



Die Verwaltung der unverwalteten Zeit

Franz Sedlak

Zeit ist eine "Energie-Dimension", die man nützen oder vergeuden kann. Die Freizeit ist eine Chance zur persönlichen Gestaltung! Wenn man nicht damit umgehen kann, sind negative Folgen wahrscheinlich! *Der Umgang mit der unverwalteten, frei gestaltbaren Frei-Zeit kann pathologische Züge annehmen, z.B.:*

Pathologischer Mangel

- Mangelnde Fähigkeit zur Regeneration
- Mangelnde Fähigkeit zur Selbstbestimmung
- Mangelnde Fähigkeit, mit sich selbst auszukommen

Pathologische Kompensationsversuche

- Flucht in Hektik und Betriebsamkeit; Aktionismus ohne wirkliche Zielausrichtung
- Lückenlose Programmierung der Zeit
- Zeitverwaltung delegieren an Animateure
- Zeit "tot schlagen", an "langer Weile" leiden
- Leben, als ob Vergangenes präsent, Zukünftiges vergangen wäre

Pathologisches Erleben

- Innere Leere ohne Konsumartikel
- Innere Leere ohne Animation
- Innere Leere ohne Gesellschaft anderer
- Erfolgswang und Leistungsdruck
- Existentieller Stress durch drohenden Arbeitsverlust
- Fremdbestimmtheit
- Innere Leere ohne durch Arbeit definierte Zeit

Pathologische Folge

- Verhaltensauffälligkeiten
- Suchtmittelmissbrauch
- Erschöpfungsdepression
- Sinnkrisen
- Lebensmüdigkeit
- Delegation des freien Willens

Der Raum schrumpft (durch immer schnellere Fortbewegung), die (durch schnellere Verbindungen gewonnene) Zeit dehnt sich aus. Das Motto "immer schneller - immer mehr" ist aber auf der mitmenschlichen Ebene und im persönlichen Bereich nicht förderlich. Der persönliche Begegnungsraum sollte nicht schrumpfen und wo Stress oder Leere bestehen, sollte ein Wandel zur gelasseneren inneren Fülle stimuliert werden.

Wir können uns einstweilen fragen: Wie gehen wir mit der freien Zeit um? Wo sind wir am meisten gefährdet?