

4

Gedächtnis

W. D. Oswald

Gedächtnis ist nichts Einheitliches, sondern ein vielschichtiger dynamischer Prozess. Ob man sich z.B. Namen gut merken kann ist deshalb nicht etwas individuell angeborenes, sondern abhängig vom Umgang mit unterschiedlichsten Gehirnfunktionen aber auch vom Umfang eingesetzter dynamischer Strategien und theoriengeleiteter Lern- und Übungstechniken. Vor diesem Hintergrund ist es nicht sinnvoll, von allgemein alternden Gedächtnisleistungen auszugehen. Altern und Krankheit in diesem Bereich findet nur in ganz wenigen eng umschriebenen Funktionen und Hirnbereichen statt und kann weitgehend durch geeignete Strategien und Techniken kompensiert werden. Sogar bei leichten bis mittelschweren Demenzen lassen sich, wenn auch in begrenztem Umfang noch Verbesserungen erzielen.

Einleitung

Das Nachlassen der Gedächtnisfähigkeit für neue Inhalte im höheren Alter (ca. 25% bis zum 75. Lebensjahr) gilt als erwiesen, nicht jedoch die möglichen Ursachen hierzu, die auf unterschiedlichen Vorgängen beruhen können. Um diese verstehen zu können, muss man zunächst den derzeitigen Stand der Gedächtnisforschung kennen, wie er im Folgenden dargestellt wird.

1 Geschichte der Gedächtnisforschung

Was versteht man unter Gedächtnis? Unter Gedächtnis versteht man die Fähigkeit eines Organismus, Informationen aufzunehmen (Einprägung, Lernen), eine gewisse Zeit zu speichern (Behalten, Retention) und auf spezifische Schlüsselreize hin (Assoziationen) wiederzugeben (Reproduktion). Die Reproduktion erfolgt in Form motorischer Aktionen, ver-