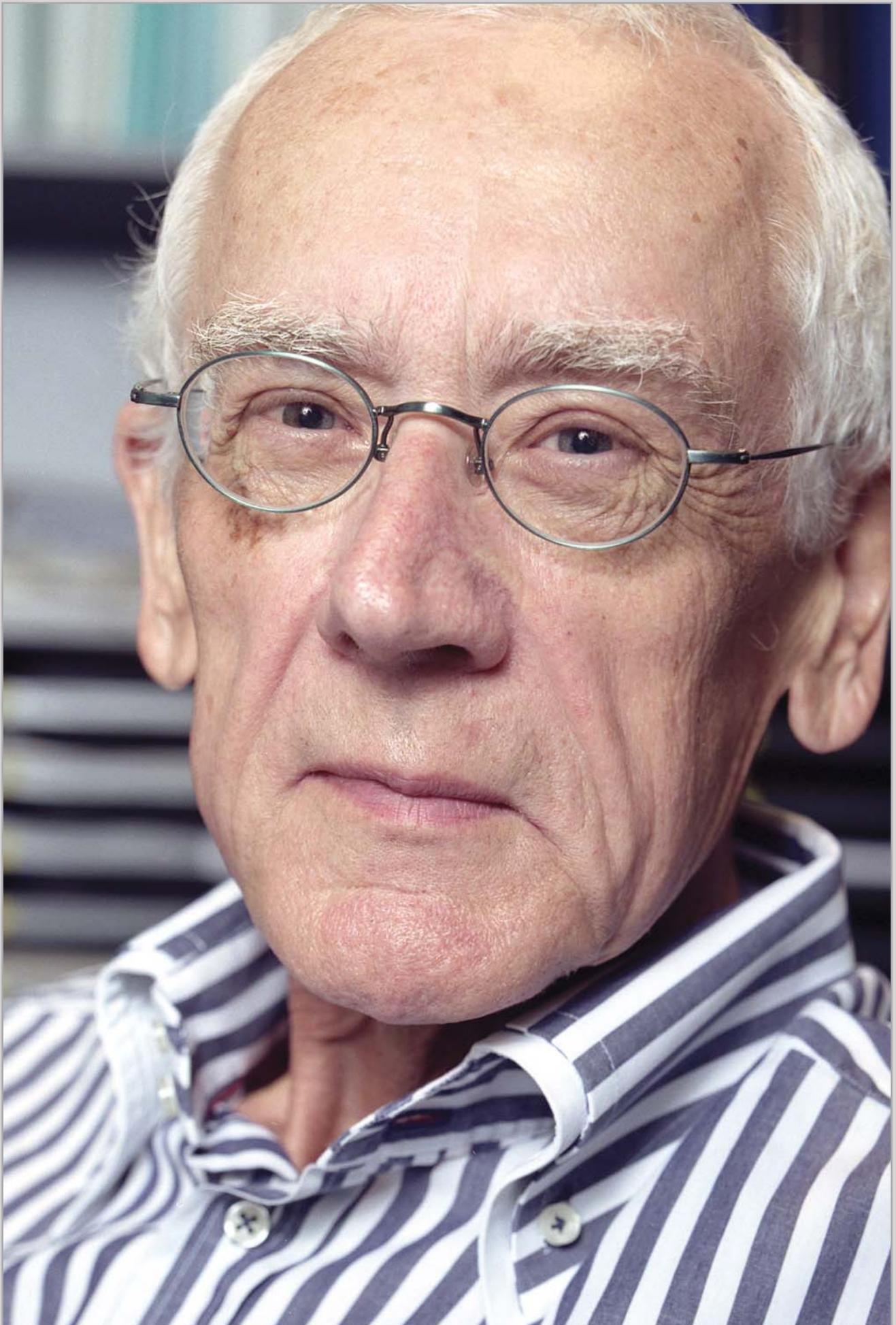


Annette Schäfer

# „Sehr alt zu werden ist kein Zuckerschlecken“

Er kannte sich aus mit dem Alter, vor allem mit den Herausforderungen des hohen Alters. Ihm selbst aber war diese Erfahrung nicht beschieden: Im November 2006 starb der Entwicklungspsychologe Paul Baltes im Alter von nur 67 Jahren an Krebs. *Psychologie Heute*-Mitarbeiterin Annette Schäfer hatte einige Monate zuvor noch Gelegenheit, mit ihm über sein Leben zu sprechen



Gute Restaurants waren so etwas wie ein Hobby von Paul Baltes. Systematisch versuchte er, die besten Lokale der Welt zu besuchen. So war er immer mal wieder Gast im Dreisternelokal „L'Auberge de l'Il“ in Illhaeusern, für ihn das beste Restaurant überhaupt. Erst wenige Wochen vor seinem Tod hatte er für eine kleine Gruppe von Freunden eine Visite im elsässischen Gourmettempel organisiert. Auch Günther Uecker und Gattin waren mit von der Partie. Mit dem Maler und Objektkünstler war Paul Baltes befreundet, seitdem sie im Jahr 2000 gemeinsam in den Orden *Pour le Mérite* für Wissenschaften und Künste aufgenommen worden waren.

Exzellentes Essen, Kunst und Kultur, Paul Baltes liebte das gute Leben. Da kam wohl seine Kindheit im Saarland durch, wie er selbst meinte. In Saarlouis, nahe der französischen Grenze, betrieben seine Eltern in der Nachkriegszeit ein erfolgreiches Gasthaus mit angeschlossenem Hotel, in dem er schon als Elfjähriger fleißig mitgeholfen hat. In der Jugend träumte er gar davon, selbst mal einen Gastronomiebetrieb zu führen. Er hat dann zwar doch ein Psychologiestudium vorgezogen, ein Bonvivant aber, sagte er, sei er geblieben.

## Das Abenteuer Leben: Wie verläuft menschliche Entwicklung?

Den Genießer sah man ihm auf den ersten Blick nicht an. Baltes war ein sehr organisiert wirkender, souveräner Mann. Er formulierte druckreif und setzte Gesten wohl-dosiert ein. Auf seinem Gesicht erschien aber auch immer wieder ein charmantes, irgendwie schelmisches Lächeln. Sein Büro im Berliner Max-Planck-Institut für Bildungsforschung, in dem er seit 1980 als Direktor tätig war, zeugte von einem ausgeprägten Ordnungssinn: auf dem Schreibtisch einige wenige Unterlagen, an der Wand ein nach Jahreszahlen sortiertes Veröffentlichungsarchiv, das seine produktive Publikationstätigkeit belegte.

In der Tat war der Forscher alles andere als ein Hedonist. Sonst würde er heute wohl kaum zu den erfolgreichsten deutschen Psychologen zählen. Baltes, den man in Deutschland als Vater der Berliner Altersstudie und medienpräsenten Experten rund um das Thema Altern kennt, genoss weit über die Landesgrenzen hinaus ein hohes Renommee. So hat er den Internationalen Psychologie-

preis der *American Psychological Association* erhalten, war Mitglied der Königlich Schwedischen Akademie der Wissenschaften und wurde als erster Nichtamerikaner zum Chairman der einflussreichen US-Forschungsorganisation *Social Science Research Council* ernannt.

Solche Auszeichnungen und Positionen bekommt man nicht durch Faulenzerei. Wenn Baltes von gutem Leben sprach, hatte das mit ungezügelterm Luststreben nichts zu tun, wohl aber mit einer lebenszugewandten Ganzheitlichkeit, die für einen Spitzenforscher nicht gerade selbstverständlich ist. „Ich war immer sehr daran interessiert“, betonte er, „Beruf und Freizeit auf ideale Weise miteinander zu verbinden.“ Das hieß für ihn zum Beispiel, die Zusammenarbeit mit wissenschaftlichen Kollegen zu suchen, die ihm als sympathisch und „lebensanregend“ erschienen. Dabei dehnte Baltes den Kontakt auch über die Arbeit hinaus aus, wie er erzählte: „Freizeit heißt bei mir oft, etwas mit Freunden aus der Wissenschaft zu unternehmen.“ Dabei durfte dann durchaus gerne ausführlich über die Arbeit gesprochen werden, wie Alexandra Freund, eine frühere langjährige Mitarbeiterin und heute Professorin an der Universität in Zürich, bestätigt. Auch John Nesselroade, Professor an der *University of Virginia* und über Jahre Baltes' wichtigster Forschungspartner, hat viel freie Zeit mit ihm verbracht. Das reichte von Familientreffen und Zweikämpfen auf dem Golf- und Tennisplatz bis hin zu Touren quer durch Europa und Ferien im gemeinsamen Haus in North Carolina. „Wir hatten beide erkannt“, so Nesselroade, „wie wichtig es ist,

mal aus dem Labor herauszukommen. Dabei hörten wir allerdings niemals ganz auf, über unsere Forschung zu reden.“

Auch die zahlreichen Kontakte, die Baltes außerhalb der Psychologenwelt pflegte, kamen letztlich der Arbeit zu-





gute. Kreativität, erklärte er, entstehe aus dem Austausch an den Grenzen des eigenen Arbeitsgebietes. Aus diesem Grund suchte er bewusst die Begegnung mit Wissenschaftlern anderer Disziplinen und liebte es, mit Kunstschaffenden zusammen zu sein. Das Abenteuer Leben durch Synergien voranzutreiben, nannte er das.

Das Abenteuer Leben. In gewisser Weise war genau das Baltes' Forschungsgegenstand. Er gilt als Nestor der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne. Dieser Bereich erforscht, wie sich der Mensch im Laufe seines Lebens psychologisch entwickelt. An Tausenden von Probanden haben Wissenschaftler in den letzten Jahrzehnten alle möglichen Aspekte der menschlichen Metamorphose zwischen Geburt und Tod untersucht: Welche Verhaltensweisen und Emotionen sind typisch für die verschiedenen Altersstufen; wie verändern sich Erinnerungsvermögen, Wissen und Intelligenz von Jahrzehnt zu Jahrzehnt; welche Umschwünge sind im Hinblick auf die Persönlichkeit oder auf Lebensziele zu erwarten; welche Unterschiede gibt es zwischen den Lernprozessen von 5-, 20-, 40-, 60- und 80-Jährigen?

Dass Psychologen heute so viel über den gesamten Lebensverlauf wissen, ist auch Paul Baltes zu verdanken. Er war einer der ersten Forscher, der das Leben als kontinu-

ierlichen, bis ins Alter reichenden Entwicklungsprozess ins Auge fasste. Als er 1959 sein Studium der Psychologie an der Universität des Saarlandes begann, beschränkte sich die Entwicklungspsychologie noch auf die Phasen der Kindheit und Jugend. Seine eigene psychologische Ausbildung sah Baltes aber dank zweier Saarbrücker Professoren als nahezu ideal an. Der eine, Günther Reinert, ein Großcousin von ihm, durch den er überhaupt erst zur Psychologie kam, machte ihn mit der strengen naturwissenschaftlichen Seite des Faches vertraut. Der andere, Institutsdirektor Ernst Boesch, ein ehemaliger Schüler von Piaget und Experte für Kulturpsychologie, vertrat eine phänomenologische, subjektivere Herangehensweise. Dies sei eine perfekte Kombination gewesen, wie Baltes meinte.

Dennoch war sein ausgeprägter Wissensdurst damit noch nicht gestillt. 1963, kurz nach dem Diplom – und einen Tag nach der Hochzeit mit Studienkollegin Margret Labouvie –, machte er sich gemeinsam mit seiner jungen Frau in die USA auf, um ein Jahr als Austauschstudent an der *University of Nebraska* zu verbringen. Dort lernte er nicht nur den Behaviorismus amerikanischer Prägung kennen, sondern traf auch auf den jungen Professor Warner Schaie, „ein folgenschwerer Wendepunkt in meiner Karriere und meinem Leben“. Schaie hatte 1956 die *Seattle Longitudinal Study*, eine der weltweit umfang-

# Das Porträt

Paul Baltes

reichsten psychologischen Untersuchungen über das Altern, initiiert. Schaies Vorlesungen und eine Tätigkeit als dessen Forschungsassistent animierten Baltes, sich auf die gerontologische Literatur zu stürzen. „Dieser Kontakt war sicherlich der ausschlaggebende Grund, warum das Altern zu meinem primären Interessengebiet wurde“, wie er rückblickend meinte.

Das hielt ihn allerdings nicht davon ab, 1964 nach seiner Rückkehr an die Saarbrücker Universität ein Dissertationsthema auszuwählen, in dessen Mittelpunkt eine Kritik am methodischen Ansatz seines amerikanischen Mentors stand. Eine gute Wahl, wie sich bald herausstellte. Der aus der Dissertation resultierende englischsprachige Artikel erregte Aufsehen und wurde von anderen Forschern rege zitiert. Viele Jahre lang galt Baltes als intellektueller Opponent von Schaie. Doch ihre Beziehung, betonte Baltes, sei immer eng und positiv gewesen: „Ich kann mich an kein einziges böses Wort zwischen uns erinnern.“

Der Amerikaner lockte den jungen Deutschen sogar wieder über den Großen Teich. Ohne dass Baltes davon wusste, überzeugte Schaie, mittlerweile Professor und Institutsleiter an der *West Virginia University*, seine Fakultät, Baltes eine Position anzubieten.

Im Januar 1968 trat dieser dort eine Stelle als Assistenzprofessor an und schlug dafür sogar ein Angebot der *University of Michigan*, einer weit renommierteren Universität aus. „Ich hatte begonnen, mich mit Themen der gesamten Lebensspanne zu befassen“, erinnerte sich Baltes. „Das Forschungsprogramm zu einer umfassenderen Entwicklungspsychologie, das unter Schaies Leitung in West Virginia gerade im Entstehen war, erschien mir einfach unwiderstehlich attraktiv.“ Zudem konnte seine Frau dort ein Doktorandenprogramm beginnen – der Auftakt zu einer eigenständigen wissenschaftlichen Karriere, in deren Verlauf die Eheleute immer wieder eng zusammenarbeiteten.



## Paul Baltes: ein Talent für jede Lebensphase

Die vier Jahre in West Virginia und die sieben Jahre, die das Forscherehepaar danach an der renommierten *Pennsylvania State University* verbrachte, nutzte Baltes, um das Fundament seiner theoretischen Arbeit zu legen. Er entwarf den Rahmen für eine Psychologie der Lebensspanne, die Entwicklung und Altern als verbundene, nicht als getrennte Prozesse betrachtete. Diese Idee publik und wissenschaftlich attraktiv zu machen sei eine echte Herausforderung gewesen, erinnerte er sich. Damals habe es in den USA zwei große Fachgruppen mit jeweils mehreren tausend Mitgliedern gegeben, die sich mit diesen Themen befassten: auf der einen Seite die Entwicklungspsychologen, die sich auf die Entwicklung in der Kindheit konzentrierten, auf der anderen die Altersforscher, die Alterungsprozesse im Erwachsenenalter untersuchten. „Die beiden Gruppen redeten aber kaum miteinander. Das hat mich fasziniert, und ich habe viel Zeit damit zugebracht, eine umfassendere Sichtweise zu propagieren und mich in beiden Spezialgebieten zu engagieren.“

Wie wichtig seine Impulse waren, ist unter Fachkollegen unumstritten. „Durch sein Kommunikations- und Integrationstalent hat er es geschafft, die ihm selbst wichtigen Themen anderen nahe zu bringen, sodass dann Forscher an vielen Zentren diese Fragen aufgenommen haben“, meint etwa Leo Montada, Entwicklungspsychologe und emeritierter Professor an der Universität Trier. Vor ihm hätten Psychologen Entwicklung automatisch mit Verbesserung und Altern mit Verschlechterung gleichgesetzt, ergänzt Laura Carstensen, Psychologieprofessorin und Direktorin des *Stanford Center of Longevity*. Sein Ansatz habe die Forschung radikal verändert und eine Sichtweise etabliert, die sich deutlich von der traditionellen Perspektive unterschied. „Baltes hat dem Fachgebiet klar gemacht, dass Altern mit Verlusten, aber auch Gewinnen verbunden ist und dass jede Altersstufe gleichermaßen Vorteile und Herausforderungen mit sich bringt.“

Dieses Verständnis vom Lebensverlauf hat der Forscher offenbar auch für sich selbst umgesetzt. Den Herausforderungen des eigenen Lebens hat er sich jedenfalls gestellt. Ob es darum ging, als junger Wissenschaftler mit originellen Ideen ein ganzes Forschungsgebiet umzukrempeln oder nach zwölf Jahren in den USA, wo sein beruflicher Erfolg ebenso wie der seiner Frau begann und seine beiden Kinder geboren sind, in die alte Heimat zurück-



zukehren, um eine Position als Max-Planck-Direktor anzunehmen: Baltes schien ein Talent zu haben, eine jede Lebensphase mit all ihren unterschiedlichen Aspekten anzunehmen.

So hat er sich auch nicht gescheut, als etablierter Wissenschaftler seine Meinung über einen wichtigen Aspekt seines Forschungsgebietes zu revidieren. Lange Zeit vertrat er die optimistische Sichtweise, nach der ein Mensch praktisch bis zum Tod entwicklungsfähig bleibt und Verluste, etwa bei Gedächtnis- und Intelligenzleistungen, durch Training ausgleichen kann. Im so genannten jungen Alter zwischen 70 und 85 lässt sich die Kompensationsfähigkeit und Entwicklungsfähigkeit des menschlichen Geistes, Plastizität genannt, auch empirisch belegen. Was Fachwissen und soziale Kompetenz angeht, stecken ältere Menschen die Jungen sogar gelegentlich in die Tasche. Für das „vierte Alter“ allerdings, das heißt Menschen ab etwa 85, ist uneingeschränkter Optimismus fehl am Platz, wie die Forschung heute weiß. Das habe er lange nicht wahrhaben wollen, gestand Baltes ein: „Bis Anfang der 1990er Jahre habe ich wie ein Wilder nach der Plastizität im Alter

# Das Porträt

Paul Baltes

gesucht. Doch dann habe ich – nicht ohne innere Widerstände – realisiert, dass man Entwicklungsprozesse nicht immer weiter fortschreiben kann. Das hohe Alter hat seine Grenzen.“

Die Erkenntnis wuchs im Zuge seiner Arbeit an der Berliner Altersstudie, einem 1990 gestarteten weltweit wegweisenden Projekt. Unter Baltes' Leitung untersuchten mehr als 50 Mediziner, Psychologen, Soziologen und Ökonomen 10 Jahre lang über 500 Menschen im Alter zwischen 70 und 100 Jahren. Dabei zeigte sich schnell, dass sehr hohes Alter mit deutlichen Einbußen verbunden ist: Das Lernpotenzial lässt spürbar nach, die Persönlichkeit verliert an Anpassungsfähigkeit, Indikatoren des Wohlbefindens wie soziale Eingebettetheit und positive Lebenseinstellung sinken ab, dafür steigt die Zahl an Demenzen dramatisch an. „Sehr alt zu werden“, betonte Baltes, „ist kein Zuckerschlecken.“ Der Altersforscher machte keinen Hehl daraus, dass ihn die Perspektive dieses Leidensweges im hohen Alter zuweilen melancholisch stimmte. Ein Pessimist war er deshalb aber noch lange nicht.

Baltes wusste über die Vor- und Nachteile des Älterwerdens besser Bescheid als die meisten. Vielleicht hat er deshalb so meisterhaft gelernt, mit beiden Seiten umzugehen. Beispielsweise hat er sich bewusst Themen angenommen, die junge Kollegen kaum verfolgen können. So hat er in den letzten Jahren Phänomene untersucht, die zwar im Alltagserleben offenkundig präsent, wissenschaftlich aber schwer zu fassen sind. Weisheit war ein solches Thema, Sehnsucht ein anderes. „Am Anfang meiner Karriere hätte ich mir solche Forschungsfragen nicht leisten können. Da habe ich mich ganz auf die konventionellen Konzepte wie Intelligenz oder Gedächtnis konzentriert.“ Als etablierter und vielfach ausgezeichnete Forscher konnte er es sich erlauben, einen methodischen Pluralismus zu pflegen und Daten heranzuziehen, die man als eher weich bezeichnen würde. In einer Untersuchung zur Weisheit beispielsweise bat er Probanden, laut darüber zu philosophieren, was sie einem 15-jährigen heiratswütigen Mädchen raten würden. In einer anderen Studie ließ er sich geheime Sehnsüchte schildern.

Seine Reputation als evidenzorientierter, sauber wissenschaftlich arbeitender Forscher half, Interesse an den ungewöhnlichen Studien zu wecken, einfach war es dennoch nicht. „Unsere Untersuchungen in etablierten Journalen unterzubringen ist anfangs ein echter Kraftakt gewesen“, erinnerte er sich. Die Anstrengung hat er gerne auf sich genommen. Zu wichtig waren ihm diese Themen. Sowohl Sehnsucht als auch Weisheit sind Phänomene, die



ihn persönlich stark berührten. So begab er sich selbst gern ins Reich der sehnsuchtsvollen Imagination – und gestand, dass weiser zu werden, eines seiner Lebensziele sei.

Abgesehen davon hielt er es sogar für die Essenz eines erfolgreichen Lebens, sich immer wieder neue Bürden aufzuladen. Er machte das gerne an der Geschichte des Sisyphos klar und hatte dafür eine ganz eigene Version entwickelt. Die Sage vom griechischen Helden, der versucht einen Felsbrocken auf einen Berggipfel zu wälzen und immer wieder scheitert, weil der Stein kurz vor dem Ziel gen Tal rollt, hat Baltes in eine Metapher für das Skript eines gelungenen Lebens uminterpretiert. Für ihn mühte sich Sisyphos nicht immer mit demselben Felsbrocken ab. Es sind unterschiedliche Steine, die Sisyphos auf die Bergspitze zu wälzen versucht und die für die Meilensteine des Lebens – Einschulung, die Identitätssuche des Jugendalters, Berufs- und Partnerwahl, Elternschaft – stehen. „So wird aus Sisyphos ein aufgeklärter Erfolgsmensch der Moderne“, führte Baltes dazu in einem Essay aus. „Er arbeitet nacheinander an vielen Steinen und Edelsteinen, jeden dieser Bau- und Meilensteine brachte er sehr weit, fast in den Himmel; eine Höchstleistung nach der anderen.“ Ein Erfolgsmensch allerdings mit nachdenklichen und auch traurigen Momenten. So heißt es im Text weiter: „In der Nähe der Spitze gibt es auch Stätten der weiten Ausblicke, des auf sich selbst und andere Schauens und Orte der reflexiven, konstruktiven Melancholie. Konstruktive Melancholie ist nicht das erfolgreiche Leben, aber sie gehört zum erfolgreichen Leben.“

Baltes wusste, wovon er sprach. Einen besonders schmerzhaften Brocken hatte er selbst vor sieben Jahren schultern müssen. Da starb seine Frau im Alter von 59 Jahren völlig überraschend an einem Herzstillstand. Baltes verlor sei-

ne Liebe aus Studententagen, Ehefrau über 36 Jahre, eine Freundin und wichtige Forschungspartnerin. Er machte keinen Hehl daraus, welche schwierige Phase das für ihn war. Offen sprach er über seine tiefe Trauer und wie er sein weiteres Leben plante. Für ihn sei klar gewesen, dass er wieder heiraten wolle, und er habe gezielt nach einer neuen Partnerin gesucht. „Das hätte auch Margret so gewollt.“ So war in seinem Umfeld kaum jemand überrascht, dass er recht schnell erneut geheiratet hat.

Die letzten sechs Jahre seines Lebens war Christine Windbichler, Juraprofessorin an der Humboldt-Universität Berlin, die Frau an seiner Seite. Fast ein bisschen stolz erzählte Baltes, dass sie eine eingefleischte Junggesellin gewesen sei. „Ich habe sie dreimal fragen müssen“, lachte er, und man sah ihm an, wie glücklich er über ihr „Ja“ gewesen ist. Intensive Gespräche über die Arbeit und Freizeitgestaltung mit Freunden aus Wissenschaft und Kultur gehörten auch in der neuen Partnerschaft zum regelmäßigen Programm. Zudem verbrachten die Eheleute gemeinsam viel Zeit in den USA, wo Baltes seit 2004 eine Teilzeitprofessur als *Distinguished Professor of Psychology* an der *University of Virginia* innehatte und seine Frau als ständige Gastprofessorin „zwischen“ den Semestern lehrt.

Mit Energie und Courage hat sich der Wissenschaftler auch einer ganz anders garteten Aufgabe zugewandt. So machte er in letzter Zeit durch provokante Thesen zum Thema Altern und Sterben auf sich aufmerksam. Angesichts der drängenden Probleme, die sich der alternden Gesellschaft stellen, hatte er sein gesellschaftspolitisches Engagement erkennbar verstärkt. Der Mann, der früher nur ungern mit Journalisten und Medien zu tun haben wollte, gab nun häufiger Interviews und meldete sich in eigenen Presseartikeln zu Wort. Darin forderte er eine radikale Umgestaltung des Arbeitslebens, sodass Inhalt und Form angebotener Tätigkeiten den Bedürfnissen alter Menschen entsprechen. Auch wies er eindringlich auf die jetzt schon zu große Schere zwischen Lebenslänge und Lebensqualität hin. Von Versuchen, die durchschnittliche Lebenserwartung immer weiter verlängern zu wollen, hielt er wenig. Es sei verantwortungsvoller und menschenwürdiger, innerhalb der jetzigen Spanne ein besseres Altern zu ermöglichen. Dazu gehörten für ihn auch ein würdevoller Tod und die Freiheit, Einfluss darauf zu nehmen, wann und wie man stirbt. Bislang, mahnte er, hätten sich die Menschen diesen Fragen noch zu wenig gestellt: „Ich sehe das hohe Alter als das letzte Abenteuer des Lebens. Dieses Abenteuer mit Würde durchstehen zu können wird eine der größten individuellen und gesellschaftlichen Herausforderungen des 21. Jahrhunderts sein.“ <