



Körper-Stiftung // KörperForum // Rückblicke // 2010

## Rückblicke 2010

### Zeit – lernen, mit ihr umzugehen

11. Februar 2010

In seinem jüngsten Buch lässt der Berliner Wissenschaftsautor Dr. Stefan Klein nicht nur die Zeit des italienischen »Universalgenies« Leonardo da Vinci wiederauferstehen – er zeigt auch auf, was die Gegenwart von ihm lernen kann: Die Verknüpfung verschiedenster Wissens- und Forschungsgebiete zu einem neuen Ganzen, das anders denken lässt. Stefan Klein selbst hat sich dieses multiperspektivische Prinzip längst zu Eigen gemacht: Er studierte Philosophie und Physik, suchte wissenschaftsjournalistisch bereits nach dem Glück und lehrte den Zufall neu zu betrachten. 2008 wandte er sich einem weiteren Phänomen zu, dessen Allgegenwärtigkeit die Gegenwart zu determinieren scheint: Der Zeit.



Begeisterte Zuhörer im KörperForum  
(Foto: Jann Wilken)

Im Anschluss an eine von der Körber-Stiftung gemeinsam mit der Arbeitsgemeinschaft bundesweiter Schülerwettbewerbe ausgerichteten Fachtagung zum Thema »Lernzeit – ein knappes Gut?« thematisierte der ehemalige SPIEGEL-Redakteur vor einem rund 260-köpfigen Publikum im Körper-Forum den gegenwärtigen Umgang mit Stunden und Minuten – und forderte: »Wir brauchen eine neue Kultur der Zeit!«



Eine häufig geäußerte Forderung: Der Ratgebermarkt boomt vor Büchern zum Umgang mit dem raren Gut und Initiativen wie »Slow Food« haben sich zu – auch ökonomisch – relevanten Bewegungen entwickelt. Klein allerdings schließt sich nicht den Mainstream-Rufen nach »Entschleunigung« an. Weit davon entfernt, die Zeit auszublenden, ist ihm an einem wissenschaftlich motivierten, reflektierteren Umgang mit ihr gelegen.

Wenn das einstmals schwarz-weiß über die Fernsehschirme flimmernde »Raumschiff Orion« in der Kino-Neuaufgabe nur noch halb so lang für seinen Aufstieg vom Meeresboden ins Weltall benötigt, »können Sie daran feststellen, dass sich unser Leben in den letzten dreißig Jahren enorm beschleunigt hat«, konstatierte der Autor.

Doch Benjamin Franklins Feststellung »Zeit ist Geld« scheint Klein alles andere als zeitgemäß: »Das ist eine Metapher aus dem Frühkapitalismus«. Die Betrachtung der Zeit als temporales Äquivalent zu Kapital sieht der Autor als sprachlichen Ausdruck einer dysfunktionalen Zeit-Vorstellung. Dieses tief verwurzelte Leitbild unterwerfe menschliches Handeln allein der »äußeren Zeit«, der »Zeit der Uhren«. Diese äußere Zeit allerdings könne kaum mit subjektiven, genetisch bedingten und unveränderlichen Veranlagungen synchronisiert werden. Die »innere Zeit« sei die Eigenzeit unseres Organismus – zu bestimmten Zeiten laufe der Körper zu Höchstform auf und sei zu anderen deutlich weniger leistungsfähig. Diesen Rhythmen gelte es gerecht zu werden.

Ein adäquater Umgang mit der »inneren Zeit« sei jedoch selten, stattdessen der falsche Umgang mit Zeit in unserer Gesellschaft nicht nur verbreitet, sondern Klein zufolge sogar institutionalisiert worden: »Wir machen in unserer Gesellschaft ein riesiges Experiment, wie Leben gegen die innere Uhr möglich ist: Schule«, so der Autor kritisch. In den ersten Schulstunden sei die Leistungsfähigkeit v.a. pubertierender Schüler – biologisch bedingt – gering. »Das hier ist ein dringendes Plädoyer für einen späteren Schulbeginn – zumindest in höheren Klassen. Und dies gerade angesichts der Lernzeitverkürzung.«



Dr. Stefan Klein gewährte spannende Einblicke in die »innere Uhr« des Menschen (Foto Jann Wilken)

Klein ging ebenfalls auf das Phänomen des »Zeitdrucks« ein und konstatierte: »Beim Zeitdruck ist Zeit gar nicht wirklich das Problem«. Vielmehr sei Zeitdruck eine Überlastung des Gehirns, in dem die »Managerfunktion« versage, etwa dann, wenn der Mensch viele Dinge gleichzeitig erledigen wolle. Angesichts dieses Befunds überrasche es kaum, dass die sogenannte »Multitasking«-Fähigkeit der Wissenschaft zufolge ein reiner Mythos sei. »Multitasking« sei eben nicht, wie der Begriff suggeriere, ein gleichzeitiges Erledigen mehrerer Aufgaben, sondern ein beständiges Springen zwischen verschiedenen Aufgaben. »Aber jeder Sprung macht einen Informations-Reload im Gehirn notwendig.«



Engagiert diskutierte das

Neben dem Problem eines wahrgenommenen »Zeitdrucks« existiere zudem noch das Phänomen des »Stress«. »Stress ist kein Zeitmangel, Zeitmangel allein löst keinen Stress aus«, erklärte Klein. Vielmehr sei Stress Kontrollverlust, er resultiere primär aus Fremdbestimmung und/oder mangelnder Motivation. Für eine »neue Kultur der Zeit«

sollten wir unterschiedliche »Leistungszeiten« respektieren, einander die maximale Souveränität über Zeit zugestehen, statt »Entschleunigung« das ein »Kultivieren der Muße« üben und im Einklang mit der Körperzeit zu leben versuchen. Überdies: »In unserer Kultur ist die Dauerhaftigkeit ein Wert an sich«, so Klein. Davon profitiere der Umgang mit Vergangenen und das Nachdenken über die Zukunft – die Gegenwart komme hierbei jedoch etwas zu kurz.

---

© 1996-2010 | **Körper-Stiftung**