

Wie viel ist zuviel?

Eine ungeklärte Frage

Mein Vater ging sehr häufig ins Kino. Das hing mit seinem Beruf zusammen, da er bei Zeiss Ikon in Dresden ausgebildet wurde und für Zeiss und Carlowitz den Handel mit optischen Geräten in China förderte. Da musste er Bescheid wissen, was sich im Bereich Film und Fotografie tat. Er hatte allerdings das Pech nach dem Besuch des gruseligen Filmes „Nosferatu“ an Typhus zu erkranken und in den Fieberphantasien von diesem Film geplagt zu werden. Das erzählte er mal, als ich noch klein war.

Viel später, ich hatte längst in einem Filmstudio gearbeitet, aber gemerkt, dass mich das nicht erfüllte, wurde mir klar, dass er damit die Auswirkung von Medien auf Phantasien und Träume beschrieb. Auf einer Tagung über Probleme Jugendlicher verwies ein Redner darauf, dass junge Menschen damals (es gab noch keine Privatsender, kein Internet, keine Smart-Phones) im Fernsehen während ihrer Schulzeit mehr Tote und Morde zu sehen bekamen, als die Vorfahren während eines ganzen Lebens (Kriegszeiten ausgenommen). Sehr wahrscheinlich hatte das schon damals Auswirkungen auf das Leben der jungen Menschen.

Kürzlich beim Erdbeben im nahen Osten spielte Tiktok Aufnahmen von Verletzten und Toten zwischen all dem ein, was es dort zu sehen gibt, und verstörte damit Kinder und Jugendliche. In England ergab eine Studie, dass über 60% der Benutzer sich nicht an die Altersvorgabe halten. So kam es, dass sogar Kinder durch die schrecklichen Bilder verletzt (traumatisiert) wurden.

Filme und Spiele mit gewalttätigen Inhalten gibt es heute in großen Mengen. Seit man bei Amokläufern auch derartiges Material fand, wird diskutiert, ob Spiele, bei denen man in der Rolle des Schützen ist (Ego-shooter), möglicherweise die Hemmschwelle senken, so wie es bei Soldaten mit ähnlichem Material trainiert wird.

Es geht aber nicht nur um Gewalt, sondern auch um Pornografie, oder um Werke, die moralisch fragwürdiges Verhalten, als erfolgreich propagieren. Das fing schon mit der Fernsehserie „Dallas“ an, die damals die weltweit meist gesehene war, und ein ziemlich fragwürdiges Bild von weißen Menschen zeigte. Dass junge Menschen neugierig sind und ihre Grenzen auszutesten versuchen ist nicht neu. Neu ist, dass sie heute ziemlich leicht an Material kommen können, das früher sorgsam (zu ihrem Schutz) vor ihnen verborgen wurde.

Neben den Inhalten, die fragwürdig sein können, ist es aber auch die schiere Menge an Reizen, die heute auf die Allermeisten einprasselt. Selbst beim Einkaufen wird man mit Musik und Werbung beschallt, damit man mehr kaufe, als man will, oder sich leisten kann. Busse und Bahnen sind mit Werbung tapeziert. Haltestellen werden mit Werbeansagen „verkauft“. Überall sind Plakate, die sich seit einiger Zeit auch noch bewegen, weil der Mensch auf unerwartete Bewegungen seit grauer Vorzeit zu reagieren gelernt hat. Von der Flut der Werbebotschaften an Haltestellen, Häusern, in Geschäftsstraßen und Schaufenstern ganz zu schweigen.

Daraus ergibt sich die Frage: Wie viel kann man verkraften? Kann man es überhaupt verkraften, oder ist schon die Menge der Reize zu groß?

Das ist seit dem Internet und den Mobiltelefonen noch viel schlimmer geworden. Man kann eine Unzahl an „Newslettern“ abonnieren, sich über Apps und Push-Nachrichten ständig mit den neuesten Nachrichten beschäftigen. Man bekommt ein schlechtes Gewissen, weil man nicht sofort auf irgend eine E-mail, SMS, oder andere Art von Nachricht reagiert. Wer sich darauf einlässt, gerät in die Gefahr nicht mehr zu sich selbst zu kommen, weil ständig irgend etwas oder irgend wer an einem zerrt. Was bedeutet das, wenn man nicht mehr zu sich selbst kommt, sondern nur noch ein Getriebener ist? Man kann nicht mehr auswählen, geschweige denn ablehnen, weil man nicht mehr weiß, was einem wirklich wichtig ist.

Dabei fing alles ganz harmlos an, mit Stummfilmen, dem Kintopp, mit dem man Leuten die Zeit vertrieb und Gefühle weckte. Es folgten Tonfilm, Farbfilm, Fernsehen, Internet und all seine Spielarten bis hin zu „künstlicher Intelligenz“, die nicht intelligent, sondern nur gut dressiert ist, bei der man aber nicht weiß, ob das, was da raus kommt wahr ist, oder nicht, ob irgend wer dafür die Verantwortung trägt, oder ob es Geld-verdienen durch Verantwortungslosigkeit ist.

Sowohl die Menge der Reize, als auch ihre Qualität scheinen immer mehr Menschen zu überfordern. Die Zahl der Medien-süchtigen Kinder steigt steil an. Erwachsene sind in Deutschland im Durchschnitt zehn Stunden am Tag vor dem Bildschirm. Junge Erwachsene sogar noch länger. Wenn man bedenkt, dass manche Programmierer am Abend ein Stressniveau erreicht haben, dass sie nur durch 40 Kilometer Dauerlauf abbauen könnten, dann kann man sich vorstellen, was der Stress der vielen Reize vor allem bei Kindern und Jugendlichen zur Folge hat. Sie sind gestresst, bewegen sich aber zu wenig, um diesen Stress wieder los zu werden. Dass manche einfachste Bewegungen kaum noch ausführen können (auf einem Balken Balancieren, Purzelbaum, Springen, Rennen), oder unter Übergewicht leiden, sollte nachdenklich machen. Wenn diesen Kindern im Grunde körperliche Fähigkeiten fehlen, dann sind in erster Linie Erwachsene daran schuld, die Kinder mit Medien ruhig stellen, statt sich mit ihnen zu beschäftigen und ihre Fähigkeiten zu fördern.

Zu meinem Glück oder Unglück bekamen wir erst spät einen Fernseher. Das Unglück war, dass meine Eltern nun Abends nicht mehr mit mir spielten, wobei wir Radio hörten, z.B. Konzerte, oder Ratespiele von Heinz Rosenthal, sondern in die Glotze glotzten. Das Glück war, dass mich das daran hinderte genau so vor der Glotze zu hocken. Vielleicht hatte ich auch einen großen Bewegungsdrang und Freunde und Schulkameraden, die mir da ähnlich waren. Jedenfalls wurde ich nie ein großer Fernseh-Gucker.

Später hatte ich einen alten Schwarzweiß-Fernseher im Büro. Aber als ich den nach der Schleyer-Entführung ein Jahr lang nicht mehr benutzt hatte, flog er raus. Damals sparte man dadurch auch Gebühren. Auch das Kino fesselte mich nie sehr. Vermutlich könnte ich die paar Filme, die ich sah, an den Fingern aufzählen. Dem entsprechend nutzte ich auch das Internet später nicht dazu mir Filme anzusehen. Nur zwei Filme habe ich mal herunter geladen, einen mit Aufnahmen in Zeitlupe, den anderen mit Zeitrafferbildern, also beides Techniken, mit denen man Dinge mittels des Mediums sichtbar machen kann.

Youtube ist die hervorragende Idee ein Verzeichnis aller möglichen Filme und Audio-Aufnahmen aufzubauen, aber wie das geschieht, und vor allem wie die, die die Daten hoch laden

und die Benutzer ihrer Daten beraubt werden, das macht daraus für mich ein vergiftetes Angebot. Ich weiß, dass da auch Werke von mir drin standen, ohne, das ich gefragt worden wäre oder man sich die Erlaubnis geholt hätte. Aber soll ich meine Lebenszeit damit vertun, dass ich unerlaubte Nutzungen meiner Arbeit verfolge? Das wäre Aufgabe von Youtube. Aber dann ließe sich damit weniger Geld verdienen.

Auch die ganzen angeblich „sozialen“ Medien lasse ich ungenutzt. Ich habe dafür keine Zeit und keine Lust, auch, wenn mich immer wieder Leute dazu bringen wollen, dass ich sie da oder dort besuche. Nein, Briefkasten, Telefon, Mobiltelefon, Internet und E-mail genügen mir völlig. Eine Zeit lang war das Fax noch nützlich, aber das ist schon lange her. Ich lehne es auch ab irgend welche Apps zu Installieren, um die ich mich dann eben auch noch kümmern müsste.

Früher, als es das Meiste davon noch nicht gab, hatte ich ungefähr 120 Zeitungen und Zeitschriften, die ich im Monat wenigstens überfliegen sollte. Damals merkte ich, dass das zu viel war, denn die Stapel der ZEIT und anderer Blätter wuchsen immer mehr und ich kam mit Lesen und Ausschneiden nicht mehr hinterher.

Bei einer Tagung sprachen mich sehr engagierte junge Leute an, um auf ihr Anliegen aufmerksam zu machen. Aber ich musste ihnen sagen, dass ich dafür einfach keine Kraft mehr hatte, weil mich mein Beruf schon bis an meine Grenzen forderte. Es tat mir leid, aber mir wurde dadurch klar, dass man sich auf einige Dinge beschränken muss, wenn man nicht im Strudel der Reize ertrinken will. Schon Käthe Kollwitz forderte: „Mensch werde wesentlich!“ Und im Zen heißt es: „Tu, was Du tust!“

Neuerdings stelle ich mir die Frage, ob die Hochsensibilität, die angeblich etwa ein Drittel der Menschen zeigen, nicht vielleicht das Normale wäre, wenn wir nicht durch Reizüberflutung abgestumpft wären. Die frühen Menschen dürften eher überlebt haben, wenn sie sehr sensibel waren. Aber heute in den Menschenmassen der Fußgängerzonen, oder im Straßenverkehr kann einem das Getriebe schnell zu viel werden. Oder ist das eher eine Folge unseres Medienkonsums, der unsere Aufnahmefähigkeit überfordert? Erleben wir im Gehirn vielleicht so etwas Ähnliches wie einen Hacker-Angriff, der Rechner durch die schiere Masse der Anfragen überfordert und so in die Knie zwingt?

Das heißt nicht, dass alle Techniken schlecht wären, sondern nur, dass es darauf ankommt, wie man sie nutzt und in welchem Maße. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass jetzt im Alter unendlich viele Erlebnisse und Erfahrungen manchmal wieder auftauchen, oder mich in Alpträumen plagen. Dabei bin ich ganz froh, dass ich seit Jahren kaum Filme angesehen habe, die mir – ähnlich, wie einst meinem Vater – den erholsamen Schlaf rauben könnten. Das werde ich auch nicht ändern. Aber bei den über 70 000 Fotos, die ich gemacht habe, erinnere ich in vielen Fällen noch wie es war, als ich sie gemacht habe, was ich mir dabei dachte, wo ich da war und wie sie zustande kamen. Das erscheint mir erstaunlich, zeigt aber auch, wie großartig unser Gehirn arbeitet und, dass man sorgfältig wählen sollte, was man sich anschaut und zumutet.