



Die technischen Neuerungen ermöglichen es, Einsamkeit zu überbrücken – zugleich machen sie einsam: «Pokémon»-Jäger in einem Skulpturenpark in Oslo

Foto: Gordon Welters/Laif

Achtung, wir alle werden Langweiler!

Smartphones und mobiles Internet helfen uns die Zeit vertreiben – die ständige Ablenkung bewirkt aber, dass wir nicht mehr selbst nachdenken und immer eindimensionaler werden, stellen Forscher fest

Alexandra Bröhm

Lässt uns Google verblöden? Macht uns Facebook einsam? Steigern Selfies die Eitelkeit oder fördert Social Media unkontrollierte Wutausbrüche? Diese Fragen, die mancher vermutlich mit Ja beantwortet, haben in den letzten Jahren für heftige Debatten gesorgt. Das haben die amerikanische Historikerin Susan J. Matt und der Computerwissenschaftler Luke Fernandez zum Anlass genommen, einen Blick zurück ins 19. und frühe 20. Jahrhundert zu werfen. Sie wollten wissen, wie Technologien unsere Wahrnehmung von Gefühlen verändern.

«Gefühle sind nichts Statisches», sagt Matt. «Wie wir Emotionen wahrnehmen und bewerten, hängt stark von unserer Kultur und Geschichte ab.» Und eine Kultur ist wiederum beeinflusst von den Technologien, die sie zur Verfügung hat. Matt beschäftigt sich schon länger mit der Geschichte von Emotionen, einem Zweig der Geschichtsschreibung, der auch im deutschsprachigen Raum in den letzten Jahren an Popularität gewonnen hat.

Als Beispiele für ihr Buch «Bored, Lonely, Angry, Stupid» dienen Matt und Fernandez Grundgefühle wie Einsamkeit, Langeweile, Staunen, Wut oder Eitelkeit, die alle wichtig für unser Selbstbild sind. Als Quellen für das 19. Jahrhundert untersuchten die Wissenschaftler zeitgenössische Briefe, Tagebucheinträge, Berichte und

Memoiren. Diese verglichen sie mit Informationen, die sie aus Interviews mit 55 Menschen aus den heutigen USA zogen.

Dabei hüten sich Matt und Fernandez vor einem Heute-ist-alles-schlechter-als-früher-Urteil. Zwischen den technischen Neuerungen und unseren Emotionen besteht ein kompliziertes Wechselspiel. Beispiel Einsamkeit: Die Einsamkeit habe uns immer schon umgetrieben, auch im 19. Jahrhundert klagten Menschen darüber. «Gleichzeitig galt das Alleinsein damals aber auch als Tugend, die man feierte», sagt Matt. Stille Momente allein waren ein Privileg der wohlhabenden Schicht, während die Arbeiter in oftmals beengten Verhältnissen lebten und 12 Stunden pro Tag und mehr schufteten.

Je vernetzter wir sind, desto negativer wird Einsamkeit

Die technischen Neuerungen ermöglichten einerseits, die Einsamkeit zu überbrücken. Dank der Eisenbahn, der Post oder dem Telegrafennetz war es plötzlich möglich, mit entfernten Liebsten Verbindung aufzunehmen. Andererseits ermöglichten die technischen Neuerungen eine Mobilität, die ein Leben fern aller gewohnten sozialen Kontakte und mit einem grösseren Risiko von Einsamkeit mit sich brachte.

Die neuen Möglichkeiten schufen zudem Begehrlichkeiten. Je mehr die Technik es möglich machte, mit jedem im entferntesten Winkel des Globus zu chatten, des-

to negativer wurde das Bild der Einsamkeit. Heute sprechen wir von einer Einsamkeitsepidemie, eine ganze Industrie an Ablenkungen und Behandlungen widmet sich dem Phänomen. «Einsamkeit ist heute durchweg negativ, obwohl oder vielleicht gerade weil wir ganz viele technische Möglichkeiten haben, Kontakt mit anderen aufzunehmen», sagt Matt. Es aber längst nicht immer hinbekommen.

Auch mit dem Gefühl der Langeweile beschäftigen sich die Forscher. «Ich würde unterscheiden zwischen einer Alltagslangeweile und einem existenziellen Gefühl der Langeweile», sagt Fernandez. Die Alltagslangeweile halte heute kaum noch jemand aus. Jede noch so kleinste Wartezeit können wir mit dem Smartphone überbrücken. Noch schnell die neusten Posts auf Instagram checken, schon steht der

Bus an der Haltestelle. Einfach Zähneputzen ist zu langweilig? Irrende drei Minuten Video auf Youtube findet sich bestimmt.

«Doch was macht die ständige Ablenkung mit unserem Geist? Wann bleibt uns noch Zeit, über Dinge nachzudenken?» Auch die Menschen im 19. Jahrhundert hätten sich in ihren Tagebucheinträgen manchmal über Langeweile beklagt, doch anders als heute, seien sie überzeugt gewesen, dass es diese Momente einfach auszuhalten gelte. Ausserdem verstanden sie Langeweile eher als Strafe von Gott für ein Leben, das zu wenig von tugendhafter Arbeit geprägt war. «Heute hingegen macht uns unsere Angst vor Langeweile langweilig», sagt Matt. Eigene Ideen würden vom steten Strom an neuen Posts auf Social Media ertränkt. «Was uns wiederum entmündigt»,

ergänzt Fernandez. Und jenen Firmen, die Social Media kontrollieren, zu viel Macht beschere.

Wer Ärger nicht mehr äussern darf, reagiert ihn im Internet ab

Stark verändert habe sich auch unsere Sicht auf die Eitelkeit, weil Technologien erst die Möglichkeiten boten, sich ausführlicher mit sich selbst zu beschäftigen. «Dabei denke ich nicht nur an die 25 000 Selfies, die ein Amerikaner heute im Leben von sich knipst», sagt Matt. Angefangen habe alles schon viel früher mit der Einführung der Fotografie und erschwinglichen Spiegeln. Im 19. Jahrhundert galt Eitelkeit noch als Sünde. «Das Selbstbild war ein ganz anderes. Die Menschen sahen sich als sündig und voller Makel, die eigene Sterblichkeit war ständig präsent.»

Zwar stehe der Kampf gegen Makel auch heute bei vielen Menschen im Zentrum, allerdings in einem anderen Zusammenhang. So klagte die 16-jährige Caroline 1857 in ihrem Tagebuch, als sie sich schlecht fühlte: «Was man nicht ändern kann, muss man erdulden.» Heute würde der gleiche Teenager einen Post auf Social Media stellen und auf möglichst viel Zuspruch und Likes hoffen. «Natürlich ist in diesem Zusammenhang nicht nur die technische Entwicklung entscheidend, auch der Rückgang des Glaubens in westlichen Gesellschaften spielt eine wichtige Rolle», sagt Matt.

Mit den technischen Möglichkeiten wuchs jedoch auch der

Druck zur Selbstoptimierung. «Doch auch hier gibt es positive Seiten», sagt Matt. Dank der Fotografie konnten erstmals breite Gesellschaftsschichten überhaupt ein Bild von sich selbst haben. Dieses Privileg war lange Adligen vorbehalten gewesen, die sich einen Porträtmaler leisten konnten. «Unserer Lust zur Selbstdarstellung und Vermessung macht uns heute aber viel anfälliger für Überwachung», sagt Fernandez. Man denke nur an die fetten Datenspuren, die jeder in den zahllosen Selbstoptimierungsapps hinterlasse.

Immer wieder Thema im Zusammenhang mit dem Internet und Social Media sind auch der Hass und die Wut, die so mancher online über andere Menschen ergiesst. Auch hier sind die Entwicklungen zwiespältig. Einerseits förderten die Plattformen diese Tendenzen. «Kontroverse Beiträge bekommen einfach mehr Aufmerksamkeit, als wenn ich schreibe: «Heute scheint die Sonne aber schön.»» Gleichzeitig habe sich die Sicht auf die Emotion Wut in den letzten Jahrzehnten auch verändert. «In der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts setzte sich der Glaube durch, dass produktives Arbeiten nur mit Kollegialität funktioniert.» Zorn hatte am Arbeitsplatz plötzlich keinen Platz mehr. «Sonst gilt man schnell als Querschläger im Team.» Ärger und Wut hätten heute allgemein nicht mehr allzu viele Ventile. «Vielleicht», mutmasst Fernandez, «entladen sie sich deshalb verstärkt online.»

Geschichte der Gefühle

Seit rund zehn Jahren widmet sich die Geschichtsforschung auch den Gefühlen. Wer was wann fühlt, hat viel mit dem historischen Kontext zu tun, in dem er oder sie lebt. Gefühle sind also keine fixen Werte, sondern abhängig von der kulturellen Prägung, so die Grundannahme der Emotionsgeschichte. Im deutschsprachigen Raum hat die Historikerin Ute Frevert, Direktorin des Max-Planck-Instituts für Bildungsforschung in Berlin, diese Fachrichtung mitgeprägt. Frevert schrieb eine grosse Studie zur Funktion der Gefühle in der politischen Kommunikation und konzipierte die Ausstellung «Die Macht der Gefühle, Deutschland 19|19». Dabei geht es um die Frage, welche Rolle die Gefühle in den hundert Jahren deutscher Geschichte zwischen 1919 und 2019 spielten. Da die Ausstellung als mobile Schau geplant ist, wird sie an vielen Orten zu sehen sein.

machtdergefuehle.de