



„...es ist für die elektronischen Medien unmöglich, irgendwelche Geheimnisse zu bewahren. Ohne Geheimnisse aber kann es so etwas wie Kindheit nicht geben“ (Neil Postman, 1987)

Langeweile – oder wie uns die digitale Unterhaltung Freizeit und Freiheit raubt

Langeweile ist der Erzfeind der Spassgesellschaft. Wir leben in Multimedia, dem Land des Konsumüberflusses das uns mit immer neuen Verlockungen verspricht: Kauf dir immer das Neuste, dann wirst du weiterhin glücklich sein und ein spannendes Leben führen. Eigentlich wissen wir doch aber längst, dass auch der beste Film oder das tollste Produkt unsere innere Leere nicht füllt. Konsum macht nicht satt und zufrieden, er ist eine Dauerenttäuschung, die uns von uns selber und dem wirklichen Leben entfremdet. Es ist doch eher die Dauerberieselung, die unsere Sinne überreizt, abstumpft und uns somit in einen Zustand konstanter Unzufriedenheit versetzt. Diese Unzufriedenheit wahrzunehmen ist sehr unangenehm, deshalb berieseln sich die Meisten einfach lieber weiter.

Was aber ist eigentlich Langeweile? ***Das unangenehme Gefühl, das durch erzwungenes Nichtstun hervorgerufen wird, oder bei einer als monoton oder unterfordernd empfundenen Tätigkeit aufkommen kann***, belehrt mich das Lexikon.

Ich möchte hier die beiden Zustände unterscheiden und näher ansehen: Das erzwungene Nichtstun und die monotone, unterfordernde Tätigkeit.

Erzwungenes Nichtstun ? Wie oft und wie lange befinden wir uns heute noch in einem solchen Zustand ? Stundenlange Wartezeiten an Schaltern, Haltestellen, auf Personen, Informationen, das alles kennen wir längst nicht mehr. Und die oft nur minutenlangen Wartezeiten werden mit dem Smartphone oder den Gratiszeitungen überbrückt. Im Zug nach Zürich sehe ich selten jemanden der nichts tut, ja mir scheint, sich dem Nichts auszuliefern hält niemand mehr länger als 2 Minuten aus.

Dann folgt der nächste Blick aufs Handy und schon ist man dem Nichts entkommen. Und sowieso ist im urbanen Lebensraum das Nichts abgeschafft. Auch ohne eigenes Gerät flimmert und wummert es eigentlich dauernd rund um uns, als wäre Lärm und hektisches Treiben in der Stadt nicht alleine schon eine Reizüberflutung unserer Sinne. Wir rennen durchs Leben, von Termin zu Termin, dauererreichbar für alle Pflichten, Fragen und Informationsflutwellen.

Scheinbar haben wir das erzwungene Nichtstun besiegt.

Wie ist es aber mit den monotonen, unterfordernden Tätigkeiten?

Scrollen, klicken, Displays streicheln, glotzen. Sind das herausfordernde Tätigkeiten, Hürden, die zu meistern uns tief befriedigt? Die bewegten, flimmernden Bilder, der Infoschwall locken, fesseln uns zwar. Was wir dann tun sind aber mehrheitlich monotone Tätigkeiten, die uns in keiner Weise fordern – im Grunde pure Langeweile.

Surfen ist eine virtuelle Tätigkeit, die uns weg von hier und uns bringt. Also aus dem hier und jetzt gesehen tun wir eigentlich nichts, mehr noch, wir sind abgemeldet. Immer mehr Menschen laufen als einarmige I-Phoneständer durch die Welt, angekabelt, ihre Anwesenheit auf das physisch mögliche Minimum reduziert. Weg von sich, weg von uns. Wenn die Präsenz schwindet, verschwinden auch Wahrnehmung, Mitgefühl, Beziehungsfähigkeit. Wir tun also immer weniger das, was wir hier, in unserem Leben zu tun hätten. Die neuen Medien verführen uns zum zwanghaften Nichtstun in dieser Welt. Et voilà! Ich schreibe die Definition neu, was Langeweile ist: ***Das unangenehme Gefühl als Bewohner von Multimedia, das durch die Verführung zum Nichtstun und den dauernden Zwang zu monotonen und unterfordernden Tätigkeiten hervorgerufen wird.***

280 Millionen Handysüchtige weltweit titelte kürzlich der Blick (als süchtig gelten in der zitierten Studie alle, die täglich mehr als 64 mal ihr Handy zücken). Bei 20-Minuten schlugen die Bademeister Alarm: Immer mehr müssen Kleinkinder gerettet werden, weil Eltern statt sie zu beaufsichtigen am Smartphone, also abwesend sind.

Stopp, Zeit die Stecker zu ziehen! Es ist mit unseren geistigen Kräften genau dasselbe, wie mit den körperlichen: wenn sie nicht mehr gefordert werden verlieren wir sie. Und was uns in unserem Innersten nur langweilt taugt erst recht nicht für die Kinder – junge Menschen, die ihre Sinne, Motorik, Gehirn, Sozialverhalten noch entwickeln müssen.

All dies kann nicht am Bildschirm geschehen, also geschieht es auch immer weniger.

Wie wecken wir unsere Geister und die der Kinder?

Wir befreien sie von ungefragten Informationen und Reizen. Wir nehmen den Geräten die Macht und verbannen sie an die wenigen Orte, wo sie uns als Arbeitsgerät stärken und wirklich von Nutzen sind.

Wir wenden unsere Aufmerksamkeit ins Hier und Jetzt, zu den Menschen und Dingen um uns.

Wir legen die Kinder nicht still sondern lassen sie mit und ohne uns die Welt entdecken. Raus auf die Strasse, in den Wald, an den See. Ohne App die uns führt, dafür mit realen Spielen, Taschenmesser, Streichholz und wachen Sinnen.

Wir erzählen schon den Kleinsten regelmässig Geschichten, so dass sie ihre innere Bilderwelt erschaffen können.

Wir lassen aber auch Leere, stille Momente zu. „Mir isch längwilig!“ rufen Kinder manchmal. Da ist unsere Präsenz gefordert, wahrzunehmen was das Kind nun gerade nötig hat: Möchte es gemeinsam was machen, ist es einfach müde, hungrig, braucht es einen Szenenwechsel nach draussen?

Vielleicht nichts von allem. Dann darf ich ihm die Leere auch zumuten, sie ist oft auch ein Tor zur eigenen Tiefe und Kreativität. Oft schon nach wenigen Minuten ist das Kind wieder ins nächste Spiel vertieft.

Schöpferische Pausen sind lebenswichtig und nicht zu verwechseln mit Langeweile. In ihrem neuen Buch „Begleitungskunst in Eltern-Kind-Gruppen“ schildert Maria Luisa Nüesch eindrücklich, wie heute häufig schon Babies und Kleinkinder bespielt und unterhalten werden. So machen wir sie bereits am Lebensanfang zu Konsumenten und Zuschauern, die das freie Spiel aus sich selber gar nie lernen, ihre eigene innere Bilderwelt nicht entwickeln können.

Weiter geht es später mit dem zukunftsgerichteten Förderwahn in der Freizeit. Als ob mit Schule und Hausaufgaben die Kinderagenden nicht schon voll genug mit Dingen wären, die das Kind nicht frei gewählt, aus seinem Innern entwickelt hat.

Mit Unterhaltung werden wir die Langeweile im Leben also nicht los, wir erschaffen sie damit.

Wenn wir aufhören sie vermeiden zu wollen, wird es nicht langweilig, sondern wir schaffen uns Raum für Musse: Für freie, bewusste Tätigkeiten, also wirkliche Freizeit. Nur so kann unsere Präsenz und Zuwendung im Moment wieder wachsen. Nur so finden wir zurück zu unseren inneren Quellen, Gefühlen und unserer Inspiration. Nur so können Kinder und wir herausfinden, wer wir sind und was wir eigentlich wollen. Nur so werden wir freie Menschen.

Christian Wirz

Christian Wirz



MenschenBildung – Kindern begegnen

Blümlimattweg 23, 3600 Thun

T 033 534 31 34 | info@menschenbildung.ch | www.menschenbildung.ch