

CONCEPT CREEP

Die Vorlesung heute hat mich echt traumatisiert! Besonders der Statistik-Teil hat mich voll getriggert.

Ich möchte heute lieber mal zu Hause bleiben und einen Film gucken; das liegt an meiner Social Anxiety.

Kein Wunder, dass das mit euch nicht funktioniert. Eure Beziehung ist auch einfach toxisch. Das liegt aber vor allem daran, dass er ganz einfach ein Narzisst ist!

Dir kommen solche Aussagen aus dem Alltag bekannt vor? Dann kennst du ja schon "Concept Creep"!

Was ist Concept Creep?

Der Begriff "Concept Creep" wurde erstmals im Jahr 2016 von dem Psychologen Nick Haslam von der Universität Melbourne eingeführt; er beschreibt das Phänomen, dass sich Vorstellungen und Definitionen von insbesondere negativen menschlichen Erfahrungen stetig erweitern. Von dieser Ausdehnung sind laut Haslam vor allem psychologische Konzepte, wie zum Beispiel „Mobbing“ oder „Trauma“, betroffen.

Solche Konzepterweiterungen können in vertikaler und horizontaler Richtung stattfinden:

vertikale Ausdehnung

Weniger extreme Beispiele von Phänomenen werden in eine bestehende Kategorie aufgenommen. Zum Beispiel: Trauma ist ein Begriff, der nicht nur für die persönliche Erfahrung lebensbedrohlicher Ereignisse genutzt werden kann, sondern beispielsweise auch für das Beobachten solcher Ereignisse.

horizontale Ausdehnung

Die horizontale Ausdehnung beschreibt eine Neudefinierung von Kategorien. Dabei werden Begriffe in einem neuen Kontext angewendet.

Zum Beispiel: Sucht bezieht sich nicht mehr nur auf Substanzmissbrauch, sondern weitet sich auf Spiel- oder Sexsucht aus.

Warum gibt es Concept Creep?

Die Ausdehnung von Vorstellungen und Definitionen ist generell ein natürlicher Prozess, der durch gesellschaftliche und kulturelle Veränderungen vorangetrieben wird. Um zu verstehen, warum Concept Creep insbesondere für psychologische Konzepte stattfindet, sind vor allem zwei Stichworte von Bedeutung:

Therapy Culture

Der Begriff geht auf den Soziologen Frank Furedi zurück. Er beschreibt damit die Beobachtung, dass wir in unserer heutigen (westlichen) Gesellschaft alltägliche Probleme vermehrt aus einer emotionalen Perspektive betrachten. Dadurch fühlen wir uns häufiger machtlos, krank und hilflos und wir greifen vermehrt auf Therapie zur Problembewältigung zurück. Diese Therapy Culture führt dazu, dass wir generell sensitiver gegenüber gewissen psychologischen Begriffen sind und diese häufiger in neuen Kontexten benutzen. Dies führt zwangsläufig zur Ausdehnung psychologischer Begriffe.



Prevalence-induced concept change

Damit ist gemeint, dass Menschen ihre Konzepte erweitern als Reaktion auf eine abnehmende Exposition gegenüber Erfahrungen dieser Konzepte. Menschen in westlichen Staaten machen heutzutage immer weniger objektiv negative Erfahrungen, wodurch wir uns verstärkt auf solche fokussieren, welche zuvor als unbedenklich eingestuft wurden. Diese Entwicklung kann erklären, warum sich psychologische Konzepte auf weniger extreme Erfahrungen ausweiten.



Prevalence-induced concept change lässt sich gut an einem Experiment veranschaulichen: Teilnehmer*innen wurden eine Reihe aggressiver und neutraler Gesichtsausdrücke gezeigt und sie sollten die Bilder als "aggressiv" oder "neutral" einordnen. Wenn vergleichsweise weniger aggressive Gesichtsausdrücke gezeigt wurden, so stufen die Teilnehmer*innen vermehrt neutrale Gesichtsausdrücke als "aggressiv" ein.

Welche Konsequenzen hat Concept Creep?

Die Art und Weise, wie wir uns ausdrücken wirkt sich unmittelbar auf unsere Lebensrealität aus. Concept Creep ist also ein sprachliches Phänomen mit realen Konsequenzen. Hier die wichtigsten Auswirkungen von Concept Creep:

vermehrte Diagnosen - zum Beispiel, je mehr Erlebnisse als "traumatisch" eingestuft werden, desto häufiger tritt die Diagnose "Posttraumatische Belastungsstörung" auf.



vermehrte Nutzung psychologischer Begriffe - zum Beispiel, wenn mehr Erlebnisse als "Mobbing" eingestuft werden, dann findet der Begriff automatisch mehr Raum in unserem alltäglichen Sprachgebrauch.

Veränderungen in der Selbst- und Fremdbeschreibung - Wenn sich Bezeichnungen für unsere Erfahrungen verändern, dann wirkt sich dies auch auf unsere Identität und die Wahrnehmung anderer aus. Wenn wir unser Erlebtes als "Trauma" bezeichnen, dann sehen wir uns selbst eher als eine "traumatisierte Person".



Unterschiedliche Auffassungen von Begriffen - die Auffassungen davon, was als "Trauma" oder als "Mobbing" kategorisiert wird kann von Individuum zu Individuum unterschiedlich sein und ist stark vom Umfeld abhängig.

Ist das schlimm?

Wie ihr sicherlich schon vermutet hat, birgt diese Entwicklung gewisse Gefahren. Diese lassen sich grob in zwei Punkte unterteilen:

Verharmlosung - vor allem die vertikale Ausdehnung von psychologischen Konzepten kann zu einer Verharmlosung von extremeren Instanzen führen. Wenn wir zum Beispiel jede nervige Situation als einen "Trigger" bezeichnen, verharmlosen wir damit die eigentliche Erfahrung eines Triggers (die mit Flashbacks oder dem Wiedererleben der traumatischen Situation einhergeht!).

Negative Auswirkungen auf die Wahrnehmung des Selbst - Indem wir unsere Gefühlswelt und Probleme zunehmend in psychologischer Sprache ausdrücken, finden wir uns zunehmend in einer Opferrolle. Wenn wir zum Beispiel unsere schlechte Laune immerzu als "Depression" betiteln, kann das dazu führen, dass wir eine "depressive Identität" internalisieren; dies kann wiederum zur Verschlechterung unseres psychischen Zustands führen.

Exkurs:

Auch außerhalb der Psychologie findet Concept Creep statt: Auffassungen davon, was als beispielsweise "rassistisch" bezeichnet wird, haben sich erweitert. Aber: wie breit die Auffassung von Rassismus ist unterscheidet sich auch innerhalb einer Gesellschaft. Die unterschiedliche Auffassung sozialpolitischer Begriffe bietet fruchtbaren Boden für soziale Konflikte und politische Polarisierung.

Hat das denn auch was Gutes?

Wenn der Ausdruck Concept Creep auch negativ konnotiert ist, so hat diese Entwicklung, spezifisch in der Psychologie, auch positive Seiten! So bietet die Ausdehnung psychologischer Begriffe die Möglichkeit...

- **negative Erfahrungen zu benennen.** So war zum Beispiel die Erfahrung von "emotionalem Missbrauch" lange Zeit ein Problem ohne Namen. Die Erweiterung unseres Verständnisses von "Missbrauch" gibt Betroffenen die Möglichkeit, die Erfahrungen zu verbalisieren und Außenstehenden die Möglichkeit, sie zu verstehen.



- **Hilfe zu suchen und zu erhalten** - dieser positive Aspekt lässt sich beispielsweise am Begriff "Sucht" veranschaulichen. Was früher noch mit Alkohol oder Drogen assoziiert war, wird in der heutigen Gesellschaft auch mit Handy, Spiel oder Internetsucht in Verbindung gebracht. Dies führt wiederum dazu, dass sich Wissenschaftler*innen diesen neuen Phänomenen zuwenden und sich daraus eine Vielzahl an Behandlungsmöglichkeiten oder Maßnahmenempfehlungen ergeben.

- **soziale Normen zu ändern.** Man stelle sich vor, das Konzept von Mobbing wäre nicht auf Bereiche wie Cyber-Mobbing oder Mobbing am Arbeitsplatz erweitert worden und wäre noch immer auf den Klassenraum beschränkt. Durch die Bezeichnung dieser Erfahrungen als "Mobbing" kommen wir kollektiv zu dem Verständnis, dass Schikanen im Internet oder am Arbeitsplatz nicht in Ordnung sind.

Was nehmen wir daraus mit?

Concept Creep ist ein **natürlicher Prozess** - Sprache wandelt sich und somit auch die Realität, in der wir leben. Und genau deshalb ist der Prozess zum einen eine Chance und zum anderen möglicherweise auch schädlich.

Das Beste, was wir als Individuen also tun können, um den negativen Erscheinungen dieses Phänomens entgegenzuwirken, ist ein **reflektierter und bedachter Umgang mit unserer Sprache**. Bevor wir einen wissenschaftlichen Begriff, den wir auf Social Media aufgegriffen haben, fest in unsere Alltagssprache aufnehmen, können wir anfangen, zunächst zu recherchieren, was eigentlich mit dem Begriff gemeint ist!

Also: lasst uns achtsam mit unseren Worten sein und immerzu über unsere Wortwahl reflektieren. Denn achtsam mit unseren Worten zu sein bedeutet auch, sich selbst und andere zu schützen und aufeinander zuzugehen, anstatt sich immer weiter in unterschiedliche Realitäten zu entfernen.



Du willst mehr wissen?

Alle Infos aus dieser Broschüre stammen aus den folgenden Artikeln:

Cascardi, M. & Brown, C. (2016). Concept creeps or meaningful expansion? Response to Haslam. *Psychological Inquiry*, 27(1), 24-28.

<https://doi.org/10.1080/1047840X.2016.1111123>

Cruwys, T., & Gunaseelan, S. (2016). "Depression is who I am": Mental illness identity, stigma and wellbeing. *Journal of Affective Disorders*, 189, 36-42. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.09.012>

Furedi, F. (2016). The cultural underpinning of concept creep. *Psychological Inquiry*, 27(1), 34-39. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2016.1111120>

Harper, C. A., Purser, H., & Baguley, T. (2022). Do concepts creep to the left and the right? Evidence for ideologically salient concept breadth judgments across the political spectrum. *Social Psychological & Personality Science*. <https://doi.org/10.1177/19485506221104643>

Haslam. (2016). Concept Creep: Psychology's Expanding Concepts of Harm and Pathology. *Psychological Inquiry*, 27(1), 1-17. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2016.1082418>

Haslam, N., C. Dakin, B. C., Fabiano, F., McGrath, M. J., Rhee, J., Vylomova, E., Weaving, M., & Wheeler, M. A. (2020). Harm inflation: Making sense of concept creep. *European Review of Social Psychology*, 31(1), 254-286. <https://doi.org/10.1080/10463283.2020.1796080>

Haslam, N., Tse, J. S. Y., & De Deyne, S. (2021). Concept Creep and Psychiatrization. *Frontiers in Sociology*, 6(1), 1-8. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2021.806147>

Haslam, Vylomova, E., Zyphur, M., & Kashima, Y. (2021). The cultural dynamics of concept creep. *The American Psychologist*, 76(6), 1013-1026. <https://doi.org/10.1037/amp0000847>

Herrmann, S. (2022). Psychologie: Früher war alles besser. Verfügbar unter Psychologie: Früher war alles besser? - Wissen - SZ.de (sueddeutsche.de) [05.01.2023].

Herrmann, S. (2022). Psychologie: Werden wir immer empfindlicher?. Verfügbar unter Psychologie: Werden wir immer empfindlicher? - Wissen - SZ.de (sueddeutsche.de) [05.01.2023].

Levari, D. E., Gilbert, D. T., Wilson, T. D., Sievers, B., Amodio, D. M., & Wheatley, T. (2018). Prevalence-induced concept change in human judgment. *Science*, 360(6396), 1465-1467. <https://doi.org/10.1126/science.aap8731>

Vorsamer, B. (2022). Psychologie und Sprache - Über Trigger, Trauma und Alltagsprobleme. Verfügbar unter [Psychologie und Sprache: Über Trigger, Trauma und Alltagsprobleme - SZ.de \(sueddeutsche.de\)](https://www.sueddeutsche.de) [05.01.2023].

