

## Generation Gelassenheit

Der Tagesspiegel, 11. Februar 2021

**Fieber messen, Formulare, dann der Stich in den Oberarm - das Impfzentrum in Berlins Messehalle Nummer 21 ist ein Ort voller alter Menschen. Voller Lebenserfahrung. Und damit voller Zuversicht, von der das ganze Land profitieren könnte**

**Von Armin Lehmann**

Horst Dauenheimer kommt mit dem Taxi an die Messehalle 21, gleich unter dem Funkturm gelegen, um sich gegen Corona impfen zu lassen. Er ist 82 Jahre alt, ein mittelgroßer, kräftiger Mann mit weißem Haar und wachen Augen. Er trägt ein gut gelauntes Lächeln im Gesicht. Dass er das Taxi nicht bezahlen muss, weder Hin- noch Rückfahrt, finde er "sehr großzügig vom Senat".

In der Halle warten viele junge Helfer:innen auf ihn und die anderen, sie führen ihn zur Anmeldung, erst Fieber messen, und dann weiter zur Datenerfassung, Dauenheimer sagt, "alle so nett hier", und er betont, dass er während der Pandemie die Dinge immer genommen habe, wie sie eben kamen. "So wie sonst auch im Leben." Aber natürlich habe er sich mit seiner Frau an alle Verhaltens- und Hygieneregeln gehalten. Er wollte verlässlich sein.

Die größte Gruppe von Menschen, die an Covid gestorben sind, sind die 80- bis 90-Jährigen. Horst Dauenheimer weiß, dass seine Altersgruppe, wenn sie sich ansteckt, die vergleichsweise geringsten Chancen hat, das Virus zu überleben. Dennoch sagt er: "Angst habe ich nicht."

Er überlegt. Er sagt: "Es klingt doof, aber man braucht einfach auch ein bisschen Lebensglück." Sonst werde niemand alt.

Krieg, Krisen, Konflikte - irgendwas davon haben alle Menschen hier in der Halle erlebt. Aber sie sind jetzt hier, um zu leben. Vor und hinter Dauenheimer zu sehen sind Menschen mit Einschränkungen, kleinen wie großen, es gibt Menschen, die Arm in Arm mit Angehörigen kommen, andere mit dem Rollator, wieder andere im Rollstuhl. Die meisten wirken angespannt, aber spricht man sie an, scheinen sie guter Dinge.

Viele glauben, dass sie sich trotz allem "auf diesen Staat absolut verlassen können", sagt Horst Dauenheimer.

Die Berliner Messehalle Nummer 21 ist nicht nur ein Impfzentrum und somit eine Art Lebensverlängerungsbehörde, sondern ein Ort voller Lebenserfahrung; ein riesiger Raum mit nicht oder ständig erzählten Geschichten und Erlebnissen, voller Traumata und Glücksmomenten, die nicht nur individuell sind, sondern auch eine kollektive Bedeutung haben. Es sind Ressourcen, die sich hier sammeln, und die eine Gesellschaft mittragen.

Aus allem diesem Erleben, das können Forscher bestätigen, wächst gesellschaftliche Resilienz, psychologische Widerstandsfähigkeit, um Krisen zu bewältigen. Es ist nichts Sichtbares, es geschieht dann, wenn Gesellschaften gute Beziehungen untereinander aufgebaut haben. Kommt dann, generell gesprochen, auch das "Lebensglück"?

Horst Dauenheimer wird zum Schalter 35 geführt, dort müssen die Unterlagen geprüft und Formulare ausgefüllt werden. Die Studentin, die hinter der Plexiglasscheibe sitzt, sagt: "Es ist beeindruckend, wie cool die meisten hier sind." Und hätte sie Zeit, sagt sie, dann würde sie sich sehr gerne diese vielen Geschichten anhören, die manche, gerade die, die allein kommen, zumindest andeuten. Immer aber habe sie ein Gefühl dabei, sagt sie, dass die "Alten sich vor allem um uns Jüngere sorgen".

Der 82-Jährige will nicht falsch verstanden werden, nicht überheblich klingen. Natürlich nehme er diese Pandemie sehr ernst, und er ist dem Staat auch dankbar, dass man zuerst geimpft werden darf. Aber Angst, so hat er es beobachtet, haben vor allem die Jüngeren, eben etwa seine Tochter oder die Enkelkinder. Vor allem weil die Kinder und Enkel es wollten, haben er und seine Frau eingewilligt, dass man sich konsequent nicht getroffen habe. Das, sagt Dauenheimer, sei das "Allerschlimmste an dieser Pandemie", dass er seine Tochter, seine Enkel und Urenkel nicht umarmen darf. "Das tut weh."

Er sagt, jede Generation habe ihre Krisen, und "ganz bestimmt empfindet das jeder als schlimm". Aber jetzt könne man sich ja anders als "damals im Krieg" wenigstens schützen, und da sei doch ein Staat, der hilft und es ganz gut macht, "beruhigend".

Das, was Horst Dauenheimer, in Halle 21 ausspricht, bezeichnen Wissenschaftsexperten als Plastizität oder als Reservekapazität einer Person. Sie ist eine Art Index für die Möglichkeit eines Individuums, mit Herausforderungen wie Krisen fertigzuwerden; Resilienz ist eine Form von Plastizität.

Das Problem einer Gesellschaft, die etwa in einer Pandemiekrise steckt, ist das gleiche wie außerhalb einer Krise: Das Alter wird immer defizitorientiert betrachtet und damit vor allem biologisch, man schaut, was nicht mehr geht, welche gesundheitlichen Risikofaktoren zunehmen; nicht ausreichend betrachtet werden dabei die Stärken des Alters, die Erfahrung, die Resilienz.

Die Psychologin und Altersforscherin Ursula M. Staudinger, seit 2020 Rektorin der Technischen Universität Dresden, sagt: "Biologisch betrachtet sind die Alterskohorten ab 80 natürlich besonders vulnerabel" - also verletzlich, durch ein Virus zum Beispiel. "Aber gleichzeitig können sie psychisch und sozial besonders stark sein."

Viele Kranke haben auch in diesem Alter einen erstaunlichen Lebensmut, weiß Staudinger aus ihren Studien und sagt: "Wir denken, Vulnerabilität und Lebensmut oder Stärke würden sich ausschließen, dabei gehören sie im höheren Alter gerade zusammen."

Aus ihrer Sicht ist die deutsche Gesellschaft noch nicht sehr weit, um solche Potenziale zu nutzen, bisher schaue man nur auf die ökonomische Produktivität der sogenannten jungen Alten - der bis zu 70-Jährigen. Dabei sei auch die psychosoziale Produktivität des Alters eine wichtige Säule für die Gesellschaft, weil wir im Alter, durchschnittlich betrachtet, ausgeglichener, verlässlicher und umgänglicher sind.

Ältere Menschen haben vieles gesehen, erlebt, gelöst, das hilft im Jetzt, Herausforderungen zu bewältigen. Zudem seien sie heraus aus beruflicher Verantwortung, so dass sie mit mehr Distanz den Blick auf Problemlagen richten können. Die mit dem Alter oft zunehmenden körperlichen Einschränkungen bewältigen viele sehr gut und strahlen trotzdem Zufriedenheit und Lebensfreude aus. Das helfe, sagt die Forscherin, den nächsten Generationen Mut zu machen.

Für Ursula Staudinger ist die manchmal wie ein Abwehrschild vor sich hergetragene Gelassenheit der Alten - die sie in phrasenhafte Sätze gießen können wie "es kommt wie es kommt", "wir müssen damit leben" oder "es muss ja" - "nichts Wundersames". Es seien Stärken, die diesen Menschen zugewachsen sind im Laufe eines Lebens. Sie sind wahrhaftig.

Horst Dauenheimer kann jetzt in die nächste Kabine zur Ärztin, das Hemd ausgezogen, hingesezt, kurzes Gespräch darüber, ob er Impfungen bisher gut vertragen habe, dann kommt der Stich in den rechten Oberarm. Dauenheimer freut sich, "hat man gar nicht gespürt". Die Ärztin lächelt.

Er hat drei Geschwister, die jüngste Schwester ist 78 Jahre alt, die ältere 88, und der große Bruder ist 90. Als Horst Dauenheimer etwa sechs Jahre alt war, mussten sie mit der Mutter von ihrem Bauernhof in Westpreußen flüchten, der Vater, Soldat, war im Krieg. Ein Jahr zuvor, im Januar 1944, war Dauenheimer eingeschult worden.

Sie flüchteten bis kurz vor die Oder auf einem Pferdewagen, dort seien sie nicht weitergekommen und machten Halt in einem fremden Haus mit Kartoffelmieten; in diesen Gräben hat man Kartoffeln im Freien gelagert. Dauenheimer erinnert sich daran, dass er ständig Kartoffeln geschält und gegessen habe, es gab nichts anderes. Er erkrankte an einer schweren Gastritis mit Eitergeschwüren, bekam Fieber, phantasierte.

Irgendwann sei ein sowjetischer Soldat vorbeigekommen, der die Mutter mitnahm, der Sohn wollte ihre Hand nicht loslassen, schrie und weinte, der Soldat schubste ihn weg. Über das, was danach geschah, "haben wir nie mehr geredet".

Später in Berlin, als die Familie den Vater gefunden hatte, wohnten sie in der Kolonie Goldregen in Neukölln, einer Kleingartenanlage, die es heute noch gibt. Sechs Leute in einem Zimmer mit Küche, aber ohne Heizung. In einem Winter, erinnert sich Dauenheimer, "war es so kalt, dass die Wände gefroren waren". Der Vater ging hamstern wie alle anderen, versuchte, dass wenige Hab und Gut zu tauschen für Kartoffeln, Eier, Speck oder Brot.

Die Impfung ist vorbei, das Hemd wieder angezogen. Wieder kommen die jungen Helfer:innen, weisen ihm den Weg, machen behutsam darauf aufmerksam, dass er sich in der großen Halle vor dem Ausgang auch

noch 15 bis 30 Minuten ausruhen könne. Muss er aber nicht, findet Dauenheimer und grinst.

Nach dem Krieg und nach der Schule, Horst Dauenheimer war ein schüchterner Junge, wurde er erst Vergolder für Bilderrahmen in Kreuzberg. Er wusste damals schon, dass das wohl kein Beruf mit Zukunft sein werde. So ging er zum Fernmeldeamt der Deutschen Bundespost, wurde dort Fahrer; bildete sich fort, machte den Realschulabschluss nach, um in den mittleren Dienst zu kommen als Technischer Zeichner. Später übernahm die Telekom die Behörde, er blieb.

Er hat eine Tochter, drei Enkel und zwei Urenkel. Und er ist stolz auf sich und "zufrieden mit meinem Leben". Er würde seine Zufriedenheit gerne weitergeben, Menschen Mut machen, aber es frage ihn ja keiner.

Fragt man hier in der Halle des Lebens, antworten viele wie er. Da sind Anna Faraoglu und ihr Mann Dieter, verheiratet seit bald 60 Jahren, sie ist 80 Jahre alt und er 82, sie begleitet ihn zum Impftermin, eine eigene Einladung hat sie noch nicht. Es ist eine epische Geschichte, die beide zusammenführte, ihn, das Arbeiterkind aus Berlin-Neukölln und sie, die türkische Armenierin aus ärmsten Verhältnissen.

Sie stammt aus einer Familie, die als fahrende Handwerker an der türkischen Schwarzmeerküste lebte; die Großeltern waren Opfer des türkischen Völkermords an den Armeniern geworden. Düstere, unvollständige Geschichten hat Anna Faraoglu davon im Kopf, sie habe, sagt sie, ihre Eltern dazu nie richtig befragt.

Ihr größtes Trauma, an das sie sich erinnert, ist ein Sturz von einem Baum, auf den sie nicht klettern sollte, in einen reißenden Fluss mit Strudeln. Der Vater habe sie kurz vor dem Ertrinken gerettet. Später in den Fünfzigerjahren zogen sie in die große Stadt nach Istanbul, wo ihnen verboten wurde, armenisch zu sprechen. Sie lebten zu sechst in einem Zimmer, das Bad ein Plumsklo mit Wasserschlauch zum Duschen, der Vater arbeitete als Schuhputzer auf einem der sieben Istanbuler Berge.

Zur Schule ging sie nicht, dafür begann sie mit zwölf Jahren zu arbeiten, und irgendwann, da war sie schon über 20, kam dieser blonde Deutsche aus Berlin in die Pension, in der sie arbeitete. Sie heirateten, und in Berlin waren Horst Dauenheimer und seine Frau Monika die ersten Deutschen, die Anna kennenlernte; Horst und Dieter, beste Freunde bis heute, sind beide groß geworden in der Kolonie in Neukölln.

Die Resilienzforschung aus der Sicht der Lebensspannenforschung ist im Vergleich zu anderen Forschungsperspektiven noch jung. Dennoch hat die Leopoldina, die nationale Akademie der Wissenschaften, in einem Zukunftsreport zur Alterns- und Lebensverlaufsorschung 2020 betont, dass Menschen im Alter negative Emotionen und Ereignisse besser steuern und bewältigen können; allerdings mit einer großen Ausnahme: Einsamkeit!

Ursula Staudinger ist deshalb überzeugt davon, dass die Gesellschaft "viel mehr Formen finden" müsse, die es erlauben, ein würdiges und teilhabendes Leben im Alter führen zu können. Auch sollten solche Lebensformen dafür Sorge tragen, dass die Gesellschaft von der psychosozialen Produktivität des Alters profitieren kann. "Wir sind nicht nur biologische Wesen, sondern bio-psycho-soziale Wesen."

Dass wir in der Pandemie die Älteren als besonders vulnerable Gruppe schützen wollen, sei, sagt Staudinger, einerseits richtig, andererseits aber "auch ein Dilemma", ja sogar ein "Stigma", weil die großen Ressourcen dieser Gruppe für die Selbstheilungskräfte einer ganzen Gesellschaft gar nicht wahrgenommen werden und sie gleichzeitig zur Einsamkeit verurteilt wird, von der man weiß, dass sie hohe biologische Risiken birgt.

Horst Dauenheimers Freund und Ehemann von Anna Faraoglu ist an der Reihe mit dem Impfen. Kabine 43. Auch er sagt, er habe sich "wirklich keinen Kopf darüber gemacht", dass diese Pandemie ihn ganz persönlich treffen könne.

Wenn Dauenheimers Freund sich erinnern soll an seine größten Krisen, zuckt er mit den Achseln, vermutlich waren es Krankheiten, die man überstehen musste. Den Prostatakrebs zum Beispiel. Wenn er an den Krieg zurückdenkt, den er als Kind in Berlin erlebte, kann er sich nicht an Angst erinnern, sondern nur daran, "dass es so war, wie es war". Habe man nicht hinterfragt als Kind.

Der Vater musste oft abends arbeiten in einer Druckerei, und wenn der Fliegeralarm begann mit drei langen Sirenentönen, musste er, fünf Jahre alt, die Mutter an der Hand durch die Gartenkolonie zur

Hauptstraße und in den Luftschutzbunker bringen. Die Mutter sah im Dunkeln schlecht.

Aber wenn er dann angekommen war am Tiefbunker, zwei Treppen abwärts, eine Kabine mit drei Betten übereinander für mehrere Familien, wollte er trotzdem gern nochmal rauslugen. Denn bevor die Bomben abgeworfen wurden, warfen die Angreifer Lichterketten, um die Ziele besser sehen zu können; sie hießen im Volksmund "Tannenbäume" und sahen, sagt Faraoglus Mann, "so schön aus".

Eines Tages holte ihn der Vater vom Kindergarten ab und brachte ihm schonend bei, dass die Laube weg war, "ausgebombt. Von mehr als 300 Parzellen hatte die Bombe nur ihre Laube zerstört. Faraoglus Mann sagt: "Auch das große Sofa, auf dem ich geschlafen habe, war kaputt. Das war mein Zufluchtsort gewesen."

"Manchmal", sagt Horst Dauenheimer zu dieser Geschichte, "ziehste die Arschkarte im Leben."

Später, nach der Lehre, wollte Dieter in die Welt hinaus, ging als Rohrschlosser in die Türkei, von wo er seine Frau Anna mitbrachte. Er sagt: "Ich bin kein mutiger Mann, aber mein Motto lautet: keine Panik!"

Anna Faraoglu sagt, sie werde sich, wenn sie denn dran ist, nicht nur für sich impfen lassen. Es sei ja auch ein Beitrag für alle, wenn man das tut.

Horst Dauenheimer sagt, dass man doch, wenn man einigermaßen gesund sei, "leben möchte, egal, wie alt man ist". Große Wünsche haben alle drei nicht - "wieder Fahrrad fahren", "endlich wieder schwimmen", "in mein Fitnessstudio gehen". Vor allem wollen sie ihre Kinder und Enkel "knuddeln". Horst Dauenheimer sagt, bald werde "diese Pandemie ein Ende haben", er nickt kräftig dazu und lächelt, jedenfalls fühle er sich "mitten im Leben".