

28. Februar 2008, 04:00 Uhr

"Freuen wir uns doch über all die Jahre mehr"

Bremer Wissenschaftler erforschen den Einfluss der sich verlängernden Lebenszeit auf die Gesellschaft

Altern ist den Deutschen ein Gräuel. Ebenso der Gedanke an ein längeres Berufsleben und die Forderung nach lebenslangem Lernen. Professor Ursula M. Staudinger von der Jacobs University Bremen sprach mit Andrea Seibel über die Herausforderungen und Chancen eines längeren Lebens. Sie ist Mitglied der interdisziplinären "Akademiegruppe Altern in Deutschland", die heute in Berlin tagt und im nächsten Jahr der Bundesregierung Empfehlungen vorlegen will.

Die Welt:

Warum beschäftigt uns das Alter so?

Prof. Ursula M. Staudinger:

Weil wir alle älter werden und weil unsere Gesellschaft altert.

Müssen wir uns davor fürchten?

Wir haben allen Grund, uns zu freuen. In den letzten 100 Jahren haben wir 30 Jahre an durchschnittlicher Lebenserwartung gewonnen. Das ist ein enormer Fortschritt, der die Arbeitsverhältnisse, Ernährung, Hygiene und Medizin betrifft. Jetzt stehen wir da und haben diese 30 Jahre mehr, und es gilt sie zu füllen.

In der Politik überwiegt, geht es um die Demografie, der Skeptizismus, man kann auch sagen, die Dämonisierung des Alters.

Dafür habe ich in gewisser Weise Verständnis. Denn dies ist eine historisch einzigartige Situation. Wir stehen davor und fühlen uns überfordert. Das Altern erinnert uns an unser eigenes Ende. Und wenn eine Gesellschaft vermehrt Menschen über 60 zählen wird, werden wir stärker an unser Ende erinnert. Das ist etwas sehr Unliebsames. Der Mensch möchte ewig leben. Daher wird man dem Alter diesen negativen Anteil niemals austreiben können. Wir sollten stärker akzeptieren, dass das Ende des Lebens ein natürlicher Teil wird und uns zurückführt an den Anfang. Wenn uns diese zirkuläre Vorstellung gelänge als Gesellschaft, dann könnten wir auch Ängste stärker abbauen. Man spricht gemeinhin der Jugend die Dynamik zu und dem Alter die Stagnation. Das ist ein Stereotyp, findet aber auch Widerhall in den Daten und Untersuchungen über Ältere. Wir dürfen jedoch nicht den Fehler machen und meinen, Altern sei naturgesetzlich so geschaffen. Was wir an Älteren beobachten, ist Ergebnis gesellschaftlicher Umstände, die Älteren sehr wenige Möglichkeiten geben, sich zu

betätigen oder aktiv zu bleiben. Es wird in Zukunft mehr Bewegung geben. Gerne wird ja darüber geredet, unsere Wirtschaft würde weniger produktiv durch einen steigenden Anteil älterer Arbeitnehmer. Doch Befunde aus der technischen Innovationsforschung besagen, dass altersgemischte Teams die nachhaltigsten sind und die auf dem Markt erfolgreichsten Innovationen produzieren. Homogen junge Ingenieure mögen viele Ideen produzieren und vor Kreativität sprühen, aber es mangelt an der Erfahrung und der Rückführung auf Machbarkeit.

Wann ist der Mensch alt?

Wir beginnen mit der Befruchtung zu altern. Das ist das Faszinierende, denn wir entwickeln uns und altern zugleich. Aber wir leben mit traditionellen Konzepten klassischer biologischer Vorstellung, die besagen: Am Anfang ist alles am Wachsen, die Blüte entwickelt sich, geht auf, und dann kommt die Seneszenz, und alles geht den Bach runter. Gerechter würden wir der menschlichen Entwicklung, wenn uns klar wäre, dass wir zu jedem Zeitpunkt im Leben Dinge erfahren, die sich uns eröffnen, und Dinge, die sich uns verschließen. Gegen Ende des Lebens verschließen sich durch die Biologie sicherlich viele Möglichkeiten, aber es bleiben immer andere offen.

Sie sprechen in Ihrer Forschung von "lifespan". Haben sich unsere Lebensphasen und -spannen im Vergleich zu jenen unserer Eltern und Großeltern verändert?

Eindeutig. Leider hat sich unsere Lebensstruktur noch nicht genug angepasst. Wir haben folgendes Bild im Kopf: Erst kommt die Bildung und Lernphase, dann die intensive Arbeitsphase, dann folgt das "Freizeit-Nirvana", das inzwischen 30 Jahre und mehr dauern kann. Das faktische Rentenalter in Deutschland liegt bei ungefähr 60. Danach hat man noch knapp 28 Jahre Lebenserwartung. Will man die nur in der Freizeit und ohne gesellschaftliche Rolle verbringen?

Altern Männer und Frauen unterschiedlich?

Die Lebenserwartung ist beträchtlich unterschiedlich, drei bis vier Jahre im Schnitt. Daher nennt man das Alter auch "weiblich". In dem Maße aber, wie weibliche Biografien männlichen ähneln, was Stress und Arbeitsabläufe angeht, könnten sich die Lebenserwartungen annähern. Im jungen und mittleren Alter sehen wir Unterschiede. Das Vereinbaren von Familie und Beruf prägt immer noch stärker das weibliche Leben. In der Berliner Altersstudie, von Paul Baltes ins Leben gerufen, erkennen wir: Die Geschlechter werden sich im Alter wieder ähnlicher.

Mit 70 auf der Bühne. Werden wir alle zu Rolling Stones? Diese "fitten Alten" haben auch etwas Lächerliches.

Wie altern bestimmte Kohortengenerationen? Die 68er treten gerade in die Phase des Alters ein, und die Kohorte der Babyboomer rollt auf das Alter zu. Solche Generationen schaffen sich ihr Alter neu und können dann auch Modell sein für die nachfolgenden Generationen.

Die Menschen altern sehr unterschiedlich.

Je älter wir werden, desto weniger sagt chronologisches Altern aus über das, was wir sind, was wir können, was wir wünschen. Wir brauchen neue Arten und Weisen, um Menschen unabhängig vom zeitlichen Alter einzuschätzen. Wir müssen die Variabilität des Alters, die Unterschiedlichkeit zwischen den Menschen, ernst nehmen.

Sie erforschen auch die Weisheit. Wann ist ein Mensch weise?

Ein weites Feld. Weisheit ist einer der idealen Endpunkte menschlicher Entwicklung, seit es die Schrift gibt. Mit Paul Baltes und einer Gruppe am Max-Planck-Institut haben wir seit den 80er-Jahren versucht, dies auch empirisch zu "messen". Wir sagen: Weisheit ist die außerordentliche Einsichts- und Urteilsfähigkeit in grundlegende und schwierige Probleme des Lebens.

Das können junge Menschen nicht?

Doch! Wir haben inzwischen über 1100 Interviews geführt, die mit 14-Jährigen beginnen und bei über 100-Jährigen enden. In der Adoleszenz bis in die mittleren 20er-Jahre sehen wir eine steile Entwicklung der Einsichtsfähigkeit. Mitte der 20er-Jahre flacht das ab. Es ist wie in der Chemie: Wenn der Schwamm voll ist, wird keine Flüssigkeit mehr aufgenommen. Es gibt wenige Menschen, die dann noch mehr über das Leben und seinen Sinn erfahren möchten. Im Laufe unseres Lebens sammeln wir nicht nur Erfahrungen, sondern unsere geistigen Leistungsfähigkeiten und unsere Persönlichkeit ändern sich. Bei den gegenwärtigen alternden Kohorten, die wir untersuchten, stellten wir fest, dass die Offenheit für Neues abnimmt. Das ist ein Feind der Weisheit.

Roman Herzog führte den Begriff des "lebenslangen Lernens" ein. Es sollte animieren. Doch die Formulierung hat auch eine bedrohliche Seite: Lebenslanglich lernen müssen heißt, kein Recht auf Ruhe zu haben?

Aus Angst vor dem Tod sollten wir nicht den Fehler begehen, das Altern überaktivieren zu wollen. Es soll seine eigene Charakteristik behalten. Aber: In Deutschland ist Lernen per se negativ besetzt. Wohl, weil es stark leistungsorientiert ist und daher die Angst vor dem Versagen in den Mittelpunkt rückt. Nichts ist da von Freude, Entdeckung, Neugierde. Die brauchen wir aber von Kindesbeinen an, um durchs Leben zu gehen.

Als Wissenschaftlerin sprechen Sie von Plastizität des Lebens. Das ist ungewöhnlich optimistisch.

Dem liegt der moderne Entwicklungsbegriff zugrunde. Wir wissen, wir sind biologische und kulturelle Wesen. Nun sollten wir diese Wechselwirkung verstehen und gestalten. Zu den aufregendsten Befunden der letzten Jahre gehört die Veränderbarkeit unseres Gehirns - anatomisch, funktionell. Dass dies bis ins mittlere und höhere Alter möglich ist, zeigt, dass wir nicht vorbestimmt, nicht determiniert sind. Aber das heißt umgekehrt auch nicht anmaßend: Alles geht.

Natürlich haben wir biologische und kulturelle Grenzen. Aber es gibt einen begrenzten Möglichkeitsraum, den wir bei Weitem noch nicht ausgeschöpft haben. Es ist schon an der Zeit, dass wir die 30 gewonnenen Jahre füllen, als Individuen und als Gesellschaft.