

Langeweile – Das Schreien des Nichts

Eine theatrale Annäherung an das Thema Langeweile im psychiatrischen Kontext am 25. Oktober 2016
von Sandra Anklam

Die Anliegen der Teilnehmer*innen im Rahmen des Workshops liessen sich auf zwei zentrale Themen komprimieren:

1. Methoden im Umgang mit Langeweile von Patient*innen im psychiatrischen Kontext zu entdecken,
2. sowie der Wunsch, Langeweile differenzierter, d.h. möglicherweise auch positiv zu konnotieren.

Über verschiedene Rhythmus- und Theaterübungen wurde verdeutlicht, dass bestimmte Rahmenbedingungen auch in psychiatrischen Einrichtungen unveränderbar sind (Tagesstruktur, Ausgangsregelungen, etc.), diese aber durchaus Spielräume bieten können, wenn veränderte Blick-Perspektiven auf diese Strukturen eingenommen werden. Um mit Karl Valentin zu sprechen: „Ich freue mich, wenn es regnet. Wenn ich mich nicht freue, regnet es trotzdem.“ In sprechenden Standbildern wurden beispielsweise Phänomene und Ausdrucksformen von Langeweile im psychiatrischen Alltag verkörpert, oder in skalierten Aufstellungen individuelle Langeweile-Definitionen und Bewertungen erkundet. Die Teilnehmer*innen haben in Kleingruppen spielerische Expert*innenvorträge zum Thema Langeweile entwickelt und präsentiert. Sie waren eingeladen, die jeweiligen Autor*innen der Zitate zu verkörpern und für ihr jeweiliges Thema einen flammenden Vortrag zu halten.

Zitate-Buffer:

„Langeweile ist Hunger. Oder ästhetischer Mangel.“
(Novalis)

„Die tiefe Langeweile ist einem schweigenden Nebel vergleichbar, der alle Dinge in eine merkwürdige Gleichgültigkeit zusammenrückt. Die Langeweile offenbart das Seiende im Ganzen.“
(Martin Heidegger)

„Nichts ist so unerträglich für den Menschen, als sich in einer vollkommenen Ruhe zu befinden, ohne Leidenschaft, ohne Geschäfte, ohne Zerstreung, ohne Beschäftigung. Er wird dann sein Nichts fühlen, seine Preisgegebenheit, seine Unzulänglichkeit, seine Abhängigkeit, seine Ohnmacht, seine Leere. Unaufhörlich wird aus dem Grund seiner Seele der Ennui aufsteigen, die Schwärze, die Traurigkeit, der Kummer, der Verzicht, die Verzweiflung.“
(Blaise Pascal)

Elisabeth Prammer definiert zur Untersuchung des Boreout-Syndroms, Langeweile als ein Ergebnis von Zeitverknappung: unter den verschiedenen Möglichkeiten, die Zeit zu nutzen, kann die gewünschte nicht gewählt werden weil der betreffende Mensch aus einem bestimmten Grund daran gehindert ist, frei zu wählen. Wenn dies begleitet wird, von der Abwesenheit von Neugier, Interesse und Kreativität, gleiche der Zustand einer Erschöpfungsdepression, die von schneller Erschöpfung und Gefühlen der Ohnmacht begleitet wird. Existenzielle Langeweile ginge in den Lebenssinn über, während gewöhnliche Langeweile bedeute im Augenblick nicht ausgelastet zu sein. Der Gegensatz zur Langeweile sei der Flow-Zustand, bei dem ein Mensch sein Tun nicht in Bezug zur Zeit setzt, sondern ganz darin aufgeht.

„Langeweile, auch (österreich.) Fadesse oder (französisch.) Ennui, ist das unwohlige Gefühl, das durch erzwungenes Nichtstun hervorgerufen wird oder bei einer als monoton oder unterfordernd empfundenen Tätigkeit aufkommen kann.“

(Wikipedia)

1. Kategorie des Langeweileerlebens: Die indifferente Langeweile zeigt geringe Aktivierung, schwach negatives Erleben, Desinteresse, Amotivation und innere Leere. Sie hat Ähnlichkeit mit Entspannungszuständen.

(Götz und Frenzel)

2. Kategorie des Langeweileerlebens: Die kalibrierende Langeweile öffnet für Neues, z.B. durch ein Abschweifen der Gedanken zu anderen Themen.

(Götz und Frenzel)

3. Kategorie des Langeweileerlebens: Die zielsuchende Langeweile geht mit Rastlosigkeit und einem Suchen nach Handlungsalternativen, Beschäftigungsdrang sowie höherer Aktivierung und einer stärker negativ ausgeprägten Valenz einher.

(Götz und Frenzel)

4. Kategorie des Langeweileerlebens: Die reaktante Langeweile ist ebenfalls durch eine hohe Aktivierung gekennzeichnet und durch teils stark negatives Erleben bis hin zu Ärger, Aggression und Hilflosigkeit.

(Götz und Frenzel)

Als Auslöser von Langeweileempfinden gelten:

- die Beurteilung einer Situation als subjektiv unbedeutend
- Unter- oder Überforderung
- fehlende Anregung
- ein zu hohes oder ein zu geringes Maß an subjektiver Kontrolle über eine Situation

(Götz und Frenzel)