INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort 7

Kapitel 1: Einleitung 13

Kapitel 2: Fernsehnutzung, Motivation zum Fernsehen und Fernsehwirkungen 17

1. Fernsehnutzung 17

1.1 Fernsehdauer 17
1.2 Viel- und Wenigseher 20
1.3 Programm- und Senderpräferenzen 21

2. Motivation zum Fernsehen 24

2.1 Verbesserung der Stimmung und Langeweile 25
2.2 Erlebnisbedürfnisse 27

3. Fernsehwirkungen 28

3.1 Positive Fernsehwirkungen 28
3.2 Emotionale Wirkungen von Fernsehen und Filmen 29
3.3 Fernsehen und Aggressivität 33
3.4 Fernsehen und Persönlichkeit 35
3.5 Fernsehen und Verhalten 37
3.6 Fernsehen und Schulerfolg 40
3.7 Gesundheitliche Gefahren des Fernsehens 41

4. Psychophysiologische Untersuchungen 42

4.1 Untersuchungen an Kindern 42
4.2 Untersuchungen an Erwachsenen 46

Kapitel 3: Untersuchungsansatz und Hypothesen 48

1. Messung der Belastung und Beanspruchung 48

1.1 Felduntersuchungen 48
1.2 Physiologische Indikatoren der Beanspruchung 49
1.3 Analyse der emotionalen, mentalen und energetischen Beanspruchung 49
1.4 Einstufung des subjektiven Befindens und der aktuellen Tätigkeiten 51

2. Hypothesen 52

2.1 Hypothesen aus der Literatur 52
2.1.1 Fernsehnutzung 52
2.1.2 Motivation zum Fernsehen 52
2.1.3 Fernsehwirkungen 52
2.1.4 Psychophysiologische Hypothesen 53
2.2 Spezielle Hypothesen zur vorliegenden Untersuchung 53

Kapitel 4: Methodik 54

1. Stichproben und Datenerhebung 54

2. Erfassung der physiologischen Daten 55

2.1 Beschreibung des Datenerfassungssystems 55
2.2 EKG-Ableitungen und Bewegungsaufnehmer 55
2.3 On-line-Analyse emotional bedingter Herzfrequenzerhöhungen 56
2.4 Herzfrequenzvariabilität 59
2.5 Erhebung der Baseline 59

3. Erfassung der Befindens- und Verhaltensdaten 60

4. Fragebogen 63

5. Auswertung 63

5.1 Datenorganisation und Artefaktkontrolle 63
5.2 Sekundärauswertung 64
5.3 Statistische Auswertung 64

Kapitel 5: Ergebnisse und Diskussion 67

1. Beschreibung der Stichproben 69

1.1 Soziale Daten und Lebensgewohnheiten 69
1.2 Allgemeiner Gesundheitszustand und Krankheiten 71
1.3 Vorlieben, Schulnoten und subjektive Belastung 75

2. Analyse des Verhaltens 78

2.1 Fernsehnutzung 78
2.2 Schulzeit 87
2.3 Freizeit 87
2.4 Körperliche Belastungen 91
2.5 Soziale Kontakte 94

3. Emotionale Beanspruchung und subjektives Befinden 97

3.1 Basisdaten der Registrierung 97
3.2 Vergleich Tag versus Nacht 100
3.3 Beanspruchung und Befinden beim Fernsehen 104
3.4 Beanspruchung und Befinden in der Schule 108
3.4.1 Kernfächer versus Nebenfächer 109
3.4.2 Normaler Unterricht versus Klassenarbeit 114
3.5 Schulstress oder Freizeitstress? 117
3.5.1 Schulzeit versus Freizeit 117
3.5.2 Aufenthaltsort Schule versus sonstiger Aufenthaltsort 123
3.5.3 Schulzeit versus Fernsehen zu Hause 128

Kapitel 6: Zusammenfassende Bewertung und Diskussion 135

1. Bewertung der Methode 135

2. Ergebnisse im Überblick 136

2.1 Charakterisierung der Stichproben 136
2.2 Analyse des Verhaltens 137
2.3 Belastung und Beanspruchung in Schule und Freizeit 138

3. Diskussion 140

3.1 Umfang des Fernsehkonsums 140
3.2 Motivation zum Fernsehen 141
3.3 Emotionale Beanspruchung durch das Fernsehen 141
3.4 Fernsehen und Schule 142
3.5 Was können Eltern tun? 143

Kapitel 7: Ausblick 145

1. Allgemeine Entwicklung 145

2. Entwicklung von Kindern und Jugendlichen 146

Zusammenfassung 147

Literaturverzeichnis 152

Autorenregister 161

Sachregister 164