

INHALT

Definition von Zeitfresser/-dieb/-falle	1
Typische Zeitfresser	1
Fernsehen als Zeitfresser	2
Kann es wirklich ein Zeitfresser sein?	2
Kann man überhaupt denken es sei kein Zeitfresser?.....	2
Ein Paar interessante Fakten zum Fernsehen am Rande	2
Internet als Zeitfresser.....	3
Bei Spielen	3
Bei den Möglichkeiten der sozialen Kontakte	3
Im Bereich der Recherche	4
Zeitvertreib	5
Quellen	5

DEFINITION VON ZEITFRESSER/-DIEB/-FALLE

ALS ZEITDIEB WERDEN IM SELBSTMANAGEMENT, BZW. ZEITMANAGEMENT, VERMEIDBARE STÖRUNGEN BEZEICHNET, DIE VON DER GEPLANTEN ERLEDIGUNG VON AUFGABEN ABLENKEN ODER DIE ERLEDIGUNGSZEIT UNNÖTIG VERLÄNGERN.

TYPISCHE ZEITFRESSERⁱ

- Ablenkungen jeder Art
- Besucher
- Sich für alles interessieren
- Zu wenig Delegation
- Ein Schwätzchen in Ehren



FERNSEHEN ALS ZEITFRESSER

KANN ES WIRKLICH EIN ZEITFRESSER SEIN?

- Nachrichten?
Nachrichten bekommt man auch über andere Medien und das zeitlich unabhängig und umfassender in passenderem Umfang
- Bewusste Entspannung?
Viele andere Möglichkeiten der Entspannung sind für Geist, Körper und Seele förderlicher
- Sendungen zu Hobbys und Interessen (Sport, Technik etc.)?
- Pflege sozialer Kontakte (Videoabende, Fußball etc.)?
Live-Übertragungen in Kneipen oder Kino sind z.T. Alternativen

KANN MAN ÜBERHAUPT DENKEN ES SEI KEIN ZEITFRESSER?

- Konsum für viele Bereiche nutzlos (bei gewöhnlichem Konsum)
 - Beruflich
Haben sie jemals Informationen aus dem Fernsehen für ihren Beruf bekommen?
 - Sozial
Es sei denn, man erachtet eine Kommunikation mit Freunden, Bekannten, Arbeitskollegen etc. über DSDS oder GZSZ für Lebensnotwendig
 - Persönlich
Die Informationen die man im Fernsehen geboten bekommt kann man problemlos über andere Wege in einem für sich passenden Level Recherchieren
- Man schaut meist länger als geplant
 - z.B. nach einem Fußballspiel
 - Einmal kurz durchzappen vor dem Ausschalten
- Überhöhter Konsum ist ungesund, sowohl Physisch als auch Psychisch

EIN PAAR INTERESSANTE FAKTEN ZUM FERNSEHEN AM RANDE

- 96% der europäischen Haushalte besitzt Fernsehgerät²
- Fernsehkonsum in Deutschland:
 - 2005: Ø 220 Minuten/Tag
 - 2004: Ø 210 Minuten/Tag
 - 2000: Ø 203 Minuten/Tagⁱⁱ
- Mit Erhöhung des Konsums privater Sender steigt die Gewaltbereitschaftⁱⁱⁱ
- „Ein Übermaß an Fernsehkonsum macht dick, dumm, krank und traurig.“^{iv}



INTERNET ALS ZEITFRESSER

BEI SPIELEN

Alle Varianten von Spielen haben gemein, dass sie einen hohen Suchtfaktor haben und dadurch sehr viel Zeit verschlingen. Bei Internet-Spielen wird dieser Zeitbedarf häufig noch gesteigert!

- MMPOG's - Um bei Massive Multi-Player Online Games erfolgreich zu sein, ist meist ein starkes Teamplay notwendig. Dadurch kommt es häufig zu Gruppenzwang (z.B. World of Warcraft).
- MPOG's - Multi-Player Online Games sind zwar im Grunde nicht auf exzessives Teamplay ausgelegt, dennoch gibt es bei den meisten dieser Spiele Vereinigungen von Spielern (Clans, Gilden). Diese führen untereinander Wettstreite aus. So wird aus dem ungezwungenen Spielchen zwischendurch ein zeitaufwendiges Hobby. (i.d.R. EGO-Shooter oder Strategie-Spiele).
- Browserspiele sind Spiele, die komplett über den Browser gespielt werden können. Das geht von einem kleinen Tetris über Kartenspiele bis hin zu vollwertigen Strategie oder Managerspielen. Bei Letzteren spielt man alleine oder in Gruppen gegen den Rest. Wenn man erfolgreich sein will, kommt es bei beiden Varianten zu einem extrem hohen Zeitaufwand.

Es ist selbstverständlich, dass solche Spielmodi keine zwingenden Zeitfresser sind, wichtige Aufgaben werden dadurch häufig vernachlässigt oder unterbrochen.

Süchtige Computerspieler sitzen im Übrigen bis zu 14 Stunden am Tag vor dem PC!'

BEI DEN MÖGLICHKEITEN DER SOZIALEN KONTAKTE

- Web 2.0 (studivz, facebook,...)
Web 2.0 Plattformen haben einige zeitfressende Eigenschaften gemein. Sie verleiten die Benutzer dazu, belanglosen Small-Talk zu betreiben. Man bleibt leicht auf diesen Webseiten "hängen" und zu guter letzt hat man immer einen Drang, den Posteingang auf ungelesene Nachrichten zu kontrollieren.
- Instant-Messaging (ICQ, MSN,...)
Instant-Messenger sind die größten Störenfriede für alle Menschen, die konzentriert am PC arbeiten wollen. Zu jeder erdenklich unpassenden Zeit, meldet sich ein Bekannter. Die Nachrichten sind meist ähnlich aufgebaut. Ein „Hey, wie geht's?“ oder „<http://www.youtube.com/bla>“, ist dafür verantwortlich, dass man in seiner Konzentration gestört wurde. Wenn nicht umgehend eine Antwort geschrieben wird, folgen Sachen wie: „bist du da“, „hallo?“, „hast den Link schon angeschaut?“. Insgesamt kostet es Zeit und ist meist wenig sinnvoll.
- E-Mail (Spam, PPS)



In einem Tagesaufkommen an E-Mails sind meist neben ungefiltertem Spam, unwichtige Nachrichten wie Newsletter oder Präsentationen. Insgesamt kann gesagt werden, dass wichtige E-Mails in der Unterzahl sind. Die meisten E-Mail-Programme stören zudem mit Popup-Benachrichtigungen über neue E-Mails. Bietet die Software diesen Service nicht, fühlt man sich instinktiv dazu aufgefordert, den Posteingang regelmäßig selbst zu überprüfen.

- Foren und Newsgroups
Beide Arten sind exzellente Mittel, um bei Problemen Rat zu bekommen. Sie haben aber auch den Nachteil, dass sehr viel Zeit mit dem Lesen irrelevanter Nachrichten verschwendet wird. Je nach behandeltem Thema variiert der Zeitaufwand jedoch erheblich, folglich kann nicht generell von Zeitfressern ausgegangen werden.

Insgesamt kann über jegliche Art der Kommunikation über Internet gesagt werden: „Richtig eingesetzt ist eine Zeitersparnis möglich. Falsch eingesetzt, was leider häufiger der Fall ist, avancieren diese Arten der Kommunikation häufig zu extremen Zeitfressern.“

IM BEREICH DER RECHERCHE

- Informationen für Beruf
Um „up to date“ zu bleiben gibt es mittlerweile wohl für jeden Beruf einschlägige Internetseiten. Im Vergleich mit den klassischen Fachzeitschriften schneiden solche Seiten aber hinsichtlich Zeiteffizienz eher schlecht ab. Zeitschriften erscheinen in regelmäßigen Abständen und unterbrechen nicht ständig. Die Artikel sind zudem fertig recherchiert und keine Schnellschüsse. Solche sind selbst bei renommierten Anbietern im Internet an der Tagesordnung.
- Produktsuche für Privat und Beruf
Bei der Suche nach einem passendem Produkt (das vorher nicht direkt fest stand) vergeuden wir ständig sehr viel Zeit. Sowohl die Einarbeitungszeit in die Thematik, um seine Anforderungen klar zu definieren, als auch die Suche nach den verfügbaren Produkten am Markt dauert ziemlich lange. Die Beratung durch einen Fachmann bietet oft ein schnelles und gleichwertiges Resultat.
- Kauf für Privat und Beruf
Mit Preissuchmaschinen wird häufig versucht, den absolut günstigsten Preis für das gewünschte Produkt zu finden. Dies gelingt häufig nur durch sehr hohen Zeitaufwand, da die unzähligen Händler neben dem Preis auch auf Vertrauenswürdigkeit geprüft werden sollten. Der Bestellvorgang an sich kostet bei der Erstbestellung im Regelfall mehr Zeit, als bei Folgebestellungen. Demnach ist der effektivste Weg, sich auf einige wenige Händler festzulegen. Dies verkürzt einerseits die Suche nach dem Preis, und andererseits das Prozedere des Bestellvorgangs.



ZEITVERTREIB

- GoogleEarth
- YouTube
- Blogs
- News
- Web 2.0
- Wikipedia

Das Problem bei oben genannten Vertretern von Internet-Zeitfressern ist nicht die Nutzlosigkeit der Informationen, die man dort zum Teil finden kann. Die Hauptgefahr ist, das Ziel aus den Augen zu verlieren und dadurch aus dem kurzen Zeitvertreib eine Zeitverschwendung zu generieren.

QUELLEN

ⁱ Werner Heister: *Studieren mit Erfolg: Effizientes Lernen und Selbstmanagement*; Stuttgart Schäffer-Poeschel 2007, S. 58

ⁱⁱ

http://epp.eurostat.ec.europa.eu/portal/page?_pageid=1073,46587259&_dad=portal&_schema=PORTAL&_product_code=KS-NP-02-024

ⁱⁱⁱ Kriminologisches Forschungsinstitut Niedersachsen e.V.: *KFN-Forschungsbericht*, Nr. 103

^{iv} *Der Spiegel* 39/2005)

^v *Stuttgarter Zeitung* 29.8.2007, Seite 8

