

Wie die Zeit vergeht... hängt auch von uns selbst ab!

Mitteilung: Universität Regensburg

Nun steht schon der Frühling vor der Tür, dabei war doch gerade erst Weihnachten – wer kennt dieses Phänomen nicht: Die Zeit scheint wie im Flug zu vergehen. Das ging dem Regensburger Wissenschaftler Ferdinand Kosak schon in seiner Kindheit gegen den Strich. Nun hat er in einer Studie festgestellt, dass der Mensch Einfluss darauf nehmen kann, wie lange sich eine vergangene Zeitspanne anfühlt. Der Schlüssel zu „mehr“ Zeit: Erinnerungen.

„Ich fand es schon als Kind deprimierend, dass die Leute immer darüber klagten, wie schnell die Zeit vergeht. Ich wollte das so nicht akzeptieren.“ Bis heute hat Ferdinand Kosak dieser Gedanke nicht losgelassen. „Ich glaube, dass man sich oft nicht bewusst ist, was alles in dieser Zeit passiert ist. Wenn man sich das bewusst macht, merkt man erst, dass die Zeit gar nicht so schnell verrinnt.“ Das konnten Ferdinand Kosak und seine Kollegen nun in einer Online-Studie wissenschaftlich belegen, die in der Fachzeitschrift *Acta Psychologica* veröffentlicht wurde.

Die Teilnehmer der Studie wurden in zwei Gruppen aufgeteilt. In der einen sollten sie zunächst beurteilen, wie schnell die Zeit in den letzten fünf Jahren vergangen ist. Anschließend sollten sie sich an selbst erlebte Ereignisse aus dieser Zeit erinnern. In der zweiten Gruppe, sollten die Teilnehmer erst in Erinnerungen schwelgen, bevor sie einschätzten, in welcher Geschwindigkeit die Zeitspanne für sie vergangen ist. Dabei stellten die Wissenschaftler fest, dass die Personen, die zunächst mindestens vier autobiografische Erinnerungen aus den letzten fünf Jahren abriefen, das Zeitintervall als langsamer vergangen einschätzten, als die Studienteilnehmer, die vor der Zeiteinschätzung weniger Ereignisse erinnert haben oder diejenigen, die gar keine Ereignisse erinnern sollten. Kontinuierlich verlangsamten ließ sich das subjektive Zeitempfinden allerdings nicht: Ein Abrufen von mehr als vier Erinnerungen führte nicht zu kontinuierlich langsameren Einschätzungen der vergangenen fünf Jahre. „Trotzdem hat sich gezeigt: aktivierte Erinnerungen haben das Potential, das gefühlt schnelle Zeitvergehen etwas abzumildern“, so Ferdinand Kosak. „Man muss sich nur seine eigene Vergangenheit ins Gedächtnis rufen.“

Originalpublikation:

Ferdinand Kosak, Christof Kuhbandner and Sven Hilbert “Time passes too fast? Then recall the past! – Evidence for a reminiscence heuristic in passage of time judgments”, *Acta Psychologica* (2019).

DOI: 10.1016/j.actpsy.2019.01.003

PM v. 21.03.2019
Christina Glaser
Referat II/2 - Media Relations & Communications
Universität Regensburg
Quelle:
www.uni-regensburg.de/
www.idw-online.de