

Träumen

Gewalt, Sex und Träume: Medieninhalte voller Gewalt und Sex drängen sich in unsere nächtlichen Träume

Jan van den Bulck, Yakup Cetin, Ömer Terzi und Brad J. Bushman

Erste Veröffentlichung online am 10. November 2016, American Psychological Association:
<http://dx.doi.org/10.1037/drm0000036>

Übersetztes Abstract

Heute sind viele Menschen abgetaucht in Medien wie Fische im Wasser. Dank elektronischer Geräte haben sie virtuell unbegrenzt Zugang zu Medien. Obwohl die Medien in Stunden des Wachseins konsumiert werden, können sie auch die Träume der Menschen während des Schlafes beeinflussen.

Oft enthalten Medien Gewalt und Sex. Auf der Basis der kognitiven Neoassoziationstheorie sagten wir voraus, dass gewalttätige und sexuelle Medieninhalte diesbezügliche Gedanken im semantischen Gedächtnis mit Informationen versorgen würden. In dieser Untersuchung führten wir bei 1287 türkischen Teilnehmern eine Befragung über ihren Medienkonsum und ihre Träume in der vorhergegangenen Nacht durch.

Wir erfassten die Häufigkeit ihres Medienkonsums und den Inhalt an Gewalt und Sex in den von ihnen regelmäßig und am Tag vor der Befragung konsumierten Medien. Außerdem erfassten wir, ob sie in der Nacht vor Durchführung der Befragung geträumt haben und, wenn sie geträumt hatten (51,5 % hatten geträumt), den Inhalt ihrer Träume. Wir erfassten, ob die Träume der Teilnehmer Gewalt oder Sex beinhalteten.

Sowohl beim regelmäßigen Medienkonsum als auch beim Medienkonsum am Tag vor der Befragung erhielten wir ähnliche Ergebnisse. Bei beiden Erfassungen war der Medienkonsum positiv mit der Häufigkeit des Träumens verbunden. Auch beeinflusste der Medieninhalt den Trauminhalt.

Genauer gesagt, Teilnehmer, die Gewaltmedien konsumierten, tendierten zu Gewaltträumen, und Teilnehmer, die Sexmedien konsumierten, tendierten zu Sexträumen.

Diese Ergebnisse stimmen mit der kognitiven Neoassoziationstheorie überein und erweitern die Theorie indem sie zeigen, dass sie sowohl für die Stunden des Schlafes wie die des Wachseins zutrifft. Die Ergebnisse haben auch praktische Auswirkungen. Medien können unsere Gedanken beeinflussen, sogar wenn wir schlafen.

Stichwörter:

Gewaltmedien, Sexmedien, Träume, kognitive Neoassoziationstheorie