

TRENDBAROMETER



Power Napping 2.0

Immer mehr Menschen leiden unter Schlafstörungen. Das hat zum einen damit zu tun, dass wir uns subjektiv immer gestresster fühlen und hängt zum anderen mit dem demografischen Wandel zusammen. Mit zunehmendem Alter sind mehr Menschen von Ein- und Durchschlafstörungen betroffen. Doch alles, was verschwindet, steigt im Wert. Und so wird der Schlaf mit immer neuen Bedeutungen aufgewertet. Ausreichend Schlaf steigert die Kreativität! Wer zu wenig schläft wird dick! Schlaf macht jung! Die Überschriften in den Gazetten belegen, welche Hoffnungen mit dem Schlaf verbunden werden. Eine neue Dienstleistung aus Japan zeigt, wohin die Entwicklung auf dem Schlaf-Markt führen wird: «Qusca Sleeping Café» heisst eine Neueröffnung im Wellness-Sektor. Es handelt sich um ein Women-Only-Café in Tokio, in dem Frauen eine Kleinigkeit essen, ihre Telefone und tragbaren Computer aufladen und einige Minuten schlafen können. Alle zehn Minuten werden dafür umgerechnet knapp fünf Euro fällig. Und eine Erfrischungsstation für Haare und Make-up gibt es auch noch. Speziell berufstätige Frauen sollen sich hier in kürzester Zeit energetisch aufladen.

Wie anders nimmt sich dagegen ein neues deutsches Schlafangebot aus. Am Staatstheater Karlsruhe bekommt der «Theaterschlaf» eine ganz neue Bedeutung. In Stefan Ottenis Inszenierung «Müdigkeitsgesellschaft» verfolgen die Zuschauer das Treiben der Schauspieler im Liegen. «It's okay if you sleep», steht auf den T-Shirts der freundlichen Helfer, die den Zuschauern im Verlauf des Abends Nackenmassagen, Apfelschnitten und Schokokekse anbieten.

Herzlich,
Ihre Corinna Mühlhausen