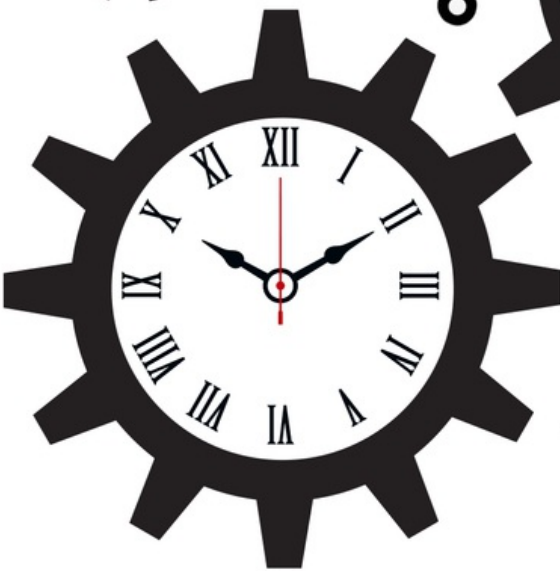


CLAUDIA HAMMOND



TICK TACK

**Wie unser
Zeitgefühl
im Kopf
entsteht**



Klett-Cotta

Schule zu müssen. Überraschenderweise ist in der nördlichen Hemisphäre mit ihrem gemäßigten Klima die Selbstmordrate ausgerechnet im Frühjahr höher – als seien die Menschen doppelt enttäuscht, wenn die Verheißungen des Frühlings ein bestehendes Elend eben doch nicht vertreiben.

Die Auswirkungen der Jahreszeit hängen natürlich stark davon ab, wo man jeweils lebt, genau wie der Umgang mit der Zeit. Um dieses Phänomen zu untersuchen, hat der Sozialpsychologe Robert Levine das Lebenstempo in 31 Ländern rund um die Welt verglichen und dabei drei Indikatoren verwendet. Zunächst maß er die Gehgeschwindigkeit zufällig ausgewählter Passanten, die zu Zeiten des morgendlichen Berufsverkehrs in einer Straße mit breiten Trottoirs vorbeimarschierten. Wie schnell bewegten sich diese Menschen? Schaufensterbummler wurden dabei nicht berücksichtigt, weil sie eben bummeln, und die gewählten Straßen waren nicht so überfüllt, dass die Passanten hätten abbremsen müssen. Außerdem wollte Levine die Dauer einer ganz alltäglichen Betätigung vergleichen, deshalb stoppte er die Zeit, die jemand braucht, um in der jeweiligen Landessprache eine Briefmarke zu verlangen, sie zu bezahlen und dann noch das Wechselgeld in Empfang zu nehmen. Zu guter Letzt interessierte ihn, wie viel Wert in jeder betrachteten Kultur auf die Genauigkeit der Zeitmessung gelegt wurde, deshalb überprüfte er in jeder Stadt die Wanduhr von 15 Banken. Durch Kombination dieser Daten erhielt er einen Wert für die jeweilige Gangart des Lebens. Das höchste Tempo herrscht wie zu erwarten in Nordeuropa, Südostasien und den USA, nur waren nicht alle Ergebnisse derart vorhersehbar. Beim Briefmarkenkauf erreichte Costa Rica tatsächlich Platz 13 der Tempo-Charts (was nicht unbedingt dem entspricht, was ich dort am Postschalter erlebt habe, aber eben deshalb gibt es bei so etwas systematische Untersuchungen – und nicht nur Anekdoten). Auch innerhalb eines Landes herrschen mitunter große Unterschiede. Beim Vergleich von 36 US-amerikanischen Großstädten – hier jetzt unter Berücksichtigung aller drei Bereiche – erwies sich Boston als schnellste, während die Heimat des Showbusiness Los Angeles auf dem letzten Platz landete, und zwar aufgrund ihrer extrem entspannten Bankangestellten. New York war naturgemäß als Nummer Eins gesetzt, aber in den 90 Minuten, die sich der Forscher Anfang der 1990er Jahre

für die Beobachtung nahm, sah er einen Passanten mit einem Straßenräuber, einen anderen mit einem Taschendieb kämpfen, was vermutlich eine gewisse Verlangsamung generierte.

Zum Zeitpunkt der Studie waren die Länder mit dem höchsten Tempo auch die mit der potentesten Volkswirtschaft. Man muss sich also fragen, was zuerst kommt – bewegen sich die Menschen in aktiven Ökonomien schneller, weil ihnen die Zeit wertvoller vorkommt, oder führt Geschwindigkeit im Alltag zu wirtschaftlichem Erfolg? Zweifellos können Energie und Geschwindigkeit bei manchen Geschäften förderlich sein, aber oft ist der Effekt, den das Arbeitstempo auf eine Vergrößerung des Markts ausübt, doch eher begrenzt. Egal wie schnell Sie Ihre Regenschirme auch herstellen – wenn dort, wo Sie leben, keine Wolke am Himmel ist, verkaufen sie sich nicht. Das Verhältnis zwischen Geschwindigkeit und Bruttoinlandsprodukt muss also eher als bilaterale, also gegenseitige Interaktion betrachtet werden. Geschwindigkeit führt zu einem gewissen wirtschaftlichen Erfolg, aber wirtschaftlicher Erfolg ist auch auf Leute angewiesen, die sich schneller bewegen, während die Gesellschaft als solche stark von der Uhr abhängt.

Welche Überraschungen die Zeit bereithält

Unser Gehirn schafft uns also ein Zeiterlebnis, das sich nicht nur insgesamt rund und geschmeidig anfühlt, sondern das wir auch mit anderen teilen können – was uns ermöglicht, unsere Tätigkeiten zu koordinieren. Trotzdem sorgt die Zeit immer wieder für Überraschungen. Sie ist so faszinierend, weil wir uns offenbar nie daran gewöhnen, dass und wie sie uns hinter das Licht führt. Unser ganzes Leben lang scheint sich die Zeit immer wieder zu verzerren. Wir fliegen in eine Zeitzone, die hinter uns liegt, und bilden uns ein, die Zeit zu betrügen und ein paar Stunden unseres Lebens zwei Mal genießen zu können. Fliegen wir in die andere Richtung, fragen wir uns, was mit der verlorenen Zeit geschehen ist. Trotz der längeren Abende, die wir bei der Zeitumstellung im Frühjahr erhalten, haben wir das unguete Gefühl, uns wurde eine Stunde gestohlen. Und wenn im Herbst die Uhr erneut umgestellt wird, sind wir glücklich über die eine Stunde, die unser Wochenende diesmal länger ist. Das »White Night«-Festival im

südenglischen Brighton und die parallel dazu konzipierte »Nuit Blanche« im französischen Amiens widmen sich der Frage, wie diese zusätzliche Stunde mitten in der Nacht genutzt werden kann. Alles ist möglich – vom Musikhören im Aquarium bis hin zum Strickkurs in einer Bar. Obwohl wir vom Verstand her wissen, dass diese zusätzliche Stunde nur ein Trick der Uhr ist, haben wir doch das Gefühl, Zeit zu verlieren oder zu gewinnen, was erneut zeigt, dass unser Verhältnis zur Zeit stark auf Illusionen beruht, produziert von unserem eigenen Gehirn.

Im Jahr 1917 führten zwei Wissenschaftler mit den großartigen Namen Boring und Boring ein Experiment durch, bei dem sie schlafende Leute weckten und aufforderten, die Uhrzeit zu schätzen, was die Teilnehmer (auch Herr und Frau Boring selbst) in der Regel bis auf 15 Minuten genau schafften. Nur kann das nicht jeder. Wo die meisten von uns die Zeit für etwas Rätselhaftes halten, ist sie für manche sogar vollkommen unergründlich. Eleanor ist 17 und erzählt mir, dass sie die Zeit nie »kapiert« hat. Sie weiß, dass sie das Verstreichen der Zeit nicht so wie andere Leute beurteilen kann oder wahrnimmt. Wenn sie morgens aufwacht, hat sie – im Gegensatz zu den Testpersonen von Boring und Boring – nicht die geringste Ahnung, wie spät es ist, und das bleibt auch den ganzen Vormittag lang so. Sie spürt einfach nicht, wie die Zeit vergeht. »Bis zum Mittag weiß ich nicht, wie spät es sein könnte, dann kriege ich langsam Hunger. Ich halte ständig Ausschau nach solchen Hinweisen, um zumindest grob zu wissen, wie viel Zeit vergangen ist.« In der Schule, wo Mitschüler und Lehrer in etwa sagen können, wie spät es ist, liegt sie mit ihrer Einschätzung oft mehrere Stunden daneben. Ohne den Blick auf die Uhr weiß sie nicht, ob der Unterricht gerade begonnen hat oder aber bald zu Ende ist. Unabsichtlich lässt sie ihre Mutter am vereinbarten Treffpunkt warten, weil sich die Zeit nicht so anfühlt, als würde sie vergehen – weshalb Eleanor auch vergisst, auf die Uhr zu sehen. Früher mussten unter ihrem Unvermögen nur ihre geduldigen Eltern leiden, aber jetzt, wo es immer wieder Prüfungen gibt, erkennt sie langsam die Probleme, die durch ihre fehlende Zeitwahrnehmung entstehen. Während andere Schüler sich genau einteilen, wie viel Zeit sie für jede Frage haben, erkennt Eleanor nur durch den Blick auf die Uhr, dass sie jetzt besser die nächste Aufgabe angeht. Ihr Fall zeigt deutlich, dass nicht alle

Menschen die gleiche Vorstellung von Zeit haben. Eleanor ist außerdem Legasthenikerin, was ihre Probleme bei der Zeitwahrnehmung vielleicht erklären könnte. Zwischen beiden besteht eine hochinteressante Verbindung, auf die ich im Rahmen der Frage, wie das Gehirn die Zeit misst, zurückkommen werde.

Für Eleanor liefert die Zeit also ständig Überraschungen, aber auch für uns kann das hie und da recht irritierend sein. Wenn wir etwa so verwundert wie besorgt feststellen, dass das Wochenende wie im Flug vergangen ist und die Kinder von Freunden schon wieder ein Stück gewachsen sind, oder fast verzweifeln, wenn in der Schlange am Flughafen auch die Zeit stillzustehen scheint. Stellen Sie sich vor, Sie sehen die letzten fünf Minuten eines Fußballspiels – und wie unterschiedlich die Zeit vergeht, je nachdem, ob die von Ihnen favorisierte Mannschaft am Gewinnen oder Verlieren ist. Wenn sie 1:0 zurückliegt, können die fünf Minuten gar nicht lang genug sein. Führt sie aber 1:0, dehnen sich die fünf Minuten ins Endlose, und das gegnerische Team hat viel mehr Torchancen als verdient. Denken Sie an eine Reise und daran, dass der Heimweg immer kürzer zu sein scheint als der Hinweg. Ohne neue Eindrücke, die die Zeit füllen könnten, kommt einem alles bekannt vor. Anders ist es nur, so der amerikanische Philosoph und Psychologe William James, wenn man in den eigenen Fußstapfen zurückgeht, weil man etwas verloren hat. Dann kommt einem der Rückweg endlos vor.

Wenn Kinder älter werden, können sie diese Mysterien der Zeit nach und nach selbst beobachten. Ich habe zwei Brüder befragt, was ihnen am Vergehen der Zeit aufgefallen ist. »Wenn man zwei Minuten lang die Zähne putzen soll, dann kommt einem das lang vor, aber wenn man fernsehen will, sind sie schnell vorbei«, sagte der achtjährige Ethan. Sein zehnjähriger Bruder Jake meinte: »Wenn man im Auto wartet, bis jemand vom Einkaufen zurückkommt, dauert das länger, als wenn man selbst einkaufen geht.« Diese Kinder haben bereits bemerkt, dass Zeit etwas vollkommen Subjektives ist. Unser Zeitempfinden kann auch davon abhängen, wie wir uns körperlich fühlen. Der Psychologe John Bargh gab Menschen Anagramme zum Auflösen und stoppte im Anschluss, wie lange sie für den Weg zum Lift brauchten. Die Hälfte der Testpersonen bekam Begriffe aus dem Alltag zum Lösen, die andere hingegen Wörter, die mehr mit älteren Menschen in Verbindung

gebracht werden, etwa »grau« oder »Bingo«. Als Letztere zum Lift gingen, hatten diese zarten Andeutungen des Alters sie so beeinflusst oder »geprimed«, dass ihr Zeitempfinden verändert war und sie sich langsamer bewegten.^[7]

Welches sind also die Hauptfaktoren dafür, dass sich die Zeit verzerrt? Der erste sind unsere Emotionen. Eine Stunde beim Zahnarzt fühlt sich anders an als die letzte Stunde vor einer Deadline. Wenn wir Bilder von heiter wirkenden Menschen ansehen, wissen wir ziemlich genau, wie lange wir sie betrachtet haben, aber man zeige uns Leute mit Angst im Gesicht, und schon überschätzen wir die Zeit, die vergangen ist. Wie sehr die Macht der Gefühle unsere Zeitwahrnehmung verzerrt, zeigt sich am besten in einer weit dramatischeren Form – in der Verlangsamung der Zeit beim Kampf ums Überleben. Wenn man wie Chuck Berry vom Himmel fällt und um sein Leben fürchtet, wird die einzelne Minute elastisch, dehnbar und vom Gefühl her so lang wie eine Viertelstunde.

Wenn man Angst hat, vergeht die Zeit langsamer

Alan Johnston wusste schon lange, dass man als ausländischer Journalist Gefahr läuft, in Gaza gekidnappt zu werden. Er hatte diese Möglichkeit gedanklich bereits durchgespielt, noch bevor sie Wirklichkeit wurde. Als es dann soweit war und er einen Mann mit vorgehaltener Pistole aus einem Auto aussteigen sah, dachte er unwillkürlich: »So fühlt es sich also an, wenn man gekidnappt wird, nur stelle ich es mir diesmal nicht bloß vor.« Ab da passierten die Dinge in Zeitlupe. »Man kann fast einen Schritt zurücktreten und sich selbst dabei zusehen«, erzählte er mir.

Ein paar Wochen nach seiner Gefangennahme gaben ihm seine Kidnapper ein Radio. Eines Abends hörte er im BBC World Service eine Meldung, die eine weitere Verlangsamung der Zeit bewirkte. »Sie sagten, ich sei getötet worden.« Er überlegte, ob die PR-Abteilung seiner Kidnapper womöglich übereifrig agiert und diese Meldung zu früh nach draußen gegeben hatte. War es das, was heute Abend auf dem Programm stand? »Wahrscheinlicher war, dass sie mich am Leben lassen wollten, denn so war ich ihnen einfach nützlicher. Aber wenn du im Dunklen liegst und hörst, dass die Nachricht von deinem Tod in die