



URSULA M. STAUDINGER

Die Psychologin war unter anderem Projektleiterin am Max-Planck-Institut für Bildungsforschung in Berlin, wo sie zusammen mit Paul B. Baltes, dem Doyen der deutschen Altersforschung, das „Berliner Weisheitsparadigma“ entwickelt hat, und Professorin für Entwicklungspsychologie der Lebensspanne an der TU Dresden. Seit 2003 ist sie Vizepräsidentin der Jacobs University Bremen und Gründungsdekanin des Jacobs Centers für Lebenslanges Lernen. Staudinger, 51, ist außerdem Präsidentin der Deutschen Gesellschaft für Psychologie und Vizepräsidentin der Deutschen Akademie der Naturforscher „Leopoldina“ in Halle an der Saale.

„Die Kultur schlägt der Biologie ein Schnippchen“

Die Entwicklungspsychologin Ursula M. Staudinger über das Lernen in den verschiedenen Lebensphasen, das Erfahrungswissen im Alter und die Frage, wie man Weisheit messen kann

SPIEGEL: Frau Professor Staudinger, in welcher Phase unseres Lebens lernen wir am leichtesten?

Staudinger: Lernen ist immer Anstrengung. Aber am Beginn des Lebens nehmen wir neue Informationen leichter auf. Wie ein trockener Schwamm, der sich im Wasser vollsaugt. Ist der Schwamm erst einmal angefeuchtet, wird es sukzessive schwieriger. Beim Lernen wird die Motivation dann noch viel wichtiger.

SPIEGEL: Beim Baby geschieht die Informationsaufnahme noch unbewusst?

Staudinger: Wir lernen unsere Muttersprache, weil wir uns mit den Personen, die uns Nahrung, Zuwendung und Schutz geben, verständigen können wollen. Später lernen wir zwar auch noch aus Neugier, aber mehr und mehr wird Lernen verknüpft mit Leistung.

SPIEGEL: Die Anstrengung nimmt zu.

Staudinger: Man empfindet sie stärker. Nehmen Sie einen Tanzkurs: Im Vordergrund steht der Spaß, nicht die körperliche Mühsal. Wir merken erst hinterher, wie durchgeschwitzt wir sind. Das Beispiel zeigt: Lernen bedeutet immer Anstrengung, nicht erst, wenn wir älter werden. Dann verstärkt sie sich, weil wir vom Lernmodus umgeschaltet haben in den Arbeitsmodus. Jetzt geht es um Existenzsicherung, um das Ausfüllen unserer Arbeitsposition.

SPIEGEL: Gibt es Phasen im Leben, in denen wir bestimmte Dinge leichter lernen?

Staudinger: Es gibt empirische Hinweise, dass das Lernen einer Fremdsprache in jungen Jahren leichter fällt. Später muss eine starke Motivation dazukommen, um die gleiche Sprachge-

wandtheit zu erreichen. Am besten etwas Emotionales.

SPIEGEL: Sich verlieben hilft. Gibt es andere Beispiele außer Sprachen?

Staudinger: Lange Zeit hieß es, in Mathematik und den Naturwissenschaften schaffe man Höchstleistungen allenfalls bis Mitte, Ende 20. Die systematischen Untersuchungen stammen aus den siebziger Jahren des vorigen Jahrhunderts. Ich nehme an, dass dies heute schon so nicht mehr gilt. Unsere Lebensspanne ist in den letzten hundert Jahren durchschnittlich um 30 Jahre gewachsen, biologisch ist heute ein 60-Jähriger etwa fünf Jahre jünger als ein Gleichaltriger in der vorigen Generation.

SPIEGEL: Sind gesunde Menschen prinzipiell gleichermaßen lernfähig?

Staudinger: Was jemand kann und wohin er sich entwickelt, ist immer ein Wechselspiel zwischen biologischen Anlagen und Umwelteinflüssen. Jeder wird mit einem breiten Fähigkeitsspektrum geboren, innerhalb dessen sich der Intelligenzquotient ausbreiten kann.

SPIEGEL: Welchen Anteil hat die Biologie, welchen die Umwelt?

Staudinger: Die Verarbeitungskapazität unseres Gehirns entfaltet sich aus der genetischen Information, die in jeder Zelle sitzt. Aber die Annahme, dass diese Information bei der Zellteilung einfach kopiert wird, stimmt nicht. Schon die Informationsweitergabe ist abhängig etwa von Ernährung oder auch davon, welchem Stress oder welchen positiven Emotionen wir ausgesetzt sind. So verändert sich innerhalb jeder Zelle das Ablesen der genetischen Information. Gemeinsam mit den Informationen, die wir aus der Umgebung aufnehmen, beeinflusst dies, wie sich die Zellen in unse-

rem Gehirn vermehren und vernetzen können, wie schnell der elektrische Impuls übertragen wird.

SPIEGEL: Ein Prozess, der schon im Mutterleib beginnt.

Staudinger: Selbst eineiige Zwillinge entwickeln sich leicht verschieden, je nachdem, wie sie in der Plazenta liegen oder wie das Fruchtwasser dort zusammengesetzt ist. Diese Bandbreite unserer Entwicklung wirkt sich darauf aus, was wir können oder nicht, was wir wollen oder nicht – mit dem Alter verringert sich die Bandbreite, aber es bleibt bis ins hohe Alter ein Möglichkeitsraum erhalten.

SPIEGEL: Man kann also nicht generell sagen, dass ältere Menschen weniger gut lernen?

Staudinger: Nein, aber es erfordert viel mehr Mühe und Zeit. Gerade in den letzten Jahren hört man immer häufiger von Hochaltrigen, die noch akademische Abschlüsse machen.

SPIEGEL: Was lässt wann nach?

Staudinger: Ab Mitte zwanzig lässt die Schnelligkeit bei der Verarbeitung neuer Informationen nach, ebenso die Fähigkeit, gleichzeitig verschiedene neue Informationen aktiv in unserem Denken zu halten und miteinander zu verknüpfen. Aber je nachdem, wie sich die Interaktion zwischen Individuum, Biologie und Umwelt gestaltet, variieren die Verläufe.

SPIEGEL: Kommt mit dem Alter auch etwas Neues hinzu?

Staudinger: Die Erfahrung. Die Mechanik unseres Gehirns sorgt für die Schnelligkeit der Informationsaufnahme. Wenn wir einen bestimmten Wissensstand haben, werden wir aber unabhängiger von dieser Mechanik und sind in der Lage, innerhalb des Bereichs

Das Gespräch führten die Redakteure Bettina Musall und Norbert F. Pötzl.

unserer Expertise schnell Schlüsse zu ziehen. Diese Fähigkeit, also Wissen anzusammeln, nimmt bis ins mittlere Erwachsenenalter zu und bleibt dann stabil.

SPIEGEL: Im Prinzip gibt es also keine Altersgrenzen?

Staudinger: Die Mechanik des Geistes und der Wissensanteil, den man Pragmatik nennt, stehen in enger Beziehung. Wenn wir das Wissen als Ausdruck von Kultur nehmen, sehen wir, dass die Kultur der Biologie ein Schnippchen schlägt. Dazu gibt es ein wunderbares Experiment mit Typistinnen. Wie gut jemand Schreibmaschine schreiben kann, misst sich anhand der Anschläge und der Fehler. Bei dem Experiment wurde das Maschinenschreiben in einzelne Bestandteile zerlegt: das Tippen mit den Tasten, der Weg vom Auge zur Hand und das „Lesefenster“, also die Textmenge, die jemand beim Lesen erfasst, um sie dann zu tippen. Wie zu erwarten, waren die älteren Typistinnen in mechanischen Teilaspekten der Aufgabe langsamer – aber: Sie lasen viel weiter voraus als jüngere Kolleginnen und konnten dadurch die Langsamkeit wettmachen.

SPIEGEL: Lässt sich die geistige Mechanik reaktivieren?

Staudinger: Ja, auch das geht. Es gibt zum Beispiel Gedächtnistrainings, durch die sich die Gedächtnisleistung älterer Menschen enorm erhöhen lässt.

SPIEGEL: Kann man das Gehirn so insgesamt verjüngen?

Staudinger: Nein. Wenn einer geistige Aufgaben erledigen soll, die nicht im Training vorkamen, hat ihm das Training für die neuen Aufgaben nichts genützt. Aber wenn wir körperlich aktiv werden, unsere Ausdauerleistung verbessern, wird unser Gehirn wieder jünger – und zwar in sehr verschiedenen Leistungsbereichen. Das wurde gerade erst neuropsychologisch nachgewiesen.

SPIEGEL: Gibt es Dinge, die Ältere besser lernen können als Jüngere?

Staudinger: Ältere zeigen zunehmend Interesse an emotionalem, an sozialem Miteinander. Darum sind Ältere besser darin, Probleme, die emotionale Aspekte enthalten, zu lösen und die Soziologie des Zusammenlebens besser zu durchdringen. Daher ist beispielsweise das Lernen in sozialen Zusammenhängen auch leichter. Wenn sich also jemand etwa bürgerschaftlich engagiert, lernt er auch leichter, was für diese Aktivität gebraucht wird.

SPIEGEL: Hat man nicht einfach auch mal die Nase voll vom Lernen?



Ältere tippen langsamer, erfassen aber mehr Text beim Lesen. (Filmszene)

Staudinger: Unbedingt! Warum Energie verschwendet, wenn es weniger anstrengende Wege gibt? Die Frage ist: Welche Konsequenzen hat das angesichts eines 30 Jahre längeren Lebens? Vor einer 60-Jährigen liegen heute im Schnitt noch 20 bis 25 Jahre. Eine Firma kann sagen: Frau Maier, Sie sind 55, Ihr Arbeitsplatz kann wegfallen. Der Chef kann aber auch fragen: Frau Maier, können Sie sich vorstellen, sich beruflich neu zu orientieren, wenn wir uns an den Umschulungskosten beteiligen und Ihnen folgenden Karriereweg in Aussicht stellen? Da wird sich Frau Maier überlegen, ob sie sich abfinden lässt. Die Anreizstrukturen müssen sich verändern, damit eine verständliche Erschöpfung überwunden werden kann.

SPIEGEL: Veraltet Wissen heute wirklich schneller als früher?

Staudinger: Natürlich gibt es Wissensbestände, die überdauern, Abläufe in Unternehmen, Wissen über Märkte. Und selbst die Naturwissenschaften werden nicht dauernd runderneuert. Aber es gibt sehr viel Umbau in Arbeitsprozessen, der bei intelligenter Vorausplanung durch die Unternehmensleitung gut zu bewältigen wäre. Früher drängte viel Nachwuchs qualifiziert mit neuem Wissen aus den Universitäten. Heute müssen viele Unternehmen lernen, auch mit dem Personal, das sie haben, die jeweils neu anstehenden Aufgaben zu erfüllen.

SPIEGEL: Der Druck wächst, ständig auf dem neuesten Stand zu sein, und die Bevölkerung altert. Das klingt nach einem Problem.

Staudinger: Wir haben in der Arbeitsgruppe „Altern in Deutschland“ der nationalen Akademie festgestellt, dass die höhere Lebenserwartung und der wachsende Anteil von Älteren an der Gesamtbevölkerung eine enorme Chance für unsere Gesellschaft darstellen können.

SPIEGEL: Das klingt sehr optimistisch.

Staudinger: Durchaus nicht, aber es erfordert ein Umdenken in Institutionen, im Bildungs-, Arbeits-, Gesundheitsbereich, auch jeder Einzelne muss neu über das eigene länger gewordene Leben nachdenken: Welche Schritte könnte mein Arbeitsleben haben? Wie verteile ich das über meine Lebensspanne? Schon wenn ich meinen ersten Abschluss mache, sollte ich mitdenken, wann ich mich wieder ins Bildungssystem einfädeln und weiterentwickeln will. Die Zeit ist vorbei, in der es hieß: Jetzt habe ich mein Examen oder mein Lehrlingsdiplom, und das reicht ein Leben lang.

SPIEGEL: Lebenslanges Lernen ist ein anderer Begriff für Fort- und Weiterbildung. Verstehen wir Sie da richtig?

Staudinger: Im beruflichen Kontext ja, aber auch privat ist es wichtig, sich lebenslang weiterzuentwickeln, im Wissen um den Erhalt der eigenen Gesundheit oder auch bei der politischen Partizipation. Und bei neuen Technologien: Wer aus dem aktiven Beruf ausgeschieden ist, muss trotzdem in Kontakt bleiben beispielsweise mit neuen Kommunikationstechnologien.

SPIEGEL: Wie soll das gehen?

Staudinger: Manche Menschen besuchen gern Kurse. Aber auch im Sport, im klassischen Ehrenamt oder in moderneren Formen bürgerschaftlichen Engagements wird Wissen vermittelt. Auch Ehrenämter verlangen kompetente Mitarbeiter. Nehmen wir die Patenschaften für Kinder mit Migrationshintergrund oder aus sozial benachteiligten Familien. Sehr schnell merken die Helfer, wie anspruchsvoll das ist und dass sie Unterstützung oder auch noch neue Kompetenzen dazu brauchen.

SPIEGEL: Deutschland war führend in der Fort- und Weiterbildung. In den Sechzigern und Siebzigern haben die Gewerkschaften für Bildungsurlaub gestritten.

Staudinger: Aber wir haben uns zu lange auf unseren Lorbeeren ausgeruht. Im europäischen Vergleich hat das Lernen im späteren Leben vor allem in den skandinavischen Ländern gesellschaftlich einen wesentlich höheren Stellenwert.

SPIEGEL: Was müsste passieren?

Staudinger: Das Wort Bildungsurlaub sollte man zum Unwort erklären, dabei fiel doch keinem ein, dass jemand seine Kompetenz erhöhen will. Eigene Untersuchungen hier am Jacobs Center zeigen, dass Vorgesetzte häufig tiefverwurzelte Vorurteile haben, was in welchem Lebensalter gelernt werden kann und was nicht. Das wirkt sich eklatant darauf aus, ob sich ein Mitarbeiter dann eine Weiterbildung zutraut.

SPIEGEL: Gibt es Unternehmen, die sich vom Jugendwahn verabschieden?

Staudinger: Manch mittelständische Betriebe handeln beispielhaft, sie haben eine engere Bindung an ihre Mitarbeiter und planen schon mal über die Quartalsbilanz hinaus. Ganz anders die Dax-Unternehmen: Die sind getrieben vom Aktienkurs, verlangen vierteljährliche Berichterstattung, die Taktung ist schneller und der Jugendwahn noch sehr verbreitet. Die Abschaffung staatlicher Subventionen für die Frühverrentung steuert dem entgegen, weil dann in der Personalentwicklung und in der Arbeitsgestaltung Lösungen für längere Produktivität und Freude an der Arbeit umgesetzt werden müssen.

SPIEGEL: Als ein Vorzug des Alters gilt die Weisheit, heißt es.

Staudinger: Wir haben in achtziger Jahren angefangen, Weisheit zu messen ...

SPIEGEL: ... klingt ja verwegen. Was messen Sie denn da?

Staudinger: Wir definieren Weisheit als tiefe Einsichts- und Urteilsfähigkeit in schwierige Probleme des Lebens. Dazu haben wir 1200 Menschen über Jahre hinweg befragt. Wir haben ihnen fiktive Lebensaufgaben gestellt und sie laut darüber nachdenken lassen. Diese Denkprotokolle werden von unabhängigen Juroren beurteilt, die wir auf unsere Weisheitskriterien trainieren.

SPIEGEL: Welche sind das?

Staudinger: Das sind fünf, von denen ich mal zwei nenne. Erstens: Wie geht je-

„Gebildete Menschen geben keine weiseren Antworten.“

mand mit der Ungewissheit des Lebens um? Wie gut ist jemand in der Lage, neue Informationen und Einsichten auf einmal getroffene Entscheidungen anzuwenden und diese in Frage zu stellen? Das zweite Kriterium nennen wir Wertrelativismus. Es bedeutet, von eigenen Werthaltungen absehen zu können, zu erkennen, welche Prioritäten und Werte das Handeln anderer Menschen beeinflussen, ein Maß zu finden zwischen dem eigenen Wohlergehen und dem Wohlergehen anderer. Jeweils zwei unabhängige Juroren verschiedener Altersstufen und Berufe bekommen ein Kriterium, lesen die Denkprotokolle und geben jedem Probanden eine Note für jedes der Kriterien. So kann man dann den Durchschnitt über die beiden Juroren bilden. Insgesamt haben wir dann fünf Noten pro Antwort und erhalten im Durchschnitt einen Weisheitswert für jedes dieser Protokolle.

SPIEGEL: Wie hängt Weisheit mit Wissen und Bildung zusammen?

Staudinger: Den Zusammenhang mit dem Bildungsniveau kann man vernachlässigen. Es ist nicht so, dass gebildete Menschen weisere Antworten geben.

SPIEGEL: Welchen Einfluss hat Intelligenz?

Staudinger: Ähnlich wie Bildung. Der eigene Geist sollte in der Lage sein, Probleme zu erkennen und die Erfahrung, die man einzubringen hat, anzuwenden, sonst nützt mir ja alles nichts, was ich weiß. Wenn das nicht gewährleistet ist, nützt ein Mehr an Intelligenz gar nichts.

Im Gegenteil: Zu intelligente Menschen haben eine Tendenz, die eigenen Erfahrungen und Wertvorstellungen zu wichtig zu nehmen, und bringen nicht das Einfühlungsvermögen und die Empathie auf, die für die weise Behandlung eines schwierigen Problems nötig ist.

SPIEGEL: Kommt denn wenigstens die Weisheit mit dem Alter von allein?

Staudinger: Leider nein. Wir sehen einen rapiden Anstieg an Weisheit von der Pubertät bis etwa Mitte 20, vorher existiert diese Art von Erkenntnis gar nicht. Danach gewinnen wir nicht automatisch mit jedem Lebensjahr mehr Einsichten, es sei denn in einem Beruf, der uns dazu herausfordert, Familienrichter oder Sozialrichter etwa, Allgemeinärzte, Theologen. Oder ich bin ein Mensch, der extrem offen ist für Neues. Auch dann kann ich mit wachsendem Alter mehr Nutzen ziehen aus meinen Erfahrungen.

SPIEGEL: Warum haben wir so selten das Gefühl, einem weisen Menschen zu begegnen?

Staudinger: Wir glauben oft, den Stein der Weisen entdeckt zu haben, wenn wir einmal herausgefunden haben, wie wir im Leben zurechtkommen. Dann verabsolutieren wir gern individuelle Lösungen, ohne zu berücksichtigen, dass es andere Umstände geben kann, kultureller, religiöser Natur etwa, die zu anderen Lösungen führen können. Vielen ist es nicht möglich, sich aus ihrer geistigen Fixierung zu lösen. Auch sind Erfahrungen, die einen weiterbringen könnten, oft schmerzhaft. Misserfolge steckt man lieber weg und ist stolz, sie weggesteckt zu haben. Dieser Wohlbefindensweg gibt das gute Gefühl, sich immer wieder wie Münchhausen am eigenen Schopf aus dem Dreck zu ziehen. Das macht uns lebensstüchtig, aber nicht weiser.

SPIEGEL: Ein Verhalten, das jeder kennt.

Staudinger: Aber sicher. Jedes Mal, wenn die IT-Abteilung die neue Version einer Software installiert, denke ich, nee, das tu ich mir nicht an. Irgendwann habe ich mich ertappt und gedacht: Du machst ja genau das, was du anderen vorhältst. Wehrst dich dagegen, dass dein Hirn noch mal nach links denken muss und nicht immer nach rechts. Dann hole ich mir gezielt Hilfe und stelle fest, dass das eingerostete Gehirn doch wieder auf die Sprünge kommt und in der Lage ist umzuschalten.

SPIEGEL: Frau Professor Staudinger, wir danken Ihnen für dieses Gespräch.