

# Weisheit als Prozess

Autor(en): **Meier, Rosmarie A.**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Intercura : eine Publikation des Geriatriischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich**

Band (Jahr): - **(2008-2009)**

Heft 102

PDF erstellt am: **15.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-789780>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

# Weisheit als Prozess

Rosmarie A. Meier\*

## Das Konzept „Weisheit“

- ⇒ Herausragender Exponent im deutschsprachigen Raum ist Paul B. Baltes, der mit seiner „Berliner Weisheitsstudie“ die Grundpfeiler für einen theoretisch wie empirisch fundierten wissenschaftlichen Zugang zum Thema gelegt hat (vgl. u.a. Baltes & Smith, 1990, Staudinger & Baltes, 1996a). Wichtigstes – weil unerwartetes - Ergebnis der Studie war der Nachweis, dass es zwischen chronologischem Alter und Weisheit keinen (einfachen) Zusammenhang gibt (Staudinger & Baltes, 1996a). Weisheit – von den Autoren als „Expertentum in der fundamentalen Pragmatik des Lebens“ definiert – sei indes lern- und trainierbar.
- ⇒ Die amerikanische Psychologin Monika Ardelt betont in ihrer „Dreidimensionalen Weisheitstheorie“ die kognitiven, reflektiven und affektiven Komponenten, welche Weisheit auszeichnen: das Streben nach Wahrheit, das Verfügen über Selbstkritik und die Liebe zu den Mitmenschen. Weisheit entsteht demnach erst, wenn durch die Reflexion persönlicher Erfahrungen ein Entwicklungsprozess entsteht (Ardelt, 2003).
- ⇒ Die Balancetheorie von Robert Sternberg betont die Wichtigkeit des Gleichgewichts zwischen intra- und extrapersonalen, also zwischen eigenen und fremden Interessen, um zu einer optimalen, weisen Lösung eines Problems zu gelangen (Sternberg, 1998).
- ⇒ Im Gegensatz zu diesen drei theoretischen Ansätzen, die man als „explizite Weisheitstheorien“ verstehen kann, also als Expertentheorien mit einer wissenschaftlichen Herangehensweise (vgl. Sternberg, 1998), gehen Judith Glück und Susan Bluck der Laienperspektive von Weisheit nach. Aufgrund von „impliziten“ Theorien werden Laien

---

\*Rosmarie A. Meier, Leiterin Bürgerasyl-Pfrundhaus, Zürich  
Diplomarbeit im Aufbaustudiengang Psychogerontologie

danach befragt, was aus ihrer Sicht Weisheit bedeute oder was weise Personen auszeichne (vgl. Bluck & Glück, 2004). Implizite Theorien bilden übrigens oft die Grundlage zur Entwicklung von expliziten Theorien (Ardelt, 2004).

Die Durchführung eines biografisch ausgerichteten Bildungsseminars mit hochaltrigen Menschen gründet als „gerontologische Intervention“ auf folgenden drei Forschungsrichtungen.

1) Zum einen wird hervorgehoben, dass sich ältere Menschen bis ins hohe Alter entwickeln und verändern können. Gemäss Baltes und Staudinger (1996a) ist Alter kein Garant für Lebenseinsicht oder gar Weisheit. Beide Autoren betonen aber die Lernfähigkeit und die Entwicklungspotentiale bis ins hohe Alter. Die Entwicklungspotentiale im hohen Alter interessieren vor allem im Bereich der Entwicklung der Persönlichkeit. Hierzu bietet vor allem das Konzept von Widerstandsressourcen oder Resilienz von Staudinger (1999) und das Modell von Kruse zu adaptiven Prozessen (1999, 2001) eine gute Grundlage.

2) Die Aufgaben im Weisheitsseminar von Schachter-Shalomi sind autobiografisch ausgerichtet. Ein Teil darin besteht in der Bewertung von wichtigen positiven und negativen Lebensereignissen. Verschiedene Ansätze verweisen darauf, dass die Auseinandersetzung mit eigenen Erfahrungen eine elementare Voraussetzung ist, um die Einsicht in das eigene Leben zu erhöhen (vgl. Birren et al., 1996). Umfassende Erfahrungen werden aber auch als eine Entwicklungsbedingung von Weisheit gesehen. Es gibt zudem empirische Hinweise darauf, dass ein gezielter Lebensrückblick, indem Ereignisse nicht nur erinnert, sondern auch erklärt, eingeordnet, bewertet und integriert werden, eine Fähigkeit von „weisen“ Personen ist (vgl. Staudinger, 2003b).

3) Bildung im Alter gründet darauf, dass Menschen bis ins hohe Alter lernfähig sind. Heutige ältere Menschen haben einerseits optimale Voraussetzungen für Bildung: Sie bleiben wesentlich länger geistig und körperlich fit als früher. Gerade Bildung für hochaltrige Men-

schen muss aber auch kritisch betrachtet werden: Ist Bildung für eine Gruppe von teilweise weit über 80-Jährigen zumutbar und angesichts nachlassender Kräfte nicht eine Überforderung? (Breinbauer, 2007). Neben methodisch-didaktischen Überlegungen (Spanhel, 2003, Kade, 2001) braucht es vor allem auch Überlegungen zur inhaltlichen Ausrichtung von Altersbildung, insbesondere, wenn Alter im Sinne einer soziologischen Kategorie als eigenständige Lebensphase gesehen wird (Kalbermatten, 2004), in der Menschen – wie in jeder anderen Lebensphase – mit verschiedenen Aufgaben und Herausforderungen konfrontiert sind. So betrachtet kann und soll Altersbildung auch zu einer Auseinandersetzung mit wichtigen Entwicklungsaufgaben dienen (Kruse, 2001).

### **Weisheit und Alter aus gerontologischer Sicht – theoretische Ansätze und empirische Befunde**

Die psycho(geronto)logische Forschung begann sich erst Mitte der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts mit Weisheit zu beschäftigen (Sternberg, 1990, 2005, Baltes & Smith, 1990). Paul B. Baltes hat mit seiner „Berliner Weisheitsstudie“ Ende der 80er Jahre die Grundpfeiler für einen theoretisch wie empirisch fundierten wissenschaftlichen Zugang zum Thema gelegt (vgl. u.a. Baltes & Smith, 1990, Baltes & Staudinger, 2000).

Fast zwei Jahrzehnte später gibt es zwar weitere empirische Untersuchungen zum Thema (vgl. Ardelt, 1997, 2004, Sternberg, 1998), im deutschsprachigen Raum dominieren aber weiterhin Untersuchungen, die auf der Berliner Weisheitsstudie aufbauen und diese weiterführen (vgl. z.B. Staudinger & Kunzmann, 2005, Pasupathi & Staudinger, 2001). Baltes selber erklärte den Mangel an empirischen Untersuchungen von Weisheit durch die „grundsätzliche Reserviertheit vieler Verhaltenswissenschaftler, sich dem Konzept Weisheit überhaupt mit Methoden der Wissenschaft zu nähern“, weil sie Weisheit „per Definition einer wissenschaftlichen Analyse nicht zugänglich“ erachteten (Baltes & Smith, 1990, S.2).

Die systematische Sichtung der Publikationen zur Weisheitsforschung ergibt, dass Paul B. Baltes und Ursula M. Staudinger sowie Judith Glück im deutschsprachigen Raum die wichtigsten Forscher sind. Robert J. Sternberg und Monika Ardelt können als wichtigste Vertreter des englischsprachigen, vor allem des amerikanischen Raums betrachtet werden. Im Folgenden werde ich mich auf die Darstellung dieser führenden Ansätze in der Weisheitsforschung konzentrieren.

In der Auseinandersetzung mit den verschiedenen Weisheitstheorien wird klar, dass Weisheit unterschiedlich definiert wird. Im folgenden Abschnitt werde ich auf die universelle Dimension von Weisheit eingehen, um anschliessend darzustellen, welches Verständnis von Weisheit dieser Arbeit zugrunde liegt.

### **Zur Verwendung des Begriffs Weisheit**

Dem Begriff Weisheit wird eine universelle, d.h. eine zeit- und kulturübergreifende Dimension zugeschrieben. Kulturvergleichende Analysen haben fünf Eigenschaften identifiziert (zitiert nach Staudinger & Baltes, 1996a, S. 60):

- Weisheit beschäftigt sich mit wichtigen und schwierigen Fragen der Lebensführung und –deutung
- Weisheit ist höchstes Wissen, Urteilsfähigkeit und Ratschlag
- Weisheit ist Wissen mit aussergewöhnlicher Breite, Tiefe und „distanzierter“ Ausgewogenheit
- Weisheit ist in Entwicklung und Anwendung positiv ausgerichtet, entweder auf das eigene Wohlergehen oder auf das von Anderen
- Es herrscht breiter sozialer Konsens darüber, was Weisheit ist. Weisheit ist zwar relativ schwierig selbst zu produzieren, aber relativ leicht zu erkennen

Diese grosse Übereinstimmung in den zentralen Bestandteilen von Weisheit sehen Staudinger & Baltes (1996a) darin, dass im Kern

weisheitsbezogenen Wissens die Grundbedingungen menschlicher Existenz liegen, wie beispielsweise Emotionalität, Sterblichkeit oder Verletzlichkeit, welche gerade dadurch gekennzeichnet sind, dass sie gesellschaftlichen Wandel überdauern (Staudinger & Baltes, 1996a).

Die Psychogerontologie hat sich vor allem im Hinblick auf Kompetenzveränderungen im höheren Alter und im Zusammenhang mit altersabhängigen Abbauprozessen mit Weisheit beschäftigt (Staudinger & Baltes, 1996a). Weisheit könnte in diesem Sinn dazu verhelfen, mit schwierigen Lebensfragen im Alter besser umzugehen.

Hier steht die psychogerontologische Zugangsweise, wie sie von Baltes und Staudinger (1996a) formuliert wurde, im Vordergrund: Weisheit wird gesehen als besondere Fähigkeit im Umgang mit schwierigen Fragen der Lebensgestaltung, der Lebensdeutung und der Lebensplanung. Von Anfang an definieren Baltes und Staudinger (vgl. z.B. Staudinger et al., 1994) Weisheit nicht als (fixe) Eigenschaft einer Person, sondern drücken mit dem Terminus „weisheitsbezogene Leistungen“ oder „weisheitsbezogenes Wissen“ die prinzipielle Möglichkeit der Entwicklung von Weisheit aus. So schreiben sie, dass „weisheitsbezogenes Wissen und Urteilen“ sich entwickeln bzw. dass es gefördert werden kann (vgl. Staudinger & Baltes, 1996a, S. 64). Da ältere Personen über mehr Lebenserfahrung als jüngere verfügen, kann die Entwicklung weisheitsbezogener Leistungen besser gefördert werden: „Höheres Lebensalter ist aufgrund der zeitlichen Anordnung von Lebenserfahrungen und den normalerweise sequentiell aufeinanderfolgenden Erfahrungskontexten des Lebenslaufes sicher eine der Bedingungen, die die Entwicklung weisheitsbezogenen Wissens und Urteilsfähigkeit begünstigt“ (Staudinger & Baltes, 1996a, S.64).

Ein Bildungsseminar, das Weisheit bzw. „weisheitsbezogene Leistungen“ fördern will, muss davon ausgehen, dass Weisheit nicht ein fixes Persönlichkeitsmerkmal ist, das jemand hat oder nicht hat, sondern ein Bündel von Fähigkeiten und Eigenschaften, die in ei-

nem Prozess entwickelt und gefördert werden können. Nur aufgrund eines solchen Verständnisses ist es gerechtfertigt, Weisheit als zentrales Ziel eines (Bildungs-)Seminars für hochaltrige Menschen zu konzipieren.

### **Die Bedeutung von Weisheit für die Gerontologie**

In letzter Zeit findet das Thema Weisheit in der Gerontologie verstärkt Beachtung. So wird darauf hingewiesen, dass Weisheit für die Bewältigung der „postmodernen Zeit“ (Staudinger & Baltes, 1996a) von Nutzen sein kann. Weisheit bietet ein Orientierungswissen an, das in einer Zeit, die durch „Dauerverwaltung des Allerneuesten“ (Marquart, 1989, zitiert in Staudinger & Baltes, 1996a) gekennzeichnet ist, besonders wichtig ist. Weisheit ist ja gerade als etwas von Zeit und Gegenwart Unabhängiges definiert, als „eine menschliche Grundhaltung, die auf einer allgemeinen Lebenserfahrung und einem umfassenden Verstehen und Wissen um Ursprung, Sinn und Ziel der Welt und des Lebens sowie um die letzten Dinge gegründet ist“ (Brockhaus, 1998).

Kalbermatten (2004) konstatiert einen grundsätzlichen Wandel, den das Alter durchgemacht hat. Es gehe nicht mehr darum, den „Ruhestand“ zu bewältigen, sondern eine eigenständige Lebensphase, die 20 bis 30 Jahre dauern könne. Das bedeute, dass diese Lebensphase völlig neu gestaltet werden müsse. Hierzu können Erkenntnisse aus der Weisheitsforschung, sehr nützlich sein. So haben Baltes und Staudinger Weisheit als Expertentum bezeichnet, auf Grund dessen schwierige Fragen der Lebensplanung oder der Lebensgestaltung besser zu bewältigen seien (Staudinger & Baltes, 1996a, S. 59). Monika Ardelt hält Weisheit für „den Schlüssel“ einer erfolgreichen Bewältigung des letzten Lebensabschnittes und für das subjektive Wohlbefinden im hohen Alter schlechthin (Ardelt, 2005b).

Die Erforschung von Weisheit im Alter ist für die Gerontologie aber auch von Interesse, weil Altersweisheit dem gängigen Stereotyp vom

Alter als Lebensphase der Defizite widerspricht. So war für Paul Baltes die Frage, ob der Alternsprozess auch positive Merkmale aufweist, ein wichtiger Beweggrund, Weisheit zu untersuchen. Weisheit stellte sich als eines derjenigen Konzepte dar, „mit denen man (...) die Richtung der progressiven Persönlichkeitsveränderungen im Erwachsenenalter benennen kann“ (Baltes & Smith, 1990, S. 2).

Die wenigen empirischen Untersuchungen zum Thema Weisheit und Alter verneinen einen einfachen positiven Zusammenhang zwischen Alter und Weisheit (vgl. insbesondere Baltes & Smith, 1990). Es gibt aber Hinweise, dass ein hohes Alter Weisheit fördern kann. Man kann also nicht sagen, dass alle älteren Menschen weiser als jüngere sind, aber „dass sich unter weisen Personen überproportional viele ältere Erwachsene befinden“ (Baltes & Smith, 1990, S.14). Etliche Autoren weisen darauf hin, dass eine Weiterentwicklung der gesamten Gesellschaft auch zu einer besseren Nutzung des Potentials älterer Menschen führen könnte und so Weisheit besser zur Entfaltung gebracht werden könnte (u.a. Baltes & Smith 1990, Birren & Fisher, 1990).

Aus gerontologischer Sicht kann es sinnvoll sein, in einer schnell älter werdenden Gesellschaft das „Weisheitspotential“ von älteren Menschen gezielt zu fördern. Auch aus gesamtgesellschaftlicher Sicht besteht sehr wohl ein Interesse, nach Möglichkeiten zu suchen, um Weisheit zu fördern. A. Kruse sagt dazu: „Wir können heute weniger denn je auf das Expertenwissen und gesellschaftliche Engagement, das heisst auf die Mitverantwortung älterer Menschen verzichten“ (Kruse, 2005, S.2).

Weisheit wird – wie wir weiter unten sehen werden – meistens als ein Teil von individuellem Verhalten gesehen, das heisst eine einzelne Person verhält sich weise, indem sie beispielsweise im Sinne von Sternberg in den drei Dimensionen intra-, inter- und extrapersonal, die alle unterschiedliche Interessen repräsentieren, eine Balance herstellen kann. Angenommen, es verhalten sich viele Individuen



„weise“, könnte sich das positiv auf Institutionen wie zum Beispiel Altersheime auswirken. Birren & Fisher gehen einen Schritt weiter, indem sie von einer „Wise Society“, einer „weisen Gesellschaft“ reden, „a society that encourages processes of wise decision making“ (Birren & Fisher, 1990, S. 330)

### **Entwicklungspotentiale im Alter**

Ist Entwicklung im hohen Alter überhaupt noch möglich? „Braucht“ es sie überhaupt?

Die grossen psychologischen Entwicklungstheoretiker wie Sigmund Freud, C.G. Jung oder Erik Erikson betrachten es als wichtige Aufgabe im Leben und insbesondere im Alter, sich mit den im Laufe des Lebens gesammelten Erfahrungen zu beschäftigen, das (gelebte) Leben anzunehmen und dem Leben einen Sinn zu geben.

Erikson (zitiert in Staudinger, 1996c) ordnet in seinem Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung der höchsten und letzten Entwicklungsstufe die Aufgaben zu, das gelebte Leben anzunehmen, um so zur Erlangung von „Ich-Integrität“ zu gelangen, was im Idealfall in Weisheit übergeht (zitiert nach Staudinger, 1996c). Erikson sieht also nicht nur Entwicklungsmöglichkeiten bis ins hohe Alter, er betont auch, dass jede Altersgruppe bestimmte Aufgaben hat, um in der Persönlichkeitsentwicklung weiterzukommen. Wird diese Aufgabe hingegen nicht erfolgreich gelöst, so „versinkt der alte Mensch in Verzweiflung über sein unerfülltes, aber verronnenes Leben“ (Staudinger, 1996c, S. 351). Die psychische Entwicklung des Menschen wird also mit hoher Wahrscheinlichkeit gestört, wenn es nicht gelingt, die in allen Phasen des Lebens auftauchenden Krisen zu meistern.

Befragungen von älteren Menschen zeigen, dass sie selbst die Auseinandersetzung mit dem Älterwerden als eine Entwicklungsaufgabe sehen (Kruse, 2001) und dass der „grössere Teil der älteren Men-

schen die persönliche Lebenssituation als veränderbar und kontrollierbar erlebt“ (Perrig-Chiello (1997) zitiert in Kruse, 1999, S. 285).

In letzter Zeit fallen Publikationen von älteren Wissenschaftlern auf, die sich direkt an ihre Altergenossen wenden und sie darauf aufmerksam machen, dass sie sich mit dem Alterungsprozess aktiv beschäftigen müssen. So fordert der Soziologe Leopold Rosenmayr (Jg. 1925) in seinen neusten Publikationen (beide 2007 erschienen) die älteren Menschen auf, „sich zu ändern, sich an die im Alternsprozess entstehenden neuen körperlichen, psychischen und sozialen Prozesse (anzupassen) und auf sie sogar Einfluss zu nehmen“ (Rosenmayr, 2007, S. 231). Auch der Religionswissenschaftler Schachter-Shalomi (Jg. 1924), dessen Publikation „From Age-ing to Sage-ing“ dem im Rahmen dieser Arbeit durchgeführten Weisheitsseminar zugrunde liegt, setzt Veränderungs- und Entwicklungspotential voraus, wenn er seine Leser/innen auffordert, sich mit sich selbst auseinanderzusetzen und das noch verbleibende Leben aktiv zu gestalten und soziale Verantwortung als „elders of the tribe“ zu übernehmen (Schachter-Shalomi & Miller, 1995).

Aus wissenschaftlicher Sicht gibt es zahlreiche Hinweise, dass Entwicklungen und Veränderungen bis ins hohe Alter möglich sind (Lehr, 2003). Gut dokumentiert sind die Kapazitäten im kognitiven Bereich – viele Studien weisen darauf hin, dass die sog. kristalline Intelligenz (kulturellbedingtes Wissen wie Sprachverständnis etc.) bis ins hohe Alter zunimmt, ja durch gezieltes Training sogar weiterentwickelt werden kann. Auch im Bereich der körperlichen Vitalität zeigen Studien, dass durch gezieltes Training nicht nur dem Abbau körperlicher Funktionen entgegengewirkt werden kann, sondern dass bis ins hohe Alter die körperliche Leistungsfähigkeit ausgebaut werden kann (Kruse, 2007).

Die neueren Forschungsarbeiten zur Veränderbarkeit und Entwicklung im hohen Lebensalter kommen der Ergründung der im Zentrum dieser Arbeit stehenden Fragen stärker entgegen, da sie den Akzent weniger auf die Untersuchung von Leistungsparametern (Erhöhung

der kognitiven Kapazität, der körperlichen Vitalität, der Aktivität usw.) setzen, sondern auf die Entwicklung der Persönlichkeit und die Potentiale des alten Menschen. Insbesondere die konzeptionellen Überlegungen rund um das Konstrukt der Widerstandsfähigkeit oder Resilienz (Staudinger et al., 1999) sowie das Modell von Kruse zu den adaptiven Prozessen im Alter geben hilfreiche Hinweise zu einem besseren Verständnis von Persönlichkeitspotentialen im hohen Alter. Hochaltrige Menschen sind gemäss Kruse (2001) besonders häufig mit Entwicklungsverlusten konfrontiert wie erhöhte gesundheitliche Belastungen, Verluste im sozialen Bereich (Tod von Freunden und Verwandten) und einer (klar wahrgenommene) begrenzte Lebenszeit. In diesem Zusammenhang wird oft festgestellt, dass es einem grossen Teil der hochbetagten Menschen offensichtlich gelingt, trotz vieler Verluste eine tragfähige Lebensperspektive aufrechtzuerhalten (Staudinger et al. 1999, Kruse, 2001)

Diese Fähigkeit wird gemeinhin als Widerstandsressource oder Resilienz bezeichnet. Dabei geht es zum einen um die *Aufrechterhaltung* normaler Entwicklung trotz vorliegender Risiken und Beeinträchtigungen, zum andern um die Fähigkeit zur *Wiederherstellung* einer normalen Funktionsfähigkeit nach erlittenen Traumata (Staudinger et al. 1999). Resilienz kann durch interne Faktoren (z.B. Persönlichkeitsmerkmale wie Intelligenz, Gesundheit usw.) oder durch externe Faktoren (sozialstrukturelle Merkmale wie Bildung, sozialer Status usw.) gefördert bzw. behindert werden. In empirischen Untersuchungen konnte ein positiver Zusammenhang zwischen dem Ausmass von Widerstandsressourcen und Lebenszufriedenheit gefunden werden (vgl. Staudinger et al, 1999).

Kruse beschreibt Entwicklung im menschlichen Leben als Prozess, der Gewinne und Verluste umfasst (Kruse, 2001, S. 558). In einer empirischen Untersuchung wurden 10 Merkmale identifiziert, in denen sich Gewinne im Alter widerspiegeln, z.B. die Veränderung des Anspruchsniveaus, die im Hinblick auf ein zufrieden stellendes Leben erfüllt sein müssen oder die zunehmende Fähigkeit, frühere Ereignisse und Erlebnisse (vor allem Belastungen und Konflikte) neu zu be-

werten (vgl. Kruse, 2001, S. 561). Ein weiterer Gewinn bezieht sich auf die zurückgehenden Verpflichtungen und die damit verbundene „späte Freiheit“. Für viele Befragte ist der Eintritt in den Lebensabschnitt Alter auch mit einer Perspektive auf neue Erfahrungs- und Handlungsmöglichkeiten verbunden (Kruse, a.a.O.). Interessant auch für diese Arbeit (da die Auswertung des Seminars mit den Ergebnissen einer jüngeren Probandengruppe verglichen werden kann) sind Unterschiede zwischen verschiedenen Altersgruppen: es zeigt sich, dass diese Fähigkeiten von den über 80-Jährigen und Älteren häufiger genannt wurden als von den 60- bis 79-Jährigen. Offenbar berichten ältere Menschen auch häufiger von Verlusten als die 60- bis 79-Jährigen, was darauf hindeuten könnte, dass Verluste im Nachhinein auch als Gewinne interpretiert werden könnten.

Oben genannte Studie kann weiter nachweisen, dass die subjektiv erlebten Verluste im Laufe des Lebens zunehmen. Dabei stehen im hohen Alter die Verluste im kognitiven, körperlichen und sozialen Bereich im Vordergrund.

Im Sinne einer Interpretation der Untersuchung über Gewinne und Verluste folgert Kruse, „dass das eigene Älterwerden vielen Menschen als eine Entwicklungsaufgabe erscheint, die verantwortlich gelöst werden muss“ (Kruse, a.a.O., S. 563).

Zusammenfassend komme ich zum Schluss, dass aus gerontologischer Sicht bis ins hohe Alter Entwicklungspotentiale bestehen. Dabei gibt es Hinweise, dass nicht nur in den empirisch gut untersuchten Bereichen der kognitiven und körperlichen Entwicklungsmöglichkeiten bis ins hohe Alter positive Veränderungen möglich sind, sondern dass auch im Bereich der Persönlichkeit erstaunliche Ressourcen vorhanden sind, welche Verluste im gesundheitlichen Bereich oder im sozialen Bereich zu kompensieren vermögen.

Baltes & Smith (1990) vermuten ebenfalls ein „beträchtliches Reservoir für Entwicklung im Alter“, das aber in ihren Augen noch nicht ausgeschöpft ist, da wir es „in dieser Hinsicht mit einer unterentwi-

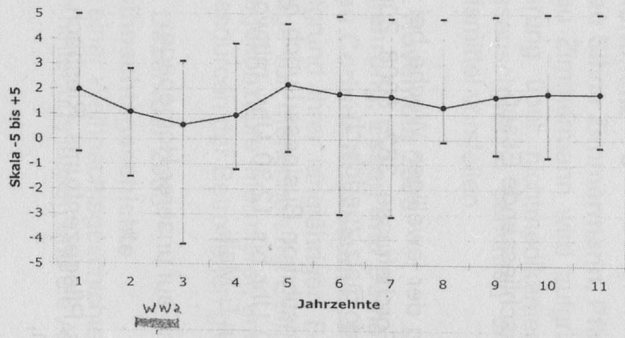
ckelten Kultur zu tun haben, die sich auf medizinischem und kulturellen Gebiet bis jetzt nicht genügend bemüht hat, bestmögliche Bedingungen für alte Menschen zu schaffen“ (Baltes & Smith, 1990, S. 4).

Kruse schlägt vor, mittels angemessenen Bildungsangeboten vorhandene Lern- und Veränderungspotentiale durch die reflektierte Auseinandersetzung mit dem Älterwerden zu nutzen. Die Erwachsenenbildung soll nicht nur zu neuem Wissen und zu neuen Handlungsstrategien beitragen, sondern auch zur Auseinandersetzung mit Verlusten und so zur Reifung beitragen.

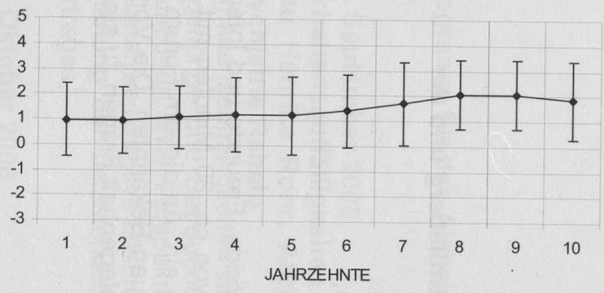
Weisheits-Seminarien haben den Anspruch, eine angemessene „Lebenswelt“ zu schaffen (Baltes & Smith, 1990), die auch für Menschen im vorgerückten Alter die Möglichkeit zu einer Weiterentwicklung bietet.

In der folgenden Figur sind vergleichend die Glücks- und Weisheitskurve dargestellt, die entstanden sind durch Summierung der von den einzelnen Kursteilnehmenden gezeichneten Kurven je in den Seminare der jüngeren Alten ( $65 \pm 5$  J,  $n = 72$ ) und den hochbetagten Altersheimbewohnenden ( $80 \pm 5$  J,  $n = 9$ ). Vorgabe war, dass sie in der Rückschau über ihr bisheriges Leben und in der Vorausschau, was sie vom Leben wahrscheinlich noch erwarten könnten, für jedes Lebensjahrzehnt angeben sollten, wie glücklich und in der zweiten Kurve, wie weise sie gewesen waren resp. sein werden.

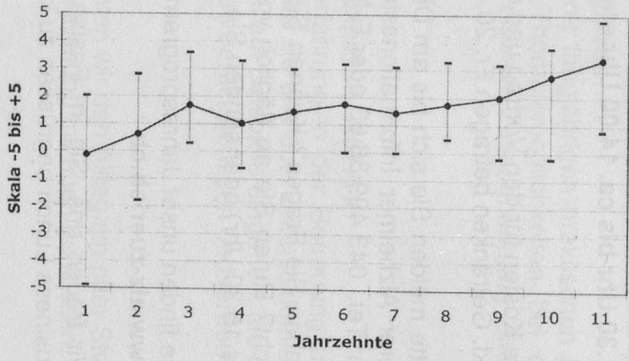
**Lebenskurve Glück 80 ± 5-j.: n = 9**



**Lebenskurve Glück 60 ± 5-j.: n = 72**



**Lebenskurve Weisheit 80 ± 5-j.: n = 6**



**Lebenskurve Weisheit 60 ± 5-j.: n = 72**

