

*Mit jedem Jahr das du siehst zieh`n –
wird das Folgende dir noch schneller entflieh`n* oder:

Warum tickt die Uhr im Alter, scheinbar immer schneller?

Bilder, Geräusche, Gerüche, ja selbst Stimmungen und Gefühle können wir im Kopf abspeichern. Doch mit keinem unserer äußeren Sinne lässt sich die Zeit anschaulich erfassen. Weil sie nicht gegenständlich ist, kann man sie sich nicht objektiv (= als Objekt) vorstellen – Es gibt kein „Bild der Zeit“!

Deshalb muss unser Gehirn erlebte Zeiträume anders messen:
So wie wir aus dem Durchmesser eines aufgezeichneten Videobandes auf die „Dauer des Filmes“ schließen, **ermitteln wir unbewusst aus der Anzahl unserer beurteilungsrelevanten Erinnerungen die erlebten Zeiträume.**

*Denn: Das Leben besteht aus einer Folge von Augenblicken –
und einige davon bleiben bekanntlich unvergessen.*

Aber: Prägt sich unser Gehirn in jedem Jahr gleich viele „Erlebnisschnipsel“ ein?
Die Antwort kann sich jeder selbst geben:
An wie viele Geschichten, Eindrücke, Bilder.. aus meiner 10 jährigen Schulzeit kann ich mich erinnern?
Und zum Vergleich: Wie viele Begebenheiten aus den Jahren 2000 bis 2009 vermag ich aus dem Gedächtnis aufzuzählen?

In einer Studie sollte eine große Anzahl erwachsener Personen abschätzen bis zu welchem Lebensalter sie **die Hälfte ihrer Erinnerungen** gespeichert hätten.

Überraschendes Ergebnis:

Ob die Person 40, 60 oder 70 Jahre alt war, alle nannten ungefähr das **18. Lebensjahr**.

Warum ?

Stellen sie sich vor, sie müssten plötzlich, ganz auf sich alleine gestellt, und ohne Fachwissen, die Büroarbeit einer Kleinfirma erledigen. Weil sie die Wichtigkeit der eingehenden Informationen nicht beurteilen können, werden sie sicherheitshalber „zunächst“ alles abspeichern – „man weiß ja nie“.

Als Erwachsener könnten sie dabei immerhin auf ihre Lebenserfahrung zurückgreifen, doch ein Kind muss **alles** erst erlernen. Weil es (fast) keine Erfahrung hat, ist alles neu, vieles faszinierend und manches beängstigend. – Auf jeden Fall aber: **Speicherwürdig**.

Damit das Gedächtnis vor lauter „Datenmüll“ nicht überläuft, vergleicht es (vorwiegend im Schlaf) neue Eindrücke mit den schon bekannten Informationen. Dadurch wird vorhandenes Wissen vertieft und mit ähnlichen Speicherinhalten verknüpft. Man erkennt Zusammenhänge, der Mensch lernt, bekommt Erfahrung und die wachsende Routine erleichtert den Alltag. Informationen die später nicht verknüpft werden, sind (in der Regel) unwichtig und verblassen mit der Zeit. - Man vergisst sie.

Je größer der Erfahrungsschatz wird, umso mehr ankommende Informationen sind dem Gehirn bekannt- es muss sie sich nicht mehr erneut merken.

Bildlich gesprochen:

Wenn ein Tourist über viele Jahre seine Urlaubstage stets im selben Dorf verbringt, wird die Anzahl der neu aufgenommenen Urlaubsfotos von Jahr zu Jahr abnehmen. Denn in jedem nachfolgenden Urlaub wird er immer weniger Neues erleben- es wird langweilig.

Würde er nach 10 Jahren all diese Urlaubsfotos in einer Diaschau vorführen, so erlebt der Betrachter die Urlaubszeiten verfälscht: Selbst bei gleich bleibender Betrachtungszeit pro Bild „vergehen die gezeigten Jahre mit jeder Bilderserie immer schneller“.

Nach dem gleichen Prinzip entsteht ein **Zeitrafferfilm**:

Langsamer Bildaufnahmetakt und schneller Bildwechsel beim Betrachten.

Wird beim Filmen die sekundliche Bilderzahl verringert, beim späteren Vorführen aber konstant gehalten, beschleunigt sich die Filmhandlung.

Genau so empfinden wir auch unseren Lebensablauf!

Wenn wir schon bis zum 19. Geburtstag die Hälfte unserer Erinnerungen „eingesammelt“ haben, markiert das **18. Lebensjahr die Hälfte unseres „Lebensfilms“**. Und weil in der 2. Filmhälfte stetig mehr Jahre „Platz finden müssen“, beschleunigt sich scheinbar unsere Umwelt.

Die Oma hat im letzten Jahr fast nichts Neues erlebt und fragt am Jahresende:

„Ist denn schon wieder ein Jahr vorbei“?

Der kleine Enkel kann ihre Zweifel nicht nachvollziehen. Weil für ihn an jedem an Tag soviel interessantes geschehen ist, dauerte „sein“ Jahr gefühlsmäßig „eine kleine Ewigkeit.“

Fazit:

Seit der Geburt füllen wir unseren Erinnerungsspeicher.

Doch je höher der Füllgrad, umso weniger Informationen sind so neu, dass wir sie unbewusst abspeichern.

Die Konsequenz dieser Datenselektion fällt uns erst beim „Lesen des Speichers“ auf:

Wir stellen erstaunt fest, dass sich für uns **das Rad der Zeit immer schneller dreht**.

Natürlich gibt es auch Ausnahmen:

Wenn „unser“ Tourist ein großes, ungewöhnliches Urlaubsereignis erlebt, wird er von dieser Besonderheit sehr viele Fotos machen. So wie dieser „Fotoschwarm“ das Zeitempfinden beim späteren Betrachten dehnt, empfinden wir z.B. eine mehrwöchentliche schmerzhaftes Krankheitsphase, im Rückblick als überproportional lange Zeitspanne.

Die meisten Menschen vergessen mit der Zeit „harmlose“ negative Begebenheiten.

Wenn sie dann im Alter nur noch die verbliebenen positiven Eindrücke erzählen, verfälscht dies das Bild ihrer Jugendtage.

Merke:

Auch wenn es manchmal so aussieht: **Früher war nicht alles besser!**

„ ...und käme der Vorjahrsschnee auch wieder her,
so wär` er so weiß doch wie früher nicht mehr.“ - sang einst Reinhard Mey.

Das Gehirn verfälscht nicht nur das Zeitempfinden sondern oftmals auch die Umstände.

Doch so lange ein alter Mensch mit seinen Erinnerungen an die guten alten Zeiten, glücklich ist, sollte Niemand diesen Zustand ändern.