

# Inhalt

1	Einleitung .....	5
2	Historischer Überblick über die Erforschung der Alternsprozesse .....	7
2.1	Vorwissenschaftliche Äußerungen .....	7
2.2	Die Frühperiode wissenschaftlicher Erforschung psychischer Alterns- prozesse .....	12
2.3	Der Beginn systematischer Altersforschung .....	15
2.4	Die Expansionsphase der Altersforschung .....	19
2.4.1	Gründung und Entwicklung gerontologischer Gesellschaften .....	19
2.4.2	Die Entwicklung psychologischer Altersforschung nach dem Zweiten Weltkrieg .....	23
3	Demographische Veränderungen der Bevölkerungsstruktur .....	27
3.1	Historische Hinweise .....	27
3.2	Die Zunahme der Lebenserwartung im 20. Jahrhundert .....	28
3.3	Die »ergraue Welt« .....	30
3.4	Das veränderte demographische Verhältnis zwischen den Generationen .....	41
3.5	Der veränderte Lebenszyklus .....	43
4	Psychosoziale Theorien des Alterns .....	45
4.1	Defizitmodelle des Alterns .....	46
4.1.1	Die Frühphase empirischer Alterspsychologie .....	46
4.1.2	Studien aus den 20er/30er Jahren .....	48
4.1.3	Die WECHSLER-Skalen .....	49
4.1.4	Erklärungsansätze .....	50
4.2	Qualitative Verlaufsmodele .....	52
4.2.1	Erik ERIKSON .....	52
4.2.2	Die Theorie der Entwicklungsaufgaben .....	52
4.2.3	GUTMANNs Theorie des geschlechtsspezifischen Alterns .....	54
4.2.4	»Gerodynamik« .....	55
4.3	Theorien des erfolgreichen Alterns .....	55
4.3.1	Die Alternative: Disengagement oder Aktivität als Weg zum erfolg- reichen Altern .....	56
4.3.2	Die Kontinuitätstheorie .....	63
4.3.3	Erfolgreiches Altern als selektive Optimierung und Kompensation – das SOK-Modell .....	64
4.4	Wachstumstheorien .....	65
4.4.1	Wohlbefinden und Wachstum .....	66
4.4.2	Wachstum und Weisheit .....	67
4.4.3	Gerotranszendenz .....	68
4.5	Kognitive Theorien .....	68

4.6	Kulturanthropologische Alternstheorien .....	70
4.7	Ein interaktionistisches Modell der Bedingungen von Langlebigkeit und Altwerden bei psychophysischem Wohlbefinden .....	71
<b>5</b>	<b>Funktionsfähigkeit und Kreativität .....</b>	<b>75</b>
5.1	Intelligenz .....	75
5.1.1	»Primärfähigkeiten« bzw. Intelligenzfaktoren .....	78
5.1.2	Genetische Faktoren .....	80
5.1.3	Geschlechtsspezifische Unterschiede .....	81
5.1.4	Schulbildung und sozialer Status .....	82
5.1.5	Gesundheitszustand und intellektuelle Leistung .....	86
5.1.6	Interventionsstudien .....	90
5.2	Gedächtnis .....	92
5.2.1	Grundmodelle in der Gedächtnisforschung .....	92
5.2.2	Das mehrdimensionale Gedächtnismodell nach SUGAR und MCDOWD ..	94
5.2.3	Die Kapazität des Kurzzeitgedächtnisses .....	94
5.2.4	Die Bedeutung der Lebensumstände .....	95
5.2.5	Anforderungen der Umgebung .....	96
5.2.6	Strategien beim Lernen und Erinnern .....	98
5.2.7	Die Rolle von Überzeugungen in Bezug auf das Gedächtnis .....	99
5.2.8	»Expertenwissen« und Gedächtnis .....	100
5.2.9	Emotion, Motivation und Gedächtnis .....	101
5.2.10	Intervention und Gedächtnisleistung .....	102
5.3	Psychomotorik .....	106
5.3.1	Zum Begriff der psychomotorischen Fähigkeiten .....	106
5.3.2	Reaktionsversuche .....	107
5.3.3	Mehrfach-Wahlreaktionen .....	110
5.3.4	Autofahren als Reiz-Reaktions-Aufgabe .....	113
5.3.5	Körperliche Aktivität und Sport .....	115
5.4	Alltagskompetenz .....	119
5.4.1	Die ADL-Skalen .....	119
5.4.2	Die Skala zur Erfassung der »instrumentellen« täglichen Aktivitäten (IADL) .....	120
5.4.3	Erhebungen zur »Pflegebedürftigkeit« in Deutschland .....	122
5.4.4	Ökologische und soziale Aspekte der Pflegebedürftigkeit .....	123
5.4.5	Kompetenzen Hochbetagter .....	126
5.5	Kreativität .....	127
<b>6</b>	<b>Persönlichkeit und Altern .....</b>	<b>131</b>
6.1	Begriff und Methoden der Persönlichkeitsforschung .....	131
6.2	Veränderung und Konstanz der Persönlichkeit .....	132
6.2.1	Konstanz und Variabilität von Eigenschaften .....	133
6.2.2	Erlebnisstrukturen und Überzeugungen .....	140
6.2.3	Das Selbstbild .....	150
6.2.4	Zeitperspektive .....	156

6.3	Emotionen .....	158
6.3.1	Emotionale Verarmung im Alter? .....	158
6.3.2	Angststudien .....	159
6.3.3	Einsamkeit .....	160
6.3.4	Tendenzen der emotionalen Entwicklung .....	161
6.4	Bedürfnisse und Motive .....	162
6.4.1	Ernährung .....	162
6.4.2	Sexuelles Verhalten .....	165
6.4.3	Machtstreben und Anschlussbedürfnis .....	167
6.4.4	Veränderungen der Leistungsmotivation .....	168
6.4.5	Interessen .....	169
6.4.6	Streben nach Selbstverwirklichung .....	171
6.5	Stress und Coping .....	173
6.5.1	Der Forschungsansatz »kritische Lebensereignisse« .....	173
6.5.2	Belastungen im Alter .....	174
6.5.3	Klassifikation der Reaktionen .....	176
6.5.4	Die Bonner Studien über Reaktionen auf Belastungssituationen .....	178
6.5.5	Reaktionen von Hundertjährigen .....	193
7	Altern und Gesellschaft .....	195
7.1	Einstellungen gegenüber dem Alter .....	196
7.1.1	Ist der »age-ism« überwunden? .....	196
7.1.2	Berufsspezifische Altersbilder .....	198
7.1.3	Fremdeinschätzung und Selbsterleben älterer Menschen .....	199
7.1.4	Das gegenseitige Bild der Generationen .....	201
7.1.5	Positive Stereotypisierungen des Alters .....	203
7.2	Ältere Arbeitnehmer in der Industriegesellschaft .....	205
7.2.1	Veränderungen in den Erwerbsquoten der älteren Bevölkerung .....	205
7.2.2	Erwartungen an ältere Mitarbeiter .....	208
7.2.3	Zur Leistungsfähigkeit älterer Arbeitnehmer .....	210
7.2.4	Anpassung an betriebliche Innovationen .....	215
7.2.5	Unfallhäufigkeit und Krankheit .....	218
7.2.6	Spezifische Probleme der Berufssituation der Frau im höheren Erwachsenenalter .....	220
7.3	Übergang in und Anpassung an den Ruhestand .....	230
7.3.1	Entstehung und Wandel des »Ruhestandes« .....	230
7.3.2	Die deutsche »Vor-Ruhestands-Regelung« .....	231
7.3.3	Die Vorbereitung auf die »normale« Pensionierung .....	232
7.3.4	Die Anpassung an das Berufsende und gesellschaftlicher Wandel .....	234
7.3.5	Die Anpassung an den Ruhestand als Prozess .....	236
7.3.6	Soziale und biographische Bedingungen der Zufriedenheit mit dem Ruhestand .....	238
7.3.7	Formen des Übergangs in die nachberufliche Phase .....	239
7.3.8	»Produktives Altern« .....	240

7.4	Alter und Familie .....	250
7.4.1	Veränderung der Haushaltsstruktur .....	251
7.4.2	»Innere Nähe bei äußerer Distanz« .....	252
7.4.3	Veränderungen von Familienstrukturen in den letzten Jahrzehnten ....	254
7.2.6	Qualitative Veränderungen in den innerfamiliären Interaktions- formen .....	263
7.4.5	Die Bedeutung der Großeltern .....	268
7.4.6	Partnerbeziehungen im Alter .....	272
7.4.7	Die Beziehungen zwischen Älteren und ihren erwachsenen Kindern ...	281
7.4.8	Beziehungen zu Geschwistern .....	283
7.4.9	Beziehungen zu weiteren Verwandten .....	284
7.5	Soziale Beziehungen außerhalb der Familie .....	285
7.6	Altern und Umwelt .....	293
7.6.1	Theorien über die Beziehungen von Alter und Umwelt .....	294
7.6.2	Die Wohnung .....	297
7.6.3	Wohnen im Alten- und Pflegeheim .....	307
7.6.4	Stadt-Land-Unterschiede in der Situation Älterer .....	317
7.7	Ältere Menschen und Medien .....	320
7.7.1	Die späte Freiheit – eine Freiheit zum Medienkonsum? .....	320
7.7.2	Typologien der Mediennutzung im Alter .....	321
7.7.3	Die Konkurrenz von Freizeitinteressen .....	323
7.7.4	Das Altersbild der Medien .....	324
<b>8</b>	<b>Auseinandersetzung mit Sterben und Tod .....</b>	<b>327</b>
8.1	Die »Individualität des Sterbens« .....	327
8.2	Der Arzt und der Sterbende .....	328
8.3	Das Pflegepersonal im Krankenhaus und der Sterbende .....	329
8.4	Altenpfleger und Sterbende .....	330
8.5	Geistliche und Sterbende .....	331
8.6	Die Angehörigen und der Sterbende .....	331
	Abschließende Bemerkung .....	333
	Literatur .....	334
	Personenregister .....	376
	Sachregister .....	384