

## 11. Zeit und Warten

*Jemanden warten lassen...  
Worauf warten wir?  
Das Warten hat sich gelohnt.  
Warten, bis es an der Zeit ist.  
Ich kann nicht länger warten.  
Bitte warten ...  
Warten Sie schon lange?  
Warten, dass etwas passiert.*

Warum wartet man? Kurz: Man wartet, weil man das Gefühl hat, dass das Warten sich lohnt! Sie kennen bestimmt das Gefühl in ihrer Magengrube, wenn Sie in großer Erwartung Ihre Konzentration auf etwas Kommendes richten. Oder Sie entwickeln aggressive Gefühle (Angriffslust), wenn Sie etwas erwarten, und die Hoffnung erfüllt sich nicht. Sie geraten unter Druck, wenn etwas nicht klappt, und betrachten die Zeit als verloren.

Beispiele für warten, die sich in einer absehbaren Zeit abspielen:

- warten auf den Zug, den Bus
- warten auf Freunde, mit denen man verabredet ist
- warten, bis die Ampel grün wird
- warten im "Wartezimmer" eines Arztes
- warten in der "Warteschlange" vor einer Kasse

Beispiele für definierte Ereignisse, die nicht absehbar sind:

- warten im Stau ("nichts geht mehr")
- warte mal, bis du groß bist
- warten auf Weihnachten
- warten bis zur Ankunft "Wann sind wir endlich da?"
- Spekulation über die Zukunft

Sie können sich einer Sache mit großer Aufmerksamkeit widmen oder teilnahmslos an einer Besprechung mitwirken. Sie können sich über etwas maßlos ärgern oder gelassen bleiben und abwarten. Sich gedulden

bedeutet nicht, dass Sie sich treiben lassen, sondern Ihrem Bewusstsein Gelegenheit geben nachzudenken, sich besinnen oder neue Ideen finden.

Es liegt in der Natur des Menschen über Gründe und Änderungsmöglichkeiten, ja, über den Sinn des Lebens, nachzudenken (Warten als Luxus in einer beschleunigten Welt). Wir erkennen manche Wechselwirkungen (Ursache/Wirkungsprinzip) zwischen den Ereignissen; wenn wir *warten oder abwarten*. Beispiel mit dem Auto in einem Stau stehen. Das Ergebnis ihres Wartens sind vielleicht ganz neue Einsichten und Erkenntnisse über ein Problem oder Ihr Leben.

Körper und Geist sind angespannt, zum Handeln bereit – aber zur Untätigkeit verurteilt.

Ihnen bleiben zwei Möglichkeiten mit dem Warten umzugehen. Einerseits können Sie durch Planung, Pünktlichkeit oder das Einplanen von Zeitpuffer Zeit gewinnen.

Dazu einige Beispiele, wie Sie ihre Wartezeit angenehmer gestalten:

- Beobachten der anderen Wartenden
- Gelassenheit
- Geduld
- Informationen über Wartezeit
- Registrierung der Ankunftszeit
- Unterhaltung
- Ablenkung (Musik, Video, Getränke, usw.)
- Eine Warteschlange: Wer zuerst kommt, wird zuerst bedient.
- Warten wird erträglicher, wenn man weiß, wie lange man zu warten hat.
- Lesen im Wartezimmer
- Tätigkeiten vorbereiten, die man machen kann, wenn man warten muss.

Andererseits können Sie ihre Zeit manipulieren, zum Beispiel:

- Wenn Sie die Bearbeitung eines Problems möglichst so lange vor sich herschieben, bis es sich von allein erledigt.
- Wenn Sie unter Bezug auf einen vollen Terminkalender entscheiden, ob die Zeit überhaupt zur Verfügung steht.

- Wenn Sie als Vorgesetzter Ihre Macht unter Beweis stellen nach dem Prinzip: schnell reagieren, vermeidet langes Warten.
- oder Sie leben mit der Maxime: schneller essen, kürzer schlafen, flott gesund werden
- oder Sie missbrauchen Ihre Gesundheit unter Anwendung von Genussmitteln, machen Aktivurlaub bis zur Erschöpfung, oder glauben durch ein Überlebenstraining sich und anderen beweisen zu müssen, was alles in Ihnen steckt.

Ach, wer wartet nicht auf ein Wunder? Der Reiche in Europa oder Amerika, der alles hat, *wartet* auf den hohen Gewinn an der Börse. Bereits die Griechen sprachen von Wolkenkuckucksheimen. Das sind die Wunschvorstellungen, die Nebelheime, in denen wir uns wohlfühlen und verbergen möchten. Dank unserer Vernunft können wir dieses Wunsch- und Märchendenken, das jeden von uns - geben Sie es zu! - zuweilen überkommt, ausschalten. Nein, es lohnt sich nicht, um jeden Preis alles sofort zu wollen!

Damit wird der Mensch zum Wolf wider alle Wölfe. Vielleicht ist es möglich, unsere eigenen, überzogenen Wünsche herabzusetzen, vielleicht ist es auch möglich, denjenigen, denen nichts gegeben wird, etwas zu geben, damit diese nicht zu lange *warten*. Vielleicht - aber das möge ein jeder für sich entscheiden. In den zwischenmenschlichen Beziehungen spielt warten eine psychologische Rolle. Hierzu Beispiele: Erwartet werden oder den anderen warten lassen:

- Der Mächtige bestimmt, wer lange wartet, denn je höher der Status, umso länger kann es dauern, bis man vorgelassen wird.
- Persönlich schätzen wir es, wenn auf uns gewartet wird.

Nur, wie warten Sie am besten richtig? Empfehlung: Nicht das zukünftige Ereignis sollte im Vordergrund stehen auf das Sie warten, sondern kosten Sie das Jetzt – also die Gegenwart aus, die Sie zu gestalten wünschen. Die meisten von uns glauben immer noch, sie verlieren durch *Warten* Zeit. Vielleicht ist es besser einmal so zu tun, als würden Sie durch Warten Zeit gewinnen! Wenn Sie *warten*, *abwarten* und *erwarten*, erreichen Sie einen Zustand, der Sie geduldig werden lässt.

Niemand kann behaupten, dass er das Leben beeinflussen kann. Allerdings lässt sich Ihr Leben verbessern, während Sie Ihre Ziele festlegen, indem wir andere Menschen annehmen, und wir das Miteinander noch schöpferischer gestalten. Dazu gehört, dass wir unsere Freunde nicht mit unseren Erwartungen erdrücken oder einlullen. Dazu zählt, dass Sie die Erfolgsleiter nicht mit großer Ungeduld emporsteigen, denn schon

mancher hat sich dabei das Genick gebrochen. Es lohnt sich nicht, das Schicksal herauszufordern, um ihm - vielleicht - ein Schnäppchen schlagen zu wollen. Entwickeln Sie selber Ihre eigene Philosophie des Wartens, und warten Sie beruhigt darauf, dass etwas geschieht. Oder überprüfen Sie doch von Zeit zu Zeit Ihre Sichtweise: Damit schaffen Sie sich positive Anker des *Warten Könnens*.

### **Langsamkeit** als Zeit des abwarten können ...

Wenn es Ihnen gelingt, sich in Krisenzeiten auf Langsamkeit, Nachdenklichkeit und ein Maß an Offenheit einzulassen, dann kommen Sie schneller an Ihre gewünschten Ziele. Und manchmal scheint es vernünftig zu sein, gar nichts zu tun, denn die Erfahrung lehrt, dass sich vieles nur durch abwarten von ganz alleine erledigt. Unter Politikern heißt das eine Sache „aussitzen“ – mancher „schwitzt“ sie aus. Erkenntnis: Langsamkeit ist oft das schnellstmögliche Vorgehen, denn sie ist die Voraussetzung für wohlüberlegte **Entscheidungen**.

Stille ist eine knappe Zeitressource geworden. Unsere Welt ist voller akustischer Penetranz und bebt unter einem Dauergeräusch, dem man sich nur noch schwer entziehen kann. Wie lernt der moderne Mensch wieder das „Verstummen“? Denn die letzten Orte des Schweigens sind der Friedhof beim Begräbnis eines geliebten Menschen und bei der Geburt eines neugeborenen Kindes. Diese beiden Extreme unseres Lebens verschlagen uns manchmal sprichwörtlich die Sprache. Vielleicht löst die Natur in uns ein Schweigen aus, wenn wir den Sternenhimmel betrachten, den Sonnenaufgang erleben oder ein überwältigendes Landschaftspanorama betrachten. Denn die Stille der Natur bedeutet Einkehr in unser Inneres. So wird das Warten vielleicht als ruhender Punkt empfunden, denn plötzlich lassen sich neue Erkenntnisse über die Zeit und die Bedeutung für das Leben gewinnen.

**Erkenntnis:** Warten wird erträglicher, wenn man weiß, wie lange man zu warten hat. Dann nehmen Sie ein spannendes Buch zur Hand, um die Wartezeit zu verkürzen, oder Sie können geplante Tätigkeiten vorbereiten. Was lernen wir: Nicht das zukünftige Ereignis sollte im Vordergrund stehen, auf das gewartet wird, sondern das Auskosten des Jetzt – also der Gegenwart mit dem Blick auf das Kommende, das es zu gestalten gilt. Der soziale Status bestimmt, wer wartet und wie lange, denn der Umgang mit Zeit ist ein Zeichen der Macht. Wichtige Menschen trifft man normalerweise oft nur nach Verabredung; und während Personen mit dem höheren Status die anderen warten lassen, ist es umgekehrt streng verboten. Oft geht es darum, jemanden müde zu machen oder durch zeitliches Distanzieren sozial auf Abstand zu halten. Ziel: Wann gibt derjenige auf? Mehr unter Zeit und Mythos.

## Literaturempfehlungen:

- Ralph Bollmann „Warten im Kapitalismus“
- Heinz Schilling „Welche Farbe hat die Zeit?“ Recherche zu einer Anthropologie des Wartens
- Heinz Schilling: „Warten: In Räumen der Kindheit“  
Ein Glossar: Herausgegeben von Jürgen Hasse und Verena Schreiber, Bielefeld 2019,  
Verlag transcript, Reihe Sozialtheorie, S. 372-377
- Robert Levine: Eine Landkarte der Zeit. Wie Kulturen mit Zeit umgehen