



MASTERARBEIT | MASTER'S THESIS

Titel | Title

Die zyklische Wirkung von Ghosting: Wie sich Ghosting-Erfahrungen reproduzieren.
Ein Versuch der Anwendung sozialwissenschaftlicher Theorien.

verfasst von | submitted by

Lena-Maria Heinzle BA BA

angestrebter akademischer Grad | in partial fulfilment of the requirements for the degree of
Master of Arts (MA)

Wien | Vienna, 2025

Studienkennzahl lt. Studienblatt | Degree
programme code as it appears on the
student record sheet:

UA 066 841

Studienrichtung lt. Studienblatt | Degree
programme as it appears on the student
record sheet:

Masterstudium Publizistik- und
Kommunikationswissenschaft

Betreut von | Supervisor:

Univ.-Prof. Dr. Jörg Matthes

Abstract

Ghosting, das plötzliche und kommentarlos bleibende Beenden digitaler Kommunikation, hat sich als weitverbreitete Strategie der Beziehungsauflösung etabliert. Trotz wachsender empirischer Forschung fehlt bislang eine theoriebasierte Erklärung, die Ghosting als zyklischen Prozess begreift, in dem sich Erfahrungen und Verhaltensmuster wechselseitig verstärken. Die vorliegende Arbeit entwickelt ein integriertes, systemisches Modell zur Erklärung der zyklischen Wirkung von Ghosting, das psychologische, soziale und mediale Einflussfaktoren theoretisch fundiert zusammenführt. Ausgangspunkt ist eine mehrdimensionale Begriffsbestimmung, die Ghosting als intentionalen, medial vermittelten und asymmetrischen Kommunikationsabbruch versteht.

Auf Grundlage eines theoriegeleiteten Forschungsdesigns werden acht wissenschaftlich etablierte Ansätze, darunter Theorien sozialer Normen, die soziale Lerntheorie und die Täter-Opfer-Introjektion, hinsichtlich ihrer Erklärungskraft für die Reproduktion von Ghosting-Verhalten untersucht. Die daraus abgeleiteten Hypothesen bilden ein strukturierendes Cluster, das die Grundlage für ein dynamisches Wirkungsmodell liefert. Dieses Modell zeigt, wie individuelle Erfahrungen des Ghostings in zukünftige kommunikative Entscheidungen einfließen und über soziale Rückkopplung, Normverschiebung und digitale Infrastruktur zirkulär verstärkt werden.

Die Arbeit schließt eine zentrale Forschungslücke, indem sie die Perspektiven von Ghoster und Ghostee erstmals systematisch integriert, Ghosting als Relation statt als singuläres Verhalten denkt und eine theoriebasierte Grundlage für zukünftige empirische Untersuchungen schafft. Neben dem wissenschaftlichen Erkenntnisgewinn werden auch praxisrelevante Implikationen für digitale Kommunikationsräume, Plattformregulierung und präventive Bildungsarbeit aufgezeigt.

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	1
1.1 Relevanz	2
1.2 Vom aktuellen Forschungsstand zur Forschungslücke	2
1.3 Definition	4
2. Theoretische Herleitung	5
2.1 Theorie der sozialen Normen nach Émile Durkheim	6
2.1.1 Grundannahmen und theoretische Einordnung	6
2.1.2 Bisherige Anwendungsfelder.....	7
2.2.3 Der Wandel zur digitalen Kommunikation als Auslöser einer Anomie.....	8
2.2.4 Langfristige Konsequenzen: Etablierung von Ghosting als neue Norm	9
2.2.5 Hypothesen	9
2.2 Theorie der sozialen Normen nach Cristina Bicchieri.....	10
2.2.1 Grundannahmen und theoretische Einordnung	10
2.2.2 Bisherige Anwendungsfelder.....	11
2.2.3 Ghosting als neue Norm in digitalen Kommunikationsräumen	11
2.2.4 Wie soziale Erwartungen zur Weitergabe von Ghosting führen	12
2.2.5 Hypothesen	12
2.3 Theorie des sozialen Lernens nach Albert Bandura	13
2.3.1 Grundannahmen und theoretische Einordnung	13
2.3.2 Bisherige Anwendungsfelder.....	14
2.3.3 Soziales Lernen im medialen Kontext	15
2.3.4 Ghosting als Modell: ein zyklischer Lernprozess	15
2.3.5 Hypothesen	16
2.4 Theorie der relationalen Dialektik nach Leslie Baxter und Barbara Montgomery	16
2.4.1 Grundannahmen und theoretische Einordnung	16
2.4.2 Bisherige Anwendungsfelder.....	17
2.4.3 Digitale Kommunikation und dialektische Spannungen.....	17
2.4.4 Ghosting als Ausdruck relationaler Dialektik: die zyklische Wirkung	18
2.4.5 Hypothesen	19
2.5 Täter-Opfer-Introjektion nach Judith Herman	19
2.5.1 Grundannahmen und theoretische Einordnung	19
2.5.2 Bisherige Anwendungsfelder.....	20
2.5.3 Digitale Kommunikationsdynamiken und psychologische Mechanismen	21
2.5.4 Ghosting als Ausdruck introjizierter Schutzmechanismen	21
2.5.5 Hypothesen	22
2.6 Cycle-of-Abuse-Modell nach Lenore E. Walker.....	23
2.6.1 Grundannahmen und theoretische Einordnung	23
2.6.2 Bisherige Anwendungsfelder.....	23
2.6.3 Ghosting als zirkuläre Eskalationslogik	24
2.6.4 Digitale Kommunikationsformen als zyklische Beziehungsmuster	25
2.6.5 Hypothesen	25
2.7 Power Imbalance Theory nach Dan Olweus	26
2.7.1 Grundannahmen und theoretische Einordnung	26
2.7.2 Bisherige Anwendungsfelder.....	26

2.7.3 Digitale Kommunikation und Machtasymmetrie	27
2.7.4 Ghosting als zyklischer Machtmechanismus	27
2.7.5 Hypothesen	28
2.8 Uncertainty Reduction Theory nach Charles Berger und Richard Calabrese	29
2.8.1 Grundannahmen und theoretische Einordnung	29
2.8.2 Bisherige Anwendungsfelder.....	29
2.8.3 Unsicherheitsreduktion in digitalen Räumen.....	30
2.8.4 Ghosting und die zyklische Wirkung von Unsicherheitsreduktion	31
2.8.5 Hypothesen	31
3. Methodologischer Teil	33
3.1 Cluster	33
3.1.1 Cluster-Kategorien	34
3.1.2 Zuordnung der Hypothesen zu den Clustern	36
3.1.3 Funktionale Verortung der Cluster entlang dreier Wirkungsebenen.....	40
3.2 Entwicklung eines Modells zur zyklischen Wirkung von Ghosting.....	42
3.2.1 Grafische Darstellung zum Modell	43
3.2.2 Erläuterung zum Modell	43
3.3 Übergreifende Analyse	44
4. Schlussteil.....	45
4.2 Kritische Methodendiskussion.....	46
4.3 Wissenschaftlicher Ausblick.....	47
4.4 Praxisimplikationen	48
4.5 Persönliches Expertenurteil.....	49
5. Literaturverzeichnis	50

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Tabelle zur Zuordnung der Hypothesen zu den Cluster.....	36
Abbildung 2: Tabelle zur Verortung der Cluster entlang dreier Wirkebenen.....	41
Abbildung 3: Modell zur zyklischen Wirkung von Ghosting.....	43

1. Einleitung

Ghosting, der abrupte und kommentarlos vollzogene Abbruch digitaler Kommunikation, ist in den vergangenen Jahren zu einem prägenden Muster im Umgang mit zwischenmenschlichen Kontakten geworden. Besonders auf sozialen Plattformen und in Dating-Apps hat sich diese Form der Kontaktvermeidung etabliert, obwohl sie häufig als verletzend und beziehungsschädigend erlebt wird.

Die wissenschaftliche Auseinandersetzung mit dem Phänomen steht noch am Anfang. Der bisherige Forschungsfokus liegt vor allem auf individuellen Motiven und psychischen Auswirkungen, während grundlegende kommunikative und soziale Dynamiken bislang kaum untersucht wurden. Insbesondere die Frage, ob Ghosting als zyklischer Prozess wirken kann, also ob Ghostees mit erhöhter Wahrscheinlichkeit selbst zu Ghostern werden, bleibt weitgehend unbeantwortet.

Diese Masterarbeit möchte an dieser Lücke ansetzen. Sie verfolgt die Hypothese, dass Ghosting nicht als singulärer Interaktionsabbruch, sondern als Teil eines zyklischen Wirkzusammenhangs zu verstehen ist. Dabei rückt sie die komplexen Wechselwirkungen zwischen psychischen Schutzmechanismen, sozialen Normalisierungen und digitalen Plattformbedingungen in den Mittelpunkt. Die Betrachtung erfolgt nicht entlang einer monokausalen Ursache-Wirkungs-Logik, sondern multikausal: Ghosting wird als sich selbstverstärkender Prozess innerhalb sozialer Mediumumgebungen konzipiert.

Zur Bearbeitung dieser Fragestellung wurde ein theoriegeleiteter Zugang gewählt. Acht etablierte Ansätze aus der Kommunikationswissenschaft, der Psychologie und der Soziologie wurden auf die Forschungsfrage angewendet. Aus dieser Analyse wurden 24 Hypothesen abgeleitet und daraufhin in fünf unterschiedliche Cluster eingeordnet. Die Clusterbildung erlaubt eine Zuordnung zu psychologischen, sozialen und technischen Wirkungsebenen und eröffnet zugleich deren analytische Verknüpfung. In einem weiteren Schritt wurden die Cluster in ein integratives Wirkungsmodell übertragen. Die besondere Herausforderung bestand darin, die zirkulären Dynamiken so zu modellieren, dass disziplinspezifische Erklärungslogiken nicht nivelliert, sondern systematisch miteinander verschränkt werden konnten.

Die Arbeit leistet damit einen theoriegestützten Beitrag zur kommunikationswissenschaftlichen Modellierung digitaler Beziehungsdynamiken. Sie schafft eine fundierte konzeptionelle Grundlage für empirische Anschlussforschung und lädt zur kritischen Reflexion gegenwärtiger Kommunikationspraktiken im digitalen Raum ein.

1.1 Relevanz

Empirische Studien zeigen, dass 20–40 % der Bevölkerung bereits Ghosting erlebt haben, sei es als Ghoster oder als Ghostee (Daraj, Buhejji, Perlmutter, Jahrami & Seeman, 2024, S. 37). Besonders im Kontext des Online-Datings wird diese Praxis zunehmend als normalisiertes Auflösungsverhalten wahrgenommen (LeFebvre & Fan, 2020, S. 450). Ghosting wird in qualitativen Erhebungen häufig als Strategie der Konfliktvermeidung beschrieben, mit der emotionale Belastungen externalisiert und soziale Konfrontationen umgangen werden (Timmermans, Hermans & Oprea, 2020).

Psychologisch ist das Phänomen besonders bedeutsam: Ghosting kann intensive emotionale Reaktionen auslösen, insbesondere bei jungen Erwachsenen in sensiblen Entwicklungsphasen. Betroffene berichten von Irritation, Selbstzweifeln und in manchen Fällen langfristigen Schwierigkeiten beim Aufbau von Nähe und Vertrauen. Neurowissenschaftliche Befunde deuten darauf hin, dass Ghosting dieselben neuronalen Schmerzareale aktivieren kann wie physische Verletzungen (Daraj et al., 2024, S. 40). Diese psychischen Wahrnehmungen wirken auch auf sozialer Ebene: Ghostees neigen zu erhöhter Selbstschutzmotivation, reduzieren ihre Offenheit in künftigen Beziehungen oder ziehen sich aus digitalen Beziehungskontexten zurück (LeFebvre & Fan, 2020, S. 451).

Darüber hinaus besitzt Ghosting eine hohe gesellschaftliche Relevanz. Kommunikationsumgebungen digitaler Plattformen begünstigen diese Form des Beziehungsabbruchs, etwa durch Asynchronität, Anonymität und fehlende soziale Rückkopplung (Campaioli, Testoni & Zamperini, 2022). Die Normalisierung solcher Praktiken kann langfristig zum Abbau zwischenmenschlicher Verbindlichkeit beitragen, was potenzielle Folgen für das Vertrauen in Kommunikation und die Stabilität sozialer Beziehungen im digitalen Raum mit sich bringt.

Ghosting ist somit als psychosozial belastendes, gesellschaftlich relevantes und kommunikationstheoretisch bislang unterbeleuchtetes Phänomen zu begreifen. Seine systematische Analyse erscheint forschungswürdig, um Beziehungsmuster im digitalen Raum differenziert und präzise erfassen und deuten zu können.

1.2 Vom aktuellen Forschungsstand zur Forschungslücke

Die wissenschaftliche Auseinandersetzung mit Ghosting ist noch vergleichsweise jung. Erste empirische Studien entstanden vor etwa fünf bis sieben Jahren und konzentrieren sich vor allem auf die Perspektive der Ghostees (LeFebvre, Rasner, Garstad, Wilms, & Parrish, 2019; Koessler, Kohut & Campbell, 2019). Ghosting wird dabei vorwiegend als belastende Beziehungserfahrung erfasst, die sich negativ auf Selbstwert, emotionale Resilienz und Beziehungsfähigkeit auswirken kann (Daraj et al., 2023, S. 39–40; Pancani, Mazzoni, Aureli & Riva, 2021).

In jüngerer Zeit wurde auch die Perspektive der Ghoster stärker berücksichtigt. Studien von Freedman, Powell, Le & Williams (2021) und Forrai, Koban & Matthes (2023) zeigen, dass auch Ghoster von Schuldgefühlen, emotionaler Ambivalenz und Unsicherheit im Bindungsverhalten betroffen sein können. Die Motive reichen von konfliktscheuer Vermeidung über Überforderung bis hin zu antizipierten negativen Reaktionen des Gegenübers (Timmermans et al., 2020).

Es fehlt bislang eine theoriebasierte Modellierung von Ghosting als Teil zyklischer Kommunikationsprozesse. Die vorherrschenden methodischen Ansätze (vor allem qualitative Interviewstudien) liefern wertvolle Einsichten, bleiben jedoch retrospektiv und fallbezogen. Der bislang häufige Einsatz von Querschnittsdaten erschwert es, zeitliche Dynamiken zu erfassen (Forrai et al., 2023).

Ein weiterer blinder Fleck in der Forschung betrifft die Trennung der Rollenperspektiven: Erfahrungen als Ghoster und Ghostee werden bislang meist isoliert betrachtet. Studien, die das Wechselspiel zwischen diesen Rollen systematisch analysieren, fehlen weitgehend. Unklar bleibt daher, ob und in welcher Weise frühere Erfahrungen als Ghostee das Kommunikationsverhalten in späteren Beziehungskontexten beeinflussen. Erste Hinweise auf mögliche zyklische Reproduktionsmuster finden sich in der Arbeit von LeFebvre et al. (2019): Rund ein Drittel der Studienbefragten gab an, sowohl geghostet worden zu sein als auch selbst bereits geghostet zu haben. Auch in Diskussionen und Ausblicken mancher Studien wird die Möglichkeit zyklischer Dynamiken angedeutet, etwa, dass erlebtes Ghosting das Risiko erhöht, selbst zum Ghoster zu werden (LeFebvre & Fan, 2020, S. 453; Daraj, et al., 2023, S. 42). Eine Untersuchung von Thomas und Dubar (2021) zeigt, dass 44,2 % der Befragten sowohl andere geghostet hatten als auch selbst geghostet wurden, was als ein Hinweis auf zyklische Wiederholungsmuster gesehen werden kann.

Zur theoretischen Erklärung solcher Muster wurden vereinzelt psychologische Konzepte herangezogen. So verweisen LeFebvre und Fan (2020, S. 454) auf eine Ablehnungssensitivität, die dazu führen kann, dass Zurückweisungserfahrungen in künftigen Beziehungen antizipiert und vorweggenommen werden. Forrai, Koban und Matthes (2023) diskutieren zudem die Abwertung emotionaler Intimität zugunsten kurzfristiger Vermeidung als möglichen Auslöser des Ghosting-Verhaltens. Diese psychologischen Überlegungen liefern wichtige Anknüpfungspunkte für eine theoriebasierte Modellierung der zyklischen Wirkung von Ghosting.

Vor diesem Hintergrund adressiert die vorliegende Arbeit eine zentrale Forschungslücke. Sie begreift Ghosting erstmals explizit als zyklischen Wirkmechanismus und entwickelt auf der Grundlage von acht etablierten Theorien ein strukturierendes Rahmenmodell. Ziel ist es, die verschiedenen Wirkungsfaktoren herauszubilden und so eine konzeptionelle Grundlage für künftige empirische Überprüfungen zu schaffen.

1.3 Definition

Ghosting bezeichnet eine Form des kommunikativen Rückzugs, bei der eine Person den Kontakt zu einer anderen abrupt abbricht. Dieser Vorgang erfolgt meist über digitale Kanäle wie Messenger-Dienste, soziale Netzwerke oder Dating-Plattformen und ist dadurch gekennzeichnet, dass er einseitig, kommentarlos und häufig endgültig erfolgt (Thomas & Dubar, 2021, S. 294). Das Gegenüber bleibt dabei ohne Information über die Gründe oder den Status der Beziehung zurück, was zu emotionaler Irritation und Unsicherheit führen kann.

In den letzten Jahren wurde der Begriff wissenschaftlich präzisiert. Forrai, Koban und Matthes (2023) definieren Ghosting als Strategie der Beziehungsauflösung, bei der die Kommunikation in sozialen Medien ohne Erklärung beendet wird. LeFebvre (2017, S. 134) beschreibt Ghosting als das einseitige Unterbrechen der Kommunikation mit dem Ziel, den Zugang zu einer oder mehreren Personen zu entziehen, abrupt oder schrittweise. Beide Definitionen betonen die bewusste Entscheidung, sich einer direkten Auseinandersetzung zu entziehen, und grenzen Ghosting damit von zufälligem Kontaktverlust oder beidseitigem Desinteresse ab. Zentral ist also, dass Ghosting nicht einfach Schweigen bedeutet, sondern einen aktiven Kommunikationsabbruch darstellt, der durch eine soziale Asymmetrie charakterisiert ist. Die gehostete Person erlebt typischerweise ein Spannungsverhältnis zwischen der Erwartung an eine Fortsetzung der Kommunikation und der plötzlichen Abwesenheit jeglicher Rückmeldung. Diese Diskrepanz erzeugt eine spezifische Form relationaler Desorientierung, welche dazu führt, dass Ghosting als besonders verletzend wahrgenommen wird (LeFebvre & Fan, 2020, S. 435).

In der Forschung variieren die Begriffsbestimmungen. Während viele Ansätze den kommunikativen Rückzug als Beziehungsabbruch betonen, fokussieren andere stärker auf das ignorierende Verhalten als zentrales Merkmal. So beschreiben Powell, Freedman, Williams, Le & Green (2021, S. 2225) Ghosting als eine Strategie, bei der der Initiator jegliche Kommunikation abbricht und Kontaktversuche bewusst ignoriert – nicht zwingend abrupt, aber gezielt. Diese Perspektive hebt die aktive Verweigerung dialogischer Interaktion hervor, unabhängig von Beziehungsintensität oder Kommunikationsmedium.

Ursprünglich wurde Ghosting vor allem im Kontext romantischer Beziehungen untersucht. Mittlerweile umfasst der Begriff jedoch auch andere Konstellationen: Freundschaften, lose soziale Verbindungen und sogar berufliche Kontakte. Studien zeigen, dass Ghosting auch im Freundeskreis Anwendung findet, etwa durch Nichtantworten, Entfreunden oder Entfolgen (Campaioli et al., 2022, S. 13). In allen Fällen wird eine Auseinandersetzung mit der Beziehung vermieden, ohne dass es zu einer expliziten Trennung kommt.

Der digitale Kommunikationskontext ist dabei zentral. Digitale Plattformen sind meist so gestaltet, dass sie geringe Verbindlichkeit ermöglichen. Das erleichtert einen Rückzug aus der Interaktion ohne

unmittelbare Konsequenzen. Funktionen wie das Ignorieren von Nachrichten, das Löschen von Chats oder das Blockieren von Kontakten erlauben eine Form sozialer Vermeidung. Gleichzeitig verstärkt die Entpersonalisierung digitaler Kommunikation das Gefühl, keine Rechenschaft schuldig zu sein (Suler, 2004; Forrai et al., 2023).

Damit ist Ghosting mehr als individuelles Verhalten, es ist ein relationales Phänomen der digitalen Kommunikation, das durch technische Strukturen ermöglicht, durch soziale Normen beeinflusst und durch psychodynamische Prozesse motiviert ist. In dieser Arbeit wird Ghosting als intentionaler, medial vermittelter und normativ ambivalenter Kommunikationsabbruch verstanden, der sich durch drei zentrale Merkmale auszeichnet: die Unabgeschlossenheit der Beziehung, die Einseitigkeit der Handlung und das Ausbleiben dialogischer Auseinandersetzung. Dieses Begriffsverständnis bildet die konzeptuelle Grundlage für die Analyse der zyklischen Wirkung von Ghosting.

2. Theoretische Herleitung

In diesem Kapitel folgt die Beschreibung der theoriebasierten Herangehensweise, um die Hypothese der zyklischen Wirkung von Ghosting zu prüfen. Die Ableitungen aus den Theorien bilden dabei den theoretischen Rahmen der Arbeit und dienen als Grundlage für die Hypothesenbildung sowie, darauf aufbauend, der Bildung von Clustern und schließlich der Modellentwicklung im darauf folgenden methodologischen Teil.

Ausgangspunkt der Analyse ist folgende Hypothese: Personen, die selbst gehostet wurden, neigen dazu, in späteren Beziehungsanbahnungen selbst zu ghosten. Da die herangezogenen Theorien die zyklische Wirkung von Ghosting aus unterschiedlichen Blickwinkeln erklären könnten, wird zunächst mit einer offen gehaltenen Ausgangshypothese gearbeitet. Die Herleitung konkreter Hypothesen erfolgt dabei theoriegeleitet, im Anschluss an eine vertiefte Auseinandersetzung mit den jeweiligen Grundannahmen und ihrer Übertragbarkeit auf digitale Kontexte. Übergeordnetes Ziel ist es, durch eine theoriegeleitete Argumentation zu prüfen, ob sich mit Hilfe bestehender kommunikationswissenschaftlicher, soziologischer und psychologischer Theorien die vermutete zyklische Dynamik verifizieren lässt.

Im Laufe der Recherche wurden acht Theorien ausgewählt, deren Grundkonzepte eine theoretische Fundierung der angenommenen zyklischen Wirkung ermöglichen. Um die theoretische Analyse systematisch und vergleichbar zu gestalten, folgt jedes der acht Theoriekapitel einem einheitlichen Aufbau. Zunächst werden die Grundannahmen und die disziplinäre Verortung der jeweiligen Theorie dargestellt. Dabei wird auch auf zentrale Weiterentwicklungen und klassische Anwendungsfelder eingegangen. Im zweiten Schritt erfolgt eine kontextuelle Übertragung auf digitale Kommunikationsräume, wobei analysiert wird, inwiefern die zyklische Wirkung von Ghosting im Sinne der jeweiligen Theorie erklärbar ist. Darauf aufbauend werden pro Theorie drei Hypothesen formuliert, die den Kern

der theoriegeleiteten Argumentation bilden. Dieser modulare Aufbau gewährleistet eine methodisch konsistente Analyse, bei gleichzeitig inhaltlicher Offenheit gegenüber unterschiedlichen theoretischen Zugängen. Zugleich wird so eine präzise Ableitung und systematische Clusterung der Hypothesen im weiteren Verlauf der Arbeit ermöglicht.

Bei den verwendeten Theorien handelt es sich um Ansätze aus drei verschiedenen wissenschaftlichen Disziplinen: Unter den psychologischen Ansätzen analysiert die Täter-Opfer-Introjektion nach Judith Herman Ghosting als psychodynamische Reinszenierung traumatischer Ohnmachtserfahrungen. Das Cycle-of-Abuse-Modell von Lenore E. Walker beleuchtet das Phänomen als Teil zyklischer Missbrauchsmuster mit eskalierenden Spannungs- und Rückzugsdynamiken. Auch Banduras soziale Lerntheorie lässt sich als psychologische Perspektive heranziehen: Sie versteht Ghosting als erlerntes Verhalten durch Beobachtung und Nachahmung, insbesondere in digitalen Räumen, in denen soziale Sanktionen ausbleiben. Ergänzend dazu beschreibt die Power Imbalance Theory von Dan Olweus Ghosting als Ausdruck asymmetrischer Machtdynamiken und sozialer Ausgrenzung, ursprünglich im Kontext von Mobbing, hier übertragen auf digitale Beziehungskontexte. Aus soziologischer Sicht thematisiert die Theorie sozialer Normen, in der Tradition Émile Durkheims und weiterentwickelt von Cristina Bicchieri, die gesellschaftliche Normalisierung und stillschweigende Akzeptanz von Ghosting im digitalen Raum. Kommunikationswissenschaftliche Zugänge eröffnen weitere Erklärungsansätze: Die Theorie der relationalen Dialektik von Baxter und Montgomery versteht Ghosting als Vermeidungsstrategie angesichts widersprüchlicher Nähe- und Autonomiebedürfnisse. Mit der Uncertainty Reduction Theory nach Berger und Calabrese kann Ghosting als Ausdruck und zugleich Verstärker relationaler Ungewissheit verstanden werden. Hinweise und Impulse aus aktuellen wissenschaftlichen Studien zu Ghosting werden ebenfalls berücksichtigt, um die theoriegeleiteten Hypothesen noch fundierter ableiten zu können.

2.1 Theorie der sozialen Normen nach Émile Durkheim

2.1.1 Grundannahmen und theoretische Einordnung

Normative Theorien gehen davon aus, dass menschliches Verhalten stark von wahrgenommenen und erlernten Normen innerhalb sozialer Gruppen beeinflusst wird (Durkheim, 1984). Die Theorie sozialer Normen geht in ihrer ersten Form auf Émile Durkheim, einem Mitbegründer der Soziologie, zurück. Sie bietet eine zentrale Grundlage zur Erklärung gesellschaftlicher Strukturen und Verhaltensweisen.

Durkheim entwickelte seine Theorie sozialer Normen im Kontext des tiefgreifenden gesellschaftlichen Wandels des späten 19. Jahrhunderts. Die Industrielle Revolution mit ihrer zunehmenden Arbeitsteilung, die Urbanisierung und die zunehmende Säkularisierung führten zu einer Erosion traditioneller sozialer Strukturen und Wertvorstellungen (Giddens, 1971, S. 71). In dieser Zeit der Umbrüche versuchte Durkheim die Grundlagen des sozialen Zusammenhalts in modernen Gesellschaften zu verstehen und zu erklären. In seinen Werken *De la division du travail social* (1893) und *Les règles de la méthode sociologique* (1895) legte er dar, dass soziale Ordnung nicht nur durch

formale Institutionen, sondern maßgeblich durch kollektive moralische Vorstellungen und Normen aufrechterhalten wird. Diese Normen sind nicht statisch, sondern unterliegen einem ständigen Wandel. Während traditionelle Gesellschaften durch mechanische Solidarität geprägt waren, eine Form des sozialen Zusammenhalts, die auf Ähnlichkeit und gemeinsamen Werten basiert, sind moderne Gesellschaften durch organische Solidarität gekennzeichnet. Hier beruht der gesellschaftliche Zusammenhalt auf funktionaler Differenzierung und gegenseitiger Abhängigkeit (Durkheim, 1984).

Durkheim beschreibt soziale Normen als kollektive Regeln, die das Verhalten in einer Gesellschaft steuern (1984). Sie werden durch kulturelle Praktiken etabliert und durch soziale Kontrolle (z. B. Sanktionen bei Abweichung) stabilisiert. Nach Durkheim sichern Normen den sozialen Zusammenhalt und verhindern Anomie, einen Zustand normativer Instabilität, der auftritt, wenn gesellschaftliche Regeln und Werte sich verändern und nicht mehr klar definiert sind. Wenn bisher klar festgelegte Normen sich verschieben oder wegfallen, geht ihre regulative Wirkung verloren, was zu Unsicherheit, Orientierungslosigkeit und schließlich zu sozialer Desintegration führt. Der Zustand der Anomie tritt nach Durkheim in Übergangsphasen auf, wenn sich Normen im Wandel befinden, aber noch keine neuen stabilen Regeln etabliert wurden. Diese Übergangsphasen charakterisieren sich durch einen plötzlichen gesellschaftlichen Wandel verbunden mit technologischen Veränderungen, zu welchen moderne Gesellschaften mit einer hohen Arbeitsteilung neigen (Durkheim, 1984).

Zudem untersuchte Durkheim die sozialen Mechanismen, die den Zusammenhalt und die Ordnung in einer Gesellschaft gewährleisten (1984). Er betonte die Bedeutung des kollektiven Bewusstseins, das die gemeinsamen Überzeugungen, Ideen und moralischen Einstellungen einer Gesellschaft umfasst. Durkheim argumentierte, dass soziale Normen Ausdruck dieses kollektiven Bewusstseins sind und das Verhalten der Individuen lenken, um die soziale Stabilität zu erhalten.

2.1.2 Bisherige Anwendungsfelder

Ein klassisches Beispiel für Anomie ist nach Durkheim die steigende Selbstmordrate in Gesellschaften, die sich in tiefgreifenden wirtschaftlichen und sozialen Umbrüchen befinden (Durkheim, 1986). In solchen Situationen fehlt es den Individuen an festen moralischen Leitlinien, was dazu führen kann, dass sie sich sozial isoliert fühlen und in existenzielle Krisen geraten. Neuere Forschungen stützen diese Annahmen, indem sie aufzeigen, dass normative Instabilität in Zeiten rasanter technologischer und sozialer Veränderungen mit einem Anstieg psychischer Belastungen und gesellschaftlicher Fragmentierung einhergeht (Abrutyn & Mueller, 2014).

Durkheims Konzept der sozialen Normen und Anomie wurde auch in anderen Feldern angewendet, wie etwa in der Kriminologie. Durkheim argumentierte, dass Kriminalität in gewissem Maße normal und unvermeidlich ist, da keine Gesellschaft vollständig homogen sein kann und es immer Individuen geben wird, die gegen die sozialen Normen verstoßen (Durkheim, 1984). Er betonte jedoch, dass ein

übermäßiges Maß an Kriminalität ein Zeichen für soziale Desintegration und Anomie ist. Ebenso findet seine Theorie Anwendung in der Bildungssoziologie. Er betonte die Notwendigkeit eines langjährigen Sozialisations- und Bildungsprozesses, um den sozialen Zusammenhalt zu fördern. Er argumentierte, dass die Erziehung dazu dienen sollte, die Individuen in die bestehenden sozialen Normen und Werte zu integrieren und sie zu verantwortungsbewussten Mitgliedern der Gesellschaft zu machen (Durkheim, 1984).

2.2.3 Der Wandel zur digitalen Kommunikation als Auslöser einer Anomie

Obwohl Durkheims Theorie vor dem Aufkommen digitaler Kommunikation entstand, lassen sich ihre Konzepte auf die Gegenwart übertragen. Die Digitalisierung hat bestehende soziale Kommunikationsmuster tiefgreifend verändert. An der Schnittstelle zwischen neuen Medien und neuen Technologien sind neuartige Formen sozialer Interaktion entstanden (LeFebvre & Fan, 2020, S. 434). Soziale Normen sind in digitalen Räumen deutlich flexibler und kurzlebiger als in analogen Kontexten, was ihre Stabilität erheblich schwächt. Anonyme und asynchrone Kommunikationsformen erschweren soziale Kontrolle, wodurch etablierte Normen an regulativer Kraft verlieren. Instant Messaging, soziale Netzwerke und Dating-Apps schaffen neue Interaktionsmodi, die oft unverbindlich bleiben.

Besonders deutlich wird dieser Wandel am Beispiel von Ghosting. Während in analogen Kontexten ein expliziter Beziehungsabbruch, etwa durch ein Gespräch oder einen Abschiedsbrief, als soziale Norm galt, fehlt in der digitalen Kommunikation eine klare gesellschaftliche Übereinkunft über angemessenes Verhalten in solchen Situationen (LeFebvre & Fan, 2020, S. 434). Diese normative Unsicherheit wird durch plattformspezifische Mechanismen zusätzlich verstärkt: Viele Anwendungen fördern flüchtige Kontakte, beschleunigte Kommunikation und erschweren die Entwicklung verbindlicher Beziehungserwartungen (Gershon, 2017). Das daraus resultierende normative Vakuum kann im Sinne Durkheims als Anomie verstanden werden: Die Unsicherheit über gültige soziale Regeln führt zu Desorientierung hinsichtlich akzeptierten Verhaltens.

Koessler et al. (2019) zeigen, dass insbesondere junge Menschen, die mit digitalen Kommunikationsformen sozialisiert wurden, Schwierigkeiten haben, eindeutige Normen für das Beenden sozialer Beziehungen zu benennen. Ghosting kann für Betroffene mit starker emotionaler Belastung einhergehen, während es für die ghostende Person meist folgenlos bleibt, insbesondere, weil direkte Konfrontationen ausbleiben und soziale Sanktionen kaum eintreten (Campaioli et al., 2022). Die Möglichkeit, Beziehungen kommentarlos zu beenden, ohne mit den eigenen oder fremden Emotionen konfrontiert zu werden, kann als Ausdruck und zugleich Verstärker normativer Instabilität gelesen werden.

Dieser Umstand begünstigt einen Reproduktionsmechanismus: Personen, die Ghosting selbst erlebt haben, übernehmen es eher in zukünftigen Beziehungen, nicht zuletzt, weil sie erfahren haben, dass

digitale Kommunikationskontexte eine solche Praxis begünstigen und folgenarm halten (Campaioli et al., 2022). Ghosting wird damit zu einer sich selbst verstärkenden sozialen Praxis.

In Durkheims Perspektive verstärkt normative Instabilität sich selbst: Je diffuser soziale Erwartungen werden, desto brüchiger wird der soziale Zusammenhalt (Durkheim, 1884). Die zunehmende Normalisierung von Ghosting könnte langfristig das Vertrauen in digitale Beziehungskommunikation untergraben. Thomas und Dubar (2021, S. 298) zeigen, dass Personen, die wiederholt ghosten, dieses Verhalten zunehmend als „normal“ empfinden und zugleich weniger Empathie für Betroffene entwickeln.

2.2.4 Langfristige Konsequenzen: Etablierung von Ghosting als neue Norm

Ghosting könnte sich in diesem Sinne schrittweise als neue, wenngleich ambivalente soziale Norm etablieren. Wendet man Durkheims Anomiebegriff auf die Gegenwart an, erscheint die heutige Situation als Übergangsphase: Ghosting wird zunehmend praktiziert, ohne dass sich ein konsistenter moralischer Bewertungsrahmen etabliert hätte. Diese Unklarheit führt aufseiten der Betroffenen zu emotionaler Desorientierung, gerade weil die kulturelle Deutung des Verhaltens noch nicht abschließend normativ gefasst ist. Gleichzeitig nimmt die gesellschaftliche Akzeptanz zu, was langfristig eine Verschiebung der kollektiven Wahrnehmung zur Folge haben könnte.

Wenn Ghosting häufiger erlebt und gleichzeitig häufiger selbst praktiziert wird, wandelt sich nicht nur die Bewertung des Verhaltens, es verfestigt sich auch als implizite Erwartung. Thomas und Dubar (2021) zeigen, dass wiederholte Ghoster ihr Verhalten zunehmend rechtfertigen und dabei eine abnehmende Empathie für die Perspektive des Ghostees entwickeln. Das Verhalten wird so internalisiert und aus der moralischen Bewertung herausgelöst. Aufseiten der Ghostees wiederum entsteht der Eindruck, dass Ghosting eine legitime und funktionale Strategie des Beziehungsabbruchs ist.

Damit droht eine Normverschiebung: Ghosting wird nicht nur geduldet, sondern als akzeptierte Umgangsform mit konflikthaften oder unerwünschten Beziehungen verinnerlicht. Sobald dieser Prozess abgeschlossen wäre, wäre die Phase der Anomie im Durkheim'schen Sinne überwunden, allerdings nicht durch Rückkehr zu stabilen Normen, sondern durch die Etablierung einer neuen, fragileren Verhaltensnorm.

2.2.5 Hypothesen

Basierend auf Durkheims Theorie sozialer Normen und den beschriebenen aktuelleren Forschungsergebnissen lassen sich folgende Hypothesen formulieren:

Hypothese 1: Wenn Ghosting in digitalen Räumen wiederholt auftritt und ohne soziale Sanktionen bleibt, wird es zur akzeptierten Handlungsoption: Ghosting ersetzt etablierte Kommunikationsnormen und verfestigt sich als implizite Interaktionsregel. Diese normative Verschiebung wird durch fehlende Rückmeldestrukturen und sinkende Verbindlichkeit digitaler Kommunikation begünstigt.

Hypothese 2: Je häufiger Ghosting als sozial akzeptiert erlebt wird, etwa durch Beobachtung, oder fehlende Sanktionen, desto eher übernehmen auch negativ Betroffene dieses Verhalten. Normen entstehen hier weniger durch explizite Vorgaben als durch die stillschweigende Übernahme beobachteter Praktiken.

Hypothese 3: Die zunehmende Normalisierung von Ghosting reduziert wiederum die soziale Sanktionierung und erschwert die Rückbindung an alternative Beendigungsnormen wie klärende Gespräche. Damit schwinden nicht nur die Handlungsspielräume für dialogische Konfliktlösung, sondern auch die gesellschaftliche Fähigkeit, verbindliche Kommunikationsstandards wiederherzustellen.

2.2 Theorie der sozialen Normen nach Cristina Bicchieri

2.2.1 Grundannahmen und theoretische Einordnung

Cristina Bicchieri entwickelte ihre Theorie sozialer Normen im Spannungsfeld von Verhaltensökonomie und Sozialpsychologie als Reaktion auf die Grenzen klassischer ökonomischer Modelle, die menschliches Verhalten primär als rational und nutzorientiert betrachten (Bicchieri, 2006). Im Zentrum ihrer Kritik steht die Vernachlässigung sozialer Einflüsse auf Entscheidungsprozesse. Aus ihrer Sicht entstehen und wirken soziale Normen nicht aus innerer Überzeugung, sondern durch das Zusammenspiel wechselseitiger Erwartungen innerhalb sozialer Gruppen.

Bicchieri unterscheidet zwei zentrale Erwartungstypen: empirische Erwartungen beziehen sich darauf, was Menschen glauben, dass andere tatsächlich tun; normative Erwartungen hingegen darauf, was andere von ihnen erwarten. Nur wenn beide erfüllt sind, entfalten soziale Normen regulative Wirkung (Bicchieri, 2006, S. 11). Ein zentrales Konzept ihrer Theorie ist die bedingte Präferenz: Individuen handeln nicht aufgrund stabiler Werte, sondern abhängig davon, was sie in ihrer sozialen Umgebung beobachten und erwarten. Diese Kontextabhängigkeit erklärt, warum Menschen manchmal Verhaltensweisen zeigen, die ihren persönlichen Überzeugungen widersprechen, etwa aus Konformitätsdruck oder zur Vermeidung sozialer Sanktionen (Muldoon, Lisciandra, Bicchieri, Hartmann & Sprenger, 2014). Ein weiteres Merkmal der Theorie ist die Relativierung von Sanktionen als notwendige Voraussetzung für Normbefolgung. Bicchieri zeigt, dass soziale Konformität auch dann entstehen kann, wenn keine formalen Strafen drohen, allein durch die Kraft normativer Erwartungen. Daraus leitet sie wichtige Implikationen für soziale Interventionen ab: um Verhaltensänderungen herbeizuführen, reicht es nicht, bloße Information zu vermitteln. Stattdessen müssen gezielt die empirischen und normativen Erwartungen adressiert werden (Bicchieri, 2006).

2.2.2 Bisherige Anwendungsfelder

Die Theorie sozialer Normen nach Bicchieri hat breite Anwendung in Politik, Sozialwissenschaft und Verhaltensforschung gefunden. Besonders ihre Konzepte der empirischen und normativen Erwartungen sowie der bedingten Präferenzen gelten als analytisch und praktisch anschlussfähig. Ein zentraler Anwendungsbereich ist die öffentliche Gesundheitsförderung. In einer vielbeachteten Feldstudie (2023) zur Sanitärversorgung in indischen Dörfern untersuchten Babbar, Das, Ashraf, Shpenev und Bicchieri, wie soziale Normen das Verhalten rund um offene Defäkation prägen. Die Studie zeigte: Solange Menschen glauben, dass andere diese Praxis fortführen und sie dies auch von ihnen erwarten, bleiben sie selbst dabei, unabhängig von individuellen Präferenzen. Erst durch gezielte Interventionen, die diese Erwartungen verschoben, gelang eine nachhaltige Verhaltensänderung.

Auch im Umweltschutz wurde Bicchieris Theorie angewandt. Farrow, Grolleau und Ibanez (2017) analysierten, wie die Wahrnehmung kollektiven Umweltverhaltens die individuelle Bereitschaft zur Energieeinsparung beeinflusst. Sie fanden heraus, dass empirische und normative Erwartungen signifikant mit der eigenen Motivation zur Verhaltensanpassung korrelieren.

Im Bereich der Korruptionsbekämpfung nutzten Köbis, van Prooijen, Righetti und van Lange (2015) Bicchieris Modell, um zu erklären, wie Korruption zur sozialen Norm werden kann. Entscheidend war hier weniger die individuelle Moral, sondern die Vorstellung, dass Korruption verbreitet sei und sozial akzeptiert werde. Die Studie legt nahe, dass klassische Repressionsmechanismen nur begrenzt wirksam sind, solange diese Wahrnehmungen nicht gezielt verändert werden.

Ein weiteres Anwendungsfeld liegt in der Genderforschung. Cislighi und Heise (2018) zeigten, wie persistente Geschlechternormen, etwa zu Kinderheirat oder häuslicher Gewalt, durch kollektive Erwartungen gestützt werden. Interventionen, die auf die Veränderung normativer Erwartungen in der Gemeinschaft zielen, erwiesen sich als besonders wirkungsvoll.

Diese Anwendungen demonstrieren die Relevanz von Bicchieris Ansatz für die Erklärung stabiler, aber auch wandelbarer sozialer Praktiken. Sie verdeutlichen, dass nachhaltige Verhaltensänderungen nur dann gelingen, wenn sowohl die deskriptiven als auch die normativen Dimensionen sozialer Erwartungen adressiert werden.

2.2.3 Ghosting als neue Norm in digitalen Kommunikationsräumen

In digitalen Kommunikationsräumen entstehen soziale Normen oft dynamisch und kontextabhängig. Plattformen wie soziale Netzwerke oder Messenger-Dienste sind durch asynchrone, teils anonyme Interaktionsformen geprägt, wodurch sich sowohl die Wahrnehmung als auch die Durchsetzung sozialer Normen verändern. Ghosting hat sich in diesem Umfeld zu einer weit verbreiteten Praxis entwickelt. Wird dieses Verhalten regelmäßig beobachtet und bleibt ohne soziale Sanktionen, kann

sich der Eindruck verfestigen, es handle sich um ein akzeptiertes Beziehungshandeln (Daraj et al., 2024).

Bicchieri (2006) hebt hervor, dass deskriptive Normen besonders dann wirksam sind, wenn sie häufig auftreten und als funktional gelten. In digitalen Kontexten wird diese Wirkung durch den Mangel an unmittelbarer Rückmeldung verstärkt: Kommunikationsabbrüche erscheinen weniger folgenreich als in Face-to-Face-Situationen (Tom Tong & Walther, 2011). So kann sich Ghosting in der Wahrnehmung vieler Nutzer:innen als legitimes und folgenloses Verhalten etablieren.

Cialdini und Trost (1998) betonen, dass deskriptive Normen vor allem dann handlungsleitend wirken, wenn sie mit injunktiven Normen übereinstimmen – also wenn ein Verhalten sowohl häufig beobachtet als auch als moralisch akzeptabel bewertet wird. Digitale Kommunikationsstrukturen fördern diese Angleichung: Ghosting erscheint dort oft als „praktisch“, weil es unangenehme Konfrontationen vermeidet (Forrai et al., 2023). Gleichzeitig begünstigt die Entpersönlichung digitaler Interaktionen, etwa durch reduzierte Reziprozität oder Sichtbarkeitskontrolle, eine geringere Verantwortungsübernahme für kommunikative Verpflichtungen (Suler, 2004). All dies fördert die Etablierung von Ghosting als sozial akzeptierte Praxis.

2.2.4 Wie soziale Erwartungen zur Weitergabe von Ghosting führen

In digitalen Kontexten kann sich durch wiederholte Erfahrung und Beobachtung von Ghosting eine Erwartungshaltung etablieren, die das Verhalten langfristig beeinflusst. Geghostete Personen könnten daraufhin selbst ghosten, sei es aus antizipiertem Selbstschutz oder weil sie die Praxis als sozial erwartbar wahrnehmen. Bicchieri betont zudem, dass auch dysfunktionale oder schädliche Normen Bestand haben können, wenn sie nicht aktiv hinterfragt oder sanktioniert werden. Gerade in digitalen Räumen, wo direkte Konfrontation vermieden wird, bleiben die negativen Folgen des eigenen Verhaltens oft unsichtbar. Das trägt dazu bei, destruktive Praktiken wie Ghosting zu verharmlosen oder zu normalisieren.

Die Annahme kollektiver Präferenzen ist in diesem Zusammenhang zentral: Menschen passen ihre Präferenzen an das an, was sie als verbreitete und erwartete Praxis wahrnehmen. In digitalen Beziehungskontexten kann sich so eine Spirale wechselseitiger Normübernahme bilden. Nutzer:innen, die Ghosting ursprünglich ablehnten, könnten es übernehmen, weil sie es als dominierende Form der Konfliktvermeidung und Beziehungsauflösung erleben. Ghosting wird auf diese Weise zur sich selbst verstärkenden sozialen Praxis.

2.2.5 Hypothesen

Die folgenden Hypothesen knüpfen an die Kernannahmen von Cristina Bicchieris Theorie sozialer Normen an. Sie untersuchen, wie sich Ghosting in digitalen Kommunikationsräumen über empirische

und normative Erwartungen zur sozialen Norm entwickeln kann, und wie sich diese Wahrnehmung wiederum auf das Verhalten der Betroffenen auswirkt.

Hypothese 1: Wenn Menschen Ghosting in digitalen Kommunikationsräumen regelmäßig beobachten, nehmen sie es sowohl als weit verbreitet (empirische Erwartung) als auch als sozial akzeptiert (normative Erwartung) wahr. Auf dieser Grundlage passen sie ihr Verhalten an, selbst dann, wenn es ihren ursprünglichen Überzeugungen widerspricht. Plattformbedingungen wie Asynchronität, Entpersonalisierung und fehlende Sanktionen verstärken diesen Anpassungsprozess. Ghosting wird dadurch zyklisch weitergegeben und zur stillen Norm.

Hypothese 2: Wer mehrfach geghostet wurde, passt langfristig die eigenen sozialen Präferenzen an. Ghosting wird zunehmend als legitime Strategie akzeptiert, um Konflikte oder emotionale Belastungen zu vermeiden. Dieser Wandel beruht auf einem doppelten Lernprozess: dem Erleben von Ghosting als gängige Praxis und der Annahme, dass es sozial erwartet wird. Das Verhalten stabilisiert sich dadurch zyklisch.

Hypothese 3: Digitale Kommunikationsumgebungen mit geringer sozialer Kontrolle und hoher Entpersonalisierung fördern die Verbreitung von Ghosting als stillschweigend akzeptierte Norm. Auch kritische Individuen übernehmen das Verhalten, um sich anzupassen. Implizite Toleranz ersetzt explizite Sanktionen, wodurch traditionelle Umgangsformen wie klärende Gespräche zunehmend verdrängt werden.

2.3 Theorie des sozialen Lernens nach Albert Bandura

2.3.1 Grundannahmen und theoretische Einordnung

Albert Banduras Theorie des sozialen Lernens (1971) beschreibt, wie menschliches Verhalten durch Beobachtung und Nachahmung erlernt wird. Zentrale Mechanismen sind dabei die Wahrnehmung von Modellen, die informativen Funktionen der Verstärkung und die Erwartung zukünftiger Konsequenzen. Menschen beobachten das Verhalten anderer sowie die damit verbundenen positiven oder negativen Reaktionen und leiten daraus Handlungsmuster ab. Durch dieses stellvertretende Lernen entwickeln sie Erwartungen darüber, welche Verhaltensweisen erfolgversprechend oder riskant sind (Bandura, 1971). Zudem wird Verhalten in hohem Maße durch seine Konsequenzen gesteuert: Handlungen, die positive Ergebnisse haben oder unangenehme Situationen vermeiden, werden bevorzugt wiederholt, während Handlungen, auf die negative Konsequenzen folgen, vermieden werden (Bandura, 1971).

Im Gegensatz zu behavioristischen Ansätzen, die Lernen primär als konditionierten Reiz-Reaktions-Zusammenhang beschreiben, integriert Bandura kognitive und soziale Prozesse in sein Modell. Er unterscheidet vier Phasen des Beobachtungslernens: Aufmerksamkeit, Behalten, Reproduktion und Motivation. Erst wenn eine Person einem Modell Aufmerksamkeit schenkt, dessen Verhalten kognitiv

verarbeitet und gespeichert hat, es motorisch reproduzieren kann und zusätzlich motiviert ist (z. B. durch Belohnung oder Identifikation), wird das Verhalten übernommen (Bandura, 1971). Damit rückte Bandura das Individuum als aktiven Mitgestalter seines Lernprozesses in den Fokus und belegte, dass Lernen auch ohne direkte eigene Erfahrung, rein durch Beobachtung, stattfinden kann - und etablierte das Modelllernen als zentrales Paradigma in der Sozialpsychologie.

Ein weiteres zentrales Konzept ist die Selbstwirksamkeit: Die Überzeugung einer Person, bestimmte Handlungen erfolgreich ausführen zu können, beeinflusst maßgeblich, ob sie beobachtetes Verhalten tatsächlich übernimmt. Diese Erwartung wirkt als vermittelnde Instanz zwischen Beobachtung und eigener Handlungsausführung. Die soziale Lerntheorie erlaubt es somit, individuelles Verhalten als Ergebnis komplexer Wechselwirkungen zwischen Modellwirkung, kognitiver Verarbeitung und sozialer Umwelt zu verstehen (Bandura, 1971).

2.3.2 Bisherige Anwendungsfelder

Banduras Theorie wurde seither in zahlreichen Disziplinen rezipiert und modifiziert. In der Gesundheitspsychologie bildet sie die Grundlage für Interventionsmodelle zur Verhaltensänderung (z. B. bei Suchtprävention), in der Pädagogik zur Gestaltung sozialer Lernumgebungen. In der Erziehungswissenschaft wurde die Theorie von Bandura genutzt, um zu erklären, wie Schüler:innen Verhaltensweisen nicht nur durch direkte Instruktion, sondern auch durch das Beobachten von Eltern, Lehrkräften und Gleichaltrigen lernen. Kinder und Jugendliche übernehmen Werte und Verhaltensmuster, indem sie das Verhalten von Vorbildern nachahmen, was die Bedeutung von positiven Rollenmodellen in Bildungseinrichtungen verdeutlicht. In dieser Hinsicht betonen Zimmerman und Schunk (2003), dass die Lernumgebung und die Beobachtung von Vorbildern entscheidend sind, um kognitive und soziale Fähigkeiten zu entwickeln.

In der Medienwirkungsforschung wurde Banduras Theorie genutzt, um zu untersuchen, wie Medien, insbesondere Gewalt in Filmen oder Videospielen, das Verhalten von Rezipient:innen beeinflussen können. Bushman und Huesmann (2006) fanden heraus, dass Kinder, die gewalttätige Handlungen in den Medien beobachten, ein höheres Risiko haben, zukünftig selbst aggressives Verhalten zu zeigen, insbesondere bei denjenigen, die bereits anfällig für aggressives Verhalten sind.

In der Kommunikationswissenschaft fand die soziale Lerntheorie ebenfalls Anwendung, insbesondere bei der Analyse von Medien- und Kommunikationsprozessen. Hier wurde untersucht, wie Individuen durch die Beobachtung von Vorbildern in den Medien (z. B. Prominenten, Influencern oder Nachrichtenmoderatoren) Einstellungen, Meinungen und Verhaltensweisen übernehmen. Ein Beispiel ist die Untersuchung der Wirkung von Werbung, in der Konsument:innen durch das Modelllernen beeinflusst werden, Produkte zu bevorzugen oder bestimmte Lebensstile anzunehmen. Tsai und Men (2013) fanden heraus, dass das Verhalten von Vorbildern in der Werbung erheblichen Einfluss auf die Kaufentscheidungen von Konsument:innen hat.

2.3.3 Soziales Lernen im medialen Kontext

In der Kommunikationswissenschaft erklärt die Theorie des sozialen Lernens, wie Individuen durch mediale Inhalte und digitale Interaktionen soziale Normen und Verhaltensweisen übernehmen. Bandura (2001) betont, dass Medien als soziale Modelle fungieren und dadurch Verhalten im großen Maßstab beeinflussen, sowohl in klassischen als auch in digitalen Medioumgebungen. Die Digitalisierung und der Wandel kommunikativer Gewohnheiten haben dazu geführt, dass soziale Interaktionen zunehmend in digitalen Räumen stattfinden. Bandura hebt hervor, dass mediale Vorbilder und digitale Interaktionen zentrale Faktoren für das Erlernen neuen Verhaltens darstellen.

Besonders auf sozialen Medien und Dating-Plattformen werden Verhaltensmuster regelmäßig modelliert. Somit wird auch in digitalen Kommunikationskontexten das Lernen am Modell zu einem zentralen Mechanismus, durch den sich soziale Interaktionen ausbilden und Verhaltensweisen verbreiten. Während klassische Medien vor allem über narrative Strukturen Lernprozesse anregen, fördern soziale Medien eine direkte, interaktive Normbildung: Nutzer:innen beobachten in Echtzeit, wie andere sich in bestimmten Situationen verhalten, und welche sozialen Rückmeldungen dieses Verhalten hervorruft. Die Kommentarkultur sowie die öffentliche Bewertung von Verhalten verstärken diesen Prozess. Je häufiger ein Verhalten wie Ghosting beobachtet und nicht sanktioniert oder sogar positiv bewertet wird, etwa durch Bezüge auf Autonomie oder Selbstschutz, desto wahrscheinlicher ist es, dass es übernommen und langfristig verfestigt wird (Koessler et al., 2019).

2.3.4 Ghosting als Modell: ein zyklischer Lernprozess

Aus Sicht der Theorie des sozialen Lernens kann Ghosting als erlerntes Verhalten betrachtet werden, das durch Beobachtung und stellvertretende Verstärkung vermittelt wird (Bandura, 1971). Durch die ständige Verfügbarkeit digitaler Inhalte beobachten Nutzer:innen regelmäßig, wie Ghosting praktiziert wird, ohne erkennbare negative Konsequenzen für die ausübende Person. In sozialen Netzwerken, Dating-Apps oder Online-Foren ist Ghosting häufig sichtbar, bleibt jedoch meist ohne soziale Sanktion oder moralische Bewertung. Daraus entsteht der Eindruck, dass Ghosting eine effektive Strategie zur Vermeidung emotionaler Konfrontationen sei. In Abwesenheit negativer Rückmeldungen verstärkt sich die Bereitschaft, dieses Verhalten selbst anzuwenden. So entsteht ein zyklischer Lernprozess, in dem Ghosting kontinuierlich beobachtet, übernommen und als legitime Methode der Beziehungsbeendigung gefestigt wird (Freedman et al., 2021; Daraj et al., 2024).

Digitale Plattformen schaffen dabei spezifische strukturelle Voraussetzungen, die Ghosting begünstigen. Während in analogen Interaktionen soziale Normen und moralische Verpflichtungen stärker wirken, schwächen Anonymität, Asynchronität und der Mangel an Rückkopplung in digitalen Räumen die soziale Kontrolle. Wird Ghosting wiederholt ohne negative Folgen wahrgenommen, steigt die Wahrscheinlichkeit, dass es als akzeptable Handlung übernommen wird. Hinzu kommt, dass Plattformalgorithmen Nutzer:innen mit ähnlichen Kommunikationsmustern verbinden, wodurch

Ghosting innerhalb bestimmter Gruppen häufiger auftritt und so zusätzlich normalisiert wird (Freedman et al., 2021).

2.3.5 Hypothesen

Die folgenden Hypothesen basieren auf Albert Banduras Theorie des sozialen Lernens. Sie untersuchen, wie Ghosting als beobachtetes und verstärktes Verhalten über digitale Plattformen sozial erlernt und in einem zyklischen Prozess reproduziert werden kann. Im Zentrum steht dabei die Annahme, dass Individuen Verhalten durch Beobachtung und die Wahrnehmung der ausbleibenden Konsequenzen bei anderen internalisieren, da das Verhalten als funktional erlebt wird, und dieses in zukünftigen Beziehungen selbst weitergeben.

Hypothese 1: Wenn Personen in digitalen Kommunikationsräumen wiederholt beobachten, dass Ghosting praktiziert wird und für die Ghoster folgenlos bleibt, steigt die Wahrscheinlichkeit, dass sie dieses Verhalten übernehmen. Die erlebte Funktionalität von Ghosting, etwa zur Konfliktvermeidung, wirkt als stellvertretende Verstärkung. Das Verhalten erscheint sozial wirksam, wird internalisiert und in künftigen Interaktionen reproduziert.

Hypothese 2: Digitale Plattformen begünstigen durch asynchrone Kommunikation, algorithmisch verstärkte Wiederholungen und fehlende Sanktionen die unreflektierte Übernahme von Ghosting. Diese strukturellen Eigenschaften schwächen soziales Feedback und fördern die Habitualisierung des Verhaltens über Wiederholung.

Hypothese 3: Personen, die selbst geghostet wurden, übernehmen dieses Verhalten mit erhöhter Wahrscheinlichkeit in späteren Beziehungen. Ihre eigene Betroffenheit wird durch die Beobachtung anderer verstärkt, die Ghosting erfolgreich anwenden. Die Strategie wird übernommen und als entlastender Umgang mit Konflikten zyklisch weitergegeben.

2.4 Theorie der relationalen Dialektik nach Leslie Baxter und Barbara Montgomery

2.4.1 Grundannahmen und theoretische Einordnung

Die Theorie der relationalen Dialektik wurde von Leslie Baxter und Barbara Montgomery (1996) entwickelt, um die dynamischen Spannungen in zwischenmenschlichen Beziehungen zu erklären. Ihr Ansatz geht davon aus, dass Beziehungen nicht als statische Gebilde betrachtet werden können, sondern vielmehr als Prozesse, in denen widerstreitende Bedürfnisse immer wieder neu ausgehandelt werden müssen. Diese Spannungen, sogenannte Dialektiken, entstehen durch das Zusammenspiel von widersprüchlichen, aber gleichermaßen legitimen Bedürfnissen innerhalb einer Beziehung. Zu den zentralen Dialektiken zählen beispielsweise die Spannung zwischen Autonomie und Verbundenheit, Stabilität und Veränderung sowie Offenheit und Geschlossenheit. Anstatt eine Balance oder eine endgültige Auflösung dieser Gegensätze anzustreben, argumentieren Baxter und

Montgomery (1996), dass Beziehungen durch das fortwährende Aushandeln und Verhandeln dieser Spannungen bestehen und geformt werden.

Die Theorie entstand im Kontext der steigenden Annahme, dass soziale Beziehungen prozessualer Natur sind. Sie steht in der Tradition interaktionistischer und konstruktivistischer Ansätze, die soziale Realität als dynamisch und durch Kommunikation geformt betrachten (Baxter & Braithwaite, 2008). In Abgrenzung zu strukturalistischen Beziehungsmodellen, die Beziehungen als Abfolge von klar definierten Entwicklungsphasen begreifen, betont die relationale Dialektik, dass soziale Beziehungen nicht linear verlaufen, sondern von zyklischen Spannungen geprägt sind. Besonders in der modernen Gesellschaft, in der soziale Rollen flexibler und weniger normativ festgelegt sind, haben sich die dialektischen Spannungen in Beziehungen noch verstärkt (Baxter, 2011).

2.4.2 Bisherige Anwendungsfelder

Die Theorie der relationalen Dialektik findet in einer Vielzahl von Bereichen Anwendung, insbesondere in der Kommunikationswissenschaft, der Beziehungsforschung und der interpersonalen Psychologie. Studien haben gezeigt, dass die Dialektik von Autonomie und Verbundenheit besonders in romantischen Beziehungen eine zentrale Rolle spielt. Paare müssen kontinuierlich aushandeln, inwieweit sie als eigenständige Individuen agieren oder sich als Einheit verstehen möchten (Montgomery & Baxter, 1996).

Ähnliche Spannungen finden sich in Freundschaften, in denen Personen ein Bedürfnis nach Nähe haben, gleichzeitig aber ihre persönliche Freiheit bewahren wollen (Rawlins, 1992). In der Familienkommunikation hat sich die Theorie als nützlich erwiesen, um die Spannungen zwischen Eltern und Kindern oder zwischen Geschwistern zu analysieren (Baxter et al., 2004). Beispielsweise stehen Kinder und Jugendliche häufig vor der Herausforderung, einerseits eigenständige Entscheidungen zu treffen und andererseits den Erwartungen ihrer Eltern gerecht zu werden. Hier zeigt sich besonders die Dialektik von Kontrolle und Freiheit, die innerhalb familiärer Beziehungen stark ausgeprägt ist. Auch im professionellen Kontext kann die Theorie angewandt werden, etwa in Arbeitsbeziehungen, in denen die Notwendigkeit zur Kooperation mit dem Wunsch nach individueller Autonomie kollidiert (Sias, 2009).

2.4.3 Digitale Kommunikation und dialektische Spannungen

Mit der zunehmenden Digitalisierung sozialer Interaktionen haben sich die Rahmenbedingungen für zwischenmenschliche Kommunikation tiefgreifend verändert. Digitale Plattformen ermöglichen durch asynchrone Kommunikation, den Wegfall nonverbaler Signale und eine hohe Flexibilität im Kontaktverlauf neue Formen des Austauschs, bringen jedoch auch spezifische Herausforderungen mit sich. Besonders relevant für die Theorie der relationalen Dialektik ist die Art und Weise, wie digitale Kommunikationsformen bestehende Spannungen zwischen Nähe und Autonomie verschärfen.

Durch permanente Erreichbarkeit entstehen neue soziale Erwartungen an Kommunikation und Beziehungspflege, während gleichzeitig einfache Rückzugsmöglichkeiten geschaffen werden. Diese Ambivalenz fördert Situationen, in denen Nutzer:innen zwischen dem Wunsch nach Verbundenheit und dem Bedürfnis nach Abgrenzung oszillieren. Plattformen wie Messaging-Dienste oder Dating-Apps begünstigen dieses Spannungsverhältnis zusätzlich: Die Möglichkeit, Gespräche unbeantwortet zu lassen oder Kontakte ohne Begründung zu beenden, lässt strategischen Rückzug als niederschwellige Lösung erscheinen, insbesondere in Momenten emotionaler Unsicherheit oder Überforderung (Baym, 2010; LeFebvre et al., 2019).

In der Praxis greifen viele Menschen in digitalen Kontexten auf implizite Formen der Distanzierung zurück, etwa durch verzögertes Antworten, selektives Ignorieren oder den vollständigen Kontaktabbruch. Studien zeigen, dass diese indirekten Rückzugshandlungen häufig als Reaktion auf ambivalente Beziehungserfahrungen gewählt werden und kurzfristig psychische Entlastung schaffen, langfristig jedoch zu erhöhter Unsicherheit und Instabilität in Beziehungen führen (Hampton, Sessions & Her, 2011). Digitale Kommunikationsplattformen verstärken somit nicht nur individuelle Handlungsspielräume, sondern auch dialektische Spannungen in relationalen Dynamiken.

Darüber hinaus prägen gesellschaftliche Diskurse über Autonomie, Selbstoptimierung und emotionale Selbstverantwortung das Verhältnis zur Nähe. In neoliberalen Beziehungskulturen, wie sie etwa von Illouz (2011, 2018) beschrieben werden, wird Autonomie als Ideal normativ überhöht, während emotionale Bedürftigkeit zunehmend als Schwäche gilt. Diese kulturellen Prägungen beeinflussen nicht nur individuelle Präferenzen, sondern auch die Art, wie Menschen auf Beziehungskonflikte reagieren: Rückzug und kommunikative Vermeidung erscheinen vor diesem Hintergrund als legitimierte Handlungsoptionen, was das dialektische Spannungsfeld weiter destabilisiert.

Ghosting kann in diesem Kontext als Ausdruck eines individualisierten, diskursiv gestützten Beziehungshandelns verstanden werden, das aus der Spannung widersprüchlicher Erwartungen resultiert. Digitale Kommunikationsräume begünstigen somit nicht nur das Verhalten selbst, sondern auch die normative Deutung, mit der es gesellschaftlich akzeptiert wird.

2.4.4 Ghosting als Ausdruck relationaler Dialektik: die zyklische Wirkung

Aus Sicht der Theorie der relationalen Dialektik stellt Ghosting eine Zuspitzung alltäglicher Aushandlungsprozesse dar, insbesondere jener zwischen dem Wunsch nach Nähe und dem Bedürfnis nach Autonomie. In Situationen, in denen sich Individuen durch emotionale Erwartung oder soziale Nähe überfordert fühlen, bietet der plötzliche Kommunikationsabbruch einen scheinbar einfachen Ausweg. Digitale Plattformen senken dafür die Schwelle erheblich: Kontakt kann ohne erklärenden Diskurs abgebrochen werden, nonverbale Signale fehlen, Rückzug bleibt weitgehend folgenlos. Ghosting erscheint damit als sozial akzeptierte Handlungsoption, um den dialektischen Druck aufzulösen, jedoch um den Preis der Beziehungsinstabilität.

Dabei ist Ghosting nicht bloß ein einmaliger Vermeidungsschritt, sondern Teil eines sich selbst verstärkenden kommunikativen Zyklus. Wer gehostet wurde, erlebt oft Kontrollverlust, emotionale Unsicherheit und das Gefühl normativer Grenzverletzung. Diese Erfahrungen können zu einer erhöhten Sensibilität für Beziehungsambivalenzen führen und in der Folge selbst Vermeidungsverhalten begünstigen. Ghosting wird so nicht nur individuell reproduziert, sondern relational weitergegeben. Die Theorie relationaler Dialektik hilft hier, den strukturellen Charakter dieser Dynamik zu begreifen: Das Verhalten ist Ausdruck einer ungelösten Spannung, die sich nicht durch lineare Kommunikation, sondern nur durch permanente Aushandlung bewältigen ließe.

Auch andere dialektische Spannungen, etwa zwischen Offenheit und Geschlossenheit, werden durch Ghosting sichtbar. Gerade in frühen Beziehungsphasen wird zunächst Offenheit kultiviert, jedoch oft abrupt abgebrochen, sobald Unsicherheit oder emotionale Ambivalenz entsteht. Der Rückzug in kommunikative Geschlossenheit dient dann als Schutz vor Verletzbarkeit und verstärkt gleichzeitig beim Gegenüber das Bedürfnis nach Klärung. In dieser Dynamik verfestigt sich Ghosting als Reaktionsmuster, das auf konflikthafte Beziehungen nicht mit Kommunikation, sondern mit Abbruch reagiert.

2.4.5 Hypothesen

Die folgenden Hypothesen untersuchen, wie Ghosting aus dialektischen Spannungsverhältnissen hervorgeht, diese gleichzeitig verschärft und sich über zyklische Beziehungserfahrungen als Konfliktvermeidung etabliert.

Hypothese 1: Ghosting dient häufig als Reaktion auf innere Spannungen zwischen dem Wunsch nach Autonomie und dem Bedürfnis nach Verbundenheit. Es erlaubt, sich der Auseinandersetzung zu entziehen und kurzfristig Distanz herzustellen. Beim Gegenüber verstärkt der Rückzug das Bedürfnis nach Nähe, ein Zyklus, der künftige Beziehungsspannungen befeuern kann.

Hypothese 2: In Situationen emotionaler Ambivalenz oder Unsicherheit wählen Personen Ghosting, um sich vor weiterer Selbstoffenbarung zu schützen. Der Rückzug bricht mit zuvor aufgebauter Intimität und reflektiert die Dialektik zwischen Nähe und Abgrenzung. Wer Offenheit als riskant erlebt hat, greift eher zu vermeidenden Strategien.

Hypothese 3: Erlebtes Ghosting kann eine doppelte Ambivalenz erzeugen: das Bedürfnis nach Nähe bleibt bestehen, doch die Angst vor neuer Zurückweisung wächst. Ghosting wird zur Schutzstrategie gegen emotionale Verletzlichkeit und verfestigt sich als Muster in künftigen Interaktionen.

2.5 Täter-Opfer-Introjektion nach Judith Herman

2.5.1 Grundannahmen und theoretische Einordnung

Die Theorie der Täter-Opfer-Introjektion basiert auf zentralen Konzepten der Psychoanalyse, insbesondere der Introjektion und der Identifikation mit dem Aggressor. Sigmund Freud (1917) führte

in *Trauer und Melancholie* ein, dass Menschen bedeutungsvolle Objekte, auch konflikthafte oder verlustbehaftete, psychisch verinnerlichen, um emotionale Ambivalenz zu bewältigen. Anna Freud (1936) beschrieb in *Das Ich und die Abwehrmechanismen*, dass insbesondere Kinder in bedrohlichen Situationen unbewusst Charakterzüge eines Aggressors übernehmen, um sich vor der psychischen Fragmentierung durch Angst zu schützen. Der unbewusste Akt der Identifikation dient dabei als Schutzmechanismus gegen die Erfahrung der totalen Hilflosigkeit.

Sándor Ferenczi (1909) vertiefte diese Perspektive, indem er betonte, dass traumatisierte Menschen häufig psychische Strukturen des Täters in sich aufnehmen, nicht aus Sympathie, sondern als Versuch, Kontrolle über eine unkontrollierbare Situation zu gewinnen. Dieser introjektive Mechanismus fungiert als Überlebensstrategie: Das Opfer „wird wie der Täter“, um Ohnmacht in Handlungsfähigkeit umzuschreiben.

Judith Herman hat diese Konzepte explizit auf interpersonale Traumata übertragen und systematisiert. In *Trauma and Recovery* (1992) beschreibt sie die Täter-Opfer-Introjektion als unbewusste Identifikation mit dem Aggressor, die besonders bei langanhaltender oder systematischer Gewalt auftritt. Diese Form der Identifikation ist nicht rational gesteuert, sondern emotional motiviert, sie dient der affektiven Selbstregulation sowie dem Versuch, das ursprüngliche Machtgefälle symbolisch umzukehren (Herman, 1992, S. 145 ff.). Dabei entsteht ein innerer Konflikt: Einerseits wird das Täterverhalten übernommen, andererseits bleibt die Erfahrung des Ausgeliefertseins unbewältigt im psychischen System bestehen.

Diese Dynamik hat tiefgreifende Auswirkungen auf das Selbstbild traumatisierter Personen. Oft entsteht eine Ambivalenz zwischen Selbstschutz und Selbstabwertung, zwischen Scham, Loyalität und Wiederholungszwang. Die Täter-Opfer-Introjektion ist daher nicht nur eine defensive Reaktion auf Traumatisierung, sondern auch ein prägender Faktor für zukünftige Beziehungsgestaltung.

2.5.2 Bisherige Anwendungsfelder

Die Täter-Opfer-Introjektion ist in verschiedenen psychodynamischen und sozialpsychologischen Kontexten anschlussfähig. In der psychotherapeutischen Arbeit wird sie genutzt, um Phänomene wie selbstverletzendes Verhalten, internalisierte Schuld oder Bindung an destruktive Beziehungsmuster zu verstehen. Besonders in der Arbeit mit komplex traumatisierten Personen, etwa bei Opfern von sexuellem Missbrauch oder häuslicher Gewalt, gilt die Introjektion als zentrales Erklärungsmodell für die paradoxe Wiederholung von Tätermustern (Petzold, 2012).

Ein weiteres Anwendungsfeld betrifft die transgenerationale Weitergabe von Traumata. Besonders bei Nachkommen von Überlebenden kollektiver Gewalterfahrungen, etwa Krieg, Flucht oder Diktatur, lassen sich introjektive Mechanismen nachweisen, bei denen emotionale Muster, Sprachlosigkeit oder Misstrauen internalisiert und unbewusst weitergegeben werden. Diese impliziten Dynamiken prägen nicht nur individuelle Selbstbilder, sondern wirken auch auf die Gestaltung von Beziehungen

und die Wahrnehmung sozialer Nähe oder Distanz. Darüber hinaus wird die Täter-Opfer-Introjektion zunehmend im Kontext sozialer Reproduktion von Gewaltmustern untersucht, etwa bei Mobbing, institutioneller Gewalt oder digitalen Gewaltformen. Die Übernahme von Täterverhalten wird hier nicht als moralisches Versagen gedeutet, sondern als Ausdruck psychischer Überlebenslogik, ein Perspektivenwechsel, der insbesondere in präventiven und therapeutischen Kontexten neue Handlungsspielräume eröffnet (Kaufmann, 2020).

2.5.3 Digitale Kommunikationsdynamiken und psychologische Mechanismen

Die zunehmende Digitalisierung zwischenmenschlicher Kommunikation schafft neue Räume für emotionale Verletzung, bei gleichzeitig geringer öffentlicher Anerkennung derselben. Plattformen wie Messenger-Apps oder Dating-Dienste fördern durch Asynchronität, Entkörperlichung und soziale Entbindung Verhaltensformen, die in Face-to-Face-Kontexten als grenzüberschreitend gälten. Ghosting ist ein solches Verhalten: Der plötzliche, kommentarlos bleibende Kontaktabbruch kann als sozial nicht legitimierte, aber technisch legitimierte Zurückweisung erlebt werden.

Judith Hermans Konzept der Täter-Opfer-Introjektion lässt sich vorsichtig auf digitale Mikrotraumata übertragen. Wenn Menschen in virtuellen Beziehungen wiederholt Rückzug, Ignoranz oder Abwertung erleben, ohne Möglichkeit zur Auseinandersetzung oder sozialen Spiegelung, kann sich die erfahrene Ohnmacht in Täter-Introjektionen übersetzen. Petzold (2012) zeigt, dass Opfer digitaler Ablehnung zu internalisierten Vermeidungsstrategien tendieren, etwa dem unbewussten Übernehmen des schmerzhaften Täterverhaltens, um sich vor erneuter Verletzung zu schützen. Diese Wiederholung muss nicht intentional erfolgen, vielmehr wird das Täterverhalten aus der Notwendigkeit der affektiven Selbststabilisierung heraus übernommen. Ghosting wird so zu einem psychodynamisch verständlichen Versuch, Kontrolle über Beziehungssituationen zu rekonstruieren, in denen zuvor Ohnmacht erlebt wurde.

2.5.4 Ghosting als Ausdruck introjizierter Schutzmechanismen

Ghosting stellt eine spezifische digitale Interaktionsform dar, bei der ein Individuum plötzlich und ohne Erklärung den Kontakt zu einer anderen Person abbricht. Dies führt bei den betroffenen Personen zu einem Gefühl von Kontrollverlust und emotionaler Ohnmacht. Personen, die geghostet werden, berichten häufig von Gefühlen der Abweisung, Wertlosigkeit und Hilflosigkeit, da ihnen ohne Erklärung die Möglichkeit genommen wird, die Situation zu verstehen oder emotional abzuschließen.

Diese Hilflosigkeit kann, im Sinne der Täter-Opfer-Introjektion, dazu führen, dass das Opfer das erlebte Verhalten internalisiert und in zukünftigen Beziehungen selbst anwendet (Herman, 1992; Petzold, 2012). Durch die unbewusste Übernahme des Täterverhaltens versuchen Betroffene, sich vor erneuter Verletzung zu schützen, indem sie in einer vergleichbaren Situation selbst die Kontrolle

übernehmen und den Kontakt abbrechen, bevor sie erneut zurückgewiesen werden könnten. Ghosting wird so zu einer erlernten Reaktionsweise, die emotionale Unversehrtheit durch präventive Distanz sichern soll, allerdings zum Preis der Re-Inszenierung des ursprünglichen Machtgefälles.

Diese Dynamik ist nicht universell. Nicht jede Ghosting-Erfahrung führt zur Täter-Introjektion. Vielmehr tritt dieser Mechanismus bevorzugt bei emotional bedeutsamen Beziehungen auf oder wenn psychische Vulnerabilitäten vorliegen, etwa Bindungstraumata, mangelnde Resilienz oder ein niedriges Selbstwertgefühl. Die Täter-Opfer-Introjektion ist also keine lineare Folge, sondern ein bedingter, psychodynamisch motivierter Prozess. Ihre Erklärungskraft liegt nicht in der Verallgemeinerung, sondern in der Möglichkeit, Wiederholung als psychische Bewältigungsleistung in einem belasteten sozialen Kontext zu deuten.

2.5.5 Hypothesen

Judith Hermans Konzept der Täter-Opfer-Introjektion beschreibt, wie traumatische Ohnmachtserfahrungen durch die unbewusste Übernahme von Täterverhalten kompensiert werden. Diese Mechanismen lassen sich auf digitale Kommunikationskontexte übertragen, in denen Ghosting eine subtile Form sozialer Zurückweisung darstellt. Die folgenden Hypothesen untersuchen, unter welchen Bedingungen sich diese introjektiven Prozesse zyklisch reproduzieren, insbesondere im Spannungsfeld von emotionaler Verletzlichkeit, fehlender Resonanz und der strukturellen Ermöglichung digitaler Kontaktabbrüche.

Hypothese 1: Wer in digitalen Kommunikationsräumen gehostet wurde, zeigt mit höherer Wahrscheinlichkeit selbst Ghosting-Verhalten. Die erlebte Ohnmacht wird unbewusst durch Identifikation mit dem Aggressor verarbeitet. Ghosting dient dabei als internalisierte Schutzreaktion, um in zukünftigen Beziehungssituationen Kontrolle zu gewinnen und Verletzlichkeit zu vermeiden. Die Täter-Opfer-Introjektion wirkt als psychodynamischer Mechanismus der Verhaltensweitergabe.

Hypothese 2: Digitale Plattformen fördern Täter-Opfer-Introjektionen, indem sie durch Anonymität, Entkörperlichung und asynchrone Kommunikation soziale Rückkopplung verringern. In digitalen Räumen fehlt normative Korrektur, wodurch Verhaltensmuster wie Ghosting leichter übernommen und weitergegeben werden. Die mediale Infrastruktur verstärkt so unbewusste Schutzstrategien.

Hypothese 3: Die Wiederholung von Ghosting durch Betroffene trägt zur kulturellen Normalisierung des Verhaltens bei. Was als individuelle Schutzstrategie beginnt, wird über Täter-Introjektion in kollektive Beziehungsstrategien überführt, in denen Rückzug als legitimer Umgang mit Unsicherheit gilt. Fehlende soziale Resonanz verstärkt diesen Prozess und verankert Ghosting langfristig.

2.6 Cycle-of-Abuse-Modell nach Lenore E. Walker

2.6.1 Grundannahmen und theoretische Einordnung

Lenore E. Walker entwickelte 1979 das Cycle-of-Abuse-Modell, um die Dynamik häuslicher Gewaltbeziehungen systematisch zu beschreiben. Es basiert auf der Beobachtung, dass Missbrauch in Beziehungen nicht als singuläres Ereignis, sondern als zyklischer Prozess verläuft. Walker verband psychodynamische Konzepte mit behavioristischen Lerntheorien sowie feministischen Perspektiven der 1970er-Jahre und legte damit ein Modell vor, das insbesondere emotionale Abhängigkeit, Machtasymmetrien und Wiederholung struktureller Gewalt erklärt (Walker, 1979).

Das Modell beschreibt vier wiederkehrende Phasen: die Spannungsaufbauphase, die akute Missbrauchsphase, die Versöhnungsphase und schließlich die vermeintlich stabile Ruhephase. Während der Spannungsphase kommt es zu wachsender Irritation, Feindseligkeit und Kontrolle. In der Missbrauchsphase folgen verbale, emotionale oder körperliche Übergriffe. Anschließend zeigt sich oft ein Verhalten der Reue, Versöhnung oder scheinbarer Einsicht auf Seiten des Täters, das in eine Ruhephase übergeht - bevor der Zyklus erneut beginnt. Dieser Intervall positiver und negativer Erlebnisse erklärt, warum Betroffene trotz Gewalt in der Beziehung verbleiben (Walker, 1979).

Zentral für Walkers Modell ist die Übertragung des Konzepts der *learned helplessness* von Seligman (1975) auf interpersonale Dynamiken: Die wiederholte Erfahrung von Kontrollverlust und Gewalt führt dazu, dass sich die Betroffenen als handlungsunfähig erleben, selbst dann, wenn objektiv Ausstiegsmöglichkeiten bestehen. Zusätzlich beschreibt Walker das sogenannte *trauma bonding*, eine paradoxe emotionale Bindung an die gewaltausübende Person, die aus der Verkettung von Missbrauch, Hoffnung und Regression entsteht (Walker, 1979). Diese Bindung kann dazu führen, dass sich erlernte destruktive Beziehungsmuster stabilisieren und in nachfolgende Beziehungserfahrungen eingeschrieben werden (Dutton, 2006).

2.6.2 Bisherige Anwendungsfelder

Das Cycle-of-Abuse-Modell findet primär Anwendung im Bereich der klinischen Psychologie und Traumatherapie. In der Behandlung von Betroffenen häuslicher Gewalt dient es der Rekonstruktion und Erklärung destruktiver Beziehungsmuster, um Wiederholungen zu vermeiden und affektive Selbstwahrnehmung zu stärken (Walker, 1979).

Darüber hinaus wurde das Modell auf andere Formen psychischer Gewalt ausgeweitet, etwa auf narzisstischen Missbrauch, bei dem Zyklen aus emotionaler Abwertung, idealisierter Nähe und plötzlicher Entwertung eine ähnlich bindende Wirkung entfalten (Dutton, 2006). Therapeutische Anwendungen zielen hier auf die Unterbrechung dieser unbewusst akzeptierten Zirkularität und die Wiederherstellung der Selbstabgrenzung.

Ein weiteres zentrales Anwendungsfeld liegt in der Forschung zu intergenerationalen Gewaltmustern. Widom (1989) zeigt in ihrer Langzeitstudie, dass Kinder, die Zeugen oder Opfer von Missbrauch in der Familie wurden, signifikant häufiger selbst in gewaltgeprägte Beziehungsmuster geraten, entweder als Opfer oder als Täter. Das Cycle-of-Abuse-Modell liefert in diesem Kontext eine Erklärung dafür, wie dysfunktionale Beziehungslogiken internalisiert und weitergegeben werden, wenn keine bewusste Verarbeitung erfolgt.

2.6.3 Ghosting als zirkuläre Eskalationslogik

Die vierphasige Struktur des von Walker entwickelten Gewaltzyklus lässt sich in transformierter Form auch auf Ghosting-Verläufe in digitalen Kommunikationskontexten anwenden. Zwar geht das ursprüngliche Modell von expliziter physischer Gewalt aus, doch die darin beschriebene Dynamik aus Spannungsaufbau, Eskalation, temporärer Wiederannäherung und scheinbarer Stabilisierung findet sich auch in digitalen Beziehungsmustern, allerdings als psychologische, nicht körperliche Belastung.

Im digitalen Raum manifestiert sich der Spannungsaufbau durch eine schleichende Veränderung im Kommunikationsverhalten: verzögerte Antwortzeiten oder ausweichende Formulierungen erzeugen ein Gefühl wachsender Unklarheit. Die betroffene Person beginnt, das Verhalten des Gegenübers zu hinterfragen, erlebt kognitive Dissonanz und spürt eine zunehmende emotionale Instabilität. Darauf folgt der eigentliche Bruch; der plötzliche, kommentarlos bleibende Kontaktabbruch. Die digitale Kommunikation reißt abrupt ab, ohne dass eine Klärung erfolgt. Dieses Schweigen erzeugt einen Zustand sozialer Isolation, der oft als besonders entwertend und verunsichernd empfunden wird.

In der Phase vermeintlicher Versöhnung treten mehrdeutige digitale Signale auf, etwa Likes, das passive Konsumieren von Inhalten (Story-Views) oder andere subtile Hinweise auf fortbestehende Präsenz. Obwohl keine aktive Kontaktaufnahme erfolgt, wirken diese Signale wie ein Echo der früheren Verbindung. Sie suggerieren emotionale Verfügbarkeit, ohne diese tatsächlich einzulösen. Eine affektive Bindung bleibt erhalten, getragen von Mehrdeutigkeit und Hoffnung auf Wiederannäherung. In der scheinbaren Ruhephase pendelt sich der Kontakt auf einem ambivalenten, niedrighochschwelligen Niveau ein oder wird ganz eingestellt. Die Beziehung existiert fort, nicht in aktiver Kommunikation, sondern als latentes Beziehungsmuster. Digitale Plattformen verstärken diese Dynamik durch algorithmische Sichtbarkeitssteuerung, Push-Benachrichtigungen und die Möglichkeit punktueller Reaktivierung. Sie ermöglichen Nähe und Rückzug zugleich. Die Beziehung wird nicht beendet, sondern bleibt in einem Zustand schwebender Wiederholbarkeit und entwickelt sich zum Muster, das sich mit derselben oder einer neuen Beziehungsperson fortsetzen kann.

Insofern fungiert Ghosting nicht nur als individuell vermeidendes Verhalten, sondern unter bestimmten strukturellen und psychischen Voraussetzungen als Teil einer zirkulären Interaktionslogik. Digitale Plattformen, die Rückzug ermöglichen, ohne Sanktionen oder soziale Erklärungspflicht zu erzeugen, begünstigen diese Dynamik und erschweren die bewusste Unterbrechung des Musters.

2.6.4 Digitale Kommunikationsformen als zyklische Beziehungsmuster

Mit der Digitalisierung zwischenmenschlicher Kommunikation verlagern sich klassische Beziehungsdynamiken zunehmend in virtuelle Räume. Psychisch belastende Verhaltensweisen wie Ghosting lassen sich unter bestimmten Bedingungen als digital vermittelte Ausdrucksformen emotionaler Zurückweisung deuten. Ghosting kann insbesondere dann, wenn es sich wiederholt und in einem ambivalenten Rahmen geschieht, psychodynamisch ähnlich wirken wie Eskalationsmuster in destruktiven Beziehungen (LeFebvre et al., 2019).

Digitale Plattformen wie Instagram, WhatsApp oder Tinder wirken dabei nicht nur als passive Umgebungen, sondern als strukturelle Ermöglichungsbedingungen für Ghosting. Ihre technischen Funktionsweisen, insbesondere Asynchronität, Sichtbarkeitskontrolle und die Entkopplung von Anwesenheit und Antwortverpflichtung, begünstigen plötzliche Kommunikationsabbrüche. Funktionen wie das Ignorieren von Nachrichten, das Blockieren von Kontakten oder das selektive Anzeigen von Inhalten stabilisieren Ghosting nicht nur, sie erschweren zugleich die Einordnung und Verarbeitung des Erlebten. Die Plattform simuliert Präsenz, ohne tatsächliche Beziehungspflege zu leisten, was Nutzer:innen in einem Schwebestand zwischen Hoffnung, Vermeidung und Neuinterpretation belässt (LeFebvre & Fan, 2020, S. 449). Diese Strukturen fördern damit eine Ambivalenz, die emotionale Dynamiken in Gang hält. Ghosting wird nicht nur erleichtert, sondern durch fehlende Rückmeldung und algorithmisch erzeugte Kontaktimpulse, etwa durch das plötzliche Auftauchen des Ghosters in der Story-Ansicht, als fortdauernde Unsicherheit inszeniert (Thomas & Dubar, 2021).

2.6.5 Hypothesen

Die folgenden Hypothesen übertragen zentrale Dynamiken des Cycle-of-Abuse-Modell auf digitale Kommunikationskontexte. Sie fokussieren sich auf die zyklische Reproduktion instabiler Beziehungsmuster durch Ghosting, die Rolle plattformspezifischer Bedingungen sowie psychologische Folgeeffekte wie emotionale Abstumpfung.

Hypothese 1: Wer in digitalen Kommunikationsräumen wiederholt Ghosting erlebt, durchläuft mit erhöhter Wahrscheinlichkeit zyklische Beziehungsmuster, die strukturell dem Gewaltzyklus nach Walker ähneln. Auf eine Phase wachsender Unverbindlichkeit folgt der abrupte Kontaktabbruch, anschließend oft ambivalente Signale wie Likes oder Nachrichten. Diese wiederkehrende Sequenz erzeugt chronische Unsicherheit, wird emotional verankert und in künftigen Beziehungen unbewusst als vertraute Beziehungspraxis reproduziert.

Hypothese 2: Technische Merkmale digitaler Plattformen wie Asynchronität, Entkörperlichung und algorithmisch vermittelte Wiederkontakte begünstigen die Reproduktion zyklischer Ghosting-Dynamiken. Rückzug erfolgt leichter, soziale Sanktionen bleiben aus. Gleichzeitig ermöglichen

Plattformen Sichtbarkeitskontrolle und punktuelle Reaktivierung, was eine affektiv zirkuläre Beziehungserfahrung stützt.

Hypothese 3: Wiederholte Ghosting-Erfahrungen mit zyklischem Verlauf, insbesondere das Wechselspiel aus Ablehnung und zurückkehrender Aufmerksamkeit, führen zu einer Abstumpfung gegenüber Nähe und begünstigen Bindungsvermeidung. Aus Angst vor erneuter Ohnmacht übernehmen Betroffene das Verhalten selbst als präventive Kontrollstrategie. Der ursprüngliche Kontrollverlust wird durch Rückzug kompensiert, nicht aus Aggression, sondern als unbewusster Schutzmechanismus.

2.7 Power Imbalance Theory nach Dan Olweus

2.7.1 Grundannahmen und theoretische Einordnung

Die Power Imbalance Theory wurde in den 1970er-Jahren von dem Psychologen Dan Olweus im Rahmen seiner Pionierarbeit zur systematischen Mobbingforschung entwickelt. Ursprünglich im schulischen Kontext verortet, identifizierte Olweus (1993) Mobbing als wiederholte, absichtliche Aggression, die durch ein tatsächliches oder wahrgenommenes Machtungleichgewicht zwischen Täter und Opfer gekennzeichnet ist. Dieses Ungleichgewicht ist strukturell verankert, es kann sich aus körperlicher Stärke, sozialem Status, Gruppenzugehörigkeit oder kommunikativem Einfluss ergeben.

Olweus' Theorie steht in der Tradition entwicklungspsychologischer und sozialpsychologischer Aggressionsforschung und verankert Gewaltphänomene in sozialen Hierarchien. Zentral ist die Annahme, dass Machtungleichgewichte nicht nur situative Eskalationen begünstigen, sondern systemstabilisierend wirken: Sie verhindern, dass Opfer auf Augenhöhe kommunizieren können, und reproduzieren soziale Isolation.

2.7.2 Bisherige Anwendungsfelder

Die Power Imbalance Theory wurde zunächst für schulische Kontexte entwickelt, sie wurde anschließend in zahlreichen Studien repliziert und auf Kontexte außerhalb der Schule übertragen. In der Bildungsforschung dient sie zur Erklärung von systematischem Mobbing und sozialer Ausgrenzung in der Arbeitswelt. Hier zeigt sich, dass hierarchische Abhängigkeiten, informelle Machtverhältnisse und fehlende Schutzmechanismen strukturelle Asymmetrien bei den Betroffenen erzeugen, die psychische Belastungen bis hin zu chronischem Stress verursachen können (Limber, Olweus, Wang, Masiello & Breivik, 2018).

Auch in familiären Beziehungen, etwa in Fällen emotionaler Parentifizierung, Geschwisterdominanz oder Partnergewalt, kann die Power Imbalance Theory hilfreich sein, um langfristig etablierte Ungleichgewichte und die daraus resultierenden Beziehungsmuster zu analysieren. Die Theorie

erlaubt es, die Wechselwirkungen zwischen sozialen Rollen, affektiver Bindung und kommunikativem Ausschluss systematisch zu fassen. Zunehmend findet die Theorie auch Anwendung in der Erforschung digitaler Gewaltformen. In Online-Interaktionen entstehen durch technische Infrastruktur, fehlende Regulierung und asymmetrische Kontrollmöglichkeiten neue Machtverhältnisse, die sich oft subtiler, aber nicht minder schädlich entfalten. Ghosting, Cybermobbing und soziale Isolation über algorithmisch gesteuerte Plattformen werden im Sinne der Power Imbalance Theory als Symptome eines relationalen Ungleichgewichts von Kontrolle verstanden (Limber et al., 2018).

2.7.3 Digitale Kommunikation und Machtasymmetrie

Digitale Räume schaffen neue Formen asymmetrischer Kommunikation, die häufig durch Anonymität, asynchrone Interaktion und strukturelle Unverbindlichkeit geprägt sind. Im Rahmen der Power Imbalance Theory zeigt sich die Relevanz dieser Merkmale besonders deutlich: Die Kontrolle über Sichtbarkeit, Kontaktverweigerung oder algorithmisch gesteuerte Kommunikation wird zum Mittel eines Machtgefühls.

Innerhalb des Ghosting-Szenarios besitzt der Ghoster die vollständige Definitionsmacht über den relationalen Status, während das Gegenüber in einem Zustand des Nicht-Wissens verbleibt. Thomas und Dubar (2022) sprechen hier von gezielter Machtausübung, da die Entscheidung zum Rückzug einseitig getroffen wird, ohne Dialog, Begründung oder Rückmeldung. Die daraus resultierende Ohnmacht ist Ausdruck der emotionalen Entmachtung: Der Ghostee kann die Beziehung weder abschließen, noch auf sie reagieren.

Diese Dynamik digitaler Machtentfaltung unterscheidet sich fundamental von Face-to-Face-Kommunikation: Die Kontaktverweigerung ist nicht überprüfbar und wird durch Plattformstrukturen zusätzlich erleichtert. Ghosting erscheint so als paradigmatische Form asymmetrischer Kommunikation im digitalen Zeitalter und knüpft unmittelbar an Olweus' Modell struktureller Machtausübung an.

2.7.4 Ghosting als zyklischer Machtmechanismus

Die zyklische Wirkung von Ghosting lässt sich im Licht der Power Imbalance Theory differenziert analysieren. Machtasymmetrien entstehen nicht nur situativ, sondern werden in sozialen Interaktionen kontinuierlich reproduziert, sowohl auf individueller als auch auf kollektiver Ebene. Ghosting stellt in diesem Sinne keine isolierte Handlung dar, sondern bildet ein strukturelles Muster mit systemischer Wirkung. Wer geghostet wird, erfährt symbolische Entwertung: Der Ghoster übt einseitig Kontrolle aus, während dem Gegenüber die Möglichkeit zur Gegenreaktion entzogen bleibt. Dieser Zustand aus Kontrollverlust, Unklarheit und psychischer Suspension kann langfristig das Vertrauen in zwischenmenschliche Kommunikation untergraben (Campaioli et al., 2022).

Viele Betroffene zeigen in späteren Beziehungen eine Wiederholung des Verhaltens als unbewusste Bewältigungsstrategie: Um sich vor erneuter Ohnmacht zu schützen, beenden sie selbst frühzeitig den Kontakt. Volk, Dane & Marini (2024) belegen, dass vormals unterlegene Akteure dazu neigen, in vergleichbaren Situationen nach Kontrolle zu streben. Ghosting fungiert hier als Form präventiver Selbstermächtigung: eine positiv erlebte Strategie zur Wiedererlangung von Kontrolle über das eigene Beziehungsgeschehen.

Diese individuelle Dynamik wird durch gesellschaftliche Entwicklungen zusätzlich verstärkt. Ghosting erfährt eine zunehmende kulturelle Normalisierung, insbesondere in digitalen Räumen. Campaioli et al. (2022) beschreiben dies als neue Form relationaler Gewalt, die sich gängigen Missbrauchsdeutungen entzieht, da sie als legitimer Kommunikationsstil verstanden wird. Diese normative Akzeptanz trägt zur weiteren Stabilisierung asymmetrischer Kommunikationsverhältnisse bei. Ähnlich wie von Illouz (2011) beschrieben, gilt emotionale Abstinenz in bestimmten kulturellen Kontexten als Zeichen von Autonomie und Überlegenheit. Rückzug wird nicht als Beziehungsabbruch, sondern als Ausdruck von Handlungskompetenz interpretiert, was langfristig Ebenbürtigkeit, Vertrauen und Beziehungssicherheit unterminiert.

2.7.5 Hypothesen

Die folgenden Hypothesen übertragen zentrale Annahmen der Power Imbalance Theory auf digitale Beziehungskontexte und untersuchen, wie Ghosting als implizite Machthandlung emotionale Ungleichgewichte stabilisieren, Beziehungsmuster prägen und kommunikative Selbstschutzstrategien fördern kann. Digitale Plattformen begünstigen diese Dynamiken durch strukturelle Asymmetrien wie Sichtbarkeitskontrolle, einseitige Rückzugsmöglichkeiten und fehlende Sanktionierung. Ghosting wird so nicht als isolierte Handlung, sondern als zyklisches Beziehungsmuster sichtbar, das erlebte Macht sichert, emotionale Desorientierung verstärkt und sich über Wiederholung sowie kulturelle Legitimation verfestigt.

Hypothese 1:

Ghosting erzeugt in digitalen Beziehungskontexten eine symbolische Machtasymmetrie, in der der Ghoster allein über Nähe, Sichtbarkeit und Rückzug bestimmt. Betroffene verlieren das Gefühl von Selbstwirksamkeit und Beziehungskontrolle. Bei wiederholter Erfahrung wird diese Ohnmacht internalisiert, was das Vertrauen in soziale Gleichwürdigkeit schwächt, insbesondere in digitalen Umgebungen, die Rückkopplung verhindern und Isolation algorithmisch verstärken.

Hypothese 2:

Personen, die Ghosting erlebt haben, neigen in späteren Beziehungen eher dazu, selbst zu ghosten, um erneuter Machtlosigkeit vorzubeugen. Das ursprüngliche Ohnmachtserleben wird durch aktiven Rückzug kompensiert. Ghosting wird so zur Selbstschutzstrategie, die subjektive Kontrolle sichert und ein zyklisches Beziehungsmuster etabliert.

Hypothese 3:

Wiederholtes Ghosting untergräbt das Vertrauen in Gegenseitigkeit und begünstigt emotionale Distanziertheit. Einseitige Kontaktabbrüche schwächen die Erwartung, in Beziehungen gleichwertig anerkannt zu werden. Aus Angst vor erneuter Entwertung ziehen sich Betroffene zurück oder übernehmen selbst das Muster. Digitale Plattformen fördern diese Dynamik, indem sie soziale Sanktionen minimieren und Sichtbarkeit technisch steuern.

2.8 Uncertainty Reduction Theory nach Charles Berger und Richard Calabrese

2.8.1 Grundannahmen und theoretische Einordnung

Die Uncertainty Reduction Theory gilt als grundlegendes Modell zur Erklärung von Unsicherheiten in zwischenmenschlicher Kommunikation. Sie entstand im Kontext des wachsenden Forschungsinteresses an interpersonalen Prozessen und adressierte eine theoretische Leerstelle: die systematische Analyse der Rolle von Unsicherheit als strukturierendes Element sozialer Interaktion (Berger & Calabrese, 1975, S. 100). Im Gegensatz zu früheren, oft linearen Modellen verstand die Theorie soziale Interaktion als dynamisch, zirkulär und strategisch motiviert.

Kernannahme der Uncertainty Reduction Theory ist, dass Individuen ein grundlegendes Bedürfnis haben, Unsicherheit in sozialen Begegnungen abzubauen, insbesondere in frühen Phasen von Beziehungen. Unsicherheit wird dabei nicht als bloßer Störfaktor, sondern als konstitutiver Bestandteil sozialer Prozesse verstanden (Berger, 1987). Der Abbau von Unsicherheit dient der Etablierung von Vorhersagbarkeit, Orientierung und relationaler Sicherheit.

Zur Reduktion von Unsicherheit identifizierten Berger und Calabrese (1975, S. 103) drei Strategietypen: passive Strategien (beobachtendes Verhalten ohne direkte Interaktion), aktive Strategien (Informationsbeschaffung über Dritte) sowie interaktive Strategien (z. B. direktes Fragen oder Selbstoffenbarung). Eine vierte Strategie wurde später ergänzt: die extraktive Strategie, bei der Individuen gezielt öffentlich zugängliche Informationen nutzen – etwa über soziale Medien oder Suchmaschinen –, um Unsicherheiten zu minimieren (Ramirez, Walther, Burgoon & Sunnafrank, 2002).

Zentral ist dabei die Annahme, dass soziale Sicherheit durch Informationsverdichtung hergestellt wird. Je mehr Informationen eine Person über ihr Gegenüber besitzt, desto besser kann sie dessen Verhalten einschätzen und desto stabiler wird die Interaktion. In Face-to-Face-Kommunikation entsteht diese Sicherheit typischerweise durch wiederholten Austausch, wobei die Unsicherheit sequenziell oder simultan verringert wird (Gudykunst, 1995, S. 19).

2.8.2 Bisherige Anwendungsfelder

Die Uncertainty Reduction Theory wurde in zahlreichen Disziplinen aufgegriffen und auf vielfältige Kommunikationskontexte übertragen. In der interkulturellen Kommunikationsforschung erklärt sie, wie Menschen Unsicherheit im Umgang mit kulturell fremden Interaktionspartnern bewältigen, etwa

durch den gezielten Einsatz von Beobachtung oder Nachfragen (Gudykunst & Nishida, 2001, S. 64). Diese Anwendung erlaubt es, kulturell bedingte Unterschiede in der Einschätzung und im Umgang mit Unsicherheit systematisch zu erfassen.

Auch in organisationalen Kontexten hat sich die Theorie als anschlussfähig erwiesen: Neue Mitarbeiter nutzen Strategien zur Unsicherheitsreduktion, um sich mit Normen, Erwartungen und sozialen Strukturen innerhalb eines Unternehmens vertraut zu machen. Kramer (1999, S. 173) zeigt, dass gerade in der Onboarding-Phase informelle Informationskanäle (z. B. Gespräche mit Kolleg:innen) essenziell sind, um Unsicherheit zu minimieren und Rollensicherheit zu gewinnen.

Ein besonders relevantes Anwendungsfeld liegt in der Beziehungsforschung. Gerade zu Beginn romantischer Beziehungen ist der Umgang mit Unsicherheit entscheidend für den Beziehungsaufbau. Knobloch und Solomon (2002) zeigen, dass Personen, die Unsicherheit effektiv abbauen, in ihrer Beziehungszufriedenheit signifikant stabiler sind. Umgekehrt kann nicht reduzierte Unsicherheit zu Beziehungsabbrüchen oder anhaltender Kommunikationsunsicherheit führen. Afifi und Weiner (2004, S. 168) betonen zudem, dass in konflikthafter Beziehungskontexten Unsicherheiten nicht nur belastend, sondern auch eskalierend wirken können, vor allem, wenn Strategien zur Unsicherheitsreduktion ausbleiben oder misslingen.

2.8.3 Unsicherheitsreduktion in digitalen Räumen

Digitale Kommunikation stellt besondere Herausforderungen für die Unsicherheitsreduktion dar, da klassische Mechanismen der Informationsgewinnung in diesen Kontexten verändert oder eingeschränkt sind. Während im Face-to-Face-Austausch nonverbale Hinweise wie Gestik, Mimik oder Stimmlage Rückschlüsse auf Emotionen und Absichten ermöglichen, fehlen diese Hinweise in textbasierten Medien weitgehend (Tidwell & Walther, 2002, S. 324). Die Folge ist eine gesteigerte Mehrdeutigkeit, die es erschwert, das Verhalten des Gegenübers verlässlich zu interpretieren.

Ein zentrales Charakteristikum digitaler Kommunikation ist ihre Asynchronität: Nachrichten können mit Verzögerung beantwortet werden, was Interpretationsspielräume schafft. Eine ausbleibende Antwort lässt sich kaum eindeutig einschätzen, sie kann auf Desinteresse, technische Probleme oder gezielte Distanzierung hinweisen. Diese Unklarheit verstärkt Unsicherheit und führt dazu, dass Nutzer:innen alternative Strategien zur Informationsbeschaffung einsetzen, etwa das Prüfen von Online-Statusanzeigen oder das Durchsuchen sozialer Medien nach Hinweisen zum Kommunikationsverhalten der anderen Person (Ramirez et al., 2011).

Digitale Plattformen selbst wirken dabei nicht neutral. Ihre algorithmisch gesteuerten Selektionsmechanismen personalisieren Inhalte, erzeugen hierarchisierte Sichtbarkeit und verstärken die Intransparenz sozialer Interaktionen. Stark, Magin und Geiß (2020) weisen darauf hin, dass diese technische Rahmung Interaktionen als verzerrt oder unvorhersehbar erscheinen lässt. So entscheidet etwa ein Matching-Algorithmus bei Tinder darüber, welche Profile überhaupt sichtbar sind, während

Instagram Interaktionen auf Basis vergangener Aktivitäten priorisiert. Diese Logiken erschweren es, die soziale Relevanz und Absicht anderer Personen zuverlässig einzuschätzen.

2.8.4 Ghosting und die zyklische Wirkung von Unsicherheitsreduktion

Ghostees erleben einen Zustand von starker Unsicherheit, da eine Klärung des Rückzugs nicht möglich ist (Navarro, Larrañaga & Yubero, 2020). Der Bruch mit grundlegenden Prinzipien der Unsicherheitsreduktion erzeugt Hilflosigkeit und ein Gefühl des Kontrollverlusts.

In Reaktion darauf greifen viele Betroffene zu intensiven Strategien der Informationsgewinnung. Sie durchforsten Social-Media-Profile, befragen gemeinsame Bekannte oder senden wiederholt Nachrichten, in der Hoffnung auf eine Erklärung oder Reaktion (Koessler et al., 2019, S. 533). Diese Strategien zeigen jedoch selten Wirkung. Statt Unsicherheit abzubauen, verstärken sie oft den Zustand der kognitiven Dissonanz. Die fehlende Möglichkeit, den Beziehungsabbruch einzuordnen, mündet nicht selten in präventiven Schutzstrategien: Viele entwickeln die Tendenz, in zukünftigen Beziehungen selbst Ghosting zu praktizieren, um sich vor einer möglichen Wiederholung des Erlebten zu schützen.

So bildet sich der zyklische Mechanismus heraus: Die Erfahrung, ohne Ankündigung verlassen worden zu sein, erhöht das Bedürfnis nach Kontrolle, welches dann durch den eigenen Rückzug realisiert wird. Ghosting wird damit zu einer gelernten Strategie, um sich vor emotionaler Ungewissheit zu schützen (LeFebvre et al., 2019, S. 97).

Ghosting erscheint aus Perspektive der Uncertainty Reduction Theory somit nicht nur als Ergebnis fehlender Klarheit, sondern auch als Auslöser neuer Unsicherheiten. Der unerwartete Abbruch einer Interaktion hinterlässt ein kognitives Vakuum, das sich nicht durch Kommunikation auflösen lässt. Infolgedessen entwickeln Individuen neue Handlungsmuster, die oft auf präventive Vermeidung zielen. Dieser Prozess kann dazu führen, dass sich instabile und vermeidende Kommunikationsmuster verfestigen.

2.8.5 Hypothesen

Die folgenden Hypothesen basieren auf der Uncertainty Reduction Theory von Berger und Calabrese und übertragen zentrale Gedanken auf das Phänomen Ghosting. Im Mittelpunkt steht die Annahme, dass der plötzliche, unbegründete Kontaktabbruch eine besonders hohe Form sozialer Unsicherheit erzeugt, gerade weil er keine Möglichkeit zur Klärung lässt. Diese Unsicherheit steht im Widerspruch zu dem grundlegenden Bedürfnis nach Vorhersagbarkeit und Orientierung, das laut der Theorie jede soziale Interaktion prägt.

Hypothese 1:

Personen, die in digitalen Beziehungskontexten Ghosting erlebt haben, reagieren sensibler auf Unsicherheitsanzeichen und nutzen verstärkt indirekte Informationsstrategien, um potenzielle Zurückweisung frühzeitig zu erkennen. Die Erfahrung maximaler Ambiguität aktiviert kognitive Schemata der Unsicherheitsvermeidung. Um sich vor erneuter Irritation zu schützen, greifen Betroffene auf passives Monitoring, verzögerte Selbstoffenbarung oder reduzierte Beziehungstiefe zurück, ein Stil, der Unsicherheit jedoch dauerhaft aufrechterhält.

Hypothese 2:

Wer selbst geghostet wurde, neigt in späteren Beziehungen dazu, ebenfalls auf Ghosting zurückzugreifen, um Unsicherheit und Kontrollverlust zu vermeiden. Als paradoxe Strategie der Unsicherheitsreduktion wird der abrupte Rückzug internalisiert und präventiv eingesetzt, nicht zur Klärung, sondern zur Vermeidung emotionaler Überforderung. Das Verhalten stabilisiert kurzfristig, untergräbt jedoch auf Dauer soziale Verbindlichkeit.

Hypothese 3:

Strukturelle Merkmale digitaler Plattformen, wie Asynchronität, selektive Sichtbarkeit und fehlende Sanktionen, fördern die Normalisierung von Ghosting als Mittel der Unsicherheitsvermeidung. Plattformlogiken erzeugen Intransparenz, reduzieren Rückkopplung und entkoppeln Kommunikation von sozialer Verantwortung. Ghosting wird so zur konfliktarmen Routine, die Unsicherheit kurzfristig reduziert, aber langfristig Vertrauen und Verlässlichkeit unterminiert.

3. Methodologischer Teil

Dieses Kapitel widmet sich der systematischen Bündelung der theoriebasiert entwickelten Hypothesen zur zyklischen Wirkung von Ghosting. Ziel ist es, diese in klar voneinander abgrenzbare Cluster einzuordnen und auf dieser Grundlage ein integratives Modell zu entwickeln. Dabei sollen zentrale Wirkungsebenen und wiederkehrende Muster identifiziert werden, die sich aus den vorangegangenen theoretischen Perspektiven ergeben, und hinsichtlich ihrer funktionalen Rolle im Rahmen digitaler Beziehungskommunikation analysiert werden.

Zunächst werden demnach thematische Cluster gebildet, die Hypothesen mit vergleichbarer Logik oder Erklärungsebene zusammenführen. Diese Gruppierung erfolgt auf Grundlage gemeinsamer Bezugspunkte wie affektive Selbstschutzmechanismen, soziale Normveränderungen oder plattformspezifische Ermöglichungsstrukturen. Die Zuordnung wird tabellarisch dargestellt und erlaubt eine theorieübergreifende Gegenüberstellung sowie eine gezielte Verdichtung zentraler Argumentationslinien. Zudem wird so die theoretische Herleitung noch einmal übersichtlich dargestellt und direkt mit den Clustern in Verbindung gebracht. Die anschließende Analyse dieser Cluster legt offen, welche Dynamiken sich in ihrer Verschränkung oder potenziellen Verstärkung ergeben.

Darauf aufbauend wird ein Modell entwickelt, das die identifizierten Wirkdimensionen funktional verortet und ihre Beziehungen zueinander visualisiert. Die grafische Darstellung dient nicht nur der visuellen Übersicht, sondern markiert zentrale Rückkopplungsschleifen und Dynamiken zwischen psychologischen, kommunikativen und strukturellen Wirkungsebenen. Es dient somit nicht nur der theoretischen Verdichtung und Veranschaulichung der Ergebnisse, sondern auch als Impuls für eine künftige empirische Operationalisierung zum Konzept der zyklischen Wirkung von Ghosting.

Abschließend wird in einer übergreifenden Diskussion erörtert, inwiefern sich aus dem Zusammenspiel der verschiedenen Perspektiven auf Ghosting neue Erkenntnisse ergeben. Dabei stehen insbesondere Gemeinsamkeiten, Spannungsverhältnisse und der mögliche Mehrwert der Theorievielfalt im Zentrum. Diese vergleichende Diskussion soll dazu beitragen, die theoretische Fundierung des Phänomens der zyklischen Ghosting-Dynamik weiter zu vertiefen und Ansatzpunkte für zukünftige Forschungsperspektiven aufzuzeigen.

3.1 Cluster

Im Rahmen dieser theoriebasierten Arbeit wurden acht kommunikationswissenschaftlich relevante Theorien herangezogen, um die zyklische Wirkung von Ghosting zu analysieren. Im Zentrum stehen dabei die von den jeweiligen Theorien abgeleiteten Hypothesen, die spezifische Mechanismen beschreiben, über die sich Ghosting als wiederkehrendes Kommunikationsverhalten in digitalen Kontexten etablieren könnte.

Da jede Theorie unterschiedliche Schwerpunkte setzt, etwa normative, psychodynamische, kognitive oder interaktionale Erklärungsansätze, entstand eine Vielzahl an Hypothesen, die nicht nur innerhalb, sondern auch theorieübergreifend vergleichbar sind. Um diesen Vergleich analytisch zu strukturieren, erfolgt im Folgenden ein Clustering der Hypothesen auf Basis ihrer jeweiligen Erklärungslogik.

Die Cluster orientieren sich dabei nicht an den Theorien selbst, sondern an den impliziten Wirkmechanismen, die den Hypothesen zugrunde liegen. Ziel ist es, über disziplinäre Grenzen hinweg funktionale Ähnlichkeiten zu identifizieren, um die zentralen Dynamiken zyklischen Ghosting-Verhaltens systematisch zu typologisieren. Dies bildet die methodische Brücke zur Entwicklung eines integrativen zyklischen Modells in einem späteren Kapitel. Die nun folgende Kategorisierung der Hypothesen in thematische Cluster ermöglicht eine verdichtete Analyse der zentralen Wirkungsfaktoren.

3.1.1 Cluster-Kategorien

1. Normative Mechanismen

Dieses Cluster umfasst Hypothesen, die Ghosting als Folge von sozial erlernten, normativ legitimierten oder kulturell stillschweigend akzeptierten Kommunikationsmustern deuten. Im Fokus stehen Prozesse der Normbildung, Normdiffusion und Re-Normierung: Wenn Ghosting in digitalen Räumen häufig vorkommt und kaum sanktioniert wird, kann es sich vom Ausnahmefall zur stillschweigenden Normalpraxis entwickeln. Die Orientierung an sozialen Erwartungen – etwa der Eindruck, dass „alle das so machen“, spielt dabei eine zentrale Rolle. Ghosting wird hier nicht bewusst ausgeführt, sondern aus einer normativen Erwartungshaltung heraus übernommen, oft entgegen persönlicher Maxime.

2. Psychodynamische Selbstschutzprozesse

Hier werden Hypothesen gebündelt, die Ghosting als unbewusste Reaktion auf erlebte emotionale Ohnmacht, Verletzung oder Überforderung deuten. Der Fokus liegt auf innerpsychischen Verarbeitungsmechanismen wie Täter-Opfer-Introjektion, Reinszenierung oder Affektvermeidung. Ghosting erscheint als ein impliziter Versuch, Kontrollverlust zu kompensieren, emotionale Distanz herzustellen oder Verletzbarkeit zu vermeiden, oft ohne bewusste Intention, sondern als affektiv gesteuertes Schutzverhalten.

3. Kognitive Unsicherheitsvermeidung

In diesem Cluster wird Ghosting als Ausdruck kognitiver Strategien zur Reduktion von Ungewissheit und Kontrollverlust interpretiert. Betroffene streben nach Vorhersehbarkeit und eindeutigen Beziehungskonstellationen, sobald sich Ambiguität (z. B. unklare Absichten, widersprüchliche Signale) einstellt, wird Ghosting als Fluchtstrategie genutzt. Dabei kommen vor allem passive,

extraktive oder vermeidende Informationsstrategien zum Tragen: Statt Unsicherheit durch Kommunikation zu klären, wird der Kontakt abgebrochen, um emotionale Komplexität zu vermeiden.

4. Strukturell-technologische Ermöglichung

Dieses Cluster bündelt Hypothesen, die Ghosting nicht primär psychologisch oder normativ, sondern als Resultat plattformtechnologischer Strukturen deuten. Im Zentrum stehen Eigenschaften digitaler Kommunikationsräume, die Ghosting erleichtern, verstärken oder entmoralisieren, etwa durch asynchrone Kommunikation, algorithmisch vermittelte Unsichtbarkeit, Entkörperlichung oder das Fehlen sozialer Sanktionierung. Die fehlende physische Präsenz in digitalen Räumen verschiebt damit nicht nur Verantwortungswahrnehmung, sondern reduziert auch die soziale Rückkopplung und emotionale Verbindlichkeit von Kommunikationsabbrüchen.

5. Interaktionale Rückkopplung und Reproduktion

Diesem Cluster werden Hypothesen zugeordnet, die die zyklische Wiederholung des Verhaltens selbst in den Vordergrund stellen: Ghosting wird beobachtet, erlebt und anschließend selbst praktiziert. Dieses Cluster nimmt eine besondere Stellung im Gesamtsystem ein: Es beschreibt einerseits einen eigenständigen Mechanismus, nämlich die Verstärkung von Ghosting durch Wiederholung, Nachahmung und Internalisation. Andererseits fungiert es als emergentes Resultat der anderen vier Cluster. Die dort beschriebenen Einflussfaktoren (normativ, psychodynamisch, kognitiv, technologisch) wirken auf unterschiedlichen Ebenen, doch sie kumulieren in einer zyklischen Reproduktion des Ghosting-Verhaltens. Das Cluster beschreibt also nicht nur einen spezifischen Mechanismus, sondern auch den rückgekoppelten Wirkungszyklus, in welchem Ghosting als nachahmendes Verhalten stabilisiert und habitualisiert wird.

3.1.2 Zuordnung der Hypothesen zu den Clustern

Abb. 1: Tabelle zur Zuordnung der Hypothesen zu den Clustern

Theorie	Hypothese	Cluster	Begründung
Theorie sozialer Normen (Durkheim)	H1: Wenn Ghosting in digitalen Räumen wiederholt auftritt und ohne soziale Sanktionen bleibt, wird es zur akzeptierten Handlungsoption: Ghosting ersetzt etablierte Kommunikationsnormen und verfestigt sich als implizite Interaktionsregel. Diese normative Verschiebung wird durch fehlende Rückmeldestrukturen und sinkende Verbindlichkeit digitaler Kommunikation begünstigt.	Normative Mechanismen	Ghosting wird zur Normalform, weil sich normative Orientierung verschiebt. Sozialer Wandel, fehlende Sanktionen und der Abbau wechselseitiger Erwartungen begünstigen diese Re-Normierung.
Theorie sozialer Normen (Durkheim)	H2: Je häufiger Ghosting als sozial akzeptiert erlebt wird, etwa durch Beobachtung, oder fehlende Sanktionen, desto eher übernehmen auch negativ Betroffene dieses Verhalten. Normen entstehen hier weniger durch explizite Vorgaben als durch die stillschweigende Übernahme beobachteter Praktiken.	Normative Mechanismen	Ghosting wird durch kulturelle Normalisierung, soziale Beobachtung und fehlende Sanktionen in das individuelle Handlungsspektrum integriert, insbesondere bei jenen, die das Verhalten ursprünglich negativ erfahren haben.
Theorie sozialer Normen (Durkheim)	H3: Die zunehmende Normalisierung von Ghosting reduziert wiederum die soziale Sanktionierung und erschwert die Rückbindung an alternative Beendigungsnormen wie klärende Gespräche. Damit schwinden nicht nur die Handlungsspielräume für dialogische Konfliktlösung, sondern auch die gesellschaftliche Fähigkeit, verbindliche Kommunikationsstandards wiederherzustellen.	Interaktionale Rückkopplung und Reproduktion	Wenn Ghosting als sozial akzeptiert erlebt wird, sinkt die Wahrscheinlichkeit sozialer Sanktionen, was seine Wiederholung begünstigt. Das Verhalten stabilisiert sich zyklisch durch die Wechselwirkung aus Beobachtung, Nachahmung und Normverschiebung.
Theorie sozialer Normen (Bicchieri)	H1: Wenn Menschen Ghosting in digitalen Kommunikationsräumen regelmäßig beobachten, nehmen sie es sowohl als weit verbreitet (empirische Erwartung) als auch als sozial akzeptiert (normative Erwartung) wahr. Auf dieser Grundlage passen sie ihr Verhalten an, selbst dann, wenn es ihren ursprünglichen Überzeugungen widerspricht. Plattformbedingungen wie Asynchronität, Entpersonalisierung und fehlende Sanktionen verstärken diesen Anpassungsprozess. Ghosting wird dadurch zyklisch weitergegeben und zur stillen Norm.	Normative Mechanismen	Wiederholte Beobachtung von Ghosting verändert die empirischen und normativen Erwartungen. Digitale Räume verstärken diesen Prozess, da fehlende Sanktionen und Entpersonalisierung soziale Anpassung begünstigen.
Theorie sozialer Normen (Bicchieri)	H2: Wer mehrfach gehostet wurde, passt langfristig die eigenen sozialen Präferenzen an. Ghosting wird zunehmend als legitime Strategie akzeptiert, um Konflikte oder emotionale Belastungen zu vermeiden. Dieser Wandel beruht auf einem doppelten Lernprozess: dem Erleben von Ghosting als gängige Praxis und der Annahme, dass es sozial erwartet wird. Das Verhalten stabilisiert sich dadurch zyklisch.	Normative Mechanismen	Die Hypothese erklärt Ghosting als Folge der doppelten Erwartungsbildung (empirisch und injunktiv), wie sie laut Bicchieri soziale Normen erzeugt. Durch wiederholte Beobachtung und stillschweigende Akzeptanz verfestigt sich Ghosting als konformes Handlungsmuster.

Theorie sozialer Normen (Bicchieri)	H3: Digitale Kommunikationsumgebungen mit geringer sozialer Kontrolle und hoher Entpersonalisierung fördern die Verbreitung von Ghosting als stillschweigend akzeptierte Norm. Auch kritische Individuen übernehmen das Verhalten, um sich anzupassen. Implizite Toleranz ersetzt explizite Sanktionen – wodurch alternative Umgangsformen wie klärende Gespräche zunehmend verdrängt werden.	Strukturell-technologische Ermöglichung	Digitale Plattformen schwächen durch Anonymität, Entkopplung und fehlende Rückbindung klassische Normdurchsetzung. Ghosting erscheint dadurch als funktionale, konfliktarme Option – die sich strukturell leichter etabliert.
Theorie des sozialen Lernens (Bandura)	H1: Wenn Personen in digitalen Kommunikationsräumen wiederholt beobachten, dass Ghosting praktiziert wird und für die Ghoster folgenlos bleibt, steigt die Wahrscheinlichkeit, dass sie dieses Verhalten übernehmen. Die erlebte Funktionalität von Ghosting, etwa zur Konfliktvermeidung, wirkt als stellvertretende Verstärkung. Das Verhalten erscheint sozial wirksam, wird internalisiert und in künftigen Interaktionen reproduziert.	Interaktionale Rückkopplung und Reproduktion	Das Verhalten wird durch beobachtete Effektivität und fehlende Sanktionen als sozial akzeptabel erlebt, internalisiert und als reproduzierbares Handlungsschema übernommen.
Theorie des sozialen Lernens (Bandura)	H2: Digitale Plattformen begünstigen durch asynchrone Kommunikation, algorithmisch verstärkte Wiederholungen und fehlende Sanktionen die unreflektierte Übernahme von Ghosting. Diese strukturellen Eigenschaften schwächen soziales Feedback und fördern die Habitualisierung des Verhaltens über Wiederholung.	Strukturell-technologische Ermöglichung	Digitale Plattformen schwächen zwischenmenschliches Feedback und soziale Kontrolle, was die Übernahme und zyklische Reproduktion von Ghosting strukturell erleichtert.
Theorie des sozialen Lernens (Bandura)	H3: Personen, die selbst gehostet wurden, übernehmen dieses Verhalten mit erhöhter Wahrscheinlichkeit in späteren Beziehungen. Ihre eigene Betroffenheit wird durch die Beobachtung anderer verstärkt, die Ghosting erfolgreich anwenden. Die Strategie wird gespeichert und als entlastender Umgang mit Konflikten zyklisch weitergegeben.	Interaktionale Rückkopplung und Reproduktion	Persönliche Erfahrung wird durch soziale Beobachtung verstärkt. Ghosting wird als Handlungsstrategie gespeichert, in zukünftigen Situationen reaktiviert und dadurch als Verhaltensmuster stabilisiert.
Theorie der relationalen Dialektik (Baxter & Montgomery)	H1: Ghosting dient häufig als Reaktion auf innere Spannungen zwischen dem Wunsch nach Autonomie und dem Bedürfnis nach Verbundenheit. Es erlaubt, sich der Auseinandersetzung zu entziehen und kurzfristig Distanz herzustellen. Beim Gegenüber verstärkt der Rückzug das Bedürfnis nach Nähe, ein Zyklus, der künftige Beziehungsspannungen befeuern kann.	Psychodynamische Selbstschutzprozesse	Ghosting dient der kurzfristigen emotionalen Entlastung angesichts widersprüchlicher Beziehungsbedürfnisse. Es ist Ausdruck eines unbewussten Selbstschutzes im Umgang mit ambivalenter Bindungsdynamik.
Theorie der relationalen Dialektik (Baxter & Montgomery)	H2: In Situationen emotionaler Ambivalenz oder Unsicherheit wählen Personen Ghosting, um sich vor weiterer Selbstoffenbarung zu schützen. Der Rückzug bricht mit zuvor aufgebauter Intimität und reflektiert die Dialektik zwischen Nähe und Abgrenzung. Wer Offenheit als riskant erlebt hat, greift eher zu vermeidenden Strategien.	Interaktionale Rückkopplung und Reproduktion	Ghosting verfestigt sich als habitualisierte Reaktion auf Beziehung, die von Spannungen geprägt sind. Die emotionale Verunsicherung des Gegenübers trägt zur Reproduktion des Ghosting-Verhaltens bei.
Theorie der relationalen Dialektik (Baxter & Montgomery)	H3: Erlebtes Ghosting kann eine doppelte Ambivalenz erzeugen: das Bedürfnis nach Nähe bleibt bestehen, doch die Angst vor neuer Zurückweisung wächst. Ghosting wird zur Schutzstrategie gegen emotionale Verletzlichkeit und verfestigt sich als Muster in künftigen Interaktionen.	Interaktionale Rückkopplung und Reproduktion	Beschreibt die Wiederholung eines gelernten Rückzugsverhaltens, das auf frühere Beziehungserfahrungen zurückgeht. Ghosting wird zur habitualisierten Antwort auf ambivalente Beziehungserwartungen und überträgt sich auf neue Beziehungsanbahnungen.

Theorie der Täter-Opfer-Introjektion (Herman)	H1: Wer in digitalen Kommunikationsräumen geghostet wurde, zeigt mit höherer Wahrscheinlichkeit selbst Ghosting-Verhalten. Die erlebte Ohnmacht wird unbewusst durch Identifikation mit dem Aggressor verarbeitet. Ghosting dient dabei als internalisierte Schutzreaktion, um in zukünftigen Beziehungssituationen Kontrolle zu gewinnen und Verletzlichkeit zu vermeiden. Die Täter-Opfer-Introjektion wirkt als psychodynamischer Mechanismus der Verhaltensweitergabe.	Psycho-dynamische Selbstschutz-prozesse	Ghosting wird als unbewusste Schutzreaktion auf Ohnmacht und emotionale Entwertung verstanden. Durch die Re-Inszenierung des Täterverhaltens wird Kontrolle zurückgewonnen.
Theorie der Täter-Opfer-Introjektion (Herman)	H2: Digitale Plattformen fördern Täter-Opfer-Introjektionen, indem sie durch Anonymität, Entkörperlichung und asynchrone Kommunikation soziale Rückkopplung verringern. In digitalen Räumen fehlt normative Korrektur, wodurch Verhaltensmuster wie Ghosting leichter übernommen und weitergegeben werden. Die mediale Infrastruktur verstärkt so unbewusste Schutzstrategien.	Strukturell-technologische Ermöglichung	Im Zentrum steht nicht primär die psychische Dynamik, sondern ihre strukturelle Ermöglichung: Die Plattformstruktur senkt soziale Schwellen, entmoralisiert Rückzug und verstärkt dadurch die Internalisierung destruktiver Beziehungsmuster wie Ghosting.
Theorie der Täter-Opfer-Introjektion (Herman)	H3: Die Wiederholung von Ghosting durch Betroffene trägt zur kulturellen Normalisierung des Verhaltens bei. Was als individuelle Schutzstrategie beginnt, wird über Täter-Introjektion in kollektive Beziehungsstrategien überführt, in denen Rückzug als legitimer Umgang mit Unsicherheit gilt. Fehlende soziale Resonanz verstärkt diesen Prozess und verankert Ghosting langfristig.	Interaktionale Rückkopplung und Reproduktion	Die Hypothese beschreibt die Transformation individueller Bewältigung in kollektive Reproduktion. Ghosting verfestigt sich durch soziale Resonanzlosigkeit als automatisiertes Muster und wird zur kulturell legitimierten Praxis.
Cycle-of-Abuse-Modell (Walker)	H1: Wer in digitalen Kommunikationsräumen wiederholt Ghosting erlebt, durchläuft mit erhöhter Wahrscheinlichkeit zyklische Beziehungsmuster, die strukturell dem Gewaltzyklus nach Walker ähneln. Auf eine Phase wachsender Unverbindlichkeit folgt der abrupte Kontaktabbruch, anschließend oft ambivalente Signale wie Likes oder Nachrichten. Diese wiederkehrende Sequenz erzeugt chronische Unsicherheit, wird emotional verankert und in künftigen Beziehungen unbewusst als vertraute Beziehungspraxis reproduziert.	Interaktionale Rückkopplung und Reproduktion	Ghosting als wiederkehrendes Verhaltensmuster, das über emotionale Konditionierung internalisiert wird. Der Zyklus wird nicht bewusst gewählt, sondern unbewusst re-inszeniert.
Cycle-of-Abuse-Modell (Walker)	H2: Technische Merkmale digitaler Plattformen wie Asynchronität, Entkörperlichung und algorithmisch vermittelte Wiederkontakte begünstigen die Reproduktion zyklischer Ghosting-Dynamiken. Rückzug erfolgt leichter, soziale Sanktionen bleiben aus. Gleichzeitig ermöglichen Plattformen Sichtbarkeitskontrolle und punktuelle Reaktivierung, was eine affektiv zirkuläre Beziehungserfahrung stützt.	Strukturell-technologische Ermöglichung	Plattformspezifischer Strukturen ermöglichen Ghosting und lassen es als normale Interaktionsform erscheinen. Soziale Sanktionen werden durch technische Funktionen ersetzt.
Cycle-of-Abuse-Modell (Walker)	H3: Wiederholte Ghosting-Erfahrungen mit zyklischem Verlauf, insbesondere das Wechselspiel aus Ablehnung und zurückkehrender Aufmerksamkeit, führen zu einer Abstumpfung gegenüber Nähe und begünstigen Bindungsvermeidung. Aus Angst vor erneuter Ohnmacht übernehmen Betroffene das Verhalten selbst als präventive Kontrollstrategie. Der ursprüngliche Kontrollverlust wird durch Rückzug kompensiert, nicht aus Aggression, sondern als unbewusster Schutzmechanismus.	Psycho-dynamische Selbstschutz-prozesse	Ghosting wird hier als affektregulierende Abwehrreaktion verstanden, bei der frühere Verletzungen zu einem unbewusst wiederholten Selbstschutzmuster transformiert werden.

Power Imbalance Theory (Olweus)	H1: Ghosting erzeugt in digitalen Beziehungskontexten eine symbolische Machtasymmetrie, in der der Ghoster allein über Nähe, Sichtbarkeit und Rückzug bestimmt. Betroffene verlieren das Gefühl von Selbstwirksamkeit und Beziehungskontrolle. Bei wiederholter Erfahrung wird diese Ohnmacht internalisiert, was das Vertrauen in soziale Gleichwürdigkeit schwächt, insbesondere in digitalen Umgebungen, die Rückkopplung verhindern und Isolation algorithmisch verstärken.	Psychodynamische Selbstschutzprozesse	Ghosting wird zur symbolische Entmachtung, deren psychische Verarbeitung in Schutzmechanismen mündet. Die emotionale Reaktion auf den Kontrollverlust begünstigt langfristig dysfunktionale Beziehungsmuster.
Power Imbalance Theory (Olweus)	H2: Personen, die Ghosting erlebt haben, neigen in späteren Beziehungen eher dazu, selbst zu ghosten, um erneuter Machtlosigkeit vorzubeugen. Das ursprüngliche Ohnmachtserleben wird durch aktiven Rückzug kompensiert. Ghosting wird so zur Selbstschutzstrategie, die subjektive Kontrolle sichert und ein zyklisches Beziehungsmuster etabliert.	Interaktionale Rückkopplung und Reproduktion	Beschreibt, wie aus erlebter Passivität ein aktives Beziehungsmuster wird. Ghosting fungiert nicht als bewusste Machtausübung, sondern als internalisierte, sich wiederholende Reaktionsform auf asymmetrische Erfahrungen.
Power Imbalance Theory (Olweus)	H3: Wiederholtes Ghosting untergräbt das Vertrauen in Gegenseitigkeit und begünstigt emotionale Distanzierung. Einseitige Kontaktabbrüche schwächen die Erwartung, in Beziehungen gleichwertig anerkannt zu werden. Aus Angst vor erneuter Entwertung ziehen sich Betroffene zurück oder übernehmen selbst das Muster. Digitale Plattformen fördern diese Dynamik, indem sie soziale Sanktionen minimieren und Sichtbarkeit technisch steuern.	Strukturell-technologische Ermöglichung	Die Hypothese verknüpft individuell motivierten Rückzug mit systemisch geförderten Machtverhältnissen. Digitale Plattformen senken soziale Verantwortlichkeit, wodurch Ghosting als vermeintlich legitime Kommunikationsform reproduziert wird.
Uncertainty Reduction Theory (Berger und Calabrese)	H1: Personen, die in digitalen Beziehungskontexten Ghosting erlebt haben, reagieren sensibler auf Unsicherheitsanzeichen und nutzen verstärkt indirekte Informationsstrategien, um potenzielle Zurückweisung frühzeitig zu erkennen. Die Erfahrung maximaler Ambiguität aktiviert kognitive Schemata der Unsicherheitsvermeidung. Um sich vor erneuter Irritation zu schützen, greifen Betroffene auf passives Monitoring, verzögerte Selbstoffenbarung oder reduzierte Beziehungstiefe zurück, ein Stil, der Unsicherheit jedoch dauerhaft aufrechterhält.	Kognitive Unsicherheitsvermeidung	Die Hypothese adressiert explizit kognitive Reaktionsmuster auf Ambiguität und deren selektive Steuerung in zukünftiger Kommunikation.
Uncertainty Reduction Theory (Berger und Calabrese)	H2: Wer selbst geghostet wurde, neigt in späteren Beziehungen dazu, ebenfalls auf Ghosting zurückzugreifen, um Unsicherheit und Kontrollverlust zu vermeiden. Als paradoxe Strategie der Unsicherheitsreduktion wird der abrupte Rückzug internalisiert und präventiv eingesetzt, nicht zur Klärung, sondern zur Vermeidung emotionaler Überforderung. Das Verhalten stabilisiert kurzfristig, untergräbt jedoch auf Dauer soziale Verbindlichkeit.	Kognitive Unsicherheitsvermeidung	Die Hypothese beschreibt Ghosting als kognitiv erlernte Reaktion auf einen erlebten Zustand der Unsicherheit. Es wird als regulierendes Mittel zur Steuerung von Informationsasymmetrie und Vorhersehbarkeit eingesetzt.
Uncertainty Reduction Theory (Berger und Calabrese)	H3: Strukturelle Merkmale digitaler Plattformen, wie Asynchronität, selektive Sichtbarkeit und fehlende Sanktionen, fördern die Normalisierung von Ghosting als Mittel der Unsicherheitsvermeidung. Plattformlogiken erzeugen Intransparenz, reduzieren Rückkopplung und entkoppeln Kommunikation von sozialer Verantwortung. Ghosting wird so zur konfliktarmen Routine, die Unsicherheit kurzfristig reduziert, aber langfristig Vertrauen und Verlässlichkeit unterminiert.	Strukturell-technologische Ermöglichung	Plattformspezifische Kommunikationslogiken verstärken Unsicherheit. Ghosting verankert sich sowohl technisch als auch kulturell als vermeintlich legitime Reaktion.

3.1.3 Funktionale Verortung der Cluster entlang dreier Wirkungsebenen

Die zuvor entwickelten Hypothesencluster lassen sich nicht nur inhaltlich, sondern auch funktional typologisieren. Ziel dieser Verortung ist es, die zugrunde liegenden Wirkmechanismen entlang dreier analytischer Ebenen sichtbar zu machen: individuell-psychisch, sozial-interaktiv und systemisch-medial. Diese Einteilung bildet eine konzeptuelle Brücke zur Modellbildung im nächsten Kapitel und verdeutlicht, dass sich Ghosting nicht monokausal erklären lässt, sondern auf einem komplexen Zusammenspiel unterschiedlicher Faktoren beruht.

Die Herausbildung dieser drei Ebenen dient der theoretischen Schärfung des Modells und ermöglicht es, die Vielfalt der Erklärungsperspektiven in eine übergreifende, systematisch differenzierte Ordnung zu überführen. Während die Hypothesencluster zunächst entlang inhaltlicher Kriterien (etwa normativ, kognitiv, psychodynamisch) gebildet wurden, erlaubt die funktionale Verortung eine Betrachtung ihrer jeweiligen Wirkdimension: Sie klärt, *wo* im kommunikativen Prozess Ghosting verankert ist, *wie* es beeinflusst wird und *welche* strukturellen Bedingungen seine Reproduktion begünstigen. So entsteht eine analytische Tiefenstruktur, die sowohl die individuelle Handlungsebene als auch die soziale Dynamik und die technologische Infrastruktur in Beziehung setzt.

Sozial-interaktive Ebene

Diese Ebene betont die Rolle sozialer Erwartungen, beobachteter Praktiken und kollektiver Deutungsmuster. Ghosting wird hier als relationales Phänomen verstanden, das durch normativen Wandel, fehlende Sanktionen und kulturelle Akzeptanz reproduziert wird. Entscheidend ist nicht die bewusste Entscheidung einzelner, sondern die implizite soziale Orientierung: Die Wahrnehmung, dass „alle das so machen“, senkt die Schwelle zur Übernahme des Verhaltens.

Individuell-psychische Ebene

Hier steht die innere Verarbeitung von Beziehungserfahrungen im Vordergrund. Ghosting wird als Reaktion auf Ohnmacht, Verletzlichkeit oder emotionale Ambivalenz gedeutet. Psychodynamische und kognitive Mechanismen wie Affektregulation, Risikoantizipation oder Selbstschutzstrategien strukturieren die individuellen Handlungsmuster. Entscheidend ist hier die subjektive Bedeutungszuschreibung, durch die Ghosting als funktional und entlastend erlebt wird.

Systemisch-mediale Ebene

Diese Ebene betrifft die strukturellen Bedingungen digitaler Kommunikation. Ghosting erscheint hier weniger als Ausdruck individueller Entscheidung oder sozialer Norm, sondern als Resultat plattformbedingter Rahmenbedingungen: Asynchronität, algorithmisch erzeugte Unsichtbarkeit, und Entpersonalisierung schaffen ein Milieu, in dem Rückzug besonders leicht umsetzbar, folgenarm und entmoralisierend wirkt. Die Technik fungiert als ermöglichende Infrastruktur, die Kommunikationsvermeidung strukturell nahelegt.

Besonderheit des Clusters „Interaktionale Rückkopplung und Reproduktion“:

Dieses Cluster lässt sich keiner einzelnen Ebene eindeutig zuordnen, sondern entsteht durch deren Zusammenspiel. Es beschreibt die zyklische Reproduktion von Ghosting auf Grundlage individueller Erfahrung, sozialer Beobachtung und struktureller Ermöglichung. Die Verstärkung erfolgt dabei dynamisch: Erlebtes wird habitualisiert, Beobachtetes nachgeahmt, technisch erleichterte Wiederholung stabilisiert das Verhalten. Deshalb wird dieser Cluster im Modell zentral verortet: als Schnittstelle zyklischer Verstärkung.

Abb. 2: Tabelle zur primären Verortung der Hypothesen-Cluster entlang dreier Wirkebenen

Hypothesencluster	Primäre Verortung	Erläuterung
Normative Mechanismen	sozial-interaktiv	Fokus auf soziale Normenbildung, Konformität und kollektive Erwartungshaltungen.
Psychodynamische Selbstschutzprozesse	individuell-psychisch	Fokus auf emotionale Abwehr, Ohnmachtserfahrungen und affektive Bewältigungsstrategien.
Kognitive Unsicherheitsvermeidung	individuell-psychisch	Fokus auf Risikowahrnehmung, kognitive Steuerung von Informationsverhalten und Unsicherheitsreduktion.
Strukturell-technologische Ermöglichung	systemisch-medial	Fokus auf Rahmenbedingungen digitaler Plattformen, Asynchronität, algorithmische Distanz und Entpersonalisierung.
Interaktionale Rückkopplung und Reproduktion	übergreifend	Ergebnis der kombinierten Einwirkungen aller anderen Mechanismen. Beschreibt, wie individuelles Erleben, soziale Dynamiken und technische Strukturen zyklisch in Wiederholungen von Ghosting-Erfahrungen münden.

3.2 Entwicklung eines Modells zur zyklischen Wirkung von Ghosting

Auf Basis der theoriebasierten Hypothesenanalyse und der systemischen Verortung ergibt sich ein integratives Modell, das die zyklische Wirkung von Ghosting als Zusammenspiel individueller, sozialer und technischer Faktoren beschreibt. Ausgehend von der Erfahrung des erlebten Ghostings werden verschiedene Reaktionsmechanismen aktiviert, die auf unterschiedlichen Ebenen ansetzen: psychodynamische Schutzstrategien, kognitive Unsicherheitsvermeidung, normative Anpassung oder technische Entkopplung.

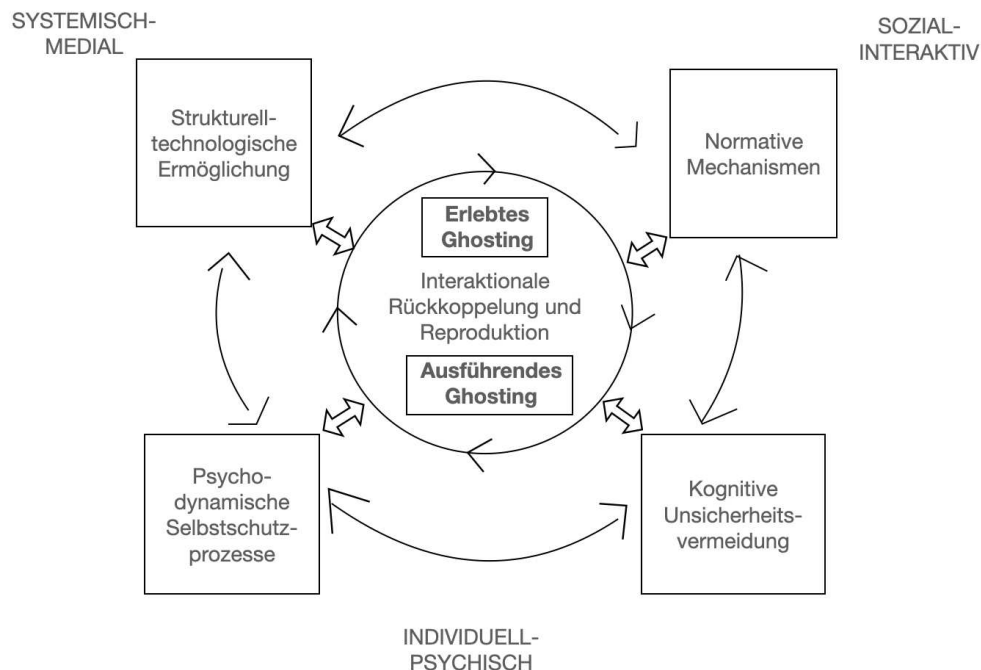
Diese Faktoren wirken jedoch nicht isoliert, sondern greifen ineinander und verstärken sich wechselseitig: Plattformlogiken erleichtern Rückzugshandlungen und schwächen soziale Rückkopplung, wodurch sich normative Standards abtragen. Dieser Wertewandel wiederum fördert individuelle Schutzstrategien, etwa den präventiven Rückzug oder das Nachahmen des Verhaltens. In der Folge werden destruktive Interaktionsmuster stabilisiert, habitualisiert und in neue Beziehungskontexte übertragen.

Zentral für das Modell ist die interaktionale Rückkopplung: Erlebtes Ghosting wird nicht nur verarbeitet, sondern unbewusst reproduziert. Die Betroffenen wechseln, häufig unreflektiert, von der passiven zur aktiven Rolle, wodurch die Dynamik zyklisch wiederholt wird. Ghosting wird damit zur gelernten Handlungsoption, nicht aus bewusster Aggression, sondern als internalisierte Reaktion auf strukturell und sozial begünstigte Unsicherheit.

Das nachfolgende Modell visualisiert diese Prozesse in ihrer Gesamtheit. Es verdeutlicht, dass Ghosting nicht primär aus individuellen Defiziten heraus entsteht, sondern als Resultat einer komplexen Kopplung psychologischer, sozialer und technischer Wirkmechanismen. Die zyklische Reproduktion des Verhaltens ist nicht Ausdruck persönlicher Defizite, sondern ein systemisch gestützter Kommunikationsmodus in digitalen Beziehungskontexten.

3.2.1 Grafische Darstellung zum Modell

Abb. 3: Modell zur zyklischen Wirkung von Ghosting



3.2.2 Erläuterung zum Modell

Die Wirkungsfaktoren beeinflussen das Ghosting-Verhalten nicht isoliert, sondern verstärken sich wechselseitig. Als Folge dieser ineinandergreifenden Dynamiken entsteht eine interaktionale Rückkopplung, in der Ghosting nicht nur punktuell auftritt, sondern als habitualisierte Strategie internalisiert und so auf neue Beziehungskontexte übertragen wird. Im Zentrum des Modells steht daher die zyklische Bewegung zwischen zwei Phasen: *Erlebtes Ghosting* beschreibt die passive Erfahrung eines plötzlichen Kontaktabbruchs, verbunden mit Ohnmacht, Unsicherheit und Kontrollverlust. *Ausführendes Ghosting* bezeichnet die aktive Anwendung desselben Verhaltens in späteren Interaktionen, häufig nicht aus bewusster Absicht, sondern als internalisierte Schutzstrategie, die auf frühere Verletzungen reagiert.

Die Betroffenen reinszenieren damit ihre eigenen Ghosting-Erfahrungen in zukünftigen Beziehungen, wodurch sich das Verhalten zyklisch fortsetzt. Die einwirkenden Faktoren, etwa affektive Schutzmechanismen, normative Erwartungen oder strukturelle Ermöglichkeiten, greifen dabei ineinander und verstärken sich wechselseitig. Das Modell zeigt somit, dass Ghosting auf ein komplexes Zusammenspiel psychologischer, sozialer und medial-struktureller Mechanismen zurückzuführen ist. Die zyklische Natur des Phänomens entsteht und wächst aus der dynamischen Kopplung dieser Ebenen, nicht aus einer singulären Ursache.

3.3 Übergreifende Analyse

Die Betrachtung zeigt, dass die untersuchten Theorien zentrale Aspekte zyklischen Ghosting-Verhaltens erfassen, diese jedoch erst durch die entwickelten Hypothesencluster systematisch erschlossen und durch die Entwicklung des Modells funktional geordnet werden können.

Alle analysierten Ansätze eint die Grundannahme, dass Ghosting kein punktuell Verhalten ist, sondern ein dynamischer Prozess, der durch soziale, psychische und strukturelle Mechanismen vermittelt wird. Unterschiede bestehen in der Schwerpunktsetzung der Erklärungslogiken: Während normative Perspektiven (z. B. Durkheim, Bicchieri) die Rolle stillschweigender Erwartungen betonen, fokussieren psychodynamische Zugänge (Herman, Walker) auf Affektregulation und Reinszenierung. Während kognitive Modelle (Berger, Calabrese) Ghosting als Strategie der Unsicherheitsvermeidung deuten. Die technologische Ermöglichung verstärkt die zyklische Wirkung von Ghosting auf verschiedenen Deutungsebenen bei einem großen Teil der Theorien.

Die entwickelte Clusterstruktur (normative Mechanismen, psychodynamische Selbstschutzprozesse, kognitive Unsicherheitsvermeidung, strukturell-technologische Ermöglichung sowie interaktionale Rückkopplung und Reproduktion) erlaubt eine funktionale Bündelung der Hypothesen entlang zentraler Wirkungsmechanismen. Das Modell integriert diese Cluster auf einer anschaulichen Ebene. Es zeigt: Erlebtes Ghosting fungiert nicht als Endpunkt, sondern als Ausgangsimpuls für eine zyklische Reproduktion. Die systemische Matrix (sozial, individuell, technisch) verortet die Wirkmechanismen und macht sichtbar, wie psychische Verarbeitung, soziale Normverschiebung und technologische Strukturbedingungen sich gegenseitig bedingen. Mit dieser Verknüpfung entsteht erstmals ein integratives Erklärungsmodell, das die zyklische Dynamik von Ghosting systemisch erfassbar macht.

Eine bleibende Herausforderung ist die Spezialisierung einzelner Theorieansätze: Während psychodynamische Modelle emotionale Prozesse präzise fassen, vernachlässigen sie strukturelle Kontexte; normative und technologische Theorien wiederum erklären soziale Normalisierungsprozesse, lassen jedoch affektive Dynamiken unbeachtet. Diese Grenzen unterstreichen die Notwendigkeit eines integrierten Modells. Die hier entwickelte Theorieintegration über Hypothesencluster und systemische Modellierung ermöglicht es, Ghosting als komplex vermitteltes Phänomen differenziert und über disziplinäre Grenzen hinweg zu begreifen.

Die übergreifende Analyse verdeutlicht, dass zyklische Ghosting-Dynamiken nur im Zusammenspiel psychologischer, sozialer und technischer Faktoren erklärbar sind. Die entwickelte Modelllogik stellt damit nicht nur eine systematische Integration bestehender Theorien dar, sondern erweitert sie um eine dynamisch-funktionale Perspektive, mit Erkenntnispotenzial für künftige Forschung und Praxis.

4. Schlussteil

Der folgende Schlussteil fasst die zentralen Ergebnisse dieser theoriebasierten Analyse zusammen, reflektiert die methodischen Entscheidungen kritisch, diskutiert wissenschaftliche Anschlussmöglichkeiten und zeigt praxisrelevante Implikationen auf. Den Abschluss bildet ein persönliches Expertenfazit, das die Bedeutung des entwickelten Modells für das Verständnis zyklischer Ghosting-Dynamiken im digitalen Raum prägnant zusammenfasst.

4.1 Schlussfolgerung und Beantwortung der Forschungsfrage

Ziel dieser Masterarbeit war es zu untersuchen, ob Ghosting eine zyklische Wirkung entfaltet. Konkret wurde danach gefragt, ob die Erfahrung, selbst gehostet worden zu sein, die Wahrscheinlichkeit erhöht, dieses Verhalten in späteren Beziehungskontexten selbst anzuwenden. Die Analyse macht deutlich, dass Ghosting nicht als punktuelle Handlung, sondern als dynamisches Beziehungsmuster zu verstehen ist, das sich auf psychischer, sozialer und technologischer Ebene verfestigt und weiterwächst.

Ghosting offenbart sich als vielschichtiger Prozess, in dem emotionale Verarbeitung, soziale Orientierung, kognitive Schutzstrategien und digitale Infrastrukturen ineinandergreifen. Um diese Komplexität analytisch fassbar zu machen, wurden die theoriebasierten Hypothesen zu fünf Clustern zusammengeführt. Das entwickelte Clustermodell ordnet die Wirkmechanismen funktional: Normative Mechanismen, psychodynamische Selbstschutzprozesse, kognitive Unsicherheitsvermeidung und strukturell-technologische Ermöglichung lassen sich als eigenständige Einflussdimensionen identifizieren. Der fünfte Cluster beschreibt das Resultat ihres Zusammenspiels. Die interaktionale Rückkopplung und Reproduktion erfasst die zyklische Verfestigung von Ghosting als habitualisiertes Handlungsmuster.

Eine zentrale Herausforderung bestand darin, zyklische Dynamiken, die sich nicht linear, sondern rekursiv entfalten, theoriegeleitet zu erfassen, typologisch zu differenzieren und modellhaft darzustellen. Das entwickelte Modell bietet einen konsistenten Bezugsrahmen, der das Zusammenspiel individueller, sozialer und medialer Faktoren integriert. Es erlaubt, Ghosting nicht als individuelles Fehlverhalten zu deuten, sondern als Beziehungsmuster, das sich durch wiederkehrende Rückkopplung stabilisiert.

Auch wenn die Analyse theoriegeleitet erfolgt ist, bleiben die vorliegenden Ergebnisse auf einer konzeptionellen Ebene. Sie basieren auf systematischer Ableitung, nicht auf empirischer Prüfung. Die komplexe, vielschichtige Natur von Ghosting sowie seine stark kontextabhängigen Ausprägungen lassen sich nicht vollständig mit einem rein theoriebasierten Zugang erfassen. Umso wichtiger ist es, Ghosting als gesellschaftlich relevantes Phänomen ernst zu nehmen, nicht nur, weil es individuelle Beziehungen prägt, sondern weil es zentrale Fragen nach Verbindlichkeit und Konfrontationsfähigkeit in der digitalen Kommunikation aufwirft.

4.2 Kritische Methodendiskussion

Die vorliegende Arbeit verfolgt einen theoriegeleiteten Zugang zur Erklärung des Phänomens Ghosting. Auf Grundlage von acht etablierten kommunikationswissenschaftlichen, psychologischen und soziologischen Theorien wurde ein integratives Modell entwickelt, das die zyklische Wirkung dieses Verhaltens konzeptualisiert. Diese methodische Herangehensweise bietet sowohl erkenntnistheoretische Stärken als auch gewisse Einschränkungen, die im Folgenden kritisch reflektiert werden.

Ein wesentlicher Vorteil liegt in der konzeptionellen Tiefe und Breite des Zugriffs. Die Kombination unterschiedlicher theoretischer Perspektiven ermöglicht es, Ghosting nicht als isoliertes Verhalten, sondern als komplex vermitteltes Kommunikationsphänomen zu analysieren. Die systematische Analyse der Theorien im Hinblick auf ihre Anschlussfähigkeit an die Forschungsfrage sowie deren Überführung in Hypothesencluster schafft eine klare methodische Struktur. So konnte eine funktionsbasierte Ordnung der Erklärungsansätze entstehen, die disziplinäre Grenzen überwindet und zentrale Wirkfaktoren zyklischer Dynamiken sichtbar macht.

Gleichzeitig ist die Methodik durch bestimmte Begrenzungen gekennzeichnet. Die Auswahl der Theorien erfolgte zwar begründet, beruht jedoch auf heuristischen Kriterien und ist nicht vollständig objektivierbar. Andere relevante Perspektiven, etwa aus der Emotionssoziologie oder der Medientheorie, wurden nicht berücksichtigt. Zudem liegen der Entwicklung des Modells zwar Hypothesen zu Grunde, es kann jedoch keine empirische Validierung leisten. Die Arbeit bleibt daher auf der Ebene theoretischer Systematisierung verortet und ist nicht hypothesenprüfend angelegt.

Eine weitere Herausforderung betrifft die Modellierung zyklischer Wirkzusammenhänge. Die Abstraktion komplexer Rückkopplungsprozesse birgt die Gefahr einer Überstrukturierung. Je höher die theoretische Komplexität, desto schwieriger wird eine empirische Operationalisierung. Die Visualisierung der Dynamik basiert auf logischen Ableitungen aus den zugrunde liegenden Theorien, bleibt jedoch hypothetisch. Ob und in welchem Umfang sich die skizzierten zyklischen Prozesse in realen Beziehungskontexten zeigen, ist eine offene Forschungsfrage.

Trotz dieser Einschränkungen bildet die gewählte Methodik eine tragfähige Grundlage für weiterführende Untersuchungen. Das entwickelte Modell kann als strukturierender Bezugsrahmen für empirische Studien dienen, sei es im Rahmen quantitativer Hypothesentests oder qualitativer Tiefenanalysen. Darüber hinaus eröffnet der systemische Zugang Anschlussmöglichkeiten für anwendungsbezogene Felder wie Medienethik, Psychologie oder Bildungsforschung. Die Methodik dieser Arbeit versteht sich nicht als abgeschlossenes Analyseinstrument, sondern als Ausgangspunkt für eine theoriegeleitete und empirisch anschlussfähige Auseinandersetzung mit einem bislang konzeptionell gering ausdifferenzierten Kommunikationsphänomen.

4.3 Wissenschaftlicher Ausblick

Die vorliegende Arbeit versteht sich als theoretisch-konzeptioneller Beitrag zur Erforschung von Ghosting in digitalen Beziehungskontexten. Mit der Entwicklung und systematischen Strukturierung theoriebasierter Hypothesencluster sowie der anschließenden Modellbildung wurde eine bislang fehlende Grundlage geschaffen, um zyklische Dynamiken analytisch zu erfassen. Der gewählte Zugang bietet damit einen neuen Impuls für die kommunikationswissenschaftliche Auseinandersetzung mit Beziehungsabbrüchen unter digitalen Bedingungen.

Zugleich bleibt eine Reihe von Anschlussfragen offen, die in zukünftigen Forschungsprojekten weiterführend bearbeitet werden sollten. Die in dieser Arbeit hergeleiteten Mechanismen, etwa normative Verschiebungen, kognitive Unsicherheitsvermeidung oder psychodynamische Reinszenierungen, bedürfen einer gezielten empirischen Überprüfung. Zukünftige Studien sollten die entwickelten Hypothesen operationalisieren und mithilfe quantitativer sowie qualitativer Designs überprüfen. Besonders vielversprechend erscheint eine biografisch orientierte Forschungsperspektive, um individuelle Ghostingverläufe, Wiederholungsmuster und prägende Beziehungserfahrungen systematisch nachzeichnen zu können. Auch Längsschnittstudien könnten klären, unter welchen Bedingungen erlebtes Ghosting zur eigenen Anwendung wird und welche Einflussfaktoren diesen Übergang anstoßen.

Darüber hinaus besteht erheblicher Forschungsbedarf hinsichtlich der soziokulturellen und technologischen Rahmenbedingungen von Ghosting. Der aktuelle Forschungsstand ist stark auf junge Erwachsene in westlich geprägten Gesellschaften fokussiert. Zukünftige Studien sollten daher gezielt andere Altersgruppen, kulturelle Kontexte und technologische Settings wie Gaming-Plattformen, berufliche Messenger oder immersive digitale Räume einbeziehen. Auch geschlechts- und milieuspezifische Unterschiede könnten neue Einsichten ermöglichen, insbesondere im Hinblick auf Rollenerwartungen, emotionale Verletzlichkeit und normative Deutungen von Rückzugshandlungen.

Aus kommunikationstheoretischer Perspektive stellt sich die Frage, wie sich Ghosting in etablierte Konzepte von Beziehungsführung, Konfliktvermeidung und interaktiver Normbildung einfügt. Die entwickelte Clusterstruktur bietet erste Ansätze, um Ghosting als sozial erlerntes, affektiv reguliertes und technisch ermöglichtes Beziehungsmuster zu analysieren. Das entwickelte Modell kann hier als Grundlage für eine theoriegeleitete Weiterentwicklung dienen, beispielsweise im Sinne eines Interaktionsmodells digitaler Rückzugspraktiken.

Die Ergebnisse unterstreichen die Relevanz einer multidisziplinären Forschungsperspektive, die psychologische, soziologische und medientheoretische Dimensionen gleichermaßen berücksichtigt. Gerade in der Verschränkung individueller, sozialer und struktureller Faktoren liegt ein fruchtbarer Zugang, um digitale Beziehungsmuster differenziert zu analysieren.

Die in dieser Arbeit geleistete Vorarbeit bietet hierfür einen theoriebasierten Orientierungsrahmen, der nun empirisch weiter ausgeschärft werden kann.

4.4 Praxisimplikationen

Die vorliegende Analyse macht deutlich, dass Ghosting kein rein individuelles Verhalten ist, sondern Ausdruck einer vielschichtigen Dynamik, die sich aus psychologischen Bewältigungsstrategien, sozialen Normverschiebungen und technologischen Rahmenbedingungen zusammensetzt. Daraus ergeben sich konkrete Ansatzpunkte für praktische Interventionen in der Gestaltung digitaler Kommunikationsräume sowie für die Förderung achtsamer Interaktionsformen.

Ein zentraler Hebel liegt in der aktiven Gestaltung normativer Erwartungen durch digitale Messenger-Plattformen. Aufbauend auf Konzepten einer digitaler Kommunikationsetikette könnten gezielte Designentscheidungen zur Etablierung respektvollerer Umgangsformen beitragen. So ließe sich etwa mit dezenten Hinweisen bei längerer Inaktivität in Chats auf digitalen Plattformen daran erinnern, einen Gesprächsabschluss herbeizuführen, etwa durch die Formulierung: „Möchtest du dich höflich verabschieden?“ Solche Impulse könnten dazu beitragen, neue soziale Normen zu etablieren, die Ghosting nicht per se verhindern, aber reflektierter gestalten.

Auch auf psychologischer Ebene zeigen sich potenzielle Interventionsmöglichkeiten. Die in dieser Arbeit diskutierten psychodynamischen und kognitiven Erklärungsansätze deuten darauf hin, dass Ghosting oft aus innerer Ambivalenz oder Überforderung heraus erfolgt. Reflexionsfördernde Elemente könnten Nutzende dabei unterstützen, eigene Kommunikationsmuster bewusster zu steuern und alternative Handlungsoptionen wahrzunehmen.

Schließlich verweisen die strukturellen Dynamiken digitaler Kommunikationsräume darauf, dass technische Plattformgestaltung nicht neutral ist, sondern Verhaltensoptionen strukturiert. Asynchrone Kommunikation, algorithmisch gesteuerte Sichtbarkeit und reduzierte Rückkopplung begünstigen einen normfreien Rückzug. In diesem Zusammenhang ist eine kritische Auseinandersetzung mit der technologischen Rahmung digitaler Beziehungen unerlässlich. Ziel sollte es sein, Plattformlogiken so zu gestalten, dass soziale Verbindlichkeit nicht erschwert, sondern erleichtert wird.

Insgesamt legen die Ergebnisse dieser Arbeit nahe, dass Plattformen nicht nur technische, sondern auch soziale Verantwortung tragen. Ghosting sollte nicht ausschließlich als privates Problem verstanden werden, sondern als Symptom einer digitalen Kommunikationskultur, die neue Formen der Distanzierung ermöglicht, aber bislang kaum reguliert. Eine reflektierte Gestaltung sozialer, emotionaler und struktureller Rahmenbedingungen bietet die Chance, Ghosting nicht repressiv zu unterbinden, sondern seine Notwendigkeit strukturell zu reduzieren.

4.5 Persönliches Expertenurteil

Die intensive Auseinandersetzung mit Ghosting aus theoretischer Perspektive hat meinen Blick auf das Phänomen nachhaltig verändert. Es ist aus meiner Sicht unzweifelhaft, dass Ghosting weit über zwischenmenschliche Missverständnisse hinausreicht und als Ausdruck tiefgreifender psychischer, sozialer und struktureller Dynamiken verstanden werden muss. Die in dieser Arbeit herausgearbeiteten zyklischen Reproduktionsmechanismen verdeutlichen, dass es sich nicht um ein rein individuelles Verhalten handelt, sondern um ein Symptom kultureller und kommunikativer Transformationsprozesse im digitalen Zeitalter.

Ghosting erscheint mir als Indikator einer zunehmenden Fragilität sozialer Bindungen. Dass ein Verhalten, das durch Schweigen, Rückzug und Vermeidung geprägt ist, in vielen digitalen Kontexten zur akzeptierten Form des Beziehungsabbruchs geworden ist, wirft grundlegende Fragen zur gegenwärtigen Kommunikationskultur auf.

Gerade deshalb halte ich es für entscheidend, Ghosting nicht vorschnell zu moralisieren, sondern es im Zusammenspiel seiner sozialen und technologischen Bedingungen zu analysieren. Nur durch eine solche strukturelle Kontextualisierung lässt sich vermeiden, dass Verantwortung ausschließlich individualisiert wird, während die normativen, emotionalen und medialen Rahmenbedingungen unbeachtet bleiben. Die vorliegende Arbeit kann, so meine Überzeugung, einen Beitrag dazu leisten, diese Zusammenhänge sichtbar zu machen und differenziert zu reflektieren.

Aus heutiger Sicht erscheint es mir unerlässlich, dass sowohl Forschung als auch Praxis, insbesondere Plattformentwicklung, digitale Bildung und Mediengestaltung, Ghosting als Ausdruck einer vielschichtigen Beziehungskrise begreifen. Das Potenzial liegt nicht nur in der reaktiven Bearbeitung von Kommunikationsabbrüchen, sondern auch in der bewussten Gestaltung struktureller und kultureller Bedingungen, die Beziehungen stabilisieren und verantwortungsvolle Kommunikationsentscheidungen unterstützen können.

Ghosting ist kein Randphänomen, sondern Teil eines umfassenden gesellschaftlichen Prozesses, in dem sich neue soziale Regeln digitaler Nähe und Distanz herausbilden. Genau hierin liegt die Relevanz der Erforschung und die Notwendigkeit, über achtsame Formen des zwischenmenschlichen Umgangs nachzudenken.

5. Literaturverzeichnis

- Abrutyn, S., & Mueller, A. S. (2014). Are Suicidal Behaviors Contagious in Adolescence? Using Longitudinal Data to Examine Suicide Suggestion. *American Sociological Review*, 79(2), 211–227. <https://doi.org/10.1177/0003122413519445>
- Afifi, W. A., & Weiner, J. L. (2004). Toward a theory of motivated information management. *Communication Theory*, 14(2), 167–190. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2885.2004.tb00310.x>
- Babbar, K., Das, U., Ashraf, S., Shpenev, A., & Bicchieri, C. (2023). Unlocking the Role of Social Norms: How They Shape Women's Public Toilet Usage in India. *The American Journal of Tropical Medicine and Hygiene*, 109(5), 1177–1186. <https://doi.org/10.4269/ajtmh.23-0220>
- Bandura, A. (1971). *Social learning theory*. General Learning Press.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1–26. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1>
- Baxter, L. A. (2011). *Voicing relationships: A dialogic perspective*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Baxter, L. A., & Braithwaite, D. O. (2008). Relational dialectics theory: Crafting meaning from competing discourses. In L. A. Baxter & D. O. Braithwaite (Eds.), *Engaging theories in interpersonal communication: Multiple perspectives* (pp. 349–362). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Baxter, L. A., & Montgomery, B. M. (1996). *Relating: Dialogues and dialectics*. New York, NY: Guilford Press.
- Bayer, J. B., Triêu, P., & Ellison, N. B. (2020). Social media elements, ecologies, and effects. *Annual Review of Psychology*, 71, 471–497. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010419-050944>
- Baym, N. K. (2010). *Personal Connections in the Digital Age*. Cambridge, UK: Polity Press.
- Berger, C. R. (1987). Communicating under uncertainty. In M. E. Roloff & G. R. Miller (Eds.), *Interpersonal processes: New directions in communication research* (pp. 39–62). Sage.
- Berger, C. R., & Calabrese, R. J. (1975). Some explorations in initial interaction and beyond: Toward a developmental theory of interpersonal communication. *Human Communication Research*, 1(2), 99–112. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1975.tb00258.x>
- Bicchieri, C. (2006). *The grammar of society: The nature and dynamics of social norms*. Cambridge University Press.
- Bushman, B. J., & Huesmann, L. R. (2006). Short-term and long-term effects of violent media on aggression in children and adults. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 160(4), 348–352. <https://doi.org/10.1001/archpedi.160.4.348>
- Campaioli, G., Testoni, I., & Zamperini, A. (2022). Double blue ticks: Reframing ghosting as ostracism through an abductive study on affordances. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 16(5), Article 10. <https://doi.org/10.5817/CP2022-5-10>
- Cialdini, R. B., & Trost, M. R. (1998). Social influence: Social norms, conformity, and compliance. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology* (Vol. 2, pp. 151–192). McGraw-Hill.
- Cislaghi, B., & Heise, L. (2018). Theory and practice of social norms interventions: Eight common pitfalls. *Globalization and Health*, 14(1), Article 1. <https://doi.org/10.1186/s12992-018-0398-x>

- Daraj, L. R., Buhejji, M. R., Perlmutter, G., Jahrami, H., & Seeman, M. V. (2024). Ghosting: Abandonment in the digital era. *Encyclopedia*, 4(1), 36–45. <https://doi.org/10.3390/encyclopedia4010004>
- Durkheim, É. (1984). *Über soziale Arbeitsteilung: Studie über die Organisation höherer Gesellschaften* (L. Grünberg, Übers.). Suhrkamp. (Originalarbeit veröffentlicht 1893)
- Durkheim, É. (1986). *Die Regeln der soziologischen Methode* (L. Grünberg, Übers.). Suhrkamp. (Originalarbeit veröffentlicht 1895)
- Dutton, D. G. (2006). *Rethinking Domestic Violence*. Vancouver: University of British Columbia Press.
- Forrai, M., Koban, K., & Matthes, J. (2023). Short-sighted ghosts: Psychological antecedents and consequences of ghosting others within emerging adults' romantic relationships and friendships. *Telematics and Informatics*, 80, 101969. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2023.101969>
- Farrow, K., Grolleau, G., & Ibanez, L. (2017). Social norms and pro-environmental behavior: A review of the evidence. *Ecological Economics*, 140, 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.ecolecon.2017.04.017>
- Ferenczi, S. (1909). Introjektion und Übertragung. *Jahrbuch für psychoanalytische und psychopathologische Forschungen*, 1(1), 422–483.
- Freedman, G., Powell, D. N., Le, B., & Williams, K. D. (2021). Ghosting and destiny: Implicit theories of relationships predict beliefs about ghosting. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(1), 363–383. <https://doi.org/10.1177/0265407520959430>
- Freud, A. (1936). *Das Ich und die Abwehrmechanismen*. Wien: Internationaler Psychoanalytischer Verlag.
- Freud, S. (1917). Trauer und Melancholie. *Internationale Zeitschrift für Psychoanalyse*, 4(6), 288–301.
- Fuchs, C. (2017). *Social media: A critical introduction* (2nd ed.). Sage Publications.
- Gershon, I. (2018). Sieving Sieves The Art of Interpretation in the Age of Computation . By Paul Kockelman. Oxford: Oxford University Press, 2017. *Current Anthropology*, 59(2), 241–242. <https://doi.org/10.1086/697215>
- Giddens, A. (1971). *Capitalism and modern social theory: An analysis of the writings of Marx, Durkheim and Max Weber*. Cambridge University Press.
- Gudykunst, W. B. (1995). Anxiety/uncertainty management (AUM) theory: Current status. In R. L. Wiseman (Ed.), *Intercultural communication theory* (pp. 8–58). Sage.
- Gudykunst, W. B., & Nishida, T. (2001). Anxiety, uncertainty, and perceived effectiveness of communication across relationships and cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 25(1), 55–71. [https://doi.org/10.1016/S0147-1767\(00\)00042-0](https://doi.org/10.1016/S0147-1767(00)00042-0)
- Hampton, K. N., Sessions, L. F., & Her, E. J. (2011). Core networks, social isolation, and new media: Internet and mobile phone use, network size, and diversity. *Information, Communication & Society*, 14(1), 130–155. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2010.513417>
- Herman, J. L. (1992). *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence—from Domestic Abuse to Political Terror*. New York: Basic Books.
- Illouz, E. (2011). *Gefühle in Zeiten des Kapitalismus*. Suhrkamp.
- Illouz, E. (2018). *Warum Liebe endet: Eine Soziologie negativer Beziehungen*. Suhrkamp.
- Kaufmann, C., Agalawatta, N., Bell, E., & Malhi, G. S. (2020). Getting emotional about affect and

mood. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 54(8), 850–852. <https://doi.org/10.1177/0004867420943943PubMed>

Knobloch, L. K., & Solomon, D. H. (2002). Information seeking beyond initial interaction: Negotiating relational uncertainty within close relationships. *Human Communication Research*, 28(2), 243–257. <https://doi.org/10.1093/hcr/28.2.243Illinois Experts+1Oxford Academic+1>

Koessler, R. B., Kohut, T., & Campbell, L. (2019). When your boo becomes a ghost: The association between breakup strategy and breakup role in experiences of relationship dissolution. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(2), 533–556. <https://doi.org/10.1177/0265407517748791ResearchGate+2cyberpsychology.eu+2ResearchGate+2>

Köbis, N. C., van Prooijen, J.-W., Righetti, F., & Van Lange, P. A. M. (2015). “Who doesn't?”—The impact of descriptive norms on corruption. *PLOS ONE*, 10(6), e0131830. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0131830SAGE Journals+5PLOS+5IDEAS/RePEc+5>

Kramer, M. W. (1993). Communication and uncertainty reduction during job transfers: Leaving and joining processes. *Communication Monographs*, 60(2), 178–198. <https://doi.org/10.1080/03637759309376309scholar.google.ca+2Wiley Online Library+2Oxford Research Encyclopedia+2>

Kramer, M. W. (1999). Motivation to reduce uncertainty: Reconceptualizing uncertainty reduction theory. *Management Communication Quarterly*, 13(2), 305–316. <https://doi.org/10.1177/0893318999132007>

LeFebvre, L. E. (2018). Swipe me off my feet: Explicating relationship initiation on Tinder. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(9), 1205–1229. <https://doi.org/10.1177/0265407517706419Sites UA>

LeFebvre, L. E., Allen, M., Rasner, R. D., Garstad, S., Wilms, A., & Parrish, C. (2019). Ghosting in emerging adults' romantic relationships: The digital dissolution disappearance strategy. *Imagination, Cognition and Personality*, 39(2), 125–150. <https://doi.org/10.1177/0276236618820519>

LeFebvre, L. E., & Fan, X. (2020). Ghosted? Navigating strategies for reducing uncertainty and implications surrounding ambiguous loss. *Personal Relationships*, 27(2), 433–459. <https://doi.org/10.1111/per.12322Google Scholar+1Lboro Test Vufind+1>

Limber, S. P., Olweus, D., Wang, W., Masiello, M., & Breivik, K. (2018). Evaluation of the Olweus Bullying Prevention Program: A large-scale study of U.S. students in grades 3–11. *American Journal of Orthopsychiatry*, 88(4), 345–355.

Muldoon, R., Lisciandra, C., Bicchieri, C., Hartmann, S., & Sprenger, J. (2014). On the emergence of descriptive norms. *Politics, Philosophy & Economics*, 13(1), 3–22. <https://doi.org/10.1177/1470594X12447791>

Navarro, R., Larrañaga, E., & Yubero, S. (2020). Ghosting and breadcrumbing: Two harmful practices in the context of dating. *Behavioral Sciences*, 10(2). <https://doi.org/10.3390/bs10020056>

Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Oxford, UK: Blackwell Publishing.

Pancani, L., Mazzoni, D., Aureli, N., & Riva, P. (2021). Ghosting and orbiting: An analysis of victims' experiences. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(7), 1987–2007. <https://doi.org/10.1177/02654075211000417Cyberpsychology+1Boa+1>

Peichl, J. (2005). Psychoanalytisch verstehen, neurobiologisch fundieren: Täter-Introjekte in der Ego-State-Therapie. *Psychodynamische Psychotherapie*, 4(2), 38–45.

- Petzold, H. (2012). Internalisierung, Introjektion, TäterInnen-Introjekte: Sprachverwirrungen und Klärungsversuche. *POLYLOGE*, 16, 1–20.
- Powell, D. N., Freedman, G., Williams, K. D., Le, B., & Green, H. (2021). A multi-study examination of attachment and implicit theories of relationships in ghosting experiences. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(7), 2225–2248. <https://doi.org/10.1177/02654075211009308>
- Ramirez, A., Walther, J. B., Burgoon, J. K., & Sunnafrank, M. (2002). Information-seeking strategies, uncertainty, and computer-mediated communication. *Human Communication Research*, 28(2), 213–228.
- Rawlins, W. K. (1992). *Friendship matters: Communication, dialectics, and the life course*. New York: Aldine de Gruyter.
- Stark, B., Magin, M., & Geiß, S. (2020). Meinungsbildung in und mit sozialen Medien. In W. Schweiger & D. Beck (Hrsg.), *Handbuch Medienvertrauen* (S. 491–504). Springer VS. https://doi.org/10.1007/978-3-658-28193-9_23
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: On Depression, Development, and Death*. San Francisco: W. H. Freeman.
- Sias, P. M. (2009). *Organizing relationships: Traditional and emerging perspectives on workplace relationships*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Suler, J. (2004). The online disinhibition effect. *CyberPsychology & Behavior*, 7(3), 321–326. <https://doi.org/10.1089/1094931041291295>
- Tidwell, L. C., & Walther, J. B. (2002). Computer-mediated communication effects on disclosure, impressions, and interpersonal evaluations: Getting to know one another a bit at a time. *Human Communication Research*, 28(3), 317–348. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.2002.tb00811.x>
- Thomas, J. O., & Dubar, R. T. (2021). Disappearing in the Age of Hypervisibility: Definition, Context, and Perceived Psychological Consequences of Social Media Ghosting. *Psychology of Popular Media*, 10(3), 291–302. <https://doi.org/10.1037/ppm0000343>
- Timmermans, E., Hermans, K., & Oprea, S. J. (2020). Why do people ghost? An exploration of motivations for initiating and experiencing ghosting. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(10–11), 2600–2619. <https://doi.org/10.1177/0265407520948422>
- Tom Tong, S., & Walther, J. B. (2011). Just say “no thanks”: Romantic rejection in computer-mediated communication. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28(4), 488–506. <https://doi.org/10.1177/0265407510384895>
- Tsai, W.-H. S., & Men, L. R. (2013). Motivations and antecedents of consumer engagement with brand pages on social networking sites. *Journal of Interactive Advertising*, 13(2), 76–87. <https://doi.org/10.1080/15252019.2013.826549>
- Volk, A. A., Dane, A. V., & Marini, Z. A. (2024). Is adolescent bullying an evolutionary adaptation? A 10-year review. *Aggression and Violent Behavior*, 64, 101733.
- Walker, L. E. (1979). *The Battered Woman*. Harper and Row.
- Widom, C. S. (1989). The cycle of violence. *Science*, 244(4901), 160–166. <https://doi.org/10.1126/science.2704995>
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2003). Self-regulation and learning. In W. M. Reynolds & G. E. Miller (Eds.), *Handbook of psychology: Educational psychology* (Vol. 7, pp. 59–78). Hoboken, NJ: Wiley.