



Entwicklung, Altern und Zeit – interdisziplinäre Perspektiven

Hans-Werner Wahl

Auszug aus dem Jahresbericht
„Marsilius-Kolleg 2013/2014“



Hintergrund

Die Untersuchung von lebenslanger Entwicklung und Altern steht angesichts der Dynamik demografischer Grundmechanismen vor neuen Herausforderungen.¹

Wir werden immer älter, leben immer länger – und man kann fragen, ob das System Mensch, biologisch und psychologisch, überhaupt für ein Überleben von solch langen Zeiträumen ausgelegt ist. Wir haben heute noch etwa ein Viertel unseres Lebens nach dem Übergang in den „Ruhestand“ vor uns, was auch mit völlig neuen individuellen und gesellschaftliche Anforderungen verbunden ist: Wie lange etwa dürfen wir uns „jung“ fühlen? Sollten wir eventuell sogar lernen, uns so lange wie möglich jung zu fühlen, also das „Anti-Aging“ als Lebensstil kultivieren? Andererseits stehen wir im höheren und vor allem im sehr hohen Alter vor allem dem Drohszenario von Mehrfacherkrankungen gegenüber, ja, ein guter Teil des derzeitigen Anstiegs der Lebensdauer liegt an den längeren Überlebensraten bei bereits eingetretenen schweren Erkrankungen im mittleren und frühen Alter.²

Entwicklung, Altern und Zeit – interdisziplinäre Perspektiven

Hans-Werner Wahl

In einer aus meiner Sicht besonders fruchtbaren interdisziplinären Annäherung an bedeutsame Fragekomplexe im Zusammenhang mit unserem „neuen“ Altern spielt das Thema der *Zeit* eine herausragende Rolle. Wir können gewissermaßen auf menschliche Entwicklung über die Lebensspanne hinweg ein Netz von unterschiedlichen Zeitmetriken legen, die alle ihre Berechtigung haben und sicher auch miteinander interagieren. Wie genau, das wissen wir allerdings erst ansatzweise und noch sehr ungenau. An dieser Stelle setzte mein Fellow-Antrag an, den ich als ‚Solist‘, also nicht von Anfang an in eine Gruppe eingebunden, stellte.

Ein Netz von Zeitmetriken für lebenslange Entwicklung und Altern

Der traditionelle und klassische Zugang der Lebenslauf- und Altersforschung ist jener über das chronologische Alter, d.h. Veränderungen spät im Leben werden als Funktion der seit Geburt vergangenen Zeit untersucht. Nun kann man aber argumentieren, dass das chronologische Alter, je weiter wir im Lebenslauf vorangehen, immer unwichtiger als Erklärung für beobachtete Veränderungen wird und statt dessen andere Zeitmetriken bedeutsamer werden. Eine solche

Zeitmetrik ist der Abstand von bestimmten kritischen Lebensereignissen, und eben nicht die seit der Geburt vergangene Zeit. So haben wir z. B. in unseren längsschnittlichen Analysen mit älteren Menschen mit schweren Seheinschränkungen mit komplexen statistischen Modelle zeigen können, dass die Zeit seit Diagnose (konkret: Diagnose Makuladegeneration) Veränderungen im positiven Affekt stärker bestimmt als ein reiner Alterseffekt.³ Diese zweite Zeitmetrik, hier beispielhaft skizziert, kann ergänzt werden anhand einer Sichtweise, welche vor allem die Rolle der verbleibenden Zeit bis zum Tod als bedeutsam für psychologisches Veränderungsgeschehen spät im Leben betrachtet.⁴ So haben wir beispielsweise gefunden, dass gegen Ende des Lebens ein Anstieg in negativen Affekten besser anhand von Abstandsdaten zum Tod im Vergleich zu Abstandsdaten seit der Geburt erklärt werden kann. Nun reicht allerdings auch diese dritte Sichtweise auf Zeit nicht aus, denn alternde Menschen interpretieren auch selbst ihre Altersveränderungen und die (noch) vor ihnen liegende Lebenszeit. In diesem Zusammenhang geht – eine vierte Zeitsichtweise – das zentrale Argument der amerikanischen Lebensspannenpsychologin Laura Carstensen dahin, dass es vor allem die sich verkürzende Zukunftsperspektive und nicht das Alter selbst ist, welche bedeutsame, vor allem motivationale Veränderungen im Lebensablauf auslöst.⁵ Carstensen hat anhand einer Reihe einflussreicher experimenteller Studien zeigen können, dass Menschen in jüngeren Lebensjahren, in einer Lebenszeit mit praktisch als unbegrenzt erlebter Zukunftsperspektive, ihr soziales Handeln vor allem an Informationssuche ausrichten, d.h. soziale Beziehungen besitzen hier die wichtige Funktion der Vermittlung von Wissen über die eigene Person und damit auch der Identitätsbildung. Im höheren Lebensalter, mit einer als deutlich begrenzt erlebten Zukunftsperspektive, wird hingegen der Erhalt emotional bedeutsamer sozialer Beziehungen als besonders wichtig betrachtet. Noch einen Schritt weiter in Richtung subjektiver Konstruktionen von Entwicklung und Altern gehen Studien aus dem Forschungsbereich des subjektiven Alterns. Hier wird argumentiert, dass beispielsweise ein Sich-Jünger-Fühlen bzw. in experimentell-interventionistischer Perspektive eine aktive Provokation einer solchen Selbsteinschätzung mit positiven Konsequenzen einher geht.⁶ Aber auch mit dieser fünften Spielart von Zeit sind die „zeitlichen Möglichkeiten“ in Bezug auf menschliche Entwicklung sicherlich noch nicht erschöpft.

Eigene Marsilius-Ambitionen und Ziele

Angesichts meiner Ambition, die Bedeutung dieser unterschiedlichen Zeitmetriken für das Verstehen menschlicher Entwicklung über die Lebensspanne und Altern noch besser nutzen zu können, verfolgte ich in meiner Fellow-Zeit vor allem die Intention, zu dieser Fragestellung im interdisziplinären Diskurs zu wissenschaftlichen Weiterentwicklungen, neuen Denkrichtungen und eventuell auch neuen empirischen Datenmöglichkeiten zu finden.

Aktivitäten und Ergebnisse

In meinem ersten Marsilius-Semester wollte ich vor allem die eigenen Überlegungen zur Problematik unterschiedlicher Zeitmetriken zur Diskussion stellen und dabei mögliche Anknüpfungspunkte zu anderen Fellows ausloten. Hierzu diente insbesondere mein Vortrag *„Entwicklung und Zeitkonzepte über die Lebensspanne mit einer Fokussierung später Lebensphasen: Wie gewonnen, so zerronnen?“*, den ich am 29. April 2013 hielt. In der anschließenden Diskussion und in den zahlreichen Gesprächen ergaben sich Verbindungslinien zu anderen Fellows, so dass ich in meinem zweiten Marsilius-Semester mit zwei meiner Co-Fellows mögliche Gemeinschaftsvorhaben vorstellen konnte. Zusammen mit dem Kinder- und Jugendpsychiater Romuald Brunner präsentierte ich am 21. Oktober 2013 Überlegungen zum Thema *„Optimierung des frühen Lebens – Optimierung des Alters: Übergreifende Muster?“*. Mit dem Stichwort „Muster“ griffen wir dabei bewusst einen zentralen Begriff einer anderen Fellowgruppe auf. Am 27. Januar 2014 stellten die Onkologin und Medizinhistorikerin Eva Winkler und ich interdisziplinäre Forschungsdesirata und mögliche Projektaktivitäten zum Thema *„Zeiterleben bei älteren Menschen und in schweren Krankheitssituationen am Beispiel von Karzinomerkrankungen“* vor.

Beide Initiativen konnten bis zum Ende meiner Fellowships konkretisiert werden. Mit Romuald Brunner entwickelte ich das Konzept für eine Marsilius-Frühlingsakademie zum Thema *„Jung und Alt – zwei Lebensphasen unter Optimierungsdruck“*. Dieses Vorhaben wurde vom Direktorium des Marsilius-Kollegs für gut befunden. Die Frühlingsakademie, die sich insbesondere an Promovierende richtet, wird vom 22. bis 28. März 2015 im Internationalen Wissenschaftsforum Heidelberg (IWH) stattfinden.

In Kooperation mit Eva Winkler wurden Forschungsaktivitäten vorbereitet, in denen das Zeiterleben von Patienten mit terminalen Tumorerkrankungen im Vergleich mit dem Zeiterleben von älteren Menschen und möglicherweise weiteren Vergleichsgruppen mit anderen Erkrankungen empirisch untersucht werden. Zwischenzeitlich haben wir dazu Arbeiten auf drei Ebenen begonnen: (1) Wir arbeiten zurzeit an einem englischsprachigen Grundsatzartikel, um das wichtige Gebiet der geriatrischen Onkologie besser in der internationalen Literatur und klinischen Praxis zu verankern und psychologisch anzureichern. Hier werden auch die Befunde einer eingehenden Literaturanalyse Eingang finden, die wir auch mit Mitteln des Marsilius-Kollegs durchführen konnten (eine erste Zusammenstellung unserer Befunde findet sich im Beitrag „As time go by“ in diesem Band, S. 35 ff.);⁷ (2) Wir haben in eine bereits angelaufene Studie zu terminal Erkrankten in Zusammenarbeit mit der Ludwig-Maximilians-Universität München neue Messverfahren zum Zeiterleben eingebracht, die uns Pilotdaten zu unseren theoretischen Ideen der Untersuchung von Zeitperspektiven im Kontext von Alter und onkologischen Erkrankungen liefern werden; (3) Wir planen die Beteiligung an einem entstehenden onkologisch ausgerichteten Verbundforschungsantrag, in den unsere Forschungsideen zu Zeitperspektive gut hineinzupassen bzw. sehr erwünscht sind.

Gesamtbewertung

Ich bin sehr dankbar gegenüber dem Marsilius-Kolleg und natürlich der Universität insgesamt für das große Privileg, diese für mich neuartigen Kooperationen im Rahmen des Marsilius-Kollegs begonnen zu haben und nun weiter umsetzen zu können. Die Diskussionen im Fellowkreis sowie die kritische Begleitung durch die während meiner Zeit agierenden Marsilius-Direktoren Hans-Georg Kräusslich und Wolfgang Schluchter am „Marsilius-Abend“, den Diskussionsrunden jeden Montagabend im Laufe der beiden Semester, waren dabei stets eine überaus bedeutsame und intellektuell hoch stimulierende Ressource. Auch die durch das Marsilius-Kolleg gegebene Möglichkeit, als Lehrvertretung für mein während der Fellow-Zeit reduziertes Lehrdeputat eine der weltweit angesehensten Entwicklungs- und Motivationspsychologinnen, Frau Prof. Dr. Jutta Heckhausen (University of California Irvine) nach Heidelberg bringen zu können, war eine sehr befriedigende Erfahrung, und wurde von unseren Psychologiestudierenden

Erste Ergebnisse einer Voruntersuchung von Eva Winkler und Hans-Werner Wahl zum Zeiterleben bei älteren Menschen

Zusammenstellung und erste Kategorisierung von offenen Antworten von mittelalten und älteren Menschen auf die Frage: „**Was hat sich bei Ihnen in letzter Zeit im Umgang mit Zeit verändert?**“

Beispielkategorie: „Auseinandersetzung mit der Endlichkeit des eigenen Lebens“

Reminders of Mortality: „[...] die „Haltbarkeit“ meines „Spende-Organs“ [...] macht mir immer mehr Sorgen. Ich sehe immer öfter mein Lebensende kommen.“ (m, 52 Jahre)

Auswirkungen auf die Gedankenwelt: „Was wird wohl mit meiner Familie sein, wenn ich mal nicht mehr bin? Mir ist ein wenig bang davor.“ (m, 63 Jahre)

Auswirkungen auf den Umgang mit Zeit: „Ich bin überaus dankbar für jeden neuen Tag.“ (w, 82 Jahre)

Frage nach der Sinnhaftigkeit des eigenen Tuns: „Ich denke mehr nach, wie ich meine berufliche „Restzeit“ bis zur Rente so verbringen kann, dass diese für mich erfüllend ist. Ziehe evtl. einen Firmenwechsel in Betracht, damit ich noch etwas bewegen kann.“ (m, 53 Jahre)

Zeitfokus – Lebensrückblick vs. Fokus auf gegenwärtiges Erleben vs. Auseinandersetzung mit der Zukunft: „Ich lebe mehr in der Gegenwart. Ich tue mehr für mich. [...] Ich lebe bewusster.“ (w, 60 Jahre)

Sehnsüchte und unerfüllte Wünsche treten stärker in den Vordergrund: „[...] Ansonsten gibt's Wehmut, dass Zeit ein begrenztes Gut ist und ich nicht mehr „alle“ Projekte verwirklichen werden kann; froh, Ideen, Träume & Zeit zu haben – gleichzeitig.“ (w, 60 Jahre)

überaus gut angenommen. So war „Marsilius“ insgesamt eine großartige Zeit, die auch meine (durchaus kritische) Haltung zu den Möglichkeiten guten interdisziplinären Arbeitens sehr deutlich weiter ausdifferenziert hat.

¹ Vgl. Hans-Werner Wahl, Andreas Kruse (Hg.): *Lebensläufe im Wandel: Sichtweisen verschiedener Disziplinen*, Stuttgart: Kohlhammer 2014.

² Vgl. Eileen Crimmins: Vortrag auf Annual Scientific Meeting of the Gerontological Society of America, New Orleans 2013.

³ Vgl. Oliver Schilling, Hans-Werner Wahl: *Modeling late life adaptation in affective well-being under a severe chronic health condition: The case of age-related macular degeneration*, in: *Psychology and Aging* 21 (2006), S. 703–714.

⁴ Vgl. z. B. Oliver Schilling, Hans-Werner Wahl, Sarah Wiegering: *Affective development in advanced old age: Analyses of terminal change in positive and negative affect*, in: *Developmental Psychology* 49 (2003), S. 1011–1020; Nina Vogel et al.: *Time-to-death-related change in positive and negative affect among older adults approaching the end of life*, in: *Psychology and Aging* 28 (2013), S. 128–141.

⁵ Vgl. z. B. Laura Carstensen: *The influence of a sense of time on human development*, in: *Science* 312 (2006), S. 1913–1915.

⁶ Vgl. Manfred Diehl, Hans-Werner Wahl: *Awareness of age-related change: Examination of a (mostly) unexplored concept*, in: *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences* 65B (2010), S. 340–350.

⁷ Wir danken Frau Dr. Katsiaryna Laryionava und Martina Miche, M.Sc. sehr herzlich für ihre Unterstützung.