



CATARINA KATZER

CYBER PSYCHO LOGIE

Leben im Netz:
Wie das Internet
uns ver@ndert

dtv

**Ausführliche Informationen
über unsere Autoren und Bücher**
www.dtv.de



Originalausgabe 2016

© 2016 dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG, München

Das Werk ist urheberrechtlich geschützt.

Sämtliche, auch auszugsweise Verwertungen bleiben vorbehalten.

Umschlaggestaltung: buxdesign, München

Gesetzt aus der Stone Serif 9,5/12'

Satz: Greiner & Reichel, Köln

Druck und Bindung: CPI Ebner & Spiegel, Ulm

Gedruckt auf säurefreiem, chlorfrei gebleichtem Papier

Printed in Germany · ISBN 978-3-423-26092-3

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	9
------------------	---

1 Das Internet als neues Koordinatensystem

für unser Handeln	13
--------------------------------	----

<i>Bewusstsein</i> : Was der ständige Perspektivwechsel zwischen Real Life und Cyberspace für uns bedeutet	17
--	----

<i>Falsche Fährten</i> : Wie kommt es zu digitalen Wahrnehmungsfehlern, Netz-Naivität und virtueller Fremdbestimmung?	27
---	----

<i>Privatheit</i> : Warum können wir Intimsphäre und Öffentlichkeit digital so schwer trennen?	31
--	----

<i>Zeitgefühl</i> : Was geschieht, wenn uns die interaktive Zeitwahrnehmung einen Streich spielt und der Rhythmus des Internets zur Droge wird?	50
---	----

<i>Selbstwahrnehmung</i> : Was passiert, wenn Geist und Körper plötzlich in unterschiedlichen Aktionsräumen agieren?	70
--	----

2 Netzeffekte

Was online mit unseren Gefühlen, unserem Denken und unserem Verhalten passiert	75
---	----

<i>Empathielos und grausam</i> : Wie kommt es zum Verlust menschlicher Gefühle im Netz und zur Verrohung im öffentlichen und privaten Diskurs?	76
--	----

<i>Virtueller Voyeurismus</i> : Warum wir so leicht zu Online-Zuschauern und Netz-Gaffern werden	102
--	-----

<i>Denken und Vergessen</i> : Wenn Google zu unserem neuen Gedächtnis wird	111
--	-----

<i>Im Sumpf von Wikipedia und Co</i> : Warum das Netz unser Gehirn müde und uns selbst krank machen kann	136
--	-----

<i>Gier und Geld</i> : Welche Netzeffekte uns immer gieriger machen und in die Irre führen	149
--	-----

<i>Enthüllungsmedium: Weshalb das Internet zu einem Spagat zwischen Moral, Rechtsbruch und virtuellem Heldentum führt</i>	162
<i>Die Inflation visueller Nachrichten: Wenn der Krieg gar nicht mehr so schlimm ist. Zwischen emotionaler Abstumpfung, Bürgerjournalismus und Gesellschaftspolitik</i>	173
3 Das Internet als virtuelle Bühne	203
<i>Online-Identität und Alltags-Ich: Wie der Cyberspace zum idealen Ort für Selbstdarstellung und Selbstinszenierung wird</i>	204
<i>Tracke mich, dann bin ich: Wie Online-Eitelkeit, Selbst-Obsession und Ich-Kultur uns manipulieren können</i>	241
<i>Netzleben zwischen Fantasie und Wirklichkeit: Warum soziale Netzwerke uns den Blick vernebeln können</i>	257
<i>Zusammen sein und doch allein: Weshalb soziale Netzwerke auch die Illusion von Gemeinschaft vermitteln können.</i>	266
<i>Lovenomics: Was geschieht, wenn die Internet-ökonomie die Emotionen dominiert?</i>	272
4 Wege aus der Netzfalle	
Wie wir zu kompetenten Cybernauten werden	285
<i>Überleben im Internetdschungel: Wie neue Denkmuster und Bewältigungsstrategien uns helfen können, Ohnmachtsgefühle zu vermeiden</i>	287
<i>Soziales Versagen im Netz muss nicht sein: Wie wir lernen, zwischen Illusion und Wirklichkeit zu unterscheiden</i>	291
<i>Voyeurismus und Selbstkritik: Warum wir eine neue Medienethik brauchen</i>	296

<i>Menschliche Stoppschilder gegen die Enthemmung: Was nationale Politik und Gesetze nicht leisten können, müssen wir selbst übernehmen</i>	301
<i>Vom Netz-bestimmten Menschen zum Menschbestimmten Netz: Wie soll unsere digitale Zukunft aussehen?</i>	305
Anmerkungen	317
Literatur	345

Einleitung

Das Internet, so wie wir es heute kennen und nutzen, ist längst nicht mehr das, was es in seinen Anfängen war. Es lässt sich von unserem Alltagshandeln mittlerweile fast nicht mehr trennen. Ob wir noch vor dem Frühstück E-Mails checken, auf YouTube Kochanleitungen für das neueste vegane Gericht anschauen, über WhatsApp noch eben unserer Freundin antworten, die aktuellen Twitternachrichten oder den Newsticker der Bildzeitung überfliegen. Und vieles passiert sogar ohne unser Zutun, quasi ganz automatisch: Wir hören einfach am Klingelton, bei welcher App sich gerade etwas tut! Das Internet ist in unsere Handlungsabläufe sozusagen vollkommen integriert. Was der US-Amerikaner Tim Berners-Lee 1990 am CERN, dem europäischen Kernforschungszentrum in Genf, als Medium für einen schnelleren Datenaustausch zwischen Forschern entwickelte und was als reine internationale Datenautobahn und Informationsmedium gedacht war, ist in den letzten zehn Jahren immer stärker zu einem echten Lebensraum für mittlerweile fast 2,5 Milliarden Menschen geworden.

Immer mehr Menschen können sich gar nicht mehr von ihrer Internetverbindung trennen – Flatrate sei Dank. In Deutschland sind es 2013 bereits 20 Mio. Dauer-User über 14 Jahre!¹ Die Konsequenz ist eine ständige Verbindung zwischen unserem Leben im Hier und Jetzt, zwischen Elternsein, Partnerschaft, Beruf und Karriere, Haushaltspflichten und unseren virtuellen Beschäftigungsfeldern.

Wir alle bewegen uns nahezu tagtäglich in diesem Spannungsfeld und erleben uns selbst immer mehr in einem vollkommen neuen Koordinatensystem, gestaltet aus unserer physisch erlebbaren Welt, in die wir hineingeboren werden, und den virtuellen Erlebnissräumen. Diese neuen digitalen Welten haben sich in den letzten Jahren stark verändert: Sie sind zu sozialen Lebensräumen geworden.

Doch was bedeutet es für uns, wenn sich unser ursprüngliches Koordinatensystem verändert und zur realen, physisch

erlebbaren Welt neue Erlebniswelten hinzukommen? Die aber nicht direkt körperlich und räumlich erfassbar oder erfahrbar sind, sondern rein über die visuelle Sinneswahrnehmung durch den Blick auf den Bildschirm?

Wir müssen uns heutzutage mit weit mehr Wahrnehmungsquellen auseinandersetzen als frühere Generationen. Wir sind heute bereits weit entfernt von den 80er-Jahren, als das Privatfernsehen als Innovation gefeiert wurde und noch gelbe Telefonhäuschen an den Straßen standen. Wir leben nicht mehr nur in einer, sondern in vielen Erlebenswelten oder, sagen wir, auf verschiedenen Wahrnehmungsgleisen und Bewusstseinsbahnen. Und unser Handeln richtet sich nicht nur an unserer physisch erlebbaren Umgebung aus. Es orientiert sich immer stärker an virtuellen Handlungsräumen, ob sozialen Netzwerken, Online-Spielen, Beratungsplattformen, digitalen Freunden und Bekanntschaften.

Das bedeutet: Wir müssen diese verschiedenen Welten und Wahrnehmungsebenen informationstechnisch verarbeiten, den ständigen Perspektivwechsel zwischen den virtuellen Räumen und unserer physisch erlebbaren Welt sowie die Tatsache, dass wir online anonym, entkörperlicht, ohne echte physische Anwesenheit handeln.

Doch was heißt es für uns, wenn wir kaum mehr bewusst Online-Pausen einlegen, ständig on sind und den ganzen Tag zwischen den verschiedenen Erlebnisräumen hin und her switchen? Je mehr wir den Cyberspace nutzen, umso wichtiger wird die Frage nach den Konsequenzen dieser virtuellen, medialen Veränderungen für die eigene Selbstwahrnehmung, die Gestaltung von Privatleben und Partnerschaft, die Erziehung unserer Kinder, aber auch den beruflichen Alltag und die gesamtgesellschaftliche Verortung.

Können wir noch klar zwischen den verschiedenen Tätigkeitsfeldern in der Online- und Offline-Welt unterscheiden? Warum fällt uns z. B. die Trennung von Privatheit und Öffentlichkeit im Netz so schwer? Wiegen wir uns in trügerischer Sicherheit, weil wir glauben, Intimität gar nicht mit der Allgemeinheit zu teilen, sondern »nur« mit unseren selbst gewählten Facebook-Freunden? Und wie kommt es, dass uns die

Zeitwahrnehmung online einen Streich spielt und der Rhythmus des Internets sogar zur Droge werden kann? Gewöhnen wir uns zudem an Gewalt und Tod? Weil die ganze Welt der Kriege, Konflikte und Gewalttaten so gut auf unseren kleinen Bildschirm passt? Oder kann uns das Internet in Lebenskrisen sogar helfen? Lassen sich online womöglich unsere Kommunikationsprobleme mit anderen Personen besser lösen als face to face? Und können wir über das Netz sogar mehr Selbstsicherheit und soziale Kompetenz erlangen?

Das Internet ist zu einem neuen Koordinatensystem für unser Handeln geworden, das sich wie selbstverständlich neben unser reales Alltagsleben schiebt. Dies kann zu einer regelrechten Wahrnehmungsdiffusion führen, wenn wir ständig zwischen Real Life und Cyberspace hin und her switchen. Hier nicht die Übersicht zu verlieren, ist nicht so einfach.

Dabei beeinflusst gerade das psychologisch Besondere an der Internetwelt, der Aspekt der Anonymität und der physischen Abwesenheit, unsere Wahrnehmung, aber auch unser Verhalten ganz entscheidend. Dadurch, dass wir uns auf einer virtuellen Bühne bewegen, ohne physisch real agieren zu müssen, entsteht ein völlig neues Verhältnis zum eigenen Handeln. Um zu verhindern, dass wir zu oft in Netzfallen geraten, müssen wir uns selbst bewusst machen, wie sich der ständige Perspektivwechsel zwischen realem Alltag und virtuellem Lebensraum auf Identität, Emotionen und Verhalten auswirkt.

Die immer stärker voranschreitende Wahrnehmungsdiffusion durch wachsende Vielfalt und Masse, Multiplizität und Grad der Interaktivität, Schnelligkeit des Perspektivwechsels, Entkörperlichung und die physische Netz-Anonymität führt dazu, dass wir immer häufiger digitalen Wahrnehmungsfehlern unterliegen. Raumwahrnehmung und Zeitempfinden verändern sich, und wenn wir nicht aufpassen, besteht die Gefahr einer Vermischung der verschiedenen realen und digitalen Erlebnisräume. Anhand netzpsychologischer Überlegungen möchte ich aufzeigen, was unser Gehirn online auf eine falsche Fährte führen, uns schaden und sogar krank machen kann; gleichzeitig aber auch Wege andenken, die uns zu kompetenten Cybernauten werden lassen.

1 Das Internet als neues Koordinatensystem für unser Handeln

Wenn wir darüber nachdenken, welche mobilen Endgeräte und Kommunikationstools uns zur Jahrtausendwende überhaupt zur Verfügung standen, dann wird uns sehr schnell bewusst, dass es nahezu alles, was die sogenannten digital natives, die Eingeborenen, die mit der digitalen Welt aufgewachsen sind, heutzutage als total normal empfinden, noch gar nicht gegeben hat.

Machen Sie sich heute noch darüber Gedanken, welche Technologien Sie in den letzten Jahren in Ihren persönlichen Alltag, Ihre Arbeitswelt oder Ihr Familienleben integriert haben? Ist Ihnen der Netscape Navigator noch ein Begriff, der bis 1996 der führende Webbrowser weltweit war? Können Sie sich noch daran erinnern, wann Sie ihre erste E-Mail verschickt haben?

Soziale Netzwerke wie Facebook, Twitter, WhatsApp, Fotoverteiler wie Instagram, Snapchat, Slingshot sowie Smartphones wie I-Phone oder Tablet-PCs gehören mittlerweile zu den alltäglichen Begleitern. Und in rasender Geschwindigkeit kommen immer wieder neue Kommunikationstechnologien auf den Markt, die heute mehr sind als reine Hardware. So gibt es insgesamt heute schon über 3 Milliarden Smartphones weltweit. Statistisch hat also bereits die Hälfte der Weltbevölkerung eines zur Hand. Und damit auch die Möglichkeit des mobilen Erlebens des WorldWideWebs – von der Hosentasche aus!

Wie sich der Einfluss von Internet und Co auf unser Leben weiter verstärken wird, sieht man im Geburtsland von Microsoft, Apple und Google. Hier sind uns schon die Kinder unter 8 Jahren weit voraus: Bereits im Jahr 2013 hatten 75 % der 0-(!) bis 8-Jährigen in den USA einen mobilen Internetzugang zur Verfügung, 63 % hatten ein eigenes Smartphone, und 38 % der unter 2-Jährigen nutzten mobile Endgeräte! Zum Vergleich: Bei uns in Deutschland waren 2014 erst 12 % der unter 9-Jährigen im Besitz eines Smartphones (KIM 2014).

Das Internet ist zu einer realen Lebenswelt geworden, in der Menschen agieren, reagieren und selber neue Inhalte produzieren. Und niemand bleibt von dieser Entwicklung unberührt, ob als Individuum oder Unternehmen, ob jung oder alt. Dabei ist es völlig gleichgültig, ob wir das Internet selbst nutzen oder nicht. Man kann sich dem nicht entziehen. Denn wir werden jeden Tag aufs Neue mit den Auswirkungen konfrontiert, wir begegnen überall Menschen, die virtuell handeln, ob in der Schule, im Beruf, im Urlaub, in Bus und Bahnen, beim Einkaufen, beim Arzt, an der Tankstelle.

Eines haben allerdings alle Internet-User gemeinsam: Sie leben nicht nur in ihren verschiedenen Online-Welten, sondern gleichzeitig auch in ihrem Real Life – in Partnerschaft, Familie, Nachbarschaft und Beruf.

Das Internet gibt uns einen vollkommen neuen Zeitrhythmus vor, der weitreichende Folgen hat: eine quasi 24-stündige Erreichbarkeit, die nur selten eine vollkommene Abstinenz gestattet. Für viele ist es mittlerweile selbstverständlich, den Facebook- oder WhatsApp-Account neben dem beruflichen Outlook geöffnet zu haben und zwischendurch noch auf das Handy zu schauen. Zwar deaktivieren manche Unternehmen wie z.B. VW bereits die E-Mail-Flut und erlauben den Mitarbeitern ein E-Mail-freies Wochenende – zumindest was den Job betrifft. Allerdings gehört auch in vielen deutschen Schlafzimmern das Smartphone auf dem Nachttisch zur Normalität: Auch im Bett sind viele on.

In Diskussionen höre ich nicht selten ein Stöhnen: Ja, das Internet hat viele Vorteile, aber das ständige Erreichbar-Sein und Antworten-Müssen geht mir auf die Nerven. Es ist einfach jeden Tag so viel, da kann ich einfach vieles gar nicht mehr lesen – ich scanne nur noch ab, aber dabei geht auch vieles verloren, und man überliest schon mal wichtige Details. Auch Jugendliche finden das ständige Online-Sein nicht immer nur positiv, vielen ist das Facebook-Getwittere mittlerweile zu viel. Auf der anderen Seite fühlen sich manche geradezu dazu gezwungen, Facebook zu nutzen – aus Angst, etwas zu verpassen und von der Welt abgeschnitten zu sein.

Durch diese Verschmelzung von Realität und digitalen Le-

bensräumen entsteht eine neue virtualisierte Wirklichkeit, die neue Betrachtungen und psychologische Ansätze benötigt.

Es ist evident, dass wir heute auf mehreren Bewusstseins- und Wahrnehmungsebenen leben: Zum physischen Erleben unserer Umwelt, wie Familie und Freunde, Wohnumgebung oder dem beruflichen Umfeld mit Kollegen, Vorgesetzten und Kunden, kommen durch die Internetnutzung unzählige neue virtuelle Wahrnehmungsquellen hinzu. Ob bei der Suche in Google, der Kontaktaufnahme und Selbstdarstellung über Facebook oder Xing, dem Austausch von Fotos über Snapchat, Instagram und Co, dem Einkauf bei Amazon oder Zalando, beim Lesen der FAZ, beim Kommunizieren über WhatsApp oder dem Nutzen von »SmartHome«, um z.B. Heizung oder Lichtsysteme in unserer Wohnung einzustellen: Ständig öffnen sich neue visuelle Fenster auf unseren Bildschirmen, Smartphones oder Tablets.

Wir bewegen uns also einmal in unserer ersten Welt, die wir über die unmittelbare Nähe materiell fassen können, und machen hier unsere Erfahrungen. Neben diese ursprüngliche Welterfahrung treten aber inzwischen unzählige weitere Bewusstseins- oder Wahrnehmungsebenen, die durch die vielfältigen Online- und Smartphone-Anwendungen entstehen. Auch mit diesen muss sich unser Bewusstsein auseinandersetzen. Man kann sich diese verschiedenen Bewusstseinssebenen wie ein System von Bahngleisen vorstellen: Heute befahren wir aber anders als noch vor wenigen Jahren nicht nur eine Strecke des Schienennetzes und bewegen uns damit in eine bestimmte Richtung. Wir stellen vielmehr die Weichen für unsere digitale Fahrt immer wieder um: Die Bewegungsrichtung unserer Wahrnehmung ändert sich ständig, nämlich immer dann, wenn wir von einem Online-Fenster zum anderen wechseln – das alles geschieht auch noch in ICE-Geschwindigkeit.

Durch diese Vervielfältigung der Menge an neuen Informationen, Inhalten sowie die Schnelligkeit sind die Anforderungen an unser Gehirn extrem hoch. Wir müssen ja all diese Wahrnehmungsquellen nicht nur gleichzeitig verarbeiten, sondern auch ständig zwischen ihnen hin und her wandern, und

das in einem immer höheren Tempo – denn das Internet agiert in Millisekunden.

Wir befinden uns quasi in einem ständigen Cybertwist – mit einem Teil unseres Bewusstseins im Hier und Jetzt, mit dem anderen in unseren virtuellen Wirkungsräumen. Was passiert dadurch mit uns, mit unserer Aufmerksamkeit, mit unseren Gefühlen und unserem Handeln?

Dadurch, dass wir ständig zwischen realem Umfeld und virtuellem Raum hin und her switchen, ergeben sich zahlreiche Wechselwirkungen für unsere Wahrnehmungsprozesse, für Rezeption und Erinnerung. Auch unsere Raum- und Zeitwahrnehmung verändert sich. Und Kontrollverlust, Überforderung, Abschweifen und Unkonzentriertheit, Ablenkung vom Wesentlichen, das Gefühl, sich im virtuellen Irrgarten zu verlieren, oder die Angst, etwas zu verpassen – sind Folgen des Hypes, ständig vernetzt zu sein.

Bewusstsein

Was der ständige Perspektivwechsel zwischen Real Life und Cyberspace für uns bedeutet

Haben Sie bei sich selbst schon einmal bemerkt, dass Sie in einem Gespräch abwesend waren, weil Sie darauf geachtet haben, ob Ihr Smartphone vibriert und eine Nachricht ankommt? Und wenn es vibriert, dass Sie dann nur noch unaufmerksamer geworden sind?

40% der Amerikaner nutzen ihr Smartphone mittlerweile, während sie mit anderen Menschen zusammen sind, also mit Freunden im Café oder beim Abendessen zu Hause mit der Familie – das mobile Internet ist also immer dabei². Wir kennen das alle: Freunde, die abends in der Kneipe immer wieder auf ihr Smartphone blinzeln und bei denen man das Gefühl hat, sie wären gar nicht richtig anwesend, oder Pärchen, die zwar zusammen an einem Tisch sitzen, aber nur online beschäftigt sind und kein einziges Wort miteinander sprechen.

Wenn wir unser Smartphone ständig auf on geschaltet haben, wird es deutlich schwieriger für uns, sich auf andere Dinge zu konzentrieren. Auch weil man immer die Gefahr sieht, etwas zu verpassen. Unsere Aufmerksamkeit verlagert sich, wir haben Probleme, den ständigen Perspektivwechsel vom Online-Leben in die Offline-Welt bewusst zu steuern. Unsere gesamte alltägliche Umgebung, unsere Tätigkeiten oder Aktivitäten, auch gemeinsam mit anderen, werden davon beeinflusst, ob wir online sind oder nicht.

Warum ist das so?

Normal für unsere reale Wahrnehmung ist eine Situation, in der wir uns mit einer Sache, einem Objekt oder einer Tätigkeit befassen und darauf konzentrieren. Diese Wahrnehmungsebene gilt für die Welt, in der wir uns physisch bewegen. Wenn Sie in den Supermarkt gehen, haben Sie wahrscheinlich eine Einkaufsliste, auf Papier oder auch im Kopf (oder auf Ihrem Smartphone?), und arbeiten die Liste ab, bevor Sie zur Kasse gehen. Während Sie an den Regalwänden vorbeiwandern, befinden Sie sich also auf einer ganz bestimmten Wahrnehmungsebene in der Einkaufssituation.

Doch was geschieht, wenn sich plötzlich Ihr Smartphone meldet? Denken Sie da sofort vorrangig an das, was online gerade passiert, bei Instagram, bei Facebook oder WhatsApp? Haben Sie nicht auch schon einmal etwas im Supermarkt vergessen, im Regal nach einem falschen Produkt gegriffen oder erlebt, wie jemand an der Kasse die Schlange aufgehalten oder sogar jemanden angerempelt hat, weil die Person plötzlich durch das Smartphone abgelenkt wurde?

Eines wird immer deutlicher: es fällt uns zunehmend schwerer, uns auf verschiedene reale und mediale Situationen und Wahrnehmungsfenster gleichzeitig zu konzentrieren. Wir sind schlicht damit überfordert und fühlen uns gestresst.

Allerdings ist auch immer wieder von Media-Multitasking (Vega 2009) und den neuen Fähigkeiten die Rede, die gerade durch die Nutzung der Internettechnologie entstehen sollen. Vor allem Kindern und Jugendlichen wird ja häufig eine bessere Multitasking-Fähigkeit zugesprochen als den Erwachsenen (Grady, Springer, Hongwanishkul, et al., 2006; Hamilton, 2008). Dieser Eindruck entsteht allerdings auch deshalb, weil Jugendliche insgesamt häufiger multitasken als ältere Mediennutzer: Mittlerweile verbringt fast ein Drittel der Schüler zwischen 12 und 18 Jahren seine Zeit mit Multitasking (s. auch Carrier, Cheever, Rosen, Benitez, & Chang 2009; Rideout, Foehr, & Roberts 2010). Daher verspricht man sich gerade bei Kindern und Jugendlichen einen leichteren und besseren Erwerb bestimmter Fähigkeiten, wenn sie in Situationen unter bestimmten Multitasking-Gegebenheiten lernen.

Aber: Auch wenn das Internet sich in rasender Geschwindigkeit entwickelt, unser Gehirn ist seit Jahrtausenden das gleiche. 15 oder 20 Jahre Internet ändern daran nichts. Doch kann das Gehirn überhaupt leisten, was das Netz voraussetzt? Führt uns der Glaube an unsere Media-Multitasking-Fähigkeiten vielleicht auf eine völlig falsche Fährte?

Bereits in den 70er-Jahren, also lange vor dem Beginn des Internetzeitalters, zeigten Untersuchungen, dass die Gleichzeitigkeit der Erfassung von Objekten, Situationen, Begriffen usw., also das sogenannte Multitasking, das Tempo der Aufnahme sowie die Qualität der Erinnerungsleistung, also die Wieder-

gabe, deutlich mehr beeinträchtigt, als wenn wir Gegenstände, Konstellationen oder Zusammenhänge nacheinander erfassen. Die Informationsverarbeitung unserer Wahrnehmung funktioniert eindeutig besser, wenn wir einem bestimmten Ablauf oder einer Aneinanderreihung folgen (Posner & Boies 1971).

Multitasking schränkt somit unsere kognitive Kontrolle ein.

In der Sozialpsychologie ist die Betrachtung der Grenzen menschlicher Informationsverarbeitung generell nichts Neues. Bereits in den 60er-Jahren konnten Experimente zeigen (Cherry 1953, Broadbent 1958, Norman 1968), dass Versuchspersonen, denen zwei verschiedene Informationen gleichzeitig von zwei Seiten dargeboten wurden, sich tatsächlich nur auf eine Wahrnehmungsquelle wirklich konzentrieren und auch nur deren Inhalte wiedergeben konnten.

Im Netz potenziert sich dies noch: Sobald sich neben unsere aktuelle Wahrnehmungsebene, also unsere Umwelt, in der wir uns körperlich gerade befinden, eine oder sogar mehrere weitere virtuelle Wahrnehmungsebenen oder Räume schieben, werden wir gezwungen, uns mit mehreren Dingen gleichzeitig auseinanderzusetzen. Wir müssen uns eben nicht nur mit unserem physischen Umfeld befassen und z. B. darauf achten, dass wir nicht den Ausstieg an der richtigen Bahn- oder Bushaltestelle verpassen, sondern auch auf das, was wir online tun. Dass wir eine E-Mail mit einem bestimmten Inhalt an den korrekten Absender verschicken, die richtigen Lieferbedingungen für unseren gerade getätigten Buchkauf bei Amazon anklicken oder das richtige Datum für die laufende Flugbuchung eingeben.

Neue Studien zur Laptop-Nutzung von College-Studenten während der Vorlesung zeigen eindeutig, dass diejenigen, die einen Laptop zur Verfügung hatten, durch E-Mail, Instant Messaging und andere Webangebote stark abgelenkt waren. Sie konnten der Vorlesung nicht richtig folgen, sie konnten sich zum Großteil an die Inhalte der Veranstaltung nicht erinnern, und die Aufzeichnungen, die sie während der Vorlesung machten, waren sehr fehlerhaft und unvollständig (Hembrooke und Gay 2003; Sana, Weston, & Wisheart 2013; Junco & Cotten 2010).

Die Aufteilung unserer Aufmerksamkeit auf verschiedene Informationskanäle oder Channels trübt somit unseren Blick und reduziert nicht nur die Erinnerung im Allgemeinen, sondern erschwert auch die Encodierung unserer Erinnerungsleistung (Naveh-Benjamin, Craik, Guez, & Krueger 2000).

Wir können uns nicht nur schlechter an das erinnern, was wir gehört oder gesehen haben, wir haben auch Probleme, diese Informationen einzuordnen und zu verorten. So können wir z. B. nicht mehr sagen, in welchem Zusammenhang wir einen Begriff schon einmal gehört oder ein Foto gesehen haben. Auch der Trend der Nachrichtensender, sogenannte Newsticker am unteren Bildrand mitlaufen zu lassen, der eigentlich die Fülle des Informationsangebotes erweitern soll, hat gegenteilige Folgen: Die Aufnahme der Informationen, die in der Sendung vom Moderator dargeboten werden, reduziert sich erheblich (Bergen, Grimes und Potter 2005). Ähnliches passiert, wenn Pop-ups auf unserem Bildschirm eingeblendet werden oder ein Signal auf unserem Desktop anzeigt, »du hast eine Freundschaftsanfrage bei Facebook« oder »neue Fotos wurden hochgeladen«.

Wenn wir verschiedene mediale Aktivitäten miteinander kombinieren, kann dies also zu kognitiven Verlusten führen³.

Doch Aufmerksamkeitskonflikte entstehen nicht nur durch die Menge an Informationen, sondern auch, wenn wir uns gleichzeitig Informationsquellen mit vollkommen unterschiedlichen Inhalten zuwenden, die nicht zueinanderpassen. Gerade die Unterschiedlichkeit der Informationen führt zu einer extremen Wahrnehmungsverzerrung (Bergen, Grimes und Potter 2005).

Sobald wir anfangen, simultan verschiedene Dinge online zu erledigen, Bedürfnisse oder Emotionen im Netz zu befriedigen, haben wir unsere Schwierigkeiten damit. Wollen wir also wissen, was unsere Freunde gerade machen, uns gleichzeitig aber auch mit eintreffenden E-Mails, sozialen Netzwerk-Anfragen, ob privat oder beruflich, unserem Lieblings-Online-Game, Shoppingkanälen und Self-Tracking-Apps beschäftigen, sind die Ablenkungseffekte für unsere Wahrnehmungsfähigkeit immens.

Ein bedeutender Faktor ist hierbei die Vielartigkeit.