



Am 11. April vor 60 Jahren herrschte total tote Hose. Es war der Sonntag vor Ostern im Jahr 1954, und dieser Tag war der ödeste des ganzen Jahrhunderts. Jedenfalls behaupten das ein paar britische Computerexperten. Sie haben den langweiligsten Tag zwischen den Jahren 1900 und 2000 ausgerechnet.

Dazu gaben sie dem Computer mehr als 300 Millionen wichtige Daten: Geburtstage berühmter Menschen, Tage großer Unglücke, solche, an denen Regierungen gestürzt wurden oder Künstler große Werke schufen. Der Computer rechnete – und legte den langweiligsten Tag des vergangenen Jahrhunderts fest.

Doch Stopp! Mit Sicherheit sehen Tausende Menschen das ganz anders, weil genau dieser Tag für sie ein ganz besonderer war. Bestimmt ist irgendwer damals zum ersten Mal Achterbahn gefahren. Und sicher gibt es jemanden, der den 11. April 1954 nie vergisst, weil sein Hund da gestorben ist. Solche Dinge hat der Computer nicht beachtet. Er suchte lediglich nach einem Tag, an dem für die Welt als großes Ganzes nichts Bedeutendes passierte. Das heißt aber nicht, dass dieser Tag für alle öde war.

Denn Langeweile empfindet jeder Mensch für sich allein. Wenn sie angekrochen kommt, geht es allen ähn-

Es fühlt sich an, als ob die Zeit nicht vergeht: Langeweile ist ein Gefühl, das niemand mag. Dabei ist es ganz schön nützlich

VON SUSANNE PREBITZER

lich. Dann wird die Weile lang, wie das Wort sagt. Die Zeit scheint nur ganz langsam zu vergehen. Das kann im Wartezimmer beim Arzt passieren. Oder wenn plötzlich der Kumpel absagt, mit dem man eigentlich ins Freibad radeln wollte. Wenn auf einmal nichts zu tun ist, müssen sich unser Körper und unser Gehirn nicht besonders anstrengen. Dann tun wir etwas, was wir sonst nicht machen: Wir beginnen darauf zu achten, wie die Zeit vergeht. Schwups – schon kommt sie uns länger vor.

In öden Schulstunden passiert das ziemlich oft. Einige Forscher sagen sogar, dass Kinder sich in der Schule mehr als die Hälfte der Zeit langweilen. Selten findet die ganze Klasse eine Stunde zum Einschlafen. Meist geht es nur ein paar Schülern so. Manch einer versteht nicht, warum er das überhaupt lernen soll, und schaltet den Kopf ab. Andere hören nicht zu, weil der Stoff zu einfach ist. Oder umgekehrt: Sie steigen aus, weil es zu schwer ist und sie nicht mehr mitkommen.

In jedem Menschen steckt eine Art persönliche Langeweile-Schwelle: Manche fühlen sich recht schnell angeödet. Andere beschleicht das Gefühl so gut wie nie. Insgesamt ist es wohl so,

dass Jungen sich etwas häufiger langweilen als Mädchen. Eines aber ist für alle gleich: Langeweile fühlt sich doof an. Das hat aber einen Sinn, sagen Forscher. Der Körper nervt uns sozusagen mit diesem Gefühl, damit wir etwas ändern und nicht ewig tatenlos rumhocken.

Nun kann man im Unterricht nicht einfach aufstehen und gehen. Also versuchen viele, die Langeweile zu überlisten: Sie fummeln mit Stiften herum, tippen unter dem Tisch SMS oder quatschen. Andere drehen das unangenehme Gefühl in ein schönes um. Sie lehnen sich zurück und genießen es, sich mal nicht anstrengen zu müssen. Manche bekämpfen auch den Auslöser der Langeweile und sagen dem Lehrer zum Beispiel, dass es langweilig ist, weil sie schon längst können, was er da erklärt.

Doch so sehr Langeweile nervt, tritt sie nur ab und zu auf, schadet sie nicht. Ganz im Gegenteil! Viele Experten halten Langeweile sogar für extrem wichtig. Ralph Dawirs zum Beispiel rät, dass wir uns immer mal zum Nichtstun zwingen. Der Professor aus Erlangen hat sich viel damit beschäftigt, wie Kinder groß werden, und sagt: »Jeder braucht Zeiten, in denen er nicht ver-

plant ist, nichts vorhat und nichts tun muss. Erst dann können der Körper und der Kopf mal Pause machen.«

Wenn also nach der Schule ein Berg Hausaufgaben wartet, Klavierunterricht oder Fußballtraining anstehen, man gleichzeitig mit drei Leuten chattet und auch noch telefonieren will, dann sollte man einfach mal ein paar Dinge sausen lassen. Sagt jedenfalls Ralph Dawirs. Mit seinen Eltern sollte man besprechen, dass es Zeiten gibt, in denen man sich einfach rumtreiben darf – auch, ohne dass sie genau wissen, was man macht und wo man ist. »Dann trifft Ihr Euch mit einer Freundin oder einem Kumpel und zieht los«, schlägt er vor. »Legt Euch einfach mal auf eine Wiese, schaut nach oben, und macht Nichts. Schließt die Augen, und redet auch eine Weile gar nicht. Ganz automatisch wird man dann neugierig und kommt auf verrückte Ideen.«

In solchen Momenten kommt nämlich die Fantasie hervor. Schleicht sich vorher das Langeweile-Gefühl an, muss man es kurz aushalten. Aber keine Sorge, es verschwindet dann schon von allein. Oder man schlägt ihm gleich mit einem Gedankentrick ein Schnippchen. Zum Beispiel indem man dem Nichtstun einen schönen Namen gibt: »Mußzeit« würden Erwachsene sagen. Vielleicht heißt Eure Zeit »Gedanken-Baumel-Stunde« oder »Kurzzeitferien«? Sicher fällt Euch etwas ein. Spätestens dann, wenn Ihr abschaltet und Eure Gedanken Purzelbäume schlagen lasst.