



"Was Hänschen nicht lernt, ...: Sportwissenschaftler erforschen motorische Fähigkeiten im Alter

"Was Hänschen nicht lernt, ...": Sportwissenschaftler erforschen motorische Fähigkeiten im Alter
"Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans dann eben langsamer, könnte heute das Sprichwort lauten. Denn auch ältere Menschen können neue Dinge aufnehmen, nur eben langsamer. Dieses Phänomen wird als "motor slowing down" bezeichnet", sagt Stefan Panzer, Professor für Trainingswissenschaft der Universität des Saarlandes. Unklar sei bisher allerdings, ob das verlangsamte Lernen auf alle neuen Herausforderungen im Alter zutrifft oder nur auf bestimmte Aufgaben. Durch die rasante technologische Entwicklung müssten sich heute auch ältere Menschen ständig auf veränderte Umgebungen einstellen. "Jedes neue Auto hat andere Bedienelemente am Armaturenbrett, auf die man sich anfangs stark konzentrieren muss. Noch schneller entwickelt sich die Informationstechnologie, für die ältere Menschen manchmal erst die motorischen Fähigkeiten erlernen müssen, um die immer kleineren Geräte zu bedienen", nennt Panzer als Beispiel. Gemeinsam mit einem internationalen Forscherteam will er herausfinden, wie ältere Menschen neue Funktionen erlernen und welche Rolle dabei ihre Beweglichkeit und geistige Aufnahmefähigkeit spielt. "Wer ein schweres Gewicht heben will, muss nur seine Kräfte einschätzen und dosieren können. Beim Greifen eines kleineren Gegenstandes, etwa einer Kaffeetasse, kommt es darauf an, diesen gezielt und behutsam anzusteuern. Wenn man einen Computer bedienen will, muss man die feinmotorischen Bewegungen an der Tastatur und Maus mit dem zusammenbringen, was am Bildschirm passiert", erläutert Panzer. In Lernexperimenten wollen die Forscher das Verhalten von Jugendlichen, Menschen mittleren Alters und Senioren miteinander vergleichen. Dabei werden auch neurophysiologische Methoden wie Hirnstrommessungen angewendet. Außerdem wollen die Wissenschaftler den beruflichen Hintergrund und Lebensstil der Menschen in die Auswertungen einbeziehen. "Ältere Menschen haben einen großen Erfahrungshorizont und viele Kenntnisse aus ihrem Beruf, aber oft nicht aus den Bereichen, die heute in der technisierten Welt wichtig sind. Einem Uhrmacher, der präzise Bewegungen gewohnt ist, wird die Bedienung eines Touchscreens leichter fallen als etwa einem Bauarbeiter", sagt Panzer. Mit ihren dabei gewonnenen Erkenntnissen wollen die Forscher Konzepte entwickeln, wie neue Aufgaben und technische Anforderungen altersgerecht vermittelt werden können. Außerdem wollen sie nach Wegen suchen, wie man Arbeitsplätze differenzierter ausgestalten kann, um sie besser auf die verschiedenen Lebensphasen der Beschäftigten anzupassen. Am dem von der Deutschen Forschungsgemeinschaft geförderten Projekt sind Wissenschaftler der Michigan State University (USA), der Universität Twente in Enschede (Niederlanden), der Jacobs Universität in Bremen und der Trainingswissenschaft an der Universität des Saarlandes beteiligt. Das Forschungsprojekt ist auf drei Jahre angelegt und wird mit insgesamt rund 800.000 Euro gefördert. Davon fließen rund 160.000 Euro an die Universität des Saarlandes. Fragen beantwortet: Prof. Dr. Stefan Panzer, Sportwissenschaftliches Institut, Arbeitsbereich Trainingswissenschaft, Tel.: 0681 302-2777, Email: s.panzer@mx.uni-saarland.de Hinweis für Hörfunk-Journalisten: Sie können Telefoninterviews in Studioqualität mit Wissenschaftlern der Universität des Saarlandes führen, über Rundfunk-Codec (IP-Verbindung mit Direktanwahl oder über ARD-Sternpunkt 106813020001). Interviewwünsche bitte an die Pressestelle (0681/302-3610). Universität des Saarlandes, 66041 Saarbrücken, Deutschland, Telefon: +49 (0)681/302-2601, Telefax: +49 (0)681/302-2609, Mail: presse(at)uni-saarland.de, URL: http://www.uni-saarland.de/new/pmcounter.cfm?n_pintr_566741 width="1" height="1">

Pressekontakt

Universität des Saarlandes

66041 Saarbrücken

uni-saarland.de
presse(at)uni-saarland.de

Firmenkontakt

Universität des Saarlandes

66041 Saarbrücken

uni-saarland.de
presse(at)uni-saarland.de

Die Universität des Saarlandes ist eine moderne Universität im dynamischen Dreiländereck von Deutschland, Frankreich und Luxemburg. Unsere Internationalität hat Tradition: Die Gründung der Universität des Saarlandes 1948 war ein deutsch-französisches Gemeinschaftsprojekt. Heute studieren in Saarbrücken und Homburg rund 18.100 junge Menschen, mehr als 16 Prozent von ihnen kommen aus dem Ausland. Der Campus liegt mitten im Grünen, Sport- und Kulturangebote sowie Cafés und Restaurants sorgen neben dem Studieren und Forschen für Entspannung und Erholung. Und mit dem ICE kommt man in knapp zwei Stunden von Saarbrücken nach Paris.