



Fotos: Steffen Giersch

Fotos: © lassedesignen | Fotolia.com (2)

Lang lebe der Pessimismus!



Prof. Dr. Frieder R. Lang (Jahrgang 1962) leitet seit 2006 das Institut für Psychogerontologie der Universität Erlangen-Nürnberg, das zu den wenigen Universitätsinstituten im Bereich der sozial- und verhaltenswissenschaftlichen Alterswissenschaft im deutschsprachigen Raum gehört, die zugleich Lehre und Forschung in der Gerontologie anbieten und durchführen. Die Forschungsthemen drehen sich darum, wie die persönliche und psychologische Auseinandersetzung mit der eigenen Endlichkeit und einem nahenden Lebensende sich auf das Wohlbefinden auswirken.

Stichwort SOEP

Das Sozio-oekonomische Panel (SOEP) ist die größte und am längsten laufende multidisziplinäre Langzeitstudie in Deutschland. Für das SOEP werden seit 1984 jedes Jahr mehrere tausend Menschen befragt. Zurzeit sind es etwa 30 000 Befragte in mehr als 14 000 Haushalten. Die Daten des SOEP geben unter anderem Auskunft über Ein-

»Ältere Menschen, die ihre Zukunft eher pessimistisch sehen, leben länger und gesünder.« Professor Frieder R. Lang, der Leiter des Instituts für Psychogerontologie an der Universität Erlangen-Nürnberg, erinnert sich noch gut an die Flut ungläubiger Anrufe, als dieses Ergebnis einer von ihm mitverantworteten Studie bekannt gemacht wurde. In einem Gespräch mit »Leben & Tod« zeigt er sich nicht verwundert über die Verwirrung um das Ergebnis dieser Studie. Glaubt man landläufig doch zu wissen, dass eine positive Lebenseinstellung dafür verantwortlich sein soll, dass man länger lebt. Optimismus stärke die Abwehrkräfte des Immunsystems. Dagegen würden notorische Pessimisten durch ihre Einstellung viel öfter krank, ihr zur Selbsterstörung neigendes Wesen befördere sie früher als gedacht ins Jenseits.

Für die Studie hatten die Forscher Längsschnittdaten des Sozio-oekonomischen Panels (SOEP) analysiert, die zehn Jahre lang bei immer wieder denselben Personen erhoben worden waren. Dabei unterschieden sie drei Altersgruppen: 18- bis 39-Jährige, 40- bis 64-Jährige und über 65-Jährige. Die Befragten hatten im Laufe der Zeit sieben Mal

angegeben, wie zufrieden sie aktuell mit ihrem Leben waren und wie zufrieden sie in fünf Jahren zu sein glaubten. Die Forscher überprüften dann, ob der für die Zukunft erwartete Grad der Zufriedenheit später tatsächlich mit dem aktuell angegebenen übereinstimmte.

Die Studie zeigte, dass sich junge Erwachsene die Zukunft meist positiver vorstellten, als sie dann tatsächlich war. Die Menschen im mittleren Alter



waren dagegen mit ihren Zukunftsvorstellungen meist näher an der Realität. Mit steigendem Alter schätzten die Befragten ihre Zukunft sogar pessimistischer ein. Rund 43 Prozent der älteren Befragten unterschätzten ihre zukünftige Zufriedenheit, 32 Prozent überschätzten sie und 25 Prozent schätzten ihre Zufriedenheit in der Zukunft realistisch ein.

»Es gab für uns eine große Überraschung«, meinte Prof. Lang. »Die Studienteilnehmer waren umso pessimistischer, je besser es ihnen gesundheitlich ging und je höher ihr Einkommen war.« Wahrscheinlich seien sich diese Menschen ihres »noch« guten Status bewusst und hielten es nicht für realistisch, dass es noch besser werden könnte, sondern eher schlechter.

Und eine weitere Erkenntnis verblüffte die Forscher: Schätzten die Teilnehmer ihre zukünftige Zufriedenheit überdurchschnittlich hoch ein, so



kommen, Erwerbstätigkeit, Bildung, Gesundheit und Lebenszufriedenheit. Weil jedes Jahr dieselben Personen befragt werden, können nicht

nur langfristige gesellschaftliche Trends, sondern auch die gruppenspezifische Entwicklung von Lebensläufen besonders gut analysiert werden.