

# Inhalt

Vorwort .....	9
<b>1 Einleitung .....</b>	<b>10</b>
1.1 Einführung .....	10
1.2 Leitthemen der Gerontopsychologie .....	13
1.2.1 Alter und Altern .....	13
1.2.2 Veränderungen vom mittleren ins extrem hohe Alter ....	14
1.2.3 Ressourcen und Defizite .....	15
1.2.4 Altern als aktiver Prozess .....	18
1.2.5 Entwicklungsregulation im Alter .....	19
1.2.6 Variabilität des Alters und Alterns .....	20
1.3 Zusammenfassung und Kontrollfragen .....	23
<b>2 Psychologische Grundlagen der Gerontologie:</b>	
<b>Definitionen .....</b>	<b>24</b>
2.1 Gegenstand der Gerontopsychologie .....	24
2.2 Altersdefinitionen .....	24
2.2.1 Normales, erfolgreiches und pathologisches Alter .....	25
2.2.2 Forschungsdefinitionen .....	28
2.2.3 Subjektive Wahrnehmung und Bewertung des Alters ....	29
2.3 Multidirektionalität und Multidimensionalität von Altersveränderungen .....	32
2.4 Allgemeine und differenzielle Alternsprozesse .....	33
2.5 Erklärung von Alternsprozessen .....	35
2.6 Zusammenfassung und Kontrollfragen .....	37
<b>3 Gerontopsychologische Theorien .....</b>	<b>39</b>
3.1 Wissenschaftstheoretische Grundlagen .....	39
3.2 Theorien in der Gerontopsychologie .....	40
3.3 Gerontopsychologische Theorien mit bereichsübergreifendem Anspruch .....	42
3.3.1 Entwicklungsaufgaben .....	42
3.3.2 Das Dritte und Vierte Lebensalter .....	46
3.3.3 Lebensspannenpsychologie .....	49
3.3.4 Mechanistische Defizitmodelle des Alterns .....	55
3.3.5 Theorien des erfolgreichen Alterns .....	57
3.3.5.1 Aktivitätstheorie .....	57
3.3.5.2 Disengagement-Theorie .....	58
3.3.5.3 Kontinuitätstheorie .....	59
3.3.5.4 Selektive Optimierung und Kompensation .....	60

3.4	Bereichsspezifische Theorien der Gerontopsychologie ..	69
3.4.1	Theorien zur kognitiven Entwicklung .....	69
3.4.1.1	Speed-Hypothese des kognitiven Alterns .....	69
3.4.1.2	Common Cause .....	71
3.4.1.3	Differenzierung-Dedifferenzierungs-Hypothese .....	72
3.4.2	Theorien zur sozioemotionalen Entwicklungsregulation .....	74
3.4.2.1	Sozioemotionale Selektivitätstheorie .....	74
3.4.2.2	Primäre und sekundäre Kontrolle .....	75
3.4.2.3	Entwicklungsregulation durch Assimilation und Akkommodation .....	77
3.5	Entwicklungskontextuelle Ansätze .....	79
3.5.1	Person-Kontext-Passung .....	81
3.5.2	Historischer und sozialstruktureller Kontext .....	82
3.5.3	Alter im Kontext demografischer Veränderungen .....	84
3.5.4	Kontext Arbeitswelt .....	86
3.5.5	Geschlechtsrolle als Kontext .....	88
3.5.6	Biografischer Kontext .....	90
3.5.7	Lebensereignisse und Krisen im Alter als Kontext .....	91
3.5.7.1	Kritische Lebensereignisse .....	91
3.5.7.2	Umgang mit Tod und Sterben .....	95
3.6	Zusammenfassung und Kontrollfragen .....	97
<b>4</b>	<b>Methoden psychologischer Altersforschung .....</b>	<b>98</b>
4.1	Begriffsbestimmungen .....	98
4.2	Zusammenhang zwischen Theorie und Datensammlung .....	99
4.3	Erhebungsinstrumente .....	100
4.3.1	Psychometrische Verfahren .....	100
4.3.2	Befragungen .....	103
4.3.3	Verhaltensbeobachtung .....	106
4.4	Forschungsdesigns .....	106
4.4.1	Längsschnittstudien .....	106
4.4.2	Querschnittstudien .....	116
4.4.3	Quer- oder Längsschnitt .....	118
4.4.4	Experiment .....	122
4.4.5	Evaluationsstudien .....	123
4.5	Auswertungsverfahren .....	124
4.5.1	Fokus Individuum versus Mehrpersoneneinheiten .....	126
4.6	Zusammenfassung und Kontrollfragen .....	127

<b>5</b>	<b>Psychische Entwicklung im höheren Erwachsenenalter</b> .....	129
5.1	Ressourcenentwicklung .....	129
5.2	Wahrnehmung .....	129
5.2.1	Altersveränderungen in der Hörleistung .....	130
5.2.2	Altersveränderungen in der Sehleistung .....	131
5.2.3	Periphere versus zentrale Altersveränderungen .....	132
5.3	Psychomotorik .....	135
5.4	Kognition .....	141
5.4.1	Zur individuellen Relevanz kognitiver Ressourcen .....	142
5.4.2	Zur gesellschaftlichen Relevanz kognitiver Ressourcen ...	143
5.4.3	Die normale Entwicklung kognitiver Ressourcen im Alter .....	146
5.4.4	Intelligenzentwicklung .....	146
5.4.5	Das Gedächtnis im Alter .....	152
5.4.5.1	Retrospektives Erinnern .....	152
5.4.5.2	Prospektives Erinnern .....	156
5.4.5.3	Lernen .....	164
5.4.6	Kognition, Alter und Demenz .....	165
5.4.7	Steigerungsfähigkeit kognitiver Ressourcen im Alter ...	170
5.5	Emotionen .....	173
5.5.1	Subjektive Emotionswahrnehmung .....	173
5.5.2	Affektive Komplexität .....	175
5.5.3	Emotionsausdruck .....	177
5.5.4	Emotionsregulation .....	180
5.6	Soziale Beziehungen .....	181
5.6.1	Soziales Netz und soziale Unterstützung .....	181
5.6.2	Charakteristika von sozialen Beziehungen im Alter ....	182
5.7	Persönlichkeit .....	188
5.8	Psychische Gesundheit .....	196
5.9	Zusammenfassung und Kontrollfragen .....	200
<b>6</b>	<b>Anwendungsfelder der Gerontopsychologie</b> .....	202
6.1	Ressourcen, Kontexte, Ziele und Passungen als Interventionsgegenstand .....	205
6.2	Kognitive Trainings .....	206
6.3	Lebenslanges Lernen .....	211
6.4	Public Health .....	212
6.5	Gesundheitsverhalten .....	213
6.5.1	Gesundheit und Krankheit im Alter .....	213
6.5.2	Erkrankungen im Alter als chronische Beeinträchtigungen .....	214
6.5.3	Ein allgemeines Modell zum Gesundheitsverhalten ....	216

---

6.5.4	Besonderheiten des Gesundheitsverhaltens im höheren Erwachsenenalter .....	218
6.5.5	Eine gerontopsychologische Modifikation des Health Action Process Approach .....	219
6.6	Pflegekontexte .....	222
6.7	Beratung und Therapie .....	224
6.8	Evaluation .....	227
6.9	Differenzielle Diagnostik .....	228
6.10	Prävention .....	230
6.11	Zusammenfassung und Kontrollfragen .....	231
<b>7</b>	<b>Ethische Aspekte in der Gerontopsychologie .....</b>	<b>233</b>
7.1	Gerontopsychologische Forschung als Handlung am Menschen .....	233
7.2	Die immanente Ethikdimension aller Humanwissenschaften .....	233
7.3	Ein paradigmatisches Beispiel: Forschung an Nicht-Einwilligungsfähigen .....	234
7.4	Forschungsbedarf .....	237
7.5	Zusammenfassung und Kontrollfragen .....	239
	<b>Literaturverzeichnis .....</b>	<b>242</b>
	<b>Sachverzeichnis .....</b>	<b>257</b>