merz | medien + erziehung | Arnulfstraße 205 | 80634 München
| fon 089.68989120 | merz@jff.de | www.merz-zeitschrift.de
| ISSN 0176-9418

merz
ZEITSCHRIFT FÜR MEDIENPÄDAGOGIK

Dana Neuleitner: Hofmann, Jana (2018). Medienstress durch Smartphones? Eine quantitative und qualitative Analyse. Köln: Herbert von Halem Verlag, 264 S., 32 €.

Beitrag aus Heft »2018/04 Medienpädagogik und Informatik«

Wir sind heute ständig online und über das Internet mit der Außenwelt verbunden – alles muss möglichst schnell und effizient abgearbeitet werden und beansprucht unsere Aufmerksamkeit. Das kann auf Dauer zu Stress und Apathie führen, konstatiert die Autorin Jana Hofmann. In ihrer Promotionsstudie Medienstress durch Smartphones? befasst sie sich mit diesem Phänomen der Digitalisierung und stellt sich der Frage, welche Faktoren eine exzessive Smartphone-Nutzung auslösen können. Dabei verknüpft sie sozialpsychologische und kommunikationswissenschaftliche Ansätze.

Die Publikation setzt sich zunächst mit der Entwicklungsgeschichte der Medien auseinander bis hin zu den heutigen digitalisierten Lebenswelten, in denen paralleles Medienhandeln selbstverständlich ist. Die hieran anknüpfenden medientheoretischen Überlegungen zeigen eine Doppelrolle der Medien: Sind sie bei übermäßiger Verwendung zum einen ein Stressfaktor, können sie andererseits zur Stressbewältigung genutzt werden. Hofmanns Forschungsergebnisse offenbaren, dass sich Nutzende über diese Dualität der Effekte durchaus im Klaren sind und Smartphones nur dann zum Stressfaktor werden, wenn sie nicht zum reinen Zeitvertreib genutzt werden. Medienstress entstünde demnach, wenn Anwendende mehrere Dinge gleichzeitig erledigen müssen, um zeitlich effizient arbeiten zu können. Untersucht wird auch der Zusammenhang zwischen Bildung und chronischen Bewältigungsschwierigkeiten sowie das Empfinden von Zeitverlust durch die Smartphone- Nutzung. In der Fokussierung auf negative Wirkungsweisen der Nutzung, lässt die Untersuchung mögliche positive Effekte weitgehend außer Acht – obwohl die Befragten diese zum Teil klar benennen konnten. Auch die Frage nach möglichen Bewältigungstaktiken bleibt zudem offen. Eine Folgestudie, in der die unterrepräsentierten Bevölkerungsschichten mit Haupt- oder Realschulabschluss und über 50-Jährige stärker berücksichtigt werden, wäre in Betracht zu ziehen. Insgesamt zeigt sich jedoch, dass je nach Art und Kontext der Mediennutzung das befürchtete Stressausmaß unterschiedlich stark ausfällt und relativiert werden kann. Der Band eignet sich für eine kritische Reflexion durch medienpädagogische Fachkräfte, aber auch für all diejenigen, die ihr Smartphone-Verhalten hinterfragen wollen. Durch die Verknüpfung der quantitativen und der qualitativen Analyse sowie einen ausgeprägten Theorieteil bietet die Arbeit fundierte Einblicke in das junge Forschungsfeld Medienstress.

dn

kopaed verlagsgmbh | Arnulfstraße 205 | 80634 München
kopaed verlagsgmbh | fon 089.688 900 98 | info@kopaed.de | www.kopaed.de