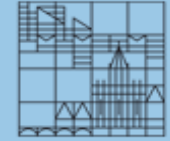


Uni Downtown – Bürgerbüro Konstanz

Langeweile – Plage oder Chance für die moderne Gesellschaft?

Prof. Dr. Thomas Götz

Erziehungswissenschaft und Empirische Bildungsforschung
Universität Konstanz / Pädagogische Hochschule Thurgau





Es ist ein Kunststück, Langeweile so darzustellen,
dass man sie nicht erzeugt





Langeweile – ein häufig thematisiertes Konstrukt

Friedrich Nietzsche:

Langeweile als „Windstille der Seele“

Martin Heidegger:

Langeweile als „Hingezwungenheit an die ursprüngliche Ermöglichung des Daseins als eines solchen“

Verena Kast:

„Sie ist nicht wie häufig angenommen eine Form der Überarbeitung, sondern ein Zeichen dafür, dass ein Mensch zu viel von dem getan hat, was ihn wenig oder gar nicht interessiert.“



Langeweile, du bist ärger als ein kaltes Fieber.

Die Langeweile nimmt allem, was sie berührt die Farbe.

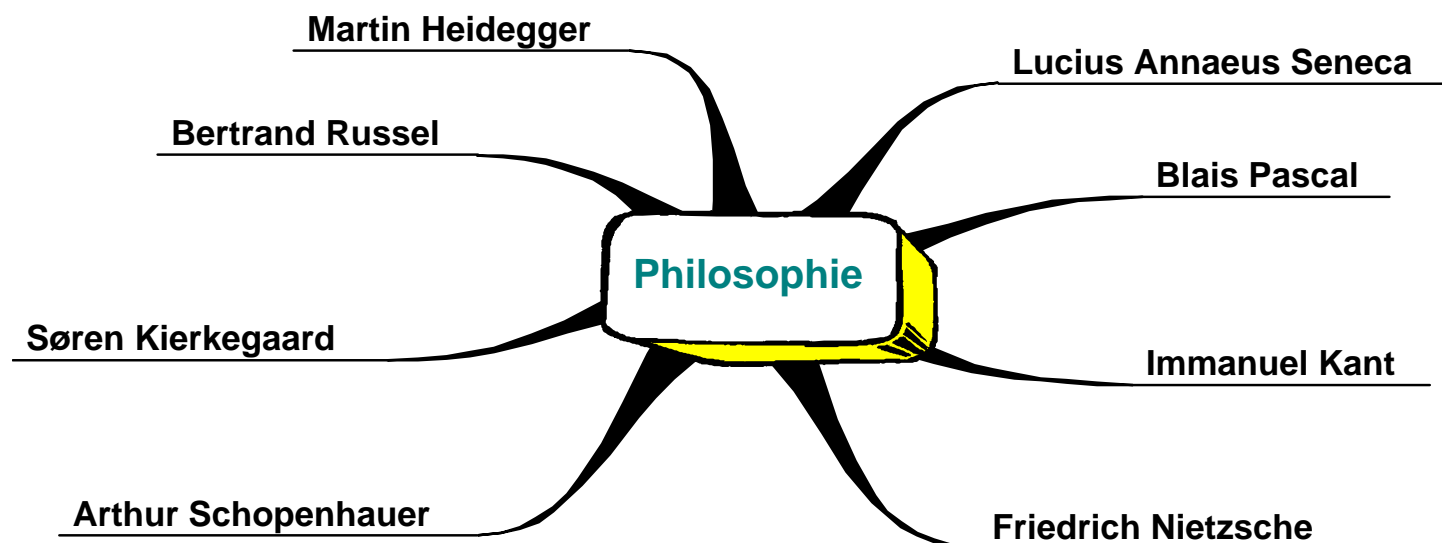
„Wer sich völlig gegen die Langeweile
verschanzt, verschanzt sich auch gegen sich
selbst.“ (Friedrich Nietzsche)

Die Kunst der Langeweile besteht darin, alles zu sagen, was man weiß.



Langeweile – ein häufig thematisiertes Konstrukt

intensive theoretische Auseinandersetzung mit dem Konstrukt „Langeweile“ in den Schriften von

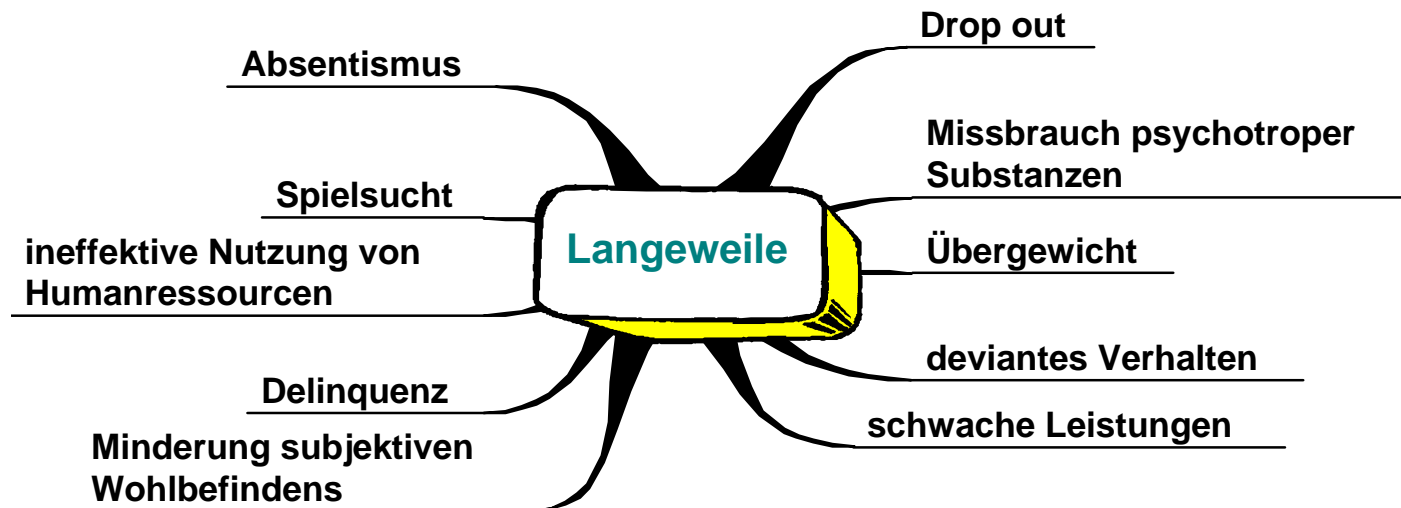


(Decher, 2000)



Langeweile: ein untersuchungsrelevantes Konstrukt

(Vodanovich & Kass, 1990; Harris, 2000)



zwischen 1926 und 1981: lediglich 40 Artikel, die Langeweile explizit aufgreifen

(Smith, 1981)

seit 1981 kaum Studien zum Thema Langeweile in der Schule (Pekrun & Frese, 1992; Götz, 2004)

Schüler langweilen sich
durchschnittlich
32% / 48%
der Unterrichtszeit

Csikszentmihalyi & Larson, 1987; Götz 2007





Langeweile: Bedeutung im Lern- und Leistungskontext

- Subjektives Wohlbefinden \implies untersuchungsrelevanter Gegenstand per se (Diener, 2000; Ekman & Davidson, 1994)
- Qualität von Lernen und Leistung (Pekrun, Goetz, Titz & Perry, 2002)
- Kommunikationsqualität (Anderson & Guerrero, 1998)
- Kurswahl / Studien- und Berufsentscheidungen (vgl. Ingenieursberufe / Wigfield, Battle, Keller, & Eccles, 2002)
- Lebenslanges Lernen (Goetz et al., 2003)



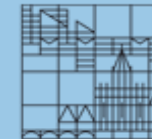
Langeweile: Potenziell positive Wirkungen

(Vodanovich, 2003)

- Initiierung kreativer Prozesse \rightleftharpoons (Inkubationsphasen)
- Verweis auf Existenzielles
- Möglichkeit zur Reflexion und Entspannung
- Handlungsinitiierung (evolutionäre Relevanz)
- Selbstreflexion

Studie von Harris (2000):

73% der Befragten (College Studenten) stimmten zu, dass Langeweile auch positive individuelle Konsequenzen haben kann.



Emotion	Number of Studies	Tradition
Joy / Happiness	61	Mood research
Enthusiasm	16	Teacher enthusiasm
Hope	9	Hope theory
Relief	3	
Pride	27	Attributional
Gratitude	3	
Admiration	0	
Sadness	15	Mood research
Anger	64	Type A personality
Anxiety	> 1,000	Test anxiety
Hopelessness	14	
Shame / Guilt	44	Attributional
Disappointment	2	
Boredom	43	Job Monotony
Envy	6	
Contempt	0	
Surprise	7	Attributional

Literature Search: Emotions related to Learning and Achievement / 1974 – 2007 (PsycInfo)



Phänomenologie der Langeweile - Psychologie

Intensität des mit Langeweile einhergehenden Arousal

+

Langeweile wird häufig im Zusammenhang mit Ärger, Aggression und Impulsivität genannt

(Rupp & Vodanovich, 1997; Sommers & Vodanovich, 2000)

Konflikt zwischen Persistenz- und Fluchttendenzen

Triebspannung bei verdrängten Zielen

(Kreuzer-Haustein, 2001)

„The bored person is full of emptiness“

(Greenson, 1953, S. 17)

-

„Boredom is a state of relatively low arousal and dissatisfaction, which is attributed to an inadequately stimulating situation“

(Vodanovich, 1993; S.3)

Langeweile wird häufig im Zusammenhang mit Müdigkeit und Schläffheit genannt

(Titz, 2001)

Langeweile: negativ-deaktivierende Emotion

(Pekrun & Jerusalem, 1996)

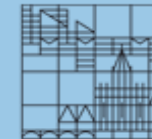
hohes + niedriges Arousal
gleichzeitige Nennungen von Ruhelosigkeit, Angst, Müdigkeit und Traurigkeit
(Harris, 2000)



Phänomenologie der Langeweile - Psychologie

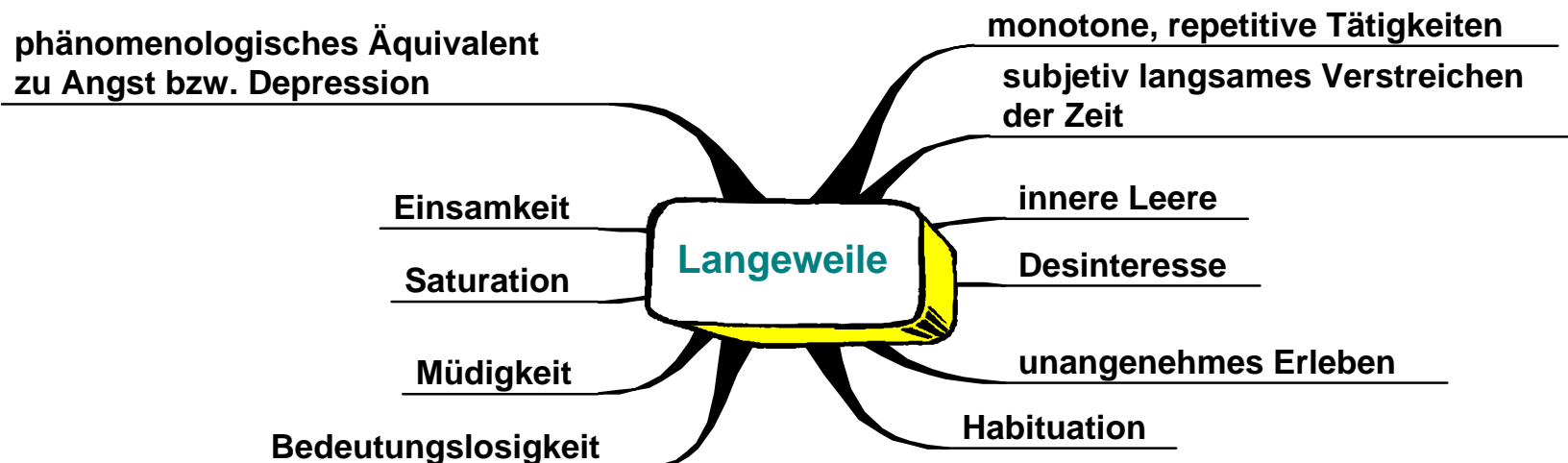
„Wahrscheinlich sind es psychologisch recht verschiedene Zustände oder Verhaltensweisen, die mit dem Namen „Langeweile“ bezeichnet werden“

(Fenichel, 1934, S. 270)



Phänomenologie der Langeweile - Psychologie

Beschreibungen des Phänomens „Langeweile“:



(Pekrun, 1992; Smith, 1981; Zuckerman, 1979; Sundberg & Bisno, 1983; Titz, 2001)

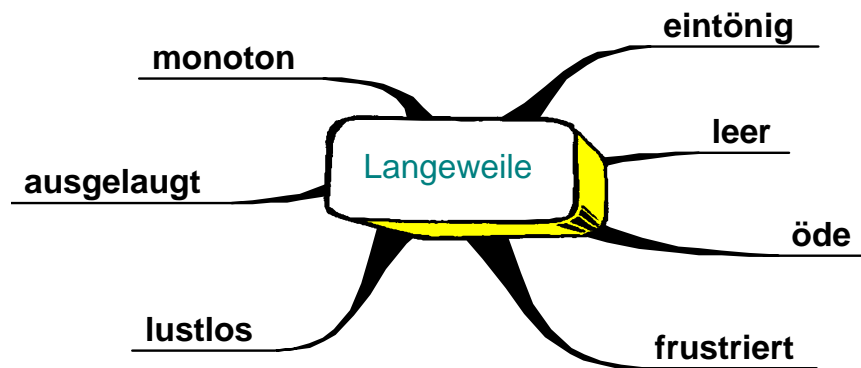


Phänomenologie der Langeweile – empirische Studien

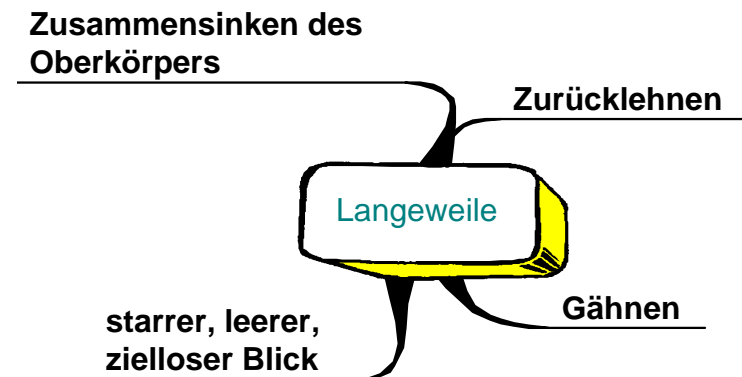
Titz, 2001:

- explorative Fragebogenstudie
- N = 323 (70% weiblich)
- Universitätsstudenten
- Durchschnittsalter: 23.46 Jahre (SD = 3.26)

Adjektive



nonverbale Ausdrucksmuster



darüber hinaus: **Unruhe; Wunsch, die als langweilig erlebte Situation zu verlassen**



Phänomenologie der Langeweile – empirische Studien

Harris, 2000:

- explorative Fragebogenstudie
- N = 170 (78% weiblich)
- Universitätsstudenten
- Durchschnittsalter: 28 Jahre (Median: 23 Jahre)

Beschreibung von Langeweile in der Reihenfolge der Häufigkeit der Nennungen:

1. Ruhelosigkeit
2. Abschweifen der Aufmerksamkeit
3. Müdigkeit
4. nichts zu tun haben
5. Frustration, Leere/Traurigkeit
6. keine Abwechslung
7. Angst
8. Amotivation
9. Bewusstheit innerer Zustände
10. abgelenkt



Phänomenologie der Langeweile - Psychologie

relative Einigkeit I

Langeweile als negativ erlebter Gefühlszustand

(Perkins & Hill, 1985; Vodanovich, 2003)

Langeweile als „unlustvolles Erleben der Impulslosigkeit“

(Fenichel, 1934; S. 270)

Circumplexmodelle emotionalen Erlebens:

Langeweile als mäßig negativer Affekt.

Gegenpol: „entzückt“, „euphorisch“, „übermütig“

(Russel, 1980; Watson & Tellegen, 1985; Plutchik, 1980)



Phänomenologie der Langeweile - Psychologie

relative Einigkeit II

subjektiv langsames Verstreichen der Zeit

(Vodanovich, 2003)

„Zeitdilatation“

„Lange-Weile“ > vgl. „Kurzweil“

(zur Etymologie des Begriffs „Langeweile“: Kreuzer-Haustein, 2001)



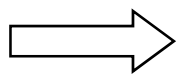
Phänomenologie der Langeweile – Zusammenfassung

Erkenntnisstand zur Phänomenologie schulischer Langeweile ist als **defizitär** zu bezeichnen

Ungeklärt ist die Frage, ob Langeweile mit hohem oder niedrigem **Arousal** einhergeht

Minimalkonsens: „**unangenehmes**“ **Erleben** (jedoch sehr wenige empirische Studien), subjektiv **langsames Verstreichen der Zeit**

In empirischen Studien werden sehr **unterschiedliche Phänomene** berichtet (z.B. Müdigkeit und Angst / Gähnen und innere Unruhe)



Eine scheinbar wichtige Emotion, von der man nicht so recht weiß, was sie eigentlich ist



Ziele

Erweiterung des Wissens zur Phänomenologie von Langeweile

Schaffung einer Wissensbasis zur Generierung von Langeweileskalaren

Fragestellungen

Wie beschreiben Schülerinnen und Schüler das Erleben von Langeweile?

Wie intensiv ist das mit Langeweile einhergehende Arousal?

Wird Langeweile als unangenehm erlebt?



Stichprobe

- 50 Gymnasiasten der 9. Jahrgangsstufe
- 50 % weiblich
- Stratifiziert nach Geschlecht wurden die Schüler aus 6 Klassen gezogen
- Durchschnittsalter: 14.86 Jahre (SD = .53)

Datenerhebung

- qualitative Interviews / Integration quantitativer Erhebungen (Kurzfragebogen)
- erfolgte durch zwei geschulte Interviewer während der regulären Unterrichtszeit
- durchschnittliche Dauer: 30 Minuten (Range: [20; 45])
- Aufzeichnung der Interviews anhand von Diktiergeräten



Qualitativer Interviewleitfaden

- vollstandardisierter, problemzentrierter Interviewleitfaden (Mayring, 2002)
- Fragen aus vorhandenen Leitfäden (Pekrun, Goetz, Titz & Perry, 2002)
+ Integration neu entwickelter Items
- - Interview-Vorphase (Warm-Up-Phase, Fading In)
- Interview-Hauptphase
- Interview-Schluss (Cool-Down-Phase, Fading Out)
- Modifikationen am Interviewleitfaden erfolgten auf der Basis einer Pilotstudie
(Verständlichkeit der Fragen, Dauer)

> berichtete Ergebnisse konzentrieren sich auf Interview-Hauptphase



Qualitativer Interviewleitfaden

1. Explorative Frage zur Phänomenologie der Langeweile:

„Stell dir vor, jemand kennt das Gefühl der Langeweile nicht und Du sollst jetzt beschreiben, wie es sich anfühlt.“

2. Bitte, sich an eine als langweilig erlebte Unterrichtsstunde zu erinnern

- kognitive Emotionskomponente

„Was hast Du gedacht, als Du dich gelangweilt hast?“

- motivationale Emotionskomponente

„Was hättest Du am liebsten gemacht, als Du dich gelangweilt hast?“

- physiologische Emotionskomponente

„Wie hat sich Dein Körper angefühlt, als Du dich gelangweilt hast?“



Quantitative Elemente

1. Ausmaß, des mit Langeweile einhergehenden Arousal

„Warst Du eher ruhig oder zappelig, als Du dich gelangweilt hast?“

Antwortformat: 5-stufige Skala mit den Polen (1) „ruhig“ und (5) „zappelig“

2. Valenz des Langeweilerlebens

„Wie unangenehm war es für dich, dich zu langweilen?“

Antwortformat: 5-stufige Skala mit den Polen (1) „gar nicht unangenehm“
und (5) „sehr unangenehm“



Quantifizierung der qualitativen Elemente

(Orientierung an einem von Mayring (2003) vorgeschlagenen Verfahren)

(1) Festlegung des optimalen Abstraktionsniveaus

> Definition des angestrebten Grades an Generalisierung ursprünglicher Schüleraussagen

(2) Paraphrasierung des Ursprungstextes

> nicht-inhaltstragende Textbestandteile wurden eliminiert

(3) Reduktionsschritte

> bedeutungsgleiche bzw. –ähnliche Paraphrasen wurden zusammengefasst

(4) Paraphrasen als Grundlage für das Kategoriensystem

(5) Deduktive Überprüfung

> Repräsentieren die generierten Kategorien noch adäquat das Ausgangsmaterial?

> in mehreren Induktions-Deduktionsschleifen wurde das Kategoriensystem optimiert



Interraterreliabilität

Cohen's Kappa (Cohen, 1960):

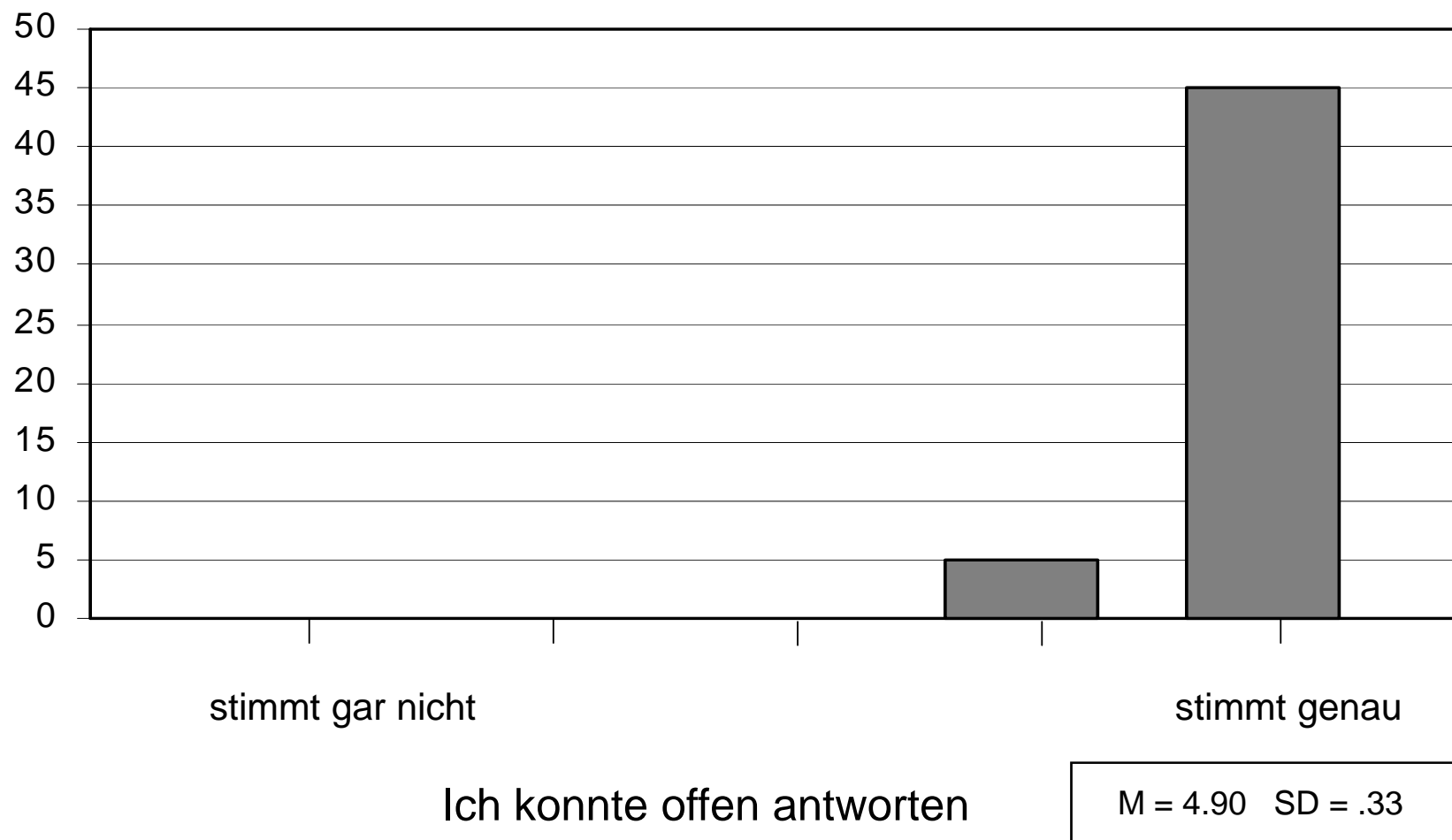
Quotient der Anzahl überzufälliger Übereinstimmungen und maximal erreichbarer Übereinstimmungen

Fünf zufällig ausgewählte Interviews wurden von den zwei Interviewern simultan ausgewertet

mittleres Kappa bezogen auf insgesamt 31 Kategorien: .93 (Range: [.67 bis 1.00])



Hattest Du das Gefühl, offen antworten zu können?





„Stell dir vor, jemand kennt das Gefühl der Langeweile nicht und du sollst jetzt beschreiben, wie es sich anfühlt.“

Kategorie	Anzahl der Nennungen (%)
Abschalten	36
Müdigkeit / Trägheit	34
nicht wissen, was man machen soll	28
Beschäftigungsdrang	22
Abschweifen der Gedanken	16
nichts zu tun haben	12
Aggression	12
hohes Arousal	12
Desinteresse	10
Amotivation	8
innere Leere	8
subjektive Verlangsamung der Zeit	8



Kognitive Komponenten der Langeweile

„Was hast Du gedacht, als du dich gelangweilt hast?“

Kategorie	Anzahl der Nennungen (%)
Wunsch, dass Zeit schneller vergeht	22
Hobby, Freizeit, Interessen: prospektiv	22
nichts / nicht viel gedacht	18
Hobby, Freizeit, Interessen: allgemein	12
Gedanken zu Opportunitätskosten	12
schulische Gedanken: prospektiv	8
schulische Gedanken: allgemein	8
ungerichtetes Herumschweifen der Gedanken	8



Motivationale Komponenten der Langeweile

„Was hättest du am liebsten gemacht, als du dich gelangweilt hast?“

Kategorie	Anzahl der Nennungen (%)
Einflussnahme auf das Unterrichtsgeschehen	52
Alternativhandlungen	52
Situation verlassen	32
aufmerksamer sein	2

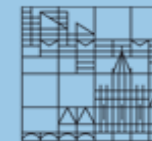


Physiologische Komponenten der Langeweile

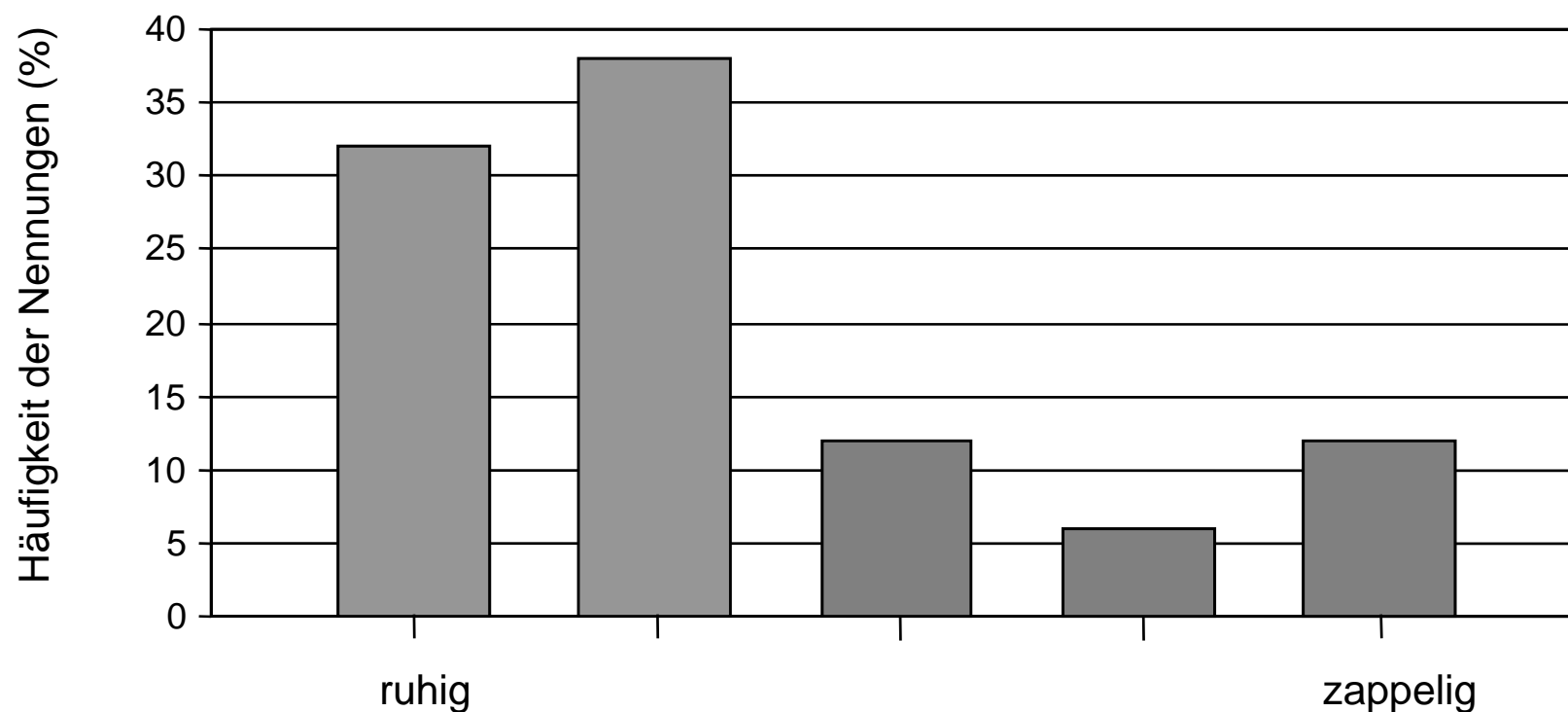
„Wie hat sich dein Körper angefühlt, als du dich gelangweilt hast?“

	Kategorie	Anzahl der Nennungen (%)
3	müde / träge	46
2	geschwächt	22
5	normal	14
6	hohes Arousal	10
⇒	Arousal zugleich hoch und niedrig	6
4	entspannt	4
1	gelähmt	4

1 – 6: Arousalintensität

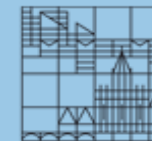


Arousalintensität beim Erleben von Langeweile

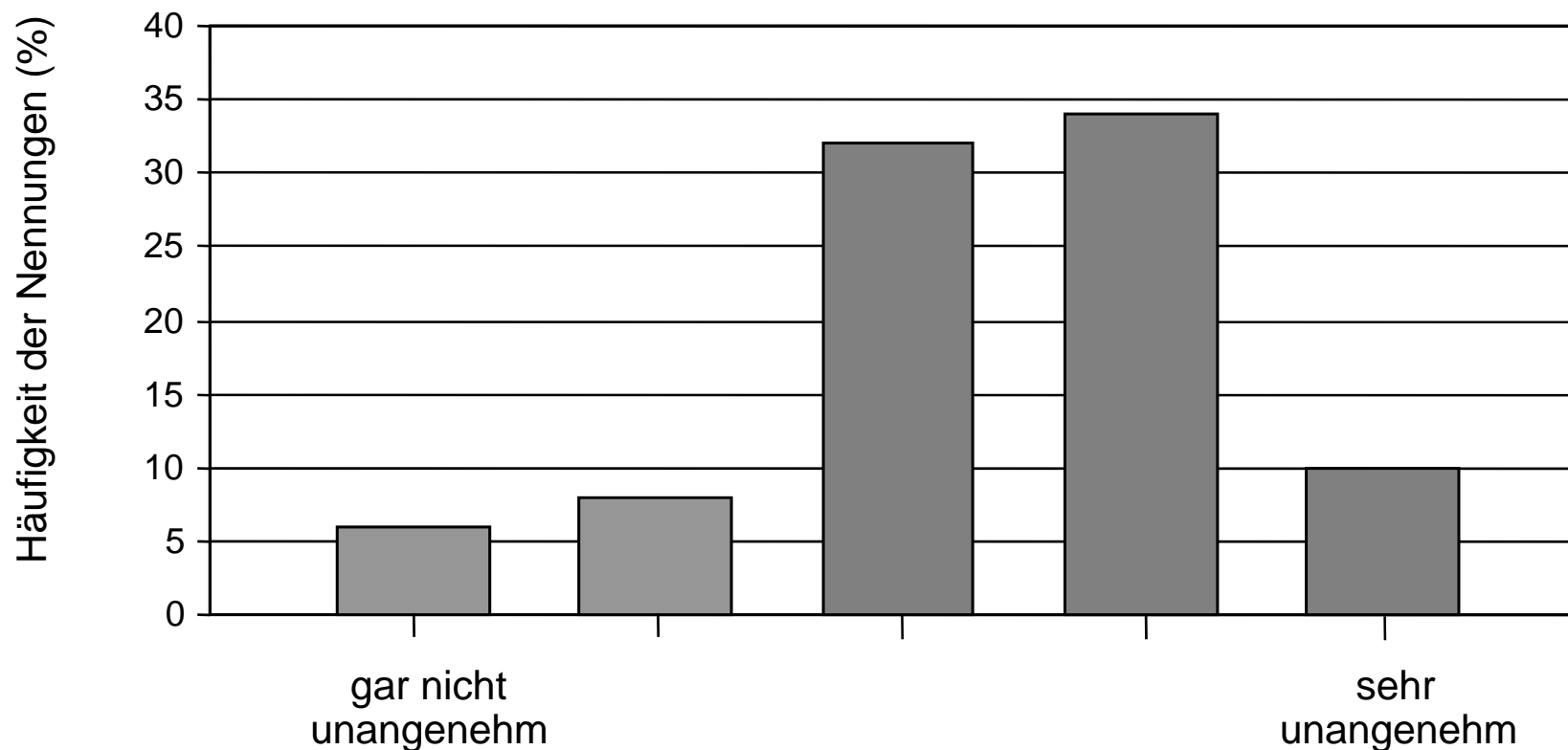


Warst du eher ruhig oder zappelig,
als du dich gelangweilt hast?

M = 2.28 SD = 1.31



Valenz des Langeweilerlebens



Wie unangenehm war es für dich,
dich zu langweilen?

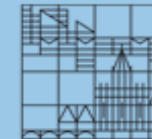
M = 3.54 SD = 1.09



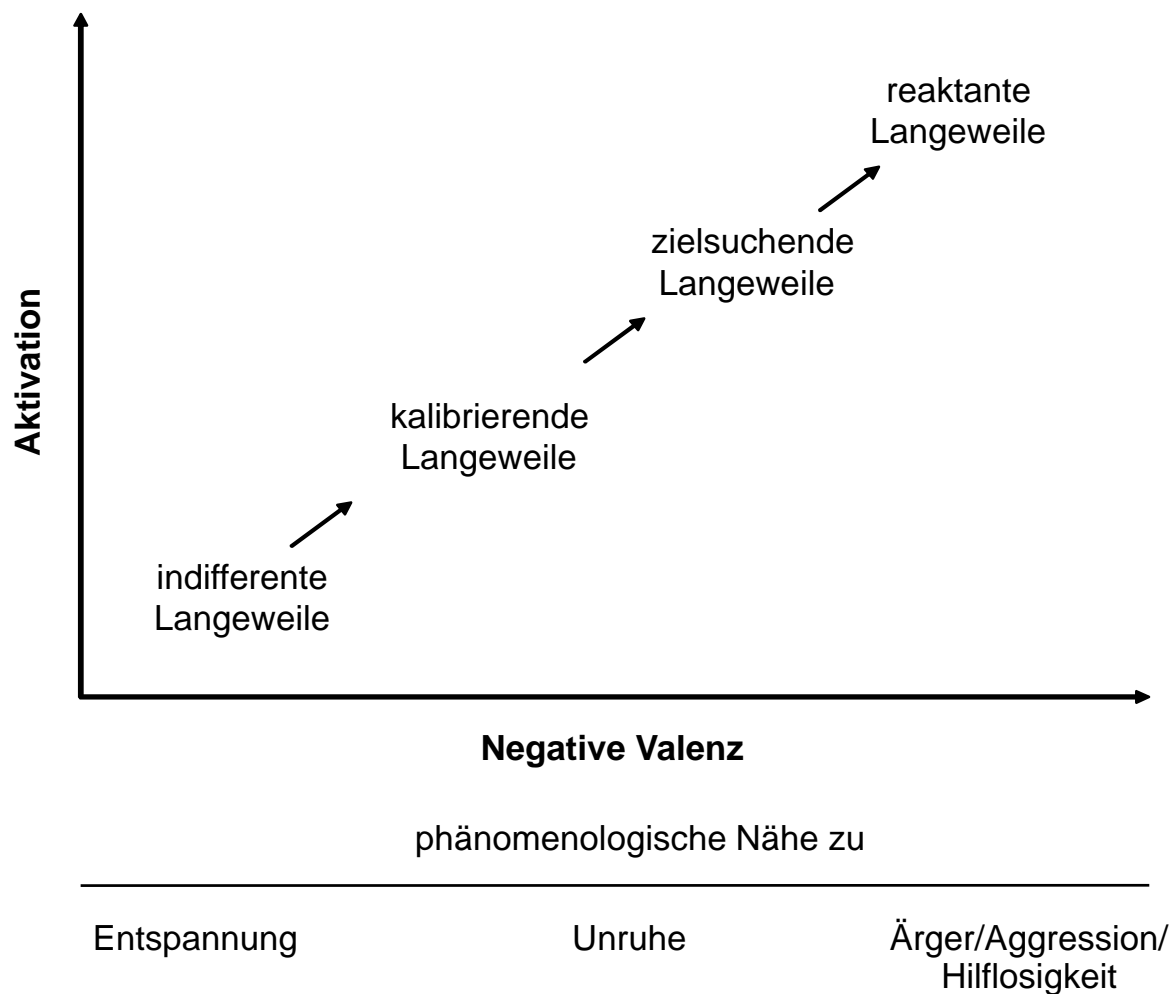
Vier Formen schulischer Langeweile – ein Modell

Heterogenität und zum Teil Inkompatibilität der Schülerantworten auf die Fragen zur Phänomenologie von Langeweile

> deuten auf verschiedene Manifestationsformen dieser Emotion hin

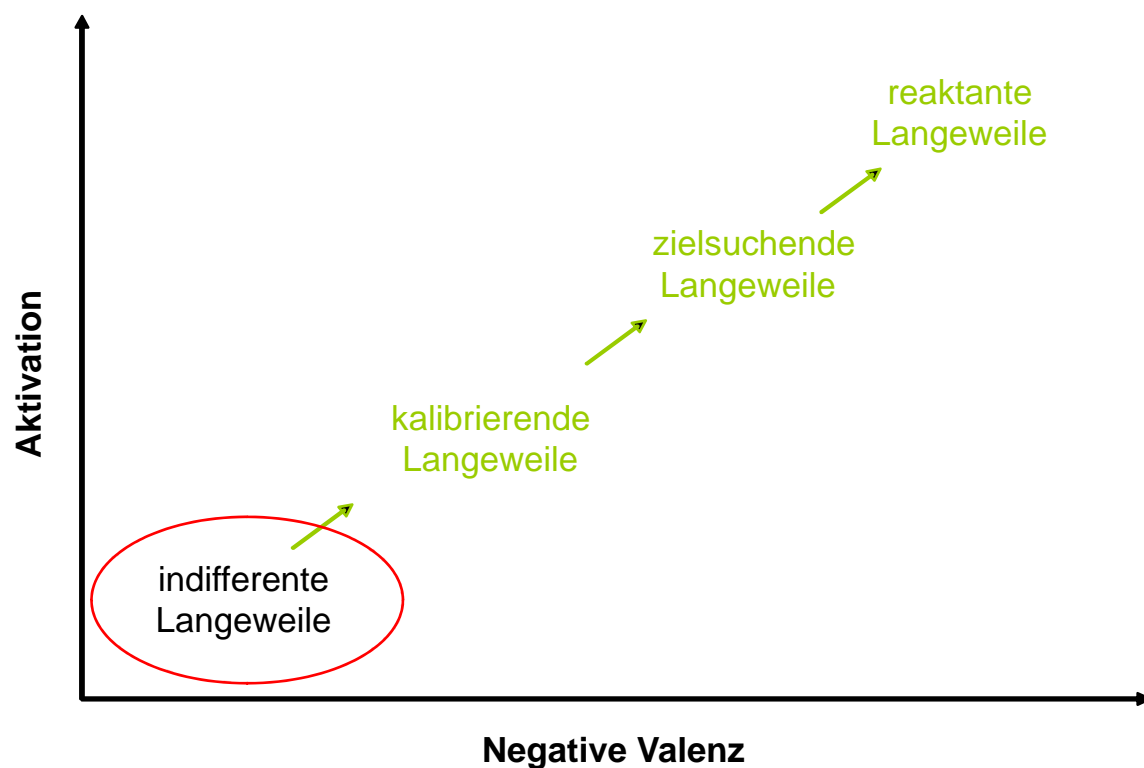


Verortung schulischer Langeweileformen bezüglich Aktivierung und Valenz





Verortung schulischer Langeweileformen bezüglich Aktivierung und Valenz



„inaktiv hinnehmend“

Schüleraussagen:

- Abschalten
- Müdigkeit/Trägheit
- geschwächt
- nichts zu tun haben

phänomenologische Nähe zu

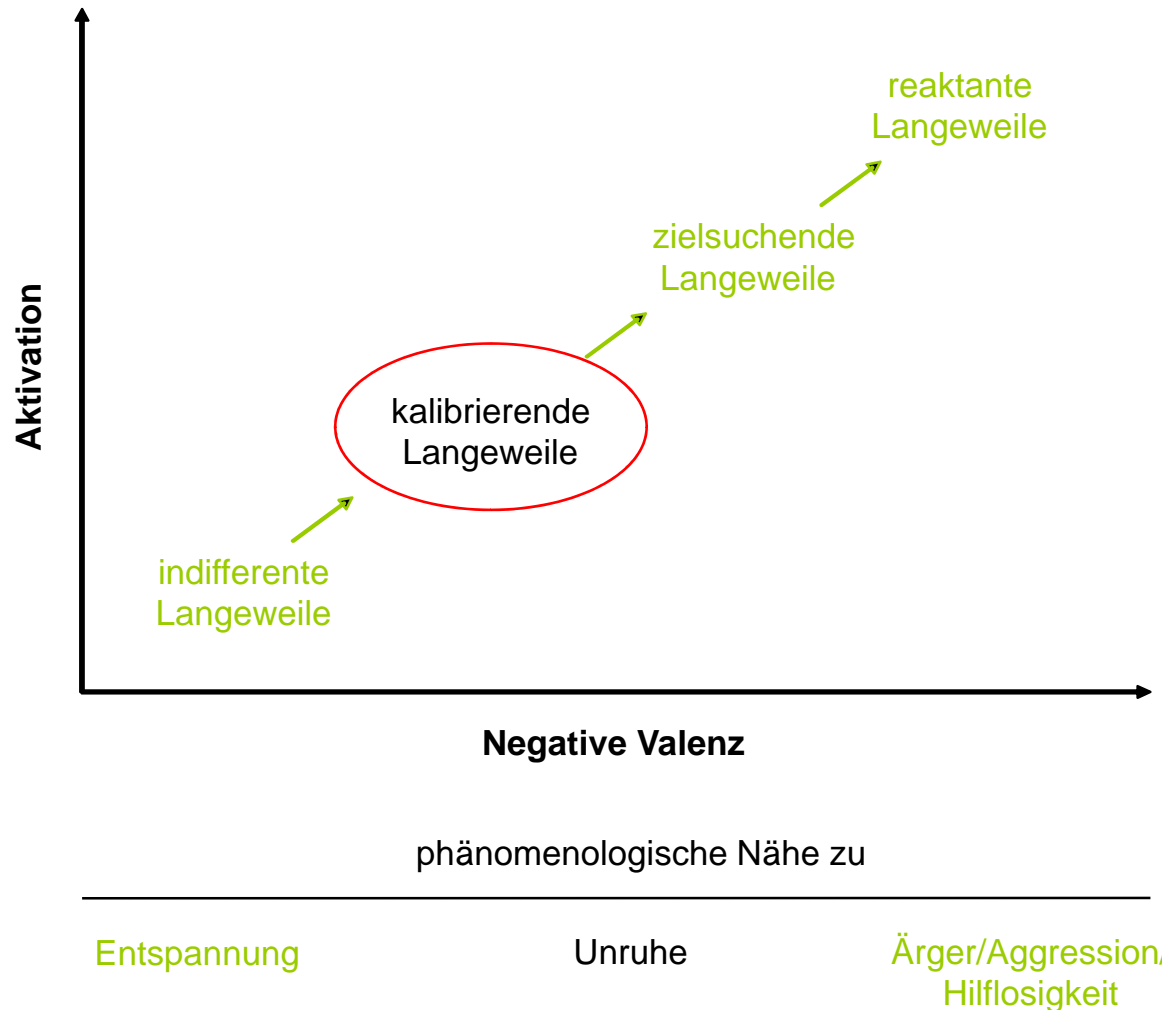
Entspannung

Unruhe

Ärger/Aggression/
Hilflosigkeit



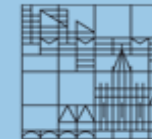
Verortung schulischer Langeweileformen bezüglich Aktivierung und Valenz



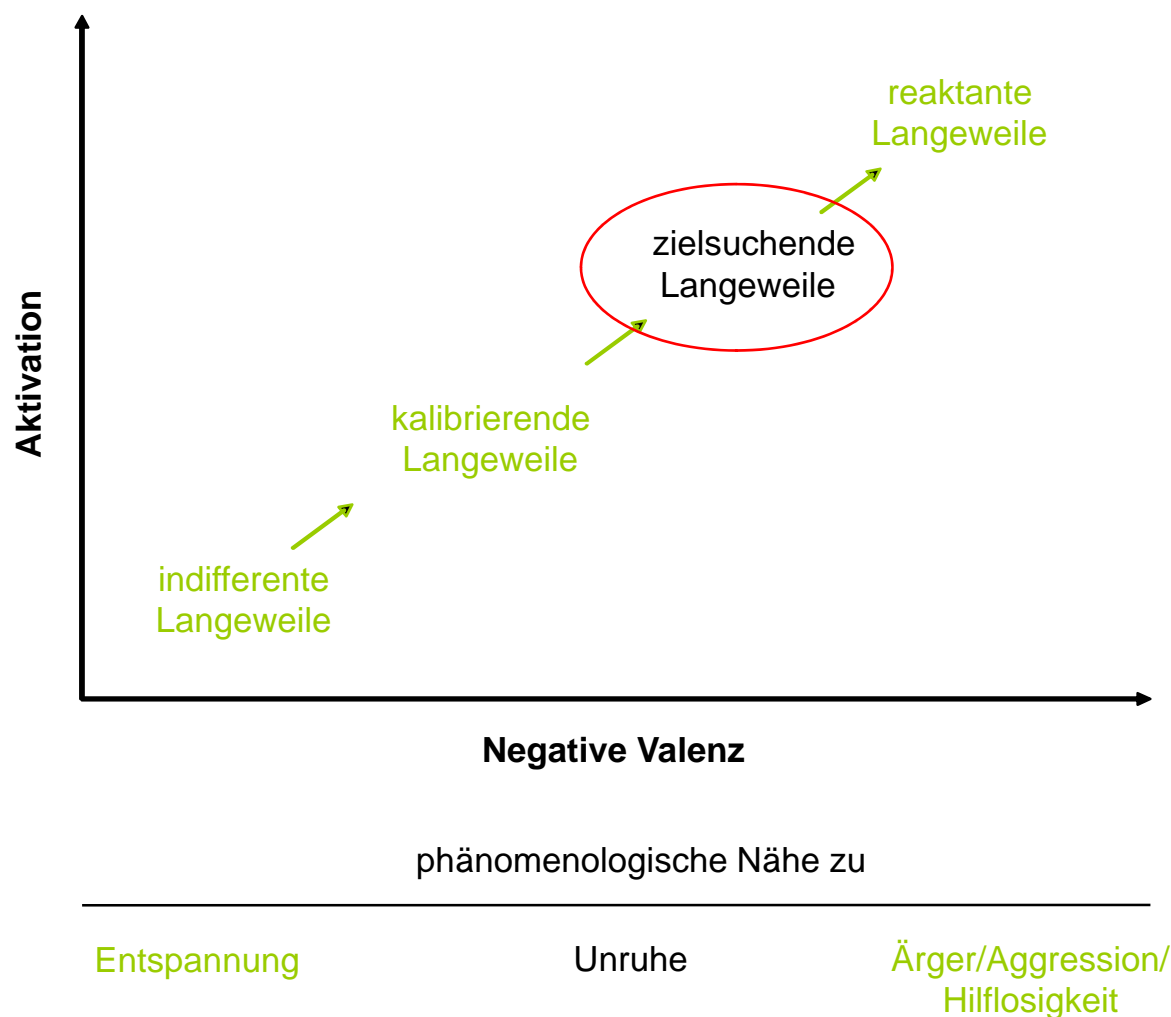
- weitgehend inaktiv
- offen für Neues

Schüleraussagen:

- Abschweifen der Gedanken
- nicht-prospektive Gedanken zu Hobbies, Freizeit, Interessen und zur Schule
- ungerichtetes Herumschweifen der Gedanken
- nicht wissen, was man machen soll



Verortung schulischer Langeweileformen bezüglich Aktivierung und Valenz



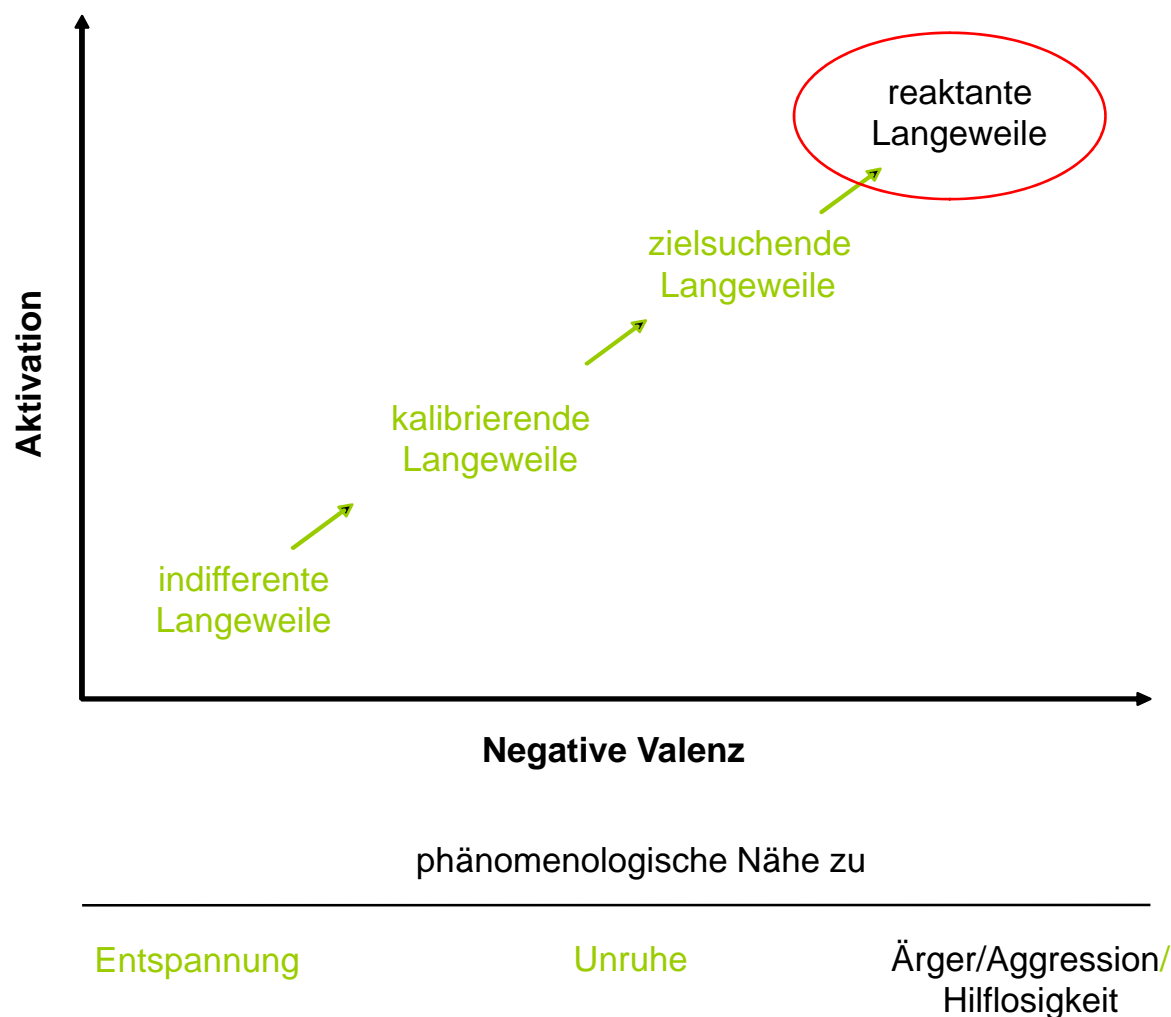
- Ruhelosigkeit
- Suche n. Handlungsalternativen
- konkrete Suche

Schüleraussagen:

- Beschäftigungsdrang
- prospektive Gedanken zu Hobbies, Freizeit, Interessen und zur Schule



Verortung schulischer Langeweileformen bezüglich Aktivierung und Valenz



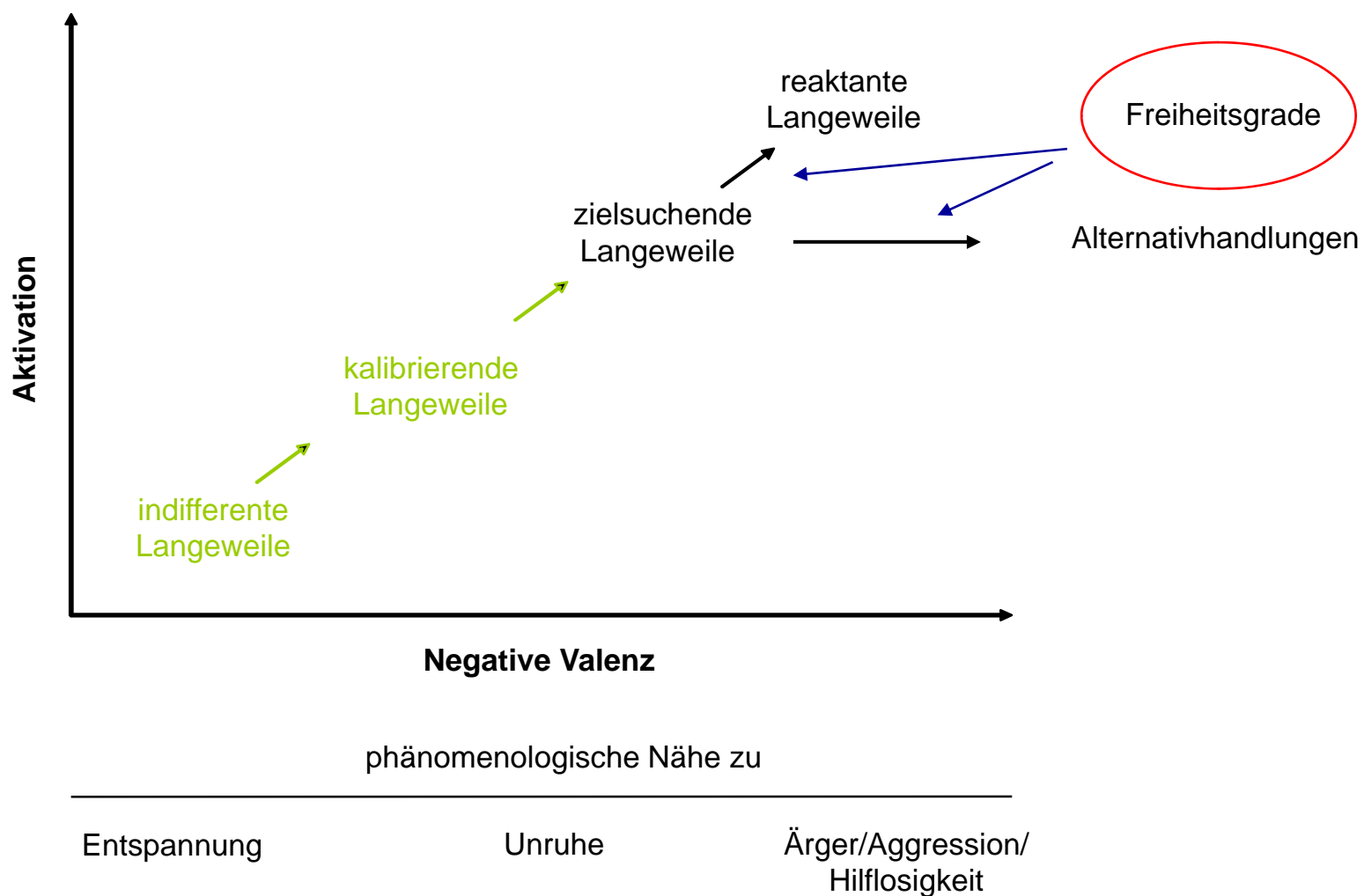
- hohe Aktivierung
- stark negative Valenz
- Reaktanz gegenüber Situation/Personen

Schüleraussagen:

- Gedanken zu Opportunitätskosten
- Aggression
- hohes Arousal



Verortung schulischer Langeweileformen bezüglich Aktivierung und Valenz





Zusammenfassung

- Unsere Daten deuten darauf hin, dass Schüler unterschiedliche Formen von Langeweile erleben
- überwiegend: „indifferente“ und „kalibrierende“ Langeweile
- weniger häufig: „zielsuchende“, „reaktante“ Langeweile



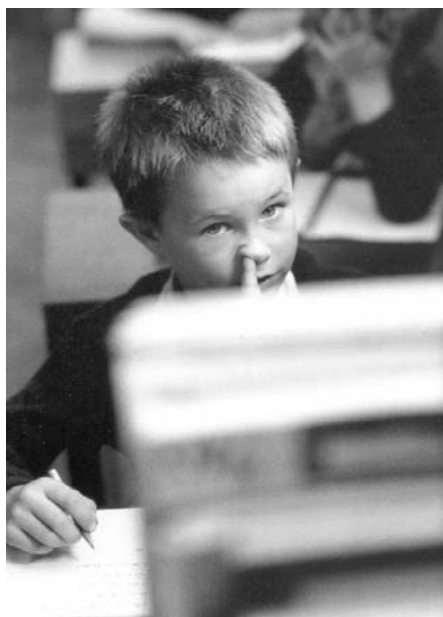
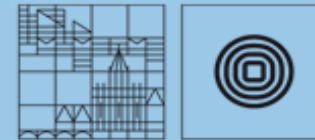
Schlussfolgerungen und Ausblick

praktisch

- jede Form schulischer Langeweile: Verschwendung von Humanressourcen
- zielsuchende Langeweile: Chance und Gefahr zugleich
- zielsuchende Langeweile: in leistungsförderliches Handeln „kanalisieren“ („Boredom fills the emergency rooms“; Rule, 1998, S. 327)

theoretisch

- State-Erhebungen, wären zur Validierung der Befunde hilfreich (z.B. Selbstberichte, Verhaltensbeobachtungen, Videostudien)
- Untersuchung der Langeweileformen in Unterrichts-, Hausaufgaben- und Freizeitsituationen (> unterschiedliche Freiheitsrade) > Experience-Sampling-Method
- Experimentelle Studien > „Langeweileinduktion“
- Übergänge der Langeweileformen und Persönlichkeitsmerkmale (z.B. Sensation Seeking, Boredom Proneness, Boredom Susceptibility)



Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit

