

Grosser Bildungshunger bei den «Herbstzeitlosen»

Die Lust zur Talententwicklung im Alter wächst

Altern ist eine Provokation, der man sich nicht entziehen kann. Unter den Bewältigungsstrategien, die von Resignation bis zum Kampf um die ewige Jugend reichen, findet die Entwicklung neuer Talente wachsende Beliebtheit.

Margrit Stamm

Eine Gesellschaft, die sich über Produktivität, Leistungskraft und Wachstum definiert, kann mit den Nachteilen des Alterns nicht viel anfangen. Die Augen werden schlechter, die Hände zittriger, die Knochen empfindlicher – schlechte Zeiten für Menschen jenseits der 50. Altern ist eine Provokation, der sich niemand entziehen kann. Es gibt gegen diese Provokation generell vier Bewältigungsmuster, die auch kombiniert auftreten können: Die einen übernehmen das Ideal der Jugendlichkeit und versuchen durch Anti-Aging-Massnahmen körperlich, ästhetisch und sozial fit zu bleiben und so erfolgreich bzw. produktiv zu altern. Andere setzen eher einen spirituellen Schwerpunkt und akzeptieren das Altern als unausweichliche Herausforderung, sich auf den Tod einzustellen. Wieder andere verfallen in Resignation und Fatalismus, weil sie überzeugt sind, dass Altwerden mit Nutzloswerden gleichzusetzen ist.

Mehr als produktives Altern

Es gibt aber noch eine vierte Gruppe: Sie entwickelt ihre Talente so, wie dies Martha im Film «Die Herbstzeitlosen» tut. Obwohl sie nach dem Tod ihres Mannes zunächst die Lebenslust verloren hatte, wagte sie mit Unterstützung ihrer Freundinnen einen Neubeginn und erfüllte sich mit einer Lingerie-Boutique einen Lebenstraum.

Als Spätentwickler haben solche «Herbstzeitlosen» einen Bereich entdeckt, zu dem sie etwas Bedeutsames beitragen und dabei besondere Kreativität entwickeln können. Doch ist späte Talententwicklung überhaupt wünschbar? Haben ältere Menschen nach einem langen Arbeitsleben nicht Ruhe und Beschaulichkeit verdient? Wirft man einen Blick auf die Forschung, dann ist die Antwort klar: Talententwicklung im Alter hat weder etwas zu tun mit der erfolgreichen Fortführung der Berufsarbeit noch mit der neuen Produktivität

im Alter, die sich auf Kontrasterfahrungen gegenüber dem bisherigen Berufsalltag ausrichtet und sich in langen Reisen, in sportlichen oder weiterbildenden Aktivitäten manifestiert. Sie meint vielmehr die mit Faszination verbundene Realisierung von Fähigkeiten, die lange Zeit aus ökonomischen, beruflichen oder anderen Lebensnotwendigkeiten blockiert waren und erst mit der Pensionierung, quasi der «Entberuflichung», möglich wurden.

Psychologie der Lebensspanne

Häufig sind es auch bedeutsame Ereignisse – der Tod des Partners oder eines Kindes oder eine Krankheit etwa –, die als Situationen der Begrenzung zu einer völligen Veränderung des Lebens führen und die Entfaltung des schlummernden Talents initial beeinflussen. Schliesslich kann auch der Zufall – eine Begegnung mit einer relevanten Person, eine Eingebung, eine religiöse Erfahrung – als Auslöser wirken.

Zunächst ist der Fokus auf Talententwicklung im Alter schlicht eine logische Konsequenz der demografischen Entwicklung: Wir werden immer älter. Für die Generation der Babyboomer – Menschen, die nach dem Zweiten Weltkrieg im Zug steigender Geburtenraten bis zum Pillenknick von 1968 geboren wurden – bedeutet dies, dass sie als 65-jährige Männer rechnen dürfen, noch weitere 20 Jahre zu leben, während es bei Frauen noch etwa 25 Jahre sind.

Was aber wissen wir zur Talententwicklung im Alter? Sicher ist, dass die dominante Defizithese, die von einem generellen Abbau als einzigem Merkmal des Alterns ausgeht, nicht mehr tragbar ist. Es können auch im Alter noch innovative Intelligenzformen auftreten, die positive Veränderungen und Entwicklungsmöglichkeiten zulassen.

Soft- und Hardware im Alter

Dies gilt vor allem für die Pragmatik von Intelligenz, vergleichbar mit der Software des PC. Dazu gehören Sprachverständnis, Sachwissen und Denkstrategien. Die Pragmatik bleibt bei Älteren nicht nur erhalten, sie kann auch gesteigert werden. Wer ein Leben lang Spezialwissen erworben und weiterentwickelt hat, kann bis ins Alter Höchstleistungen erbringen und ist auch weniger von Gedächtnisverlusten betroffen.

Vom Abbau betroffen ist jedoch die Mechanik der Intelligenz, was etwa der



Auch mit 80 Jahren noch ein hervorragender Pianist: Arthur Rubinstein.

SZ PHOTO

Hardware beim PC entspricht. Eindrücklich nachgewiesen ist die altersbedingte Begrenzung der Memorierungsfähigkeit oder des Lernens von Neuem und Komplexem. Das Langzeitgedächtnis ist davon jedoch kaum betroffen. Soziale Kompetenz oder Kombinationsfähigkeiten verlieren sich kaum. Der Wunsch allein, seine Talente

zu entfalten, genügt indes nicht. Der alternde Mensch muss lernen, Elemente des Stillstands und des Verlusts zu akzeptieren und in seine Talententwicklung zu integrieren. Das von Paul Baltes entwickelte SOK-Prinzip der selektiven Optimierung mit Kompensation ist dafür hervorragend geeignet. Es besagt, dass der Mensch lernen muss,

drei Handlungsstrategien zu beherrschen: die Selektion, die Optimierung und die Kompensation. Baltes hat zur Veranschaulichung des SOK-Prinzips Arthur Rubinstein herangezogen. Auf die Frage, weshalb er mit 80 Jahren noch ein so guter Konzertpianist sein könne, antwortete Rubinstein: weil er sein Repertoire verringert habe (Selektion), diese Stücke mehr als früher übe (Optimierung) und – da er die ausgewählten Stücke nicht mehr so schnell spielen könne – weil er vor besonders schnellen Passagen sein Tempo verlangsamt, damit sie dann wieder ausreichend schnell erschienen (Kompensation).

Fünf Typen

Grob skizziert lassen sich fünf Typen von «Herbstzeitlosen» unterscheiden, die an sich selbst erklärend sind: der künstlerische, der intellektuelle, der manuelle, der soziale und der spirituelle Typ. Obwohl sich diese fünf Typen unterscheiden, verfügen sie über Gemeinsamkeiten. Neben der ausgeprägten Fähigkeit zu kreativem Denken ist es eine optimierte Selbstregulation – also eine intensive Aufmerksamkeit und ein Höchstmass an Konzentration. In solchem Schaffens- oder Tätigkeitsrausch sind sie in der Lage, stundenlang zu arbeiten, ohne dass sie Freizeit brauchen. Machen sie trotzdem einmal Ferien, sehnen sie sich nach wenigen Tagen zurück nach ihrer Tätigkeit. Da sie zu Nonkonformismus neigen und anerkannte Traditionen hinterfragen, sind sie manchmal auch bereit, ihre persönlichen Beziehungen aufs Spiel zu setzen.

Unsere Gesellschaft gewinnt viel, wenn sie den Blick verstärkt auf die beschriebenen Talente der Älteren legt. Dies bedingt jedoch einen Perspektivenwechsel. Wir müssen uns nicht nur von der Defizitorientierung lösen, sondern auch vom ausschliesslichen Blick auf «erfolgreiches» Altern. Die Kunst eines erfüllenden Alterwerdens scheint vielmehr in drei Entwicklungsschritten zu liegen: sich erstens mit der Tatsache schmerzhafter Verluste zu versöhnen, zweitens seine Reservekapazitäten so einzusetzen, dass sich das Talent entfalten kann, und drittens ein besseres Selbstwertgefühl zu entwickeln, auch wenn die Mechanik von Körper und Geist anfälliger wird. Leider gibt es erst wenige solche Rollenmodelle.

Margrit Stamm ist Professorin am Departement für Erziehungswissenschaften der Universität Freiburg.