

Ältere Menschen sind heute fitter und zufriedener als früher

Von: dpa

Letzte Aktualisierung: 24. März 2015, 10:37 Uhr



Zufriedener und fitter als noch vor 20 Jahren sind Senioren heute. Foto: dpa

BERLIN. Senioren sind heute fitter als vor 20 Jahren. Sie sind auch zufriedener mit ihrem Leben, als ihre Altersgenossen es damals waren. Das zeigt eine gemeinsame Studie von Berliner Forschungseinrichtungen.

„Die Zugewinne, die wir an kognitiver Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden in Berlin gemessen haben, sind beträchtlich und von großer Bedeutung für die Lebensqualität im Alter“, so Ulman Lindenberger, vom Forschungsbereich Entwicklungspsychologie des Max-Planck-Instituts für Bildungsforschung (MPIB).

Die Wissenschaftler nutzten die Daten von mehr als 700 über 60-jährigen Berlinern, die im Rahmen der Berliner Altersstudie II zu ihrem Wohlbefinden befragt wurden und auf ihre geistige Leistungsfähigkeit getestet wurden.

Die Forscher verglichen die Ergebnisse mit Daten der Vorgängerstudie aus den frühen 1990er Jahren. Dabei ergaben sich 161 sogenannte statistische Zwillingspaare, die sich etwa in Geschlecht, Alter und Bildung möglichst ähnlich und deshalb gut vergleichbar sind.