

„Zeitsinn“ und Sommerzeit.

Von

Dr. A. Erzelliger, z. Z. im Felde.

Unter „Zeitsinn“ versteht man die manchen Menschen eigene Fähigkeit, ohne Beduhr und unabhängig von der Stunde des Einschlafens zu einer bestimmten, von ihnen selber gewünschten Zeit aufzuwachen. Diese Fähigkeit ist meines Wissens noch wenig erforscht, wenigstens kenne ich keine wissenschaftliche Untersuchung, und man ist sich vor allem noch nicht einmal klar, ob es sich beim Aufwachen dieser Leute um äußere Reize, wie bestimmte Geräusche, Veränderung der Helligkeit usw. handelt oder um innere Reize. Nur im letzten Falle könnte man von einem wirklichen „Zeitsinn“ sprechen, d. h. von der Fähigkeit, den Ablauf der Zeit noch im schlafenden Zustande irgendwie wahrzunehmen. Dabei muß man sich freilich vor Täuschungen hüten: die äußeren Reize können nämlich scheinbar fehlen, weil sie nicht ins Bewußtsein treten und ihre „Bedarbeit“ verrichten, ohne daß der Geweckte es ahnt, warum er aufwacht. So kann ein bestimmter Grad von Helligkeit, gewisse zu einer bestimmten Zeit eintretende Geräusche, ein Rollen eines fernen Eisenbahnzuges, der Gesang von Vögeln, der bestimmte Stundenschlag einer Uhr, das Zuschlagen der Haustür durch regelmäßige Morgenpassanten u. dgl. wirksam werden, ohne daß man sofort diesen Zusammenhang erkennt. Immerhin wäre auch dann noch wunderbar und rätselhaft, warum ähnliche aber zu anderen Zeiten auftretende Reize, also das Schlagen einer früheren Stunde oder das Rollen eines anderen Eisenbahnzuges den Schlaf nicht unterbrechen. Man läme dann etwa zu der Vorstellung, daß zu bestimmten Stunden die Schlafstiefe so abnimmt, daß äußere Reize wirksam werden, die vorher nicht ausreichten, um den Schlaf zu unterbrechen.

Um diese bemerkenswerte Frage zu entscheiden, bietet nun die jetzt bald einzuführende „Sommerzeit“ mit ihrer plötzlichen Uhrenverschiebung eine gute Gelegenheit. Gewissermaßen ein Massenexperiment. Wenn nämlich das regelmäßige spontane Aufwachen auf äußeren Reizen beruht, die ja, wie z. B. alle „Kultur geräusche“, mit der neuen Zeit mit verschoben werden, wird kein Unterschied im Aufwachen eintreten. Wenn aber wirklich ein innerer „Zeitsinn“ besteht, so müßte, mindestens am 1. Mai, ein „zu spät aufwachen“ beobachtet werden.

Es wäre interessant und psychologisch wertvoll, wenn alle die Menschen, die über jene Fähigkeit des spontanen Aufwachens bei guter sonstiger Schlafstiefe verfügen, jetzt darauf achten wollten, wie während des Ueberganges ihre „innere Uhr“ funktioniert und ihre Erfahrungen etwa an dieser Stelle mitteilen, wobei aber die Angabe nicht fehlen dürfte, ob sie bei offenen oder geschlossenen Fenstern, nach der Straße, nach Hof oder nach Garten heraus schlafen, ob eine Uhr im Schlafzimmer hängt, ob dieses verdunkelt ist, kurz eine Berücksichtigung aller etwa denkbaren Seh- oder Höreindrücke während des Schlafes.