

## Zusammenfassungen

### Einführung: Begriffliches und Methodisches in altersübergreifender Perspektive

Die Lebensspanne kann aufgrund eines Kriterienbündels von chronologischem Alter sowie biologischen und sozialen Faktoren grob in die drei Altersphasen Kindheit und Jugend, Erwachsenenalter und Alter eingeteilt werden. Aus der Perspektive eines Lebensspannenansatzes der Entwicklung sind alle Altersbereiche für eine erfolgreiche Entwicklungsregulation gleich bedeutungsvoll, jedoch stehen in jedem Altersbereich unterschiedliche Fähigkeitsbereiche und Lebensereignisse für die entwicklungspsychologische Forschung im Fokus.

Die wissenschaftliche Untersuchung der Entwicklung über die Lebensspanne konzentriert sich auf die Beschreibung und Erklärung einer Vielzahl von Formen des Wandels. So geht es nicht nur darum, für alle Personen geltende Altersnormen psychischer Entwicklung zu finden, sondern auch die Ursachen für die interindividuellen Unterschiede in intraindividuellen Veränderungen – im Alter auch in der Stabilität – in verschiedenen Dimensionen psychischer Fähigkeiten herauszufinden und daraus Aussagen zur Entwicklungsprognose abzuleiten.

Die besondere methodische Schwierigkeit der Entwicklungspsychologie liegt in der Veränderungsmessung. Nur durch die geschickte Kombination von Längsschnittuntersuchungen mit Sequenzen von Querschnittuntersuchungen und experimentellen Studien lassen sich Altersveränderungen von Einzelpersonen und Populationen erfassen und ihre Ursachen analysieren.

### Kapitel 1: Das Besondere der Kindheit: Historisches und Biologisches

Unsere heutige Sichtweise der Kindheit ist, geschichtlich betrachtet, relativ neu. Erst mit der Philosophie im Zeitalter der Aufklärung kam der Durchbruch zur Erkenntnis, dass die ersten Jahre im Leben der Menschen eine Phase sind, die besondere Aufmerksamkeit verdient, auch in wissenschaftlicher Hinsicht. Weitere wichtige Impulse kamen von der Evolutionstheorie Darwins. In ihrer Folge entstanden vor über 100 Jahren erste empirische Ansätze, die als Grundsteine für die Entwicklungspsychologie, wie sie sich heute darstellt, gesehen werden können. Ein zweiter Teil dieses Einführungskapitels befasste sich mit der körperlichen Entwicklung, insbesondere mit dem Erwerb motorischer Fertigkeiten im ersten Lebensjahr. Viele dieser Fertigkeiten sind eng mit der kognitiven und sozialen Entwicklung verwoben; sie bilden somit eine Grundlage für Betrachtungen zu psychologischen Inhalten in den folgenden Kapiteln.

### Kapitel 2: Wahrnehmungs- und Sprachentwicklung

Betrachtet man die Wahrnehmungs- und Sprachentwicklung, so stellt sich uns das Bild eines äußerst kompetenten Kleinkinds dar. Was die Wahrnehmung betrifft, muss man Abschied nehmen von der Vorstellung des Neugeborenen als „blooming, buzzing confusion“. Die mit neuen Versuchstechniken gewonnenen Daten zeigen, dass ein Kind bei der Geburt zwar noch

nicht alles, aber schon einige Monate danach vieles fast wie ein Erwachsener wahrnehmen kann. Auch im Bereich der Sprache verläuft die Entwicklung mit einer derartigen Geschwindigkeit und Effizienz, dass einfache Lernprozesse als Erklärung nicht ausreichen. In Anbetracht der Datenlage erscheint die Annahme angeborener Komponenten angebracht. Dies betrifft die Laut-, Wort- und Satzebene, also die Phonologie, Semantik und Syntax.

### Kapitel 3: Kognitive Entwicklung

Piagets Stufentheorie war der erste große Entwurf einer Beschreibung und Erklärung der kognitiven Entwicklung von der frühesten Kindheit bis zum Beginn des Erwachsenenalters. Sie hat der Erforschung des Gebiets über ein halbes Jahrhundert eine Richtung gegeben und sie bis heute maßgeblich beeinflusst. Viele Aussagen und Annahmen der Theorie hielten einer genaueren empirischen Überprüfung nicht stand. Es wurden daher Alternativen vorgeschlagen, die jeweils den Rahmen für spezifischere Forschung bildeten:

- ▶ die Informationsverarbeitungsansätze, in denen die Computermetapher eine wichtige Rolle spielt,
- ▶ die Informationsintegrationstheorie, deren Methodologie einen validen Zugang zur internen, mentalen Welt anstrebt,
- ▶ und die bereichsspezifischen Theorien, die sich viel für intuitive kindliche Theorien in einzelnen Wissensdomänen interessieren.

Aufgrund der neueren Forschung stellen sich Kinder – generell gesagt – in allen Altersbereichen als kompetenter und hinsichtlich ihrer kognitiven Leistungen auch als adaptiver und vielfältiger dar, als früher vermutet worden war.

### Kapitel 4: Soziale Entwicklung

Dargestellt wurden exemplarisch drei thematische Bereiche, die im Zusammenhang mit dem Aufbau sozialer Beziehungen im Entwicklungsverlauf von besonderer Wichtigkeit sind: Emotionen, Bindung und Moral. Es zeigte sich eine große theoretische Vielfalt: Im ersten Bereich gab es inhaltspezifische Theorien, im zweiten einen Rückgriff auf lernpsychologische, psychoanalytische und ethologische Theorien und im dritten eine Anlehnung an kognitiv orientierte Theorien. Die Theorievielfalt spiegelt sich in einer bemerkenswerten methodischen Breite wider. Insgesamt stellt sich die soziale Entwicklung als facettenreiches Gebiet dar. Im Vergleich mit dem Forschungsgebiet der kognitiven Entwicklung fällt auf, dass es kaum Versuche gibt, diese Vielfalt unter ein gemeinsames Dach zu bekommen.

## Kapitel 5: Grundlagen: Definitionen und Konzepte

Wie über die gesamte Lebensspanne bestehen auch im Erwachsenenalter große interindividuelle Unterschiede zwischen Personen. In dieser Lebensphase, in der non-normative Einflüsse auf die Entwicklung relativ groß sind und biologische Faktoren im Vergleich zu anderen Entwicklungsphasen ein geringes Gewicht haben, zeigen sich interindividuelle Unterschiede häufig in der Meisterung von Entwicklungsaufgaben.

Entwicklungsaufgaben können dabei aufgefasst werden als sozial geteilte Erwartungen hinsichtlich des Alters, in dem bestimmte gesellschaftlich als zentral betrachtete Aufgaben von einem Individuum gelöst sein sollten. Diese Erwartungen können dem individuellen Entwicklungsverlauf einen Orientierungsrahmen für das Setzen und Verfolgen von Zielen im Erwachsenenalter geben.

## Kapitel 6: Identität und Selbstdefinition

Die Jugend wird oft als der für die Identitätsfindung zentrale Lebensabschnitt dargestellt. Wenn der Prozess des Austestens möglicher alternativer Wert- und Zielvorstellungen in Bezug auf die eigene Person und das eigene Leben erfolgreich verläuft, so führt dies nach Erikson zu einer sicheren Identität. Diese erlaubt eine flexible Auseinandersetzung einer Person mit sich selbst und ihrer sich verändernden Lebenswelt. Eine „erlangte Identität“ ist auch empirisch mit Indikatoren positiver Entwicklung verbunden.

Für das Erwachsenenalter gibt es eine vergleichsweise geringe Datenbasis zur Stabilität des Inhaltes und der Struktur von Identität und Selbstdefinition. Auf dieser Basis kann geschlossen werden, dass im Erwachsenenalter und bis ins hohe Alter hinein eine recht große Stabilität vorherrscht.

Die Frage, welche Prozesse zur Stabilität von Selbstdefinition und Identität angesichts einer sich verändernden Lebenswelt beitragen, lässt sich insbesondere mithilfe des empirisch gut belegten Zwei-Komponenten-Modell des Copings von Brandstädter klären. Nach der ergänzten Modellversion sind assimilative, akkommodative und immunisierende Prozesse bei der Bewältigung von identitätsbedrohenden Zieldiskrepanzen hilfreich.

## Kapitel 7: Motivation und sozioemotionale Entwicklung

Motivation und persönliche Ziele sind nicht nur Konstrukte, die sich über die Lebensspanne hinweg entwickeln und verändern, sondern sie tragen auch maßgeblich zur Entwicklung bei. So haben im Säuglings- und frühkindlichen Alter entwickelte Motive einen Einfluss auf das Erleben und Verhalten im Jugend- und Erwachsenenalter. Dies ist insbesondere für das Anschluss- und das Leistungsmotiv untersucht. Persönliche Ziele entwickeln sich dagegen erst im Jugendalter zu stabilen, handlungsleitenden kognitiven Repräsentationen bezüglich anzustrebender und zu vermeidender Zustände. Ziele bestimmen die Richtung der Entwicklung mit und beeinflussen

auch das Funktionsniveau, das in einem bestimmten Funktionsbereich erreicht und aufrechterhalten wird. Der Inhalt von Zielen verändert sich mit dem Alter und den sich verändernden Lebensumständen genauso wie ihre Ausrichtung auf Gewinne und Verluste in Abhängigkeit von der sich mit dem Alter verändernden Ressourcenlage.

Wie viel verbleibende Lebenszeit einer Person (subjektiv) zur Verfügung steht, ist eine der Ressourcen, die nach der Sozioemotionalen Selektivitätstheorie insbesondere für die soziale Motivation grundlegend sind. Nach dieser Theorie geht die Verkleinerung des sozialen Netzwerkes mit dem Alter auf die sich verkürzende Zeitperspektive zurück. Als je kürzer die eigene Zukunft wahrgenommen wird, desto wichtiger wird die zeitnahe Emotionsregulation und desto weniger wichtig wird die Informationssuche als Motiv für soziale Kontakte.

In den aktuellen Modellen der erfolgreichen Entwicklung spielen Zielprozesse eine zentrale Rolle. Damit wird auch der Rolle der Person als einer Mitgestalterin ihrer eigenen Entwicklung, wie sie von der Lebensspannenpsychologie betont wird, Rechnung getragen. Diese Modelle befassen sich mit der Frage nach der Beschreibung und Erklärung der Regulation von Entwicklungsgewinnen und -verlusten.

## Kapitel 8: Spezielle Themen des Erwachsenenalters

Das Erwachsenenalter ist durch die Lebenskontexte Beruf und Familie charakterisiert. Die Entwicklung in diesen Bereichen ist komplex, sodass einfache Stufenmodelle oder unidirektionale Phasenverläufe keine optimale Beschreibung zu leisten scheinen.

Die zentralen Themen der **beruflichen** Entwicklung sind:

- ▶ Exploration der eigenen beruflichen Interessen und der beruflichen Optionen
- ▶ Herstellung einer Passung zwischen Arbeit/Beruf und Person (z. B. Holland, 1997)
- ▶ Berufliche Entwicklung als lebenslanger Prozess verschiedener, sich möglicherweise wiederholender Phasen (z. B. Super, 1993)
- ▶ Lebenslanges Lernen
- ▶ Erlangen und Aufrechterhalten beruflicher Expertise

Die **familiäre** Entwicklung umfasst mindestens drei Beziehungsarten:

- ▶ Paarbeziehung
- ▶ Eltern-Kind-Beziehung
- ▶ Geschwisterbeziehungen

Diese Beziehungsarten entwickeln sich über die Lebensspanne sehr unterschiedlich, aber, da es sich bei der Familie um ein System mit wechselseitig abhängigen Beziehungen handelt, nicht unabhängig voneinander. Die familiäre Entwicklung kann als mit der Partnerwahl beginnend beschrieben werden, der der Übergang zur Elternschaft folgt. Bereits diese Beschreibung zeigt jedoch, dass jegliche Stufenzuordnung eine zu große Vereinfachung darstellt. Ein Paar kann sich beispielsweise auch deshalb binden, weil die Partnerin ungewollt schwanger wurde.

Festzuhalten ist, dass der Übergang zur Elternschaft ein einschneidendes Lebensereignis ist, das die meisten Eltern jedoch gut bewältigen. Auch der Auszug der Kinder aus dem Elternhaus ist entgegen ursprünglichen Annahmen eher positiv als negativ besetzt.

Die Vereinbarkeit von Beruf und Familie wird insbesondere von ressourcen- und stresstheoretischen Ansätzen als problematisch gesehen, da die multiplen Anforderungen sich teilweise wechselseitig ausschließen und teilweise die individuell verfügbaren Ressourcen überschreiten. Entwicklungspsychologische Ansätze können neue Aspekte offenlegen, da sie den zeitlichen Verlauf mit einbeziehen. So ist die zeitliche Schwerpunktsetzung auf den einen oder den anderen Lebensbereich eine Möglichkeit, Beruf und Familie zu vereinbaren, auch wenn dies nicht notwendigerweise in ein und demselben Ausmaß zu ein und derselben Zeit stattfindet.

Die Charakterisierung des mittleren Erwachsenenalters als einer Zeit der Krisen (Sandwich-Generation, Midlife-Crisis, Empty-Nest, Menopause) ist nach dem derzeitigen Forschungsstand nicht haltbar. Die meisten Erwachsenen bewältigen die Herausforderungen dieser Lebensphase erfolgreich.

### **Kapitel 9: Grundlagen: Entwicklung im Alter**

Gegenstand der Entwicklungspsychologie im Alter sind Veränderungen und Stabilität in Fähigkeiten, Eigenschaften, Verhalten und Erleben älter werdender Menschen. Für die Erforschung von Entwicklung im Alter können verschiedene Altersdefinitionen nützlich sein, so etwa die chronologische, die funktionale, die demografische oder die soziale Altersdefinition.

Sehr viel mehr als in der Entwicklung bis ins Erwachsenenalter ist die Frage von Bedeutung, wie es älter werdenden Personen gelingen kann, Verhalten, Erleben und Fähigkeiten zu stabilisieren. Aktuelle theoretische Ansätze betonen, dass die Entwicklung im Alter facettenreich und multidirektional verläuft und dass die Entwicklung wesentlich von den regulativen Aktivitäten der alten Personen differenziell beeinflusst wird. Bei geringerem Fähigkeitsniveau spielen Kontexte eine zunehmend wichtige Rolle für die Entwicklung im Alter. Die individuelle, subjektive und biografische Sichtweise älterer Personen ist insbesondere für die Untersuchung von Lebensqualität im Alter von herausragender Bedeutung.

### **Kapitel 10: Ressourcenentwicklung im Alter**

Für den Bereich kognitiver Ressourcen zeigen Längsschnittdaten für das Alter durchschnittliche Leistungsveränderungen für die fünf Primärfähigkeiten der Intelligenz ab spätestens 46 Jahren und erhebliche mittlere Verringerungen nach 81 Jahren. Für Aufgaben praktischer Intelligenz oder Expertenwissen für die Lösung alltagspraktischer Probleme ist Stabilität der Leistung bis ins hohe Alter nachweisbar. Allerdings bestehen erhebliche interindividuelle Unterschiede; und schließlich sind die Verläufe durch Training beeinflussbar.

Soziale Beziehungen über die Lebensspanne sind von einem Wandel der Personen im Netzwerk und der sozialen Unterstützungsfunktion gekennzeichnet; die Funktionen des sozialen Kontextes sind dennoch eher stabil. Bei einer quantitativen Reduktion der Sozialkontakte mit zunehmendem Alter bleibt die Anzahl der als wirklich eng eingeschätzten sozialen Beziehungen bis in hohe Alter recht stabil.

Stabile Personeneigenschaften sind eine wichtige Ressource im Umgang mit Altersveränderungen. Zwar wird häufig berichtet, dass es im Alter keine oder nur sehr geringfügige Veränderungen gäbe, hier wird jedoch aufgezeigt, dass in wichtigen Bereichen ein erhebliches Veränderungspotenzial besteht.

Erst ab 85 Jahren gibt es geringe Veränderungen im Auftreten oder der Intensität negativer oder positiver Emotionen. Die Komplexität des emotionalen Empfindens und des Emotionsausdrucks nimmt zu, und die Interpretation des Emotionsausdrucks gelingt zunehmend besser – vor allem bei Personen gleichen Alters. Insgesamt zeigt sich im höheren Erwachsenenalter ein genereller Trend hin zu intrapsychisch-internen Strategien.

## **Kapitel 11: Entwicklungspotenziale und Entwicklungsrisiken im Alter**

Alterstypische Entwicklungsrisiken im Bereich des Sehens und Hörens, der Psychomotorik und der selbstständigen Lebensführung stellen erhebliche Anforderungen an das adaptive Potenzial alter Menschen. Kompensation ist durch Prävention und Früherkennung, Umweltveränderungen, Behandlung von Erkrankungen im mittleren Alter, Psychotherapie und individuelle Trainingsaktivitäten möglich.

## **Kapitel 12: Spezielle Themen des Alters**

Jede Altersphase ist durch besondere Entwicklungsaufgaben und Lebenssituationen charakterisiert. Die Situation älterer Arbeitnehmer unterliegt dabei einem starken Wandel, da sich durch die demografischen Veränderungen der Stellenwert dieser Gruppe stark verändert und das berufliche Umfeld sich zunehmend besser auf diese neue Situation einstellt. Grundlegend für den weiteren Wandel ist die sachliche Auseinandersetzung mit den Fragen der individuellen und teambezogenen Stärken und Lernbedürfnisse älterer Arbeitnehmer.

Auch soziale Beziehungen im Alter unterliegen einem starken Wandel. So nimmt die Partnerschaftsdauer von Verheirateten immer mehr zu, und immer mehr ist die Auseinandersetzung mit den Entwicklungsaufgaben des Alters eine gemeinschaftliche Aufgabe. Besondere Gefahren für die Entwicklung im Alter bestehen daher bei Belastungen der Partnerschaft durch Krankheit oder Tod.

Tod und Sterben sind durch die demografischen Veränderungen zunehmend ein Phänomen des Alters und hohen Alters. Diese Lebensphase ist gestaltbar, und präventive Anstrengungen etwa bei der Behandlung psychischer Erkrankungen können zudem die Suizidhäufigkeit im Alter vermindern.