

Arbeitsmaterialien für Lehrkräfte

Kreative Ideen und Konzepte inkl. fertig ausgearbeiteter Materialien und Kopiervorlagen für einen lehrplangemäßen und innovativen Unterricht

Thema: Ethik Sekundarstufe I, Ausgabe: 49

Titel: Von der langen Weile (36 S.)

Produkthinweis zur »Kreativen Ideenbörse Sekundarstufe«

Dieser Beitrag ist Teil einer Print-Ausgabe aus der »Kreativen Ideenbörse Sekundarstufe« der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG*. Den Verweis auf die jeweilige Originalquelle finden Sie in der Fußzeile des Beitrags.

- ▶ Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).

Seit über 15 Jahren entwickeln erfahrene Pädagoginnen und Pädagogen kreative Ideen und Konzepte inkl. sofort einsetzbarer Unterrichtsverläufe und Materialien für verschiedene Reihen der Ideenbörse.

- ▶ Informationen zu den Print-Ausgaben finden Sie [hier](#).

* Ausgaben bis zum Jahr 2015 erschienen bei OLZOG Verlag GmbH, München

Beitrag bestellen

- ▶ Klicken Sie auf die Schaltfläche **Dokument bestellen** am oberen Seitenrand.
- ▶ Alternativ finden Sie eine Volltextsuche unter www.eDidact.de/sekundarstufe.

Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet. Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie [hier](#).

Nutzungsbedingungen

Die Arbeitsmaterialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, für Ihren eigenen Bedarf Fotokopien in Klassensatzstärke zu ziehen bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien ist unzulässig.

- ▶ Die vollständigen Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).

Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: service@eDidact.de

✉ Post: Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG
E.-C.-Baumann-Straße 5 | 95326 Kulmbach

☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377

<http://www.eDidact.de> | <https://www.bildung.mgo-fachverlage.de>

Von der langen Weile

3.7.9




Teil 3.7: Schule – Arbeit – Freizeit

3.7.9 Von der langen Weile

Kompetenzen und Unterrichtsinhalte:

Die Schüler sollen

- ◆ sich über die Emotion „Langeweile“ bewusst werden, und zwar zunächst darüber, wann und wie sie Langeweile erleben, also welche Gedanken und Gefühle damit verbunden sind und in welchen Situationen Langeweile erlebt wird,
- ◆ sich des Weiteren darüber klar werden, wie sie selbst und andere mit diesem Gefühl umgehen und welche Verhaltensweisen Langeweile auslösen kann,
- ◆ verschiedene Gründe dafür nachvollziehen, dass Langeweile empfunden wird (Über- bzw. Unterforderung, Erlebnisarmut, aber auch zu viel Stimulation, ...),
- ◆ die positive Kraft der Langeweile anhand der Harry-Potter-Entstehungsgeschichte erkennen,
- ◆ dazu ermuntert und ermutigt werden, nicht nur in der Erwartung zu leben, dass „die Außenwelt“ ihnen etwas Interessantes bietet, sondern aus sich selbst heraus Interessen zu entwickeln, indem sie Zeiten der Ruhe – der lang erlebten Weile – als Anstoß für eigene Ideen nutzen können (produktiver Leerlauf),
- ◆ darin bestärkt werden, Freizeit sinnvoll zu gestalten und mit Zuversicht, Lebendigkeit sowie Lebenslust das, was die Welt zu bieten hat, zu ihrer eigenen, ganz persönlichen Welt zu machen, indem sie sich im Wechselspiel zwischen Innen- und Außenwelt selbst besser kennenlernen.

Didaktisch-methodischer Ablauf	Inhalte und Materialien (M und MW)
<p>1. Stunde: Gelangweilt, müde oder entspannt ...?</p> <p>Zu Beginn der Einheit soll zunächst das Gefühl der Langeweile von anderen, scheinbar ähnlichen Stimmungen unterschieden werden.</p> <p>Sechs Schüler (freiwillig oder ausgewählt) erhalten dazu je eine Rollen- und eine Namenskarte (zum Umhängen oder Anstecken). Einer nach dem anderen spielt nun die dargestellte Stimmung/Situation vor, und die zuschauenden Schüler äußern sich dazu (möglicher Impuls: „In welcher Stimmung sind die Personen?“).</p> <p>Das Nebeneinander der sechs vorspielenden Schüler veranschaulicht sowohl die Gemeinsamkeiten (Ruhe, Schweigen, Passivität) als auch die Unterschiede (entspannt – verspannt, freudig – missmutig).</p> <p>Falls die Schüler Schwierigkeiten haben, passende Adjektive für die verschiedenen Stimmungen zu finden, bietet Arbeitsauftrag 4 von M1a Hilfestellung: Die sechs Stimmun-</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div> <p>Alle Rollen zeichnen sich von außen betrachtet durch eine gewisse Ruhe aus, durch Nichtstun, Passivität, Schweigen, Stille.</p> <p>Doch genauer betrachtet, ist die Grundstimmung je eine andere, auch wenn es Schnittmengen geben kann: Wer beispielsweise tagträumt, ist in der Regel zwar entspannt; jedoch zeugt Tagträumen zudem von einer gedanklichen Beschäftigung mit etwas und geht über das bloße Entspanntsein hinaus.</p> <p><u>Mögliche Lösungen zu M1a, Arbeitsauftrag 4:</u></p> <p>Tom: traurig Celina: beleidigt Titus: entspannt Gizem: müde Leila: gelangweilt Vladislav: tagträumerisch</p> <p>→ Arbeitsblätter 3.7.9/M1a und b* → Rollenkarten 3.7.9/M1c*</p>

3.7.9

Von der langen Weile

Teil 3.7: Schule – Arbeit – Freizeit

gen können je einer Rolle zugeordnet werden.

Der Übergang zum Thema „Langeweile“ ist nun hergestellt, und um dieses Thema soll es in der Folge gehen: Im Gesprächskreis berichten die Schüler, wann und wo sie sich (das letzte Mal) gelangweilt haben, welche Gefühle und Gedanken sie dabei hatten und wie sich Langeweile körpersprachlich ausdrücken kann.

2. und 3. Stunde: Der Langeweile auf der Spur

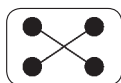
Gibt es Situationen, die viele Menschen als langweilig bezeichnen würden? Wenn ja: Welche Situationen sind das und was macht diese Situationen aus? Was ist das Typische an langweiligen Sonntagen, Unterrichtsstunden, Urlauben?

Um dem Phänomen „Langeweile“ genauer auf die Spur zu kommen, werden als langweilig erlebte Situationen nun gesondert betrachtet. Hierzu kreuzen die Schüler zunächst in Einzelarbeit an, ob sie die aufgeführten Situationen oft, selten oder nie als langweilig erleben.

Es folgen ein Austausch über die Ergebnisse (in Partnerarbeit) und ein Beschreiben langweiliger Tage, Jobs, Urlaube, ... in Gruppenarbeit (Kärtchen ziehen und beschreiben lassen).

Anhand dieser Vorstellungsarbeit sollte es den Schülern möglich sein, passende Adjektive aus dem Kasten von M2b auszuwählen bzw. unpassende zu streichen.

Abschließend folgt ein Vergleich mit den Definitionen von M2d.



Die älteste bekannte Form der Langeweile ist „acedia“ (Cassianus, 5. Jahrhundert n. Chr.). Die genaue Übersetzung ist jedoch 'Unbekümmertheit', und zwar in Bezug auf Angelegenheiten, um die man sich eigentlich kümmern sollte – verbunden mit einer Bekümmertheit in Bezug auf Angelegenheiten, die einen nicht bekümmern sollten (Trägheit des Herzens).

Unser Verständnis von Langeweile ist ein neuzeitliches: Die Zeit wird lang, eine begrenzte Zeitstrecke – eine Weile – wird als relativ lang erlebt, als zu lang. Es ist ein unangenehmes, als lästig empfundenen Gefühl des Nicht-ausgefüllt-Seins, der Eintönigkeit, der Leere und der Ödnis. Man ist ohne Antrieb und dennoch unruhig, denn man meint, es müsste unbedingt etwas geschehen.

Langeweile, Fadesse (Österreichisch) oder Ennui (Französisch) wird oft abgegrenzt von der Muße, die dem Menschen willkommen ist, und dem taedium vitae (Lebensekel, Lebensüberdruß), wobei die Philosophie des Existenzialismus Langeweile als ein Grundzustand der menschlichen Existenz betrachtet.

Mögliche Lösungen zu M2b, Arbeitsauftrag 4:

lustlos, blockiert, leer, unruhig, antriebslos, gleichgültig, überdrüssig, öde, unmotiviert, passiv, still, einsam, unzufrieden, faul, monoton, einseitig, schlicht, einfach, fad, ...

→ **Arbeitsblätter 3.7.9/MW2a und M2b***

→ **Kärtchen 3.7.9/M2c***

→ **Texte 3.7.9/M2d****

Von der langen Weile

3.7.9

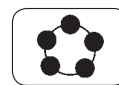
Teil 3.7: Schule – Arbeit – Freizeit

4. Stunde: Wie erleben wir Langeweile?

Verschiedene Gesichtsausdrücke – in Form von Smileys – stehen zur Auswahl, und es ist davon auszugehen, dass die meisten Schüler die missmutigen Gesichter mit Langeweile verbinden werden, da Langeweile zumeist als negativ empfunden und negativ bewertet wird.

Im Anschluss lesen die Schüler die verschiedenen Aussagen zum Erleben von Langeweile und markieren, wo Langeweile eher positiv und wo eher negativ beschrieben wird. Zudem soll jeder Schüler diejenige Aussage wählen, in der er sich am ehesten wiederfindet und die Wahl begründen.

Zum Abschluss laden verschiedene philosophische Texte dazu ein, Stellung zu beziehen.



Langeweile hat meist einen negativen Beigeschmack, sowohl im Erleben als auch in der Bewertung. Menschen, die sich langweilen, gelten vielen als faul und zu nichts nütze.

Die Sehnsucht nach einem ausgefüllten Leben, nach Spaß und Vergnügen sind weitere Gründe, warum die Langeweile – das öde, ereignislose Verbringen der Zeit – als negativ betrachtet wird. Das Gefühl, mit sich und der Zeit nichts anfangen zu können, ist oft quälend: „Mir ist langweilig!“ aus dem Mund eines kleinen Kindes lässt sich als Forderung verstehen, etwas Interessantes „geboten“ zu bekommen.

Einige der Aussagen zeigen jedoch auch positive Seiten der Langeweile auf: Wer sich langweilt, kann zur Ruhe kommen, sich entspannen und Kraft tanken – oder sogar auf Ideen kommen, die ganz aus dem Selbst, „dem innersten Born, der Einkehr“ (F. Nietzsche), entspringen.

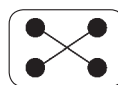
→ **Texte 3.7.9/M3a bis c*/****

5. Stunde: Wie wir mit Langeweile umgehen

Die meisten Menschen empfinden Langeweile als etwas Unangenehmes. Daher wird häufig versucht, dieses ungute Gefühl durch irgendeine Form von Aktionismus zu überwinden.

Ob und in welcher Weise auch die Schüler diesem Muster entsprechen, soll nun herausgefunden werden. In Einzelarbeit kreuzen sie an (oder notieren eigene Gedanken), wie sie auf Langeweile reagieren.

Daran angelehnt, beleuchten sie anschließend ihr Freizeitverhalten genauer, fertigen Notizen an und tauschen sich in Partnerarbeit darüber aus: Sind sie eher „Verdrängertypen“ oder können sie Langeweile auch zu- und vorbeiziehen lassen, ohne darunter arg zu leiden? Kommen sie vielleicht sogar auf kreative Ideen und erleben den Leerlauf der Zeit als produktiv? Oder sind es eher „dumme Gedanken“, zu denen sie sich in der ungewohnten Konfrontation mit sich selbst hinreißen lassen? Dies gilt es selbst einzuschätzen.



Unterschieden werden verschiedene Phasen bzw. Formen der Langeweile, so z.B. nach Heidegger: 1. von etwas gelangweilt sein (kein identifizierbarer Grund), 2. sich bei etwas langweilen (Langeweile kommt von außen und von innen), 3. gänzlich anonyme Langeweile (kein erkennbarer Grund, bezugslos).

Götze und Frenzel unterscheiden folgende Formen: 1. indifferente Langeweile (geringe Aktivität, Desinteresse, ähnlich Entspannungszuständen), 2. kalibrierende L. (öffnet für Neues), 3. zielsuchende L. (Beschäftigungsdrang, Rastlosigkeit), 4. reaktante L. (Ärger, Aggression, Hilflosigkeit).

Eine weitere, häufig anzutreffende Differenzierung ist die zwischen situativer Langeweile (eine Strebung findet kein Ziel in der Umwelt – nach außen gerichtet) und existenzieller Langeweile (als Grundhaltung des Subjekts; die gelangweilte Stimmung hat ihren Ursprung im Subjekt selbst – nach innen gerichtet, es gibt keinen erkennbaren äußeren Grund).

3.7.9

Von der langen Weile

Teil 3.7: Schule – Arbeit – Freizeit

Ein kleiner Exkurs bietet sich am Ende der Stunde an: Abbildungen und Schlagzeilen über Unschönes, Gefährliches und Kriminelles – ausgelöst durch Langeweile – laden zum Nachdenken ein.

Zu den verdrängenden Aktivitäten, die helfen sollen, dem Gefühl der Langeweile zu entkommen, gehören viele Handlungen des Konsumierens (essen, kaufen, fernsehen, PC-Spiele, ...). Auch destruktive/aggressive Handlungen werden erwähnt, wie z.B. Mobbing, Vandalismus, Komasaufen u.a.

→ **Arbeitsblätter 3.7.9/MW4a und b***

→ **Abbildungen 3.7.9/MW4c***

→ **Schlagzeilen 3.7.9/MW4d***

6. und 7. Stunde: Gründe für Langeweile

Die Gründe dafür, sich zu langweilen, können sehr unterschiedlich sein:

- *Was löst Langeweile aus?*

Die Schüler sind zunächst aufgefordert, sich spontan zu äußern; die genannten Gründe können stichwortartig an der Tafel festgehalten werden.

Dann werden Gruppen gebildet (zehn Fallbeispiele für zehn Gruppen) und der Auftrag erteilt, den Text zu lesen und den Grund für die empfundene Langeweile zu notieren – mit einem Schlagwort oder in einem Satz. Es folgen das Vorstellen der Fälle und der Ergebnisse sowie der Vergleich mit dem, was in der Langweilforschung herausgefunden wurde.

Abschließend sind die Schüler aufgefordert, die aufgeführten Gründe zu reflektieren und Ideen zu entwickeln, die den Betroffenen helfen könnten, Langeweile als weniger ungut und – vielleicht und hoffentlich sogar – als produktiven Leerlauf zu erleben, als Quell für Inspiration – womit der Übergang zu den letzten Stunden dieser Einheit geschaffen wäre.



Folgende Ursachen für Langeweile werden in den Fallbeispielen thematisiert:

1. Ada – f) etwas ist zu Ende, vorbei
2. Eduard – d) Überforderung
3. Annuschka – a) Monotonie
4. Maxim – b) kein Interesse
5. Leon – h) zu viel Stimulation
6. Elisa – c) etwas tun müssen, in Gedanken aber mit anderem, Interessanterem beschäftigt sein
7. Abdul – e) Unterforderung
8. Paulina – g) man muss anwesend sein, kann nicht „flüchten“, obwohl man es möchte
9. Vincent – i) zu wenig Stimulation
10. Wolfgang – j) existenzielle Langeweile, kein bestimmter Grund im Außen, depressive Grundstimmung

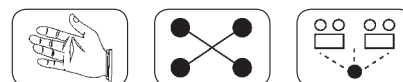
Bekannt ist in der psychosomatischen Medizin neben dem Burnout-Syndrom (Überarbeitung) das Boreout-Syndrom (vgl. englisch *boredom* 'Langeweile'): Wenn Arbeitsabläufe monoton sind, langweilen sich Erwachsene im Berufsleben, wobei auch Unterforderung im Job quantitativ und qualitativ zermürend und krank machend sein kann.

→ **Texte 3.7.9/MW5a bis c***

→ **Forschungsergebnisse 3.7.9/MW5d und e***

8. und 9. Stunde: Die guten Seiten der Langeweile

Zum Einstieg eignet sich das Buchcover eines Harry-Potter-Bandes. Die Schüler sind aufgefordert, von ihren Lese- oder Seherlebnissen zu erzählen. Dann wird das Foto der Autorin Joanne K. Rowling präsentiert. Auch hier berichten die Schüler, was ihnen bekannt ist.



Das Experiment von M6c ist angelehnt an das „Ziegelsteinexperiment“ von Jonathan Schooler (Universität von Kalifornien, Santa Barbara): Hier forderte man zunächst eine Gruppe auf, sich ungewöhnliche Verwendungsmöglichkeiten für einen Ziegelstein auszudenken.