



Langeweile stirbt aus: Verlernen wir das Warten?

Experten warnen vor einem Kulturverlust.

Berlin (dpa): Das Warten stirbt aus. Jedenfalls das reine Warten ohne Ablenkung durch Internetsurfen, Chatten, Spielen. Beim Zahnarzt mag das seine Vorteile haben. Doch Experten warnen vor einem Kulturverlust.

Auf den Bus warten, an der Kasse stehen, im Stau stehen - dabei werden viele ziemlich ungeduldig, meist greifen sie dann zum Smartphone. Mono-Tasking-fähig sind nur wenige.

Viele können es sich gar nicht mehr vorstellen: In der Arztpraxis, an Bushaltestellen und auf Amtsstuben verbrachte man früher geraume Zeit mit Warten. Warten im Sinne von Nichtstun. Gegen die Wand starren. In den Himmel schauen. Leute beobachten. Ausharren und sich in Geduld üben.

Heute gibt es das praktisch nicht mehr, weil nahezu jeder mit einem Smartphone ausgestattet ist und sich die Zeit mit Surfen, Chatten oder Spielen vertreibt. Das Ende der Langeweile - eine Erlösung?

Dazu meint der Philosoph Stefan Gosepath: «Wenn wir das Warten verlernen würden, wäre das ein kultureller Verlust.»

Warten können hat etwas mit Selbstdisziplin zu tun. Heute können viele noch nicht mal fünf Minuten an der Supermarktkasse warten, ohne das Handy zu zücken. Und wenn das aus irgendeinem Grund nicht gehen sollte - kein Empfang, Hände voll - dann werden sie ganz ungeduldig.

Und das löst Stress aus. «Stress ist ein Überlebensmodus, der entweder Kampf, Flucht oder Totstellen nach sich zieht», erklärt Diplom-Pädagogin und Coach Miriam Born aus Hamburg. Die drei Optionen sind weder für die Bushaltestelle noch für die Supermarktschlange geeignet.

«Das Warten - so unangenehm es sein konnte - hatte etwas Positives», meint der Kommunikationswissenschaftler Peter Vorderer von der Universität Mannheim. «Das war dieses Moment der Kontemplation. Ein Moment der Pause. Man ließ die Welt auf sich wirken. Man konnte nachdenken. Dass das verschwindet, ist sicherlich ein Problem. Das wird etwas sein, das uns nachhaltig verändern wird.»

Zum einen kann es das Denken beeinträchtigen. Von Kindern weiß man, dass sie nicht kreativ sein können, wenn sie jeden Tag ein vollgepacktes Programm haben. Sie brauchen die Langeweile, um selbst Ideen zu entwickeln. Erwachsene dürften da nicht so viel anders sein.

«In der Erfahrung des Wartens kann eine Chance liegen», meint Gosepath, Professor an der Freien Universität Berlin. «Man braucht die Phasen des Nichtstuns, auch der Langeweile, zum Beispiel während einer Fahrt in der U-Bahn, um seinen Gedanken freien Lauf zu lassen. Was man sonst fast nur beim Psychotherapeuten hat.»

Man schaut aus dem Fenster, die Gedanken gleiten weg - und plötzlich hat man einen guten Einfall. Plötzlich weiß man, wie man etwas anpacken muss. «Das ist natürlich nicht garantiert, aber wenn man keine Gelegenheiten schafft für solche Gedanken, dann kommen sie auch nicht», sagt Gosepath. «Man muss ihnen Raum geben.»

Nutzen Sie also Wartezeiten positiv, tun Sie nichts, langweilen Sie sich. Und falls Sie auf der nächsten Reise Wartezeiten haben, wissen Sie: Dies ist Ihre ganz persönliche Zeit.