

Jacob Johanssen
Zwischen Eskalation und Selbstkontrolle

Die Buchreihe »Gegenwartsfragen« schärft zeitdiagnostisch den Blick für das Hier und Jetzt. Sie hinterfragt den Status quo und erweitert gesellschaftspolitische Debatten um wichtige psychosoziale Dimensionen. Die kurzen, eingängigen und gut lesbaren Diskussionsbeiträge beziehen kritisch Position, treiben die Auseinandersetzung mit den gegenwärtig wesentlichen Fragen kontinuierlich voran und sind damit in produktiver Weise irritierend.

■ GEGENWARTSFRAGEN

Jacob Johanssen

Zwischen Eskalation und Selbstkontrolle

Zur Ent/Hemmung
im Digitalen

| GEGENWARTSFRAGEN



Psychosozial-Verlag

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in
der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Originalausgabe

© 2024 Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG, Gießen

E-Mail: info@psychosozial-verlag.de

www.psychosozial-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert
oder unter Verwendung elektronischer Systeme
verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

ISBN 978-3-8379-3280-5 (Print)

ISBN 978-3-8379-6191-1 (E-Book-PDF)

Inhalt

1	Einleitung: Enthemmung, Soziale Medien und Psychoanalyse	9
2	Ent/Hemmung: Klinische und kulturelle Aspekte	21
3	Reality-TV und Soziale Medien: Peinlichkeit und Offenheit	39
4	Hass und Dynamiken der destruktiven Affirmation	67
5	Digitale Sexualität im Zeitalter des Selfies	111
6	Fazit: Neue Formen der Ent/Hemmung	147
	Literatur	161

»Only the inhibited are spontaneous.«

[»Nur die Gehemmten sind spontan.«]

Adam Phillips (2019, S. 25)

»Im Zweifel für den Zweifel

Das Zaudern und den Zorn

Im Zweifel fürs Zerreißen

Der eigenen Uniform

Im Zweifel für Verzärtelung

Und für meinen Knacks

Für die äußerste Zerbrechlichkeit

Für einen Willen wie aus Wachs

Im Zweifel für die Zwitterwesen

Aus weit entfernten Sphären

Im Zweifel fürs Erzittern

Beim Anblick der Chimären«

Tocotronic – Im Zweifel für den Zweifel (2010)

1 Einleitung: Enthemmung, Soziale Medien und Psychoanalyse

Ein bekanntes Video aus dem Jahr 2005 zeigt einen Jugendlichen, der ein Computerspiel installiert und spielen will. Der Junge ist dicklich und Brillenträger; im dreckigen T-Shirt entspricht er dem Klischee des Nerds, des gehemmten und scheuen Teenagers, der in virtuellen Welten zu Hause ist. »Ich will spieleeeeeen!«, ruft er aufgekratzt. Er schreit, seine Stimme überschlägt sich, er ist aufgedreht, er beginnt auf die Tastatur einzuschlagen, da die Installation nicht schnell genug zu gehen scheint. Immer wieder schlägt er mit der Tastatur auf den Schreibtisch und schreit dabei. Das Video erweckt den Anschein völliger Rage und Hemmungslosigkeit. Das »Angry German Kid«, wie das Video bald im Internet heißen wird, scheint vor Wut zu explodieren – warum genau, bleibt unklar. Der Clip geht im Netz *viral* – zu einer Zeit, in der die Plattformen YouTube, Facebook oder Twitter (kürzlich in »X« umbenannt¹) noch nicht existieren bzw. von wenigen genutzt werden und es Viralität in diesem Sinne eigentlich noch nicht gibt. Norman Kochanowski – so der Name des Ausrastenden – wird zu einer Art Internetphänomen und zum Meme, bevor es Memes gibt: Sein Video wird weiter ver-

1 Im Folgenden ist immer auch »X« gemeint, wenn von »Twitter« die Rede ist.

breitet und hundertfach verändert, mit anderen Geräuschen unterlegt, mit anderen Videos vermischt und so weiter. Noch heute ist das »Angry German Kid« eines der bekanntesten Internetvideos aus den frühen 2000ern. Norman selbst hat zu der Zeit regelmäßig Videos im Netz verbreitet, die Parodien darstellen oder lustig sein sollen. So macht er sich etwa über Gangsta-Rap lustig. Seine Videos werden hunderttausende Male angeschaut. Er ist eine Internetpersönlichkeit jenseits gegenwärtiger Internetstars oder Influencer².

Was die meisten nicht wissen, ist, dass der explosionsartige Wutausbruch nur gespielt war. Der damals 14-jährige Norman wurde gebeten, dass »er mal richtig ausrasten und etwas kaputt machen« (Lüders, 2023) solle. Dafür erhält er von einem Unbekannten 300 Euro. Doch die Geschichte endet hier nicht. In einem Beitrag über den Amoklauf von Emsdetten wird das Video 2006 von Focus TV benutzt und Norman wird zu »Leopold«, einem angeblich »Killerspiel«-Süchtigen, der aus einer Klinik ausgebrochen ist. Alles ist erfunden. Urheber- oder Persönlichkeitsrechte sind auf YouTube zu dem Zeitpunkt quasi nicht existent bzw. werden von Focus TV ignoriert. Nach dem Beitrag bricht eine Empörungs- und Hasswelle über Norman herein. Er wird in der Schule gemobbt und erhält Todesdrohungen im Internet. Diese Zeit ist für ihn – wie er später in einem Interview mit dem Medienmagazin »Zapp« sagt – traumatisch. Schließlich droht er, an seiner Schule einen Amoklauf zu verüben, damit

2 Aus Gründen der Lesbarkeit wird mit Blick auf Bezeichnungen dieser Art nachfolgend das generische Maskulinum verwendet – es sind aber stets alle Geschlechter mitgemeint.

ihn die anderen endlich in Ruhe lassen. Daraufhin fliegt er von der Schule. »Ich war total aufgelöst, am Weinen. Ich wollte doch niemandem was tun.« In den folgenden Jahren holt ihn seine Vergangenheit immer wieder ein; so wird ihm etwa bei einem Vorstellungsgespräch gesagt: »Unsere Mitarbeiter haben Angst vor Ihnen. Sie werden hier in der Region keine Ausbildung finden.« Norman beginnt zu trainieren – Krafttraining im Fitnessstudio, um seinen Körper zu stählen.

»Meistens ist es der Fall, dass ich Selbstzweifel habe und irgendwie nicht so gut von mir selbst denke. Dann guck ich mich im Spiegel an, fühl mich schmal, und dann gehe ich trainieren. Habe dann mal wieder bewiesen, wie stark ich bin.«

Norman beginnt 2012 erneut eine YouTube-Präsenz aufzubauen. Er lädt Trainings- und Gangsta-Rap-Videos von sich hoch. Vielleicht ist er zu denen geworden, über die er sich früher lustig gemacht hat. Er scheint jedoch mit sich im Reinen. »Damit hätte ich nicht gerechnet. Auch heute weiß man nicht, was mit diesem Video passieren wird. Man weiß nicht, wer sich das anguckt, wie es verstanden wird. Wie das Video vielleicht auch weiterverwendet wird oder missbraucht wird« (ebd.), sagt er rückblickend über sein vermeintliches Wut-Video.

Normans Geschichte ist prophetisch und steht exemplarisch für viele gegenwärtige Dynamiken, Gefahren und auch Potenziale des Internets und insbesondere der Plattformen und Sozialen Medien (Facebook, Twitter, YouTube, TikTok usw.). Sie verweist auf Themen, die in diesem Buch analysiert und diskutiert werden. Sie berührt Aspekte von Fantasie und

Realität, vom Streben nach Aufmerksamkeit und Anerkennung, des Humors und der Viralität, des Hasses und von Aggressionswellen im Netz, von Selbst- und Fremdszenierung, des Abhängigkeitsverhältnisses von Plattformen und Usern, des Körpergefühls und auch der Sexualität, sowie Aspekte der Fragilität und Omnipotenz. Vor allem aber geht es in der Geschichte von Norman Kochanowski um *Hemmung* und *Enthemmung*. Es geht darum, wie er sich und seine digitale Selbstrepräsentation auf unterschiedlichen Ebenen hemmt und auch gehemmt ist bzw. war, zwischen Hemmung und Enthemmung schwankt, sowie durch andere gehemmt oder enthemmt wurde. Der Fall offenbart ein komplexes Geflecht zwischen Subjekt und digitalen Plattformen, das heutzutage noch weiter an Komplexität gewonnen hat, da es eine starke Konzentration mächtiger Plattformen gibt, die von Millionen von Menschen weltweit genutzt werden. Ein Kommentar unter dem YouTube-Video von »Zapp« lautet:

»Den Hype von damals kann man im Internet des Jahres 2023 nicht mehr so einfach auslösen. Auch weil es für viele mittlerweile ein Geschäftsmodell geworden ist, zu eskalieren und die Grenzen zu sprengen, wie es damals das Angry German Kid tat.«

Eskalieren, Grenzen sprengen, Dämme einreißen, explodieren, provozieren, zerstören, Frust ablassen, Chaos anrichten, »trollen«, sich gehen lassen, die Beherrschung verlieren, losgelöst sein, unkontrolliert sein, aber auch sich frei fühlen, Befreiung, Ambivalenzen hinter sich lassen, Zweifel ausräumen, sich mitteilen, sich kreativ entfalten, sich lustvoll, orgi-

astisch, ekstatisch oder exzessiv fühlen und einfach loslassen. All diese Begriffe stehen symptomatisch für Verhaltensweisen, Fantasien und Psychodynamiken, die wir tagtäglich in den Sozialen Medien erleben können. Sie werden oftmals durch die Technologien der Plattformen begünstigt oder priorisiert, da diese ein symbiotisches Verhältnis zu ihren Nutzern geschaffen haben. Kurz gesagt, scheint das gegenwärtige Internet *enthemmt*. Grenzen scheinen zu verschwinden und jeder kann alles zu jeder Zeit sagen und sich als Person inszenieren, ganz egal, was andere davon halten. Emotionen und Affekte, vor allem Hass aber auch Spaß, Genuss, Ironie, Humor, entladen sich geballt in den Timelines, Kommentarspalten, Bildern oder Videos und prallen auf Nutzer, werden geteilt, geliked und kommentiert. Das Internet scheint zu einer *Enthemmungsmaschine* geworden zu sein, die jegliche Regeln, Anstand oder Konventionen vermissen lässt. Menschen überziehen andere mit Shitstorms, stoßen Todesdrohungen aus, Männer verschicken ungefragt *dick pics*, Rassisten überschwemmen Plattformen mit ihrem Hass. Frustration und Aggression ergießen sich ungefiltert über andere User, die ihrerseits mit Destruktivität und polarisierender Leidenschaft antworten. Außerdem werden User permanent dazu aufgefordert, sich besonders enthemmt zu geben und möglichst viel über sich zu teilen und preiszugeben – als Belohnung wirken Aufmerksamkeit und Anerkennung: die perfekte Droge, durch Dosen von Likes, Kommentaren, Zahlen zu Reichweite und Followern von den Plattformen verabreicht. »Enthemmt euch!« – diese permanente Aufforderung zur Enthemmung gipfelt in Plattformen wie Instagram, TikTok oder OnlyFans, auf denen sich User oft freizügig und sexy darstellen. Viele

verschicken privat Nacktbilder von sich und einige produzieren Amateurpornografie, die sie auf PornHub oder anderswo hochladen und die von Tausenden anonymen Menschen angeschaut wird. Für manche ist dies zu einer lukrativen Einnahmequelle geworden.

»Der Drang, die Grenzen des alltäglichen Ichs zu überschreiten, scheint so alt wie die Menschheit zu sein, und er scheint auch in der technisierten und schnell getakteten Welt des 21. Jahrhunderts längst nicht abzuklingen, sondern eher noch stärker zu werden«,

heißt es in einem Artikel von *Deutschlandfunk Kultur* im Februar 2023. Man kann all diese technischen Entwicklungen als maßlos und gefährlich, oder auch als assoziativ-losgelöst und befreiend bezeichnen. Ich diskutiere sie in diesem Buch anhand verschiedener Beispiele kritisch. Vor allem aber bin ich der Ansicht, dass es eine komplette Enthemmung oder grenzenlose Unkontrollierbarkeit des Internets und von Individuen so nicht gibt. Wo Enthemmung ist, ist auch immer Hemmung. Dieses Argument erläutere ich mittels der Psychoanalyse. Ich zeige, wie bestimmten Phänomenen, z. B. Hass im Internet oder augenscheinlich enthemmter Sexualität, auch immer Hemmung innewohnt. Ich nenne diese Dynamiken »Ent/Hemmung«, um die Verwobenheit und Bedingtheit beider Pole zu verdeutlichen. So destruktiv und enthemmt Formen des Hasses wie Rassismus und Antisemitismus sind – sie weisen auch immer gewisse Formen der Hemmung und Affirmation auf.

Der Begriff der Hemmung ist vor allem von Freud und Lacan theoretisch entwickelt und als klinisches Phänomen

analysiert worden. Ich beziehe mich in den folgenden Kapiteln auf ihre psychoanalytischen Ausführungen zu Hemmung und Enthemmung, teilweise expliziter und teilweise metaphorischer. Nach Freud und Lacan bedeutet »Hemmung« eine verminderte oder restriktive Ichfunktion des Subjekts, weil es bestimmte Situationen nicht erleben will, wie etwa der kleine Hans, Freuds Patient, der aus Angst vor Pferden das Haus nicht mehr verließ. Eine bestimmte Enthemmung steht immer in Verbindung mit dem Über-Ich, sowie Symptomen, Verdrängungsprozessen, dem Unbewussten und dem Begehren. »Hemmung« bedeutet hier somit ein (unbewusstes) Innehalten, Verdrängen, Ausweichen, Zensieren, Zweifeln, Festhalten, Sich-Weigern, Negieren, Verstopfen, Blockieren, Schämen, Beharren, Verschließen.

»Hemmung« steht auch oft in Verbindung mit »Scham«. Beschämende Erlebnisse oder die Angst vor der Scham (oder auch davor, als peinlich zu gelten), mögen oftmals für Hemmungen in Subjekten verantwortlich sein. Der Philosoph Robert Pfaller (2022) schreibt, dass wir in einer Zeit leben, in der Scham allgegenwärtig ist und sich auf bestimmte Weise artikuliert. Er ist davon überzeugt, dass es »Konsumscham« und »Verbrauchsscham« angesichts des Klimawandels und eines größeren Bewusstseins von ethischem Konsum, »Körperscham« angesichts des Abweichens von Schönheitsidealen, »Exponiertheitsscham« etwa durch Shitstorms in den Sozialen Medien gäbe. Ich denke nicht, dass es sinnvoll ist, all diese Beispiele unter dem Schambegriff zu diskutieren. So mag es durchaus ein hohes Maß an Körperscham geben – ich komme auf diesen Punkt im dritten Kapitel zurück –, jedoch kann man wohl kaum von »Verbrauchsscham«, »Konsumscham«

oder »Flugscham« sprechen, wie Pfaller es tut. Bei Letzteren geht es nicht um wirkliche Scham, vielmehr geht es eher um ein schlechtes Gewissen oder die performative Zurschaustellung einer falschen Scham – und am Ende steigt man doch in den Flieger. Scham impliziert momentane Lähmung, Erstarung, totale Hemmung, jedoch geht es auch bei Fragen der Exponiertheit durch Shitstorms oder bei Aspekten des Selbstbewusstseins und eigenen Körpergefühls auch immer um Enthemmung, Macht und die Fähigkeit zu gestalten. Insofern leben wir keineswegs in einer pathologischen Schamkultur, wie Pfaller behauptet, sondern in einer Ent/Hemmungskultur, die mitunter pathologische Züge aufweist.

Die Ent/Hemmungsdynamiken, die in diesem Buch analysiert werden, mögen individuell und subjektiv ausgeprägt sein, sie sind auch immer von gegenwärtigen gesellschaftlichen Entwicklungen, Krisen und Normen beeinflusst. Daher betrachte ich sie als psychosoziale Prozesse und sehe sie als durch diese geformt an. Wir leben im sogenannten »Plattformkapitalismus« (Srnicsek, 2017) der darauf hinweist, dass sich die Wirtschaft im globalen Norden und auch vielen anderen Teilen der Welt seit etwa den 1970er Jahren von einer Industrieökonomie sukzessive zu einer Informations- und Serviceökonomie gewandelt hat: Informations- und Kommunikationstechnologien haben enorm an Wichtigkeit gewonnen, sowohl als Wirtschaftsfaktoren als auch als Phänomene, die Kulturen und Subjekte prägen. Kreative Bereiche, wie Webdesign, App- und Softwareentwicklung, Medienberufe usw., haben stark zugenommen. Seit Mitte der 2000er gewinnt die Plattform als ökonomisches Modell stark an Zuwachs; Firmen wie Amazon, Uber, Facebook, Al-

phabet, Tencent oder Airbnb fungieren als Plattformen, die bestimmte Dienste für User anbieten oder auch Arbeitgeber und Arbeitnehmer zusammenbringen. Mit diesen gehen bestimmte Geschäftsmodelle einher, die etwa auf der Auswertung von Userdaten für Werbezwecke basieren. So sind Plattformen wie Facebook, YouTube oder Twitter zwar kostenlos, finanzieren sich aber durch den Weiterverkauf von Userdaten an Werbekunden, die auf diesen basierte Werbung schalten. Dieser Markt ist in hohem Grad konzentriert und weitgehend unter den großen fünf *big tech*-Unternehmen aufgeteilt: Alphabet, Amazon, Apple, Meta und Microsoft. Wir befinden uns somit in einem bestimmten Zeitalter, welches oftmals als zügellos, enthemmt und dereguliert beschrieben wird. Digitale Unternehmen erwirtschaften horrenden Gewinne, zahlen kaum Steuern und haben eine Macht über Politik und Kultur in vielen Ländern erreicht, die kaum zu kontrollieren scheint. Dieses Buch diskutiert die genannten Phänomene auch vor diesem Hintergrund gravierenden sozialen Wandels.

Ent/Hemmung kann als allgemeines psychosoziales Symptom der Gegenwart gesehen werden, das sich vor allem auf drei Arten in Bezug auf Digitalisierung und virtuelle Plattformen äußert: Körpererleben und Identität, Gewalt und Hass sowie Sexualität. Diese Arten werden in den drei Hauptkapiteln des Buches (Kapitel 3, 4 und 5) diskutiert. Zunächst führt *Kapitel 2* in das Freud'sche und Lacan'sche Hemmungskonzept ein, welches ich um Dimensionen der Enthemmung erweitere. Außerdem diskutiere ich Hemmung als psychosozialen Prozess und inwieweit, ausgehend von Freud und anderen Denkern, Kultur und gesellschaftliche Normen und Werte erst durch strukturelle und kollektive Hemmungspraktiken

tiken und -dynamiken entstehen können. Diese sind dynamisch, in Bewegung, ungleich verteilt oder werden auch aktiv unterlaufen oder zu verändern versucht. So können wir die gegenwärtigen rechtspopulistischen Bewegungen in Europa und anderswo auch als Kräfte ansehen, die aktiv versuchen, Diskurse und Praktiken zu enthemmen, um soziokulturellen Wandel zu erreichen, und in diesem Zuge bestimmte Themen salonfähig zu machen. Außerdem gibt es in Gesellschaften stets eine Art Kampf zwischen Hemmungs- und Enthemmungsdynamiken, die bestimmte Gruppen strukturell fördern und andere ausbremsen. Dies äußert sich anhand von Kategorien wie der Herkunft, der sexuellen Orientierung, des ethnischen Hintergrunds, der körperlichen Fähigkeit oder der Klasse einer Person. Das Kapitel endet mit Überlegungen zu gegenwärtigen Enthemmungskulturen und zum Genuss.

Kapitel 3 nähert sich der scheinbaren Enthemmungskultur im Internet mittels des Reality-TV, das als Vorläufer einer Feier des Individuums in den Sozialen Medien angesehen werden kann. Reality-TV und Soziale Medien weisen bestimmte Schnittmengen auf – Exhibitionismus, Entblößung, Emotionen, Affekte und eine absolute Zentriertheit auf das Individuum und was dieses zu sagen hat –, die ich vor allem unter Berücksichtigung der Idee des Teilens diskutiere. So wird sichtbar, dass Reality-TV und Soziale Medien bestimmte Formen der Enthemmung darstellen und hervorbringen wollen, diese aber auch von Hemmung, Zweifeln oder Zögern begleitet sind. All dies wird mit Blick auf die Rezeption der Reality-Serie *Embarrassing Bodies* und deren Verhandlung von Körperlichkeit und Identität deutlich.

Kapitel 4 widmet sich bestimmten Formen des Hasses

im Netz: dem ungefragten Verschicken von Penisbildern an Frauen, Beschämungsdynamiken und Shitstorms in Sozialen Medien, dem Trolling als bewusstem Provozieren und Reizen anderer, den Thesen Thilo Sarrazins zum angeblichen »Tugendterror« sowie den Themen Rassismus und Antisemitismus. Hass und Gewalt brechen sich im Internet und außerhalb des Internets Bahn und stellen sicherlich die gefährlichste Stufe von Enthemmung dar, haben immer aber auch mit Dimensionen der Hemmung und sogar Affirmation des »Anderen« zu tun.

Kapitel 5 fragt nach digitaler Sexualität im Zeitalter des Selfies und zeigt, wie Ent/Hemmung im nicht-pathologischen Sinne sichtbar werden kann. Beim Selfie geht es gerade nicht um egoistischen Narzissmus – wie so oft behauptet –, sondern um eine nackte Darstellung von gehemmter Verletzlichkeit und einer enthemmten Darstellung von Selbstbewusstsein. Dem Selfie sind somit immer Zweifel immanent – und diese Zweifel, ob das Individuum schön oder gut genug aussieht, sollen mittels Kommentaren und Likes getilgt werden. Es geht somit auch um Aufmerksamkeit und Anerkennung, die sowohl vom »großen Anderen« im Lacan'schen Sinne und von anderen Subjekten dem Subjekt entgegengebracht werden sollen. Auch Sexualität zielt immer auf Fragen der Aufmerksamkeit, Anerkennung und wie sexuelle Praktiken durch bestimmte Kontexte und Normen geformt sind. Man könnte digitale Formen der Amateurpornografie, bei der »normale« Menschen sich beim Sex filmen, um damit Geld zu verdienen oder weil sie es besonders erregend finden, von anderen im Netz gesehen zu werden, als den Gipfel der Enthemmung sehen, jedoch gibt es auch hier dezidierte Elemente

der Hemmung, wie ich im Kapitel zeige. Außerdem diskutiere ich Pornografie aus psychoanalytischer Perspektive und wie sich Pornokonsum auf die Psychosexualität und Psyche von jungen und adoleszenten Menschen auswirken kann.

Im *Schlusskapitel* dieses Buches bringe ich übergreifende Punkte zusammen und denke darüber nach, inwieweit sich digitale Plattformen ändern müssen, um gesündere Formen der Ent/Hemmung zu ermöglichen. Außerdem zeige ich, wo es bereits solche anderen Ent/Hemmungsformen im Internet gibt und wie diese mit Aspekten der Kreativität, freien Assoziation, Ambivalenz, Entschleunigung und Unsicherheit zusammenhängen. Ich schließe mit weiteren Überlegungen zur Symptomatik pathologischer Hemmungs- und Enthemmungsprozesse in der (digitalen) Gegenwart und was hinter diesen Prozessen steckt.