

In Zeiten von Corona gibt es keine Stunden und Tage

Die Tage fließen ineinander, die Monate kriechen vor sich hin und wir haben die Zeit vergessen

Liebe Leserinnen und Leser,

auf der Suche nach neuen Ideen für mein Editorial stieß ich auf der Website wired.com auf folgenden Text, den ich gerne mit Ihnen teilen möchte:

Zeit, sinnierte einst der Philosoph Aristoteles, ist das Maß der Veränderung. Sie existiert nicht selbstständig wie ein Behältnis, in das man etwas hineinlegen kann. Vielmehr hängt sie davon ab, was sich bewegt und verändert und was gleich bleibt. Zeit ergibt sich aus der Betrachtung von vorher und nachher, jetzt und dann, Anfang und Ende. Im Jahr 2020 ist das Coronavirus zum Dreh- und Angelpunkt für Veränderung geworden und hat dabei auch etwas mit der Zeit angestellt. Ihr Fortschreiten wird nicht mehr in Tagen, sondern in bestätigten Covid-19-Fällen und Todeszahlen gemessen. Mailand ist New York nicht mehr fünf Stunden voraus, sondern mehrere Wochen im Pandemieverlauf. Das Virus ist der neue

Zeitmesser und die Abgrenzung zwischen Tag und Woche, Werktag und Wochenende, Morgen und Abend, Gegenwart und jüngster Vergangenheit ist aufgeweicht. Die Tage fließen ineinander, die Monate kriechen vor sich hin. Und während die Wucht der Pandemie sich geografisch, ethnisch und sozial unterschiedlich auswirkt, fühlen sich diese Verzerrungen doch eigentümlich universell an. „2020 ist ein besonderes Schaltjahr“, spekuliert der Wirtschaftswissenschaftler David Wessel auf Twitter. „Es hatte 29 Tage im Februar, 10 Monate im März und fünf Jahre im April.“

Philosophen neigen dazu, Zeit mit metaphysischen Begriffen zu denken. Psychologen versuchen sie über das Gehirn zu verstehen. Verborgener in unserem Kopf arbeitet ein internes Metronom, das mittlerweile aus dem Takt geraten ist. „Die Zeit scheint sich bald auszudehnen, bald zu schrumpfen“, erklärt Ruth Ogden, Psychologin an der John-Moores-University in Liverpool. Ein Schwerpunkt ihrer Arbeit ist die Psychologie der Zeitwahrnehmung. In ihrem Labor führt sie Probanden verschiedene Bilder vor und fragt sie anschließend, wie viele Sekunden verstrichen sind. „Für beängstigende Bildreize, wie das Foto eines verstümmelten Körpers oder eines elektrischen Schlags, erscheint den Probanden derselbe Betrachtungszeitraum länger als für neutrale Inhalte, z. B. das Bild eines Kätzchens.“

In diesem Jahr hat die Wissenschaftlerin das Zeitempfinden während einer Pandemie untersucht. Nehmen die Menschen einen Tag im Lockdown als länger oder als kürzer wahr? Und wie verhält es sich mit Wochen?



Alessandro Devigus,
Dr. med. dent.
Editor-in-Chief

Eine Schneeflocke auf dem Cover?

Wenn in den Wolken feinste Tröpfchen unterkühlten Wassers auf Kristallisationskeime treffen und gefrieren, bilden die Wassermoleküle eine regelmäßige Kristallstruktur. Zunächst entstehen Sechsecke, aus deren Ecken dann Dendriten mit weiteren Verästelungen hervorwachsen, bis sich eine Schneeflocke gebildet hat, die zur Erde fällt. Schneeflocken haben sehr unterschiedliche Formen, da die Temperatur Einfluss auf Richtung und Art des Gitterwachstums nimmt. Alle sechs Spitzen derselben Schneeflocke sind jedoch gleich gebaut, da sie unter denselben Temperaturbedingungen entstanden sind.



Seit in der Wissenschaft diese Zusammenhänge bekannt sind, können aus der Form von Schneekristallen Schlüsse auf lokale atmosphärische Gegebenheiten gezogen werden.

In ihrem Labor läuft eine Befragung zur Beziehung zwischen dieser Eigenwahrnehmung der Zeit und anderen Faktoren, wie Stimmung, körperlicher Aktivität, Sozialisationsgrad, Angst und Depression. Bislang haben mehr als 800 Probanden teilgenommen. „Ich konnte schon einen ersten Blick in die Daten werfen“, sagt Ogden. „Sie lassen bereits erkennen, dass die Menschen entgegengesetzte Erfahrungen machen: Eine Hälfte gibt an, dass die Zeit schnell, die andere, dass sie langsam vergeht.“

Diese „Elastizität“ der Zeit beschäftigt Philosophen bereits seit mehr als 2000 Jahren und inspiriert Schriftsteller seit mehreren Jahrhunderten. In jüngerer Zeit erregt sie das Interesse von Psychologen wie Ruth Ogden, die Experimente entwickelt haben, um die Bedingungen des Zeitempfindens zu verstehen: Nehmen Menschen die Zeit anders wahr, wenn ihnen warm oder kalt, wenn sie gestresst oder entspannt sind, die Uhr betrachten oder sich auf etwas anderes konzentrieren? Das Zeitempfinden kann verschwinden, wenn wir in eine Beschäftigung vertieft sind, die wir sehr genießen – das Backen von Sauerteigbrot oder die völlige Absorption durch ein künstlerisches Projekt. Andere Untersuchungen legen nahe, dass Angst und Beklemmung unsere Wahrnehmung von Zeit ebenso stark verändern. „Werden Menschen mit Bedrohungen konfrontiert, kommt es zur Verzerrung des Zeitempfindens“, sagt Kevin LaBar, Kognitions- und Neurowissenschaftler am Duke Institute for Brain Sciences in Durham, USA.

Langweilen wir uns und nichts verändert sich, wird unsere Zeiterfahrung qualvoll

langsam. In einer Studie wurde eine Gruppe von 110 Studierenden mit der Aufgabe gestraft, Zahlen auf Druckseiten einzukreisen. Dabei ergab sich, dass Probanden, die sich nach eigenem Bekunden bei der Aufgabe gelangweilt hatten, die damit zugebrachte Zeit stark überschätzten.

In Untersuchungen dieser Art wird das Zeitempfinden in Sekunden und Stunden gemessen. Die Skala der Pandemie umfasst jedoch mindestens Wochen und Monate. In den USA haben einige Staaten fast zwei Monate andauernde Lockdown-Maßnahmen ergriffen, ein Zeitraum, der sich zugleich quälend lang und, im Rückblick, wie fast nichts anfühlen kann. Der Versuch, die Zeit zu fassen, erweist sich als eine gleitende, trügerische Aufgabe. Vor allem, meint LaBar, wenn man Tag für Tag zu Hause festsitzt. „Das Gehirn liebt das Neue“, führt er aus. „Jedes Mal, wenn etwas Neues passiert, wird Dopamin ausgeschüttet. Dopamin wiederum hilft, den Startpunkt für die zeitliche Einordnung dieser Ereignisse zu setzen.“ In diesem Modell taktet das Gehirn die neuen Erfahrungen ein, speichert sie als Erinnerungen ab und zählt sie später durch, um die verstrichene Zeit zu schätzen. Ohne neue Ereignisse kein Dopamin und „damit kein Bemühen der Perzeptionssysteme, Dinge zu ordnen und zu speichern“.

Die Journalistin Claudia Hammond, Autorin von „Tick, tack: Wie unser Zeitgefühl im Kopf entsteht“, bezeichnet dieses Phänomen als Urlaubsparadox. „Wenn Menschen in den Urlaub fahren, sagen sie oft, dass er im Nu vergeht. Man hat die Hälfte der Zeit hinter sich und denkt plötzlich: ‚Kaum zu

Coverfoto:
© Kichigin | Shutterstock.com

glauben, der halbe Urlaub ist schon vorbei! Nach Hause zurückgekehrt fühlt es sich dann aber an, als wäre man eine Ewigkeit fort gewesen.“ Der Urlaub ist oft mit neuen Erfahrungen angefüllt und durchbricht die Alltagsroutine. Selbst ein „Urlaub“ zu Hause kann den Besuch eines örtlichen Museums beinhalten, für den man bisher noch keine Zeit hatte. Solche „Abenteuer“ werden zu einer Menge neuer Erinnerungen, auf die man zurückblicken kann – mehr als sich in einer normalen Woche ansammeln.

Ein „Quarantäneparadox“, wenn man so will, folgt derselben Logik. Ausschließlich in der Wohnung verbrachte Tage können sich sehr lang anfühlen, rückblickend aber kaum Gewicht haben. Menschen, die von der Pandemiebekämpfung besonders gefordert sind, haben das Gefühl, dass die Tage vorbeifliegen, während ihnen die Monate rückblickend immer länger werden, da sich Erinnerung auf Erinnerung stapelt. Entkoppelt vom üblichen Alltagsrhythmus wird die Zeit elastisch, scheint sich unendlich auszudehnen, um sich dann, ohne Vorwarnung, wieder zusammenzuziehen.

In „Tick, tack“ erzählt Claudia Hammond die Geschichte von Alan Johnston, einem BBC-Reporter, der von palästinensischen Guerillakämpfern vier Monate lang gefangen gehalten wurde. Er konnte täglich fünfmal den Ruf des Muezzins zum Gebet zählen, verlor aber jedes Gefühl dafür, wie lange er schon festgehalten wurde. „Plötzlich wird die Zeit zu etwas Lebendigem, einem erdrückenden Gewicht, das du ertragen musst“, schildert Johnston. „Da du nicht weißt, wann und ob du jemals freikommt, wird sie schier endlos.“

Ein Lockdown zu Hause ist definitiv kein Gefängnisaufenthalt, was auch immer die Protestler verlauten lassen. Aber Johnstons Worte lassen sich doch nachempfinden. Die Pandemie geht mit vielen Ungewissheiten einher, von „Wie wird sich das Virus in diesem Winter verhalten?“ bis „Wann ist mit breiter Verfügbarkeit eines Impfstoffs zu rechnen?“, und wir stecken irgendwo mittendrin. Womöglich immer noch eher am Anfang? Oder schon näher am Ende? Niemand weiß, wann alles vorbei ist und wie die Welt dann aussehen wird. Unser Zeitempfinden hat sich nicht nur verändert, weil wir geängstigt oder gelangweilt, im Lockdown oder überarbeitet sind. Es ist anders, weil wir nicht wissen, woran wir die Zeit messen sollen. Die Coronazeit hat keine Skala.

„Zeit“ ist jetzt zum Platzhalter für alles geworden, was wir nicht kontrollieren können. Ihr Verlauf zeigt die halsbrecherische Geschwindigkeit der Veränderung ebenso wie das Gewicht des Stillstands. Wir fürchten, dass dies ewig so weitergeht, und wir fürchten, es könnte schon bald vorbei sein.

Nehmen Sie sich Zeit und genießen Sie die Lektüre.

Ihr



Alessandro Devigus

Quelle: Arielle Pardes für WIRED: <https://www.wired.com/story/coronavirus-time-warp-what-day-is-it/>