

Dagmar Wagner aus Berg über den demografischen Wandel, Gehirnforschung und ihren Film „Ü 100“

INTERVIEW Konstantin Fritz · FOTOS privat

# Ü100 – Wie sieht ein Leben mit 100 Jahren aus?

**SchlossMagazin: Frau Wagner, Sie haben gerade Ihren Kinodokumentarfilm über Hundertjährige fertig gestellt. Wie sind Sie auf das Thema gekommen?**

**Dagmar Wagner:** Vor zwei Jahren recherchierte ich für meine Vorträge zum demografischen Wandel in Deutschland. Ich las, dass es in Zukunft mehr und mehr Hundertjährige geben wird: Die Zahl von aktuell 17.000 in Deutschland wird sich bis 2060 verzehnfachen. Also interessierten mich die jetzt lebenden Hundertjährigen ganz besonders, da sie quasi die letzten ihrer Art sind. Bald ist es fast normal, so alt zu werden. Ich wollte wissen: Wie sieht ein Leben mit 100 Jahren aus?

**War von Anfang an ein Film in Kinolänge geplant?**

Vor dem ersten Recherchegespräch war ich mir nicht sicher, ob das Thema inhaltlich tragen würde, ob man einen ganzen Film lang Hundertjährigen zuhören und zuschauen möchte. Aber gleich das erste Interview war eine riesige Bereicherung. Im hohen Alter nehmen die Menschen kein Blatt mehr vor den Mund: „Es ist genug, ich will jetzt sterben“, sagte mir meine 103-jährige Protagonistin. Gleich im nächsten Satz machte sie

einen urkomischen Witz. Da ist so viel positives Lebensgefühl, viel mehr als man zuerst erwarten würde. Die Forschung hat erkannt, wie wichtig unsere Hochaltrigen für den Zusammenhalt der Familie sind, wie ein Fels in der Brandung. Bei den bisherigen Vorführungen mit einer Vorabfassung war das Publikum sehr berührt und hat viel gelacht. Und außerdem: Wir alle werden älter,

jeder Zuschauer entdeckt im Film etwas für sich.

**Auch als Biografin haben Sie mit älteren Menschen zu tun, die auf ihr Leben zurückblicken. Wie**

**kann man sich diese Arbeit vorstellen?**

Wenn jemand seine Lebensgeschichte in Form eines Buches aufgeschrieben haben möchte, führe ich zunächst einmal ein erstes ausführliches Gespräch, das noch nicht streng zielorientiert ist. Dann überlege ich mir eine individuelle Struktur für das Buch, da jede Biografie anders ist. Es wäre langweilig, mit der Geburt anzufangen und in der Gegenwart aufzuhören. Interessanter ist es herauszufinden, wie oft die Person Wandel erlebt hat, welche Wendepunkte es gab, ob sie ihr Leben selbst in der Hand hatte oder ob eher das Schicksal sie geleitet hat.

„WENN ALLE SICH GEGENSEITIG BEOBACHTEN,  
WER ZUERST DEMENT WIRD, DANN WIRD  
KEINER GLÜCKLICH UND GESUND ALTERN.“

**DAGMAR WAGNER** im Gespräch mit **RUJA** aus Starnberg (102) für den Film „Ü100“



### Da hören Sie jede Menge Erinnerungen. Was finden Sie dabei besonders wichtig?

Gerade ältere Menschen haben ein großes Bedürfnis, von sich zu erzählen. Darum werde ich ein Stück weit auch zur Vertrauten, weil ich von außen komme und unvoreingenommen zuhören kann. Für mich sind alle Gespräche anders und darum spannend. Und für die Klienten ist es ein heilender, gewinnbringender Prozess, die eigene Lebensgeschichte zu erzählen und aufschreiben zu lassen. Eine alte Dame, die ich begleiten durfte, musste Ende des Zweiten Weltkriegs über drei Jahre lang aus einem russischen Arbeitslager bis nach Penzberg fliehen. Ein vielfach traumatisches Erlebnis, das sie nie verarbeiten konnte. Als das Buch fertig war, las sie es durch, legte es weg und war wie erlöst. Es ist wie ein Weg der Erkenntnis, den man gemeinsam geht: Sich mit seinem Leben abzufinden und zu akzeptieren, was passiert ist. Viele wollen im Alter erkennen, wo sie vielleicht noch etwas wieder gut machen sollten. Ich habe gemerkt: Je mehr offene Rechnungen man hat, desto schwieriger wird der Alterungsprozess. Deswegen ist es essentiell, seinen Frieden mit belastenden Themen zu schließen, wie auch immer das aussehen mag.

### Über Ihre biografische Arbeit kamen Sie zu den Vorträgen, bei denen Sie dem Publikum auf verständliche Art und Weise erklären, was beim Älterwerden mit dem Gehirn passiert. Welchen Aufklärungsbedarf hat unsere Gesellschaft da?

In meinem Umfeld werde ich oft mit der Frage konfrontiert: „Ich vergesse immer wieder mal etwas, habe ich jetzt Demenz?“ Das Altern ist bei meiner Generation extrem angstbesetzt. Man beobachtet sich gegenseitig, prüft sich und andere auf erste Anzeichen von Demenz. So wird keiner glücklich und gesund altern! Man hat herausgefunden, dass das Gehirn ab 50 Jahren ganz eigene Qualitäten entwickelt, die ein junges Gehirn auf keinen Fall haben kann: Es wird bei kurzfristigen Begebenheiten zwar vergesslicher. Aber dafür entwickelt es andere unglaubliche Stärken, auf die eine Gesellschaft nicht verzichten kann. Deshalb habe ich einen Vortrag aus der Fachliteratur erarbeitet, wo ich jedem Zuhörer nachvollziehbar erklären kann, wie sich der Wandel des Gehirns im positiven aber auch natürlich auch im negativen vollzieht. Für viele ist das eine große Entlastung.

### Wie sieht unsere Gesellschaft in 15 Jahren aus?

Deutschlandweit ist im Jahr 2030 knapp ein Drittel der Bevölkerung über 65 Jahre alt. Im Landkreis Starnberg ist der demografische Wandel besonders auffällig, da viele ih-

ren Lebensabend hier verbringen wollen. In fünfzehn Jahren leben hier fast 70 Prozent mehr über 80-Jährige als noch im Jahr 2010. Das Landratsamt nimmt sich des Themas seit Jahren an und lässt Konzepte zur neuen Situation erstellen: Brauchen wir mehr Tagespflege? Mehr mobile Pflege? Mehr Altersheime? Mehrgenerationenhäuser? Einerseits sollen die Alten ja versorgt werden. Andererseits ist es wichtig, dass das Altern an sich wieder positiv besetzt ist. Wenn wir denken, dass wir als alte Menschen überflüssig sind, werden wir zwangsläufig unglücklich altern. Aber auch das, was die Jungen über die Alten denken, hat direkten Einfluss auf deren Wohlergehen. Wir müssen und werden vorurteilsfrei und positivere Altersbilder entwickeln. Dafür setze auch ich mich mit meiner Arbeit ein. #

## DAGMAR WAGNER

(56) ist Dokumentarfilmregisseurin, Biografin und Referentin zum Thema Gehirnforschung und demografischer Wandel. Für ihren Film „Das Ei ist eine geschissene Gottesgabe“ wurde sie mit dem Bayerischen Filmpreis ausgezeichnet, für ihre Biografie „Mehr geht nicht!“ über Heinz J. Raith mit dem Deutschen Biografiepreis. Ihr neuester Film „Ü 100“ über acht Protagonisten aus dem Fünfseenland, die jeweils über hundert Jahre alt sind, soll Ende 2016 bundesweit in die Kinos kommen. Da der Film ohne Senderbeteiligung produziert und privat finanziert wird, sucht die Regisseurin noch Sponsoren für die Kinofassung (finaler Schnitt, Farbkorrektur). Interessenten können sich per Email unter [dagmar.wagner@wagner-biografien.de](mailto:dagmar.wagner@wagner-biografien.de) melden.

Information zu Dagmar Wagner und ihrer Arbeit unter

[www.wagner-biografien.de](http://www.wagner-biografien.de)