

# Inhaltsverzeichnis

---

1	<b>Einleitung: Filme und Serien berühren uns</b>	1
1.1	<b>Gefühle in der Psychologie</b>	2
1.1.1	Was sind Gefühle?	2
1.1.2	Auf welchen Ebenen kann man Emotionen beschreiben?	3
1.1.3	Wie entstehen Emotionen und wie werden sie erlebt?	4
1.2	<b>Gefühle in der Philosophie</b>	6
1.2.1	Welche Rolle spielen Gefühle für unser Menschsein?	7
1.2.2	Welche wichtigen Begriffe braucht man zur Erklärung des Gefühlsbegriffs?	8
1.2.3	Und nun nochmal: Was sind Gefühle?	14
1.3	<b>Ziel des Buches</b>	17
	Literatur	18
2	<b>Empathie und die Lust daran erleben</b>	19
2.1	<b>Was ist Empathie?</b>	21
2.2	<b>Die Lust an der Empathie und am Bewegtsein</b>	27
2.3	<i>Life on Mars</i> (2005–2006) und <i>Ashes to Ashes</i> (2007–2010): Worum geht es?	28
2.4	<b>Die Serie als ganzheitliche Situation erleben</b>	29
2.5	<b>Die Themen, Probleme und Vorgehensweisen der Figuren</b>	30
2.6	<b>In Filmen und Serien begegnen wir uns selbst sehr intim</b>	34
2.7	<b>Fazit</b>	37
	Literatur	38
3	<b>Im Wechselbad der Gefühle: Facetten des Lachens und Weinens</b>	39
3.1	<b>Facetten des Lachens</b>	42
3.1.1	<i>Little Miss Sunshine</i> (2006): Worum geht es?	42
3.1.2	Lachen als Ausdruck von Schaulust, Fremdscham und Schadenfreude	43
3.2	<b>Lachen und Weinen als gemeinsam auftretende Regungen in <i>Little Miss Sunshine</i></b>	46
3.3	<b>Leibliches Betroffensein beim Weinen in <i>Dancer in the Dark</i></b>	48
3.3.1	<i>Dancer in the Dark</i> (2000): Worum geht es?	48
3.3.2	Weinen als bedrückendes Erlebnis	49
3.4	<b>Fazit</b>	53
	Literatur	54

<b>4</b>	<b>Filme, die uns abstoßen – Filme, die wir aushalten.....</b>	<b>57</b>
4.1	<b>Leibhaftiges Grauen, Horror, Nervenkitzel und Gewalt aushalten .....</b>	<b>59</b>
4.1.1	Schwierigkeiten bei der Auswahl eines Filmbeispiels .....	61
4.1.2	<i>Ring (2002)</i> : Worum geht es? .....	61
4.1.3	Die Leiblichkeit des Horrors .....	63
4.1.4	Warum empfinden wir Grusel und Schrecken? – Eine psychologische Antwort.....	70
4.2	<b>Erniedrigung und Demütigung von Figuren aushalten .....</b>	<b>73</b>
4.2.1	Die Leiblichkeit von Würde.....	76
4.2.2	Die Leiblichkeit der Demütigung.....	77
4.2.3	Das Sehen wird unerträglich – ausgewählte Szenen aus <i>Game of Thrones</i> (2011–2019) .....	79
4.3	<b>Abstumpfen gegenüber Horror, Nervenkitzel und Gewalt .....</b>	<b>85</b>
4.3.1	Die Leiblichkeit des Abstumpfens .....	85
4.3.2	Warum stumpfen wir manchmal ab? – Psychologische Antworten.....	86
4.4	<b>Unerträgliche Langeweile .....</b>	<b>90</b>
4.4.1	Formen von Langeweile .....	90
4.4.2	Die Leiblichkeit der Langeweile.....	92
4.4.3	Warum langweilt man sich? – Eine psychologische Antwort .....	94
4.5	<b>Fazit.....</b>	<b>96</b>
	Literatur .....	99
<b>5</b>	<b>Flucht aus dem Alltag.....</b>	<b>103</b>
5.1	<b>Sorgenfrei und lustig sein .....</b>	<b>105</b>
5.2	<b>Der Film und die Serie als Nebenbei-Welt .....</b>	<b>105</b>
5.2.1	Was wir verlieren können – der Verlust des Atmosphärischen phänomenologisch betrachtet .....	106
5.2.2	Was wir gewinnen können – der seichte Rückzug von uns selbst.....	108
5.2.3	Was wir zu viel gewinnen können – Multitasking psychologisch betrachtet .....	108
5.3	<b>Binge Watching .....</b>	<b>110</b>
5.3.1	Binge Watching als Fluchterlebnis – phänomenologisch betrachtet .....	110
5.3.2	Binge Watching als Stresserlebnis – phänomenologisch-psychologisch betrachtet .....	112
5.4	<b>Trancezustände.....</b>	<b>114</b>
5.5	<b>Fazit.....</b>	<b>115</b>
	Literatur .....	116

<b>6</b>	<b>Filme und Serien, die zu Ende sind .....</b>	<b>117</b>
6.1	<b>Das Phänomen, in ein Loch zu fallen .....</b>	<b>119</b>
6.2	<b>Filme und Serien, die wir erinnern wollen .....</b>	<b>122</b>
6.2.1	Erinnern der gespürten Atmosphäre .....	123
6.2.2	Suche nach ähnlichen Objekten .....	125
6.2.3	Wiederholtes Schauen .....	126
6.3	<b>Fazit .....</b>	<b>130</b>
	Literatur .....	131
<b>7</b>	<b>Der Sehnsucht nachspüren .....</b>	<b>133</b>
7.1	<b>Was ist Sehnsucht? .....</b>	<b>135</b>
7.1.1	Eine etymologische Beschreibung .....	135
7.1.2	Eine psychologisch-phänomenologische Beschreibung .....	135
7.1.3	Eine Erweiterung der psychologisch-phänomenologischen Beschreibung .....	137
7.2	<b>Filme und Serien lösen Sehnsucht aus und intensivieren sie .....</b>	<b>139</b>
7.2.1	<i>Ewige Jugend</i> (2015): Worum geht es? .....	140
7.2.2	Themen der Sehnsucht in <i>Ewige Jugend</i> .....	141
7.2.3	Die Leiblichkeit der Sehnsucht .....	142
7.3	<b>Die Funktion von Sehnsucht – Eine psychologische Antwort .....</b>	<b>143</b>
	Literatur .....	144
<b>8</b>	<b>Filme und Serien können uns verändern .....</b>	<b>145</b>
8.1	<b>Der Mensch als historisches und narratives Wesen .....</b>	<b>146</b>
8.2	<b>Der Mensch als leibliches Wesen .....</b>	<b>147</b>
8.3	<b>Der Mensch als fühlendes Wesen .....</b>	<b>147</b>
8.4	<b>Wer sehen will, muss spüren .....</b>	<b>149</b>
	Literatur .....	150
<b>9</b>	<b>Ein kleiner Ratgeber für das Sehen von Filmen und Serien .....</b>	<b>151</b>
9.1	<b>Vor dem Schauen .....</b>	<b>152</b>
9.2	<b>Während des Schauens .....</b>	<b>153</b>
9.3	<b>Nach dem Schauen .....</b>	<b>153</b>
	Literatur .....	154
	<b>Serviceteil</b>	
	Weiterführende Literatur .....	156
	Stichwortverzeichnis .....	161