

06.08.2008

Zeit-Forscher: "Wir haben 'nur' zu viel zu tun"

Die einen erleiden ein Burnout, die anderen wissen nicht, wie sie den Tag füllen sollen - es scheint, als könnten die Menschen mit Zeit nicht richtig umgehen. Franz Schweifer, Zeitforscher und stellvertretender Vorsitzender des Vereins zur Verzögerung der Zeit an der Universität Klagenfurt, gibt einen Einblick in das "völlig autonome Phänomen, das sich menschlichen Eingriffen vollkommen entzieht".

APA:Leben zwischen Burn- und Boreout - was ist Zeit eigentlich?

Schweifer:Die "wahre" Definition des Phänomens Zeit gibt es noch nicht, und sie wird es wohl auch nie geben als "letztgültige Wahrheit". Beispiele von Definitionsversuchen: Der Philosoph Augustinus sprach um 400 n. Chr. nur über drei Zeiten: Gegenwart des Vergangenen, Gegenwart des Gegenwärtigen und Gegenwart des Zukünftigen. Vergangenheit ist nur eine Erinnerung in der Gegenwart, Zukunft eine Erwartung in der Gegenwart. Einstein definierte Zeit als relative Größe, die sich quasi dehnen und zusammenziehen kann wie Kaugummi. Und der Mathematiker Rudolf Taschner schreibt in seinem Buch "Zahl Zeit Zufall": "Keiner unserer fünf Sinne kann sie direkt erfassen, wir erfahren Zeit selbst nie, nur die Spuren, die sie hinterlässt, sind unübersehbar." Indianer wie die Sioux haben nicht einmal ein explizites Wort für Zeit und arabische Kulturen kennen lediglich drei Zeiten: Gar keine Zeit, jetzt und ewig.

APA:Wie sieht Ihr Zeitverständnis aus? Nach welchem Zeitkonzept leben wir heute?

Schweifer:Ich orientiere mich an Heraklit, der Zeit als Fluss betrachtete: "Du kannst nicht zweimal in den selben Fluss steigen." Das heißt, Zeit als Inbegriff permanenter Veränderung, Beständigkeit als Illusion. Heutige Zeitkonzepte, nach denen wir leben - insbesondere zwei Phänomene im Sinne des "Zeit-ist-Geld-Prinzips" - sind erstens Gleichzeitigkeit, Verdichtung, Flexibilisierung: Die Chronologie der Ereignisse weicht der Vergleichzeitigung der Prozesse, Stichwort Multitasking. Da wir kaum mehr weiter beschleunigen können, müssen wir im Sinne unserer Wachstumslogik Zeit verdichten. Zweitens: Die 24/7-Gesellschaft: Allzeiterreichbarkeit, 24 Stunden, sieben Tage lang. Ich spreche vom "Blackberrismus" bzw. "SMS-Junkies" - einem nicht mehr Entkoppeln-Können oder -Wollen von technischen Nabelschnüren.

APA:Ist Stress ein Messfaktor geworden, wie erfüllt unser Leben ist?

Schweifer:Das Maß an Stress - oder besser gesagt, das Gefragt-Sein am Grad des mit Aufgaben vollgestopften Terminkalenders - scheint tatsächlich zumindest auch ein Maß für ein angefülltes Leben zu sein. Aber angefüllt heißt keineswegs automatisch erfüllt. Zeit als solche lässt sich nicht managen. Wir können lediglich uns selbst managen, Zeitmanagement bedeutet in letzter Konsequenz Selbstmanagement und das hat mit unseren Werten, Einstellungen, Zielen, Bedürfnissen, Erwartungen zu tun.

APA:Haben wir zu viel zu tun oder zu wenig Zeit? Sind wir Macher oder Opfer unserer Zeit?

Schweifer:Mein Zugang: Wir haben per se nicht zu wenig Zeit, sondern "nur" zu viel zu tun. Es geht um ein gnadenloses Prioritäten-Setzen, Ausmisten, Loslassen und das Hinterfragen der eigenen Werte und Ziele. Natürlich gibt es auch "Opfer-Anteile", gewisse Situationen SIND einfach, die können wir kaum

oder nicht verändern. Deshalb geht es vor allem darum, sich auf die "Macher-" bzw. "Gestalter-Anteile" zu konzentrieren: Wo sehe ich mich als Gestalter? Zeitmanagement ist wie Running Sushi: ich kann nicht verhindern, was daher kommt - aber ich habe Einfluss darauf, wann ich wo zugreife.



Franz Schweifer gibt
Einblick in das
Phänomen Zeit

APA-Journal Forschung 08.08.2008

Auflage: 4.000 Artikelumfang: 36069 mm² Seite: 13 2/2

© CLIP Mediaservice 2008 - www.clip.at

Presseclipping erstellt am 08.08.2008 für FWF - Der Wissenschaftsfonds zum eigenen Gebrauch nach §42a UrhG. © CLIP

Anfragen für weitere Nutzungsrechte an den Verlag