

Freizeitgestaltung – warum?

Franz Sedlak

Der Zeitgeist der modernen Gesellschaft zeichnet sich durch zunehmende Schizoidisierung aus: Der Single als Normalfall boomt. Es besteht die Gefahr, dass der Schritt von der Identität und vom Selbstwert zur Intimität, Generativität und Fürsorge nicht mehr angestrebt oder bewältigt wird. Mit anderen Worten, wenn wir nicht für Weiterentwicklung sorgen, wandeln wir uns nach und nach in eine Gesellschaft, die durch Egozentrik und Narzissmus gekennzeichnet ist. Die „Ego-Marke“ wird propagiert, die Begegnung mit anderen nur mehr virtuell vollzogen. Die Solidarität wird eingengt und auch der Blick für die Nachhaltigkeit (das zeigen z. B. auch einzelne Vorstöße junger Menschen in Richtung „Aufkündigung des Generationenvertrags“).

Immer mehr wird verlangt, dass man sich rund um die Uhr mit der beruflichen Tätigkeit identifiziert. Dagegen ist nichts einzuwenden, denn Identifikation ist ja nicht Stückwerk. Aber die ständige Abrufbereitschaft, die Errichtung von „Vorbildern“, die keine Freizeit mehr kennen und auch in der Nacht am freien Wochenende freiwillig mehr Zeit mit der Arbeit als mit der Familie, mit Freunden verbringen, erzeugt nach und nach den Singletyp, dessen Identität sich aus der beruflichen Tätigkeit ausschließlich ableitet, und von dem auch zunehmend die Entwurzelung verlangt wird (man nennt sie „Flexibilität“ des Einsatzortes). So kommt zum Single noch das Nomadentum. Die psychischen Folgen sind nicht abzuschätzen, sondern am ehesten vergleichbar mit Heranwachsenden, die in ihrer Familie nicht mehr Geborgenheit, Halt und Sicherheit finden, weil kein Familienleben mehr stattfindet, sondern nur mehr ein Parallel-Lauf einzelner Personen. Der Beziehungsverarmung folgt Beziehungslosigkeit.

Daher ist es wichtig, die „unverwaltete Zeit“ als persönliche Chance zu kreativer Gestaltung zu nutzen, sei es als Energiegewinn, Erlebniskultivierung, oder für physische Fitness, mentale Fitness, Selbstfindung, aber vor allem als achtsame Koevolution, Sorge füreinander, Solidarität und Mitmenschlichkeit...

