

## Abstumpfung gegenüber Gewalt und Leid

### Auswirkungen des Konsums gewalthaltiger Medien

Barbara Krahe

#### Wie reagieren Menschen auf intensive Gefühle? Das Konzept der Desensibilisierung

Intensive Gefühle negativer wie positiver Art stellen für die körperliche und seelische Befindlichkeit von Menschen eine Herausforderung dar. Wenn wir große Angst empfinden, tiefe Trauer, aber auch großes Glück, ist das mit erheblichen Belastungen für unseren Organismus verbunden, wie wir nicht zuletzt an verschiedenen körperlichen Reaktionen unmittelbar feststellen können. Redewendungen wie beim Empfangen einer schlechten Nachricht »sprachlos vor Entsetzen« zu sein, angesichts einer akuten Bedrohung »vor Angst wie gelähmt zu sein« oder im Zustand frischer Verliebtheit »Schmetterlinge im Bauch« zu verspüren, spiegeln diese Befindlichkeiten wider. Derart starke emotionale Zustände kann der Organismus nicht über längere Zeit aushalten, und deshalb ist es grundsätzlich adaptiv, das heißt für das Überleben sinnvoll, dass sich die Intensität von Gefühlsreaktionen mit der Zeit abschwächt und das emotionale Erleben auf ein weniger extremes Niveau zurückgeht. Der Organismus gewöhnt sich an die Reize, die zunächst starke emotionale Reaktionen auslösen, er reagiert weniger stark auf ihre Darbietung, was man in der psychologischen Fachsprache mit dem Begriff der »Desensibilisierung« bezeichnet. Desensibilisierung beschreibt den Prozess der Abstumpfung gegenüber emotional erregenden Reizen, der sich auf der Ebene der körperlichen Erregung, auf der Ebene des erlebten Gefühls (etwa reduziertes Angsterleben) sowie auf der Ebene der gedanklichen Bewertung zeigt.

In der klinischen Psychologie wird der Prozess der Desensibilisierung gezielt therapeutisch genutzt, um beispielsweise Menschen mit Angststörungen, wie etwa mit einer Spinnenphobie, durch die wiederholte Konfrontation mit dem angstauslösenden Reiz allmählich zu einer weniger intensiven negativen Gefühlsreaktion, einer Annäherung an das angstbesetzte Objekt und damit einer Überwindung ihrer Ängste zu verhelfen. Allerdings sind Prozesse der Gewöhnung an Reize, die zunächst dazu geeignet sind, starke Emotionen auszulösen, nicht immer positiv zu bewerten, sondern können auch zu negativen Konsequenzen führen. In diesem Artikel wird skizziert, wie die Nutzung gewalthaltiger Medien zur Desensibilisierung im Sinne einer verminderten Mitleidsfähigkeit (»Empathie«) gegenüber anderen Menschen, insbesondere Opfern realer Gewalt, führen kann, die sich wiederum in einer verringerten Bereitschaft zu Hilfeleistung und Unterstützung für Menschen in Not niederschlägt.

#### Von Angst zu Abstumpfung: Desensibilisierung durch Mediengewalt

Der Begriff der »Mediengewalt« bezeichnet die Darstellung zielgerichteter, absichtlicher Schädigungen von Menschen (oder menschenähnlichen Wesen) durch andere Menschen (oder menschenähnliche Charaktere), wobei es primär um fiktionale Gewaltdarstellungen in Filmen, Fernsehsendungen und Bildschirmspielen geht. Eine breite Forschungsliteratur belegt, dass der Konsum von Gewalt in den Medien zu einer Erhöhung der Aggressionsneigung und einer Verringerung der Hilfsbereitschaft führen kann (zusammen-

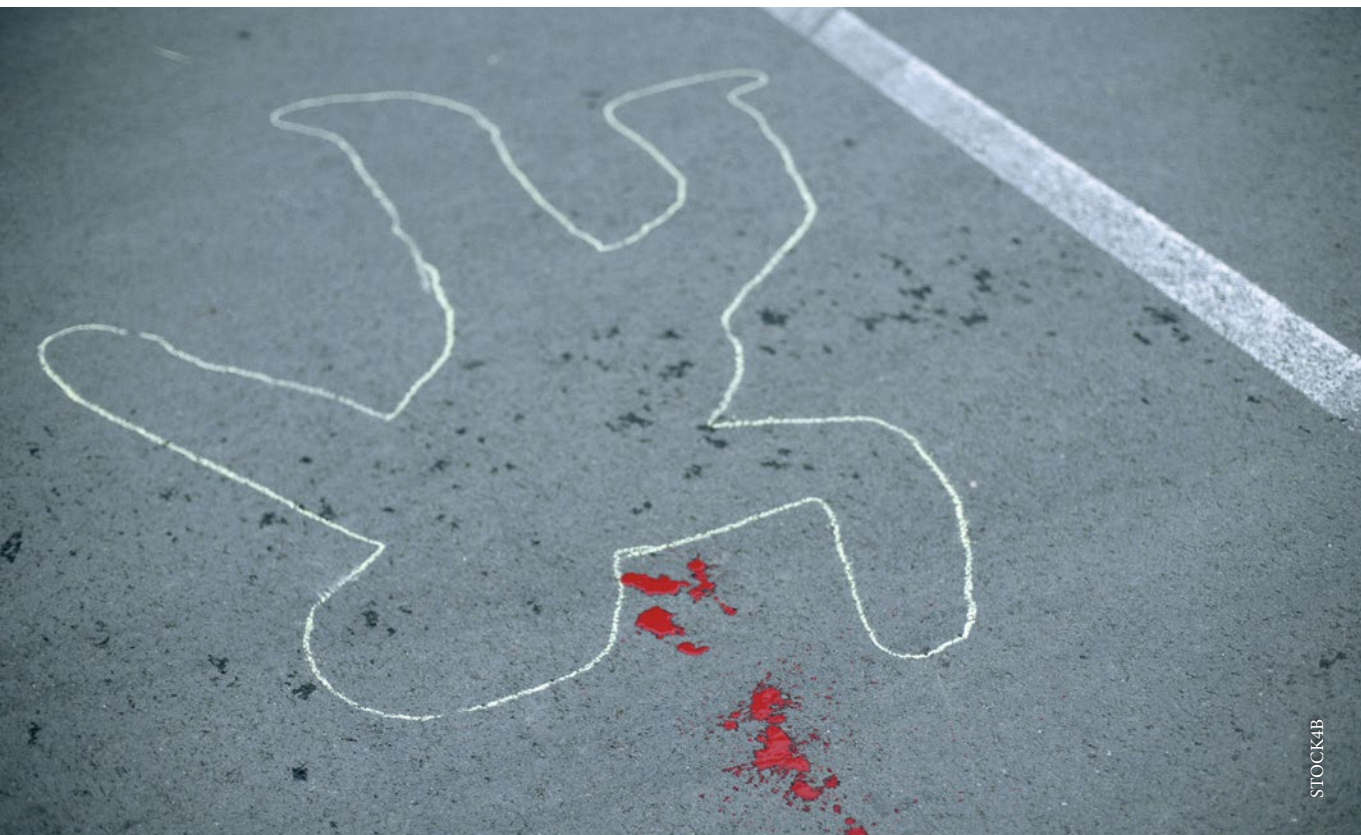
fassend Möller und Krahe 2013). Dabei kommt dem Prozess der Desensibilisierung eine wichtige Vermittlerrolle zwischen den gewalthaltigen Mediendarstellungen einerseits und dem aggressiven beziehungsweise hilfreichen Verhalten andererseits zu.

Die ursprüngliche Reaktion auf die Konfrontation mit Gewalt ist Angst, verbunden mit dem Bedürfnis, der angstauslösenden Situation zu entgehen. Diese Angstreaktion ist vermutlich angeboren, auf jeden Fall ist sie ein biologisch sinnvolles Muster, weil sie den Organismus in »Alarmbereitschaft« versetzt und damit Energien für die Flucht aus der Gefahrensituation erzeugt.

Je häufiger sich eine Person jedoch medialen Gewaltdarstellungen aussetzt, desto schwächer wird die Angstreaktion, desto besser kann sie Gewalt »ertragen«, desto mehr Gefallen findet sie daran. Interviewstudien mit Jugendlichen, die

intensiv Gewaltmedien, zum Beispiel *Ego-Shooter*, nutzen, haben ergeben, dass eine Motivation für die Nutzung derartiger Medien darin besteht, sich selbst abzuhärten, sich in der virtuellen Realität der Medien an den Anblick von Gewalt zu gewöhnen, mit dem Ziel, anschließend im wirklichen Leben weniger Angst vor Gewalt zu haben.

Mit zunehmender Nutzung von Mediengewalt schwächt sich also die ursprünglich unangenehme Angstreaktion ab und kann in ein positives Gefühl beim Anblick von Gewaltdarstellungen umschlagen. So ließ sich in Experimenten zeigen, dass Menschen, die regelmäßig Gewaltmedien nutzen, auf die Darbietung gewalthaltiger Filmausschnitte mit geringerer körperlicher Erregung reagierten als diejenigen, die nur selten oder nie gewalthaltige Medien konsumierten, und sogar positivere Gefühle beim Anblick medialer Gewaltdarstellungen berichteten (zum Beispiel Krahe u. a. 2011).



*Desensibilisierung beschreibt den Prozess der Abstumpfung gegenüber emotional erregenden Reizen, der sich auf der Ebene der körperlichen Erregung, des erlebten Gefühls sowie der gedanklichen Bewertung zeigt.*

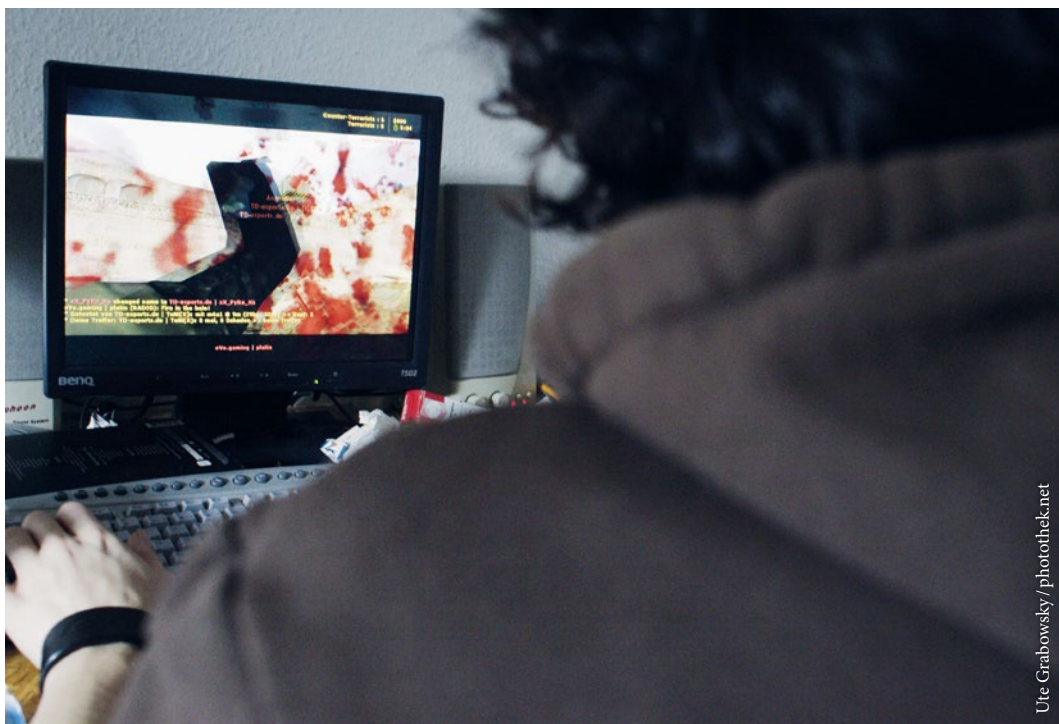
**Was hat die Darstellung von Gewalt in den Medien mit Gefühlen im echten Leben zu tun?**

Problematisch ist dieser Abstumpfungsprozess vor allem deshalb, weil er nicht auf die Reaktion gegenüber medialen Gewaltdarstellungen beschränkt bleibt, sondern auch in den Reaktionen gegenüber Gewalt im realen Leben zur Wirkung kommt. Hierfür liegen zahlreiche Belege sowohl aus experimentellen Studien als auch aus Längsschnittstudien vor. In experimentellen Studien erfolgt zumeist eine einmalige Darbietung eines gewalthaltigen Medienausschnitts, danach werden die Reaktionen gegenüber realen Gewaltopfern erfasst. Längsschnittstudien erfassen die langfristige Wirkung des regelmäßigen Medienkonsums auf das Mitgefühl mit Opfern realer Gewalt. Beide Daten-

*Je häufiger sich eine Person medialen Gewaltdarstellungen aussetzt, desto schwächer wird die Angstreaktion, desto besser kann sie Gewalt »ertragen«, desto mehr Gefallen findet sie daran.*

quellen belegen, dass sich durch die Beschäftigung mit Mediengewalt auf körperlicher, emotionaler und gedanklicher (kognitiver) Ebene Desensibilisierungseffekte nachweisen lassen.

In Bezug auf die körperlichen Aspekte der Desensibilisierung lässt sich anhand verschiedener Indikatoren wie Herzfrequenz, Blutdruck und hirnelektrischen Reaktionen zeigen, dass Menschen, die regelmäßig Gewaltmedien nutzen, mit geringerer Intensität auf die Darbietung von realer Gewalt, etwa in Form von Fotos und Schilderungen, reagieren (zum Beispiel Bartholow, Bushman und Sestir 2006). Auf der Ebene des emotionalen Erlebens wurde nachgewiesen, dass der Konsum von Mediengewalt zu weniger Mitleid mit Opfern von Gewalttaten und zu der Bewertung der Opfererfahrung als weniger gravierend führt. Zum Beispiel sahen die Teilnehmer einer



Ute Grabowsky / photothek.net



Studie zunächst einen Ausschnitt aus einem *Slasher*-Film, in dem körperliche und sexuelle Gewalt gegenüber Frauen gezeigt wurde. Drei Tage später wurde ihnen ein Video über einen Fall von häuslicher Gewalt gezeigt (Mullin und Linz 1995). Im Vergleich zu einer Kontrollgruppe, die keinen Film gesehen hatte, äußerten die Teilnehmer der Filmgruppe noch drei Tage später weniger Mitleid mit dem Opfer häuslicher Gewalt und schätzten die Verletzungen der Frau als weniger schwerwiegend ein. Schließlich treten Desensibilisierungseffekte auch auf der Ebene der gedanklichen Auseinandersetzung und Bewertung von Gewalt auf. Je mehr sich Personen mit Gewalt in der virtuellen Medienrealität befassen, desto »normaler« und alltäglicher erscheint sie ihnen (Brockmyer 2013). Dies lässt sich auch daran ablesen, dass intensive Krimi-Seher die Häufigkeit von Mord

*Mit zunehmender Nutzung von Mediengewalt schwächt sich die ursprünglich unangenehme Angstreaktion ab und kann in ein positives Gefühl beim Anblick von Gewaltdarstellungen umschlagen.*

und Totschlag in der realen Welt deutlich überschätzen. Die Darstellung von Gewalt in den Medien beeinflusst (»kultiviert«) ihre Weltsicht in dem Sinne, dass sie ihre Umgebung als feindselig und bedrohlich einschätzen und sich eher durch aggressives Handeln zur Wehr zu setzen versuchen, als anderen mit Vertrauen oder Unterstützung zu begegnen.

### Gewalt wird in den Medien belohnt

Für das Verständnis der desensibilisierenden Wirkung von Mediengewalt ist es aufschlussreich, sich genauer mit der Art und Weise zu befassen, mit der Gewalt dargestellt und bewertet wird. Dies ist in zahlreichen Studien geschehen, die eine Reihe typischer Merkmale der Präsentation von Gewalt in den Medien herausgearbeitet haben (zum Beispiel Grimm, Kirste und Weiß



Fstop / Fionline Bildagentur RM

2005). So wird Gewalt vielfach im Dienste einer guten Sache moralisch legitimiert und in einen Belohnungskontext eingebettet, etwa dadurch, dass in einem gewalthaltigen Computerspiel der Spielerfolg von der Zahl der getöteten oder ausgeschalteten Gegner abhängt. Beispielsweise können Spieler in dem Rennspiel *Carmageddon II* (1998) Bonuspunkte erzielen, indem sie einen blinden Fußgänger im Rückwärtsgang überfahren. Zudem werden die Auswirkungen von Gewalthandlungen auf die Opfer vielfach ausgeblendet oder verharmlost, wenn beispielsweise eine Zeichentrickfigur erst enthauptet wird und gleich danach wieder intakt ist. Diese typischen Darstellungsmodi fiktionaler Gewaltdarstellungen in den Medien zielen darauf ab, den Unterhaltungswert von Gewalt hervorzuheben und damit der ursprünglichen Abwehr- und Vermeidungsreaktion gegenüber Gewalt entgegenzuwirken.

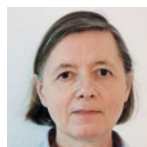
### Wie spezifisch wirkt Desensibilisierung durch Mediengewalt?

Hervorzuheben ist jedoch, dass der Prozess der Desensibilisierung inhaltspezifisch wirkt, das heißt auf Reaktionen gegenüber Gewaltdarstellungen begrenzt ist und sich nicht allgemein auf emotionale Reaktionen gegenüber dem Leid anderer Menschen auswirkt. Dies ist zum Beispiel daran zu erkennen, dass intensive Nutzer von Mediengewalt zwar auf Bilder von Gewaltopfern mit einer geringeren körperlichen Erregung reagierten als Wenig-Nutzer, sich aber bei den Reaktionen auf emotional belastende Bilder ohne Gewaltbezug, zum Beispiel Fotos von missgebildeten Gesichtern, keine Unterschiede zwischen den Gruppen finden ließen (Bartholow, Bushman und Sestir 2006). Ebenso zeigten intensive Nutzer von Mediengewalt im Vergleich zu Wenig-Nutzern eine geringere körperliche Anspannung beim Anblick eines Gewaltfilms, unterschieden sich jedoch nicht in ihren Reaktionen auf einen traurigen Filmausschnitt, der den Abschied einer

krebskranken Mutter von ihren Kindern zeigte (Krahe u. a. 2011).

### Fazit

Dieser kurze Forschungsüberblick hat gezeigt, dass fiktionale Gewaltdarstellungen in den Medien zu einer Abstumpfung gegenüber Gewalt im realen Leben führen können, die sich auf der Ebene der körperlichen Reaktionen in einer reduzierten Erregung, auf der Ebene des emotionalen Erlebens in einem verringerten Mitgefühl mit den Opfern sowie auf der kognitiven Ebene im Sinne einer »Normalisierung« von Gewalt niederschlägt.



**Dr. Barbara Krahe** ist Professorin für Sozialpsychologie an der Universität Potsdam. Ihre Arbeitsschwerpunkte liegen im Bereich der Angewandten Sozialpsychologie, speziell der Aggressionsforschung.

E-Mail: krahe@uni-potsdam.de

### Literatur

- Bartholow, B. D., Bushman, B. J., Sestir, M. R.: Chronic violent video game exposure and desensitization to violence: Behavioral and event-related brain potential data. In: *Journal of Experimental Social Psychology*, 2006/42, S. 532–539.
- Brockmyer, J. F.: Media violence, desensitization, and psychological engagement. In: K. Dill (Hrsg.): *The Oxford handbook of media psychology*. New York 2013, S. 212–222.
- Grimm, P., Kirste, K., Weiß, J.: *Gewalt zwischen Fakten und Fiktionen. Eine Untersuchung von Gewaltdarstellungen im Fernsehen unter besonderer Berücksichtigung ihres Realitäts- bzw. Fiktionalitätsgrades*. Berlin 2005.
- Krahe, B., Möller, I., Huesmann, L. R., Kirwil, L., Felber, J., Berger, A.: Desensitization to media violence: Links with habitual media violence exposure, aggressive cognitions and aggressive behavior. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, 2011/100, S. 630–646.
- Möller, I., Krahe, B.: *Mediengewalt als pädagogische Herausforderung. Ein Programm zur Förderung der Medienkompetenz im Jugendalter*. Göttingen 2013.
- Mullin, C. R., Linz, D.: Desensitization and resensitization to violence against women: Effects of exposure to sexually violent films on judgments of domestic violence victims. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, 1995/69, S. 449–459.