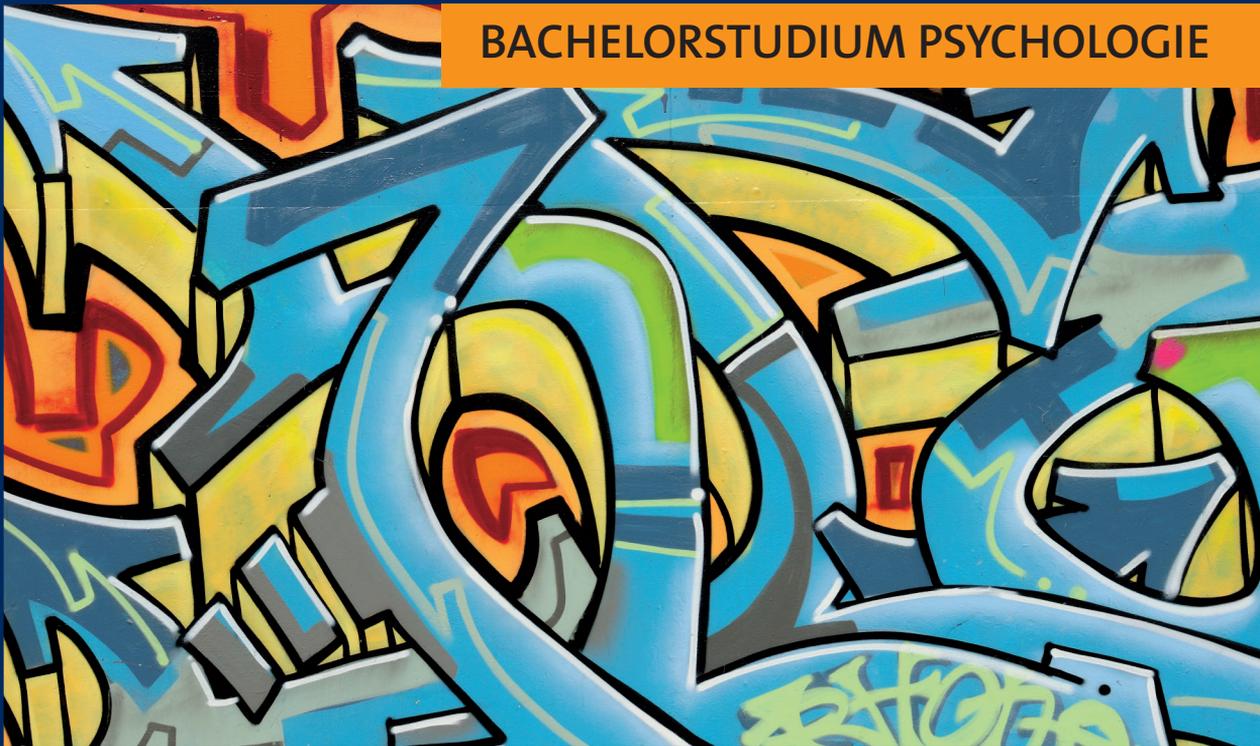


Frieder R. Lang · Mike Martin
Martin Pinguart

Entwicklungspsychologie – Erwachsenenalter

BACHELORSTUDIUM PSYCHOLOGIE



Entwicklungspsychologie – Erwachsenenalter

Bachelorstudium Psychologie

Entwicklungspsychologie – Erwachsenenalter

von Prof. Dr. Frieder Lang, Prof. Dr. Mike Martin

und Prof. Dr. Martin Pinquart

Herausgeber der Reihe:

Prof. Dr. Eva Bamberg, Prof. Dr. Hans-Werner Bierhoff,

Prof. Dr. Alexander Grob, Prof. Dr. Franz Petermann

Entwicklungspsychologie – Erwachsenenalter

von

Frieder R. Lang, Mike Martin
und Martin Pinquart

Unter Mitarbeit von

Mathias Allemand, Regula Lehmann,
Margund K. Rohr, Urte Scholz, Jenny Wagner,
Cornelia Wrzus, Jochen P. Ziegelmann
und Daniel Zimprich

HOGREFE  GÖTTINGEN · BERN · WIEN · PARIS · OXFORD · PRAG · TORONTO
CAMBRIDGE, MA · AMSTERDAM · KOPENHAGEN · STOCKHOLM

Prof. Dr. Frieder R. Lang, geb. 1962. 1982–1990 Studium der Psychologie in Berlin. 1993 Promotion. 2001 Habilitation. 2002–2006 Professor für Entwicklungspsychologie an der Universität Halle-Wittenberg. Seit 2006 Inhaber des Lehrstuhls für Psychogerontologie und Leiter des Instituts für Psychogerontologie an der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg.

Prof. Dr. Mike Martin, geb. 1965. 1986–1990 Studium der Psychologie in Mainz und den USA. 1994 Promotion. 2001 Habilitation. Seit 2002 Inhaber des Lehrstuhls für Gerontopsychologie am Institut für Psychologie der Universität Zürich.

Prof. Dr. Martin Pinquart, geb. 1960. 1978–1983 Studium der Psychologie in Jena und Berlin. 1986 Promotion. 1996 Habilitation. Seit 2007 Professor für Entwicklungspsychologie an der Philipps Universität Marburg.



Informationen und Zusatzmaterialien zu diesem Buch finden Sie unter www.hogrefe.de/buecher/lehrbuecher/psychlehrbuchplus

© 2012 Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG
Göttingen · Bern · Wien · Paris · Oxford · Prag · Toronto
Cambridge, MA · Amsterdam · Kopenhagen · Stockholm
Merkelstraße 3, 37085 Göttingen

<http://www.hogrefe.de>

Aktuelle Informationen · Weitere Titel zum Thema · Ergänzende Materialien

Copyright-Hinweis:

Das E-Book einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar.

Der Nutzer verpflichtet sich, die Urheberrechte anzuerkennen und einzuhalten.

Umschlagabbildung: © VLIET – istockphoto.com
Satz: ARThür Grafik-Design & Kunst, Weimar
Format: PDF

ISBN 978-3-8409-2186-5

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	11
1 Grundannahmen und Konzepte der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne	13
1.1 Die Herausbildung der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne	14
1.2 Begriffe	17
1.3 Theoretische Grundlagen und Leitsätze der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne	20
1.3.1 Die Perspektive der biologischen und kulturellen Evolution	21
1.3.2 Leitsätze der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne	23
1.3.3 Theorien und Konzepte zu Kontinuität und Wandel im Erwachsenenalter	31
Zusammenfassung	37
Weiterführende Literatur	37
Fragen	37
2 Methoden der Entwicklungspsychologie: Veränderungsmessung	39
2.1 Einleitung	40
2.2 Veränderungen als Gegenstand der Entwicklungspsychologie des Erwachsenenalters	40
2.3 Arten von Veränderungen	42
2.4 Wie hängen Veränderungen im Erwachsenenalter zusammen ...	46
2.5 Methoden der Veränderungsmessung und praktische Implikationen	54
2.6 Längsschnittstudien und Veränderungen im Erwachsenenalter	55
Zusammenfassung	57
Weiterführende Literatur	57
Fragen	58

3	Kognitive Entwicklung	59
3.1	Einleitung	60
3.2	Kognitive Leistungen im Alter	60
3.3	Vier Modelle der Entwicklung von Kognitionen im Erwachsenenalter	63
3.4	Entwicklung des Gedächtnisses	66
3.5	Kognition im Alltag	68
3.6	Plastizität: Veränderungsspielraum von Entwicklung	69
3.7	Kognitive Entwicklung findet auch im mittleren Alter statt	71
3.8	Entwicklungsfördernde Einflüsse auf kognitive Leistungen	72
3.9	Kognitive Trainings	74
	Zusammenfassung	77
	Weiterführende Literatur	78
	Fragen	78
4	Entwicklungskontexte	79
4.1	Die Systematisierung von sozialen Entwicklungskontexten	80
4.2	Für die psychische Entwicklung bedeutsame Umweltmerkmale. . .	84
4.2.1	Umweltdimensionen	84
4.2.2	Aspekte der Exposition	87
4.3	Altersunterschiede in der Bedeutung von Umweltdimensionen und in der Auseinandersetzung mit der Umwelt	90
4.4	Ausgewählte Entwicklungskontexte	91
4.4.1	Die Familie	91
4.4.2	Die gegenständliche Umwelt	100
4.4.3	Kultur als Entwicklungskontext	101
	Zusammenfassung	102
	Weiterführende Literatur	103
	Fragen	103
5	Soziale Beziehungen im Erwachsenenalter	105
5.1	Menschen als aktive Gestalter ihrer sozialen Umwelt	107
5.2	Struktur und Leistungen sozialer Beziehungen in der zweiten Lebenshälfte	108
5.3	Soziale Beziehungen und Gesundheit	111
5.4	Partnerschaften im mittleren und höheren Lebensalter	113

5.5	Scheidung und Verwitung	115
5.6	Intergenerationelle Beziehungen: Eltern und ihre erwachsenen Kinder	117
5.7	Freundschaften	118
5.8	Exkurs zur Einsamkeit im Alter	120
	Zusammenfassung	121
	Weiterführende Literatur	122
	Fragen	122
6	Motivation und Entwicklungsregulation	123
6.1	Der Lebenslauf als Gegenstand menschlichen Handelns	126
6.2	Woher kommen Ziele und wie verändern sich Ziele im Laufe des Lebens?	131
6.3	Wie werden Ziele verfolgt oder aufgegeben? – Prozesse der Zielverfolgung und Zielanpassung	134
6.3.1	Die Lebenslauftheorie der Kontrolle	136
6.3.2	Das Modell der Selektion, Optimierung und Kompensation (SOK)	137
	Zusammenfassung	139
	Weiterführende Literatur	140
	Fragen	140
7	Entwicklung der Persönlichkeit	141
7.1	Entwicklungsverläufe im Erwachsenenalter und Alter	144
7.1.1	Mittelwertsveränderung in der Struktur und in Prozessen der Persönlichkeit	145
7.1.2	Rangstabilität von Persönlichkeitsstruktur und -prozessen	148
7.2	Theorien der Persönlichkeitsentwicklung	150
7.2.1	Struktur- und Stabilitätstheorie der Persönlichkeit nach Costa und McCrae	150
7.2.2	Die psychosoziale Theorie der Persönlichkeitsentwicklung von Erik Erikson	152
7.2.3	Normative und nicht normative Lebensereignisse	155
	Zusammenfassung	158
	Weiterführende Literatur	159
	Fragen	159

8	Entwicklung des Selbst und des Wohlbefindens	161
8.1	Theorien der Entwicklung des Selbst und Selbstkonzepts	165
8.1.1	Zwei-Prozess-Modell	166
8.1.2	Das Modell der Selektion, Optimierung und Kompensation (SOK)	167
8.1.3	Selbstkonzeptentwicklung: Synopsis	169
8.2	Wohlbefindensparadox	170
8.3	Selbstwertentwicklung	174
	Zusammenfassung	178
	Weiterführende Literatur	179
	Fragen	179
9	Beruf, Arbeit und Entwicklung	181
9.1	Einleitung	182
9.2	Individuelle und kontextuelle Perspektiven	182
9.3	Einzelne Persönlichkeitsmerkmale	186
9.3.1	Eigenschaften	186
9.3.2	Motive und Werthaltungen	190
9.3.3	Fähigkeiten und Kompetenzen	193
9.4	Integration von individuellen und kontextuellen Entwicklungsperspektiven	195
	Zusammenfassung	199
	Weiterführende Literatur	199
	Fragen	199
10	Entwicklung von Gesundheit und Alltagskompetenz im mittleren und höheren Erwachsenenalter	201
10.1	Einleitung	202
10.2	Entwicklungsverläufe von Gesundheit und Alltagskompetenz ...	203
10.2.1	Gesundheit im mittleren und höheren Erwachsenenalter	203
10.2.2	Alltagskompetenz im mittleren und höheren Erwachsenenalter	204
10.3	Ganzheitliche Förderung von Gesundheit und Alltagskompetenz	206

10.3.1	Rahmenmodell für entwicklungsorientierte Interventionen	207
10.3.2	Subjektive Zeitwahrnehmung und gesundheitliche Selbstregulation	211
10.3.3	Wie kann das Investieren in Gesundheitsverhalten zu erfolgreichem Altern beitragen?	212
10.3.4	Person- und umweltbezogene Faktoren erfolgreichen Alterns	212
10.4	Ausgewählte Beispiele für Interventionen zur Förderung von Gesundheit und Alltagskompetenz	213
10.4.1	Interventionsstudie mit Pflegekräften zur Erhaltung der Selbstständigkeit von Heimbewohnern	213
10.4.2	Standards für Evaluationen	217
10.4.3	Körperliche Aktivität und Verhaltensmanagement bei Menschen mit Alzheimer-Erkrankung	217
	Zusammenfassung	219
	Weiterführende Literatur	219
	Fragen	219

11 Interventionen zur Entwicklungsförderung und zur Prävention von Entwicklungsproblemen 221

11.1	Interventionen zur Bewältigung altersassoziierter Anforderungen und Entwicklungsaufgaben im Familienbereich	224
11.1.1	Interventionen zur Vorbereitung auf die Ehe und zur Prävention von Eheproblemen	224
11.1.2	Interventionen zur Vorbereitung auf die Elternschaft	228
11.1.3	Interventionen mit pflegenden Angehörigen	230
11.1.4	Interventionen mit Verwitweten und anderen Hinterbliebenen	233
11.2	Interventionen zur Bewältigung altersassoziierter Anforderungen und Entwicklungsaufgaben im beruflichen Bereich	234
11.2.1	Berufliche Laufbahnberatung	234
11.2.2	Interventionen zur Vorbereitung auf die Pensionierung	236
11.3	Kognitive Trainingsmaßnahmen	238
11.4	Interventionen zur Verbesserung des psychischen Befindens	244
	Zusammenfassung	246
	Weiterführende Literatur	247
	Fragen	247

12	Sterben und Tod	249
12.1	Einstellungen und Gefühle in Bezug auf Sterben und Tod	251
12.2	Vorbereitung auf Sterben und Tod	254
12.3	Der Prozess des Sterbens	256
12.4	Suizid und Wunsch nach Sterbehilfe	261
12.5	Die Situation der Hinterbliebenen	263
	Zusammenfassung	271
	Weiterführende Literatur	272
	Fragen	272
	Anhang	273
	Literatur	275
	Glossar	303
	Sachregister	313

Vorwort

Seit einigen Jahrzehnten hat sich in der Entwicklungspsychologie die Erkenntnis durchgesetzt, dass Denken, Erleben und Handeln des Menschen in allen Phasen des Lebens bis in ein hohes Alter hinein veränderlich und in Grenzen auch erweiterbar sind. Die Entwicklung des Menschen ist durch eine enorme Plastizität, durch Vielfalt und Individualität geprägt, dies gilt insbesondere auch im Erwachsenenalter und Alter. So hat sich das Bild des Alterns in den vergangenen Jahrzehnten entsprechend rasant gewandelt und damit zu neuen Fragen und Themen in der entwicklungspsychologischen Theoriebildung und Forschung geführt. Im Fokus der Entwicklung des mittleren und hohen Alters steht die Frage, in wie weit die Veränderungen der Entwicklungspotentiale selbst gestaltet werden oder von äußeren Entwicklungsbedingungen abhängen.

In der Auseinandersetzung mit diesen Themen- und Fragestellungen hat sich auch die psychologische Betrachtung des Erwachsenenalters und Alters gewandelt. Statt einer bloßen Fokussierung auf einzelne Ergebnisse der Entwicklung wie Gesundheit, Kompetenz oder Wohlbefinden, geht es zunehmend auch darum zu verstehen, in welcher Weise sich je nach Entwicklungs- und Lebenskontext bestimmte kognitive, sozial-emotionale und motivationale Prozesse in je unterschiedlicher Weise auf die Gestaltung des Entwicklungsverlaufs auswirken. So gilt die psychische Gesundheit nicht mehr nur allein als ein allgemeingültiges Ziel der Entwicklung, sondern auch als eine wichtige Ressource, die den Verlauf der individuellen Entwicklung prägt. Kognitive Fähigkeiten, Kompetenzen, Persönlichkeit, persönliche Ziele, soziale Beziehungen und Entwicklungsumwelten stehen in einer sich dynamisch wandelnden Wechselwirkung mit grundlegenden psychischen Prozessen.

Für die kenntnisreiche Auseinandersetzung mit solchen komplexen Zusammenhängen, aber auch für die Planung von angemessenen, entwicklungsförderlichen Interventionen im mittleren und höheren Alter, sind solide Grundkenntnisse der Entwicklungspsychologie des mittleren und höheren Alters eine wesentliche Voraussetzung.

Das vorliegende Lehrbuch will bei der Vermittlung dieser Grundlagen helfen. Es entstand aus einer produktiven Zusammenarbeit der Autoren und deren Arbeitsgruppen in Erlangen-Nürnberg, Zürich und Marburg und den Rückmeldungen und Hinweisen unserer Studierenden über die letzten Jahre. Wo es sich anbot, wurden Mitglieder der Arbeitsgruppen als Mitautorin oder Mitautor einzelner Kapitel hinzugezogen. Bei der Erstellung des Buches trug zunächst jeder Autor die Ver-

antwortung für einen Teil der Kapitel und las zudem kritisch die übrigen Kapitel, so dass entsprechende Anregungen in die Überarbeitung der Kapitel einfließen. So konnten Überschneidungen und Doppelungen hoffentlich weitgehend im Lehrbuch vermieden werden.

Der Band deckt die zentralen Grundlagen und wichtigsten Anwendungsgebiete der Entwicklungspsychologie des mittleren und höheren Erwachsenenalters ab und gibt mit den Leitfragen und Hinweisen zu weiterführender Literatur vielfältige Möglichkeiten für den Einsatz in der Lehre. Das Lehrbuch gibt einen ersten Einblick und Überblick über die wichtigsten Grundannahmen, Methoden und Konzepte einer alle Lebensphasen betrachtenden Entwicklungspsychologie. Die einzelnen Kapitel wurden dabei nach verschiedenen Gesichtspunkten gegliedert. Während die ersten beiden Kapitel vor allem in die begrifflichen und methodischen Grundlagen einführen, behandeln die Kapitel 3 bis 8 die Entwicklung in wichtigen Themenbereichen wie der Kognition, der kontextuellen und sozialen Einbettung, der Motivation, der Persönlichkeit und des Selbst. In den abschließenden Kapiteln wird dann auf Anwendungsaspekte der Entwicklungspsychologie im Hinblick auf Beruf und Arbeit (Kapitel 9), Gesundheit (Kapitel 10), Möglichkeiten der Intervention (Kapitel 11) und Tod und Sterben (Kapitel 12) eingegangen. Wir glauben, dass das Lehrbuch die wichtigsten Themen- und Anwendungsgebiete der modernen lebensspannen-orientierten Entwicklungspsychologie abdeckt und hoffen, dass dieser Band zugleich auch dazu beiträgt, einen Wunsch nach Vertiefung und Ausweitung des eigenen entwicklungspsychologischen Wissens beim Leser auszulösen.

Die Autorenreihenfolge unseres Bandes wurde explizit in alphabetischer Reihenfolge festgelegt. Wir danken unseren zahlreichen Studentinnen und Studenten, die uns durch wohlmeinendes Probelesen dabei geholfen haben, ein hoffentlich lehrreiches und zugleich „studierfreundliches“ Buch zu erstellen.

Erlangen-Nürnberg, Zürich und Marburg, im März 2011

*Frieder R. Lang,
Mike Martin,
und Martin Pinquart*

Kapitel 1

Grundannahmen und Konzepte der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne

Martin Pinquart

Inhaltsübersicht

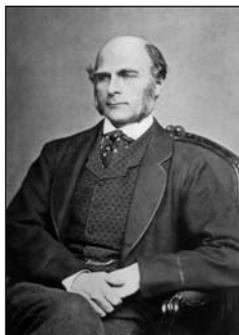
1.1	Die Herausbildung der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne	14
1.2	Begriffe	17
1.3	Theoretische Grundlagen und Leitsätze der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne	20
1.3.1	Die Perspektive der biologischen und kulturellen Evolution	21
1.3.2	Leitsätze der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne	23
1.3.3	Theorien und Konzepte zu Kontinuität und Wandel im Erwachsenenalter	31
	Zusammenfassung	37
	Weiterführende Literatur	37
	Fragen	37

Schlüsselbegriffe

- Die Entstehung der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne
- Erfolgreiches Altern
- Biologische und kulturelle Evolution
- Theoretische Leitsätze der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne
- Theorien und Modelle zu Kontinuität und Wandel im Erwachsenenalter

1.1 Die Herausbildung der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne

Vorstellungen über die Vorzüge und Nachteile verschiedener Lebensabschnitte findet man bereits in der griechischen und römischen Philosophie (z. B. Solon, Cicero) und in literarischen Werken (wie in der Komödie „Wie es Euch gefällt“ von Shakespeare). Erste umfangreiche theoretische Abhandlungen über die menschliche Entwicklung entstanden im 18. Jahrhundert. So äußerte Johannes Nikolaus Tetens (1736–1807) in seinen 1777 erschienenen „*Philosophischen Versuchen über die menschliche Natur und ihre Entwicklung*“, dass die Entwicklung ein lebenslanger Prozess sei, der Gewinne und Verluste einschließt, in soziokulturelle Kontexte eingebettet ist und beeinflusst werden kann. Der belgische Mathematiker Adolphe Quételet (1796–1874) fasste in einer 1835 erschienenen „*Abhandlung über die Entwicklung der Fähigkeit des Menschen*“ erstmals empirische Daten über den Lebenslauf zusammen, die neben Statistiken über physische Parameter (wie Gewicht, Größe, Stärke, Schnelligkeit) auch Daten über psychologische Variablen (wie Delinquenz, Emotionen,



Sir Francis Galton

© picture-alliance/Mary Evans Picture Library

intellektuelle Qualitäten) enthielt. Er befasste sich auch mit Effekten historischer Ereignisse auf Altersunterschiede in den Variablen und wies darauf hin, beim Studium von Altersunterschieden Daten aus verschiedenen historischen Epochen zu sammeln.

Der britische Naturforscher Francis Galton (1822–1911) sammelte während einer internationalen Gesundheitsausstellung im Jahr 1883

Daten von mehr als 9 000 Personen im Alter von 5 bis 80 Jahren und untersuchte zum Beispiel Altersunterschiede in der Sinnesleistung.

Als sich im späten 19. Jahrhundert die Entwicklungspsychologie als Zweig innerhalb der Psychologie herausbildete, beschäftigte sie sich anfangs ausschließlich mit dem Kindes- und Jugendalter. Hierfür gab es vor allem drei Gründe:

- *Entwicklungsbegriff*: Man verstand zur damaligen Zeit Entwicklung als Höherentwicklung, die bei allen Personen einer Altersgruppe mehr oder weniger in gleicher Weise abläuft. Solche Prozesse der Höherentwicklung treten am häufigsten im Kindes- und Jugendalter auf.
- *Altersunterschiede in der Veränderungsdynamik*: Während in Kindheit und Jugend viele Veränderungen in relativ kurzen Zeiträumen auftreten, vollziehen sich Veränderungen im Erwachsenenalter oft viel langsamer. Das (junge und mittlere) Erwachsenenalter wurde als eine Zeit der weitgehenden Stabilität oder „Reife“ angesehen, die folglich für die Entwicklungspsychologie uninteressant ist.
- *Bedarf nach wissenschaftlichen Erkenntnissen*: Ein wichtiger Anlass für die Herausbildung der Entwicklungspsychologie war die Suche nach Erkenntnissen für die Förderung der Entwicklung von Kindern, wie z. B. für eine effektive Gestaltung von Erziehungsmaßnahmen.

Das Erscheinen von William Preyers (1841–1897) Buch „*Die Seele des Kindes*“ im Jahr 1882 wird oft als der Anfang der Entwicklungspsychologie als Wissenschaft gesehen. Erst etwa 50 Jahre danach begann man, sich auch systematisch mit dem Erwachsenenalter zu beschäftigen: So erschien im Jahr 1933 Charlotte Bühlers Buch „*Der menschliche Lebenslauf als psychologisches Problem*“, das ein Modell der lebenslangen psychischen Entwicklung vorschlug und es dauerte weitere 30 Jahre, bis umfangreiche Forschungsprogramme zur Entwicklungspsychologie des Erwachsenenalters entstanden. Das zunehmende Interesse an der Entwicklung über die gesamte Lebensspanne war vor allem durch vier Faktoren begründet (siehe auch Baltes, 1990):

- *Zunahme der Lebenserwartung*: Zwischen 1870/80 und dem Beginn des 21. Jahrhunderts hat sich z. B. in Deutschland die Lebenserwartung mehr als verdoppelt. Während 1870 neugeborene Mädchen im Mittel 38.5 und Jungen 35.6 Jahre alt wurden, betrug die mittlere Lebenserwartung im Jahr 2006 bereits 82.1 bzw.

Erste Lehrbücher

Gründe für das zunehmende Interesse am Erwachsenenalter

76.6 Jahre (vgl. Abb. 1). Damit nahm der Anteil der Kinder und Jugendlichen an der Gesamtbevölkerung ab, während der Anteil Erwachsener – und in den letzten Jahrzehnten vor allem der Anteil älter und sehr alter Menschen – anstieg (vgl. Abb. 2). Angesichts der demografischen Veränderungen wuchs der Bedarf, sich mit dem Erwachsenenalter zu beschäftigen.

Auswirkung
sozialen Wandels

- *Zunehmende Instabilität im Erwachsenenalter:* Der soziale Wandel ging auch mit einer zunehmenden Instabilität des Lebens im Erwachsenenalter einher. So nahmen z. B. in den meisten Industriestaaten die Scheidungsraten deutlich zu und eine in der Jugend erworbene Berufsausbildung reicht heute nicht mehr aus, um bis zur Pensionierung mit den beruflichen Anforderungen Schritt zu halten. Damit ergaben sich mehr Anlässe für Entwicklungsprozesse im Erwachsenenalter und ein stärkeres Interesse der Entwicklungspsychologie an diesem Altersabschnitt.
- *Interesse der Gerontologie an frühen Anzeichen bzw. Prädiktoren des Alterns:* In der Gerontologie und Gerontopsychologie entstand die Erkenntnis, dass Alternsprozesse damit zusammenhängen, wie sich Menschen in ihrem bisherigen Leben entwickelt haben. Damit wuchs das Interesse, sich mit Entwicklungsprozessen über die gesamte Lebensspanne zu beschäftigen.

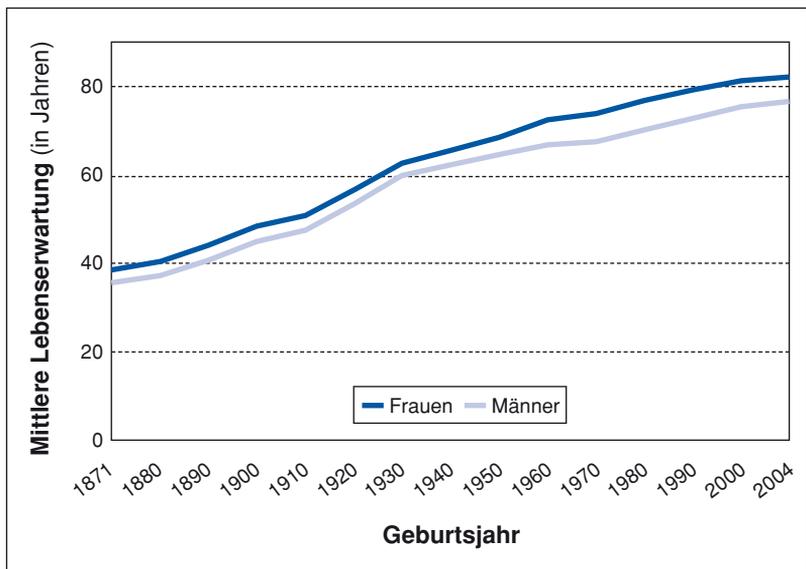


Abbildung 1: Anstieg der mittleren Lebenserwartung Neugeborener in Deutschland zwischen 1871 und 2004 (nach Statistisches Bundesamt, 2008).

- *Das „Altern“ von Längsschnittstudien:* Entwicklungsprozesse untersucht man bevorzugt mit sogenannten Längsschnittstudien, in denen dieselben Personen in bestimmten Zeitabständen erneut untersucht werden (vgl. Kapitel 2). Die ersten entwicklungspsychologischen Längsschnittstudien beschäftigten sich mit Veränderungen im Kindes- und Jugendalter. Als deren Studienteilnehmer das Erwachsenenalter erreicht hatten, entschlossen sich einige Forscher, diese Studien weiterzuführen. Die längste vorliegende Längsschnittstudie, die mit hochbegabten Schülern unter Leitung von Lewis Terman (1877–1956) in den 1920er Jahren begann, hat inzwischen Daten über einen Zeitraum von mehr als 70 Jahre gesammelt.

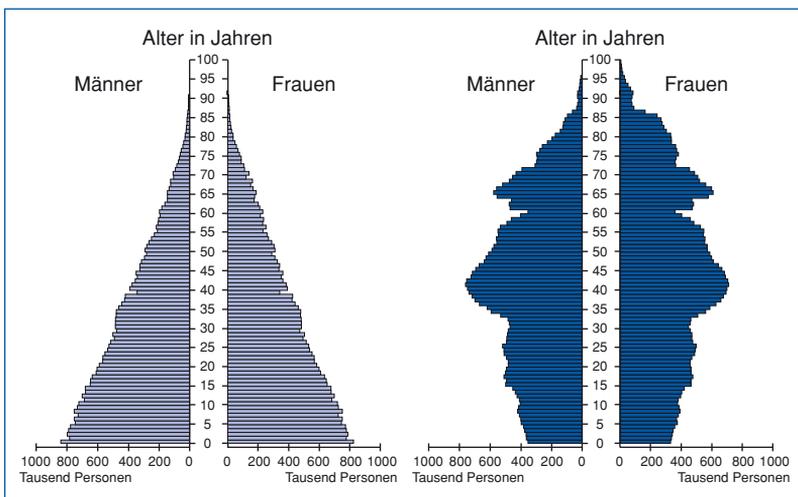


Abbildung 2: Altersaufbau in Deutschland im Jahr 1910 und 2005 (Statistisches Bundesamt, 2006, S. 16).

1.2 Begriffe

Begriffsklärung: Entwicklung

Unter psychischer *Entwicklung* des Individuums versteht man heute die geordnete (regelhafte), gerichtete und längerfristige Veränderung des Erlebens und Verhaltens *über die gesamte Lebensspanne* (vgl. Pinquart, Schwarzer & Zimmermann, 2011).

Entwicklungsbegriff

Das vorliegende Buch befasst sich schwerpunktmäßig mit der psychischen Entwicklung im Erwachsenenalter. Da dieser Altersbereich im Mittel etwa 60 Jahre umfasst, gibt es Vorschläge, ihn weiter zu unter-

teilen. Diese Vorschläge sind allerdings etwas willkürlich, da es im Gegensatz zu Kindheit und Jugend keine eindeutigen biologischen Altersgrenzen (wie die Pubertät als Beginn des Jugendalters) und nur wenige soziale Konventionen (wie das Erreichen des 18. Lebensjahres bzw. in manchen Staaten des 21. Lebensjahres als Kriterium der Volljährigkeit) gibt. Im Erwachsenenalter bildet lediglich das Erreichen des Rentenalters eine sozial definierte Grenze, die allerdings – wie jüngst in Deutschland – gesellschaftlichen Veränderungen unterliegt und nur bei jenen Personen anwendbar ist, die vorher berufstätig waren.

Abschnitte des
Erwachsenenalters

Am häufigsten wird eine Einteilung in das frühe, mittlere und höhere Erwachsenenalter vorgenommen, wobei der Beginn des Erwachsenenalters mit Erreichen der Volljährigkeit und des höheren Erwachsenenalters mit Erreichen des Pensionierungsalters definiert wurde. Für den Beginn des mittleren Erwachsenenalters gibt es weniger klare Altersgrenzen, wobei oft das 40. oder 45. Lebensjahr angegeben wird. Darüber hinaus gibt es Vorschläge zu einer differenzierteren Unterteilung des frühen und späten Erwachsenenalters:

Emerging adulthood

Jeffrey J. Arnett (2004) schlug eine Zwischenstufe zwischen dem Jugend- und Erwachsenenalter vor, die sogenannte *emerging adulthood*, in der ein schrittweiser Übergang vom Jugendalter bis in das Erwachsenenalter erfolgt. Grundlage dafür war der Befund, dass die Übernahme von Erwachsenenrollen (wie der Einstieg in den Beruf, Eheschließung und Elternschaft) zunehmend später und auch stärker zeitversetzt erfolgt. Die Personen auf dieser Stufe haben zwar schon die Volljährigkeit erreicht, aber viele soziale Rollenübergänge in das Erwachsenenalter – wie das Erreichen der finanziellen Unabhängigkeit von den Eltern, Auszug aus dem Elternhaus, Heirat – noch nicht vollzogen. Da die Übernahme von Erwachsenenrollen bei verschiedenen Personen in einem unterschiedlichen Alter erfolgt, ist es praktisch unmöglich, eine eindeutige Altersgrenze zwischen der *emerging adulthood* und dem jungen Erwachsenenalter zu ziehen (vgl. Kasten).

Fühlen Sie sich schon als Erwachsene oder wissen alle jungen Menschen, ob sie noch Jugendliche oder schon Erwachsene sind?

Fragen Sie sich bitte einmal selbst, ob Sie sich schon als Erwachsene fühlen, noch als Jugendliche, oder als irgendetwas dazwischen. Arnett (2001) befragte 171 13- bis 19-Jährige, 179 20- bis 29-Jährige und 165 30- bis 55-Jährige, ob sie das Erwachsenen-

alter erreicht haben. Während weniger als 20% der 13- bis 19-Jährigen und etwa 85% der 30- bis 55-Jährigen diese Frage bejahten, waren nur etwa 45% der 20- bis 29-Jährigen dieser Meinung. 50% dieser Gruppe meinten dagegen „ja und nein“, was für ein Übergangsstadium zwischen Jugend- und Erwachsenenalter spricht. Wenn Sie also selbst Schwierigkeiten hatten, diese Frage eindeutig zu beantworten, stehen Sie damit nicht allein da.

Das höhere Erwachsenenalter lässt sich ebenfalls weiter untergliedern, allerdings wieder mit schlecht definierten Altersgrenzen. Wir haben mögliche Unterteilungen in Abbildung 3 zusammengefasst. So wurde zwischen den jungen Alten und den alten Alten oder zwischen dem dritten und vierten Lebensalter unterschieden (z. B. P. B. Baltes & Smith, 1999). Hintergrund dafür ist die Tatsache, dass die meisten Menschen im Altersbereich bis ca. 75 oder 80 Jahren bei relativ guter Gesundheit und aktiv sind, während danach Gesundheitsprobleme, Leistungseinbußen sowie Hilfs- und Pflegebedarf deutlich ansteigen. Bei den sehr alten Menschen (≥ 90 Jahre) spricht man auch von Hochbetagten.

Abschnitte des
Erwachsenenalters

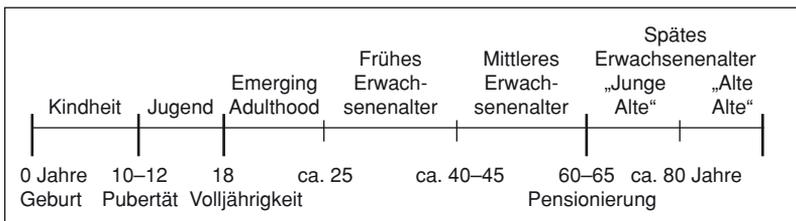


Abbildung 3: Vorschläge zur Untergliederung der Lebensspanne in Abschnitte, Altersgrenzen und Markierungspunkte

In einigen Arbeiten, die sich schwerpunktmäßig mit dem höheren Erwachsenenalter befassen, wird statt dem Begriff der Entwicklung der Begriff des „Alterns“ verwendet. Im vorliegenden Buch werden beide Begriffe synonym verwendet. So definiert z. B. P. B. Baltes (1990, S. 8) Altern als jegliche (positive oder negative) Veränderung der Anpassungsfähigkeit des Organismus. Hier ist allerdings zu beachten, dass einige Autoren stattdessen – in Anlehnung an biologische Alternstheorien – unter Altern ausschließlich eine Reduzierung körperlicher und psychischer Leistungsmöglichkeiten und -grenzen verstehen.

Altern

Der Begriff Altern wird zudem nicht nur deskriptiv zur Beschreibung von mit dem Älterwerden einhergehenden Veränderungen benutzt,

Erfolgreiches
Altern

sondern auch präskriptiv im Sinne der Erreichung eines bestimmten Zielzustandes: Heute gibt es eine große Zahl von Publikationen, die sich mit „*erfolgreichem Altern*“ befassen. Allerdings gibt es keinen Konsens darüber, was Kriterien für ein erfolgreiches Altern sind. Genannt werden sowohl objektive Kriterien – wie geistig und körperlich leistungsfähig zu sein, psychische und physische Gesundheit, soziale Integration – als auch stärker subjektive Kriterien – wie eine hohe Lebenszufriedenheit und eine positive Einstellung zum eigenen Lebensalter (z. B. Rowe & Kahn, 1997). Hier entsteht allerdings oft der Eindruck, dass nur der erfolgreich altert, der keine Einbußen im Vergleich zum mittleren Erwachsenenalter zeigt und dem man folglich sein Altsein nicht anmerkt. Da diesem Kriterium viele Menschen im höheren Alter nicht mehr voll gerecht werden können, wird erfolgreiches Altern angemessener definiert als Fähigkeit, auch im späten Leben eine möglichst positive Bilanz aus Entwicklungsgewinnen und -verlusten zu erreichen und aus den gegebenen Möglichkeiten und Grenzen das Beste zu machen (M. Baltes & Carstensen, 1996).

1.3 Theoretische Grundlagen und Leitsätze der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne

Bisher gibt es noch keine umfassende, integrative Theorie, welche die Entwicklungsprozesse im Erwachsenenalter hinreichend beschreiben und erklären kann. Allerdings wurden zahlreiche theoretische Annahmen zur Entwicklungspsychologie der Lebensspanne formuliert. Diese Annahmen können nach dem Grad ihrer Abstraktheit auf vier Ebenen angeordnet werden.

Ebenen der
Theoriebildung

Die abstraktesten Annahmen befassen sich mit Einflussfaktoren auf die menschliche Entwicklung und mit deren Veränderung im Lebensverlauf. Auf der zweiten Ebene wurden theoretische Leitsätze der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne formuliert. Diese Leitsätze machen allgemeine Aussagen über Merkmale der psychischen Entwicklung über die gesamte Lebensspanne. Auf der dritten Ebene stehen theoretische Vorstellungen über zentrale Themen der Entwicklung in einem bestimmten Altersabschnitt. Auf der vierten Ebene stehen bereichsspezifische Theorien, welche Entwicklungsprozesse in einem speziellen Funktionsbereich beschreiben und erklären (z. B. zur kognitiven Entwicklung, zur Entwicklung sozialer Motive, oder zur Veränderung des psychischen Befindens). Im vorliegenden Ka-

pitel werden theoretische Vorstellungen auf den ersten drei Ebenen dargestellt. Bereichsspezifische Theorien werden in den folgenden Kapiteln abgehandelt. Bei der Formulierung von allgemeinen Modellvorstellungen und theoretischen Leitsätzen der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne hat sich vor allem Paul B. Baltes (1939–2006) verdient gemacht (z. B. P. B. Baltes, 1987, 1990; P. B. Baltes, Lindenberger & Staudinger, 2006).

1.3.1 Die Perspektive der biologischen und kulturellen Evolution

Im weitesten Sinne wurde die Herausbildung der Gattung Mensch von Veränderungen der Gene (also von der biologischen Evolution) und von Veränderungen der durch Menschen geschaffenen gesellschaftlichen und kulturellen Bedingungen beeinflusst (etwa des Bildungssystems, der Gesundheitsversorgung u. s. w.). Die zweite Gruppe von Veränderungen nennt man die kulturelle Evolution. Wie wirken diese genetisch-biologischen und kulturell-gesellschaftlichen Einflüsse auf die menschliche Entwicklung? Ausgangspunkt von P. B. Baltes ist die unterschiedliche Geschwindigkeit der biologisch-genetischen und kulturellen Evolution. Die biologische Evolution ist sehr langsam, vollzieht sich in Hunderttausenden von Jahren. Wenn man mehrere aufeinander folgende Generationen vergleicht, ist das menschliche Genom (Erbgut) also sehr stabil. Die kulturelle Evolution (die Veränderung der Gesellschaft) vollzieht sich dagegen weitaus schneller (in Jahrzehnten oder Jahrhunderten).

Geschwindigkeit der biologischen und kulturellen Evolution

Paul Baltes spricht beim Zusammenspiel genetisch-biologischer und kulturell-gesellschaftlicher Einflüsse von der „inkompletten Architektur des menschlichen Lebenslaufs“ und betont, dass das höhere Alter am wenigsten komplett sei. Anders ausgedrückt, nimmt die Diskrepanz zwischen dem Erwünschten und dem biologisch bzw. kulturell Möglichen mit wachsendem Alter zu. Diese Überlegung wird in den folgenden drei Annahmen ausgeführt (z. B. P. B. Baltes et al., 2006; vgl. Abb. 4).

- a) *Vorteile der biologischen Selektion in der Evolution nehmen mit wachsendem Alter ab.* Nach der Evolutionstheorie werden vor allem solche Gene weitervererbt, welche die Fortpflanzungswahrscheinlichkeit steigern und die Chance erhöhen, dass die Kinder sich später selbst wieder fortpflanzen können (dies nennt man biologische Selektion). Gene, die sich erst im höheren Alter aus-

Abnahme positiver Effekte der biologischen Selektion

wirken (wenn man sich nicht mehr fortpflanzt), sind von dieser biologischen Selektion nicht direkt betroffen. Folglich wurden z. B. im menschlichen Erbgut nicht jene Gene aussortiert, die für Alterskrankheiten mit verantwortlich sind und nicht jene Gene bevorzugt an die Nachkommen weitergegeben, die Kompetenz und Gesundheit im hohen Alter sichern. Erst im höheren Alter wirkende Gene unterliegen allerdings einer indirekten biologischen Selektion, da z. B. Großeltern einen Nutzen für das Überleben ihrer Enkel haben können. Weil aber erst seit wenigen Jahrzehnten die meisten Menschen ein hohes Alter erreichen, kamen nur für das hohe Alter bedeutsame Gene früher kaum zur Wirkung, was die biologische Selektion weiter abschwächte.

Wachsender Bedarf
nach Kultur

b) *Da im höheren Erwachsenenalter genetisch-biologische Faktoren immer weniger zu einer hohen Funktionsfähigkeit beitragen, nimmt der Bedarf an Kultur mit dem Alter zu.* Kultur wird hierbei breit definiert als materielle, soziale, symbolische (wissensbasierte) und psychische Ressourcen, welche die Menschheit entwickelt hat. Hierzu zählen unter anderem Angebote zum Training von Fertigkeiten oder medizinische Maßnahmen zur Förderung der Gesundheit. Die in den letzten 100 Jahren beobachtete starke Zunahme der Lebenserwartung beruht zum Beispiel auf kulturellen Fortschritten (wie dem Ausbau der Gesundheitsversorgung). Eine weitere Zunahme der Lebenserwartung und die Förderung einer günstigen physischen und psychischen Entwicklung sind nur mit kulturellen Mitteln (materielle, medizinische, soziale, wirtschaftliche und psychologische Maßnahmen) erzielbar, die z. B. den biologisch bedingten Abbauprozessen entgegensteuern.

Sinkender Effekt
der Kultur

c) *Der Effekt der Kultur auf die Entwicklung nimmt jedoch mit dem Alter ab.* Psychologische, soziale und materielle Interventionen sind im höheren Alter weniger wirksam als im jungen oder mittleren Erwachsenenalter. Der Hauptgrund hierfür ist die Abnahme der biologischen Plastizität. So nimmt z. B. in Lernexperimenten mit zunehmendem Alter der Aufwand an Zeit, Übung und notwendiger Unterstützung zu, um denselben Erfolg wie Jüngere zu erreichen, und die maximal erzielbaren Lernerfolge sind im höheren Erwachsenenalter geringer als bei Jüngeren (vgl. Kapitel 11). Zudem hat unsere Gesellschaft noch keine optimale Kultur des Alterns entwickelt, denn es ist in vielen Bereichen noch nicht gelungen, hochwirksame Interventionen zu entwickeln bzw. diese für alle Menschen bereitzustellen (etwa Möglichkeiten, bis in das hohe Alter hinein aktiv zu sein, ein breites Angebot von Gedächtnistrainings etc.).

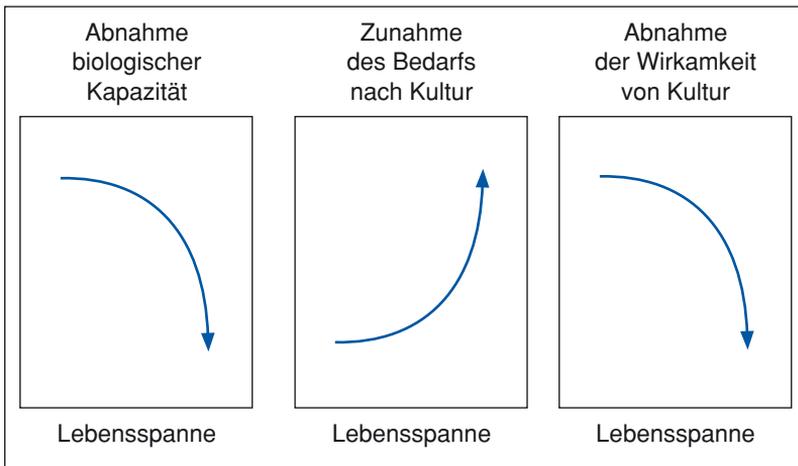


Abbildung 4: Die Veränderung des Zusammenspiels biologischer und kultureller Faktoren über die Lebensspanne (nach P. B. Baltes, 1997).

1.3.2 Leitsätze der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne

Die Grundpositionen der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne wurden von Paul Baltes in den folgenden Leitsätzen zusammengefasst (P. B. Baltes, 1987, 1990; P. B. Baltes et al., 2006):

1. *Die psychische Entwicklung ist ein lebenslanger Prozess:* In jedem Altersbereich gibt es neue Anforderungen, die Entwicklungsprozesse auslösen können. Allerdings können sich die Inhalte und Richtung der Veränderungen in Abhängigkeit vom Alter unterscheiden.
2. *Entwicklung als Gewinn und Verlust der Anpassungsfähigkeit (als Wachstum und Abbau von Fähigkeiten):* Entwicklung schließt sowohl Gewinne als auch Verluste ein und ist nicht – wie früher angenommen – auf eine Höherentwicklung beschränkt. Allerdings verändert sich mit dem Lebensalter das Verhältnis von Gewinnen und Verlusten: Gewinne werden im höheren Erwachsenenalter seltener und Verluste häufiger (vgl. Abb. 5). Wenn man Erwachsene zu ihren Vorstellungen darüber fragt, was sich im Erwachsenenalter üblicherweise verändert, findet man ein analoges Bild (vgl. Kasten S. 25). Allerdings gibt es auch schon in Kindheit und Jugend einige Verluste und auch im hohen Erwachsenenalter sind noch Gewinne möglich. So werden z. B. am Beginn der Sprach-

Dynamik von Gewinnen und Verlusten

entwicklung noch vielfältigere Laute produziert als später. Diese Vielfalt wird beim Spracherwerb auf jene Laute eingeschränkt, die zur jeweiligen Sprache gehören (= Verlust). Mit zunehmender Beherrschung der Muttersprache (= Gewinn) nimmt zudem die Fähigkeit ab, eine weitere Sprache perfekt zu lernen (= Verlust; vgl. Aslin, Jusczyk & Pisoni, 1998). Im höheren Erwachsenenalter geht z. B. das Aufgeben der Berufstätigkeit (= Verlust) mit einer Zunahme der Zufriedenheit mit den Freizeitaktivitäten (= Gewinn) einher (Pinquart & Schindler, 2009). Gewinn und Verlust liegen auch dann eng beieinander, wenn aufgrund nachlassender oder verlorener Fähigkeiten neue Kompensationsmechanismen aufgebaut werden, um die Verluste zumindest teilweise auszugleichen. Zeit, Kraft und Energie können investiert werden in das Erzielen von Gewinnen (Höherentwicklung), in die Aufrechterhaltung des vorhandenen Funktionszustands und in den Umgang mit Verlusten. Wegen der Zunahme von Verlusten und der Abnahme von Gewinnen müssen ältere Menschen mehr Zeit und Energie in die Aufrechterhaltung ihres vorhandenen Funktionszustands (die Verhinderung von Verlusten) und in den Umgang mit eingetretenen Verlusten (etwa Versuche, diese rückgängig zu machen oder deren Auswirkung auf das Leben zu minimieren) investieren als Jüngere. Umgekehrt investieren Jüngere mehr Zeit und Energie in das Erzielen von Entwicklungsgewinnen (vgl. Abb. 6).

Kompensation von
Verlusten

Veränderung des
Einsatzes von Zeit
und Energie

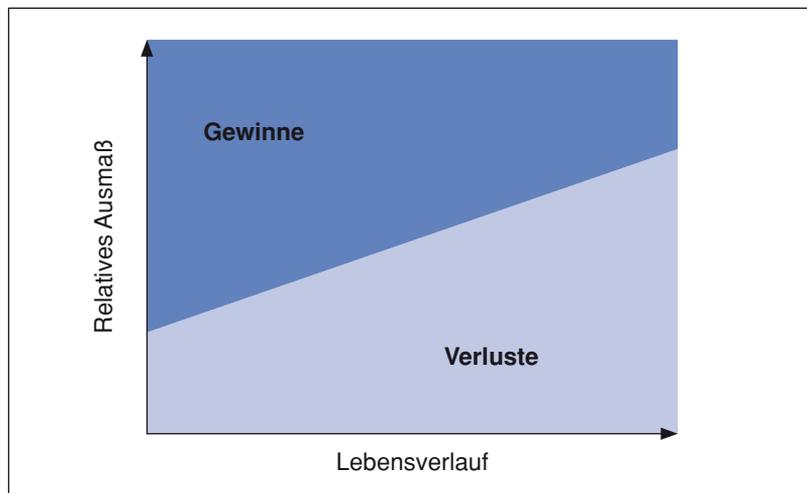


Abbildung 5: Veränderungen des Anteils von Gewinnen und Verlusten über die Lebensspanne (nach P. B. Baltes, 1990, S. 9).

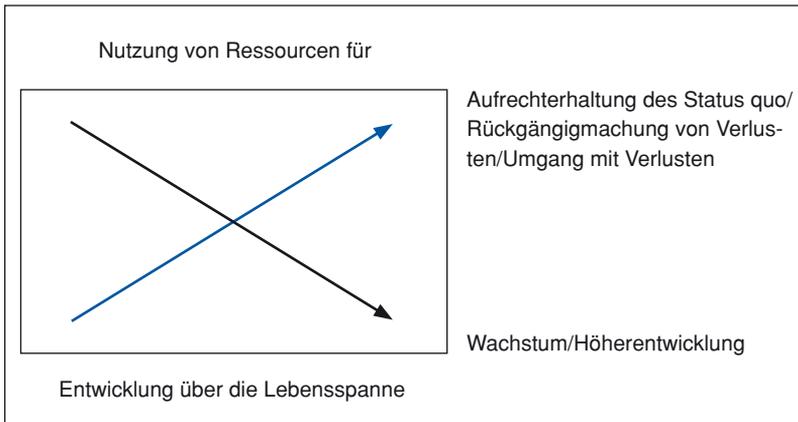


Abbildung 6: Veränderung des Ressourceneinsatzes über die Lebensspanne (nach P. B. Baltes et al., 2006).

Meinen Erwachsene, dass das höhere Alter vor allem Verluste bringt?

Negative Altersstereotypen verbinden alt zu werden mit zunehmenden Verlusten wie schlechter werdender Gesundheit, abnehmender körperlicher und geistiger Leistungsfähigkeit, Hilfsbedürftigkeit und Passivität. Bedeutet dies, dass die Menschen erwarten, dass ihnen das höhere Alter mehr Verluste als Gewinne bringen wird? Heckhausen und Krüger (1993) befragten junge (21 bis 35 Jahre), mittel alte (40 bis 55 Jahre) und alte Erwachsene (60 bis 80 Jahre) darüber, welche Veränderungen von erwünschten und unerwünschten Eigenschaften sie in jedem Jahrzehnt ihres Lebens erlebten oder erwarteten. Hierbei erlebten bzw. erwarteten die Studienteilnehmer im frühen Erwachsenenalter eine Zunahme erwünschter und eine leichte Abnahme unerwünschter Eigenschaften. Zwar wurden die Erwartungen für die Zeit ab dem mittleren Erwachsenenalter negativer aber bis zum Ende des 7. Lebensjahrzehnts wurden mehr erwünschte als unerwünschte Veränderungen erwartet bzw. erlebt. Wie Abbildung 7 zeigt, fielen dabei die Antworten der ältesten Studienteilnehmer zudem positiver als bei den anderen beiden Gruppen aus. Ebenso erwartete man übrigens für sich selbst günstigere Veränderungen als für andere Menschen in diesem Alter.

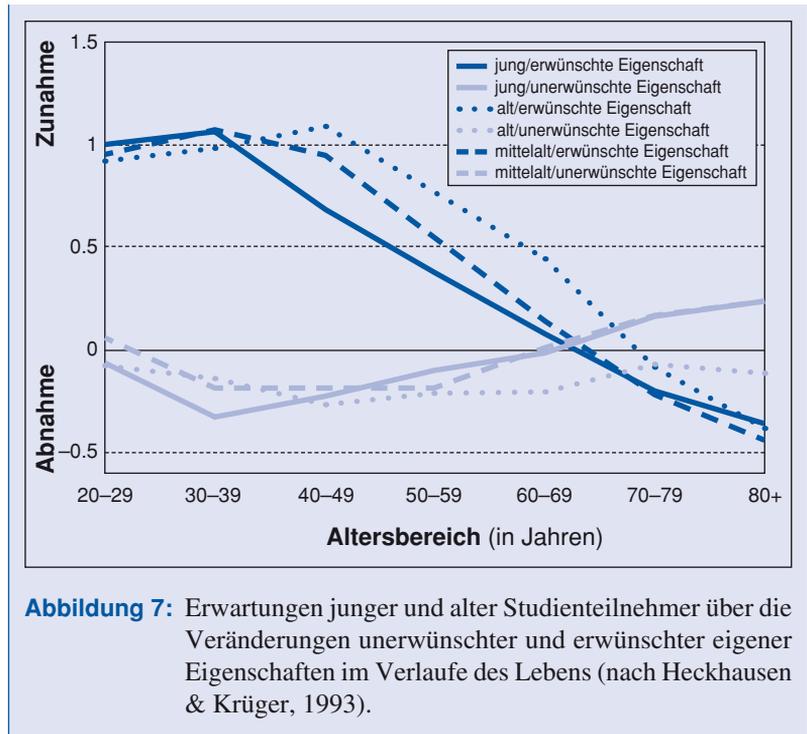


Abbildung 7: Erwartungen junger und alter Studienteilnehmer über die Veränderungen unerwünschter und erwünschter eigener Eigenschaften im Verlaufe des Lebens (nach Heckhausen & Krüger, 1993).

Vielfalt der
Entwicklungsverläufe

3. *Multidimensionalität und Multidirektionalität:* Die Richtung der psychischen Entwicklung variiert sowohl beträchtlich zwischen verschiedenen Verhaltensbereichen als auch innerhalb desselben Verhaltensbereichs. Im gleichen Zeitraum kann es also eine Zunahme, eine Konstanz und eine Abnahme von Fähigkeiten oder Verhaltensweisen geben. So nimmt zum Beispiel die Geschwindigkeit der Informationsverarbeitung in Kindheit und Jugend zu und sinkt im Erwachsenenalter wieder ab, während das erworbene Wissen bis in das hohe Erwachsenenalter im Mittel ansteigt und das psychische Wohlbefinden wenig systematische Zusammenhänge mit dem Lebensalter zeigt (vgl. Kapitel 3 und 8). Die Multidirektionalität ist im jungen und mittleren Erwachsenenalter besonders deutlich ausgeprägt, während in den meisten Verhaltensbereichen in der Kindheit und Jugend Entwicklungsgewinne und im hohen Alter Verluste vorherrschen.

Entwicklung
ist veränderbar

4. *Plastizität der Entwicklung:* Mit dem Begriff der Plastizität wird die Veränderbarkeit von Fähigkeiten, des Erlebens und Verhaltens beschrieben. Die menschliche Entwicklung ist durch eine hohe intraindividuelle Veränderbarkeit gekennzeichnet. Paul B. Baltes

(1990) hatte zwei Aspekte der Plastizität unterschieden, die Ausgangs-Kapazitätsreserve und Entwicklungs-Kapazitätsreserve. Erstere kennzeichnet die obere Leistungsgrenze einer Person, die dann erreicht wird, wenn man alle bereits vorhandenen Ressourcen aktiviert (und sich zum Beispiel besonders anstrengt). Von der Entwicklungs-Kapazitätsreserve spricht man, wenn die Ressourcen und damit die obere Leistungsgrenze durch Interventionen oder durch Entwicklungsprozesse erhöht werden. Die Plastizität der Entwicklung bis in das hohe Alter wurde vor allem in kognitiven Trainingsstudien empirisch belegt (vgl. Kapitel 11).

Kapazitätsreserven

Das Konzept der Plastizität ist die Gegenposition zu negativen Altersstereotypen, dass Altern nur mit Verlusten und fehlender Möglichkeit für positive Veränderungen verbunden sei. Allerdings zeigten die Trainingsstudien, dass die Plastizität mit dem Alter abnimmt. Altern ist also dadurch gekennzeichnet, dass in immer mehr Bereichen die Plastizitätsreserven erschöpft werden. Zudem gibt es auch Erkrankungen des Zentralnervensystems, welche die Plastizität dramatisch reduzieren (wie Demenzerkrankungen).

5. *Entwicklung ist eingebettet in Kontexte*: Sich verändernde Kontexte lösen Entwicklungsprozesse aus und stabile Kontexte tragen zu Kontinuität bei. Hierbei werden drei Gruppen von Kontexteinflüssen unterschieden (vgl. Abb. 8):

Einflüsse von
Entwicklungskontexten

- *Normative alters- und lebenszeitgebundene Einflüsse* treten bei allen Personen weitgehend im gleichen Altersbereich auf, etwa aufgrund altersassoziierter biologischer Veränderungen (wie Pubertät oder Menopause) oder weil diese gesellschaftlich normiert sind (z. B. das Einschulungs- oder Pensionierungsalter). Die altersgebundenen Kontexteinflüsse machen die Menschen gleichen Alters ähnlich und Menschen unterschiedlichen Alters unähnlich.
- *Normative kulturelle und historische Einflüsse* sind an eine historische Zeit gebunden und wirken damit auf alle Personen (unterschiedlichen Alters), die in dieser Zeit leben. Hierbei gibt es längerfristige, graduelle geschichtliche Veränderungen (wie die Globalisierung) und stärker abrupte Veränderungen (etwa Kriege oder politische Revolutionen). Ein Beispiel für historische und kulturelle Einflüsse auf die Entwicklung ist der sogenannte Flynn-Effekt: Hierbei zeigte sich im Abstand von 10 Jahren bei Personen gleichen Alters ein um etwa drei Punkte höherer Intelligenzquotient (z. B. Flynn, 1984). Die Zunahme fand man vor allem bei Aufgaben, die schlussfolgerndes Denken verlangen – eine Fähig-

keit, auf die in der schulischen Ausbildung zunehmend mehr Wert gelegt wurde. Inzwischen hat man in einigen Ländern eine Umkehrung des Flynn-Effekts beobachtet, die vielleicht durch in diesen Ländern sinkende Studentenzahlen erklärt werden kann (Teasdale & Owen, 2005).

- *Historische Einflüsse* machen Personen unterschiedlicher Geburtskohorten unähnlicher (jene Kohorten, die von den Einflüssen betroffen sind und jene, die nicht betroffen sind). Kulturelle und historische Einflüsse wirken auf das Individuum häufig vermittelt über Veränderungen des sozialen Netzwerks, wie etwa der Familienbeziehungen (Elder & Shanahan, 2006).
- *Nichtnormative Einflüsse* können in unterschiedlichen historischen und lebenszeitlichen Abschnitten auftreten und betreffen nur einzelne Individuen. Hier geht es vor allem um sogenannte kritische Lebensereignisse, also solche Ereignisse, die nachhaltige Veränderungen des Verhaltens notwendig machen. Nichtnormative Einflüsse können durch biologische Faktoren (wie etwa Krankheiten), Veränderungen der Umwelt (z. B. Arbeitsplatzverlust) und eigenes Verhalten (z. B. Entscheidung, sich vom Partner zu trennen) ausgelöst werden. Diese Ereignisse machen Personen unähnlich und vergrößern folglich interindividuelle Unterschiede in der Entwicklung.

Kritische
Lebensereignisse

Angenommen wird, dass die Wirkung der drei Einflussfaktoren mit dem Lebensalter variiert (P. B. Baltes, Reese & Lipsitt, 1980; vgl. Abb. 9): Der Einfluss alters- und lebenszeitgebundener Faktoren sinkt zwischen der Kindheit und dem mittleren Erwachsenenalter und steigt danach wieder an. Dies ist vor allem darin begründet, dass es in der Kindheit und im hohen Alter mehr mit dem Alter assoziierte biologische Veränderungen gibt und hier auch einige altersassoziierte soziale Rollenwechsel stattfinden (wie Schuleintritt, Schulabschluss, Pensionierung), während es im jungen und mittleren Erwachsenenalter weniger uniforme biologische Veränderungen und soziale Rollenwechsel gibt.

Historische
Veränderungen wirken
am stärksten beim
Übergang in das
Erwachsenenalter

Historische und kulturelle Veränderungen gewinnen in Kindheit und Jugend an Bedeutung, erreichen beim Übergang zum Erwachsenenalter das Maximum und verlieren dann wieder an Einfluss. Weil sich die Umwelt in den ersten Lebensjahren noch stark an die Bedürfnisse des Kindes anpasst, haben gesellschaftliche Veränderungen anfangs wenig Einfluss auf die Entwicklung. Der Einfluss historischer Veränderungen nimmt zu, je mehr die Person in gesellschaftliche Sozialisationsinstanzen (wie Kindertagesstätte