

# Alter schadet nicht

Langsamer, konzentrierter und komplexer – wie sich das Denken im Laufe der Zeit verändert

Beatrice Wagner hat zusammen mit dem Münchner Hirnforscher Ernst Pöppel ein Buch über das Gehirn im Prozess des Alterwerdens geschrieben („Je älter, desto besser“). Die Autoren machen Mut: Auch wenn das Hirn altert, bedeutet es keinesfalls, dass Ältere schlechter denken oder weniger gut lernen als jüngere Menschen.

**SZ: Oft heißt es, mit zunehmendem Alter baue das Gehirn ab. Ältere seien daher nicht so leistungsfähig wie Jüngere. Was sagt die Hirnforschung dazu?**

Wagner: Es stimmt, das Gehirn ist einem Alterungsprozess unterworfen. Das jüngere Gehirn sieht anders aus als das ältere: Die Anzahl der Synapsen nimmt mit zunehmendem Alter ab, die Menge der weißen Hirnsubstanz ebenso. Das bedeutet aber nicht, dass Ältere deshalb schlechter den-

ken. Denn das Gehirn hat Ausweichstrategien entwickelt. Zudem bringen unsere beiden Hippocampi lebenslang neue Hirnzellen aus Stammzellen hervor. Offenbar sind sich diese Hirnzellen dort an, wo sie gebraucht werden, also wo gelernt wird.

**Worin unterscheiden sich Jüngere und Ältere, wenn es ums Lernen geht?**

Jüngeren sagt man ja nach, dass sie schneller und leichter lernen. Untersuchungen bestätigen das. Ältere hingegen können sich besser auf etwas konzentrieren, was die geringere Denkgeschwindigkeit ausgleicht. Der Lerneffekt ist dadurch bei Älteren und Jüngeren ungefähr gleich. Hinzu kommt: Ältere können beim langsameren Denken offenbar verschiedene Hirnareale aktivieren, sodass sie unserer Ansicht nach komplexer, tiefgründiger reflektieren.

**Bedeutet das, dass die älteren Menschen beim Denken ihr Erfahrungswissen anzapfen?**

Ja, sie aktivieren mehr neuronale Netzwerke beim Denken, schließen mehrere Ebenen gleichzeitig. Und das dauert eben ein bisschen länger.



Beatrice Wagner ist promovierte Biologin und Lehrbeauftragte für Medizinische Psychologie an der Ludwig-Maximilians-Universität München. FOTO: PRIVAT

**Heißt das auch, dass Ältere fundiertere Entscheidungen treffen, weil sie mehr bedenken, sei es nun bewusst oder unbewusst?**

Genau. Denn die Intuition greift ja auch auf das unbewusste Wissen zurück. Dieses sogenannte Bauchgefühl ist bei Menschen mit viel Erfahrung zuverlässiger. Wer noch nicht so viele Erfahrungen gesammelt hat, sollte sich daher auch besser nicht auf die Intuition verlassen.

**Was bedeuten diese Erkenntnisse für die Arbeitswelt von morgen?**

Es ist eine völlige Fehleinschätzung, dass ältere Arbeitnehmer nicht so effektiv arbeiten. Untersuchungen belegen im Gegenteil, dass Ältere hochmotiviert arbeiten, wenn man ihnen interessante Aufgaben gibt. Außerdem bringen sie viel Erfah-

rungswissen in die Betriebe hinein, also Wissen, das nirgends festgehalten ist, das man nicht nachschlagen kann. Es wäre daher gut, wenn jüngere und ältere Menschen in Teams zusammenarbeiten würden. Und wenn gleichzeitig Verständnis für die Vorteile des schnellen und langsamen Denkens aufgebracht würde. Damit aus den unterschiedlichen Denktempi keine Kommunikationsprobleme entstehen. Gerade angesichts des drohenden Fachkräftemangels muss bei uns ein Umdenken stattfinden. Einerseits haben wir zu wenig qualifizierte Leute, andererseits setzen wir die erfahrenen Kräfte auf die Straße. Bloß weil die Haut faltiger und der Körper etwas anfälliger wird, gilt das nicht in gleichem Maße für das Gehirn.

INTERVIEW: PETRA MEYER

Quelle: Süddeutsche Zeitung, Donnerstag, den 13. März 2014, Seite 61