

Implizites und explizites Lernen

Die Weisheit kommt im Alter

Ist Ihnen schon einmal folgender Widerspruch aufgefallen: Einerseits wird in der Werbung und im Berufsleben ein Jugendwahn befeuert, der den Eindruck erweckt, Alter sei lediglich durch körperliche und geistige Mängel geprägt. Andererseits wird Weisheit mit Alter gleichgesetzt, kaum vorstellbar, dass eine junge Person weise genannt wird.

Ist Alter also gleichbedeutend mit geistigem Abbau oder besitzen ältere Menschen jüngeren gegenüber sogar Vorteile? Wie passt der Widerspruch zusammen, dass Alter einerseits als Mangel und andererseits als Bereicherung wahrgenommen wird?

Implizites vs. explizites Lernen

Die kanadische Forscherin Lynn Hasher geht dieser Frage seit Jahren in ihrer Forschung nach. Sie befasst sich insbesondere mit der Frage, wie sich die Gedächtnisleistung im Laufe des Lebens wandelt. Eine Studie aus dem Jahr 2013 gibt darauf spannende Antworten. An der Studie nahmen 38 jüngere und 40 ältere Versuchspersonen teil. Das Forscherteam ließ Studienteilnehmer an der Universität Toronto eine Liste von 16 Wörtern lernen. Direkt im Anschluss wurden die Studienteilnehmer darum gebeten, so viele wie möglich der zuvor gelernten Wörter zu benennen.

Vermeintliche Ablenkung

Danach wurde Studienteilnehmern eine Zwischenaufgabe vorgegeben. Ihnen wurden nacheinander auf einem Computerbildschirm Bilder präsentiert. Bei jedem neu gezeigten Bild sollten sie angeben, ob es sich dabei um das gleiche Bild wie das zuvor gezeigte handelt. Doch das war nur eine Ablenkaufgabe. In Wirklichkeit ging es um Folgendes: Am Rande des Bildschirms wurden hin und wieder acht der zunächst gelernten 16 Wörter präsentiert. Die Studienteilnehmer erhielten jedoch die Aufgabe, sich nicht von der eigentlichen Aufgabe ablenken zu lassen und folglich diesen Wörtern keine Beachtung zu schenken.

Unterschiedliche Stärken bei Jung und Alt

Danach sollten Studienteilnehmer erneut die Wörter benennen, die ihnen am Anfang des Experiments präsentiert wurden. Die Ergebnisse zeigen unterschiedliche Leistungen bei Jung und Alt in den verschiedenen Aufgaben. Insgesamt schnitten die jüngeren Teilnehmer in den Erinnerungsaufgaben (sowohl direkt nach dem Einprägen als auch nach der Zwischenaufgabe) deutlich besser ab, als die älteren.

Ein anderes Bild zeigt sich jedoch, wenn nur die Erinnerungsleistung bei jenen Wörtern analysiert wird, die in der Zwischenaufgabe am Rande des Bildschirms präsentiert wurden. Ältere Studienteilnehmer konnten sich an diese Wörter erheblich besser erinnern, als die jüngeren. **Das heißt, dass Ältere unabsichtlich gelernt haben.**

Lernen ohne zu lernen

In der Wissenschaft spricht man bei dieser Art von Lernen von implizitem Lernen. Demgegenüber steht das explizite Lernen, bei dem mit Absicht Informationen abgespeichert werden. Die Studie zeigt: Wenn die Aufgabe darin liegt, in kurzer Zeit Informationen aktiv zu lernen, sind jüngere Menschen überlegen. Beim im Alltag jedoch mindestens genauso wichtigen impliziten Lernen, schneiden ältere Menschen jedoch besser ab. Scheinbar erlernen Menschen im Laufe ihres Lebens die Gabe zu lernen ohne aktiv zu lernen.

Möglicherweise ist die Überlegenheit jüngerer Menschen in konventionellen Gedächtnistests auch darauf zurückzuführen, dass sie es gewohnt sind, in Schule und Studium große Mengen von Informationen losgelöst vom Zusammenhang zu lernen. Die Forschungsergebnisse unterstreichen, wie kostbar die Kompetenzen von älteren Menschen für eine Gesellschaft sind. Statt aufs Abstellgleis geschoben zu werden, sollten ältere Menschen die Chance erhalten, ihre Vorteile gegenüber der Jugend auszuspielen.

Umkehrung des Trends

Doch auch die Leistungsabnahme im Laufe des Lebens beim aktiven Lernen ist nicht in Stein gemeißelt. Der Grund für die geringere Leistung beim aktiven Lernen ist, dass das sogenannte Arbeitsgedächtnis ab Mitte 20 kontinuierlich abnimmt. Die gute Nachricht ist: Durch gezieltes Training ist es möglich, diesen Trend nachhaltig umzukehren.