

### Auf Immerwiedersehen

Es gibt wenig Tröstlicheres, als sich stets dieselben Filme und Serien anzuschauen. Über das Phänomen *Comfort Binge*



(1) Warum zahle ich eigentlich jeden Monat Geld an Streamingdienste, bei denen ich mir Hunderte Serien und Filme anschauen kann? Denn wenn ich mich nach der Arbeit mit dem Laptop auf mein Sofa setze, läuft es so ab: Ich öffne Netflix. Ich scrolle mich durch die Startseite mit den neuen Filmen und Serien. Ich schaue mir zwei, drei Trailer an. Ich entscheide mich für einen Film, lasse ihn  
5 starten ... und habe nach fünf Minuten keine Lust mehr. Ich klicke mich zurück zur Startseite – und wähle wieder die Serie *Friends*, die ich schon fünfzehn oder zwanzig Mal gesehen habe. Ja, alle 236 Folgen.

(2) Im amerikanischen Raum gibt es endlich einen Namen für den allabendlichen  
10 Ablauf auf meinem Sofa: *Comfort Binge*. So bezeichnete die Autorin Alexis Nedd die Serien, die man sich immer wieder anschaut, wenn man gerade etwas erschöpft oder faul ist. Die Serien sollen uns in diesem Moment nicht unterhalten oder überraschen, sondern mit vertrauten Stimmen und Handlungen berieseln. „Beim *Comfort Binge* geht es darum, mit minimalem Aufwand größtmögliches  
15 Vergnügen zu bekommen“, schreibt Nedd.

(3) Was ich mir immer wieder ansehe, ist mir ähnlich vertraut wie meine Wohnzimmereinrichtung. Ich weiß, wie sich der Stoff meines Sofas auf der Haut anfühlt, wie warm die Decke ist, unter die ich mich kuschle, und wie der Wein schmeckt (ich kaufe mir immer dieselben Sorten). Es ist kein Wunder, dass es  
20 mich tröstet, wenn auf meinem Bildschirm etwas Vertrautes läuft. Etwas, was mich nicht fordert und bei dem ich nebenher mit dem Handy WhatsApp-Nachrichten beantworten und durch Bilder bei Instagram scrolle kann.

(4) Wenn ich mir etwas Neues aussuche, fürchte ich, dass ich mir den Abend verderben könnte, weil der Film oder die Serie nicht zu der Halbaufmerksamkeit  
25 und der dösen Stimmung passt. Obwohl sich der Algorithmus der Streamingdienste wirklich Mühe gibt, mir neue Formate anzupreisen. Netflix zum Beispiel

empfiehlt mir ja Serien und Filme, die genau zu meinem Geschmack passen sollen. Ich ahne, dass der Algorithmus das gar nicht schlecht macht. Aber ich habe an den meisten Abenden keine Lust, eine Entscheidung zu treffen.

30 **(5)** Diese Entscheidungsunwilligkeit ist ein Phänomen, das der US-Psychologe Barry Schwartz in einem Vortrag als „Paradoxon der Wahlmöglichkeiten“ erklärt: Je besser die Optionen sind, zwischen denen sich Menschen entscheiden müssen, desto schwieriger fällt es ihnen, überhaupt eine Entscheidung zu treffen. Schwartz erklärt es am Beispiel einer Jeans: Selbst wenn er im Laden  
35 eine gut sitzende Hose findet, ahnt er, dass es bei all den Jeans vermutlich irgendwo eine noch besser sitzende gegeben hätte.

**(6)** Mir fällt es sogar schwer, auf Serientipps aus dem Bekanntenkreis zu vertrauen. Ich glaube, dass man eher Dinge empfiehlt, die sozial erwünscht sind, und nicht die, die einen wirklich glücklich machen. Ich mag abends lustige  
40 Wohlfühlunterhaltung. Ich bin nicht stolz darauf, natürlich fände ich es besser, wenn ich mich auch an einem Dienstag um 19 Uhr für gesellschaftsrelevante Dramen über die Abgründe des Bankenwesens interessieren würde. Aber so tickt mein Kopf leider nicht, wenn ich gerade aus einer Schüssel die zusammen-  
gemischten Gemüsereste vom Vortag esse.

45 **(7)** Wenn ich dazu *Friends* einschalte, stimmt der Titel für mich: Es kommt mir fast vor, als verbrächte ich Zeit mit Freunden. Ich glaube, dass die 10 des *Comfort Binge* auch zu weiten Teilen mit dem Gefühl zusammenhängt, Menschen wiederzusehen, an denen man hängt.

**(8)** Wenn ich eine neue Serie anfangen kann, kann ich gar nicht im gleichen Maße mit  
50 den Protagonisten mitfiebern – einfach, weil ich mich erst mit ihnen anfreunden muss. Ich müsste ihnen eine Chance geben, mich auf sie einlassen. Aber da geht es mir wie bei Freundschaften im echten Leben. Ich finde neue Leute oft erst etwas dubios. Bis ich sie so lieb gewinne, dass ich nur noch mit ihnen Zeit verbringen möchte. Wenn, ja wenn ich es so weit kommen lasse.

55 **(9)** Verlieren mit dem *Comfort Binge* die Serien und Filme nicht ihren Sinn? Sind Witze nicht darauf ausgelegt, dass mich ihre Pointe überrascht, und lebt Spannung nicht davon, dass ich das Ende der Geschichte nicht kenne? Jein. Der US-Autor Steven Johnson beschreibt im Buch *Neue Intelligenz*, dass Unter-  
haltungsserien so kompliziert geworden sind, dass sie einen dafür belohnen,  
60 wenn man sie sich mehrmals anschaut, weil man erst dann alle Anspielungen verstehen und die Eleganz der verschiedenen verknüpften Handlungsstränge würdigen kann.

**(10)** Ich kapiere inzwischen wirklich alle Insiderwitze von *Friends* – wogegen  
mich eine unbekannte Handlung bei meiner Feierabendmüdigkeit überfordern  
65 würde. Also schaue ich lieber noch mal dabei zu, wie Ross seinen Sohn Ben in einem Gürteltierkostüm überrascht, weil alle Weihnachtsmannanzüge zwei Tage vor Heiligabend schon ausgeliehen waren und er ihm trotzdem eine Freude machen wollte.

*naar: Süddeutsche Zeitung Magazin, Nr. 19.2019*