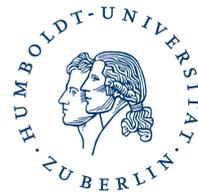


**Pressemitteilung**  
08. November 2021



## **Altern im Wandel – zwischen gesellschaftlicher und persönlicher Wahrnehmung**

Unser Älterwerden scheint über die letzten Jahrzehnte unkomplizierter und insgesamt positiver geworden zu sein. Viele Studien zur Lebensqualität der heutigen Älteren belegen dies. Aus Sicht älterer Menschen selbst ist das eigene Älterwerden aber nicht wirklich besser geworden.

Viele Studien zeigen, dass die heutigen Älteren gesünder, funktionstüchtiger, schlauer, selbstbewusster, zufriedener und weniger einsam sind als Gleichaltrige vor 20 oder 30 Jahren. Dies hat sich international und auch in Deutschland gezeigt. Forscher\*innen an unterschiedlichen wissenschaftlichen Einrichtungen in Deutschland und den USA haben nun anhand einer Auswertung von deutschen und amerikanischen Daten – erhoben zu unterschiedlichen historischen Zeitpunkten – untersucht, ob sich diese Verbesserungen auch in positiveren Sichtweisen dem eigenen Alter und Altern gegenüber niedergeschlagen haben.

Dazu wurden verschiedene Facetten von Alterssichtweisen älterer Menschen Anfang/Mitte der 1990er Jahre mit denen von Gleichaltrigen Mitte/Ende der 2010er Jahre verglichen. Eine dieser Facetten war die Frage nach dem subjektiven Alter „*Wie alt fühlen Sie sich?*“. Einbezogen wurden Daten aus international hochanerkannten deutschen und nordamerikanischen Studien: den Berliner Altersstudien und der Studie „Mittleres Lebensalter in den USA“ (MIDUS). Das auch für die Forscher\*innen überraschende Hauptergebnis war, dass in *keinem* der einbezogenen Indikatoren und in *keinem* der beiden Länder Hinweise auf Verbesserungen in den Alterssichtweisen von älteren Menschen über 15 bis 20 Jahre hinweg beobachtet werden konnten. „Die Vielzahl von historischen Verbesserungen im Älterwerden sind demzufolge nicht im Erleben des eigenen Älterwerdens angekommen“, sagt Denis Gerstorff, Professor für Entwicklungspsychologie an der Humboldt-Universität zu Berlin und einer der Autoren der Studie.

Ist das eine schlechte Botschaft? Die Forscherinnen und Forscher des Papiers plädieren für eine differenzierte Interpretation dieser Befunde. „Es gibt Hinweise, dass sich gesellschaftliche Altersbilder im Laufe der letzten Jahrzehnte vielfach verschlechtert haben. Demzufolge wäre dann Stabilität in den Sichtweisen des eigenen Alters ja durchaus eine Art Leistung im Sinne einer Abgrenzung“, betont Hans-Werner Wahl, Senior-Professor an der Universität Heidelberg und

**Humboldt-Universität zu Berlin**  
Abteilung Kommunikation, Marketing  
und Veranstaltungsmanagement  
Referat Medien und Kommunikation

Unter den Linden 6  
10099 Berlin  
Tel.: +49 30 2093-2946  
Fax: +49 30 2093-2107  
[www.hu-berlin.de](http://www.hu-berlin.de)

**Pressesprecher**  
Hans-Christoph Keller  
Tel.: +49 30 2093-2946  
[hans-christoph.keller@hu-berlin.de](mailto:hans-christoph.keller@hu-berlin.de)

**Expertendatenbank**  
[www.hu-berlin.de/expertendatenbank](http://www.hu-berlin.de/expertendatenbank)



**NETZWERK  
ALTERN-  
FORSCHUNG**



**UNIVERSITÄT  
HEIDELBERG**  
ZUKUNFT  
SEIT 1386



Erstautor der Studie. Vielleicht – so eine mögliche zweite Interpretation - koppeln sich generell Bewertungen des eigenen Lebens (Stichwort „Individualisierung“) immer mehr von allgemein beobachtbaren Veränderungen ab? Und drittens überlagern sich immer mehr ein „junges Alter“ als einer Erfolgsgeschichte der Moderne mit einem immer länger werdenden „alten Alter“ und damit einhergehenden Befürchtungen von Demenz und Autonomieverlust. Im Ergebnis könnte diese komplexe Mélange von Faktoren zu nivellierenden Effekten geführt hat.

### **Publikation:**

Wahl, H.-W., Drewelies, J., Duzel, S., Lachman, M. E., Smith, J., Eibich, P., Steinhagen-Thiessen, E., Demuth, I., Lindenberger, U., Wagner, G. G., Ram, N., & Gerstorf, D. (2021). Subjective age and attitudes toward own aging across two decades of historical time. *Psychology and Aging*. Advance online publication  
<https://doi.org/10.1037/pag0000649>

### **Kontakt**

Prof. Dr. Hans-Werner Wahl, Universität Heidelberg,  
[wahl@nar.uni-heidelberg.de](mailto:wahl@nar.uni-heidelberg.de)

Prof. Dr. Denis Gerstorf, Humboldt Universität zu Berlin,  
[denis.gerstorf@hu-berlin.de](mailto:denis.gerstorf@hu-berlin.de)