

Gerd Mietzel



Entwicklung im Erwachsenenalter

LEHRBUCH



HOGREFE



Entwicklung im Erwachsenenalter

Entwicklung im Erwachsenenalter

von
Gerd Mietzel

HOGREFE



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

Prof. em. Dr. Gerd Mietzel, Studium der Psychologie und Erziehungswissenschaften. Seit 1970 Professor an der Pädagogischen Hochschule Ruhr, Abteilung Duisburg, jetzt: Universität Duisburg-Essen, Campus Essen.



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

Wichtiger Hinweis: Der Verlag hat für die Wiedergabe aller in diesem Buch enthaltenen Informationen (Programme, Verfahren, Mengen, Dosierungen, Applikationen etc.) mit Autoren bzw. Herausgebern große Mühe darauf verwandt, diese Angaben genau entsprechend dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes abzudrucken. Trotz sorgfältiger Manuskripterstellung und Korrektur des Satzes können Fehler nicht ganz ausgeschlossen werden. Autoren bzw. Herausgeber und Verlag übernehmen infolgedessen keine Verantwortung und keine daraus folgende oder sonstige Haftung, die auf irgendeine Art aus der Benutzung der in dem Werk enthaltenen Informationen oder Teilen davon entsteht. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

© 2012 Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG
Göttingen • Bern • Wien • Paris • Oxford • Prag • Toronto • Cambridge, MA
Amsterdam • Kopenhagen • Stockholm • Florenz
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: © iceteaimages – Fotolia.com
Satz: ARThür Grafik-Design & Kunst, Weimar
Format: PDF

ISBN 978-3-8409-2438-5

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.

Anmerkung:

Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigelegt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	11
----------------------	----

Kapitel 1

Einführung in die Psychologie des Erwachsenenalters	15
--	----

1.1 Kennzeichnung der Entwicklungspsychologie.....	18
1.1.1 Veränderungen als Ausdruck von Entwicklungen	19
1.1.2 Kennzeichnung des Entwicklungsprozesses	24
1.2 Unterschiedliche Sichtweisen der Entwicklungspsychologie	29
1.2.1 Veränderungen infolge hoher genetischer Kontrolle	29
1.2.2 Veränderungen als Folge von Umwelteinwirkungen	33
1.2.3 Veränderungen infolge wechselseitiger Beeinflussung von Umwelt und Genen.	34
1.2.4 Entwicklung aus der Sicht der ökologischen Systemtheorie ...	39
1.2.5 Einstellungen zu Lebensabschnitten in Abhängigkeit von einer Makrostruktur	42
1.3 Langes beschwerdefreies Leben als Ziel der Humanwissenschaften ...	53
1.3.1 Konzept des erfolgreichen Alterns und seine Kritik.	54
1.3.2 Bemühungen zur Steigerung einer behinderungsfreien Lebenserwartung	56
1.3.3 Bedingungen des subjektiven Wohlbefindens	60
1.4 Methoden zur Erfassung von Veränderungen.....	62
1.4.1 Konzepte zur Bewertung von Forschungsmethoden	62
1.4.2 Qualitative Forschungsmethoden	63
1.4.3 Quantitative Forschungsmethoden	64

Kapitel 2

Körperliche Veränderungen im Erwachsenenalter	77
--	----

2.1 Mögliche Erklärungen des Alternsprozesses	78
2.1.1 Altern und Tod aus biologischer Sicht	80
2.1.2 Telomertheorie	84
2.1.3 Freie Radikale und oxidativer Stress	87
2.1.4 Immunologische Theorie	90
2.1.5 Fitness durch fürsorgliche Betreuung von Enkelkindern	91

2.2	Biologische Aspekte körperlicher Veränderungen	92
2.2.1	Das äußere Erscheinungsbild	94
2.2.2	Der Stütz- und Bewegungsapparat	98
2.2.3	Veränderungen der körperlichen Gestalt	103
2.2.4	Das Herz-Kreislauf-System	107
2.2.5	Veränderungen der Atmungsorgane	114
2.2.6	Veränderungen des Fortpflanzungssystems	116
2.2.7	Veränderungen des Nervensystems	125
2.2.8	Veränderungen der Sinnesorgane	144
2.3	Prävention und Gesundheitsförderung im Alter	161

Kapitel 3

Entwicklung kognitiver Funktionen 169

3.1	Grundlegende Annahmen der Informationstheoretiker	171
3.2	Veränderung der Aufmerksamkeit	173
3.3	Arbeitsgedächtnis	177
3.3.1	Von der behavioristischen zur konstruktivistischen Sichtweise	178
3.3.2	Komponenten des Arbeitsgedächtnisses	180
3.3.3	Veränderungen der Kapazität mit dem Lebensalter	181
3.3.4	Kompensation funktionaler Defizite des Gehirns	182
3.4	Langzeitgedächtnis	183
3.4.1	Kennzeichen des Langzeitgedächtnisses	183
3.4.2	Verschiedene Arten des Langzeitgedächtnisses	184
3.4.3	Veränderungen des Langzeitgedächtnisses	186
3.4.4	Veränderungen des biografischen Gedächtnisses	191
3.4.5	Veränderungen prospektiver Gedächtnisleistungen	194
3.5	Metagedächtnis	198
3.5.1	Erfahrungsgestützte Kenntnisse vom eigenen Gedächtnis	198
3.5.2	Selbstwirksamkeitserwartungen an das eigene Gedächtnis	199
3.6	Maßnahmen zum Training des Gedächtnisses	202
3.7	Intelligenz und ihre Entwicklung	207
3.7.1	Das Wesen der Intelligenz	207
3.7.2	Entwicklung der Intelligenz während des Erwachsenenalters	212
3.7.3	Interpretation von Quer- und Längsschnittstudien	217
3.7.4	Förderung der Intelligenz durch systematisches Training	219
3.8	Das Lösen von Problemen	226
3.8.1	Kennzeichen des formal-operationalen Denkens	226
3.8.2	Problemlösen im alltäglichen Kontext	228

3.8.3	Veränderung kognitiver Voraussetzungen für das Problemlösen	231
3.8.4	Lösen von Problemen durch Novizen und Experten	233
3.9	Kreativität und ihre Entwicklung	234
3.10	Weisheit und ihre Entwicklung	241

Kapitel 4

Entwicklung der Persönlichkeit 251

4.1	Persönlichkeitseigenschaften und Faktoren	253
4.2	Das Fünf-Faktoren-Modell der Persönlichkeit	254
4.2.1	Die fünf grundlegenden Persönlichkeitseigenschaften	255
4.2.2	Erfassung von Stabilität und Veränderung	257
4.2.3	Stabilität und Veränderungen von Persönlichkeitseigenschaften	259
4.2.4	Persönlichkeitseigenschaften als Einflussfaktoren	261
4.2.5	Erklärung der Stabilität von Persönlichkeitsfaktoren	265
4.2.6	Einflüsse der Umwelt auf die Persönlichkeitseigenschaften	267
4.3	Persönliche Ziele, Absichten und Pläne	269
4.3.1	Die psychosoziale Entwicklung nach Erik Erikson	270
4.3.2	Bestandsaufnahme in der Mitte des Lebens	282
4.3.3	Strategien zur Bewältigung von Alltagsproblemen	287
4.4	Die Konstruktion einer narrativen Identität	300
4.5	Persönlichkeitsentwicklung und Positive Psychologie	304
4.5.1	Die Positive Psychologie als »Bewegung«	304
4.5.2	Untersuchungen zur Lebenszufriedenheit	305
4.5.3	Optimistische und pessimistische Lebenseinstellungen	310

Kapitel 5

Entwicklung sozialer Beziehungen 321

5.1	Sozial-emotionale Bindung durch Freundschaftsbeziehungen	323
5.1.1	Kennzeichen von Freundschaftsbeziehungen	324
5.1.2	Freundschaftsbeziehungen im Lebenslauf	327
5.2	Sozial-emotionale Bindung durch Liebesbeziehungen	331
5.2.1	Kennzeichen der Liebe	331
5.2.2	Unterscheidung zwischen Freundschaft und Liebe	333
5.2.3	Entwicklung von Liebesbeziehungen	334
5.2.4	Voraussetzungen für stabile Partnerschaften	340
5.3	Unterschiedliche Lebensformen	344
5.3.1	Alleinstehende	345

5.3.2	Nicht eheliches Zusammenleben: Kohabitation	350
5.3.3	Eheliches Zusammenleben von Mann und Frau	352
5.3.4	Zusammenleben gleichgeschlechtlicher Paare	355
5.4	Heterosexuelle Elternschaft als Lebensaufgabe	363
5.4.1	Sinkende Geburtenzahlen	363
5.4.2	Hineinwachsen in die Elternschaft	367
5.4.3	Anforderungen und Konflikte in der Erziehung	372
5.4.4	Idealisierung der Elternschaft	375
5.4.5	Das »leere Nest«	376
5.5	Großeltern und Enkel	379
5.6	Trennung ehelicher Partnerschaften durch Scheidung	383
5.6.1	Abhängigkeit der Scheidungshäufigkeit von der Gesellschaft	385
5.6.2	Einflussfaktoren auf das Scheidungsrisiko	387
5.6.3	Konsequenzen für die ehemals verbundenen Partner	390
5.6.4	Verarbeitung durch betroffene Kinder	392
5.6.5	Stiefkindschaften als Folgen gehäufte Scheidungsfälle	395
5.7	Trennung durch Tod des Lebenspartners	399
5.8	Rückblick: Sozialbeziehungen im Erwachsenenalter	402

Kapitel 6

Der Erwachsene in Beruf und Freizeit	407	
6.1	Arbeitsbedingungen im Zeitalter der Globalisierung	410
6.1.1	Kennzeichen der Globalisierung	411
6.1.2	Folgen der Globalisierung	412
6.2	Berufswahl – Voraussetzungen und berufliche Entwicklung	416
6.2.1	Niveaunterschiede im »kulturellen Kapital«	417
6.2.2	Die Laufbahntheorie von Donald Super	419
6.2.3	Die Berufswahltheorie von John Holland	428
6.3	Lebensalter und berufliche Leistungsfähigkeit	431
6.3.1	Einstellungen gegenüber älteren Menschen am Arbeitsplatz	432
6.3.2	Erfüllung beruflicher Anforderungen im fortgeschrittenen Alter	433
6.3.3	Berufliche Fortbildungen für ältere Arbeitnehmer	437
6.3.4	Burnout am Arbeitsplatz	439
6.4	Rückzug aus dem Arbeitsleben und Anpassung an den Ruhestand	444
6.4.1	Ruhestand als jüngere geschichtliche Entwicklung	445
6.4.2	Bestimmungsfaktoren von Gesundheit und Zufriedenheit im Ruhestand	447
6.5	Freizeit: Einstellung und Verhalten des Erwachsenen	452

6.5.1 Kennzeichnung des Begriffs Freizeit	452
6.5.2 Veränderung von Freizeit im historischen Ablauf	455
6.5.3 Veränderungen des Freizeitverhaltens im Erwachsenenalter	457
Kapitel 7	
Sterben und das Ende des Lebens	463
7.1 Entwicklung des Verständnisses vom Tod	465
7.2 Furcht vor dem eigenen Tod	470
7.2.1 Kennzeichnung der Todesfurcht	470
7.2.2 Entwicklung von Todesfurcht	472
7.2.3 Terror-Management-Theorie	475
7.3 Kommunikation mit Sterbenden	479
7.3.1 Schwierigkeiten bei der Kommunikation mit Sterbenden	480
7.3.2 Gesprächsinhalte	483
7.4 Stufen des Sterbens	486
7.4.1 Die Stufentheorie von Kübler-Ross	488
7.4.2 Kritik an der Stufentheorie von Kübler-Ross	490
7.4.3 Empfehlungen für einen angemessenen Umgang mit Sterbenden	491
7.5 Der Einfluss psychosozialer Faktoren auf den Verlauf unheilbarer Erkrankungen	494
7.5.1 Reaktionen auf eine Krebsdiagnose	494
7.5.2 Motivation zum Erleben eines bedeutsamen Ereignisses	496
7.6 Das letzte Stadium des Sterbensprozesses	497
7.6.1 Aufgaben der Palliativmedizin	498
7.6.2 Umgang mit körperlichen Veränderungen bei Sterbenden	499
7.6.3 Probleme der Sterbehilfe	501
7.6.4 Nahtoderlebnisse	504
7.7 Tod als biologischer Prozess	510
7.7.1 Definitionen des Todeseintritts	511
7.7.2 Veränderungen vor dem Todeseintritt	514
7.8 Reaktionen auf den Tod eines nahen Angehörigen	517
7.8.1 Der Prozess des Trauerns	519
7.8.2 Das duale Prozessmodell der Trauer	521
7.8.3 Verschiedene Formen der Trauer	522
7.9 Abschließende Gedanken und Ausblick	526
Literatur	531
Sachregister	625

Vorwort

Wenn von menschlicher Entwicklung die Rede ist, denkt man vielfach immer noch an Veränderungen, die während der Kindheit und des Jugendalters erfolgen. Das mag überraschen, denn die ersten 20 Lebensjahre umfassen nur etwa 20 bis 25 % eines normalen menschlichen Lebens. Veränderungen der Zusammensetzung der Altersgruppen in den Gesellschaften der meisten Industrienationen sind in letzter Zeit allerdings immer auffälliger geworden: Während die Anzahl der Geburten ständig zurückgegangen ist, hat sich der Anteil älterer Menschen kontinuierlich erhöht. Die zahlenmäßige Verringerung jüngerer Menschen in der Bevölkerung hat zur Folge gehabt, dass sich das Interesse zur Erforschung der Entwicklung Erwachsener im Allgemeinen und älterer Menschen im Besonderen in jüngerer Vergangenheit auffallend erhöht hat.

Der erfolgte Anstieg der Lebenserwartung ist allerdings nicht etwa auf eine veränderte Genausstattung gegenüber früheren Generationen zurückzuführen. Vielmehr hängt es wesentlich vom Lebensstil eines Menschen ab, über dessen Gestaltung bereits Jugendliche in zunehmendem Maße darüber mitentscheiden, ob das Erwachsenenalter entweder aktiv und mit hohem Gesundheitsstatus durchlebt oder aber immer mehr mit chronischen Krankheiten belastet wird. Nur wenn man die vielfältigen Lebensbedingungen und ihre Mitgestaltung durch den Einzelnen als Gesamtheit betrachtet, bestehen Aussichten, individuelle Entwicklungsverläufe zu verstehen und vorherzusagen. Zu den Lebensbedingungen, die sich im Verlauf der letzten Jahrzehnte verändert haben, gehört auch die ständig gewachsene Anerkennung durch die Gesellschaft, dass Menschen selbst im fortgeschrittenen Alter zunehmend noch produktiv sein können und hochgradig bereit und in der Lage sind, sich sozial zu engagieren, in der eigenen Familie und in kommunalen Einrichtungen, wodurch ihnen die Bestätigung gegeben wird, weiterhin gebraucht zu werden.

Vor allem Menschen, die täglich hohe Anforderungen in gesteigerter Verantwortung zu erfüllen haben, belegen eindrucksvoll, dass zahlreiche Aspekte ihrer Lebensbedingungen Berücksichtigung finden müssen, um ihre Gesundheit und ihr subjektives Wohlbefinden beurteilen zu können. Das lässt sich eindrucksvoll am Beispiel der meisten amerikanischen Präsidenten aufzeigen, denn sie waren und sind während ihrer Amtszeit einem außerordentlich hohen Stress ausgesetzt, um die täglich anfallenden Aufgaben zu meistern. Nach heutigem Kenntnisstand beeinträchtigt extremer Stress nicht nur das allgemeine Wohlbefinden, sondern ebenso die Gesundheit. Tatsächlich ergrauten viele Inhaber des höchsten amerikanischen Amtes innerhalb weniger Jahre sichtbar und entwickelten Altersfalten im Gesicht.

Altert ein Mensch, der unter solchen Bedingungen zu arbeiten hat, aber tatsächlich – wie behauptet worden ist – zweimal so schnell wie »normale« Altersgenossen? Die Untersuchungsergebnisse von Jay Olshansky (2011) konnten solche Behauptungen nicht bestätigen. Er fand, dass Präsidenten, die in jenen Zeitabschnitten lebten, da die durchschnittliche Lebenserwartung noch bei 40 Jahren lag, im Durchschnitt 79,8 Jahre alt geworden sind. Alle noch lebenden Präsidenten besitzen nach Einschätzung von Olshansky gute Aussichten, länger als die Durchschnittsbevölkerung zu leben. »Wir sterben nicht an grauen Haaren und Falten«, stellt Olshansky fest. Um die gute Gesundheit und die hohe Lebenserwartung zu erklären, müsse man den sozioökonomischen Status eines Menschen mit berücksichtigen, denn dieser habe einen »extrem starken Effekt« auf die Lebenserwartung. Fast alle Präsidenten hätten eine Hochschulausbildung gehabt, sie waren wohlhabend und sind von ihrem Gesundheitssystem bestens versorgt worden.

Um ein umfassendes Verständnis dafür anzubieten, wie komplexe Lebensbedingungen die Entwicklung Erwachsener bestimmen, ist es erforderlich, Forschungsergebnisse und Theorien von verschiedenen wissenschaftlichen Disziplinen zu berücksichtigen und zu integrieren und das bedeutet, Erkenntnisse der Psychologie, der Medizin, der Soziologie und sogar der Wirtschaftswissenschaften zu präsentieren. Vorliegende Erkenntnisse über die menschliche Entwicklung sind zudem in erheblichem Maße durch Beiträge bereichert worden, die interkulturellen Arbeiten entstammen. Auch die jüngeren Forschungsarbeiten der Neurowissenschaften haben wesentlich zur Erweiterung des Wissensstandes beigetragen. Es ist das Ziel der nachfolgenden Kapitel, über die Ergebnisse relevanter Arbeiten dieser humanwissenschaftlichen Disziplinen zu informieren.

Bei der Gestaltung dieses Buches wurde Wert darauf gelegt, dass Leser in einer klaren, verständlichen Sprache informiert werden. Wenn ihnen Fachausdrücke begegnen, dürfen sie damit rechnen, dass deren Bedeutung geklärt wird; die entsprechenden englischen Fachausdrücke finden sich stets in Klammern. Zahlreiche Beispielkästen sollen helfen, mitgeteilte Zusammenhänge besser zu verstehen. Leser sollten sich nicht nur als Adressaten fühlen, denen Erkenntnisse über das Erwachsenenalter mitgeteilt werden, sondern auch als Angesprochene, die etwas über sich selbst und ihre Entwicklung erfahren. Es ist wichtig, die Kriterien für Entscheidungen kennenzulernen, die ihre Lebensgewohnheiten betreffen und die mit subjektivem Wohlbefinden und Gesundheit in Beziehung stehen.

Ganz herzlich bedanken möchte ich mich bei Frau Silke Osmerg, die mir während der gesamten Entstehungszeit dieses Buches die vielfältigen Bibliotheksarbeiten abgenommen hat. Sehr anerkennend hervorheben möchte ich weiterhin die abschließende, besonders sorgfältige Durchsicht meines Manuskripts durch Herrn Hartmut Krämer, der im Text nicht nur zahlreiche Schreibfehler korrigierte, sondern auch sehr viele Anregungen zur Verbesserung der Stilistik gegeben hat. Meine außerordentliche Anerkennung gebührt auch meiner Frau, Hannelore Mietzel, der ich es verdanke, die notwendigen Bedingungen zum Schreiben dieses Buches ge-

habt zu haben und die meine Arbeiten während der gesamten Zeit konstruktiv begleitet hat. Bei meinem Sohn Thorsten Mietzel bedanke ich mich herzlich für die Herstellung fast sämtlicher Grafiken. Anlass für besondere Freude bot die durch Herrn Dr. Vogtmeier zum Ausdruck gebrachte Bereitschaft des Hogrefe Verlags, die bereits über mehrere Jahrzehnte bestehende außerordentlich positive Zusammenarbeit noch zu erweitern. Der Lektorin Frau Velivassis ist es zu verdanken, dass die Textvorlage des Autors in eine übersichtliche und ansprechende Form umgesetzt worden ist.

Der Autor ermuntert seine Leser, ihm alles mitzuteilen, was bewahrt und verbessert werden sollte, denn nur Rückmeldungen der Nutzer ermöglichen es, das vorliegende Werk bestehenden Bedürfnissen noch mehr anzupassen.

Gerd Mietzel

Universität Duisburg Essen
E-Mail: Gerd@Mietzel.de

Kapitel 1

Einführung in die Psychologie des Erwachsenenalters

Inhaltsübersicht

1.1	Kennzeichnung der Entwicklungspsychologie	18
1.1.1	Veränderungen als Ausdruck von Entwicklungen	19
1.1.2	Kennzeichnung des Entwicklungsprozesses	24
1.2	Unterschiedliche Sichtweisen der Entwicklungspsychologie	29
1.2.1	Veränderungen infolge hoher genetischer Kontrolle	29
1.2.2	Veränderungen als Folge von Umwelteinwirkungen	33
1.2.3	Veränderungen infolge wechselseitiger Beeinflussung von Umwelt und Genen	34
1.2.4	Entwicklung aus der Sicht der ökologischen Systemtheorie	39
1.2.5	Einstellungen zu Lebensabschnitten in Abhängigkeit von einer Makrostruktur	42
1.3	Langes beschwerdefreies Leben als Ziel der Humanwissenschaften	53
1.3.1	Konzept des erfolgreichen Alterns und seine Kritik	54
1.3.2	Bemühungen zur Steigerung einer behinderungsfreien Lebenserwartung	56
1.3.3	Bedingungen des subjektiven Wohlbefindens	60
1.4	Methoden zur Erfassung von Veränderungen	62
1.4.1	Konzepte zur Bewertung von Forschungsmethoden	62
1.4.2	Qualitative Forschungsmethoden	63
1.4.3	Quantitative Forschungsmethoden	64

© Gina Sanders – Fotolia.com

Entdeckung einer Entwicklung der Lebensspanne in Deutschland zeitlich viel früher als in Nordamerika. Wenn man sich Lehrbücher der Entwicklungspsychologie ansieht, die vor 50 Jahren oder früher erschienen sind, dann fällt auf, dass darin keineswegs alle Lebensabschnitte des Menschen beschrieben werden. Die Darstellungen enden in der Regel mit dem Abschluss des Jugendalters (Adoleszenz). Das gilt vor allem für den nordamerikanischen Bereich, wie ULMAN LINDENBERGER (2007) aufgezeigt hat, denn er stellt fest, dass dort »Entwicklungspsychologie nahezu ausschließlich als Kinderpsychologie (*child psychology*) definiert und betrieben wurde«. LINDENBERGER erklärt sich diese Konzentration auf frühere Abschnitte des menschlichen Lebenslaufes damit, dass in der angelsächsischen Tradition biologisch geprägte Reifungs- und Wachstumsprozesse überbetont worden sind. Als zu Beginn der 60er Jahre das Interesse an einer Entwicklungspsychologie zunahm, die auch das Erwachsenenalter berücksichtigte, entstand eine Gerontologie, die aber anfänglich kein Bemühen erkennen ließ, Kindheit, Jugend und Erwachsenenalter zusammenzuführen. Es entstand in Nordamerika vorübergehend eine eigenständige Disziplin. »De facto kam es somit ... zu einer Zweiteilung des Fachs in Kindheitsentwicklungspsychologie und Erwachsenenentwicklungspsychologie« (LINDENBERGER, 2007).

In Deutschland wurde die Entwicklung während des Erwachsenenalters bereits sehr früh als Teil des menschlichen Lebenslaufes gesehen. LINDENBERGER sieht in dem deutschen Philosophen *Johann Nikolaus Tetens* (1736–1807) den Begründer des Lebensspannen-Ansatzes. Auch die literarische Tradition des Bildungsromans während des 18. und 19. Jahrhunderts habe wesentlich dazu beigetragen, dass »eine Einengung des Entwicklungsbegriffes auf Kindheit und frühes Erwachsenenalter in Deutschland von vornherein nicht in Betracht« gekommen sei. Die Arbeiten von CHARLOTTE BÜHLER (1933) in den 30er Jahren und HANS THOMAE in der Nachkriegszeit (z. B. LEHR & THOMAE, 1958; THOMAE, 1968, 1984), die der Psychologie des Erwachsenenalters entscheidende Impulse gaben, hatten somit ihre historischen Wurzeln bereits sehr viel früher. Zweifellos gewann die Psychologie des Erwachsenenalters ganz erheblich an Bedeutung, nachdem dieser Lebensabschnitt in den 60er und 70er Jahren des letzten Jahrhunderts auch in Nordamerika verstärkt in den Blickpunkt der Forschung rückte.

Das verstärkte Interesse für das Erwachsenenalter hat zahlreiche Gründe. Zu diesen zählt sicherlich auch, dass es in der Vergangenheit fortlaufend Veränderungen in der Zusammensetzung der Bevölkerung gegeben hat. Fortschritte in der Medizin, den Ernährungswissenschaften und in anderen Bereichen bewirkten eine langsame, aber doch stetige Erhöhung der Lebenserwartung: Die Lebenserwartung im antiken Griechenland (etwa 400 v. Chr.) lag nach vorliegenden Schätzungen bei ca. 30 Jahren. Im Verlauf der nachfolgenden Jahrhunderte erfolgten keine nennenswerten Veränderungen, denn im 18. Jahrhundert stieg sie in Europa nur auf 35 bis 40 Jahre an (MÜLLER, 2000). Natürlich gab es stets Menschen, die 60 Jahre und älter geworden sind. Von der Antike bis zum 18. Jahrhundert erreichten die-

ses Alter aber lediglich 5 bis 10 % der Bevölkerung. Danach sind Fortschritte in Bemühungen zur Verlängerung der Lebensdauer aber unübersehbar. »Erst vor kurzem«, so stellt JOSEF EHMER (2008) fest, »im 19. und 20. Jahrhundert, begannen sich die demographischen Verhältnisse radikal zu ändern. Wenn man weltweit die Länder mit der höchsten Lebenserwartung zum Maßstab nimmt, dann ist die durchschnittliche Lebenserwartung bei der Geburt in den letzten 150 Jahren in jedem Jahrzehnt um 2,3 Jahre gestiegen«. Bei einem heute geborenen Menschen ist damit zu rechnen, dass er ein Alter von ca. 81 (Mädchen) bzw. von ca. 75 Jahren (Jungen) erreichen wird. Diese Werte werden bis 2050 voraussichtlich auf 86 bzw. 81 ansteigen (BARLÖSIUS & SCHIEK, 2007).

Absenkung der Geburtenrate bei gleichzeitiger Erhöhung der Lebenserwartung. Mit einer abnehmenden Geburtenrate und einer gleichzeitigen Erhöhung der Lebenserwartung wird die Bevölkerungspyramide im Laufe der Zeit immer mehr auf den Kopf gestellt. Der demografische Wandel lässt sich an einer Grafik eindeutig ablesen (s. Abb. 1.1).

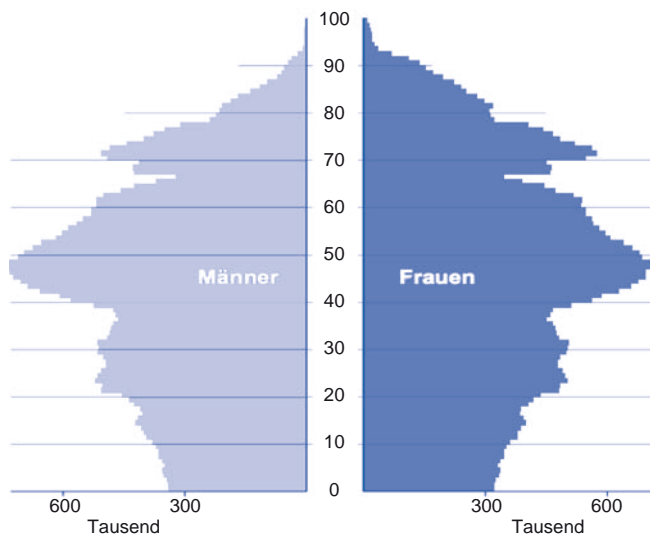


Abbildung 1.1: Verteilung männlicher und weiblicher Altersgruppen im Jahre 2011 in Deutschland

Wenn man die Altersverteilung der Bevölkerung im Jahre 2005 mit zeitlich früheren Grafiken vergleicht, gelangt man zu dem Schluss, dass der Anteil der älteren Menschen immer mehr zugenommen, derjenige der Jüngeren abgenommen hat. Während im Jahre 1860 eine deutsche Frau im Durchschnitt fünf Kinder gebar, waren es 1874 immerhin vier, 1881 nur noch drei, und im Jahre 1904 hatte sich die »Fertilitätsrate« (die durchschnittliche Anzahl der lebend geborenen Kinder