

artigen Spieler, sondern auch auf die gutgesinnten, „lustigen“ hören und schauen, daß wir die Schönheit der Schöpfung, die – gerade jetzt im Frühjahr – immer noch recht lebendig aufbricht, wahrnehmen und uns über dieses schöne Spielzeug Gottes freuen.

Zum Schluß noch eine nette Geschichte: Im Herbst 1959 – ich selbst war gerade neu als Redakteur an das Lexikon für Theologie und Kirche nach Freiburg gekommen – besuchte Karl Rahner mit Heinz Schuster und Herbert Vorgrimler meine Mutter in der Wildschönau (Tirol). Neben meinem Elternhaus hatte eine meiner Tanten ein Café, in dem damals ein Musikautomat stand. Rahner war von diesem Spielzeug so fasziniert, daß er lange dabei stand und einen Schilling nach dem anderen hineinwarf, um verschiedenste Musikstücke auszuwählen und die Technik zu studieren . . . ein homo ludens.

Artikel

Horst W.
Opaschowski
Am besten
mehrere Leben
leben?

Der vermessene
Traum eines hybriden
Menschen

„Der gehetzte Konsument lebt zunehmend nach der Devise ‚Mehr tun in gleicher Zeit‘.“ Die psychosozialen Folgen betreffen vor allem auch die Kinder; gestreßte Jugendliche werden aggressiver. Aber trotz der Flut an neuen Medien werden auch Bücher gelesen und vor allem (als Nachschlagewerke u. ä.) benutzt. Für ein „Leben im Gleichgewicht“ gibt es also durchaus Möglichkeiten. Dazu am Schluß einige Regeln. red

„Wir beschließen, uns rascher zu verbrauchen.
Wir steigern das Lebenstempo, bis die Menschen
mit dreißig senil sind.“

George Orwell: „1984“ (Roman), 1949

1. Alles sehen – nichts
verpassen: Der
gehetzte Konsument

Wieviel Beschleunigung kann der Mensch ertragen? Die junge Generation wächst heute in einer Zeit beschleunigten sozialen Wandels auf. Bei diesem Tempo wird es für sie immer schwieriger, nicht aus dem Gleichgewicht zu geraten. Die Medien agieren dabei als *Turbo-Beschleuniger* und lassen Kinder und Jugendliche glauben, sie kämen dauernd zu spät. Dies ist ein Phänomen in allen westlichen Industrieländern, wofür der amerikanische Ökonom Edward Luttwak 1995 den Ausdruck *„Turbo-Kapitalismus“* prägte (vgl. Die Weltwoche vom 31. August 1995). Gemeint ist damit die außergewöhnliche Geschwindigkeit

keit der gesellschaftlichen Veränderung als Folge der Globalisierung der Wirtschaft. Das gesamte soziale Leben wird diesem schnellen technologischen Wandel untergeordnet – vom Verlust des Arbeitsplatzes über die Auflösung sinnstiftender Gemeinschaften bis zur Auflösung der Familie. Das „horrende Tempo“ (Luttwak) wird zum Trauma für einen Großteil der Bevölkerung.

Immer mehr Menschen können bei diesem Entwicklungstempo nicht mehr mithalten; sie resignieren oder verweigern sich dieser Hektik. Ganz anders das Verhalten der nachwachsenden Generation, die spontan sein will und *Instant-Reaktionen* nicht scheut. Wer in der Jugend „in“ und auf der Höhe der Zeit sein will, muß permanent Mobilität und Flexibilität unter Beweis stellen. Hans-Peter Martin und Harald Schumann bringen in ihrer Untersuchung über die *Globalisierungs-Falle* ein solches Verhalten auf den Punkt: „Im internationalen Wettbewerb verändert sich das Warenangebot so schnell, daß selbst Dreißigjährigen die Konsumwelt von wenige Jahre jüngeren Teenagern fremd ist. Unterhaltungs- und Computerelektronik überfordern das Verständnis“ (Martin/Schumann 1996, 250 f). Daraus folgt: Bei diesem beängstigenden Lebenstempo bleiben viele Menschen auf der Strecke, weil sie der Hetze und dem Erwartungsdruck auf Dauer nicht gewachsen sind. So droht eine Orwell-Vision Wirklichkeit zu werden: „Wir beschließen, uns rascher zu verbrauchen. Wir steigern das Lebenstempo, bis die Menschen mit dreißig senil sind . . .“ (Orwell 1949, 271).

Die Medien haben die Lebensgewohnheiten der Menschen grundlegend verändert, wenn nicht gar revolutioniert. Auf dem Weg in das 21. Jahrhundert kündigt sich jetzt eine zweite Medien-Revolution an: Vielzahl und Vielfalt neuer Medien (Kabel-, Satellitenprogramme, Privatsender, Video, Computer u. a.) drohen fast das Zeitbudget aus den Angeln zu heben. Für „eine“ Sache bleibt immer weniger Zeit. Der gehetzte Konsument lebt zunehmend nach der Devise „*Mehr tun in gleicher Zeit*“. Die alte Lebensregel „Eine Sache zu einer Zeit“ wird nach dem Jahr 2000 in Vergessenheit geraten, so wie heute das Aus-dem-Fenster-Schauen zum Relikt vergangener Zeiten geworden ist.

Das knapper werdende Zeitbudget Der Konkurrenzkampf der Anbieter um das Zeitbudget vor allem der jungen Konsumenten wird immer härter. Das Zeitbudget wird in Zukunft mindestens so knapp und kostbar wie das Geldbudget sein. Die 14- bis 24-jährigen entwickeln sich zu einer neuen Generation von Medienkids, die *alles sehen, hören und erleben* und

vor allem im Leben nichts verpassen wollen. Die jungen Leute nehmen sich etwa genausoviel Zeit für Fernsehen (90%) und Radiohören (69%) wie die übrige Bevölkerung auch (TV: 92% – Radio: 69%): Zusätzlich und oft zeitgleich nutzen sie andere Medien in ihrer Freizeit: Sie sehen fast doppelt so viele *Videofilme* (48% – Gesamtbevölkerung: 26%) und nehmen sich deutlich mehr Zeit für das Hören von *CDs und Musikkassetten* (73% – Gesamtbevölkerung: 41%). Selbst für das Bücherlesen haben sie noch mehr Zeit (+ 2 Prozentpunkte).

Zugleich stellen sie die Diskussion um einen möglichen Verfall der Lesekultur in einem anderen Lichte dar: Bestimmte Bücher werden von der jungen Generation nicht mehr nur gelesen, sondern auch „benutzt“: Jeder fünfte Jugendliche (20%) greift regelmäßig während der Woche zum *Lexikon* oder *Nachschlagewerk*. Die öffentliche Kritik darüber, daß die meisten Jugendlichen heute kein „gutes Buch“ mehr lesen, hat eher die schöngestige Literatur im Blick.

Das Informationszeitalter fordert seinen Tribut. Die Einstellung zum Medium Buch wird pragmatischer und läßt unterschiedliche Nutzungsmöglichkeiten zu: Ein Buch „muß“ nicht mehr nur gelesen, es darf ruhig auch „benutzt“, „gebraucht“ und „konsumiert“ werden. Die wachsende Bedeutung der Lexika, Nachschlagewerke, Sachbücher, Ratgeber- und Hobbyliteratur stellt die Leseforschung vor neue Aufgaben.

Fast jeder dritte Jugendliche im Alter von 14 bis 24 Jahren beschäftigt sich zudem mit dem *Computer* (30% – Gesamtbevölkerung: 14%) und jeder sechste findet an *Videospielen* Gefallen (17% – Gesamtbevölkerung: 5%). Die Entwicklung neuer Technologien und die Verbreitung der elektronischen Medien haben viele Freizeitbeschäftigungen attraktiver gemacht, den Freizeitkonsumenten zugleich aber Streß und Hektik beschert: Die Frage „Was zuerst?“ oder „Wieviel wovon?“ beantwortet der gestreßte Konsument in seiner Zeitnot mit Zeitmanagement: In genausoviel Zeit werden mehr Freizeitaktivitäten „hineingepackt“ und untergebracht, schnell ausgeübt oder zeitgleich erledigt. Die neue Medien-Generation agiert nicht alternativ – z. B. PC-Nutzung *statt* Bücherlesen oder Video *statt* Radio. Für sie heißt es eher: Video + Radio + Computer + Buch + Free TV + Pay TV + Teleshopping + Einkaufsbummel . . . *Sie will alles und von allem noch viel mehr.*

2. Die psychosozialen Folgen: Das Kind wird zum Scanner

Die psychosozialen Folgen bleiben nicht aus. Wegen der Fülle und Vielfalt der Angebote können viele Eindrücke und Informationen nur noch konfettiartig nebeneinander

aufgenommen werden: *Kennzeichen einer Konfetti-Generation*. Die Impressionen bleiben bruchstückhaft und oberflächlich. Zwischen Wortfetzen und Bildsplintern hin- und hergerissen hat sie am Ende nur wenig Zusammenhängendes gehört und gesehen. Mit der Gewöhnung an das Trommelfeuer ständig neuer Reize bekommt selbst das Außergewöhnliche den Charakter des Vorübergehenden – auf dem Weg zum nächsten Ereignis. Sobald etwas uninteressant zu werden droht, springt der Konsument einfach weiter. So muß die „Hopping-Manie“ unweigerlich in Überreizung enden. Der hastige Konsument kommt nicht zur Ruhe. Innere Unruhe weitet sich zum Dauerstreß aus. Der Wunsch kommt auf: „Am besten mehrere Leben leben“ (Popcorn 1992) – der vermessene Traum eines hybriden Menschen.

Das Tempo der heutigen Medien (MTV, Video-Software, Multimedia-Computer-Programme u. a.) überschüttet Kinder und Jugendliche mit einer immer schnelleren Abfolge von Bildern und Informationen. Infolgedessen bringt unsere Kultur eine ganz neue Medien-Generation hervor – die „*Kurzzeit-Konzentrations-Kinder*“. Diese KKK-Generation entwickelt ganz spezifische Konzentrationsstrategien, damit sie die Bilderflut und das Informationstempo überhaupt noch verarbeiten kann. Pointiert: *Das Kind wird zum Scanner*, d. h., das Aufwachsen in einer reizüberfluteten Umwelt zwingt das Kind, auch das eigene Leben zu scannen.

Wie beim Scanner „liest“ das Kind die Vielzahl der optischen und akustischen Signale des Lebens selektiv und subjektiv ab, um die Eindrücke überhaupt psychisch verarbeiten und speichern zu können (vgl. Schwartz 1973). Es kann in einer „*Zu-viel-isation*“ (Tangens/Glaser 1996) nur bestehen, wenn es eine neue Lebenstechnik beherrscht oder erlernt: Scannen – damit kann sich das Kind gegen das Zuviel der Reize wehren, indem es nur noch das wahrnimmt, was ihm persönlich wichtig erscheint. Alles Un-Wichtige wird ausgeblendet und für Lang-Atmiges bleibt einfach keine Zeit.

Für die Zukunft ist zu befürchten, daß sich unsere westliche Kultur zu einer *Kurzzeit-Konzentrations-Kultur* entwickelt: Immer mehr Menschen sind dann nicht mehr in der Lage, sich über längere Zeiträume mit den gleichen Dingen zu beschäftigen. So wächst folgerichtig eine Generation heran, die von klein auf ein KKK-spezifisches Konsumentenverhalten erlernt: Der ständig wechselnden Informations- und Bilderflut der Massenmedien entspricht dann ein ständig wechselndes Spielzeug im Kindesalter, ein ständig wechselnder Freundeskreis im

Jugendalter sowie ständig wechselnde Partner im Erwachsenenleben:

* „Man kann nicht genügend Leute kennenlernen.“

* „Ständig, ich kann nicht anders. Ich gehe immer auf die Leute zu, lade sie ein.“

Freunde und Bekannte wechseln wie Werbespots und Freizeit-Zubehör. Viele und wechselnde Kontakte werden zur Manie. Dies bleibt nicht ohne Folgen für die Dauer und Intensität der sozialen Beziehungen. Der Freundes- und Bekanntenkreis wird relativ instabil, leicht austausch- und ersetzbar. Mit dem Szenen-Wechsel ändert sich auch die Freizeit-Clique. „Kontakten“ wird zum Zugzwang: „Man muß immer neue Typen aufreißen.“ Die Oberflächlichkeit der Beziehungen ist vorprogrammiert.

3. Grenzenlose Reizüberflutung und wachsende Aggressivität

Bei den Jugendlichen ist schon heute eine zunehmende Aggressivität nachweisbar. Jugendliche werden vor allem dann aggressiv, wenn sie nicht in Ruhe gelassen werden. Jeder zweite Jugendliche in Deutschland gerät in Wut, wenn er in seiner Freizeit von anderen gestört wird oder den eigenen Aktivitäten nicht nachgehen kann, weil er auf andere Rücksicht nehmen muß. Viele Jugendliche können sich aus dem selbstgemachten Streß nur mehr durch Sich-Abreagieren befreien. Sie haben zunehmend das Gefühl, daß ihnen die Zeit davonläuft.

Und je vielfältiger die Konsum- und Medienangebote werden, desto stärker wachsen auch ihre persönlichen Wünsche. Wenn ihnen dann alles zuviel wird, weil sie sich zu viel vorgenommen haben, werden sie ein *Opfer ihrer eigenen Ansprüche*: 28 Prozent aller 14- bis 19jährigen Jugendlichen können sich dann nur noch mit Aggressionen helfen. Die innere Unruhe und Unzufriedenheit mit sich selbst „muß raus“: Sie nerven die eigene Familie, reagieren sich beim Jogging und Fußball ab oder suchen bewußt Streit mit anderen. Viele Jugendliche haben Schwierigkeiten, sich Grenzen zu setzen – zeitlich, finanziell und auch psychosozial. Die Folge ist *Erlebnisstreß, der auch explosiv werden kann* – vor lauter Angst, vielleicht etwas zu verpassen. Den TV-Imperativ „Bleiben Sie dran! Abschalten können Sie woanders!“ erleben sie als eine einzige Streß-Rallye. Die ständige Anforderung droht zur Überforderung zu werden.

Mehrstündiger Medienkonsum kann manchmal mehr Aggressionen auslösen als acht Stunden Arbeit. Die eigene Passivität verlangt nach körperlicher Bewegung, und viele Jugendliche fühlen sich erst dann wieder wohl, wenn sie sich gehenlassen können. Die junge Generation wehrt sich gegen die ständige Reizüberflutung auf ihre

eigene Weise: Sie resigniert nicht, wird nicht apathisch, zeigt sich weder verunsichert noch verwirrt. Sie reagiert vielmehr ihre innere Unruhe einfach ab: Lust schlägt in Wut um, und aus Nervosität wird Aggressivität.

* Wenn sich Erwachsene gestreßt fühlen, werden sie erst einmal unruhig und nervös.

* Wenn Jugendliche „voll im Streß“ sind, werden sie eher aggressiv.

Und eine Generation, die in ständiger Spannung und Anspannung lebt und auch nach der Arbeit nicht zur Ruhe kommt, riskiert am Ende Dauerstreß: Auf chronischen Streß reagiert der Körper mit der vermehrten Ausschüttung von Adrenalin. Der Blutdruck geht nicht wieder auf sein normales Niveau zurück: Der hohe Blutdruck wird auf Dauer zum Risikofaktor.

Wie beim Peter-Prinzip im Berufsleben, wenn *die eigene Kompetenz überfordert* ist, beginnen die im Übermaß Gestreßten, die Angebotsflut mehr zu erleiden als zu gestalten. Die Folge ist, daß Jugendliche und junge Leute zunehmend aggressiver werden. So wird dann beispielsweise das Autofahren vom vegetativen Nervensystem als Schwerarbeit eingestuft, ohne daß der Körper etwas tut. Wenn schon beim normalen Autofahren die Streßhormone um das Doppelte in die Höhe schnellen, „treibt aggressives Fahren sie jedoch auf eine zehnfache Konzentration“ (Vester 1976, 250). Bei weiterer Reizüberflutung (Rudolf Augstein: „Die Reizüberflutung könnte uns irgendwann schaden . . .“, Der Spiegel Nr. 44/1993) kann es zu immer neuen Reizungen des vegetativen Systems und damit zu weiteren Aggressionssteigerungen kommen.

Jeder dritte Bundesbürger ist derzeit davon überzeugt, daß *die Sinnesüberreizung durch die Medienflut die Menschen nervöser und aggressiver machen wird*. Haushalte mit drei und mehr Personen äußern in dieser Hinsicht mehr Befürchtungen (35%) als etwa Single-Haushalte (28%). Und die ältere Generation im Alter von 50 bis 64 Jahren macht sich in bezug auf künftige Aggressionssteigerungen mehr Sorgen (37%) als die junge Generation im Alter bis zu 29 Jahren (27%). Unbestreitbar ist: Die Sinnesüberreizung – von der Angebotsflut bis zur teilweise hochtechnisierten „Mediatisierung“ der Kinderzimmer – wird auf längere Sicht die Kindesentwicklung und das soziale Verhalten der Kinder nachhaltig beeinflussen: Die Aggression kann in Wut umschlagen, die sich dann in Gewalt entlädt. Wird mit der wachsenden Gewaltbereitschaft auch die Hemmschwelle sinken und die Kinder- und Jugendkriminalität zunehmen?

Noch nie zuvor waren die Menschen einem solchen Ange-

botsstreß ausgesetzt wie heute. Ständig müssen wir uns entscheiden, ob wir etwas machen oder haben, selektiv nutzen oder ganz darauf verzichten wollen:

- * Was ist eigentlich für mich wichtig und was nicht?
- * Woher nehme ich den Mut, auch nein zu sagen?
- * Und wie schaffe ich es, mich zu bescheiden, auch auf die Gefahr hin, etwas zu verpassen?

Früher galt der Grundsatz „Eine Sache zu einer Zeit“. Daraus ist heute die Gewohnheit „Mehr tun in gleicher Zeit“ geworden. Wir umgeben uns mit einem dichten Dschungel von Konsumgütern und vergessen dabei oft, daß es Zeit erfordert, davon Gebrauch zu machen.

Daraus folgt: Insbesondere die im Wohlstand aufgewachsene junge Generation muß kompetenter werden, um in Zukunft den Anforderungen an das Leben genügen zu können. Wer persönliches Wohlbefinden (und nicht nur materiellen Wohlstand) erreichen will, muß geradezu die folgenden von mir ganz persönlich gemeinten *Zehn Goldenen Regeln für ein Leben im Gleichgewicht* beherzigen:

Zehn goldene Regeln

1. Bleib nicht dauernd dran; schalt doch mal ab.
2. Jag nicht ständig schnellebigen Trends hinterher.
3. Kauf nur das, was du wirklich willst, und mach dein persönliches Wohlergehen zum wichtigsten Kaufkriterium.
4. Versuche nicht, permanent deinen Lebensstandard zu verbessern oder ihn gar mit Lebensqualität zu verwechseln.
5. Lerne zu lassen, also Überflüssiges wegzulassen: Lieber einmal etwas verpassen als immer dabei sein.
6. Entdecke die Hängematte wieder. Lerne wieder, „eine Sache zu einer Zeit“ zu tun.
7. Genieße nach Maß, damit du länger genießen kannst.
8. Mach nicht alle deine Träume wahr; heb' dir noch unerfüllte Wünsche auf.
9. Tu nichts auf Kosten anderer oder zu Lasten nachwachsender Generationen: Sorge nachhaltig dafür, daß das Leben kommender Generationen lebenswert bleibt.
10. Verdien dir deine Lebensqualität – durch Arbeit oder gute Werke: Es gibt nichts Gutes; es sei denn, man tut es.

Grundlagenliteratur:

B.A.T Freizeit-Forschungsinstitut (Hrsg.), Die multimediale Zukunft. Analysen und Prognosen, Hamburg 1997; H.-P. Martin – H. Schumann, Die Globalisierungsfalle. Der Angriff auf Demokratie und Wohlstand, Reinbek ³1996; H. W. Opaschowski, Freizeitökonomie. Marketing von Erlebniswelten, Opladen

²1995; *ders.*, Pädagogik der freien Lebenszeit, Opladen 1996; *ders.*, Deutschland 2010. Wie wir morgen leben, Hamburg-Ostfildern 1997; *G. Orwell*, 1984. Roman, Frankfurt/M. – Berlin 1949; *F. Popcorn*, Der Popcorn Report, München 1995; *T. Schwartz*, The Responsive Chord, New York 1973; *R. Tangens* – *P. Glaser*, Die Zuvielisation, in: Die Multimedia-Zukunft (Spiegel special), Hamburg 1996, 110–114.

Martina
Blasberg-
Kuhnke

Die Wiederge-
winnung der
Muße

Eine Leitorientie-
rung für Gemeinde-
pastoral, Schule
und Erwachsenen-
bildung

Das Wort „Muße“ schien in unserem Sprachgebrauch schon so antiquiert, daß es kaum mehr verwendet wurde. (Auch nicht in Diakonia.) Und plötzlich wächst der Bedarf an Muße, wird über Wert und Notwendigkeit von Muße gerade für die gehetzten Menschen von Gegenwart und Zukunft nachgedacht und werden Leitorientierungen für Gemeindepastoral, für Schule und Erwachsenenbildung gesucht und formuliert. Ergebnisse dieser Besinnung werden im folgenden Beitrag zusammengefaßt. red

Zum Umbruch der Erwerbsarbeitsgesellschaft gehört wesentlich die Herausforderung, einen neuen Umgang mit Zeit zu lernen. Freizeit und sogar das lange aus der Mode gekommene Wort „Muße“¹ tauchen zunehmend häufiger in soziologischen und sozialpsychologischen Studien zu „Freizeit und Bildung in der 35-Stunden-Gesellschaft“² auf. Von „Mußepädagogik“ ist die Rede: „Wir müssen lernen, auch nicht zu arbeiten.“³ Die von Marie Jahoda aus ihrer langjährigen Beschäftigung mit industrieller Arbeitslosigkeit gestellte Frage: „Wieviel Arbeit braucht der Mensch?“⁴ wird zunehmend ergänzt durch eine zweite, ebenso drängend gewordene: „Wieviel Muße braucht der Mensch?“⁵ Der Industrialismus mit seiner Überschätzung der Erwerbsarbeit ist offenkundig in die Krise geraten.⁶ Die Alternative einer Gesellschaft, die gesellschaftliche soziale Arbeit und gestaltete freie Zeit ebenso hoch schätzt wie Erwerbsarbeit, ist noch nicht wirklich in Sicht. Zumindest wird aber deutlicher, daß in Zukunft Konzepte einer Freizeitpädagogik, die sich der

1. Wieviel Muße
braucht der Mensch?
Die Wiederentdeckung
einer Frage

¹ Vgl. u. a. *J. Tewes*, Nichts Besseres zu tun. Über Muße und Müßiggang, Oelde 1989 und *W. Nahrstedt*, Die Wiederentdeckung der Muße. Freizeit und Bildung in der 35-Stunden-Gesellschaft, Baltmannweiler 1989.

² Vgl. *Nahrstedt*, Muße, passim.

³ *Ders.*, Wir müssen lernen, auch nicht zu arbeiten: ebd., 51–65.

⁴ Vgl. *M. Jahoda*, Wieviel Arbeit braucht der Mensch? Arbeit und Arbeitslosigkeit im 20. Jahrhundert, Weinheim 1983, passim.

⁵ Vgl. *W. Nahrstedt*, Wieviel Muße braucht der Mensch? Plädoyer für eine neue pädagogische Anthropologie, in: *ders.*, Muße, 95–116.

⁶ Vgl. *F. Pöggeler*, Grundlagen einer Ethik der Freizeit, in: Katholische Bildung 98 (1997) 145–158, hier: 147.