

# PSYCHOLOGIE HEUTE

---

GESELLSCHAFT


---

## Langsam schauen

Ein Museumsbesuch ist bisweilen ganz schön anstrengend, vor allem wenn man versucht, möglichst viel hineinzupacken.

Durchschnittlich 20 Sekunden, so zeigt die Forschung, verharren Besucher vor einem Objekt. Doch man kann Kunst auch auf andere Weise genießen – und dabei eine Menge über sich selbst erfahren

VON ANNETTE SCHÄFER

 01. APR 2017

Einmal im Jahr gehen Kunstfreunde in aller Welt in Museen und Galerien und schauen sich Werke bewusst lange an. Der *Slow Art Day*, vom amerikanischen Manager und Consultant Phil Terry ins Leben gerufen und von einem Team von Freiwilligen organisiert, findet 2017 am 8. April statt. Zahlreiche Museen nehmen daran teil, und das Prozedere verläuft überall ähnlich: Besucher verbringen ungefähr zehn Minuten vor einem einzelnen Kunstwerk und vertiefen sich ganz darin. Erst dann gehen sie zum nächsten weiter. Maximal fünf Gemälde oder andere Werke, die vorab von einem lokalen Gastgeber ausgewählt werden, umfasst der Besuch in der Regel. An manchen Orten kann man sich danach mit anderen Kunstfreunden bei einem Kaffee oder Mittagessen über seine Erfahrungen austauschen.

Für viele Teilnehmer dürfte dies ein äußerst ungewohntes Erlebnis sein. Ein typischer Ausflug ins Museum, so zeigen Untersuchungen, sieht anders aus. Eine Studie im *Metropolitan Museum of Art* in New York

ermittelte, dass Besucher im Durchschnitt nur 27 Sekunden vor einem Bild ausharren. Nach Erkenntnissen des Louvre schauen sich Touristen die Mona Lisa im Schnitt 15 Sekunden an. Insgesamt, so das Fazit des Psychologen David Brieber und seiner Kollegen von der Universität Wien, liegt die durchschnittliche Betrachtungsdauer eines Kunstwerkes bei rund 20 Sekunden. Das ist nicht viel mehr als vier Atemzüge. Und es beinhaltet oft noch das Lesen der Informationstafel, wie der Kunstkritiker und -historiker James Elkins vom *School of the Art Institute of Chicago* in der *Huffington Post* bemerkt: „Eine Studie fand heraus, dass sich der durchschnittliche Besucher einem Gemälde annähert, es weniger als zwei Sekunden betrachtet, weitere 10 Sekunden den Wandtext liest, nochmal flüchtig auf das Bild schaut, um eine Aussage aus dem Text nachzuvollziehen, und dann weitergeht.“

Das lässt sich auch anders gestalten, meinen nicht nur die Organisatoren des *Slow Art Day*. Arden Reed, Professor am *Pomona College* in Kalifornien, ist ebenfalls ein Langsamkeitsadvokat. In einem aktuellen Buch geht er der Kunst des langsamen Schauens auf den Grund. *Slow Art*, erklärte er kürzlich bei einem Vortrag im *Art Institute* in Chicago, sei nicht etwa eine Sammlung bestimmter Werke, sondern eine Beziehung, „das, was im Moment passiert, wenn der Beobachter auf ein Objekt trifft“.

Ein solches Verhältnis aufzubauen, erläuterte Reed, komme zum einen dem Objekt zugute, denn Kunst offenbare sich nicht sofort: „Kunst, die diese Bezeichnung wert ist, braucht Zeit – Zeit sie zu inspizieren und zu überdenken, sich zu wundern, verwirrt zu sein und Klarheit zu gewinnen, erneut etwas Rätselhaftes zu entdecken, sich durch die eigene Freude – oder den eigenen Schmerz – überraschen zu lassen.“ Wenn man der Sache genug Zeit gibt, so seine Erfahrung, könne sich etwas Statisches in ein Ereignis verwandeln. Ein Gemälde beispielsweise erscheine möglicherweise wie ein Film. „Alles wird interessant, wenn man nur lange genug schaut.“

Aber auch für den Betrachter, unterstrich er, sei *Slow Art* gut. Angesichts der zunehmenden Beschleunigung in zahlreichen Lebensbereichen brauche der Mensch Verschnaufpausen, Auszeiten, Momente der Verlangsamung: „Das Anschauen von Kunst hat in dieser Hinsicht einiges zu bieten.“

## **Nach spätestens 30 Minuten zeigen sich Ermüdungserscheinungen**

Ein typischer Museumsbesuch scheint allerdings oft eher zu Erschöpfung und Überstimulation beizutragen. Schon seit mehr als hundert Jahren ist das Phänomen der Museumsmüdigkeit bekannt. Es gibt keine allgemein akzeptierte Definition, doch im Allgemeinen wird darunter ein im Laufe des Besuches immer stärkeres Nachlassen des Interesses verstanden. Eine Studie beispielsweise zeigte, dass Museumsbesucher rund 30 Minuten lang recht interessiert waren, aber dann deutliche Zeichen von Unaufmerksamkeit und Gleichgültigkeit zeigten. Während sie anfangs langsam durch die Ausstellungsräume wanderten, fingen sie an, zügig durch die Gänge zu stromern, sie schauten sich Werke immer schneller an und blieben nur noch gelegentlich stehen. Diese Verhaltensänderungen werden neben äußeren Faktoren (wie einer unübersichtlichen Anordnung der Objekte, ungünstiger Beleuchtung) auch physischer und mentaler Erschöpfung zugeschrieben.

James Pawelski vom *Positive Psychology Center* an der Universität von Pennsylvania in Philadelphia kann es durchaus verstehen, wenn Touristen möglichst viel in den Besuch eines Museums packen, in das sie vielleicht nur gelegentlich oder sogar nur einmal im Leben kommen. Kunst könne man sich auf verschiedene Weise zunutze machen, betont er, und bei einem Museumsbesuch ganz unterschiedliche Ziele im Sinn haben. „Manche möchten sich ausschließlich die berühmtesten Schöpfungen anschauen und vielleicht Selfies davor machen, um auf Facebook zu dokumentieren, dass sie tatsächlich in der Nähe dieser Meisterwerke waren. Andere wollen sich informieren und etwas lernen.“ An diesen

Zielen sei auch nichts auszusetzen, so Pawelski, aber es gebe einen weiteren Aspekt, der oft in den Hintergrund gedrängt werde: das Wohlbefinden, das aus der Interaktion mit Kunstwerken resultieren kann. „Mein Fokus ist die Frage, wie Kunst *flourishing*, das Aufblühen von Menschen unterstützt. Und ich vermute, in einem Museum von einem Blockbuster zum nächsten zu rennen, Fotos zu posten und dann zum nächsten Kunsttempel zu eilen wird bei den meisten Leuten das Wohlergehen nicht maximieren.“

Wem an diesem Ziel liegt, tut laut Pawelski gut daran, nach dem Motto „weniger ist mehr“ vorzugehen. Das heißt, länger als ein paar Sekunden vor einem Kunstwerk auszuharren, um den Raum zu schaffen, es zu sich sprechen zu lassen und in eine Interaktion mit ihm einzutreten. Der studierte Philosoph vergleicht es mit einer Party: „Von einem Gast zum anderen zu gehen und sich mit jedem flüchtig zu unterhalten wirkt schnell ermüdend. Aber wenn man sich mit einem Menschen auf ein intensives Gespräch einlässt und man eine Verbindung spürt, fühlt man sich inspiriert und erfrischt.“

Pawelski kennt den nährenden Effekt eines entschleunigten Kunstgenusses nicht nur aus eigener Erfahrung, sondern beobachtet ihn auch bei seinen Studenten. Auf Exkursionen zur *Barnes Foundation*, einem Kunstmuseum in Philadelphia, das für seine Sammlung von Postimpressionisten und frühen Werken der Moderne bekannt ist, gibt er ihnen folgende Strategie mit: Sie sollen eine Weile durch die Sammlung gehen, um sich einen Überblick zu verschaffen, aber dann zu einem Werk zurückkehren, das sie auf irgendeine Weise besonders angesprochen hat, und mindestens 20 Minuten davor verweilen. „Wenn wir danach zusammenkommen, berichten sie oft, eine längere Zeitspanne mit einem einzelnen Werk zu verbringen habe die gesamte Erfahrung des Museumsbesuchs radikal verändert.“

Die positiven Rückmeldungen überraschen den Professor nicht. Wer sich länger mit einem Objekt befasst, erläutert er, nimmt Elemente des Werkes wahr, die ihm entgehen, wenn er nur 15 oder 30 Sekunden hinschaut. Mehr noch: Man kann beobachten, wie man auf das Werk reagiert, was man empfindet. Und schließlich kann man darüber reflektieren, was all dies mit der eigenen Situation zu tun hat. „Man schafft die Voraussetzungen dafür, in einen Dialog mit dem Werk einzutreten und vom Werk zu lernen. Und dies ist ein sehr wichtiger Teil der Erfahrung von Kunst, wenn man das eigene Wohlbefinden steigern will.“

Bislang, räumt Pawelski ein, könne er nur anekdotische Belege für die Wirksamkeit eines verlangsamten Kunstgenusses vorweisen. Auch die Frage, weshalb er dazu beitragen kann, das Wohlbefinden zu steigern, kann er noch nicht genau beantworten. Doch zusammen mit seinem Kollegen Louis Tay, Psychologieprofessor an der *Purdue University* in Indiana, hat er bereits ein konzeptionelles Modell entwickelt, das mögliche Wirkungspfade aufzeigt. Vier Aspekte halten sie für besonders relevant:

**Versenkung:** die Unmittelbarkeit von Kunstobjekten, die Sinne, Emotionen und Gedanken fesseln kann und das Eintauchen in ein Werk erlaubt, sodass man das Gefühl hat, völlig darin aufzugehen.

**Einbindung:** die Entwicklung neuer Perspektiven, Gewohnheiten und Fähigkeiten, die nicht nur den Austausch mit Kunst befriedigender machen, sondern auch andere Lebensbereiche bereichern können.

**Sozialisation:** Gelegenheit zur sozialen Interaktion, Stärkung der kulturellen Sensibilität und des emotionalen Repertoires gegenüber anderen.

**Reflektion:** kognitiv-emotionale Prozesse, die zu Einblicken in wünschenswerte und weniger wünschenswerte Seiten der eigenen Person führen und den Wunsch und die Fähigkeit zu Veränderungen stärken.

Die beiden Kollegen sind gerade dabei, ein Forschungsteam zusammenzustellen und Gelder zu akquirieren, um die Wirkungen im Rahmen einer wissenschaftlichen Studie systematisch zu analysieren. „Wir wollen nicht nur die positiven Effekte auf das Wohlbefinden untersuchen“, betont Pawelski, „sondern auch, wie man diese maximieren kann. Museen signalisieren uns großes Interesse an diesen Fragen.“

Die Forschung zu *Slow Art* steht noch am Anfang. Doch einige Wissenschaftler haben bereits indirekte Hinweise gefunden, dass Entschleunigung im Museum zu positiven Effekten führt. Die Psychologin und Pädagogin Jan Packer von der *University of Queensland* in Brisbane beispielsweise befragte 60 Besucher des dortigen *Queensland Museum* über die psychologischen Effekte ihres Besuches. Bei drei von vier Befragten ließen die qualitativen Interviews erkennen, dass der Aufenthalt im Museum zu einer mentalen und geistigen Erholung geführt hatte. Die Möglichkeit, der Hetze des normalen Alltags zu entkommen und ganz in die Kunstwerke einzutauchen, spielte dabei eine große Rolle. Jeder Zweite sprach explizit von *no rush*: nicht gehetzt sein, ganz langsam von einem Kunstwerk zum nächsten gehen, sich zwischendurch hinsetzen, keinen Druck oder Stress spüren.

Indizien für die Vorzüge von Kontemplation und Langsamkeit liefert auch ein umfangreiches Forschungsprojekt des Kulturwissenschaftlers Martin Tröndle von der Zeppelin-Universität in Friedrichshafen und Kollegen. Die Forscher statteten mehr als 500 Besucher des Kunstmuseums St. Gallen mit einem Datenhandschuh aus, der die Verweildauer vor jedem Werk und physiologische Werte wie Veränderungen von Herzfrequenz und Hautleitfähigkeit aufzeichnete, die das emotionale Engagement

signalisieren. Dabei zeigte sich, dass „Einzelgänger“, die allein durch die Ausstellung gingen, längere Zeit vor einzelnen Werken verbrachten und auf sie stärker emotional reagierten als Besucher, die in Paaren oder Gruppen unterwegs waren und sich miteinander unterhielten.

## **Das Bild hören, sehen, riechen, mit dem Körper spüren**

Interessante Einblicke liefern auch museale Veranstaltungen zu Meditation und Achtsamkeit. Im letzten Jahr beispielsweise bot das *Museum of Fine Arts* in Boston einen solchen Workshop im Zusammenhang mit einer Ausstellung von Landschaftsbildern des kanadischen Malers Lawren Harris an. Susan Pollak von der *Harvard Medical School* hat ihn geleitet. In der zentralen Übung, erläutert die Psychologin im Gespräch mit *Psychologie Heute*, forderte sie die Teilnehmer auf, vor einem Gemälde „anzukommen“, einen ruhigen Atem zu finden, die Augen über das Bild gleiten zu lassen und eine Verbindung aufzunehmen. Dabei sollten sie bewusst alle Sinne einsetzen: das Bild hören, sehen, riechen, mit ihrem Körper spüren. Nach einer halben Stunde kamen alle zusammen, um über ihre Erfahrungen zu sprechen. Besonders habe sie fasziniert, so Pollak, dass sich für viele Teilnehmer im Laufe der halben Stunde der zweidimensionale Raum des Bildes in eine dreidimensionale Welt verwandelte: „Das Bild wurde für sie lebendig. Manche hatten sogar das Gefühl, die Szene, die der Maler geschaffen hatte, betreten zu können.“

### **Im Dialog mit der Kunst**

Hilfreiche Fragen, die einen Kontakt zwischen Werk und Betrachter herstellen können

20 oder 30 Minuten vor einem einzelnen Kunstwerk zu stehen mag vielen wie eine Ewigkeit erscheinen. Was genau soll man während der Zeit machen? Professor James Pawelski rät, drei Aspekte im Auge zu behalten:

**Fragen zum Werk:** Was sehe ich genau? Welche Muster, Farbnuancen, Perspektivwechsel, Verbindungen zwischen Vorder- und Hintergrund nehme ich wahr? Fallen mir ungewöhnliche Details oder Ungereimtheiten auf? Verändert sich das Werk, wenn ich länger und genauer schaue? Was sehe ich jetzt, das ich vor 10 Minuten noch nicht gesehen habe?

**Fragen zur Interaktion mit dem Werk:** Wie fühlt es sich an, das Werk zu betrachten? Welche Reaktionen beobachte ich bei mir? Macht mich das Werk vielleicht nostalgisch, oder bin ich peinlich berührt? Fühle ich mich gelangweilt, überfordert, fasziniert?

**Fragen zur eigenen Person und dem eigenen Leben:** Was erfahre ich über mich selbst? Welche Beziehung besteht zwischen dem Werk und meiner eigenen Situation? Was kann ich vom Werk lernen, beispielsweise für mein eigenes Denken, mein Wohlbefinden, die Art und Weise, wie ich Entscheidungen treffe?

Diese Fragen, betont Pawelski, seien nur als Anregung zu verstehen: „Es sollte sich niemand verpflichtet fühlen, alle akribisch zu beantworten. Am wichtigsten ist, ein Werk mit einem Gefühl von Neugier und Offenheit für das, was passiert, anzugehen und nicht zu versuchen, irgendetwas zu erzwingen.“

Literatur



Arden Reed: *Slow Art. The Experience of Looking, Sacred Images to James Turrell*. University of California Press, Berkeley 2017

David Brieber u.a.: Art in time and space: Context modulates the relation between art experience and viewing time. *PLoS ONE* 9/6, 2014, e99019. DOI: 10.1371/journal.pone.0099019

Martin Tröndle u.a.: An integrative and comprehensive methodology for studying aesthetic experience in the field: Merging movement tracking, physiology, and psychological data. *Environment and Behavior* 46/1, 2014, 102-135. · DOI: 10.1177/0013916512453839

Amy Whitaker: *Museum Legs. Fatigue and Hope in the Face of Art*. Holartbooks, Tucson 2009.

Jan Packer: Beyond learning: exploring visitors' perceptions of the value and benefits of

museum experiences. *Curator*, 51/1, 2008, 33-54. DOI: 10.1111/j.2151-6952.2008.tb00293.x

Gareth Davey: What is museum fatigue? *Visitor Studies Today*, 8/3, 2005, 17-21

Jeffrey K. Smith, Lisa F. Smith: Spending time on art. *Empirical Studies of the Arts*, 19/2, 2001, 229-236. DOI: 10.2190/5MQM-59JH-X21R-JN5J

---

**Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.**