

# Morgenstund ohne Gold im Mund

Zeitversetzt lebende Menschen haben mit etlichen Problemen zu kämpfen

---

Von Reuter-Korrespondentin  
BRITTA SEMBACH

---

Seine Kunden wissen längst Bescheid. Vor elf Uhr morgens brauchen sie Günter Woog gar nicht anzurufen. Denn der 42jährige Designer ist bekennender Langschläfer, oder besser: ein „zeitversetzt lebender Mensch“ – und Vorsitzender von „Delta t“. So lautet der von der Physik entlehene Vereinsname, der soviel wie „Zeitdifferenz“ bedeutet. Die rund 100 Vereinsmitglieder bekennen sich zu etwas, was gemeinhin als Faulenzertum und Mangel an gutem Willen verstanden wird: Das Schlafen bis zum Mittag und aktives Schaffen bei Nacht.

Doch genau mit diesem Vorurteil will „Delta t“ aufräumen. Denn zeitversetzt lebende Menschen seien nicht fauler als andere, sagt Woog. Sie arbeite-

ten eben nur zu anderen Zeiten als der Großteil der Bevölkerung. Im Extremfall gehen sie – nachdem sie nachts ihre Brötchen verdient haben – um sieben Uhr morgens ins Bett, um dann gegen 15 Uhr „den eigentlichen Tag“ zu beginnen. Es versteht sich fast von selbst, daß die Mehrheit der Mitglieder Freiberufler sind. Aber auch ein Straßenbahnfahrer und ein Altenpfleger bekennen sich im Verein zu ihrem Biorhythmus.

Allerdings können, so Woog, gerade diese beiden wenig tun, um ihren eigentlichen Schlafrythmus einzuhalten. Schichtpläne zwingen sie regelmäßig zum frühen Aufstehen – für einen echten Zeitversetzten ein wahre Tortur. Er werde regelrecht krank davon, sagt Woog und schildert die Symptome: Schlafmangel und Konzentrationschwächen. Der Verein soll unterstützen und das Gefühl

vermitteln, nicht allein mit seinem Anderssein zu sein.

So habe es ein Mitglied geschafft, seinen neuen Arbeitgeber davon zu überzeugen, daß er eben zu anderen Zeiten als die übrigen Kollegen am leistungsfähigsten sei – nun fängt er ein paar Stunden später an, bleibt dafür aber länger.

Ganz oben auf der Wunschliste der Delta-Mitglieder stehen denn auch die Einrichtung von Schulklassen für zeitversetzte Schüler und häufigere Ämter-Sprechstunden am Nachmittag. Für Menschen, die in Großstädten leben, sei die Zeitversetzhheit kein großes Problem, sagt Woog. Sie gingen eben erst um elf Uhr abends Essen und könnten auch zu später Stunde noch Gleichgesinnte treffen. Wer auf dem Lande lebe, laufe allerdings Gefahr, vom üblichen gesellschaftlichen Leben abgeschnitten zu werden.