

**Zeitschrift:** Studia philosophica : Schweizerische Zeitschrift für Philosophie =  
Revue suisse de philosophie = Rivista svizzera della filosofia = Swiss  
journal of philosophy

**Herausgeber:** Schweizerische Philosophische Gesellschaft

**Band:** 25 (1965)

**Artikel:** Psychologische Probleme des Alters

**Autor:** Vischer, A.L.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-883372>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 03.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Psychologische Probleme des Alters \*

*von A.L. Vischer*

Wenn Sie einen alten Referenten beauftragt haben, etwas über psychologische Probleme des Alters vorzutragen, so ist diesem eine gewisse Zurückhaltung geboten. Es ist für ihn kaum möglich, objektiv an dieses Thema heranzugehen. Dies kann kaum anders sein. Wer selbst in höhern Jahren steht, ist selbst am Alter beteiligt. Wie kann er wirklich objektiv darüber sprechen? Es bleibt nicht aus, daß sein Urteil abhängig ist von der Art, wie es ihm selbst ergeht, wie er selbst auf sein Alter und sein Altwerden und damit auf seine unvermeidlich verbundenen Einbußen und Verluste reagiert. Seine Betrachtung wird auch charakterlich bedingt sein; sie wird entweder mehr optimistisch oder pessimistisch gefärbt sein. Jegliche Altersbetrachtung ist subjektiv gefärbt. Da die Erkenntnisse des alten Psychologen zum Teil auf Selbstbeobachtung beruhen, muß er manches von seiner Persönlichkeit preisgeben. Forschung und Existenz werden zu einer schier unzertrennlichen Einheit. Ihnen und mir ist es ja auch bekannt, wie vielen Alten es an Einsicht in ihren Zustand fehlt.

Ich werde in meinen folgenden Ausführungen unter anderem darauf zu sprechen kommen, wie sehr das Altwerden ein individueller Vorgang ist, deshalb muß ich Sie bitten, dem individuellen Charakter meines Referates Rechnung zu tragen.

Und nun zum Thema: Zuerst möchte ich auf einige Schwierigkeiten hinweisen, die sich der Altersforschung ganz allgemein in bezug auf die körperlichen und die seelischen Altersvorgänge entgegenstellen. Die Schwierigkeiten werden uns am deutlichsten vor Augen geführt, wenn wir das Alter, d.h. die Lebensstufe der Involution, des Abbaus, der Rückbildung, mit der Jugend, der Periode des Wachstums, vergleichen. Wenn wir eine Reihe von Kindern einer bestimmten Altersgruppe betrachten, so werden wir bei ihnen eine Anzahl ähnlicher

---

\* Vortrag gehalten an der Jahresversammlung der Schweiz. Gerontologischen Gesellschaft in Fribourg am 20. Juni 1964.

physiologischer Feststellungen machen. Je nach Gewicht und Länge, nach dem Tonfall der Stimme, nach dem Stand des Knochenwachstums, wie wir es im Röntgenbild erkennen, vermögen wir uns ein Urteil zu bilden über die Entwicklungsstufe eines Kindes. Gewiß werden die Befunde nicht einheitlich sein; an individuellen Streuungen fehlt es, wie überall in der Natur, nicht. Auf Grund der Mehrzahl der Befunde können wir aber gewisse Normen aufstellen, und diese Normen werden uns zeigen, welcher körperliche Zustand für ein bestimmtes Alter charakteristisch ist. Diese Normen gelten auch weitgehend, wie das *Jean Piaget* nachgewiesen hat, für die geistige Entwicklung des Kindes. Jedenfalls können wir festhalten, daß wir eine Reihe gleichaltriger Jugendlicher in körperlichen und psychischen Gegebenheiten miteinander vergleichen können. Wie heute allgemein anerkannt ist, gibt es eine normale Entwicklung des Kindes von der Geburt bis zur Pubertät nach bestimmten Gesetzen des Wachstums.

Sehen wir uns jedoch eine Anzahl gleichaltriger Menschen an, die in höherem Alter stehen, so begegnen wir einem sehr komplexen Problem. Nehmen wir an, es handle sich um Siebzigjährige. Schon die äußere Erscheinung dieser Alten bietet uns ein buntes, mannigfaltiges Bild. Die einen sehen jünger, die andern älter aus, einer erweckt den Eindruck eines Achtzigjährigen, ein anderer den eines Fünzigers. Dieser Eindruck beruht auf einer Altersschätzung, die sich aus einer Reihe von Merkmalen ergibt, die wir als charakteristisch für das Alter ansehen. Während wir das Lebensalter des Kindes einigermaßen bestimmen können, vermögen wir es beim Betagten nur zu schätzen. Es gibt auch keinen physiologischen oder psychologischen Test, der es uns ermöglichen würde, an einem alten Menschen sein chronologisches Alter weder in körperlicher noch in psychischer Hinsicht abzulesen. Wenn wir diesem oberflächlichen Vergleich eine genaue Untersuchung folgen lassen, so wird das Ergebnis noch verschiedenartiger in bezug auf die Art und Intensität der Altersveränderungen in den einzelnen Organen und Organsystemen und im Bereich der geistigen Fähigkeiten und seelischen Äußerungen.

Die Komplexität der Altersvorgänge ist bedingt durch die mannigfachen Faktoren, die das Alter prägen: Die Erbmasse, die Konstitution, aber auch die ganze vorangegangene biologische und pathologische Lebensgeschichte. Wir verstehen das Alter nur, wenn wir es biographisch erfassen. Charakterliche Wesenszüge haben ihren Ursprung in der frühesten Kindheit. Wie wir sehen werden, gelangen

Erlebnisse aus dieser Zeit später wieder zum Bewußtsein. Offenbar wird nichts wirklich vergessen. Und was die Erbmasse anbelangt, so bedingt sie einerseits das Gesetz, nachdem wir angetreten, andererseits kommt sie nicht selten im Alter recht deutlich zum Vorschein. Wir kennen die volkpsychologische Beobachtung, an der zweifellos etwas Richtiges ist: ein Mann oder eine Frau «komme» mit dem Altwerden immer mehr auf seinen Vater oder ihre Mutter «heraus». Tatsächlich treten oft spät gewisse Eigenschaften und Verhaltensweisen zutage, die bei einzelnen Vorfahren auffallend gewesen waren.

Da nun jeder menschliche Lebenslauf einzigartig und einmalig ist, so ist gerade auch sein letzter Abschnitt individuell geprägt. Jeder alte Mensch stellt uns vor ein durchaus individuelles, unverwechselbares Problem. In den Spitälern versieht man Neugeborene mit Etiketten, um eine Verwechslung zu verhüten. Jedes Altersantlitz hat dagegen seine ausgesprochene individuelle Prägung. Den «alten Menschen», wie man so sagt, gibt es nicht; die Eigenart der letzten Lebensphase beruht gerade darauf, daß sie in einer Mannigfaltigkeit von Ausprägungen durchlaufen wird.

In diesem Zusammenhang möchte ich auf das Buch der früher in Wien, seit 1938 in den U.S.A. tätigen Psychologin *Charlotte Bühler*: «Der Lebenslauf als psychologisches Problem» hinweisen; es vermittelt dem Alterspsychologen wertvolle Anregungen.

Auf welchen Wegen gelangen wir zur Erkenntnis der geistig-seelischen Vorgänge des Alters?

Kaum durch Prüfungen mit Testverfahren! Diese mögen von Wert sein zur Feststellung von beruflicher Leistungsfähigkeit und Fertigkeit. Aber auch hier haben sie ihre Begrenzung; denn sie vermögen gewisse Faktoren nicht zu berücksichtigen, die für das Alter von großer Bedeutung sind, nämlich die Erfahrung und die Kompensation. Wenn allgemeine Testverfahren sinnvoll sein sollen, so müßten sie einmal auf Grund bestimmter Altersgruppen, z. B. Fünfjahrgruppen, erfolgen; und zweitens einzelne begrenzte Kategorien erfassen, in denen die bekannten Einbußen berücksichtigt werden. Durchschnittswerte von Befunden, die z. B. alle Alten von über 65 Jahren betreffen, sind eigentlich sinnlos, da sie die außerordentlich großen Streuungen und damit die individuellen Verschiedenheiten der Altersvorgänge verbergen. Wir folgen hier den Psychiatern *Schulte* und *Harlfinger*, wenn sie schreiben:

«Wird das einseitige Menschenbild mit lauter Mängeln den Kon-

turen einer Alterspersönlichkeit gerecht? Und sind nicht gerade die feinen psychologischen Testverfahren viel zu sehr auf Leistungen ausgerichtet, denen zwar der Alternde weniger gut gewachsen sein mag, die aber für die Bewältigung der ihm gestellten Lebensaufgabe an Bedeutung verlieren? »

Auch *N. Shock*, ein angesehener kritischer amerikanischer Altersforscher, verwahrt sich gegen einseitige Testmethoden und Fragebogen, weil das Eigentliche der Alterspersönlichkeit auf einer andern Ebene gesehen werden müsse.

Wir können, wie gesagt, für das Altwerden keine Normen aufstellen wie für das Wachstum. Die Rückbildung (oder nennen wir es kurz: der Verschleiß) folgt keinen bestimmten Gesetzen; sie (er) ist komplex und von den verschiedensten Faktoren abhängig.

Jedes Altwerden ist mit nie ausbleibenden organischen Veränderungen und funktionellen Störungen irgendwelcher Art verbunden. Wenn wir näher zusehen, so sind diese Altersvorgänge aber allein nicht ausschlaggebend für das Befinden und die Leistungsfähigkeit. Wir müssen uns mit einem andern Begriff der Gesundheit vertraut machen. Das Befinden entspricht nicht immer dem Befund. Entscheidend bleibt, wie der alternde und alte Mensch auf die Befunde reagiert und wie es mit seiner Kompensationsfähigkeit bestellt ist. Wir müssen mit einem dynamischen Aspekt an den alten Menschen herangehen. Das Befinden, die Leistungsfähigkeit, das seelische Gleichgewicht sind nicht nur bedingt durch die involutiven Veränderungen und Funktionsstörungen, sondern ebenso sehr durch die noch vorhandene Anpassungs- und Ausgleichsfähigkeit. Es war der Psychiater *F. Kehrer*, der uns auf diese dynamische Betrachtung aufmerksam gemacht hat, die uns zur Erfassung der Altersvorgänge als sehr fruchtbar scheint. Kehrer zerlegt die Kurve der zweiten Lebenshälfte in verschiedene Abschnitte, die er wie folgt charakterisiert:

«Einen ersten, in dem Funktionsmängel dem Betreffenden selbst oder seiner Umgebung bemerkbar werden, die sich aber durch Heranziehung von innern Hilfskräften ohne Schaden so weit ausgleichen lassen, daß sie nicht zum Leidenszustand oder einer weiteren Umwelt nicht erkennbar werden; ich möchte diesen Tatbestand kurz auf die Formel bringen: Ausgleichs- und Kompensationsnotwendigkeit bei erhaltener Kompensationsfähigkeit zeichnen das beginnende Alter aus. Der zweite Abschnitt ist dadurch bestimmt, daß die Ausgleichskräfte versagen; hier gilt eben die Formel: Ausgleichsnotwendigkeit bei versagender Ausgleichsfähigkeit. Erstreckt sich dies auf die überwiegende Mehrheit der Organe, so sprechen wir vom Greisentum.»

Diese Kennzeichnung bezieht sich zwar hauptsächlich auf das körperliche Altern, sie läßt sich aber auch auf die seelisch-geistigen Vorgänge übertragen, wozu zu bemerken ist, daß bei der Ausgleichs- und Kompensationsfähigkeit auch geistig-seelische Kräfte am Werk sind. *Hermann Sahli* bezeichnete sie als die energetische Natur des Geistes.

«Die fördernde Wirkung des Geistes auf den Körper», schreibt er, «spricht im Sinne der energetischen Natur des Geistes, nämlich der bekannte gewaltige Einfluß des Willens und der Gemütsstimmung auf körperliche Krankheiten und die körperliche Leistungsfähigkeit.»

Kurz und bündig sagte *Emerson*, der amerikanische Lebensphilosoph: «The Essence of Old Age is intellect.» Wie beim körperlichen Altern hat die Kompensationsfähigkeit auf dem geistig-seelischen Gebiet ihre Grenzen: dort, wo die krankhaften Veränderungen des Gehirns einen Grad erreichen, der dem geistigen Tod gleichkommt.

Ein französischer Schriftsteller hat bemerkt, im Alter sei die Seele das «Quand-même», das «Dennoch» des Körpers. Dadurch dürfte der Sachverhalt nicht unzutreffend charakterisiert sein. Dieses «Dennoch» offenbart die Ausgleichs- und Reservekräfte. Solange diese bewußt oder unbewußt noch mobilisiert werden können, bleibt die geistige Gesundheit erhalten. Wir dürfen uns hier auf *Karl Jaspers* berufen, der in seiner «Psychopathologie» schreibt: «Was krank im allgemeinen sei, das hängt weniger vom Urteil der Ärzte als vom Urteil des Patienten ab und von den herrschenden Auffassungen der jeweiligen Kulturkreise.» Der Physiologe *H. Schäfer* schrieb kürzlich: «Arbeitsfähigkeit ist objektiv kaum definierbar und bleibt weitgehend dem Belieben des einzelnen Menschen überlassen. Das Problem ist letztlich von Innen zu entscheiden und richtet sich mehr nach dem Befinden als nach dem Befund. Offensichtlich handelt es sich darum, was der Patient noch als erträglich, was schon als unerträglich bezeichnet.» Was der Physiologe allgemein von den Erwachsenen sagt, läßt sich auch auf das Alter übertragen.

Wir begegnen oft alten Menschen, bei denen das Befinden bei erhaltener Geisteskraft und schadhaftem Körper auseinanderklafft, und die diesen Zwiespalt intensiv erleben. *Goethe*, dem Naturkundigen, kam es im Wandel des Lebens zum Bewußtsein, daß der Mensch in der Jugend *durch* seinen Körper lebt, im Alter *gegen* ihn zu leben genötigt wird.

Es kann also neben dem Abbau und dem Abstieg eines großen

Teils der physischen Funktionen zu einer Aufrechterhaltung, ja zu einer gewissen Belebung geistig-seelischer Prozesse und der Innenwelt kommen. Die Reifungskurve kann die Alterskurve überschneiden. Es entscheidet sich, ob und wie lange der Geist neben dem körperlichen Zerfall mit seiner Leistungsminderung und Schwächung der Rezeptionsorgane obsiegen kann.

Bei meinen Ausführungen ist es gewiß aufgefallen, daß sich bei jeder Altersbetrachtung die Bereiche der Psychologie und Psychiatrie überschneiden. Der Psychologe muß sich stets die Frage vorlegen: wo hört das normale Altern auf und wann müssen wir von krankhaften Altersstörungen sprechen? Die Übergänge sind wohl fließend und kaum gegeneinander abgrenzbar. Sind z. B. die Einbußen der Merkfähigkeit, die Unfähigkeit, Namen und Daten zu ekphorieren, als pathologisch zu bezeichnen oder handelt es sich um psychologisch begründete Altersvorgänge? Individuelle Charakterzüge, vor allem differenzierte, «spitzen» sich im Alter zu. Andererseits treten Eigenschaften, die bis dahin verdrängt oder mit Willen unterdrückt waren, in späteren Jahren durch Enthemmung in Erscheinung. Gewisse scheinbar normale Altersvorgänge lassen sich in ihrer krankhaften Übersteigerung und Übertreibung besser verstehen. Ich habe jedenfalls von der Psychiatrie viele relevante Einsichten erhalten und verdanke dem Gedankenaustausch mit Psychiatern wertvolle Anregungen.

In einem zweiten Teil meiner Ausführungen möchte ich auf ein phänomenologisches Problem zu sprechen kommen, das mich seit längerer Zeit sehr beschäftigt hat. Angeregt zu dieser Beschäftigung wurde ich durch das bahnbrechende Buch des Pariser Psychiaters *Minkowsky*: «Le temps vécu», dessen Gedankengänge im deutschen Sprachgebiet von *Straus* und *von Gebattel* weiterverfolgt wurden. Es sind das die Wandlungen im Erleben der Zeit, denen wir mit dem Altwerden begegnen und ihre Beziehungen zum Lebensgefühl.

Zuerst einige Worte über die Empfindung des Zeitablaufs. Die Bemerkungen älterer Leute, die Zeit verlaufe zunehmend rascher, sind ganz allgemein. Wochen, Monate und Jahre fliegen nur so dahin. Worin gründet der Eindruck, demgemäß bestimmte Zeitabschnitte mit wachsendem Alter rascher zu vergehen scheinen? Die Psychologin *M. Moers* gibt für dieses Phänomen folgende Erklärung, sie meint, «daß der Mensch das Gesamtgeschehen immer stärker als gleichförmig erlebt, weil die Eindrücke sich wegen der geringen Affektbetontheit weniger deutlich voneinander abheben». Andererseits «schleifen»

sich die Sinneseindrücke durch die beständige Wiederholung gleichsam ab und werden «abgenützt»; sie vermögen die Aufmerksamkeit zufolge ihrer Vertrautheit nicht mehr zu fesseln wie in jüngeren Jahren. Die Erlebnismöglichkeit verliert an Intensität. Je älter man wird, desto weniger Dinge erlebt man zum erstenmal und je mehr zum letztenmal. Es gibt offenbar für alte Menschen so etwas wie einen Sättigungsgrad für äußere Eindrücke. Ein geistig noch angeregter Hundertjähriger erklärte mir einmal, seit dem 80. Lebensjahr habe er eigentlich nichts Neues erlebt. Vielleicht erklärt sich dadurch psychologisch die Verminderung des Frischgedächtnisses, ohne daß wir diese Einbuße ohne weiteres als krankhaft ansehen müssen. Wir dürfen es jedenfalls als ein Zeichen von erhaltener Jugendlichkeit einschätzen, wenn es für einen Menschen noch Neues, noch Überraschungen im Erleben gibt, und er noch über etwas staunen und sich für etwas begeistern kann.

Der Biologe *Hans Driesch* ist auf dieses Phänomen näher eingegangen:

«Die Menge des Neuen, die man erlebt, verringert sich fortwährend; dieser Satz bedarf einer gewissen Erläuterung. Er gilt nämlich nur von dem, was ich das «ganz und gar» Neue bezeichnen möchte. Mit dem ist es früher oder später zu Ende. Aber intimes Neues, wie ich sagen möchte, kann es darum doch geben, solange nicht zum physischen Alter geistiges Alter dazukommt: in allen Problemen entdeckt man neue Seiten. Die Einfälle . . . früher auf ganz und gar Neues sich beziehend, betreffen nun dieses «Intime».»

Von diesem Intimen soll jetzt die Rede sein. Ich werde zu zeigen versuchen, wie sich das Altwerden auf das Lebensgefühl, auf die Grundbestimmung auswirkt, kurz gesagt: wie es dem alten Menschen zumute ist. Wir müssen von vorneherein annehmen, daß mit dem Voranschreiten in den Jahren, mit den sich einstellenden körperlichen Einbußen, mit den Änderungen der sozialen Umstände und ganz besonders mit dem Ausscheiden aus Arbeit und Beruf sich seelische Wandlungen einstellen. Ich habe oben darauf hingewiesen, daß die Menschen auf sehr verschiedene Weise alt werden und daß jeder alte Mensch für sich ein Problem darstellt. Was im folgenden zu sagen sein wird, bezieht sich einmal auf bewußt und reflektiert lebende Alte, auf nachdenkliche Menschen. Alte, deren Dasein von Gebrechen und Krankheit belastet ist, kommen kaum in Betracht; denn in der Krankheit erschöpft sich das «Lebensgefühl in leiblichen Gefühlen» (*Ph. Lersch*). Diese Leute stehen so sehr unter der Geißel

ihrer körperlichen Gebrechlichkeit, daß ihr Lebensgefühl dauernd oder vorübergehend auf das Bewußtsein der leiblichen Gefühle zusammenschumpft. Sie sind dem Verhängnis der Krankheit ausgeliefert. Gewiß wird jeder Alte zum mindesten ab und zu auf seinen Körper aufmerksam, ohne daß ihn aber diese Aufmerksamkeit ganz in Anspruch nimmt.

Uns interessiert der Einfluß des Zeiterlebens auf das Lebensgefühl, auf die Grundstimmung. Ich glaube, daß dem Zeiterlebnis eine zentrale Bedeutung in der Alterspsychologie zukommt, es verschafft uns einen Zugang zum Verständnis des alten Menschen. Wir fragen uns, wie erlebt der alte Mensch Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft; wie reagiert er auf dieses Erleben und wie verarbeitet er es? Dabei sind wir uns wohl bewußt, daß beim Versuch, einen so schwebenden seelischen Vorgang wie das Erleben der Zeit in Worte zu fassen, zwangsläufig fixiert und schematisiert werden muß. Dadurch wird aber dem wirklichen Erleben Gewalt angetan. Jede derartige Analyse wirkt verarmend.

Um dem Verständnis näherzukommen, müssen wir das Zeiterleben im Rahmen des ganzen Lebenslaufes betrachten, wie wir überhaupt an das Alter nicht als an einen isolierten Lebensabschnitt herangehen dürfen.

Das Kind lebt ganz in der Gegenwart zwischen den Pflöcken von Vergangenheit und Zukunft; mit dem Heranwachsen regt sich das Zukunftsgefühl, in der Pubertät schwillt es mächtig an. Das Kind will nicht mehr Kind sein. Bald liegt die Schule hinter ihm, oder es wünscht, daß sie schon hinter ihm läge. Es wird ungeduldig, und dem Ungeduldigen verläuft die Zeit zu langsam. Der zum Jugendlichen gewordene Mensch will sein vor ihm liegendes Leben vorbereiten, aufbauen, organisieren. Vor sich sieht er eine seine Entwicklung bestimmende Lebenslinie. Die Zukunft breitet sich vor ihm aus wie das weite Meer, an dessen Horizont erwartete und erhoffte Möglichkeiten entsteigen. Das Zukunftsbild beherrscht das Dasein.

Zwischen dem intensiven Zeiterlebnis am Ende der Kindheit und demjenigen an der Schwelle des Alters scheint das Zeiterlebnis weniger bewußt zu sein, wenn auch das Dasein ununterbrochen von Erwartungen und Hoffnungen erfüllt bleibt. Der erwachsene Mensch lebt in der tätigen Gegenwart, in welcher die Vergangenheit nur beschränkt nachwirkt, während ein gewisses Maß von Erwartungen und Hoffnung je nach Veranlagung und Charakter für den Menschen des un-

gebrochenen Lebens- und Selbstgefühls unerläßlich ist. Je kräftiger dieses ist, desto mehr Zukunft birgt es. Erwartung und Hoffnung bilden die großen Antriebe, die der Mensch braucht.

Im Zeiterlebnis des Jugendlichen geht es um durchaus Positives: Er erwartet etwas von der Zukunft, das ihm Erfüllung bringen soll. Das Altwerden wird, zumal in seinen ersten Erscheinungen, immer als etwas Negatives erfahren. Es wird dem Menschen entweder allmählich oder, was gar nicht selten ist, abrupt und plötzlich nahegebracht. Das Gefühl des Altwerdens zeigt sich mannigfach gefärbt und getönt, bald intensiver, bald schwächer, aber doch macht es sich irgendwie geltend. Mit dem Altwerden tritt die Erkenntnis ins Bewußtsein, daß man an einer Grenze anlangt. Die bis dahin endlos geglaubte Sicht nach vorn verengt sich, schrumpft zusammen. Man wird inne, daß man nicht mehr in unbegrenzten Fristen planen kann. Dieses Gefühl wächst um so drängender und bedrückender, je stärker es mit dem Bewußtwerden der Endgültigkeit, der Unwiderruflichkeit, der Befristung und der Unausweichlichkeit des Auf-uns-Zukommens verknüpft ist.

In das zukünftig begrenzte Zeiterlebnis mischt sich auch das Gefühl der Bedrohung durch alles, was das noch verbleibende Leben an Einbußen, Gebrechen und Krankheit bringen kann. Es bieten sich Gelegenheiten genug zu entsprechenden Beobachtungen in der Umgebung. Am stärksten fühlt sich der Mensch durch das sich nähernde Ende bedroht.

Dies alles wirkt sich auf das Lebensgefühl aus, es entsteht ein dunkler Hintergrund. Irgendwie ist dem Betroffenen anders zumute. Der folgende Vergleich, den ich *Alan W. Watts* verdanke, dürfte den jüngeren Menschen das Verständnis für diese ihm schwer vorstellbaren, jedoch nicht weniger realen seelischen Entwicklungen näherbringen.

☞ Ein Mann muß sich auf den Rat seines Arztes an einem befristeten Zeitpunkt einer Operation unterziehen. Es wurde ihm mitgeteilt, daß der Eingriff für seine Gesunderhaltung unbedingt erforderlich sei, obwohl er zur Zeit von keinen Schmerzen geplagt ist. Trotzdem er in seiner Umgebung gut integriert lebt und seinen täglichen Pflichten nachgeht, beraubt ihn eine schleichende Ängstlichkeit der Fähigkeit, sich seines Lebens unbeschwert froh zu werden. Er kommt nicht los von dem, das noch nicht da ist, aber kommen muß. Wenn er auch nicht den ganzen Tag daran denkt, so bleibt doch eine dumpfe Span-

nung, die sich auf sein Lebensgefühl auswirkt. Irgendwie ist der Blick in die Zukunft getrübt. Dabei wird diese Auswirkung je nach der charakterlichen Veranlagung verschieden sein. Dies gilt auch in hohem Maß für die Reaktion der Alten auf das Bewußtwerden der versperrten Zukunft. So begegnen wir Menschen, die von diesen Vorgängen in ihrem Innern gar nicht berührt werden. Es dürften Leute sein von ungebrochener geistiger und körperlicher Vitalität.

Man trifft nicht selten ein gewisses Gefaßtsein bei Menschen an, die die Unvermeidlichkeit des Endes und der Begrenzung unter dem Blickwinkel des Waltens einer höheren Ordnung oder der Vergänglichkeit alles menschlichen Lebens zu ertragen wissen. Eine solche Grundstimmung ruhiger Gefaßttheit, wobei sich ein Anflug von Wehmut nicht überhören läßt, kommt in den Versen des Magisters von Biberach (um 1500) zum Ausdruck:

«Ich leb und weiß nicht, wie lang;  
Ich sterb und weiß nicht, wann;  
Ich fahr und weiß nicht, wohin;  
Mich wundert, daß ich fröhlich bin.»

Ferner treffen wir Menschen, die sich das Ende gar nicht vorstellen können, trotzdem sie durch den Verstand und das Schicksal gleichaltriger Weggenossen an die Nähe der Grenze erinnert werden. Solche Menschen sind weitgehend von Einbußen und Verlusten verschont geblieben, ihre körperliche und geistige Vitalität bleibt ihnen lange erhalten. Sie bewahren sich das sie in Spannung haltende Zukunftsgefühl. Unlängst schrieb mir eine 70jährige Psychologin, sie sei bis vor einem halben Jahr in voller Tätigkeit gestanden, der Gedanke der Begrenzung des Lebens habe sie nie beschäftigt. Erst der kürzlich erfolgte Tod ihres Mannes habe ihr das Gefühl des zeitlich begrenzten Daseins nahe gebracht. Bis dahin dachte und handelte sie, als ob es kein Ende gäbe.

«Ich verlängere das Leben», schrieb der alte *Benedetto Croce*, «durch die Aussicht auf unbegrenzte Weiterdauer, durch jene Lebenshoffnung, die uns nie verläßt.» Zweifellos bildet ein derartig erhaltenes Zukunftsgefühl ein schier unerschöpfliches Kräfte-reservoir. Vitalität und Hoffnung stehen in dauernder Wechselbeziehung.

Die meisten Menschen aber werden von dem Gefühl der Begrenzung in ihrem Innern berührt. Die Klangfarbe des Lebensgefühls, von der unser Bewußtsein in der Gesamtheit seiner wechselnden Inhalte durchtönt wird, wird anders. Es kann bei einer mehr oder weniger star-

ken Verdüsterung bleiben, die nur vorübergehend und flüchtig auftritt. *Guy de Maupassant* spricht von einem *frisson pénible*, der sich einstellt, wenn ein Mensch irgendwie ans Alter erinnert wird. Im allgemeinen läßt sich wohl sagen, daß bei normal Alternden das Innwerden des in die Nähe gerückten Endes nicht zu einer unausweichlichen Verstimmung führt. Das Bewußtsein der Begrenzung wird von den meisten Menschen als vorübergehendes Bedrohtsein gefühlt, jedoch kaum als Dauerverstimmung. Es bleibt meistens unterschwellig; nur unter besonderen Bedingungen, etwa beim Verlust von nächststehenden geliebten Menschen und ähnlichen emotionellen Erschütterungen, bei Kränkungen oder bei sich einstellenden Gesundheitseinbußen bricht es durch. Der Zustand läßt sich vom Krankheitsbild der involutiven Depression aus verstehen.

*A. Jaffé* notierte in ihren auf meine Anregung durchgeführten psychologischen Untersuchungen im Altersheim der Stadt Basel, daß die Stimmungslage allgemein eher depressiv sei. Sie bemerkt dazu, daß nicht nur die besonderen Umstände, die durch das Leben im Heim bedingt sind, dazu führen; «der Abschied vom ‚Leben draußen‘ und nicht zuletzt auch die Nähe des Todes, das waren die Schatten, die die Gedanken und Stimmungen fast eines jeden verdunkelten». Die Untersucherin findet diese Beobachtung auf Grund des Rorschach-Tests bestätigt, und zwar durch die Hell-Dunkel-Antworten, in denen die Schattierungen vom hellen Grau bis zum tiefsten Schwarz die Hauptrolle spielen. *Jaffé* schreibt weiter:

«Das Verdienst, auf diese Deutungsgruppe hingewiesen zu haben, fällt H. Binder zu . . . ganz allgemein sieht Binder in den Hell-Dunkel-Deutungen Anzeichen eines depressiven Verstimmens. Es erstaunt nicht, daß sich bei den alten Leuten fast kein Test ohne eine Hell-Dunkel-Antwort findet . . . Es sei aber hinzugefügt, daß bei den Tests diejenigen Hell-Dunkel-Deutungen, die durch eine relativ starke Bindung an eine Form stabilisiert sind, durchaus vorherrschen. Solche Deutungen weisen nach Binder darauf hin, daß die Verstimmungen nicht überhandnehmen, sondern daß sie auf irgendeine Weise in das Leben eingebaut werden können. Dies kann als Bestätigung für die Haltung des alten Menschen gelten, der man im Heim sehr oft begegnet: der Haltung des Sich-Abgefunden-Habens. Das Graue wird gesehen, es wird gefühlt und erlitten, aber die bewußten Kräfte reichen aus, um sich nicht von diesen beiden unterkriegen zu lassen.»

Es bleibt ein gewisser ernster oder düsterer Hintergrund, auf dessen Boden die Menschen verletzlich und anfälliger sind und vermehrt und gesteigert depressiv auf andere Erlebnisse reagieren.

Nun soll uns die Art der Reaktion beschäftigen, die das Verhalten des Menschen in dieser seelischen Situation betrifft. Der Modus der Verarbeitung, die dem dunklen Hintergrund zuteil wird, ist ein von Fall zu Fall verschiedener. Ich greife aus der Mannigfaltigkeit der Reaktionen nur zwei Typen heraus. Obwohl jedes Fixieren von solchen immer etwas Künstliches an sich hat, zeigen die zu schildernden Typen gewisse Charakterzüge, die in der Situation der Begrenzung auffallend deutlich zutage treten.

*Kierkegaard* schildert uns den ethischen und den ästhetischen Menschen. Beiden Typen eignet gemeinsam die innere Unruhe, von der sie angesichts der Grenze erfaßt werden. Beide taxieren die noch verfügbare zugemessene Zeit als kostbar. Mit ihr läßt sich nicht spaßen, sie wird entweder genützt oder versäumt. Aber die beiden Typen unterscheiden sich in der Art der Nützung. Der ästhetische Mensch möchte nachholen und erhaschen, was ihm das Leben an köstlichen Dingen noch zu bieten vermag. Er kann von einem eigentlichen verspäteten Lebenshunger erfaßt werden.

Auf der andern Seite treffen wir den ethischen Menschen, der vor sich noch zu lösende und zu bewältigende Aufgaben sieht; er wird von noch zu erfüllenden Pflichten aufgerufen, denen er nachkommen will. Er schreitet durch Tat- und Werkgestaltung weiter in die Zukunft.

Für beide Typen birgt die weitere Entwicklung gewisse Gefahren. Läßt sich beim ästhetischen Menschen der Lebenshunger nicht stillen, kommt es zu einer leeren Gegenwart, aus der sich mancher in die Sucht zu retten sucht. Wenn beim ethischen Menschen die Aufgaben ihres wahren Inhalts entleert werden, gerät er in eine sterile Geschäftigkeit. Gleichzeitig mit der Versperrung der Zukunft wendet sich der Blick in die Vergangenheit. Wie erklärt sich dieser seelische Vorgang? Schiebt sich mit dem zunehmend versperrten Blick nach vorn gleichsam als Ersatz die Vergangenheit in die Gegenwart? Oder wird die Vergangenheit aufgesucht, wenn man im Lebensstrom nicht mehr mitkommt? Solange der Mensch sich in voller Aktivität befindet und auf das *Noch-nicht* ausgerichtet ist, wird die Erinnerung, das *Nicht-mehr*, überhört.

Beim Blick in die Vergangenheit kann es bei der bloßen Erinnerung bleiben, ohne daß diese positiv oder negativ gefärbt ist. Es stellt sich dann so etwas wie eine Feierabendstimmung ein, wie sie ein Landmann empfinden mag, der abends nach getaner Arbeit vor seinem

Hause sitzt und seine bestellten Felder übersieht. Diese Stimmung dürfte bei Leuten zu finden sein, deren Leben biologisch und beruflich geglückt war und die ihre Möglichkeiten realisiert haben; Menschen, die sich in Übereinstimmung mit der Wirklichkeit fühlen. Von der Tat befreit geben sie sich der Stille hin und finden in sich selbst beruhigende Gewißheit.

Einfache Naturen verweilen oft mit einer gewissen Behaglichkeit in der Vergangenheit. Sie ergötzen sich an einzelnen vergnüglichen Episoden. Diese sind für sie Lichtpunkte, auf die sie gerne zurückkommen und mit denen sie ihre Umgebung zu unterhalten pflegen. Es handelt sich um Menschen, die in ihrem Leben mit den Widerwärtigkeiten leicht fertig geworden sind.

Es gibt aber auch Menschen, die sich beim Rückblick einer ungetrübten Stimmung erfreuen und mit dem Vergessen alles Unerfreulichen, Mißlungenen, Verfehlten in ihrem Leben begabt sind. Ein solcher Fall steht mir aus eigener, naher Beobachtung deutlich vor Augen:

Es handelt sich um eine begabte farbige Persönlichkeit, deren submanischer Charakter unverkennbar war. Neben ethischen Impulsen fehlte es nicht an krassen Bedenkenlosigkeiten. Mit 69 Jahren, kurz vor seinem Tode, schrieb er: «. . . und dann schaue ich auf vergangene Jahre zurück, die wie ein wunderbares Bilderbuch vor mir liegen, das mir erlaubt, den langen Weg zu verfolgen, der mich zum heutigen tiefen Frieden brachte . . .»

Der Blick in die Vergangenheit bringt aber vielen Menschen nicht das Gefühl eines behaglichen Ausruhens und eines innern Friedens. Man zieht eine Bilanz und rechnet mit der Vergangenheit ab. Diese Abrechnung kann generell sein; man ist allgemein unzufrieden mit dem gelebten Leben. Oder aber es werden einzelne negativ bewertete Erlebnisse, Untaten, Versäumnisse aus der globalen Erinnerung isoliert, sozusagen aus der Vergangenheit herausgebrochen und erinnernd in das gegenwärtige Bewußtsein versetzt. Solche Erinnerungen werden oft durch zufällige und geringfügige Detektoren heraufbeschworen; dies gilt übrigens für die Frühzeiterinnerungen überhaupt. Man neigt dazu, mit *Bergson* anzunehmen, daß überhaupt nichts vergessen wird; darauf kann hier nicht eingegangen werden. In diesem Zusammenhang beschränken wir uns auf die negative Selektion der Erinnerungen. *Minkowski* wies auf das auffallende Phänomen hin, daß das Negative viel nachhaltiger in der Vergangenheit fortlebt und sich als Erinnerung in der Gegenwart festsetzt als das Positive und Erfreu-

liche. Er spricht von einer «Asymmetrie» zwischen den positiven und den negativen Werten der Vergangenheit im Hinblick auf das Haften im Gedächtnis. Für den Gewissensbiß, für das Gefühl einer bestimmten Schuld gibt es nicht Äquivalentes innerhalb der positiven Ereignisse.

Erschütternd wirkte auf mich ein Brief, den mir ein persönlich gänzlich fremder, jedoch bekannter 70jähriger Naturwissenschaftler spontan als Kommentar zu einer meiner geriatrischen Arbeiten schrieb:

«Wäre nicht als Hauptverstimmung im Alter darauf hinzuweisen, daß wohl die meisten erst am Ende ihres Lebens rückblickend ihre Fehltritte oder Unterlassungen, Möglichkeiten aus Mangel an Einsicht verpaßt zu haben, erkennen? Die Trauer, daß man diese Erkenntnisse nicht mehr in einem zweiten Leben verwerten kann? Wie mancher mag deprimiert sein, nicht den richtigen Lebensgefährten gefunden zu haben. Solche Gedanken trüben das Alter wohl mehr als unvermeidliche Schicksalsschläge.»

Dieser Brief war für mich der unmittelbare Anlaß, mich eingehender mit dem Zeiterleben im Alter zu beschäftigen. Je mehr ich diesem Problem nachging, um so häufiger mußte ich feststellen, daß die getrübte Rückschau in die Vergangenheit als Störenfried der Gegenwart auch bei Leuten, bei denen man es keineswegs vermutete, durchaus kein seltenes Phänomen ist. Die Begründung lautet oft sehr ähnlich wie in dem zitierten Brief. Meine Erfahrung deckt sich mit derjenigen des Psychologen *Erich Stern*:

«Eine sehr große Zahl von Menschen kommt jetzt zur Einsicht, daß ihr Leben verfehlt ist, und daß es hätte ganz anders werden können, wenn sie sich frühzeitig für einen andern Weg entschieden hätten, daß es nun aber zu spät ist, das bisherige Leben aufzugeben und neu anzufangen. Die Zahl der Menschen, die mit ihrem Leben zufrieden sind, ist relativ gering . . . Das Gefühl, einen falschen Weg gewählt zu haben, bezieht sich vor allem auf das berufliche Gebiet und auf die Ehe.»

Dabei fällt auf, daß der falsch gewählte Weg nicht in einer damals bestimmten innern Situation gesucht wird, auch nicht in den eigenen charakterlichen Beschränkungen und in der begrenzten Begabung, sondern in äußern Umständen und in mitmenschlichen Widerständen und Böswilligkeiten. Eine sachliche Verarbeitung erfolgt selten.

Manche leiden unter dem Gefühl, es im Beruf nicht weitergebracht zu haben. Der Leiter eines großen Industrieunternehmens, bei dem sich die an der Altersgrenze angelangten höhern Mitarbeiter persön-

lich zu verabschieden pflegen, erzählte mir, daß eine erstaunlich große Zahl sich beklagt, es in der Stufenleiter des Betriebs nicht weiter gebracht zu haben; sie beschwerten sich bitter über ungerechte Behandlung und böswillige Zurücksetzung. Der Gedanke der Endgültigkeit und Unwiederbringlichkeit der Situation erhöht die Bitternis dieser Klagen. Oft ist dabei ein paranoider Zug unverkennbar. Bei all diesen seelischen Vorgängen geht es um eine Störung des Lebensgefühls, die einen dunklen Hintergrund schafft, aber kaum eine dauernde seelische Bedrückung; es liegt kein eigentlich krankhafter Zustand vor. Die Betroffenen sind in ihrer täglichen Arbeit, in ihrem Dasein nicht behindert. Offenbar vermögen sie ihr gestörtes Lebensgefühl zu verarbeiten oder durch Tätigkeit zu kompensieren.

Die Ausgangssituation ihrer Verstimmung hat aber große Ähnlichkeit mit derjenigen der eigentlichen psychiatrischen Krankheiten. In einem Referat von *F. Kehrer* aus dem Jahr 1938 über die «krankhaften psychischen Störungen der Rückwandlungsjahre vom klinischen Standpunkt aus» ist von Psychosen die Rede, die als Reaktion auf das veränderte Zeiterleben aufzufassen sind. Bei den Situationspsychosen, die selbstverständlich abzutrennen sind von der arteriosklerotischen und senilen Demenz, steht die Involutionmelancholie an erster Stelle. *Kehrer* versucht auf induktivem Wege den möglichen Zusammenhängen solcher Psychosen nachzugehen und schildert eine der spezifischen innern Situationen mit folgenden Worten:

«Resignation auf Grund der ersten gründlichen Rückschau auf das eigene Leben: Ernüchterung bzw. Enttäuschung über nutzlos verschwendete Kraft, verpaßte Gelegenheiten, nicht gereifte Blümenträume, falsch gesetzte Lebensziele, Selbstvorwürfe auf Grund der Lebensbilanz – Selbstbeichte über Fehler und Sünden gegenüber der Familie, Berufs- und Volksgemeinschaft, in bezug auf Sexualität usw.»

Ähnlich äußert sich auch *von Gabsattel* in seiner Abhandlung «Störungen des Werdens und des Zeiterlebens psychiatrischer Erkrankungen» aus dem Jahr 1939:

«Ebenso gewiß ist es auch, daß die depressive Veränderung der Zukunftsbezogenheit die Wirksamkeit der Vergangenheit grundlegend verändert. Je mehr der Weg in die Zukunft versperrt ist, desto mehr gerät der Depressive unter die Herrschaft der Vergangenheit . . . Daher die Neigung gewisser Melancholiekranke in endloser Wiederholung an dem, was geschehen ist, zu rütteln mit Wendungen wie: «Hätte ich das und jenes nicht getan, so wäre ich nicht krank geworden . . .» Der Kranke fühlt sich

durch die Vergangenheit festgelegt und determiniert und läuft gegen diese Vergangenheitsgebundenheit in ohnmächtiger Weise Sturm.»

Sehr frappant scheint mit die Ähnlichkeit der Selbstbeichte des oben erwähnten Briefschreibers mit der Schilderung des Psychiaters. Die Psychiater mögen uns erklären, wieso es bei den einen nur zu einer Störung und Beeinträchtigung der Grundstimmung und bei den andern zu einer Krankheit kommt.

Offenbar bildet das zeitliche Geschehen den gleichen Ausgangspunkt für die Psychopathologie der Psychosen und für die Störung des Lebensgefühls.

Ich bin am Ende meiner Ausführungen. Ich bin mir ihres höchst fragmentarischen, nur andeutenden Charakters durchaus bewußt.

Wenn wir nochmals auf den Vergleich mit dem Kind zurückkommen, entgehen wir nicht der Frage nach dem Sinn der psychologischen Erforschung des Alters. Die Psychologie der Jugend ist mit Erziehungsproblemen im weitesten Sinn verknüpft. Ihre Aufgabe besteht darin, die Entwicklung der jungen Menschen zu verstehen, sie für das Leben vorzubereiten und für den Lebenskampf zu ertüchtigen.

Im Alter gibt es wenig mehr zu ändern; der Mensch ist in seinen innern und äußern Gegebenheiten festgelegt. *Freud* vertrat die Ansicht, daß das vorgeschrittene Alter die Wirksamkeit der Psychoanalyse begrenze und deshalb wenig Interesse beanspruchen könne.

Lohnt es sich also, den geistig-seelischen Vorgängen des Alters nachzugehen und sich mit dem Seelenleben der Alten zu beschäftigen? Diese Frage erhebt sich ausgesprochen und unausgesprochen.

Die Antwort kann nicht anderswo liegen als in der Bejahung der Würde des Menschen, in dem, was *Albert Schweitzer* als Ehrfurcht vor dem Leben bezeichnet. Für diese soll es im Lebenslauf des Menschen keine Begrenzung geben.

Wie vermag alles das, was über die seelischen Vorgänge gesagt oder wenigstens angedeutet wurde, dem alten Menschen zu helfen? Die Aufgabe dieser Hilfe dürfte weniger dem Arzt als solchem, vielmehr der nähern und weiteren Umgebung der Alten zufallen. Das Ergehen und Befinden der Betagten hängt in weitem Umfang von äußeren Umständen ab.

Für den vom Alter Betroffenen kann es schon befreiend wirken, wenn ihm gezeigt wird, daß er mit seinen Problemen nicht allein steht, daß es sich um allgemeine menschliche Entwicklungen handelt,

die er mit unzähligen Altersgenossen teilt. In Fribourg schrieb vor mehr als drei Jahrzehnten der damalige Professor der Philosophie, *de Muninck*: «Il serait désirable qu'on consacraît à la vieillesse normale une monographie soignée. Nous sommes certains qu'elle serait consolante.» Befreiend wirkt auch die Vermittlung des Gefühls und das Bewußtsein, in einer überpersönlichen Ordnung geborgen zu sein.

Der alte Mensch möchte ernst genommen und beachtet werden. Der Ernst seiner Situation muß anerkannt werden. Es war für mich auffallend, wie bei unseren Erhebungen über die Alten in Basel und über die Stöcklibewohner im Emmental die Befragerinnen freundlich aufgenommen wurden; es weckte in den befragten Alten eine freudige Verwunderung, daß man ihrem Ergehen Interesse entgegenbrachte und sich nach ihren Problemen erkundigte. Es war für sie eine willkommene Gelegenheit der Aussprache. Der Wert der Aussprache kann nicht hoch genug eingeschätzt werden.

Das Interesse für die Alten darf sich nicht auf die Gegenwart beschränken. Der Wert der Alten liegt je in der Vergangenheit. Sie möchten sich nicht nur in der Gegenwart, sondern auch in der Vergangenheit bestätigt wissen. Wie kann das Gesicht eines Alten aufleuchten, wenn er an irgend eine Begebenheit oder Leistung aus seinem früheren Leben erinnert wird. Der alte Mensch wünscht aber nicht nur Bestätigung, sondern auch Wohlwollen und Nestwärme.

Die amerikanischen Psychologinnen *Kubie* und *Landau* berichten über ihre langjährigen Erfahrungen aus der Gruppentherapie bei der Betreuung eines Alters-Clubs in New York. Nachdem sie geschildert haben, wie die verschiedenen Menschentypen altern, welchen Wandlungen sie unterliegen und auch welche günstigen Erfolge das Gruppenleben zeitigt, kommen sie zum Schluß: «Aber was der alte Mensch über alles nötig hat, ist Liebe und Güte».

#### *Literatur*

*Bühler C.*: Der Lebenslauf als psychologisches Problem. 2. Aufl. Göttingen 1959.

*Driesch H.*: Lebenserinnerungen. Basel/München 1951.

*von Gebattel V. E.*: Prolegomena einer medizinischen Anthropologie. Berlin-Göttingen-Heidelberg 1959.

- Jaffé A.*: Alte Menschen im Altersheim Basel 1951.
- Kehrer F.*: Z. ges. Neurol. Psychiatr. 167 (1939).
- Kubie S. H.* und *Landau G.*: Group work with the ages. Internat. University Press. New York 1953.
- Minkowski E.*: Le temps vécu. Paris 1933.
- Moers M.*: Die Entwicklungsphasen des menschl. Lebens. Kronenburger Schriften. Ratingen 1953.
- Sahli H.*: Schweiz. med. Wschr. 61 (1931).
- Schulte W.* und *Harlfinger*: Fortschritte Neurol. Psych. 24. H. 7. 341 (1956).
- Schäfer H.*: Ärztl. Prax. III. Nr. 14. 1961.
- Shock N.*: Problems of Aging. Josiah Macy jr., Foundation. New York 1951.
- Stern E.*: Der Mensch in der zweiten Lebenshälfte. Zürich 1955.
- Straus E.*: Mschr. Psychiatrie 68, 640. 1928.
- Watts, Alan W.*: Weisheiten des ungesicherten Lebens. München 1955.  
Anschritt des Verfassers: 4144 Arlesheim, Rebgasse 21.