

## Katharina Stengl: Schwelgengräber, Wiebke (2022). Wer sehen will, muss spüren. Wiesbaden: Springer VS. 162 S., 22,99 €

Beitrag aus Heft »2023/02: Social Media in der Beratung«

Jede\*r kennt das wohlige Gefühl, welches das Happyend eines Films hinterlässt, oder den Schauer, der bei Horrorfilmen über den Rücken läuft. Wie kommt es, dass wir trotz des Wissens, dass Filme inszeniert sind, solche starken Gefühle empfinden? Warum berühren uns manche Filme und Serien, während andere uns kaltlassen? Diese und noch mehr Fragen stellt sich Wiebke Schwelgengräber in ihrem Sachbuch Wer sehen will, muss spüren. Das Werk basiert auf eigenen Erfahrungen der Autorin und vereint in neun Kapiteln die Fachdisziplinen Psychologie und Philosophie. Sie nennt sowohl positive als auch negative Aspekte des Schauens von Filmen und Serien. Ein Beispiel ist das Binge watching von Serien, das sowohl als Flucht- als auch als Stresserlebnis betrachtet werden kann. Das Schauen von Filmen und Serien kann uns auch dabei helfen, sich leiblicher Regungen im Alltag bewusst zu werden und diese besser zu verstehen. Sie spielen in der Publikation eine große Rolle, da sie eine Vielfalt körperlicher Regungen darstellen und neben den fünf Sinnen auch das Empfinden von Schmerz oder das Pochen des Herzens miteinbeziehen. Die ersten vier Kapitel handeln von den verschiedenen leiblichen Regungen und Empfindungen, die wir beim Schauen von Filmen und Serien wahrnehmen. Im fünften Kapitel befasst sich die Autorin mit der Flucht vor dem Alltag durch Film und Serien. Es folgen Ideen darüber, wie Filme und Serien uns beeinflussen und verändern, wenn sie vorbei sind. Das letzte Kapitel bietet den Leser\*innen einen kleinen Ratgeber für das bewusste Sehen von Filmen und Serien. Medienpädagog\*innen können die Erkenntnisse und Erfahrungen aus dem Fachbuch für Forschungsarbeiten und Projekte nutzen und weiterentwickeln. Zudem ist die Publikation für alle interessant, die gerne regelmäßig Filme oder Serien schauen. Sie bietet Erklärungen über die Hintergründe des Film- und Serienschauens und Begründungen zu unseren Gefühlen.