

Allein mit seinen Gedanken



Einfach nichts tun und tagträumen – eine schöne Vorstellung? Sehr viele Menschen empfinden das offenbar als eher unangenehm. Das war das Ergebnis einer Studie, die im Fachmagazin „Science“ veröffentlicht wurde. An den Experimenten nahmen mehr als 200 Menschen zwischen 18 und 77 Jahren teil. Sie sollten 15 Minuten lang allein in einem schmucklosen Raum ihren Gedanken nachhängen – ohne Smartphone oder andere Ablenkung. Die meisten konnten sich nur schwer konzentrieren, und rund die Hälfte sagte, sie habe die Erfahrung des Alleinseins und Grübelns nicht genossen. Schließlich bekamen die Versuchspersonen die Möglichkeit, sich selbst einen leichten Elektroschock zu verabreichen, wenn ihnen das Nichtstun zu viel wurde. Eine vorherige Demonstration des Elektroschocks empfanden die Probanden als sehr unangenehm. Während der 15 Minuten entschieden sich jedoch zwei Drittel der Männer und ein Viertel der Frauen mindestens einmal dafür, sich selbst einen Elektroschock zu verabreichen. Sie widmeten sich also lieber einer unangenehmen Aktivität als gar keiner, schreiben die Forscher.

(153 Wörter)

(Ingrid Plank für: www.deutsch-to-go.de – in Anlehnung an: „Meditieren, Tagträumen, Nichtstun: Menschen sind ungern mit sich alleine“, 04072014, <http://www.augsburger-allgemeine.de/wissenschaft/Meditieren-Tagtraeumen-Nichtstun-Menschen-sind-ungern-mit-sich-alleine-id30462647.html>)