

Zukunft der Gesellschaft liegt im Alter

Entwicklungspsychologin Ursula Staudinger beim Wissenschaftstalk

Alter und Zukunft – das widerspricht sich doch, oder? Ein ganz entschiedenes „Nein!“ kommt von Professorin Ursula Staudinger: „Beides passt sehr gut zusammen.“ Die Lebenserwartung sei durch medizinische Fortschritte und bessere Lebensbedingungen deutlich gestiegen, sagt die 49-Jährige Entwicklungspsychologin und Vizepräsidentin der Jacobs-Universität Bremen bei der Vortragsreihe „Lauffen will's wissen“.

„Die Menschen haben seit 1900 drei Jahrzehnte an Lebenszeit hinzugewonnen.“ Derzeit stellen die 35- bis 55-Jährigen die stärkste Bevölkerungsgruppe. Im Jahr 2025 werden es die 50- bis 75-Jährigen sein. Staudinger: „Wir altern aber nicht nur, wir schrumpfen auch.“ Ursache dafür ist die rückläufige Geburtenrate. Während im späten 19. Jahrhundert eine Frau in Deutschland rund fünf Kinder zur Welt brachte, waren es am Anfang des 21. Jahrhunderts im statistischen Durchschnitt rund 1,5.

180 Gäste, meist ältere, sind in die Stadthalle gekommen, um bei der Veranstaltung der Stadt in Kooperation mit der Zeitschrift „Bild der Wissenschaft“ und der Firma Schunk zu hören, wie es um ihre Zukunft steht und wie die Gesellschaft auf das vermeintliche Dilemma reagieren soll. Angesprochen gewesen wäre aber auch die junge Bevölkerung, die von diesem Wandel in den nächsten 30 Jahren betroffen ist.

Staudinger hat an die künftige ältere Generation gleich zwei gute Botschaften: Mit dem Anstieg der höheren Lebenserwartung, nimmt die Zeit der etwa durch Krankheit eingeschränkten Jahre im Alter prozentual ab. Und ältere Menschen würden von der Wirtschaft bald wieder mehr geschätzt. Das hat einen guten Grund: Nur 48 Prozent aller 55- bis 64-Jährigen waren 2006 in Deutschland erwerbstätig. Immer mehr gut ausgebildete ältere Menschen scheiden aus dem Arbeitsprozess aus, immer weniger gut ausgebildete junge Menschen rücken aber nach. Unter anderem gelte es in dieser Situation, das Potenzial dieser ruhenden Reserven jenseits der 55 auszuschöpfen. Staudinger:



Foto: Anja Lehmann

„Das wird ein dritter Arbeitsmarkt werden. Dessen bin ich mir ganz sicher.“ Die Investition in die Weiterbildung sei daher unerlässlich – auch in die Fortbildung der älteren Mitarbeiter. „Deutschland befindet sich im europäischen Ländervergleich hier im hinteren Mittelfeld.“

Bürgerschaftliches Engagement als Form der gesellschaftlichen Beteiligung bekomme einen großen Stellenwert. Die 46- bis 55-Jährigen bringen sich am ehesten ein, die Menschen 76 plus am wenigsten.

Staudinger unternahm mit den Gästen auch einen Ausflug in die Hirnforschung. Ab dem 25. Lebensjahr verlangsamt sich die Informationsverarbeitung im Hirn, diese Schwäche nimmt mit zunehmendem Alter rapide zu. Dieses Defizit gleichen die Älteren aber mit ihren Erfahrungen nahezu aus. Und man staune: Durch körperliche Fitness könne man auch die geistige Leistungsfähigkeit wieder steigern. Nach einem mehrmonatigen Nordic-Walking-Training sei die Informationsverarbeitung der Probanden signifikant verbessert worden. „Damit ist der Nachweis gelungen, dass in höherem Alter die Gehirnaktivität durch ein konzentriertes Training reaktiviert werden kann.“ Jeder sei seines Glückes Schmied. Das gilt auch beim Älterwerden: „Wer ein negatives Altersselbstbild hat, lebt sieben

Jahre weniger, als Menschen mit einem positiven Altersselbstbild.“ Letztere sind die Senioren, die sich geistig fit halten, sozial engagieren, sich Ziele auch nach dem Berufsleben setzen, einen ausgefüllten Alltag haben.



Foto: Heilbronner Stimme

Eine solche Seniorin, die für ihren Ruhestand Perspektiven erarbeitet hat, ist Alt-Stadträtin Ingeborg Haury. Die frühere Gymnasiallehrerin schildert beim Talk mit dem Chefredakteur von „Bild der Wissenschaft“, Wolfgang Hess, und dem Arzt Dr. Michael Mühlischlegel, wie sie im Umgang mit den Enkeln und bei ihrem ehrenamtlichen Engagement in örtlichen Organisationen aufblüht. Und sie glaubt, dass es ihr viele Lauffener nachahmen könnten. „Da ruht eine Goldmine – nur, wie hebt man diese?“

Text: Rolf Muth, Heilbronner Stimme