

1 Atemlos beschleunigt

Ich blättere soeben in meinem Terminkalender von 2012, lange bevor die Corona-Pandemie sich wie Mehltau auf meinen Arbeitsalltag gelegt hat. Ich staune und erschrecke über die damals noch dichte Folge fast täglicher Bahnreisen, Vorträge, Podiumsgespräche und Interviews. Im Tagesablauf hatten sich viele Ereignisse ohne Unterbrechung aneinandergereiht. In der Frühe riss mich der Wecker aus dem Schlaf. Unmittelbar beim Aufwachen wusste ich nicht, wo ich war – im eigenen Zimmer oder in einem fremden Hotel? Erst als ich die Augen öffnete, fügten sich die Fragmente des vergangenen Abends wieder zusammen: Vortrag, Diskussion, angeregte Gespräche in einem Restaurant. Dann flink duschen, anziehen, frühstücken; während des Frühstücks hörte ich die Nachrichten, überflog die Schlagzeilen überregionaler Zeitungen, lief zum Bahnhof und erreichte den nächsten Zug gerade noch, bevor der Zugbegleiter abpiff. Während der Fahrt sammelte ich die Anrufe und Nachrichten auf dem Handy. Ich bereitete den nächsten Auftritt vor – über ein anderes Thema, in einer anderen Stadt, vor einem anderen Publikum. Die nachdenklichen Gespräche und kritischen Einwände vom Vorabend waren abgetaucht. Ihnen nachzuspüren, verschob ich auf später. Es kam vor, dass Freundinnen und Freunde mich auf Erlebnisse ansprachen, die wir im Vorjahr gemeinsam geteilt hatten. Ich hatte dabei den Eindruck, dass sie mir Geschichten von fremden Leuten erzählten.

Beschleunigungsgesellschaft

Ein Freund hat mir das Bild einer Sonnenuhr geschickt. Sie steht in einem Park, umgeben von bunten Blumen mit der Inschrift: »Es ist immer später als Du denkst«. Solche Eingeständnisse werden mir von Freundinnen und Kollegen bestätigt. Auch sie fühlen sich in ihrem Alltag gehetzt, stolpern atemlos hinter sich her, sind immer zu spät dran. Häufig packt sie die Sorge, eine gegebene Zusage nicht einhalten zu können, eine Verabredung vergessen zu haben. Informationsfluten ersticken ein konzentriertes Arbeiten, ob im Home-Office oder im Großraumbüro. Zu unterscheiden zwischen dem, was bedeutsam ist

und was belanglos, gelingt nicht. Eine Glückwunschkarte bleibt bis zum späten Abend ungeschrieben; sie erreicht die Freundin zum Geburtstag erst später, »nachträglich«. Die sportliche Regel lautet: »Immer schneller, immer höher, immer weiter!« Wer schneller ist, wird als der Bessere geehrt – nach welchem Maßstab? Der Bonner Theologe Hans-Joachim Höhn hat für das Zeitalter der Beschleunigung den Begriff: »kinetischer Imperativ« geprägt.

Wie wird dieser Imperativ subjektiv empfunden? E-Mails haben die Briefpost abgelöst, die gerade noch für Todesanzeigen verwendet wird. Das Mobiltelefon suggeriert, dass man/frau allzeit erreichbar und zu kommunizieren bereit ist. In den Betrieben wird die gleiche Arbeit mit weniger Personal in kürzerer Zeit bewältigt. Vormalig saisonale Modezyklen sind radikal verkürzt worden.

Berühmte Orchester präsentieren Musikwerke in höherem Tempo. Beethoven ließ die Sinfonie Nr. 3 (»Eroica«) in 60 Minuten spielen, Leonard Bernstein beschleunigte auf 49, Michael Gielen (1987) auf 43 Minuten. Das Redetempo der Radiosprecher hat sich merklich erhöht. Die Schnittfolge der Werbefilme in den Kinos verlangt von manchen Besuchern eine hohe Reaktionsfähigkeit. Wie schnell Fernsehserien abgesetzt werden, entscheidet nicht deren Qualität, sondern die kurzfristige Einschaltquote.

Die Wucht der Beschleunigung verschont nicht die alltägliche Lebenswelt. Kunden werden ungeduldig, sobald sich vor der Kasse im Supermarkt, vor dem Post- oder Bahnschalter Schlangen bilden. Patienten murren, wenn sie bei Ärzten oder bei Behörden eine Weile warten müssen. Handlungen, die in einer sinnvollen Reihe aufeinander folgen, werden möglichst gleichzeitig erledigt: ankleiden und telefonieren, essen und lesen oder fernsehen, Auto fahren und Musik hören. Viele reagieren spontan auf Impulse von außen und nicht auf das, was ihnen wichtig erscheint. Eilfertig rennen sie dorthin, wo gerade etwas brennt. Besorgte Mütter laufen aufgeregt zur Kinderärztin, um zu erfahren, ob das Kind auch zeitig genug zu krabbeln und zu laufen beginnt. Schon früh werden Kinder mit dem »Tempo«-Virus infiziert, sobald Eltern mahnen: »Mach schneller, beeil dich, wo bleibst du denn, wir wollen doch weg!«

Die alltägliche Erfahrung einer zunehmenden Beschleunigung, die zahlreiche Menschen bedrängt, hat in den vergangenen dreißig Jahren eine Flut sozialwissenschaftlicher Literatur entstehen lassen. Unter den Buchautoren ragt die monumentale Studie von Hartmut Rosa hervor, einem sehr belesenen und sprachlich gewandten Professor der Soziologie an der Universität Jena. In einem Buch von mehr als 500 Seiten hat er sich nicht lange damit aufgehalten, das

angeblich unergründliche Rätsel der Zeit aufzuspüren. Vielmehr sucht er gesellschaftlich überschaubare Entwicklungen zu ergründen und sich auf den Leitbegriff der »Beschleunigung« zu konzentrieren. Deren Dynamik äußert sich in einer geschichtlichen Abfolge, die eine »ungeheure Erfahrung wachsender Beschleunigung« auslöst. Vielleicht gelingt es mir, einige Kernanliegen des Autors in Auszügen zu vermitteln: Hartmut Rosa unterscheidet drei Dimensionen sozialer Beschleunigung – den technischen Prozess der Produktion, des Transports und der Kommunikation, zudem das schnelle Tempo des Alltagslebens, schließlich einen relativ unscharf beschriebenen »sozialen Wandel«, der eine Art Gesamtheit etablierter Institutionen, Arbeitsorganisationen, Parteiprogramme, Beziehungsmuster und Orientierungen des Handelns rasch und radikal antreibt. Allerdings werden gegenüber der dreifachen Arena dynamischer Beschleunigung auch Prozesse der Verlangsamung erwähnt – etwa das begrenzte Vermögen der Ökosysteme, sich zu regenerieren, oder Unfälle, Naturkatastrophen, lästige Staus auf der Autobahn sowie Depressionen als Folge maßloser Arbeitsbelastung. Versuche, die Beschleunigung auszubremsen, erwecken indessen nur scheinbar den Eindruck, als würden beharrende und bewegende Kräfte sich wechselseitig ausbalancieren. Langsam reagierende Kräfte bilden keinen ernsthaften Gegentrend zur Dynamik der Beschleunigung. Anders seien jedoch die langsamen und berechenbaren Spielregeln politischer Steuerung und Rechtsetzung zu deuten. Gegen den Drang, alles »Ständige und Stehende« in Bewegung zu setzen, haben sich solche institutionellen Regeln durchaus als ein spannungsgeladenes Moment des »Stehenden und Beharrenden« behauptet. Über allen weit ausgreifenden Beschreibungen des Autors schwebt indessen ein wolkgiger Leitstern der so genannten Moderne. Durch den scheint es sogar zu gelingen, behutsam die Ursachen sozialer Beschleunigung aufzuspüren. Eine der Ursachen sei ein sich selbst antreibender Prozess, der die drei Facetten sozialer Beschleunigung – Technik, Lebenstempo, sozialer Wandel – zirkulär steigert, so dass der interne Zirkel stetig mehr Beschleunigung erzeugt. Zudem werden drei externe Antriebsmotoren erwähnt, ein ökonomischer Motor der technischen Beschleunigung, ein kultureller Motor des Lebenstempos sowie ein sozialstruktureller Motor des sozialen Wandels. Außerdem treibt jeder Motor zugleich eine miteinander verflochtene Spirale der Beschleunigung an. Wenngleich der Autor eine vielseitige und stets zunehmende Dynamik sozialer Beschleunigung erschlossen hat, ist er den Paradoxien und Ambivalenzen sowie

dem Verhältnis von Bruch und Kontinuität der sogenannten Moderne nicht ausgewichen. Kann es sein, dass der beschleunigte soziale Wandel im Verlauf moderner Entwicklung eine strukturelle und kulturelle Erstarrung, ein apokalyptisches Desaster ausgelöst hat, denen eine paradoxe Unbeweglichkeit der gesamten Gesellschaft gefolgt ist? Ist also die aktuelle Gegenwart pauschal und realistisch durch zwei gegenläufige »Zeiterfahrungen« kontaminiert – durch eine ungeheure Beschleunigung und zugleich eine gesellschaftliche Erstarrung »rasenden Stillstands?«

Leidenserfahrungen

Spekulativ wuchernde, pauschale Hypothesen, die entlang historisch fließender Markierungen weitschweifend entwickelt werden, geraten leicht in eine Falle; indem sie vorgeben, die alltägliche Lebenswelt real existierender Bevölkerungsgruppen erhellend zu beleuchten, während sie ihren Lichtstrahl eher auf akademisch gebildete Schichten richten. Deshalb will ich im folgenden Abschnitt vor allem jene Gruppen in den Blick nehmen, die von gesellschaftlichen Eliten am unteren Rand der Bevölkerung verortet werden.

Die Krankenkassen in Deutschland weisen mit unterschiedlichem Gewicht darauf hin, dass die Tage von Arbeitsunfähigkeit infolge psychischer Erkrankungen seit Jahrzehnten gestiegen sind. Der Jahreshöchststand wurde 2020 erreicht – vor allem bei stark belasteten Frauen. Als Ursache wurde der Zeit- und Leistungsdruck am Arbeitsplatz diagnostiziert, Stress, unregelmäßige Arbeitszeiten sowie solche von 45 Wochenstunden und mehr. Besonders betroffen sind Beschäftigte, die regelmäßig und einfühlsam auf Kundenwünsche zu reagieren haben, überdurchschnittlich Kolleginnen und Kollegen im Gastgewerbe sowie in Gesundheits-, Pflege- und Sozialdiensten. Fast die Hälfte der Arbeitnehmer ist während eines Jahres auch dann zur Arbeit gegangen, wenn sie sich »richtig krank fühlten«. Schülerinnen und Schüler sagen, dass sie während der Pandemie ständig einem hohen Leistungsdruck und überzogenen Prüfungsvorgaben ausgesetzt seien.

Das Phänomen des »Ausbrennens« verbreitet sich nach dem Urteil von Medizinerinnen in der modernen Arbeitsgesellschaft wie eine Epidemie. Das Burn-out-Syndrom, ein »Zustand erschöpfter physischer und mentaler Ressourcen« kann Menschen aus allen Berufszweigen und Arbeitsfeldern treffen. Gehäuft tritt es bei Führungskräften in Unternehmen sowie in pädagogischen, sozialen

und religiösen Einrichtungen auf. Zwar können diese Personen ihre Arbeitsinhalte und Arbeitszeiten im Rahmen von Zielvereinbarungen, die nach oben offen sind, relativ selbst bestimmen. Sie üben allerdings eine Tätigkeit aus, die den eigenen Talenten und Interessen entspricht. Sie identifizieren sich voll mit ihrem Beruf, so dass sie nach außen sehr zufrieden wirken. Sie stürzen sich enthusiastisch in die Arbeit, die sie voll ausfüllt, halten jede emotionale Entspannung für überflüssig. Falls sie der Partnerin oder der Familie einen kurzen Urlaub zugestehen, bleiben Telefon, Laptop und Handy in unmittelbarer Nähe. Mit einem vollen Terminkalender, einer Wochenarbeitszeit von 60–80 Stunden sowie ständigen Geschäftsreisen quer durch Europa stufen sie sich als eine öffentlich anerkannte, ranghohe Persönlichkeit ein. Nachdem ein Auftrag abgewickelt ist, hetzen sie ohne Unterbrechung zum nächsten, ohne sich eine schöpferische Pause zu gönnen. Die Signale des Körpers: Müdigkeit, Erschöpfung, Appetitlosigkeit, Schlafstörungen, werden verdrängt, bis sie in ein psychisches und mentales »Ausbrennen« fallen. Die innere Leere wird dann häufig durch Ersatzbefriedigungen überspielt, bis auch diese in eine leblose Apathie münden.

Entwarnung

Es ist wohl sinnvoll, allzu erregte und erregende Hypothesen von Sozialwissenschaftlern sowie Warnungen von Ärzteverbänden und Krankenkassen daraufhin zu überprüfen, ob deren Blickwinkel auf ein enges Milieu und eine hypersensible Wahrnehmung verengt oder ob eine umfassende gesellschaftliche Tatsache ermittelt worden ist. Ich werde mit Hinweisen auf statistische Erhebungen, globale Landkarten und säkulare Epochen versuchen, die pauschale Erregung über das gesteigerte Lebenstempo und die apokalyptischen Szenarien zu differenzieren und im Blick auf lebensweltliche Varianten zu relativieren.

Erhebungen

Das Statistische Bundesamt bietet alle zehn Jahre mit einer Zeitbudgeterhebung einen detaillierten Einblick in die Lebensverhältnisse von Menschen in Haushalten und Familien. Gemäß dieser Erhebungen hat sich das Zeitmuster