmanagement‘ betreiben, sind geringfügig anfällig für eine problematische Internetnutzung.	<b>Hypothese F2:</b> Typ F kommt eher bei Frauen vor, die ein geringes biografisches Belastungserleben aufweisen.	Typ F ermöglicht, Autonomie und Bedürfnisorientierung sowie die Verbundenheit mit anderen miteinander zu vereinbaren. <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gefahr:</b> Beziehungen werden stark kontrolliert. Grenzen werden zu hart abgesteckt und dadurch womöglich Alternativen übersehen. Beispielfall: F07 (vgl. 3.3.3, Typ F)</li> <li>• <b>Chance:</b> Typ F kann zu einer hohen Beziehungsqualität und einem befriedigenden Sozialleben beitragen. Es reduziert Stress durch die Etablierung gesunder Grenzen zur Umwelt. Beispielfall: F08 (vgl. 3.3.2, Fußnote 40)</li> </ul>
Typ G: Die Forschungsreisende	<b>Hypothese G1:</b> Frauen, die das Internet als eines von vielen Werkzeugen nutzen, um zu ‚lernen, zu entdecken	<b>Hypothese G2:</b> Typ G kommt eher bei Frauen vor, die ein geringes biografisches	Typ G ermöglicht grenzenloses Lernen, Kreativität und Entdecken im Sinne von Selbstverwirklichung. <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gefahr:</b> Typ G könnte eine starke Orientierung nach außen fördern und dafür die</li> </ul>

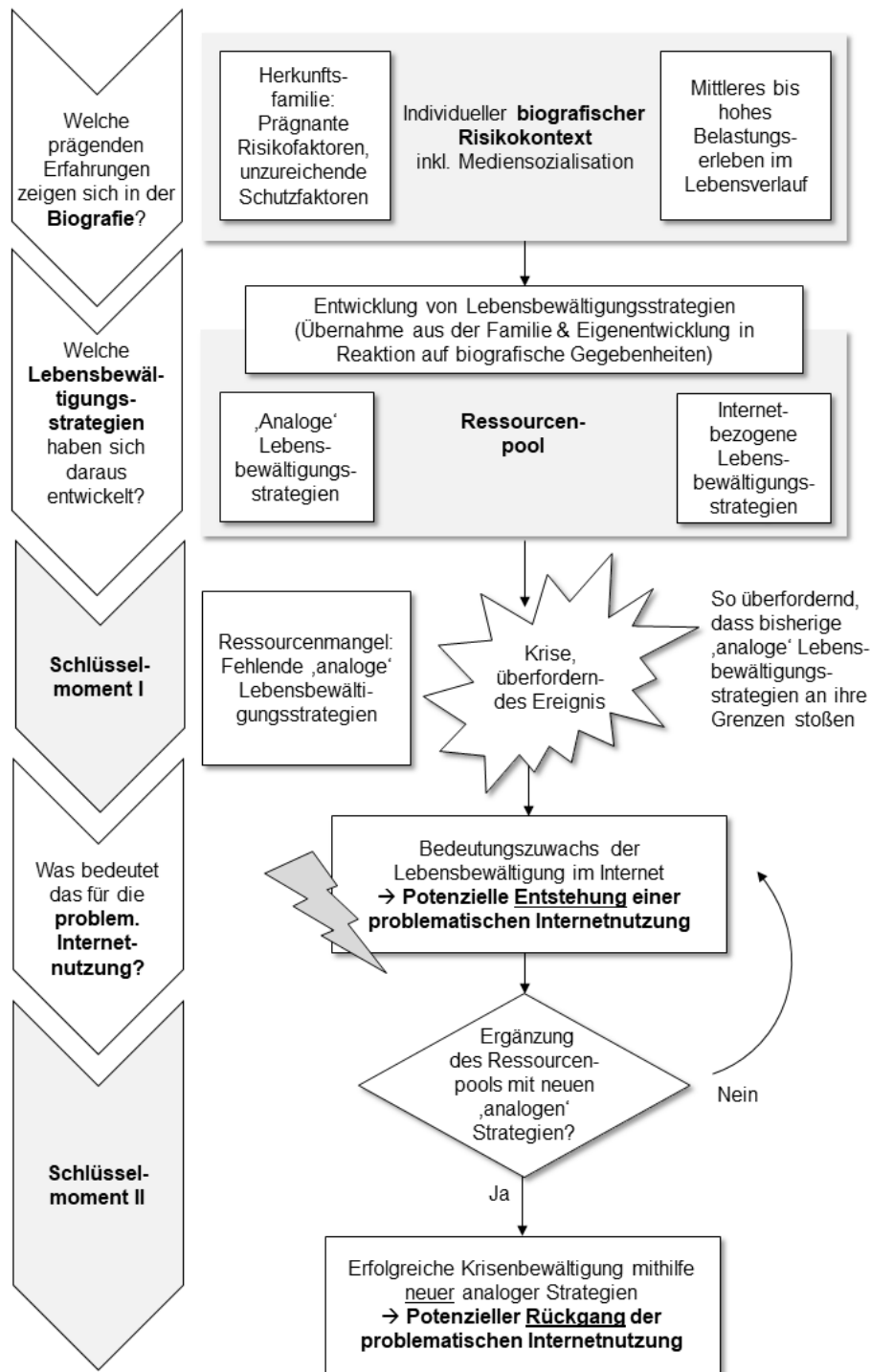
	und sich selbst zu verwirklichen', sind geringfügig anfällig für eine problematische Internetnutzung.	Belastungserleben aufweisen.	<p>Selbstreflexion und Empathie für andere Positionen hemmen. Beispielfall: F02 (vgl. 3.3.3, Typ G)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Chance</i>: Typ G sorgt 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: F06 (vgl. 3.1.2.3 und 3.3.2)</li> </ul>
--	---	------------------------------	---

(Quelle: eigene Darstellung)

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 soll ein Erklärungsmodell für die Entstehung einer problematischen Internetnutzung präsentiert werden (vgl. Abb. 18).

Das Modell verdeutlicht die Bedeutung von Lebensbewältigungsstrategien bei der Entwicklung einer problematischen Internetnutzung. Es geht 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).



(Quelle: eigene Darstellung, in Teilen beeinflusst durch Drexler, 2020, S. 22)

Abbildung 18: Modell: Entstehung einer problematischen Internetnutzung

Bei F10 z. B. zeigte sich Schlüsselmoment II dahingehend, dass sie sich schließlich von ihrem Mann trennte, womit sie das bisherige ambivalente Strategienkonstrukt zwischen ständigen Partnerschaftskonflikten bei gleichzeitig finaler

Konfliktvermeidung (was F10 u. a. mittels Ausweichen ins problematische Chat-ten umsetzte) auflöste. Dabei begann der Schlüsselmoment schon vor der Trennung, als F10 eine Depression entwickelte und feststellte, dass sie wie ihre Mutter übermäßig aß und problematisch Alkohol konsumierte. Dies war der Moment, als F10s mit ihren alten Strategien – im positiven Sinne – ‚scheiterte‘.

Das Modell erklärt so auch, wie eine (aus Sicht der Forscherin) problematische Internetnutzung als dauerhafte Strategie bestehen bleiben kann, ohne dass Leidensdruck und Hilfebedarf bei der Betroffenen entstehen. F24 z. B. bewertete ihre ständige Nutzung von Sozialen Netzwerken und Onlinenachrichten nicht als wirklich problematisch. Die Vermutung ist hier, dass der Ressourcenpool bei F24 insgesamt offenbar ausreichte, um die Herausforderungen des Lebens (z. B. die ständige Angst, etwas Schlimmes könnte passieren) zu bewältigen. Entsprechend gab es seitens F24 keinen Veränderungsbedarf – denn es entstand kein Schlüsselmoment, kein ‚Scheitern‘ der bisherigen Strategien.

#### **4. DISKUSSION**

Im Folgenden sollen die Ergebnisse dieser Arbeit und deren theoretische Anschlussfähigkeit diskutiert werden. Zudem sollen die Stärken und Limitationen des Vorgehens verdeutlicht werden und ein Ausblick auf Anschlussstudien erfolgen.

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 wurde ein Untersuchungsansatz gewählt, 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 & Mößle, 2012, S. 395 ff.). Angewandt wurden Methoden der qualitativen Sozialforschung.

Es wurde ein Forschungsdesign entwickelt, das mithilfe offen strukturierter teilnarrativ-biografischer Interviews viel Raum für die subjektive Perspektive betroffener Frauen ermöglichte. In der Auswertung wurden inhaltsanalytisch-kodierende und rekonstruktiv-hermeneutische Verfahren kombiniert, was ermöglichte, ein relativ umfangreiches Datenmaterial von n=24 Interviews – von denen manche mehr als zwei Stunden dauerten – auszuwerten. Auch in den inhaltsanalytisch-kodierenden Verfahren wurde ein einzelfallbasiertes Vorgehen angewandt, 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 möglich, das komplette Datenmaterial zu analysieren und so die Bandbreite des Phänomens in den Blick zu nehmen (was 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 Sicht der Doktorandin den bisherigen Forschungsstand um relevante neue Erkenntnisse ergänzen. Dies soll im Folgenden näher ausgeführt werden.

#### **4.1 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 erfolgte eine Differenzierung 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 starker Ausprägung. Die auf Frauen ebenfalls zutreffenden hohen

Schweregrade, die in der vorliegenden Studie deutlich wurden, decken sich mit den Erkenntnissen von Müller et al. (2019, S. 59 ff.), die keine Hinweis darauf finden konnten, dass die Prävalenzen in Bezug auf betroffene Frauen nicht der Realität entsprächen. 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) vermuteten (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: Z. B. 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 zeigten sich in Fallgruppe 3 einerseits stark ausgeprägt, bis hin zu Suizidversuchen und erheblichen negativen Beeinträchtigungen, andererseits funktionierten einige der Frauen im Beruf oder in der Familie nahezu unbeeinträchtigt weiter. In Fallgruppe 2 hingegen zeigte sich eher ein Sowohl-als-auch: 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 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 *un*problematischen 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 stellte 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, z. B. 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 soll keinesfalls mit einer geringer ausgeprägten Problematik gleichgesetzt werden. Im Gegenteil, bei F17 z. B. wird deutlich, dass das Weiterfunktionieren im Beruf und die problematische Internetnutzung Teil desselben Musters sind: sich Anerkennung verschaffen. Bei F17 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.

Die Autorin der vorliegenden Arbeit ist entsprechend selbst im Zwiespalt, wie sie diesen wichtigen Aspekt einordnen soll. Sie will 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 Therapeuten in der Studie von Kuss und Griffiths (2015) hatten hingegen die Hypothese, dass weibliche Betroffenen im Alltag eher als Männer 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 Fallgruppe 3 der vorliegenden Studie tatsächlich deutlich, dass selbst hohe Schweregrade der Außenwelt gegenüber unsichtbar bleiben können. Hierzu ist noch weitere Forschung notwendig.

Im 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. z. B. 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). Die vorliegende Arbeit schließt sich dem an, da deutlich wurde, 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 z. B. 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 u. a. Depressionen, Ängste, Traumafolgen und Suizidalität kamen insbesondere in Fallgruppe 3 in hoher Dichte vor, deutlich verdichteter als in den anderen beiden Gruppen. Dies zeigt die Anschlussfähigkeit der vorliegenden Studie an den aktuellen Forschungsstand, demnach psychisch-pathologische Faktoren hinsichtlich der Entwicklung einer problematischen Internetnutzung von hoher Relevanz sind, wobei sich auch geschlechterspezifische Unterschiede zeigen (vgl. z. B. 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 z. B. 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). In 4.2 wird nochmal vertieft auf Erklärungsansätze eingegangen. Anzumerken ist, dass in der vorliegenden Arbeit keine standardisierte Diagnostik hinsichtlich Komorbiditäten erfolgte, sondern ein offenes Interviewverfahren. Im Material ist also nur das erhalten, was die Frauen als relevant empfanden und verbalisierten. Teilstudie 1 kann also 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 u. a. 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 dieser 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. z. B. F03 und F20). 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 (z. B. 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 psychischer Störungen in Alternativversorgungsangeboten behandeln ließen (Müller et al., 2019, S. 6). Die vorliegende Arbeit sieht den Zugriff auf Alternativhilfen dabei 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 F12 (vgl. 3.3.2) 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. F12 nahm entsprechend zu einer Psychotherapie in Bezug auf die Depression in Anspruch und besuchte parallel eine Selbsthilfegruppe in Bezug auf ihre problematische Internetnutzung. Auch F22 z. B. (vgl. 3.3.1) suchte sich bewusst eine ambulante Psychotherapie zur Behandlung ihrer Depression, da sie diese als das primäre Problem ansah.

## **4.2 Erklärung einer problematischen Internetnutzung bei Frauen**

Die Erarbeitung der Entstehungszusammenhänge einer problematischen Internetnutzung aus biografischer Perspektive und somit die Beantwortung von Forschungsfrage 2 (Wie erklärt sich eine problematische Internetnutzung bei Frauen aus biografischer Perspektive?) erfolgte in Teilstudie 2 und 3.

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 Herkunftsfamiliensysteme, 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 i. d. R. noch in ihrer Herkunftsfamilie. Die vorliegende Arbeit hingegen schließt Fälle ein, 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 der vorliegenden Arbeit durch die Betrachtung der Lebensverläufe im Längsschnitt eine hohe Komplexität. Innerhalb jeder Biografie zeigten sich Wechsel zwischen weniger und stärker belasteten Lebensphasen, 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 z. B. 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 entwickelte. Um die (Nicht-)Entwicklung einer Problematik und somit final die tatsächlichen Entstehungskontexte zu *erklären*, war es notwendig, zusätzlich zu den Merkmalen der problematischen Internetnutzung (Teilstudie 1) und der lebensgeschichtlichen Verortung (Teilstudie 2) die Bedeutung und Funktion der Internetnutzung herauszuarbeiten: Inwiefern macht die problematische Internetnutzung genau so (mit diesen Merkmalen) genau zu dem Zeitpunkt (in der Biografie) *Sinn*?

Auf diese Frage konnten in Teilstudie 3 Antworten mithilfe eines rekonstruktiv-hermeneutischen Auswertungsverfahrens gefunden werden. Alle Fälle wurden dahingehend analysiert, 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 konnten vier Varianten ermittelt werden: das Internet (1) als 1:1-Abbild analoger Lebensbewältigungsstrategien, (2) als treibende Kraft bei der Entwicklung neuer analoger Lebensbewältigungsstrategien, (3) als Spiegel nicht mehr erwünschter Lebensbewältigungsstrategien und (4) als eigenständige Lebensbewältigungsstrategie.

Zum anderen wurden sieben verschiedene Grundmuster der Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie rekonstruiert und als Typologie systematisiert. Dazu wurden idealtypisch Verhaltensmuster der Lebensbewältigung im analogen wie internetbasierten Zusammenhang miteinander in Verbindung gebracht: Im Nutzungsmuster Typ A (die Fliehende) wird das Internet zur Selbstdistanzierung, zum sich Herauslösen aus schwierigen Situationen genutzt, im Nutzungsmuster Typ B (die Selbstheilerin) 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 Beziehungsmanagerin) zur bedürfnisorientierten Beziehungsgestaltung und im Nutzungsmuster Typ G (die Forschungsreisende) zum Lernen, Entdecken im Sinne von Selbstverwirklichung.

Zusammenfassend wird deutlich, dass durch das Vorgehen in Teilstudie 3 – d. h. indem die Internetnutzung generell als Lebensbewältigungsstrategie verstanden wurde – ein neuer Zugang dahingehend entstand, die Entstehung einer problematischen Internetnutzung zu erklären, sondern auch, warum sie genau in dieser Lebenssituation entstand 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 wurde final ein Modell entwickelt, 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 Person nicht gelingt, den eigenen ‚Ressourcen-Pool‘ um neue analoge Strategien zu erweitern. Zudem wurden in der Ergebniszusammenführung alle Ergebnisse der drei Teilstudien in einer Matrix zusammengeführt und je nach Lebensbewältigungstypus Hypothesen gebildet, 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. z. B. 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 männerspezifische Risikofaktoren gibt (vgl. G.-H. Dong & Potenza, 2022). Die vorliegende Arbeit trägt 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 in der vorliegenden Arbeit entwickelte Entstehungsmodell situiert den biografischen Kontext und damit verbundene prägende bzw. belastende Kindheitserlebnisse hingegen *außerhalb* der Person, so wie auch das Suchtdreieck Umwelt und Person gleichwertig als Einflussfaktoren nebeneinanderstellt. Das gibt den Umfeldeinflüssen einen weniger prädispositionierenden Charakter. Das vorliegende Modell betont hingegen vorab bereits *vorhandene* Coping-Strategien und fügt die Internetnutzung darin ein. Eine problematische Internetnutzung wird zudem in der vorliegenden Arbeit nicht als dysfunktionale Coping-Strategie, sondern vor dem Hintergrund der persönlichen Lebensgeschichte wertfrei betrachtet als *funktionale* Strategie, die im Zusammenhang steht mit analogen Strategien.

Das hier vorgestellte Modell stellt die Entwicklung einer problematischen Internetnutzung zudem deutlich reduzierter als das I-PACE-Modell. Es wird eher auf den Zugang zu einer Problematik mittels Verständnis fokussiert, wie es auch die Systemische Therapie tut: Das Symptom wird als (unbewusster) „Lösungsversuch“ (Schweitzer & Schlippe, 2016, S. 79) angesehen. Es macht Sinn, da es z. B. dabei ‚hilft‘, ein relevantes System aufrechtzuerhalten (z. B. 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 F10, 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 z. B. depressive Gedankenspiralen effektiv weg-schieben zu können, *muss* das Internet unter Ermangelung alternativer

Strategien übermäßig genutzt werden, andernfalls wären die Gedanken immer noch präsent. Das trifft z. B. auf F15 zu.

Das hier 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 u. a., 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) Das in der vorliegenden Arbeit entwickelte 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 Mediennutzung 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).

### **4.3 Implikationen für die Versorgungspraxis**

Zu guter Letzt war es ein Ziel dieser Arbeit, 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)

(1) Die vorliegende 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 z. B. Frauen nur hinsichtlich einer Problematik mit Sozialen Netzwerken anzusprechen). Es sollte unbedingt die gesamte Ausprägungsbandbreite adressiert werden, um keine betroffene Frau auszuschließen.

(2) Es sollte der Fokus auf die problematische Internetnutzung als Lebensbewältigungsstrategie gerichtet werden. Dies 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 sollte auch dahingehend betrachtet werden, 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.

(3) Für die Prävention einer problematischen Internetnutzung wird vorgeschlagen, 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. Wer reflektieren kann, wie und warum sie das Internet in welchen Situationen nutzt und ob es sich dabei hilfreich oder schädlich auswirkt, erlangt nicht nur eine fundierte Kompetenz in gesunder Internetnutzung, sondern auch in der Aufrechterhaltung der eigenen mentalen Gesundheit. Das Internet kann als Spiegel für eine Reihe anderer psychischer und sozialer Probleme genutzt werden. In der eigenen Internetnutzung zeigt sich womöglich, 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 (z. B. eine frühe Aufklärung über Anlaufstellen im Hilfesystem).

(4) Die hier interviewten Frauen waren sehr kompetent darin, 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. Dies sollte von der Versorgungspraxis (und von der

Forschung) nicht zwingend als Defizit, sondern könnte als Stärke dieser Betroffenengruppe gedeutet werden. Es wäre entsprechend sinnvoll, allgemein Versorgende wie z. B. 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 diese schlichtweg von vielen 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 auch umliegende soziale und psychische Problembereiche 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 Herkunftsfamilien-systems. 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)

#### **4.4 Stärken, Schwächen und Schlussfolgerungen**

Folgende Stärken dieser Arbeit sollen genannt werden:

(1) Mithilfe eines integrativen qualitativen Forschungsansatzes wurde ein offener Raum für neue Erkenntnisse bezüglich einer bisher noch wenig greifbaren Betroffenenengruppe geschaffen. Hilfreich dabei war, dass der Fallzusammenhang gewahrt wurde, 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. Es konnte zudem die Komplexität innerer Entstehungszusammenhänge herausgearbeitet werden.

(2) Die Stärke des entwickelten Entstehungsmodells einer problematischen Internetnutzung aus biografischer Perspektive wird darin gesehen, 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 – z. B. 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 das hier vorgestellte 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.

(3) Insgesamt ermöglicht die 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 z. B. 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 sollen folgende Aspekte genannt werden:

(1) Die Typologie ist insofern kritisch zu beleuchten, als dass Typologien immer auch eine Konstruktion darstellen. Je nachdem, für welche Vergleichsdimensionen die Forscherin sich entscheidet, 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.

(2) Grundsätzlich weist die Zusammenstellung des 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, z. B. 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.

(3) Methodisch ist zu berücksichtigen, dass in Teilstudie 1 mit der Gruppierung der Fälle in Schweregrade einer problematischen Internetnutzung eine frühe Konstruktion erfolgt, die die restliche Auswertung prägte, da auch in Teilstudie 2 und 3 und in der Ergebniszusammenführung darauf Bezug genommen wurde. Andererseits wirkte Teilstudie 3 dahingehend ‚ausgleichend‘, da das dortige

Auswertungsvorgehen sich im Kern von den Schweregradgruppen löste und erst ganz am Ende wieder dorthin zurückgeführt wurde.

(4) Methodisch ist weiterhin kritisch zu betrachten, dass aus forschungspragmatischen Gründen Abkürzungsstrategien notwendig waren. Ohne Abkürzungen wären womöglich weitere Dimensionen des Phänomens deutlich geworden.

(5) Leider wurde die frauenspezifische Perspektive aus pragmatischen Gründen analytisch nicht so berücksichtigt, wie es sich die Autorin der vorliegenden Arbeit 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.

(6) Was ebenfalls nicht abgebildet werden konnte, war im Rahmen der Analyse der Herkunftsfamilien eine bindungstheoretische Perspektive. Zwischenzeitig 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. Die Interviewleitfäden hätten gezielter hinsichtlich des Aspekts Bindung konzipiert oder auf Bindung spezialisierte Interviewfragen integrieren sollen, z. B. in Orientierung am Adult Attachment Interview (George et al., 1985, 1996; Gloger-Tippelt, 2016).

(7) Eine verschenkte Möglichkeit war der Fragebogen zur allgemeinen Medien- und Internetnutzung. Dieser war zu allgemein gestaltet, so dass viele nicht ausreichend aussagekräftige und brauchbare Informationen erhoben wurden. Er hätte dieser Arbeit mehr genützt, wenn er auf problematische Nutzungsweisen gezielt hätte.

Womit sollten sich zukünftige Forschungsvorhaben beschäftigen?

(1) In der Ergebniszusammenführung (vgl. 3.4) wurden Hypothesen zur Vulnerabilität hinsichtlich einer problematischen Internetnutzung je nach Nutzungstyp gebildet. Diese sollten in zukünftiger Forschung überprüft werden. Z. B. war auffällig, dass Typ A (die Fliehende) 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 z. B. 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 sollten prüfen, inwiefern die hier vorgestellten Ergebnisse, die Typologie und die Hypothesen 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 in Hinblick auf die problematische Internetnutzung noch genauer herausarbeiten.

(5) Auf Basis der dargestellten Typologie sollte ein alternatives (Selbst-)Diagnostikinstrument bzgl. einer problematischen Internetnutzung bei Frauen entwickelt werden. 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 bei Frauen – aber auch bei Männern – *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 Betroffenenengruppe entstehen.

## 5. 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. Die vorliegende Arbeit möchte mit einem Fokus auf die Betroffenenperspektive dazu beitragen, diese Forschungslücke zu schließen. Ihr 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 wurde ein qualitativer Forschungszugang gewählt. Es wurden n=24 teilnarrativ-biografische Interviews mit Frauen geführt, die das Internet gern/intensiv nutzten, sowie mit Frauen, die das Internet problematisch nutzten. Ausgewertet wurde im Rahmen von drei Teilstudien: In Teilstudie 1 erfolgte die Analyse der problematischen Internetnutzung bzgl. ihrer Ausprägungsbandbreite mithilfe eines inhaltsanalytisch-kodierenden Verfahrens. In Teilstudie 2 wurde der biografische Kontext (hauptsächlich) inhaltsanalytisch-kodierend analysiert. In Teilstudie 3 wurde der Aspekt der Lebensbewältigungsstrategien rekonstruktiv-hermeneutisch ausgewertet. 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 Lebensbewältigungsstrategie 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.

## 6. LITERATURVERZEICHNIS

- Abdel-Salam, D. M., Alrowaili, H. I., Albedaiwi, H. K., Alessa, A. I. & Alfa-yyadh, H. A. (2019). 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), 12. <https://doi.org/10.1186/s42506-019-0009-6>
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E. & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum.
- Ait-Daoud, N., Blevins, D., Khanna, S., Sharma, S., Holstege, C. P. & Amin, P. (2019). Women and Addiction: An Update. *The Medical clinics of North America*, 103(4), 699–711. <https://doi.org/10.1016/j.mcna.2019.03.002>
- Alimoradi, Z., Lin, C.-Y., Imani, V., Griffiths, M. D. & Pakpour, A. H. (2019). Social media addiction and sexual dysfunction among Iranian women: The mediating role of intimacy and social support. *Journal of behavioral addictions*, 8(2), 318–325. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.24>
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5-TR* (Fifth edition, Text revision). American Psychiatric Association.
- Anderson, E. L., Steen, E. & Stavropoulos, V. (2017). 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), 430–454. <https://doi.org/10.1080/02673843.2016.1227716>
- Andreassen, C. S., Pallesen, S. & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, 64, 287–293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>
- Ashley, O. S., Marsden, M. E. & Brady, T. M. (2003). Effectiveness of substance abuse treatment programming for women: a review. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 29(1), 19–53. <https://doi.org/10.1081/ada-120018838>
- Aston, E. R., Farris, S. G., Metrik, J. & Rosen, R. K. (2019). Vaporization of Marijuana Among Recreational Users: A Qualitative Study. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 80(1), 56–62. <https://doi.org/10.15288/jsad.2019.80.56>
- Aubut, V., Wagner, V., Cousineau, M.-M. & Bertrand, K. (2021). Problematic Substance Use, Help-Seeking, and Service Utilization Trajectories among Seniors: An Exploratory Qualitative Study. *Journal of Psychoactive Drugs*, 53(1), 18–26. <https://doi.org/10.1080/02791072.2020.1824045>
- Aufenanger, S. (1994). Strukturanalytische Rezeptionsforschung Familienwelt und Medienwelt von Kindern. In S. Hiegemann & W. H. Swoboda (Hrsg.), *Handbuch der Medienpädagogik: Theorieansätze – Traditionen – Praxisfelder – Forschungsperspektiven* (S. 403–412). VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Bakken, I. J., Wenzel, H. G., Gøtestam, K. G., Johansson, A. & Oren, A. (2009). Internet addiction among Norwegian adults: A stratified probability

- sample study. *Scandinavian Journal of Psychology*, 50(2), 121–127. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2008.00685.x>
- Beard, K. W. (2002). Internet addiction: Current status and implications for employees. *Journal of Employment Counseling*, 39, 2–11. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1920.2002.tb00503.x>
- Beard, K. W. & Wolf, E. M. (2001). Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 4(3), 377–383. <https://doi.org/10.1089/109493101300210286>
- Becker, H. S. (1953). Becoming a Marijuana User. *The American Journal of Sociology*, 59(3), 235–242. <http://www.jstor.org/stable/2771989>
- Becker, H. S. (2019). *Außenseiter: Zur Soziologie abweichenden Verhaltens* (3. Aufl.). Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-26252-5>
- Becker, J. B., McClellan, M. & Reed, B. G. (2016). Sociocultural context for sex differences in addiction. *Addiction Biology*, 21(5), 1052–1059. <https://doi.org/10.1111/adb.12383>
- Beutel, M. E., Brähler, E., Glaesmer, H., Kuss, D. J., Wölfling, K. & Müller, K. W. (2011). Regular and problematic leisure-time Internet use in the community: results from a German population-based survey. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 14(5), 291–296. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0199>
- Beutel, M. E., Hoch, C., Wölfling, K. & Müller, K. W. (2011). Klinische Merkmale der Computerspiel- und Internetsucht am Beispiel der Inanspruchnehmer einer Spielsuchtambulanz. *Zeitschrift für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie*, 57(1), 77–90. <http://www.jstor.org/stable/23871106>
- Bischof, G., Bischof, A., Meyer, C., John, U. & Rumpf, H.-J. (2013). *Prävalenz der Internetabhängigkeit – Diagnostik und Risikoprofile (PINTA-DIARI): Kompaktbericht*. Lübeck. [https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5\\_Publikationen/Drogen\\_und\\_Sucht/Berichte/Abschlussbericht/PINTA-DIARI-2013-Kompaktbericht.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/Berichte/Abschlussbericht/PINTA-DIARI-2013-Kompaktbericht.pdf)
- BITKOM. (2011). *Netzgesellschaft: Eine repräsentative Untersuchung zur Mediennutzung und dem Informationsverhalten der Gesellschaft in Deutschland*. <https://www.bitkom.org/sites/default/files/file/import/BITKOM-Publikation-Netzgesellschaft.pdf>
- Bitzer, E. M., Bleckmann, P. & Mößle, T. (2014). *Prävention problematischer und suchtartiger Bildschirmmediennutzung: Eine deutschlandweite Befragung von Praxiseinrichtungen und Experten* (KFN-Forschungsbericht Nr. 125). Hannover. [https://kfn.de/wp-content/uploads/Forschungsberichte/FB\\_125.pdf](https://kfn.de/wp-content/uploads/Forschungsberichte/FB_125.pdf)
- Bleckmann, P., Jukschat, N. & Kruse, J. (2012). Der virtuelle Geist des Kapitalismus oder: warum exzessives Computerspielverhalten Arbeit ist. *ZQF – Zeitschrift für Qualitative Forschung*, 13(1-2), 235–261. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-386864>
- Bohnsack, R. (2021). *Rekonstruktive Sozialforschung: Einführung in qualitative Methoden* (10., durchgesehene Auflage). Verlag Barbara Budrich. <https://elibrary.utb.de/doi/book/10.36198/9783838587851>
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: retrospect and prospect. *The American journal of orthopsychiatry*, 52(4), 664–678. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1982.tb01456.x>

- Brady, K., Back, S. E. & Greenfield, S. F. (Hrsg.). (2009). *Women and addiction: A comprehensive handbook*. Guilford Press.
- Brand, M. (2017). 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* (2. Aufl., S. 19–34). Springer International Publishing Switzerland. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-46276-9\\_2](https://doi.org/10.1007/978-3-319-46276-9_2)
- Brand, M., Laier, C. & Young, K. S. (2014). Internet addiction: coping styles, expectancies, and treatment implications. *Frontiers in Psychology*, 5, 1256. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.01256>
- Brand, M., Young, K. S., Laier, C., Wölfling, K. & Potenza, M. N. (2016). 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, 252–266. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.08.033>
- Braun, U. (2014). *Exzessive Internetnutzung Jugendlicher im familialen Kontext.: Analysen zu Sozialschicht, Familienklima und elterlichem Erwerbsstatus*. Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-04197-7>
- Breuer, F., Mey, G. & Mruck, K. (2011). Subjektivität und Selbst-/Reflexivität in der Grounded-Theory-Methodologie. In G. Mey & K. Mruck (Hrsg.), *Grounded Theory Reader* (2. Aufl., S. 427–448). VS Verlag für Sozialwissenschaften. [https://doi.org/10.1007/978-3-531-93318-4\\_19](https://doi.org/10.1007/978-3-531-93318-4_19)
- Breuer, F., Muckel, P. & Dieris, B. (2019). *Reflexive Grounded Theory: Eine Einführung für die Forschungspraxis* (4. Aufl.). Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-22219-2>
- Brisch, K. H. (2020). *Bindungsstörungen: Von der Bindungstheorie zur Therapie* (13. Aufl.). Klett-Cotta Verlag.
- Brown, S. (2002). Women and Addiction. Expanding Theoretical Points of View. In S. L. A. Straussner & S. Brown (Hrsg.), *The handbook of addiction treatment for women* (1. Aufl., S. 26–51). Jossey-Bass.
- Brüsemeister, T. (2008). *Qualitative Forschung. Ein Überblick* (2. Aufl.). VS Verlag für Sozialwissenschaften. <https://doi.org/10.1007/978-3-531-91182-3>
- Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J. & Tao, F. (2011). Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC Public Health*, 11(1), 802. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-802>
- Charlton, M. & Neumann, K. (1986). *Medienkonsum und Lebensbewältigung in der Familie: Methode und Ergebnisse der strukturanalytischen Rezeptionsforschung – mit 5 Falldarstellungen*. Psychologie-Verlags-Union.
- Chen, L. & Jiang, X. (2020). 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). <https://doi.org/10.3390/ijerph17020488>
- Christakis, D. A., Moreno, M. M., Jelenchick, L., Myaing, M. T. & Zhou, C. (2011). Problematic internet usage in US college students: a pilot study. *BMC Medicine*, 9(1), 77. <https://doi.org/10.1186/1741-7015-9-77>

- Claes, L., Müller, A., Norré, J., van Assche, L., Wonderlich, S. & Mitchell, J. E. (2012). 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), 126–131. <https://doi.org/10.1002/erv.1136>
- Costanzo, A., Santoro, G., Russo, S., Cassarà, M. S., Midolo, L. R., Billieux, J. & Schimmenti, A. (2021). 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), 656–664. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000001356>
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187–195. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8)
- 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. (2021). 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), e045840. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-045840>
- Dieris-Hirche, J., Geisler, B. L., Bottel, L. & Theodor te Wildt, B. (2021). Problematische und pathologische Bindungsphänomene im Zusammenhang mit internetbezogenen Störungen. *Nervenheilkunde*, 40(12), 989–1000. <https://doi.org/10.1055/a-1650-1441>
- Dollinger, B. & Schmidt-Semisch, H. (Hrsg.). (2007). *Sozialwissenschaftliche Suchtforschung*. VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Dong, G.-H. & Potenza, M. N. (2022). Considering gender differences in the study and treatment of internet gaming disorder. *Journal of Psychiatric Research*, 153, 25–29. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2022.06.057>
- Dong, X., Zhang, R., Zhornitsky, S., Le, T. M., Wang, W., Li, C.-S. R. & Zhang, S. (2021). 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), 5015. <https://doi.org/10.3390/jcm10215015>
- Douglas, A. C., Mills, J. E., Niang, M., Stepchenkova, S., Byun, S., Ruffini, C., Lee, S. K., Loutfi, J., Lee, J.-K., Atallah, M. & Blanton, M. (2008). Internet addiction: Meta-synthesis of qualitative research for the decade 1996–2006. *Computers in Human Behavior*, 24(6), 3027–3044. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2008.05.009>
- Drexler, K. (2020). *Erbte Wunden erkennen: Wie Traumata der Eltern und Großeltern unser Leben prägen* (2. Aufl.). Klett-Cotta.
- Fedorova, E. V., Roth, A. M., Cepeda, A., Wong, C. F., Iverson, E. & Lankenau, S. E. (2020). 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), 157–172. <https://doi.org/10.1177/0022042619900205>

- Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., Koss, M. P. & Marks, J. S. (1998). Relationship of Childhood Abuse and Household Dysfunction to Many of the Leading Causes of Death in Adults. *American journal of preventive medicine*, 14(4), 245–258. [https://doi.org/10.1016/S0749-3797\(98\)00017-8](https://doi.org/10.1016/S0749-3797(98)00017-8)
- Flick, U. (2011). Methoden-Triangulation in der qualitativen Forschung. In U. Flick (Hrsg.), *Triangulation* (S. 27–50). VS Verlag für Sozialwissenschaften. [https://doi.org/10.1007/978-3-531-92864-7\\_3](https://doi.org/10.1007/978-3-531-92864-7_3)
- Flick, U., Kardoff, E. von & Steinke, I. (Hrsg.). (2019). *Qualitative Forschung. Ein Handbuch* (13. Aufl., Originalausgabe). Rowohlt Taschenbuch Verlag.
- Fuchs-Heinritz, W. (2005). *Biographische Forschung: Eine Einführung in Praxis und Methoden* (3. Aufl.). VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- George, C., Kaplan, N. & Main, M. (1985). *The adult attachment interview: Unpublished manuscript*. Berkeley. University of California at Berkeley.
- George, C., Kaplan, N. & Main, M. (1996). *Adult Attachment Interview: Unpublished manuscript*. Berkeley. University of California at Berkeley. [http://www.cmap.polytechnique.fr/~jingrebecali/research/AAI\\_Scoring.pdf](http://www.cmap.polytechnique.fr/~jingrebecali/research/AAI_Scoring.pdf)
- Glaser, B. G. & Strauss, A. L. (2010). *Grounded theory: Strategien qualitativer Forschung* (3. Aufl.). Huber.
- Gläser, J. & Laudel, G. (2010). *Experteninterviews und qualitative Inhaltsanalyse als Instrumente rekonstruierender Untersuchungen* (4. Aufl.). VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Gloger-Tippelt, G. (2016). Kapitel 3: Das Adult Attachment Interview: Durchführung und Auswertung. In G. Gloger-Tippelt (Hrsg.), *Bindung im Erwachsenenalter: Ein Handbuch für Forschung und Praxis* (3. Aufl., S. 93–112). Hogrefe.
- Grajewski, P. & Dragan, M. (2020). Adverse childhood experiences, dissociation, and anxious attachment style as risk factors of gaming disorder. *Addictive behaviors reports*, 11, 100269. <https://doi.org/10.1016/j.ab-rep.2020.100269>
- Greschner, M., Müller, J. M., Lindenberg, K., Reck, C., Romer, G. & Strittmatter, E. (2017). Bindungsstile bei Probanden mit pathologischem Internetgebrauch. *SUCHT*, 63(1), 43–52. <https://doi.org/10.1024/0939-5911/a000467>
- Grossarth-Maticek, R. (2018). *Krankheit als Biographie: Ein medizinsoziologisches Modell der Entstehung und Therapie der Krebserkrankung*. KiWi Bibliothek.
- 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), 204. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02626-9>
- Helfferrich, C. (2011). *Die Qualität qualitativer Daten: Manual für die Durchführung qualitativer Interviews* (4. Aufl.). VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Helfferrich, C., Klindworth, H., Heine, Y. & Wlosnewski, I. (2016). *frauen leben 3: Familienplanung im Lebenslauf von Frauen – Schwerpunkt: Ungewollte*

- Schwangerschaften*. Eine Studie im Auftrag der BZgA (Forschung und Praxis der Sexualaufklärung und Familienplanung, Band 38). Köln. [https://www.forschung.sexualaufklaerung.de/fileadmin/fileadmin-forschung/pdf/Frauenleben3\\_Langfassung\\_Onlineversion.compressed.pdf](https://www.forschung.sexualaufklaerung.de/fileadmin/fileadmin-forschung/pdf/Frauenleben3_Langfassung_Onlineversion.compressed.pdf)
- Hirschhäuser, L. & Rosenkranz, M. (2012). Exzessive Internetnutzung in Familien. *tv diskurs*, 16(4), 14–19. [https://mediendiskurs.online/data/hefte/ausgabe/62/hirschhaeuser\\_rosenkranz014\\_tvd62.pdf](https://mediendiskurs.online/data/hefte/ausgabe/62/hirschhaeuser_rosenkranz014_tvd62.pdf)
- Hoffmeyer-Zlotnik, J. H., Hanefeld, U., Herter-Eschweiler, R. & Mohr, S. (2010). *Statistik und Wissenschaft: Demographische Standards* [Ausgabe 2010]. [https://www.statistischebibliothek.de/mir/servlets/MCRFileNodeServlet/DEMonografie\\_derivate\\_00000210/1030817109004.pdf](https://www.statistischebibliothek.de/mir/servlets/MCRFileNodeServlet/DEMonografie_derivate_00000210/1030817109004.pdf)
- 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), 260–267. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000336>
- 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), 967–982. <https://doi.org/10.1556/2006.2021.00081>
- 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), 744–750. <https://doi.org/10.1037/adb0000321>
- Jukschat, N. (2016). 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* (S. 279–297). Budrich Barbara.
- Jüttemann-Lembke, A. & Kern, J. (1987). *Abhängigkeitskarrieren: Biographische Studien zu verschiedenen Alkoholikergruppen*. Deutscher Studien Verlag.
- Kalitzkus, V. & Wilm, S. (2017). Familie in der Medizin – Familienmedizin. In A. Wonneberger, K. Weidtmann & S. Stelzig-Willutzki (Hrsg.), *Familienwissenschaft: Grundlagen und Überblick* (S. 417–450). Vieweg. [https://doi.org/10.1007/978-3-658-17003-5\\_15](https://doi.org/10.1007/978-3-658-17003-5_15)
- 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), 6989. <https://doi.org/10.3390/ijerph18136989>
- Kelle, U. & Kluge, S. (2010). *Vom Einzelfall zum Typus: Fallvergleich und Fallkontrastierung in der qualitativen Sozialforschung* (2. Aufl.). VS Verlag für Sozialwissenschaften. <http://www.socialnet.de/rezensionen/isbn.php?isbn=978-3-531-14704-8> <https://doi.org/10.1007/978-3-531-92366-6>



- Kitazawa, M., Yoshimura, M., Murata, M., Sato-Fujimoto, Y., Hitokoto, H., Miumura, 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), 531–539. <https://doi.org/10.1111/pcn.12662>
- Klingemann, H. (2007). "Selbstheilung": System- und Lebenslaufperspektiven. In B. Dollinger & H. Schmidt-Semisch (Hrsg.), *Sozialwissenschaftliche Suchtforschung* (S. 195–211). VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Kluge, S. (2000). Empirisch begründete Typenbildung in der qualitativen Sozialforschung. *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research*, 1(1). <https://doi.org/10.17169/fqs-1.1.1124>
- Ko, C.-H. (2005). Gender Differences and Related Factors Affecting Online Gaming Addiction Among Taiwanese Adolescents. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 193(4), 273–277. <https://doi.org/10.1097/01.nmd.0000158373.85150.57>
- Koch, S. (2016). Qualitative Inhaltsanalyse als Methode der organisationspädagogischen Forschung – Erkenntnispotenziale und -grenzen. In M. Göhlich, S. M. Weber, A. Schröder & M. Schemmann (Hrsg.), *Organisation und Methode: Beiträge der Kommission Organisationspädagogik* (S. 27–39). Springer VS. [https://doi.org/10.1007/978-3-658-13299-6\\_3](https://doi.org/10.1007/978-3-658-13299-6_3)
- König, H.-D. & Nittel, D. (2016). 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* (S. 51–124). Budrich Barbara.
- Körmendi, A., Brutóczy, Z., Végh, B. P. & Székely, R. (2016). Smartphone use can be addictive? A case report. *Journal of behavioral addictions*, 5(3), 548–552. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.033>
- Kowal, S. & O'Connell, D. C. (2019). Zur Transkription von Gesprächen. In U. Flick, E. von Kardoff & I. Steinke (Hrsg.), *Qualitative Forschung. Ein Handbuch* (13. Aufl., S. 437–447). Rowohlt Taschenbuch Verlag.
- Krumm, S. (2010). *Biografie und Kinderwunsch bei Frauen mit schweren psychischen Erkrankungen: Eine soziologische und sozialpsychiatrische Studie*. Psychiatrie-Verlag. <https://doi.org/10.1486/978388414514>
- Kruse, J. (2014). *Qualitative Interviewforschung: Ein integrativer Ansatz*. Beltz Juventa.
- Kuckartz, U. (2014). *Mixed Methods: Methodologie, Forschungsdesigns und Analyseverfahren*. Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-531-93267-5>
- Kuckartz, U. & Rädiker, S. (2022). *Qualitative Inhaltsanalyse. Methoden, Praxis, Computerunterstützung: Grundlagentexte Methoden* (5. Aufl.). Beltz Juventa.
- Kuss, D. J. & Griffiths, M. D. (2015). *Internet addiction in psychotherapy*. Palgrave Macmillan.
- Kuss, D. J., Harkin, L., Kanjo, E. & Billieux, J. (2018). Problematic Smartphone Use: Investigating Contemporary Experiences Using a Convergent Design. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(1), 142. <https://doi.org/10.3390/ijerph15010142>

- Kuss, D. J., Kristensen, A. M., Williams, A. J. & Lopez-Fernandez, O. (2022). 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), 1169. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031169>
- Kuss, D. J. & Lopez-Fernandez, O. (2016). Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research. *World Journal of Psychiatry*, 6(1), 143–176. <https://doi.org/10.5498/wjp.v6.i1.143>
- Küstners, I. (2009). *Narrative Interviews: Grundlagen und Anwendungen* (2. Aufl.). VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Laier, C., Pekal, J. & Brand, M. (2014). Cybersex addiction in heterosexual female users of internet pornography can be explained by gratification hypothesis. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 17(8), 505–511. <https://doi.org/10.1089/cyber.2013.0396>
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Levi, G., Cohen, C., Kaliche, S., Sharaabi, S., Cohen, K., Tzur-Bitan, D. & Weinstein, A. (2020). Sexual addiction, compulsivity, and impulsivity among a predominantly female sample of adults who use the internet for sex. *Journal of behavioral addictions*, 9(1), 83–92. <https://doi.org/10.1556/2006.2020.00007>
- Lin, P.-H., Lee, Y.-C., Chen, K.-L., Hsieh, P.-L., Yang, S.-Y. & Lin, Y.-L. (2019). The Relationship Between Sleep Quality and Internet Addiction Among Female College Students. *Frontiers in neuroscience*, 13, 599. <https://doi.org/10.3389/fnins.2019.00599>
- Lin, S.-C., Tsai, K.-W., Chen, M.-W. & Koo, M. (2013). Association between fatigue and Internet addiction in female hospital nurses. *Journal of Advanced Nursing*, 69(2), 374–383. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2012.06016.x>
- Lo, C. K. M., Yu, L., Cho, Y. W. & Chan, K. L. (2020). 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), 86. <https://doi.org/10.3390/ijerph18010086>
- Lopez-Fernandez, O. (2018). 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), 2913. <https://doi.org/10.3390/ijerph15122913>
- Lopez-Fernandez, O., Williams, A. J., Griffiths, M. D. & Kuss, D. J. (2019). Female Gaming, Gaming Addiction, and the Role of Women Within Gaming Culture: A Narrative Literature Review. *Frontiers in psychiatry*, 10, 454. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00454>
- Lopez-Fernandez, O., Williams, A. J. & Kuss, D. J. (2019). Measuring Female Gaming: Gamer Profile, Predictors, Prevalence, and Characteristics From Psychological and Gender Perspectives. *Frontiers in Psychology*, 10, 898. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00898>
- Lu, W.-H., Lee, K.-H., Ko, C.-H., Hsiao, R. C., Hu, H.-F. & Yen, C.-F. (2017). Relationship between borderline personality symptoms and Internet addiction: The mediating effects of mental health problems. *Journal of*

- behavioral addictions*, 6(3), 434–441.  
<https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.053>
- Lucius-Hoene, G. & Deppermann, A. (2004). *Rekonstruktion narrativer Identität: Ein Arbeitsbuch zur Analyse narrativer Interviews* (2. Aufl.). VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Maher, L. & Neale, J. (2019). 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), 2257–2266. <https://doi.org/10.1111/add.14777>
- Main, M., Kaplan, N. & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1/2), 66–104.  
<https://doi.org/10.2307/3333827>
- Mayring, P. (2015). *Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken* (12. Aufl.). Beltz.
- Mayring, P. (2016). *Einführung in die qualitative Sozialforschung: Eine Anleitung zu qualitativem Denken* (6. Aufl.). Beltz.
- Meerkerk, G.-J., van den Eijnden, R. J. J. M., Vermulst, A. A. & Garretsen, H. F. L. (2009). The Compulsive Internet Use Scale (CIUS): Some Psychometric Properties. *CyberPsychology & Behavior*, 12(1), 1–6.  
<https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0181>
- Mennecke, B. E., Triplett, J. L., Hassall, L. M., Conde, Z. J. & Heer, R. (2011). An Examination of a Theory of Embodied Social Presence in Virtual Worlds *Decision Sciences*, 42(2), 413–450.  
<https://doi.org/10.1111/j.1540-5915.2011.00317.x>
- Misoch, S. (2015). *Qualitative Interviews*. De Gruyter Oldenbourg.
- Müller, K. W. (2013). *Spielwiese Internet: Sucht ohne Suchtmittel*. Springer-Verlag.
- Müller, K. W., Beutel, M. E., Egloff, B. & Wölfling, K. (2014). 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), 129–136.  
<https://doi.org/10.1159/000355832>
- Müller, K. W., Beutel, M. E. & Wölfling, K. (2014). A contribution to the clinical characterization of Internet addiction in a sample of treatment seekers: validity of assessment, severity of psychopathology and type of comorbidity. *Comprehensive Psychiatry*, 55(4), 770–777.  
<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2014.01.010>
- Müller, K. W., Glaesmer, H., Brähler, E., Wölfling, K. & Beutel, M. E. (2014). Prevalence of internet addiction in the general population: results from a German population-based survey. *Behaviour & Information Technology*, 33(7), 757–766. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2013.810778>
- Müller, K. W., Koch, A., Dickenhorst, U., Beutel, M. E., Duvén, E. & Wölfling, K. (2013). 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. *BioMed research international*, 2013, 546342. <https://doi.org/10.1155/2013/546342>

- Müller, K. W., Wölfling, K. & Brand, M. (2019). *Internetbezogene Störungen bei weiblichen Betroffenen: Nosologische Besonderheiten und deren Effekte auf die Inanspruchnahme von Hilfen (IBSfemme)* [Abschlussbericht zum Projekt ZMVI1-2517FSB804]. [https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5\\_Publikationen/Drogen\\_und\\_Sucht/Berichte/IBSfemme\\_Abschlussbericht.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/Berichte/IBSfemme_Abschlussbericht.pdf)
- Nentwig-Gesemann, I. (2013). Die Typenbildung der dokumentarischen Methode. In R. Bohnsack, I. Nentwig-Gesemann & A.-M. Nohl (Hrsg.), *Die dokumentarische Methode und ihre Forschungspraxis* (S. 295–323). VS Verlag für Sozialwissenschaften. [https://doi.org/10.1007/978-3-531-19895-8\\_13](https://doi.org/10.1007/978-3-531-19895-8_13)
- Neumann-Braun, K. & Peltzer, A. (2017). Strukturanalytische Rezeptionsforschung. In L. Mikos & C. Wegener (Hrsg.), *Qualitative Medienforschung: Ein Handbuch* (2. Aufl., 122-130). UVK Verlagsgesellschaft mbH.
- Nohl, A.-M. (2013). Komparative Analyse: Forschungspraxis und Methodologie dokumentarischer Interpretation. In R. Bohnsack, I. Nentwig-Gesemann & A.-M. Nohl (Hrsg.), *Die dokumentarische Methode und ihre Forschungspraxis* (S. 271–293). VS Verlag für Sozialwissenschaften. [https://doi.org/10.1007/978-3-531-19895-8\\_12](https://doi.org/10.1007/978-3-531-19895-8_12)
- Orth, B. & Merkel, C. (2020). *Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2019. Teilband Computerspiele und Internet. BZgA-Forschungsbericht*. Köln. <https://doi.org/10.17623/BZGA:225-DAS19-INT-DE-1.0>
- Panea-Pizarro, I., López-Espuela, F., Martos-Sánchez, A., Domínguez-Martín, A. T., Beato-Fernández, L. & Moran-García, J. M. (2020). Internet addiction and Facebook addiction in Spanish women with eating disorders. *Archives of Psychiatric Nursing*, 34(6), 442–448. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2020.07.023>
- Panova, T. & Carbonell, X. (2018). Is smartphone addiction really an addiction? *Journal of behavioral addictions*, 7(2), 252–259. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.49>
- Petersen, K. U., Hanke, S., Bieber, L., Mühleck, A. & Batra, A. (2017). *Angebote bei internetbasiertem Suchtverhalten in Deutschland (AbiS)*. Pabst Science Publishers.
- Petersen, K. U. & te Wildt, B. T. (2013). Kapitel 29 – Internet- und Computerspielabhängigkeit. In U. Voderholzer & F. Hohagen (Hrsg.), *Therapie psychischer Erkrankungen* (9. Aufl., S. 437–444). Elsevier Health Sciences Germany.
- Petersen, K. U. & te Wildt, B. T. (2020). 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* (16. Aufl., S. 513–524). Urban & Fischer Verlag/Elsevier GmbH.
- Petersen, K. U. & Thomasius, R. (2010). *Beratungs- und Behandlungsangebote zum pathologischen Internetgebrauch in Deutschland*. Pabst Science Publ.

- Prommer, E. (2005). Protokollierung. In L. Mikos & C. Wegener (Hrsg.), *UTB. Qualitative Medienforschung: Ein Handbuch* (1. Aufl., 372-376). UTB GmbH.
- Przyborski, A. & Wohlrab-Sahr, M. (2021). *Qualitative Sozialforschung: Ein Arbeitsbuch* (5. Aufl.). De Gruyter Oldenbourg.  
<https://doi.org/10.1515/9783110710663>
- Rachubińska, K., Cybulska, A. M. & Grochans, E. (2021). The relationship between loneliness, depression, internet and social media addiction among young Polish women. *European review for medical and pharmacological sciences*, 25(4), 1982–1989.  
[https://doi.org/10.26355/eurrev\\_202102\\_25099](https://doi.org/10.26355/eurrev_202102_25099)
- Rachubińska, K., Cybulska, A. M., Owsianowska, J., Śniegocka, M., Zair, L. & Grochans, E. (2022). 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), 1809–1815. [https://doi.org/10.26355/eurrev\\_202203\\_28324](https://doi.org/10.26355/eurrev_202203_28324)
- Rakhmawati, W., Kosasih, C. E., Widiasih, R., Suryani, S. & Arifin, H. (2021). Internet Addiction Among Male Adolescents in Indonesia: A Qualitative Study. *American journal of men's health*, 15(3), 15579883211029459.  
<https://doi.org/10.1177/15579883211029459>
- Reed, S. C. & Evans, S. M. (2009). 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* (S. 14–31). Guilford Press.
- Rehbein, F., Kliem, S., Baier, D., Mößle, T. & Petry, N. M. (2015). 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), 842–851. <https://doi.org/10.1111/add.12849>
- Rehbein, F. & Mößle, T. (2012). Risikofaktoren für Computerspielabhängigkeit: Wer ist gefährdet? *SUCHT*, 58(6), 391–400.  
<https://doi.org/10.1024/0939-5911.a000216>
- Reiner, I. C., Fremmer-Bombik, E., Beutel, M. E., Steele, M. & Steele, H. (2013). Das Adult Attachment Interview – Grundlagen, Anwendungen und Einsatzmöglichkeiten im klinischen Alltag. *Zeitschrift für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie*, 59(3), 231–246.
- Rosenthal, G. (2014). *Interpretative Sozialforschung: Eine Einführung* (4. Aufl.). Beltz Juventa.
- 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. (2021). Vereinheitlichung der Bezeichnungen für Verhaltenssuchte. *SUCHT*, 67(4), 181–185.  
<https://doi.org/10.1024/0939-5911/a000720>
- Rumpf, H.-J., Meyer, C., Kreuzer, A. & John, U. (2011). *Prävalenz der Internetabhängigkeit (PINTA): Bericht an das Bundesministerium für Gesundheit*. [https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Daten/5\\_Publikationen/Drogen\\_und\\_Sucht/Berichte/Forschungsbericht/Studie\\_Praevalenz\\_der\\_Internetabhaengigkeit\\_PINTA\\_.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Daten/5_Publikationen/Drogen_und_Sucht/Berichte/Forschungsbericht/Studie_Praevalenz_der_Internetabhaengigkeit_PINTA_.pdf)

- Rumpf, H.-J., Vermulst, A. A., Bischof, A., Kastirke, N., Gürtler, D., Bischof, G., Meerkerk, G.-J., John, U. & Meyer, C. (2014). Occurrence of internet addiction in a general population sample: a latent class analysis. *European Addiction Research*, 20(4), 159–166. <https://doi.org/10.1159/000354321>
- Schierbaum, A. (2016). Die Genogrammarbeit: Ein biographisch-rekonstruktives Verfahren intergenerationaler qualitativer Sozialforschung. In K. Böker & J. Zölch (Hrsg.), *Intergenerationale Qualitative Forschung: Theoretische und methodische Perspektiven* (S. 147–171). Springer Fachmedien Wiesbaden.
- Schneider, L. A., King, D. L. & Delfabbro, P. H. (2017). Family factors in adolescent problematic Internet gaming: A systematic review. *Journal of behavioral addictions*, 6(3), 321–333. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.035>
- Schreier, M. (2014). Varianten qualitativer Inhaltsanalyse: ein Wegweiser im Dickicht der Begrifflichkeiten. *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research*, 15(1), Art. 18.
- Schreier, M., Janssen, M., Stamann, C., Whittal, A. & Dahl, T. (2020). Qualitative Content Analysis: Disciplinary Perspectives and Relationships between Methods – Introduction to the FQS Special Issue "Qualitative Content Analysis II". *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research*, 21(1), Art. 9. <https://doi.org/10.17169/fqs-21.1.3454>
- Schuhler, P., Vogelgesang, M. & Feindel, H. (2012). *Pathologischer PC- und Internet-Gebrauch: Eine Therapieanleitung*. Hogrefe.
- Schütze, F. (1977). *Die Technik des narrativen Interviews in Interaktionsfeldstudien dargestellt an einem Projekt zur Erforschung von kommunalen Machtstrukturen*. Bielefeld. Universität Bielefeld, Fakultät für Soziologie.
- Schütze, F. (1983). Biographieforschung und narratives Interview. *Neue Praxis*, 13, 283–293. <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0168-ssoar-53147>
- Schweitzer, J. & Schlippe, A. von. (2016). *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung II: Das störungsspezifische Wissen* (6. Aufl.). Vandenhoeck & Ruprecht.
- Schwickert, D. (2011). *Strategieberatung im Zentrum der Macht: Strategische Planer in deutschen Regierungszentralen*. VS Verlag für Sozialwissenschaften. <https://doi.org/10.1007/978-3-531-92645-2>
- Sremac, S. & Ganzevoort, R. R. (2013). 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), 399–435. <https://doi.org/10.1163/15736121-12341267>
- Steinke, I. (2019). Gütekriterien qualitativer Forschung. In U. Flick, E. von Kardoff & I. Steinke (Hrsg.), *Qualitative Forschung. Ein Handbuch* (13. Aufl., 319-303). Rowohlt Taschenbuch Verlag.
- Straussner, S. L. A. (1997). Gender and Substance Abuse. In S. L. A. Straussner & E. Zelvin (Hrsg.), *Gender and addictions: Men and women in treatment* (S. 3–27). Jason Aronson.
- Strübing, J., Hirschauer, S., Ayaß, R., Krähnke, U. & Scheffer, T. (2018). Gütekriterien qualitativer Sozialforschung. Ein Diskussionsanstoß. *Zeitschrift für Soziologie*, 47(2), 83–100. <https://doi.org/10.1515/zfsoz-2018-1006>
- Su, W., Han, X., Jin, C., Yan, Y. & Potenza, M. N. (2019). Are males more likely to be addicted to the internet than females? A meta-analysis involving 34

- global jurisdictions. *Computers in Human Behavior*, 99, 86–100.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.04.021>
- Su, W., Han, X., Yu, H., Wu, Y. & Potenza, M. N. (2020). Do men become addicted to internet gaming and women to social media? A meta-analysis examining gender-related differences in specific internet addiction. *Computers in Human Behavior*, 113, 106480.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106480>
- Tateno, M., Tateno, Y., Kamikobe, C., Monden, R., Sakaoka, O., Kanazawa, J., Kato, T. A. & Saito, T. (2018). Internet Addiction and Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder Traits among Female College Students in Japan. *Journal of the Korean Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 29(3), 144–148. <https://doi.org/10.5765/jkacap.180011>
- te Wildt, B. T., Putzig, I., Drews, M., Lampen-Imkamp, S., Zedler, M., Wiese, B., Dillo, W. & Detlef Ohlmeier, M. (2010). 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), 136–145. <https://doi.org/10.4321/S0213-61632010000300002>
- Throuvala, M. A., Janikian, M., Griffiths, M. D., Rennoldson, M. & Kuss, D. J. (2019). 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), 48–62.  
<https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.05>
- Timimi, S. (2014). No more psychiatric labels: Why formal psychiatric diagnostic systems should be abolished. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 14(3), 208–215. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2014.03.004>
- Trumello, C., Vismara, L., Sechi, C., Ricciardi, P., Marino, V. & Babore, A. (2021). Internet Addiction: The Role of Parental Care and Mental Health in Adolescence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(24). <https://doi.org/10.3390/ijerph182412876>
- Truschka, I. (2013). Biografie und Übergang. In W. Schröer, B. Stauber, A. Walther & L. Böhnisch (Hrsg.), *Handbuch Übergänge* (44-63). Beltz Juventa.
- Turel, O., Poppa, N. T. & Gil-Or, O. (2018). Neuroticism Magnifies the Detrimental Association between Social Media Addiction Symptoms and Well-being in Women, but Not in Men: a three-Way Moderation Model. *The Psychiatric quarterly*, 89(3), 605–619. <https://doi.org/10.1007/s11126-018-9563-x>
- Twenge, J. M. & Martin, G. N. (2020). Gender differences in associations between digital media use and psychological well-being: Evidence from three large datasets. *Journal of adolescence*, 79, 91–102.  
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.12.018>
- Vogt, I. (1994). *Alkoholikerinnen* (2. Aufl.). Lambertus.
- Vogt, I. (2007). Doing Gender: Zum Diskurs um Geschlecht und Sucht. In B. Dollinger & H. Schmidt-Semisch (Hrsg.), *Sozialwissenschaftliche Suchtforschung* (S. 235–257). VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Vogt, I. (2015). Frauen und Sucht. *Suchttherapie*, 16(03), 109.  
<https://doi.org/10.1055/s-0035-1555874>

- Vogt, I. (2021). *Geschlecht, Sucht, Gewalttätigkeiten: Die Sicht von Süchtigen auf ihr Leben und auf formale Hilfen*. Beltz Juventa.
- Waaden, S. von. (2017). *Mathematiklernen von Risikokindern in der Jahrgangsmischung: Auswirkung von Handlungs- und Lageorientierung auf die Leistungsentwicklung*. Springer Spektrum. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-15446-2>
- Wang, Z., Hu, Y., Zheng, H., Yuan, K., Du, X. & Dong, G. (2019). Females are more vulnerable to Internet gaming disorder than males: Evidence from cortical thickness abnormalities. *Psychiatry Research: Neuroimaging*, 283, 145–153. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.11.001>
- Weilnböck, H. (2003). Leila: Dissoziative (Medien-) Interaktion und Lebensweg einer jungen Erwachsenen. Eine (medien-) biografische und psychotraumatologische Fallstudie. *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research*, 4(3), Art. 9. <https://doi.org/10.17169/fqs-4.3.681>
- Wendt, L. M., Austermann, M. I., Rumpf, H.-J., Thomasius, R. & Paschke, K. (2021). 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, 7813. <https://doi.org/10.3390/ijerph18157813>
- Widyanto, L. & Griffiths, M. (2006). 'Internet Addiction': A Critical Review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4(1), 31–51. <https://doi.org/10.1007/s11469-006-9009-9>
- Wimmer, J. (2017). Computerspielsozialisation revisited. In D. Hoffmann, F. Krotz & W. Reißmann (Hrsg.), *Mediatisierung und Mediensozialisation: Prozesse – Räume – Praktiken* (S. 153–174). Springer VS. [https://doi.org/10.1007/978-3-658-14937-6\\_9](https://doi.org/10.1007/978-3-658-14937-6_9)
- Wingenfeld, K., Schäfer, I., Terfehr, K., Grabski, H., Driessen, M., Grabe, H., Löwe, B. & Spitzer, C. (2011). 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), e10-e14. <https://doi.org/10.1055/s-0030-1263161>
- Wingenfeld, K., Spitzer, C., Mensebach, C., Grabe, H. J., Hill, A., Gast, U., Schlosser, N., Höpp, H., Beblo, T. & Driessen, M. (2010). Die deutsche Version des Childhood Trauma Questionnaire (CTQ): Erste Befunde zu den psychometrischen Kennwerten. *PPmP: Psychotherapie Psychosomatik Medizinische Psychologie*, 60(8), e13. <https://doi.org/10.1055/s-0030-1253494>
- Wölfling, K., Beutel, M. E., Dreier, M. & Müller, K. W. (2014). Treatment outcomes in patients with internet addiction: a clinical pilot study on the effects of a cognitive-behavioral therapy program. *BioMed research international*, 2014, 425924. <https://doi.org/10.1155/2014/425924>
- Wonneberger, A., Weidtmann, K. & Stelzig-Willutzki, S. (Hrsg.). (2018). *Familienwissenschaft: Grundlagen und Überblick*. Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-17003-5>
- World Health Organization. (2020). *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). *6C51 Gaming disorder: ICD-11 - ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics* [Version 02/2022]. <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2fpid%2fentity%2f1448597234>
- Wu, J. Y.-W., Ko, H.-C. & Lane, H.-Y. (2016). Personality Disorders in Female and Male College Students with Internet Addiction. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, *204*(3), 221–225. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000452>
- Yamada, K., Kubota, Y., Paré, C. & Takeda, T. (2021). 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), 302–311. <https://doi.org/10.1177/2049463720959377>
- Yang, S.-Y., Fu, S.-H., Chen, K.-L., Hsieh, P.-L. & Lin, P.-H. (2019). Relationships between depression, health-related behaviors, and internet addiction in female junior college students. *PLoS ONE*, *14*(8), e0220784. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220784>
- 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. (2021). Prevalence, correlates, and network analysis of Internet addiction symptoms among Chinese pregnant and postpartum women. *Journal of Affective Disorders*, *298*(Pt A), 126–133. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.10.092>
- Young, K. S. (1996a). Psychology of Computer Use: XL. Addictive Use of the Internet: A Case that Breaks the Stereotype. *Psychological Reports* (79), 899–902.
- Young, K. S. (1996b). Psychology of computer use: XL. Addictive use of the Internet: a case that breaks the stereotype. *Psychological reports*, *79*(3 Pt 1), 899–902. <https://doi.org/10.2466/pr0.1996.79.3.899>
- Young, K. S. (1998a). *Caught in the net: How to recognize the signs of Internet addiction - and a winning strategy for recovery* (1. Aufl.). Wiley. <http://www.loc.gov/catdir/bios/wiley041/97049070.html>
- Young, K. S. (1998b). Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior*, *1*(3), 237–244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- Young, K. S. (2007). Cognitive Behavior Therapy with Internet Addicts: Treatment Outcomes and Implications. *CyberPsychology & Behavior*, *10*(5), 671–679. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.9971>

## **7. ERKLÄRUNG ZUM EIGENANTEIL DER DISSERTATIONSSCHRIFT**

Die Arbeit führte ich an der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Tübingen unter Betreuung von Prof. Dr. Anil Batra, Leiter der Sektion für Suchtmedizin und Suchtforschung, durch. Die Konzeption der Studie erfolgte eigenständig, mit Beratung durch Professor Batra. Da es sich um ein qualitatives Forschungsdesign handelt, reflektierte ich den Forschungsprozess laufend und optimierte ihn ggf. im Sinne des Gütekriteriums Gegenstandsangemessenheit. Dazu nahm ich regelmäßig Austausch in Forschungswerkstätten in Anspruch, insbesondere die Forschungswerkstatt Qualitative Methoden des Instituts für Arbeitsmedizin, Sozialmedizin und Versorgungsforschung des Universitätsklinikums Tübingen sowie die Forschungswerkstatt Qualitative Inhaltsanalyse der PH Weingarten. Zudem nahm ich punktuell die Methodenberatung von Dr. Christine Preiser am Institut für Arbeitsmedizin, Sozialmedizin und Versorgungsforschung des Universitätsklinikums Tübingen zu Fragen des Forschungsdesigns in Anspruch. Die Datengenerierung, d. h. das Führen aller Interviews, erfolgte eigenständig. Die Transkription der Interviews erfolgte zum größten Teil eigenständig; zum Teil nahm ich gegen Bezahlung die professionelle Unterstützung von freiberuflich Transkribierenden nach Einarbeitung in Anspruch. Die erhaltenen Transkripte las ich vollständig Korrektur. Auch die qualitative Auswertung erfolgte eigenständig. Dabei brachte ich das Interviewmaterial regelmäßig in o. g. Forschungswerkstätten und Methodenworkshops ein. Die Protokolle zu diesen Terminen sind vollständig im Research Notebook aufgeführt sowie digital bei mir abgelegt. Ich versichere, das Manuskript selbständig verfasst zu haben, unter Reflexion von Rückmeldungen seitens meines Betreuers Professor Batra sowie der Fachkollegen Dr. Kay Uwe Petersen und Sara Hanke. Ich versichere, keine weiteren als die von mir angegebenen Quellen verwendet zu haben. Für die Prüfung des Manuskripts auf Rechtschreib- und Grammatikfehler bezahlte ich ein professionelles Korrekturat seitens der freiberuflichen Lektorin Eva Bös.

Tübingen, den 23. August 2022

# ANHANG

## Anhang 1: Aufklärung und Einverständnis

### Anhang 1.1: Studienaufklärung Rekrutierungsgruppe 1

EBERHARD KARLS  
UNIVERSITÄT  
TÜBINGEN



Institut für Soziologie · Wilhelmstr. 36 · 72074 Tübingen

#### Forschungsprojekt: Internetnutzung von Frauen im Lebensverlauf

#### - Informationsblatt -

Wirtschafts- und  
Sozialwissenschaftliche  
Fakultät

Fachbereich Sozialwissenschaften

Institut für Soziologie

Prof. Dr. Jörg Strübing

Kontakt:  
Institut für Soziologie  
Wilhelmstr. 36 (Hegelbau)  
72074 Tübingen  
Telefon +49 7071 29-74665  
Telefax +49 7071 29-4216  
joerg.struebing@uni-tuebingen.de  
www.sozilogie.uni-tuebingen.de/struebing

Tübingen, im Januar 2015

Liebe Studieninteressentin,

ich lade Sie herzlich ein, an meinem Forschungsprojekt teilzunehmen, und möchte Ihnen kurz erläutern, worum es dabei geht.

Das Leben von Frauen ist sehr facettenreich. Wir sind von zahlreichen persönlichen Ereignissen geprägt, die sich auch individuell auf unsere Internetnutzung auswirken. Wie sieht die Mediennutzung je nach Lebenssituation aus? Welche Rolle spielen netzbasierte Medien bei der Gestaltung des Alltags? Für diese Zusammenhänge interessiere ich mich – und ein Interview mit Ihnen würde mir sehr weiterhelfen, diese nachzuvollziehen und der Forschung zugänglich zu machen.

Es handelt sich dabei um ein Einzelinterview, das schätzungsweise 1-2 Stunden dauern wird. Interviewt werden sollen Frauen, die das Internet in ihrem Alltag häufig oder intensiv oder einfach gem nutzen.

Der Schutz Ihrer Daten ist mir sehr wichtig. Alle erhobenen Daten unterliegen den datenschutzrechtlichen Vorschriften und werden ausschließlich vollständig anonymisiert verwendet. Durch die Teilnahme an der Studie entstehen Ihnen keine persönlichen Vor- oder Nachteile. Die von mir durchgeführte Untersuchung dient ausschließlich wissenschaftlichen Erkenntnissen. Ihre Teilnahme ist freiwillig, und Sie können Ihr Einverständnis zur Verwendung des Interviews jederzeit widerrufen, ohne dass Ihnen Nachteile entstehen.

Die Ergebnisse der Forschungsarbeit werden für meine sozialwissenschaftliche Doktorarbeit über die „Internetnutzung von Frauen im Lebensverlauf“ genutzt. Die Betreuung liegt bei Prof. Dr. Anil Batra und Prof. Dr. Jörg Strübing.

Ich würde mich sehr freuen, Sie interviewen zu dürfen! Sie leisten damit einen wertvollen Beitrag zur Forschung und unterstützen mich bei meiner Promotion.

Linny Bieber  
Tel: 07142 2234146  
Mobil: 0176 21303899  
E-Mail: linny.bieber@gmx.de

So erreichen Sie uns:  
Vom Bahnhof Tübingen mit den Buslinien 1,2,4,6,7 (bis Geschwister-Scholl-Platz) sowie 5 (Gmelin-Str.)

## Anhang 1.2: Einverständniserklärung Rekrutierungsgruppe 1

EBERHARD KARLS  
UNIVERSITÄT  
TÜBINGEN



Institut für Soziologie · Wilhelmstr. 36 · 72074 Tübingen

### Forschungsprojekt: Internetnutzung von Frauen im Lebensverlauf

#### – Einverständniserklärung –

**Wirtschafts- und  
Sozialwissenschaftliche  
Fakultät**

Fachbereich Sozialwissenschaften

Institut für Soziologie

Prof. Dr. Jörg Strübing

Kontakt:  
Institut für Soziologie  
Wilhelmstr. 36 (Hegelbau)  
72074 Tübingen  
Telefon +49 7071 29-74665  
Telefax +49 7071 29-4216  
joerg.struebing@uni-tuebingen.de  
www.sozioogie.uni-tuebingen.de/struebing

Tübingen, im Januar 2015

Ich stimme hiermit zu, an der Studie zur „Internetnutzung von Frauen im Lebensverlauf“ teilzunehmen. Ich wurde über das Ziel und den Verlauf der Untersuchung informiert.

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass das mit mir am ..... von Frau Bieber geführte Gespräch digital aufgenommen, danach abgetippt, anonymisiert und ausgewertet wird. Mir ist bekannt, dass das abbeschriebene Interview als Material für wissenschaftliche Zwecke genutzt wird und dass einzelne anonymisierte Ausschnitte aus dem abbeschriebenen Interview in wissenschaftlichen Veröffentlichungen zitiert werden können.

Mir wurde zugesichert, dass alle persönlichen Daten, die Rückschlüsse auf meine Person zulassen, anonymisiert werden sowie dass die Aufnahme nach zehn Jahren vernichtet und bis dahin sicher und verschlossen aufbewahrt wird.

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass mein Name, meine Telefonnummer und meine E-Mail-Adresse für den Zeitraum der Doktorarbeit nach den Regeln des Datenschutzes sicher und vertraulich aufbewahrt werden und nach Abschluss der Doktorarbeit gelöscht werden.

Ich wurde darüber aufgeklärt, dass die Teilnahme freiwillig ist und ich mein Einverständnis zur Verwendung des Interviews jederzeit widerrufen kann, ohne dass mir dadurch Nachteile entstehen.

.....  
Ort, Datum

Name, Vorname

Unterschrift

**So erreichen Sie uns:**  
Vom Bahnhof Tübingen mit den Buslinien 1,2,4,6,7 (bis Geschwister-Scholl-Platz) sowie 5 (Gmelin-Str.)

## Anhang 1.3: Studienaufklärung Rekrutierungsgruppe 2



### Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie mit Poliklinik

Abt.: Allgemeine Psychiatrie und  
Psychotherapie mit Poliklinik  
Ärztl. Direktor: Prof. Dr. A. Fallgatter

### Sektion Suchtmedizin und Suchtforschung

Prof. Dr. med. Anil Batra (Leiter der Sektion)  
Tel: 07071 29-8 23 13  
Fax: 07071 29-5384  
anil.batra@med.uni-tuebingen.de

### Forschungsprojekt: Problematische Internetnutzung von Frauen im biografischen Kontext

#### - Informationsblatt -

Liebe Studieninteressentin,

ich lade Sie herzlich ein, an meinem Forschungsprojekt teilzunehmen, und möchte Ihnen kurz erläutern, worum es dabei geht.

Das Internet ist ein alltäglicher Bestandteil unseres Lebens. Doch viele Mädchen und Frauen kennen Zeiten, in denen die Internetnutzung überhandnimmt. Sei es, dass es nicht mehr möglich ist, ohne bestimmte Onlinedienste 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 Frauen haben dadurch wichtige Beziehungen verloren, Probleme am Arbeitsplatz, in der Schule oder in der Uni bekommen. Andere lassen sich gar nichts anmerken, leiden aber insgeheim darunter, nicht online sein zu können und müssen die ganze Zeit an ihre Beziehungen und Aktivitäten in der Onlinewelt denken.

Das sind bloß Beispiele, wie problematische Internetnutzung aussehen kann – natürlich hat sie noch viele weitere Facetten. Genau darüber möchte ich in meiner Forschungsarbeit mehr erfahren: wie es Mädchen und Frauen geht, wenn sie das Internet auf eine für sie problematische Weise nutzen oder genutzt haben (das darf auch schon eine Weile her sein, es muss nicht aktuell sein). Dabei ist es ganz egal, wie Sie das Problematische genau definieren – das kann für Jede etwas anderes sein. Dabei interessiert mich vor allem der Zusammenhang zwischen Internetnutzung und bestimmten Lebensphasen und Lebenssituationen. Darum freue ich mich, wenn Sie mir Ihre Lebensgeschichte und von der Bedeutung des Internet innerhalb Ihrer Biografie erzählen.

Bisher gibt es erst sehr wenige Erkenntnisse über problematische Internetnutzung bei Mädchen und Frauen. Das Ziel meiner Doktorarbeit ist, über Frauen als Betroffene mehr heraus zu finden. Nur so kann gute Unterstützung angeboten werden – z.B. durch eine sensible Aufklärung, Therapie und Beratung, speziell abgestimmt auf Frauen und ihren individuellen Hintergrund. **Ein Interview mit Ihnen würde mir sehr weiterhelfen, diese Zusammenhänge nachzuvollziehen und der Forschung zugänglich zu machen.**

Es handelt sich dabei um ein **offenes Einzelinterview**, das schätzungsweise **1-2 Stunden** dauern wird. Interviewt werden sollen Mädchen und Frauen ab 16 Jahren, die über ihre aktuelle oder vergangene Internetnutzung sagen würden, dass die in irgendeiner Weise problematisch war.

Der Schutz Ihrer Daten ist mir sehr wichtig. Alle erhobenen Daten unterliegen den datenschutzrechtlichen Vorschriften und werden ausschließlich vollständig anonymisiert verwendet. Durch die Teilnahme an der Studie entstehen Ihnen keine persönlichen Vor- oder Nachteile. Die von mir durchgeführte Untersuchung dient ausschließlich wissenschaftlichen Erkenntnissen. Ihre Teilnahme ist freiwillig, und Sie können Ihr Einverständnis zur Verwendung des Interviews jederzeit widerrufen, ohne dass Ihnen Nachteile entstehen.

Die Ergebnisse der Forschungsarbeit werden für meine sozialwissenschaftliche Doktorarbeit über die *„Problematische Internetnutzung von Frauen im biographischen Kontext“* genutzt. Die Betreuung liegt bei Prof. Dr. Anil Batra, Leiter der Sektion Suchtmedizin und Suchtforschung am Universitätsklinikum Tübingen, und bei Prof. Dr. Jörg Strübing, Institut für Soziologie der Eberhard Karls Universität Tübingen. Ich selbst habe Kommunikationswissenschaften studiert und promoviere nun an der Schnittstelle zwischen Gesundheitswissenschaften, Frauensuchtforschung und Soziologie.

Ich würde mich sehr freuen, Sie interviewen zu dürfen! Sie leisten damit einen wertvollen Beitrag zur Forschung und unterstützen mich bei meiner Doktorarbeit.

Linny Bieber M.A.  
Sektion Suchtmedizin und Suchtforschung  
Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Tübingen  
Calwerstr. 14 | D-72076 Tübingen  
Tel. (Privat) 07142-223 4146  
Tel. (Mobil) 0176-21303899  
E-Mail: [linny.bieber@med.uni-tuebingen.de](mailto:linny.bieber@med.uni-tuebingen.de)

## Anhang 1.4: Einverständniserklärung Rekrutierungsgruppe 2



### Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie mit Poliklinik

Abt.: Allgemeine Psychiatrie und  
Psychotherapie mit Poliklinik  
Ärztl. Direktor: Prof. Dr. A. Fallgatter

### Sektion Suchtmedizin und Suchtforschung

Prof. Dr. med. Anil Batra (Leiter der Sektion)  
Tel: 07071 29-8 23 13  
Fax: 07071 29-5384  
anil.batra@med.uni-tuebingen.de

### Forschungsprojekt: Problematische Internetnutzung von Frauen im biografischen Kontext

#### - Einverständniserklärung -

Ich stimme hiermit zu, an der Studie „*Problematische Internetnutzung von Frauen im biografischen Kontext*“ teilzunehmen. Ich wurde über das Ziel und den Verlauf der Untersuchung informiert.

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass das mit mir am ..... von Frau Bieber geführte Gespräch digital aufgenommen, danach abgetippt, anonymisiert und ausgewertet wird. Mir ist bekannt, dass das abgeschriebene Interview als Material für wissenschaftliche Zwecke genutzt wird und dass einzelne anonymisierte Ausschnitte aus dem abgeschriebenen Interview in wissenschaftlichen Veröffentlichungen zitiert werden können.

Mir wurde zugesichert, dass alle persönlichen Daten, die Rückschlüsse auf meine Person zulassen, anonymisiert werden sowie dass die Aufnahme nach zehn Jahren vernichtet und bis dahin sicher und verschlossen aufbewahrt wird.

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass mein Name, meine Telefonnummer und meine E-Mail-Adresse für den Zeitraum der Doktorarbeit nach den Regeln des Datenschutzes sicher und vertraulich aufbewahrt werden und nach Abschluss der Doktorarbeit gelöscht werden.

Ich wurde darüber aufgeklärt, dass die Teilnahme freiwillig ist und ich mein Einverständnis zur Verwendung des Interviews jederzeit widerrufen kann, ohne dass mir dadurch Nachteile entstehen.

.....  
Ort, Datum

Name, Vorname

Unterschrift

## Anhang 2: Interviewleitfäden

### Anhang 2.1: Interviewleitfaden Rekrutierungsgruppe 1

Tabelle 56: Interviewleitfaden Frauen mit intensiver Internetnutzung (Rekrutierungsgruppe 1)

<b>BLOCK 1: Bedeutung des Internets im aktuellen Alltag</b>		
<b>Leitfrage/Stimulus/Erzählaufforderung:</b>		
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"> <li>• Alltagskontext/Alltagsstrukturen</li> <li>• Art der Internetnutzung</li> <li>• Rolle und Funktion der Internetnutzung</li> <li>• Bedeutung der Internetnutzung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Und dann – wie geht es dann weiter an so einem typischen Tag?</li> <li>• Wie sieht das dann genau aus – wie kann ich mir das vorstellen?</li> <li>• Und sonst – wo in Ihrem Alltag nutzen Sie das Internet noch?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Arbeit?</li> <li>→ Freizeit?</li> <li>→ Tagesstruktur?</li> <li>• Können Sie mir mal erklären, wie das genau funktioniert, was Sie da genau machen?</li> <li>• Und so der Kontakt mit Freunden, Familie, mit dem Partner – welche Rolle spielt das Internet da? → Wie wird offline Kontakt gehalten?</li> <li>• Und wie kommt's dazu, dass Sie dann wieder aus dem Internet rausgehen? Was ist der Anlass?</li> <li>• Und wie sieht es aus mit dem Onlinesein, wenn im Alltag viel Stress ist, viel Druck bei der Arbeit/Uni z. B.? Wie sieht die Nutzung dann aus?</li> </ul> <p><u>Nur evtl.:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• An so einem Tag gibt's ja auch mal unangenehme Zeiten. Z. B. Müdigkeit, Langeweile, dass etwas Unangenehmes getan werden muss. Wie sieht es damit bei Ihnen aus, in so einem typischen Tag? → Und wie gehen Sie damit um? Wie sieht es dann mit der Internetnutzung aus?</li> <li>• Was sind denn so für Sie die Highlights des Tages – worauf freuen Sie sich? → Was tut Ihnen gut daran? Woran merken Sie das?</li> </ul>
<b>BLOCK 2: Biografie &amp; Medien-/Internetsozialisation</b>		
<b>Leitfrage/Stimulus/Erzählaufforderung:</b>		
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?		
Inhaltliche Aspekte	Aufrechterhaltungsfragen	Konkrete Nachfragen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Medien im Zusammenhang mit wichtigen Lebenssituationen und wichtigen Menschen</li> <li>• Medien im Zusammenhang mit positiven/negativen Lebenssituationen</li> <li>• Familiärer/sozialer Hintergrund</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Und andere Medien?</li> </ul> <p><u>Immanente Nachfragen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie haben vorhin Ihre Mutter/Oma/Eltern... erwähnt. Welche Rolle spielte/n die in Bezug auf Ihre Medienutzung als Kind?</li> <li>• Sie haben vorhin [Situation, Ereignis] erwähnt. Was war das für eine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Und dann, wie ging es dann weiter mit den Medien in Ihrem Leben? Z. B. als Jugendliche, junge Erwachsene?</li> </ul> <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"> <li>• Nachvollzug der Biografie anhand zentraler Lebensphasen</li> <li>• Entwicklung Mediennutzung bis heute</li> <li>• Beginn der Internetnutzung</li> <li>• Entwicklung der Internetnutzung von damals bis heute</li> <li>• Art der Internetnutzung</li> <li>• Kontext der Internetnutzung</li> <li>• Positive/Negative Bewertungen?</li> </ul>	<p>Phase/Zeit in Ihrem Leben?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie sagten vorhin, [neg./pos. Bewertung] fanden Sie [gut/schlecht]. Können Sie mir das genauer beschreiben – wie haben Sie die Situation genau erlebt?</li> </ul>	<p>Und Ihre Freundinnen/Freunde, Familie, Geschwister– waren die dann auch schon im Internet? → Sie haben [Freundin, Schwester 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? → Medium 1 → Medium 2 → Internet</p>
--	--	---

**BLOCK 3: Problematische Aspekte im Leben**

**Leitfrage/Stimulus/Erzählaufforderung:**  
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?

Inhaltliche Aspekte	Aufrechterhaltungsfragen	Konkrete Nachfragen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Umgang mit Krisen</li> <li>• Selbstfürsorge</li> <li>• Soziale Kontakte</li> <li>• Nähe-Distanz</li> <li>• Selbsthilfestrategien</li> <li>• Zugang zum Versorgungssystem</li> <li>• Evtl. Rolle des Internets in der Zeit</li> <li>• Schwelle zu einer Problematik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Was war das genau für eine Situation? Erzählen Sie mal.</li> </ul> <p><u>Immanente Nachfragen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie ist es denn dazu gekommen, dass Sie dann [zum Arzt gegangen sind, Freunde angerufen haben, Hilfe gesucht haben...]?</li> <li>• Wie haben Sie es denn erlebt [als Ihnen Hilfe angeboten wurde, Sie zum Arzt gegangen sind, sie sich Gutes getan haben...]?</li> <li>• Sie erwähnten, dass Sie in der Zeit das Internet [xyz] genutzt haben. Können Sie das genauer beschreiben?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Und das Internet?</li> <li>• Wie ist dann gekommen, dass es Ihnen irgendwann wieder besser ging?</li> <li>• Was, würden Sie sagen, hat Ihnen denn in schweren Zeiten immer am meisten geholfen? (Beispiele? Situationen?)</li> <li>• Wäre es für Sie eine Option gewesen, sich evtl. Hilfe bei einem Arzt oder in einer Psychotherapie zu suchen?</li> <li>• Und was war so eine Phase in Ihrem Leben, wo Sie sagen würden: „Da ging es mir richtig gut, das war eine der schönsten Zeiten bisher in meinem Leben“?</li> </ul> <p>→ Medien? → Internet?</p>

**BLOCK 4: Problematische Aspekte bezüglich Internet**

Positionierung in der Suchtforschung – dabei aber soziologische Perspektive, die das gesamte Phänomen einbezieht. + *Je nach Interviewpartnerin* Anlass für mein persönliches Interesse an Suchtaspekt erzählen.

Abschluss: Für dieses Spannungsfeld interessiere ich mich u. a.: Was ist noch normal? Wo tut es nicht mehr gut? [ABWARTEN, Stimulus setzen ohne Frage]

Inhaltliche Aspekte	Aufrechterhaltungsfragen	Konkrete Nachfragen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Internet als Resource/positiver Teil im Leben</li> <li>• Erwähnung problematischer Aspekte bzgl. Internet</li> <li>• Umgang mit problematischen Aspekten bzgl. Internet</li> <li>• Subjektive Definitionen</li> <li>• Normative Definitionen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Was war das genau für eine Situation? Erzählen Sie mal.</li> <li>• Wie kam es dazu?</li> <li>• Was war das so für eine Lebensphase?</li> </ul> <p><u>Immanente Nachfragen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sie erwähnten vorhin, [süchtig, problematisch...]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gab es bei Ihnen mal Situationen, wo Sie sagen würden, da hat Ihnen eine Mediennutzung → geholfen/gutgetan? → <u>nicht</u> gutgetan?</li> <li>• Woran haben Sie denn gemerkt, dass xyz [guttat, nicht guttat, unangenehm, angenehm, peinlich...] war?</li> <li>• Und wie sind Sie dann damit umgegangen?</li> <li>• Was wäre denn „normale“ Internetnutzung für Sie?</li> <li>• Was wäre problematische/süchtige Internetnutzung für Sie?</li> </ul> <p><u>Ggf.:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wann gab's denn die letzte Phase/Zeit, wo Sie eine Weile NICHT im Internet waren? → Wie kam's dazu? Was war da los?</li> </ul>

• Lebenskontext	– was meinen Sie genau damit?	• Und wann gab's zuletzt eine Phase, wo Sie besonders viel im Internet waren? → Was war das für eine Zeit? Was war da los?
Zum Abschluss		
Gibt es noch etwas, was Sie sagen möchten, was aus Ihrer Sicht wichtig wäre, was wir aber noch nicht besprochen hatten?		

(Quelle: eigene Darstellung in Anlehnung an Kruse, 2014, S. 217)

## Anhang 2.2: Interviewleitfaden Rekrutierungsgruppe 2

Tabelle 57: Interviewleitfaden Frauen mit problematischer Internetnutzung (Rekrutierungsgruppe 2)

<b>BLOCK 1: Biografie &amp; Medien-/Internetsozialisation</b>	
<p><b>Leitfrage/Stimulus/Erzählaufforderung:</b>  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?</p>	
Inhaltliche Aspekte	Fragen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Medien im biografischen Kontext früher bis heute</li> <li>• Herkunftsfamilie</li> <li>• Nachvollzug der Biografie anhand zentraler Lebensphasen</li> <li>• Wichtige Ereignisse als Heranwachsende</li> <li>• Gewalt- und Krankheitserfahrungen</li> <li>• Strategien im Umgang mit Krisen</li> <li>• Selbstwertgefühle</li> <li>• Beruf</li> <li>• Ehe/Partnerschaft/Beziehungen</li> <li>• Ggf. Familiengründung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Und andere Medien wie xyz?</li> <li>• Was war das für eine Phase in Ihrem Leben?</li> <li>• Sie haben vorhin Ihre Mutter/Oma/Eltern... erwähnt. → Welche Bedeutung hatte er/sie damals in Ihrem Leben als Kind? → Und x,y,z, [andere Familienmitglieder abfragen]</li> <li>• Was würden Sie rückblickend sagen, waren die wichtigsten Ereignisse für Sie als Kind?</li> <li>• 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?</li> <li>• 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?</li> <li>• Man hört ja immer wieder, dass Mädchen und Frauen Gewalt erleben – haben Sie (schon mal) Gewalt erlebt? → Was hat Ihnen in der Zeit xyz geholfen? → Evtl.: Und schöne Zeiten – was ist Ihnen da besonders in Erinnerung?</li> <li>• Und dann, wie ging es dann weiter in Ihrem Leben? (Berufslaufbahn nachzeichnen) → Was passierte nach der Schule? → Berufswahl? Wie kam es zu der Ausbildung? &gt;&gt; Wie würden Sie sich selbst in Ihrem Beruf beschreiben? &lt;&lt;</li> <li>• Wie kam es dann, dass Sie Ihren heutigen Partner kennen gelernt haben? &gt;&gt; Wie würden Sie sich als Partnerin/Ehefrau/Freundin beschreiben? &lt;&lt;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie kam es, dass Sie Mutter geworden sind? &gt;&gt; Wie würden Sie sich als Mutter beschreiben? &lt;&lt; &gt;&gt; Wie würden Sie sich als Frau beschreiben? &lt;&lt;</li> </ul>
<b>BLOCK 2: Internetsozialisation &amp; Merkmale der Internetproblematik</b>	
<b>Leitfrage/Stimulus/Erzählaufforderung:</b> Wie kam es eigentlich, dass Sie angefangen haben, das Internet zu nutzen?	
<b>Inhaltliche Aspekte</b>	<b>Fragen</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entwicklung der Internetnutzung</li> <li>• Art der Internetnutzung</li> <li>• Biografischer Kontext der Internetnutzung</li> <li>• Beginn/Schwelle zur Problematik</li> <li>• Problematische Nutzungsformen</li> <li>• Reaktionen des Umfelds auf die Problematik</li> <li>• Subjektive und normative Definitionen</li> <li>• Entstehung, Verlauf, Entwicklung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie sah das aus, wie kann ich mir das vorstellen?</li> <li>• Und was gab es da noch? Was war das für eine Zeit in Ihrem Leben?</li> <li>• Wann kam denn so der Moment, wo Sie gemerkt haben: Ich habe ein Problem?</li> <li>• <u>Woran</u> 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 z. B. deutlich...?</li> <li>• 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?</li> <li>• 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)? → Arbeit? → Freizeit? → Tagesstruktur?</li> <li>• Zum Beispiel – was ist/war da so eine typische Situation, wo Sie xyz im Internet genutzt haben/nutzen?</li> <li>• Und was ist/war dann immer so der Anlass, offline zu gehen?</li> <li>• Evtl.: Und wenn im Alltag viel Stress war/ist, wie ist/war es dann mit der Internetnutzung?</li> <li>• Und so der Kontakt mit Freunden, Familie, mit dem Partner in der Zeit?</li> <li>• Sie haben gerade das Wort „Sucht“/Problem etc. verwendet → Was genau verstehen denn Sie persönlich darunter? &gt;&gt; Wie sind Sie, wenn Sie das Internet auf diese Weise nutzen, wie würden Sie sich dann beschreiben? &lt;&lt;</li> <li>• Und hat sich das dann so weiterentwickelt?</li> <li>• Was würden Sie denn sagen, fehlt/e Ihnen in der Zeit am meisten?</li> <li>• Was hätten Sie am meisten gebraucht?</li> <li>• Was haben Sie in dieser Zeit über sich gelernt?</li> </ul>
<b>BLOCK 3: Bewältigung &amp; Erfahrungen mit Versorgungssystem</b>	
<b>Leitfrage/Stimulus/Erzählaufforderung:</b> Wie ist es dann gekommen, dass es Ihnen irgendwann wieder besser ging?	
<b>Inhaltliche Aspekte</b>	<b>Fragen</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Umgang mit der Problematik</li> <li>• Selbsthilfestrategien</li> <li>• Internet als Resource/positiver Teil im Leben</li> <li>• Zugang zum Versorgungssystem</li> <li>• Zugangsweg zur Versorgung (Empfehlungen?)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Was, würden Sie sagen, hat Ihnen in der Zeit am meisten geholfen? → Beispiele → Situationen? → Partner/Freunde/Herkunftsfamilie/Andere...?</li> <li>• Inwiefern spielte ärztliche Hilfe eine Rolle für Sie? → Wäre es für Sie eine Option gewesen, sich an einen Arzt zu wenden? → Und eine Psychotherapie, wäre das etwas für Sie gewesen? → Wie ist es denn dazu gekommen, dass Sie dann bei xyz, Hilfe gesucht haben?</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Versorgungserfahrungen</li> <li>• Geschlechterspezifische/-sensible Aspekte in der Versorgung</li> <li>• Pos./negative Erfahrungen mit dem Versorgungssystem</li> <li>• Hilfreiche Bewältigungsinstrumente</li> <li>• Resümee</li> <li>• Tipps für Betroffene aus Sicht einer Betroffenen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Wie kam es, dass Sie genau diesen [Arzt, Therapeuten, Klinik...] ausgewählt haben?</li> <li>→ Wie ging es Ihnen damit, diesen Schritt zu machen?</li> <li>• 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? <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Woran sehen Sie, dass Ihnen das GUT tut/getan hat?</li> <li>→ Woran, dass Ihnen das NICHT gut tut/getan hat?</li> <li>→ Was hätten Sie sich stattdessen gewünscht/würden Sie sich wünschen?</li> </ul> </li> <li>• Würden Sie sagen, dass Sie sich so als FRAU verstanden gefühlt haben/fühlen mit dem Problem? <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Haben Sie Hilfsangebote erlebt, die sich gezielt an Frauen gerichtet haben?</li> </ul> </li> <li>• Mit dem Wissen, was Sie heute haben: <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Wie blicken Sie auf diese Zeit zurück? (falls in der Vergangenheit)</li> <li>→ Was würden Sie heute sagen, welche BEDEUTUNG hat das Internet für Sie – damals und heute?</li> </ul> </li> <li>• Was wären denn heute typische Alarmsignale für Sie, wo Sie merken: Oh, da bin ich grad wieder gefährdet? <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Und was machen Sie dann?</li> <li>→ Und woran merken Sie, aha, alles ist okay, mir geht es gut mit meiner Internetnutzung?</li> </ul> </li> <li>• Was würden Sie heute anderen gefährdeten Frauen raten? <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Ggf. anfügen: Was sind aus Ihrer Sicht die besten Anlaufstellen für betroffene Frauen?</li> <li>→ Was fehlt noch aus Ihrer Sicht? Wo wünschen Sie sich Nachbesserungen?</li> </ul> </li> </ul>
<b>Zum Abschluss</b>	
Gibt es noch etwas, was Sie sagen möchten, was aus Ihrer Sicht wichtig wäre, was wir aber noch nicht besprochen hatten?	

(Quelle: eigene Darstellung in Anlehnung an Kruse, 2014, S. 217)

## Anhang 3: Fragebögen

### Anhang 3.1: Fragebogen soziodemografische Angaben

1. Geburtsjahr: .....	2. Geburtsland: .....
3. Staatsangehörigkeit/en: .....	
<b>4. Welcher Familienstand trifft auf Sie zu? (Mehrfachnennung möglich)</b>	
<input type="checkbox"/> Verheiratet	<input type="checkbox"/> Geschieden
<input type="checkbox"/> In eingetragener Lebenspartnerschaft	<input type="checkbox"/> Verwitwet
<input type="checkbox"/> Ledig	
<input type="checkbox"/> Sonstiges: .....	
<b>5. Haben Sie Kinder?</b>	
<input type="checkbox"/> Ja	Anzahl der Kinder: ..... Alter: .....
<input type="checkbox"/> Nein	

**6. Wie sieht Ihre derzeitige Lebens- und Wohnsituation aus?**

- Ich lebe mit meinem Partner zusammen, ohne Kinder.
- Ich lebe mit Partner und Kindern zusammen.
- Ich lebe mit meinen Kindern/meinem Kind zusammen.
- Andere Wohnsituation: .....
- Ich lebe allein.
- Ich lebe in einer WG.

**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 (z. B. Diplom, Master)
- Universitätsabschluss (z. B. 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.*

- Vollzeitbeschäftigt
- Teilzeitbeschäftigt
- Altersteilzeit
- Sonstiges: .....
- Geringfügig erwerbstätig, 400-Euro-Job, Minijob
- „Ein-Euro-Job“ (bei Bezug von Arbeitslosengeld II)
- Gelegentlich oder unregelmäßig beschäftigt

**10. Welche Berufssituation trifft auf Sie zu? (Mehrfachnennungen möglich)**

- Angestellte
- Arbeiterin
- Beamtin
- Auszubildende
- Mutterschafts-, Erziehungsurlaub, Elternzeit
- Dauerhaft erwerbsunfähig
- Sonstiges: .....
- Selbstständige oder Freiberuflerin
- Arbeitssuchende
- Studentin
- Freiwilliges Soziales Jahr
- Rentnerin/Pensionärin
- Hausfrau

## Anhang 3.2: 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.

<b>A) Bitte kreuzen Sie an, was <u>momentan</u> auf Sie zutrifft:</b>				
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, z. B. 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, z. B. 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

**B) Erinnern Sie sich nun an die Zeit in Ihrem Leben, in der Sie das Internet auf irgendeine Weise (z. B. in Bezug auf eine bestimmte Onlinefunktion oder bestimmte Inhalte) sehr intensiv genutzt haben. Bitte kreuzen Sie an, was damals auf Sie zutraf:**

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, z. B. 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, z. B. 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 3.3: Fragebogen allgemeine Medien- und Internetnutzung

### 1. Welche Medien nutzen Sie momentan in Ihrem Alltag? (Mehrfachnennung möglich)

- Fernsehen, und zwar:
  - Live-Fernsehprogramm
  - Ausgewählte Sendungen und 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 (z. B. www.faz.de oder www.bild.de)
- Zeitschrift, und zwar:
  - Gedruckte Ausgabe
  - Als E-Magazine
  - Internetauftritt der Zeitschrift (z. B. 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	<input type="checkbox"/> immer	<input type="checkbox"/> häufig	<input type="checkbox"/> seltener	<input type="checkbox"/> eigentlich gar nicht
Vormittags	<input type="checkbox"/> immer	<input type="checkbox"/> häufig	<input type="checkbox"/> seltener	<input type="checkbox"/> eigentlich gar nicht
Mittags	<input type="checkbox"/> immer	<input type="checkbox"/> häufig	<input type="checkbox"/> seltener	<input type="checkbox"/> eigentlich gar nicht
Nachmittags	<input type="checkbox"/> immer	<input type="checkbox"/> häufig	<input type="checkbox"/> seltener	<input type="checkbox"/> eigentlich gar nicht
Abends	<input type="checkbox"/> immer	<input type="checkbox"/> häufig	<input type="checkbox"/> seltener	<input type="checkbox"/> eigentlich gar nicht
Nachts	<input type="checkbox"/> immer	<input type="checkbox"/> häufig	<input type="checkbox"/> seltener	<input type="checkbox"/> eigentlich gar nicht

#### b) An einem arbeitsfreien Tag (Wochenende, Feiertag, Urlaub etc.):

Morgens	<input type="checkbox"/> immer	<input type="checkbox"/> häufig	<input type="checkbox"/> seltener	<input type="checkbox"/> eigentlich gar nicht
Vormittags	<input type="checkbox"/> immer	<input type="checkbox"/> häufig	<input type="checkbox"/> seltener	<input type="checkbox"/> eigentlich gar nicht
Mittags	<input type="checkbox"/> immer	<input type="checkbox"/> häufig	<input type="checkbox"/> seltener	<input type="checkbox"/> eigentlich gar nicht



Nachmittags	<input type="checkbox"/> immer	<input type="checkbox"/> häufig	<input type="checkbox"/> seltener	<input type="checkbox"/> eigentlich gar nicht
Abends	<input type="checkbox"/> immer	<input type="checkbox"/> häufig	<input type="checkbox"/> seltener	<input type="checkbox"/> eigentlich gar nicht
Nachts	<input type="checkbox"/> immer	<input type="checkbox"/> häufig	<input type="checkbox"/> seltener	<input type="checkbox"/> eigentlich gar nicht

**5. Onlinezugang:**

**a) Mit welchem Gerät gehen Sie online? (Mehrfachnennung möglich)**

- Computer bzw. PC                       Spielekonsole                       Tablet PC  
 Über einen 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                       In öffentl. Verkehrsmitteln, beim Warten auf Bus/Bahn  
 Schule/Universität  
 Woanders, und zwar: .....

**b) An welchen der o. g. Orte gehen Sie momentan vorwiegend online?**

.....

**8. Welches der folgenden Geräte zum Onlinegehen 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 verzichten:
Informationen suchen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Senden/Empfangen von E-Mails	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
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 (z. B. Skype)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Internet-Messenger nutzen (z. B. 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/Online-Bewerbungen versenden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Online-Banking	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sonstiges: .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sonstiges: .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sonstiges: .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**11. Wie häufig nutzen Sie das Internet von unterwegs aus mit Hilfe von Mobilgeräten (z. B. über Smartphone, Handy, Tablet, mp3-Player...)?**

- |                          |                          |                          |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 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?**

- |                                     |                                     |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> An 1 Tag   | <input type="checkbox"/> An 5 Tagen |
| <input type="checkbox"/> An 2 Tagen | <input type="checkbox"/> An 6 Tagen |
| <input type="checkbox"/> An 3 Tagen | <input type="checkbox"/> An 7 Tagen |
| <input type="checkbox"/> An 4 Tagen |                                     |

**13. Welche der folgenden Internetanwendungen nutzen Sie von unterwegs aus? (Mehrfachnennung möglich)**

E-Mail	<input type="checkbox"/>
WhatsApp	<input type="checkbox"/>
Sonstige Messenger für das Smartphone (z. B. ICQ)	<input type="checkbox"/>
Facebook	<input type="checkbox"/>
Sonstige Soziale Netzwerke und Onlinecommunitys	<input type="checkbox"/>
Aktuelle Nachrichten/News/Onlinezeitungen	<input type="checkbox"/>
Aktuelle Serviceinfos (Wetter/Verkehr)	<input type="checkbox"/>
Reise- bzw. Fahrplanauskünfte	<input type="checkbox"/>

Navigation/Ortungsdienste/Routenplaner/Kartenfunktionen	<input type="checkbox"/>
Sportseiten	<input type="checkbox"/>
Kulturelles/Veranstaltungstipps etc.	<input type="checkbox"/>
Berufliches/Geschäftliches/Universität etc.	<input type="checkbox"/>
Wissensportale	<input type="checkbox"/>
Übersetzer	<input type="checkbox"/>
Produktsuche/Preisvergleiche	<input type="checkbox"/>
Shoppen	<input type="checkbox"/>
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), z. B. beim Kaufen von Apps, Onlineshopping, kostenpflichtige Online-dienste, Skype... ?**

- Ja Wofür z. B.? .....
- 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	<input type="checkbox"/>
Zusatzprogramme bzw. Applikationen (Apps)	<input type="checkbox"/>
Im Internet Informationen suchen	<input type="checkbox"/>
Navigation	<input type="checkbox"/>
Nutzung als Fernbedienung für den Fernseher oder andere Geräte	<input type="checkbox"/>

Sonstige: .....

**16. Falls Sie Apps nutzen: Welche Arten von Apps nutzen Sie ganz generell? (Mehrfachnennung möglich)**

- |   |   |  |
|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> Kommunikation          | <input type="checkbox"/> Sport              | <input type="checkbox"/> Bücher/Nachschlagewerk  |
| <input type="checkbox"/> Soziale Netzwerke      | <input type="checkbox"/> Fotografie         | <input type="checkbox"/> Videos                  |
| <input type="checkbox"/> Nachrichten, Zeitungen | <input type="checkbox"/> TV-Sender          | <input type="checkbox"/> Zeitschriften/Lifestyle |
| <input type="checkbox"/> Verkehr/Navigation     | <input type="checkbox"/> Lokales            | <input type="checkbox"/> Reisen                  |
| <input type="checkbox"/> Musik                  | <input type="checkbox"/> Finanzen           | <input type="checkbox"/> Spiele                  |
| <input type="checkbox"/> Online-Shopping        | <input type="checkbox"/> Gesundheit/Fitness | <input type="checkbox"/> Wetter                  |

- Dienstprogramme (Wecker, Taschenlampe etc.)
- Sonstiges: .....

**17. Können sie sich ein Leben vorstellen ohne...?**

Internet	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Fernsehen	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Bücher	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Radio	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Zeitungen	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Zeitschriften	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Handy/Smartphone	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein

**Anhang 4: Postscript (Muster)**

Name des Interviewers:  
 Chiffre der Interviewpartnerin:  
 Länge des Interviews:  
 Beschriftung der Interviewdatei:  
 Geschlecht der Befragten:  
 Alter:  
 Tätigkeit:

Fragen zur Interviewsituation:

- Art des Kennenlernens/Kontaktaufnahme:**
- Dauer des Interviews:**
- Ort des Interviews:**
- Anwesende Dritte, Störungen beim Interview:**
- Vermutungen, Erwartungen und Befürchtungen der Interviewten:**
- Wie war die 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 Aufnahmege-räts:**
- Sonstiges/ Besonderheiten: z. B. allgemeiner oder spezieller Art:**

## Anhang 5: Transkriptionsregeln

Folgende Transkriptionsregeln wurden auf die Interviewpassagen der Befragten angewandt. Die Passagen der Interviewerin wurden einfach transkribiert.

Tabelle 58: Transkriptionsregeln

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 romantisier 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 kann's nicht gewesen sein.
<u>Beispiel</u>	Betonung	Ich <u>wusste</u> , dass etwas faul war.
Beispiel, Beispiel, Beispiel	Trennung von Wortdoppelungen und Wiederholungen mit Kommata	Ich wollte, wollte, wollte einfach 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 gewesen. 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 genannt. Des isch ganz andersch gemeint gewese'.
	1:1 Wiedergeben syntaktischer Fehler	Äh, kam immer mehr dieses, eigentlich ist sie doof, kam immer mehr darein.

(Quelle: eigene Darstellung)

## Anhang 6: Kategoriensysteme

### Anhang 6.1: Kategoriensystem (Muster) in Teilstudie 1

Tabelle 59: Kategoriensystem (Muster) Teilstudie 1

<b>A. Problematische Internetnutzung</b>
<p><b><u>A1. Biografische Einordnung</u></b></p> <p><b>A1.1 Alter:</b> ____ . Lebensjahr</p> <p><b>A1.2 Lebensphase:</b> <input type="checkbox"/> Kindheit   <input type="checkbox"/> Jugend   <input type="checkbox"/> Erwachsenenalter   <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><b>A1.3 Zum Interviewzeitpunkt aktive problematische Internetnutzung:</b> <input type="checkbox"/> Ja   <input type="checkbox"/> Nein</p>
<p><b><u>A2. Ausprägung/Schweregrad der problematischen Internetnutzung</u></b></p> <p>Phase 1:</p> <p><b>A2.1 Betitelung der Phase:</b> Freifeld (Beispieleintragung: <i>Stressige Schulzeit: Erste problematische Internetnutzung/Fanfiction</i>)</p> <p><b>A2.2 Ausprägung/Schweregrad aus Sicht der Interviewpartnerin:</b>  <input type="checkbox"/> Gar keine problematische Internetnutzung  <input type="checkbox"/> Geringer bis mittlerer Schweregrad (Vereinzelte problematische Aspekte oder kurze problematische Episoden)  <input type="checkbox"/> Hoher Schweregrad (Länger andauernde problematische bis ‚süchtige‘ Internetnutzung)</p> <p><b>A2.3 Ausprägung/Schweregrad aus Forscherinnensicht:</b>  <input type="checkbox"/> Gar keine problematische Internetnutzung  <input type="checkbox"/> Geringer bis mittlerer Schweregrad (Vereinzelte problematische Aspekte oder kurze problematische Episoden)  <input type="checkbox"/> Hoher Schweregrad (Länger andauernde problematische bis ‚süchtige‘ Internetnutzung)</p> <p><b>A2.4 Leidensdruck vorhanden:</b> <input type="checkbox"/> Ja   <input type="checkbox"/> Nein</p> <p><b>A2.5 Im Zusammenhang mit einer krisenhaften Situation:</b> <input type="checkbox"/> Ja   <input type="checkbox"/> Nein  Ggf. ergänzende Beschreibung (Beispieleintragung: <i>Leistungsprobleme in der Schule ohne Lösungsstrategie</i>)</p> <p><b>A2.6 Problematische Internetanwendung:</b> Freifeld (Beispieleintragung: <i>Onlinecommunities/Fanfiction lesen</i>)</p>

### **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**

*Screening der Interviewaussagen hinsichtlich der 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 liegt vor.  
 Ja  Nein

### **A3. Begleiterscheinungen**

*Von welchen Begleiterscheinungen ist im Kontext der problematischen Internetnutzung 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/Traumafolgestörung  
 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 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

### **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 (z. B. 9. 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:** Freifeld (Beispieleintragung: *Viel lesen. Z. B. auch in der Pause <- Schule wird langweilig, keine Motivation, schlechte Leistungen. Lesen in den Schulpausen erfolgt auch immer wieder in Krisenzeiten, d. h., wenn es auch soziale Probleme in der Schule gibt.*)

**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. Reduzierte 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:** Freifeld (Beispieleintragung: *Von Eltern regulierte Internetnutzung*)

**B3.4 Alter:** \_\_\_\_\_. Lebensjahr

**B3.5 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*

(Quelle: eigene Darstellung)



## Anhang 6.2: Kategoriensystem (Beispiel) 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 F21

Kategorie	Kodierung
<b>A. Beziehung zu Familienmitgliedern</b>	
Geburtsjahr Interviewpartnerin	1960er Jahre
Alter zum Interviewzeitpunkt	40er Lebensjahre
Geschwisterkonstellation	Einzelkind
<b>A4. Beziehung zu den wichtigsten Bezugspersonen</b>	
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.
<b>A5. Beziehung zu weiteren Familienmitgliedern</b>	
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 F21 nun auch noch katholisch wurde. Aktuell Kontakt zur Mutter. Mitgefühl mit schwerer Kindheit der Mutter.
Großmutter mütterlicherseits	Abwertend dem Schwiegersohn/F21s Vater gegenüber
<b>B. Krisenhaft-belastende Lebenserfahrungen im herkunftsfamiliären Kontext (Risikofaktoren)</b>	
<b>B1. Vernachlässigungserfahrungen</b>	
<b>B1.1 Körperliche Vernachlässigung</b>	
Unstete Versorgung und Pflege	N/A
(Lebens-)Gefährdung	N/A
<b>B1.2 Emotionale Vernachlässigung</b>	
Fehlende Kontrolle/Regeln/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/Als fehlend empfundene/s Elternteil/Eltern	N/A
Nicht-Ermöglichen/Verwehren sozialer Kontakte	N/A

Nüchternes/kühles/teilnahmsloses elterliches Verhalten	N/A
Übermäßige Verantwortungsübernahme als Kind/Jugendliche (Parentifizierung)	Als Kind schon den Vater schützen wollen
Fehlende elterliche Unterstützung im Krisenfall	N/A
<b>B2. Misshandlungserfahrungen</b>	
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>B3. Sucht oder exzessive/r Konsum/Verhaltensweisen</b>	
B3.1 Alkohol	Vater Alkoholiker
B3.2 Tabletten/Medikamente	N/A
B3.3 Internet/Computer	N/A
B3.4 Essen	N/A
B3.5 Rauchen	N/A
<b>B4. Stress, Überlastung, Überforderung</b>	
B4.1 Finanzielle Sorgen	N/A
B4.2 Leistungsdruck	Eltern mit hohen Erwartungen an einziges Kind. Mutter mit hohen Erwartungen („liebe Frau“), die F21 nicht erfüllen konnte. Materiell als Einzelkind verwöhnt, solange F21 „lieb“ war.
B4.3 Stress	N/A
<b>B5. Erleben von Verlust, Krankheit und Tod</b>	
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
<b>B6. Vermeidender Umgang mit schwierigen Situationen</b>	
B6.1 Konfliktvermeidung/übermäßige Harmoniebedürftigkeit	N/A
B6.2 Trennung unüblich/man bleibt zusammen	N/A
B6.3 Familiengeheimnisse/Uausgesprochenes	N/A
<b>C. Positiv-förderliche Erfahrungen im herkunftsfamiliären Kontext (Schutzfaktoren)</b>	
<b>C1. Erleben von Sicherheit und Orientierung</b>	
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
<b>C2. Erleben von Autonomie, Exploration und Wachstum</b>	
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
<b>C3. Erleben von Verbundenheit</b>	
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
<b>C4. Offener Umgang mit schwierigen Situationen</b>	
C4.1 Konfliktbereitschaft/Offenes Ansprechen und Reflektieren von kritischen Familienthemen	N/A

(Quelle: eigene Darstellung)

## Anhang 7: Herleitung der Fallgruppeneinteilung in Teilstudie 1

Tabelle 61: Herleitung der Fallgruppeneinteilung Teilstudie 1

Hinweise:

- In der Spalte „ICD-11-Werte“ beziehen sich die drei Ausprägungen (z. B. Nein-Ja-Nein) 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 Ampelfarben markieren, ob die Ausprägung eines Kriteriums als Indiz für eine nicht vorhandene Problematik (grün), einen geringen/mittleren Schweregrad (gelb) oder hohen Schweregrad (rot) gedeutet wurde.

Auf die kritischste/intensivste Nutzungsphase bezogen:											
ID	Lebensphase	Schweregrad aus Betroffenenperspektive	Schweregrad aus Forscherinnenperspektive	Dauer der probl. Phase mehr als 12 Monate	Schweregrad aus diagnostischer Perspektive (Vorliegen einer IUD?)				Leidensdruck aufgrund einer probl. Internetnutzung	Beeinträchtigung d. Funktionalität im Alltag	Schweregrad der probl. Internetnutzung
					ICD-11-Werte	ICD-11-Diagnose	CIUS-Wert	CIUS-Diagnose			

Gruppe 1:

F02	N/A	Nicht probl.	Nicht probl.	N/A	Nein Nein Nein	Keine IUD	3	Nicht probl.	Nein	Nein	Nicht probl.
F04	N/A	Nicht probl.	Nicht probl.	N/A	Nein Nein Nein	Keine IUD	7	Nicht probl.	Nein	Nein	Nicht probl.
F06	N/A	Nicht probl.	Nicht probl.	N/A	Nein Nein Nein	Keine IUD	6	Nicht probl.	Nein	Nein	Nicht probl.

Auf die kritischste/intensivste Nutzungsphase bezogen:											
ID	Lebensphase	Schweregrad aus Betroffenenperspektive	Schweregrad aus Forscherinnenperspektive	Dauer der probl. Phase mehr als 12 Monate	Schweregrad aus diagnostischer Perspektive (Vorliegen einer IUD?)				Leidensdruck aufgrund einer probl. Internetnutzung	Beeinträchtigung d. Funktionalität im Alltag	Schweregrad der probl. Internetnutzung
					ICD-11-Werte	ICD-11-Diagnose	CIUS-Wert	CIUS-Diagnose			

### Gruppe 2:

F05	Erw.alter/ Berufstätigkeit	Gering bis mittel	Nicht probl.	Nein	Nein Nein Nein	Keine IUD	34	Internetabh.	Nein	Nein	Gering bis mittel
F23	Erw.alter/ Berufstätigkeit	Gering bis mittel	Nicht probl.	Ja	Nein Nein Ja	Keine IUD	Nicht vorh.	N/A	Nein	Nein	Gering bis mittel
F20	Jugend bis Erw.alter/ Studium	Gering bis mittel	Nicht probl.	Ja	Nein Nein Nein	Keine IUD	33	Internetabh.	Ja	Nein	Gering bis mittel
F08	Jugend bis Erw.alter/ Berufstätigkeit	Gering bis mittel	Nicht probl.	Ja	Ja+Nein Nein Nein	Keine IUD	Nicht vorh.	N/A	Ja	Nein	Gering bis mittel
F16	Jugend	Gering bis mittel	Nicht probl.	Nein	Nein Nein Nein	Keine IUD	29	Riskanter Internetgebr.	Ja	Nein	Gering bis mittel
F01	Erw.alter/ Berufstätigkeit	Gering bis mittel	Gering bis mittel	Nein	Ja Ja Ja	Keine IUD (< 12 Mon.)	7	Keine Problematik	Ja	Nein	Gering bis mittel
F07	Erw.alter/ Fam.zeit & Berufstätigkeit	Hoch	Gering bis mittel	Nein	Ja+Nein Ja Nein	Keine IUD	24	Riskanter Internetgebr.	Nein	Nein	Gering bis mittel
F13	Erw.alter/ Berufstätigkeit	Hoch	Nicht probl.	Ja	Nein Ja+Nein Ja+Nein	Keine IUD	35	Internetabh.	Nein	Nein	Gering bis mittel
F24	Erw.alter/ Berufstätigkeit	Gering bis mittel	Gering bis mittel	Ja	Ja Ja Ja	IUD	32	Internetabh.	Nein	Nein	Gering bis mittel
F03	Erw.alter/ Berufstätigkeit	Hoch	Gering bis mittel	Ja	Ja Ja Ja	IUD	19	Nicht probl.	Ja	Nein	Gering bis mittel

### Gruppe 3:

F10	Erw.alter/ Fam.zeit & Berufstätigkeit	Hoch	Hoch	Ja	Ja+Nein Ja Ja	Keine IUD	Nicht vorh.	N/A	Ja	Nein	Hoch
F14	Jugend bis Erw.alter/ Studium	Hoch	Hoch	Ja	Ja+Nein Ja+Nein Ja	Keine IUD	35	Internetabh.	Ja	Teilweise	Hoch
F17	Erw.alter /Berufstätigkeit	Hoch	Hoch	Ja	Ja Ja+Nein Ja	Keine IUD	46	Internetabh.	Ja	Teilweise	Hoch
F19	Erw.alter/ Familienzeit	Gering bis mittel	Hoch	Ja	Ja+Nein Ja Ja	Keine IUD	40-41	Internetabh.	Ja	Nein (Ja gemäß Kindern)	Hoch
F09	Insbesondere Erw.alter/ Studium	Hoch	Hoch	Ja	Ja Ja Ja	IUD	Nicht vorh.	N/A	Ja	Teilweise	Hoch
F11	Erw.alter/ Studium	Hoch	Hoch	Ja	Ja Ja Ja	IUD	Nicht vorh.	N/A	Ja	Ja	Hoch

F12	Erw.alter/ Studium	Hoch	Hoch	Ja	Ja Ja Ja	IUD	56	Inter- netabh.	Ja	Ja	Hoch
F15	Erw.alter/ Studium	Hoch	Hoch	Ja	Ja Ja Ja	IUD	Nicht vorh.	N/A	Ja	Ja	Hoch
F18	Jugend bis Erw.alter/ Hartz-IV	Hoch	Hoch	Ja	Ja Ja Ja	IUD	Nicht vorh.	N/A	Nein	Ja	Hoch
F21	Erw.alter/ Familienzeit	Hoch	Hoch	Ja	Ja Ja Ja	IUD	Nicht vorh.	N/A	Ja	Ja	Hoch
F22	Erwachsenen- alter/Studium	Hoch	Hoch	Ja	Ja Ja Ja	IUD	46	Inter- netabh.	Ja	Ja	Hoch

(Quelle: eigene Darstellung)

## 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.

Auch 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 der Forschungswerkstatt Qualitative Inhaltsanalyse an der PH Weingarten für ihre Bereitschaft, sich immer wieder auf Material aus meiner Dissertation einzulassen; 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 ganz besonders einer Gruppe an Menschen danken, die mich eine Zeitlang begleitet haben und ohne die es zu der vorliegenden Arbeit nie gekommen wäre; Sara und Salima für ihr nahezu tägliches Mutmachen und ihren Optimismus; meinem Bruder und meiner Mutter für ihre bedingungslose Unterstützung; meinem verstorbenen Vater für seinen Abenteuergeist, der mich geprägt hat und der Motor dieser Arbeit war. Anton danke ich für jeden gemeinsamen, wertvollen Tag und ganz besonders für die Zeit im Schnee. Der HM danke ich für ihre Führung und für die Zuversicht, immer irgendwie auf dem richtigen Weg zu sein. Zu guter Letzt möchte ich Michael für seinen bedingungslosen Rückhalt danken. Er hat es nicht nur gewagt hat, mich während der Promotionsphase zu heiraten, sondern weiß auch am besten, welche Bedeutung diese Doktorarbeit (auch und eigentlich) für mich hat („Mögen alle Wesen glücklich sein“).