

Gerd Mietzel

Wege in die Entwicklungspsychologie

Erwachsenenalter und Lebensende

Eine Einführung

Quintessenz

Inhaltsverzeichnis

1. Kapitel: Einführung in die Psychologie des Erwachsenenalters	11
1.1 Kennzeichnung der Entwicklungspsychologie	13
1.1.1 Entwicklung als Ausdruck bestimmter Veränderungen	14
1.1.2 Entwicklungen in der gesamten Lebensspanne	15
1.1.3 Entwicklungsabschnitte des Erwachsenenalters	18
1.1.4 Stabilität und Veränderungen in der Entwicklung der Persönlichkeit	19
1.1.5 Das Anlage-Umwelt-Problem	20
1.1.5.1 Von „Oder“- zu „Wie“-Fragen	20
1.1.5.2 Die Wechselwirkung von Anlagen und Umwelt	24
1.1.6 Klassifikation der Einflüsse auf Veränderungen im Lebenslauf	25
1.1.6.1 Veränderungen, die überwiegend unter genetischer Kontrolle stehen	25
1.1.6.2 Veränderungen, die eine vergleichsweise hohe Abhängigkeit von Umweltbedingungen aufweisen	27
1.1.6.3 Veränderungen, die nach Auftreten nicht-normierter Lebens- ereignisse erfolgen	30
1.2 Veränderung der Lebensbedingungen als ständige Heraus- forderung	34
1.2.1 Vorbereitungsmöglichkeit auf neue Anforderungen	36
1.2.2 Innere Voraussetzungen der Person zur Bewältigung von Lebens- ereignissen	37
1.3 Studium der Entwicklung aus verschiedenen Blickrichtungen	38
1.3.1 Die biologisch-medizinische Blickrichtung	41
1.3.2 Die soziologische Blickrichtung	45
1.3.3 Die anthropologische Blickrichtung	48
1.3.5 Die psychologische Blickrichtung	50
1.4 Erforschung von Veränderungen	52
1.4.1 Die Querschnitt-Methode	53
1.4.2 Die Längsschnitt-Methode	54
1.4.3 Kombination von Quer- und Längsschnittmethode	55
1.5 Aufbau der weiteren Darstellung	56
2. Kapitel: Körperliche Veränderungen im Erwachsenenalter	58
2.1. Beschreibung körperlicher Veränderungen	60
2.1.1. Äußeres Erscheinungsbild	60
2.2.1.1 Körperliche Gestalt	63

2.2.1.2	Haut und Haare	64
2.1.2	Sinnesorgane	69
2.1.2.1	Gesichtssinn	71
2.1.2.2	Gehörsinn	74
2.1.3	Veränderungen innerer Organe	80
2.1.3.1	Muskeln und Knochen	80
2.1.3.2	Herz-Kreislaufsystem	82
2.1.3.3	Atmungsorgane	86
2.1.4	Fortpflanzungssystem	88
2.1.4.1	Veränderungen des weiblichen Fortpflanzungssystems und 889 sexuelles Verhalten	89
2.1.4.2	Veränderungen des männlichen Fortpflanzungssystems und sexuelles Verhalten	92
2.1.5	Nervensystem	93
2.1.6	Schlafen und Wachen	96
2.2	Biologische Theorien des Alterns	99
2.2.1	Altern als Prozeß programmierter Veränderungen	100
2.2.1.1	Die <i>Hayflick</i> -Grenze	100
2.2.1.2	Programmierte Selbsterstörung	102
2.2.2	Altern als Folge von Verbrauch und Abnutzung	103
3. Kapitel:	Veränderungen kognitiver Funktionen	106
3.1	Untersuchungen zur Veränderung der Intelligenz	107
3.1.1	Zum Intelligenzverständnis der Psychometriker	108
3.1.2	Ergebnisse aus Querschnitt- und Längsschnittstudien	112
3.1.3	Veränderung der Intelligenz im Erwachsenenalter: Über einen Mythos und über Voreingenommenheiten	114
3.1.4	Über die Angemessenheit herkömmlicher Intelligenzprüfungen	117
3.2	Untersuchungen zur Entwicklung des Denkens	120
3.2.1	Formal-operationales Denken in der Adoleszenz	120
3.2.2	Formal-operationales Denken im Erwachsenenalter	124
3.2.3	Formal-operationales Denken in verschiedenen Bereichen	125
3.2.4	Jenseits formaler Operationen	128
3.3	Untersuchungen zum Lernen und Behalten	130
3.1.1	Lernen aus der Sicht der Assoziationstheoretiker	131
3.3.1.1	Veränderung zeitlicher Bedingungen	132
3.3.1.2	Unterschiedliche Grade der Erregtheit und Angst	133
3.3.1.3	Kenntnis und Einsatz von Mnemotechniken	134
3.3.2	Lernen und Behalten aus der Sicht der Informationstheoretiker	136
3.3.2.1	Die sensorischen Register	138
3.3.2.2	Das Kurzzeitgedächtnis	139
3.3.2.3	Das Langzeitgedächtnis	141
3.3.3	Lernen und Behalten in Alltagssituationen	145
3.4	Entwicklung des Leistungsverhaltens in unterschiedlichen Wissens- und Tätigkeitsbereichen	148

4. Kapitel: Entwicklung sozialer Beziehungen	152
4.1 Sozial-emotionale Bindung durch Freundschaft	153
4.1.1 Einige Funktionen der Freundschaft im Erwachsenenalter	153
4.1.1.1 Austausch von Vertraulichkeiten	154
4.1.1.2 Soziale Unterstützung durch Freunde	156
4.1.2 Freundschaftsbeziehungen und Lebensalter	157
4.2 Sozial-emotionale Bindung durch Liebe	157
4.2.1 Romantische Liebe	158
4.2.1.1 Kennzeichen romantischer Liebe	158
4.2.1.2 Erklärung romantischer Liebe	161
4.3 Lebenspartnerschaft und einige ihrer Voraussetzungen	163
4.3.1 Auswahl eines Lebenspartners	163
4.3.2 Dauerhafte Partnerschaften	169
4.3.2.1 Partnerschaft als Austausch- oder Gemeinschaftsbeziehung	169
4.3.2.2 Reaktionen auf Schwierigkeiten in dauerhaften Partnerschaften	171
4.4 Der Lebenszyklus der Familie	175
4.4.1 Das Hineinwachsen in die Elternschaft	178
4.4.1.1 Übergang zur Elternschaft unter verschiedenen gesellschaftlichen Bedingungen	178
4.4.1.2 Schwangerschaft und Geburt	179
4.4.1.3 Veränderung der Lebenssituation nach der Geburt des ersten Kindes	183
4.4.1.4 Unterschiedliche Rollen von Mann und Frau in der Elternschaft	185
4.4.2 Trennung der Ehepaare durch Scheidung	187
4.4.2.1 Scheidung als Prozeß	188
4.4.2.2 Folgen der Scheidung für Kinder	191
4.4.3 Der Übergang zum „leeren Nest“	193
4.4.4 Verlust eines Lebenspartners durch Tod	194
4.4.4.1 Phasen der Witwenschaft	195
4.4.4.2 Die Sterblichkeit von Verwitweten aus psychologischer Sicht	197
4.4.4.3 Soziale Unterstützung als Anpassungshilfe	198
4.5 Einsamkeit im höheren Lebensalter	199
5. Kapitel: Der Erwachsene in Beruf und Freizeit	201
5.1 Einstellungen zu Arbeit und Beruf	203
5.2 Berufswahl, Anpassung und berufliche Entwicklung	204
5.2.1 Die Berufswahl und einige ihrer Voraussetzungen	205
5.2.2 Anpassung an einen Beruf und Bewährung	212
5.2.3 Bestandsaufnahme im Mittleren Erwachsenenalter und ihre Folgen	213
5.2.3.1 Einige für die berufliche Entwicklung bedeutsame Reaktionen beim Übergang zum Mittleren Erwachsenenalter	214
5.2.3.2 Fortgesetztes Engagement, Sicherung des Erreichten oder Ent-Illusionierung in der beruflichen Entwicklung	215
5.2.3.3 Berufswechsel während des Übergangs zum Mittleren Erwachsenenalter	217
5.2.4 Rückzug aus dem Arbeitsleben und Eintritt in den Ruhestand	217

5.2.4.1	Der Ruhestand unter verschiedenen gesellschaftlichen Bedingungen	221
5.2.4.2	Die „Geschäftigkeits-Ethik“ und die „Rentenideologie“ als Hilfen beim Übergang vom Arbeitsleben zum Ruhestand	223
5.2.4.3	Reaktionen auf den Ruhestand	224
5.2.4.3	Ruhestand und Gesundheit	229
5.3	Freizeit: Einstellungen und Verhalten des Erwachsenen	229
5.3.1	Kennzeichnung von Freizeit	230
5.3.2	Ziele der Freizeit	232
5.3.3	Freizeitziele im Verlauf des Erwachsenenalters	234
5.3.4	Über den Zusammenhang von Freizeitverhalten und Partnerschaft	235
5.3.5	Über die Inanspruchnahme von Freizeitangeboten für Ältere	236
6.	Kapitel: Sterben und das Ende des Lebens	240
6.1	Sterben und Tod in der industriellen Gesellschaft	241
6.2	Entwicklung von Todesvorstellungen	243
6.2.1	Entwicklungen während der Kindheit: Von frühen Trennungserfahrungen zur „reifen“ Vorstellung	244
6.2.2	Gelassenheit gegenüber dem Tod in der Adoleszenz und im Frühen Erwachsenenalter	246
6.2.3	Entstehung einer neuen Zeitwahrnehmung im Mittleren Erwachsenenalter	247
6.2.4	Vorbereitung auf den Tod im Späten Erwachsenenalter	249
6.3	Furcht vor dem Tode	249
6.3.1	Erfassung von Todesfurcht	253
6.3.2	Gründe für Todesfurcht	254
6.3.3	Unterschiede im Ausprägungsgrad von Todesfurcht	255
6.4	Der Prozeß des Sterbens	258
6.4.1	Das Sterben als Abfolge bestimmter Phasen	259
6.4.2	Kritik der Phasen-Vorstellung von Kübler-Ross	261
6.4.3	Der Verlauf des Sterbens unter verschiedenen Bedingungen	262
6.5	Die Suche nach menschenwürdigen Bedingungen für Sterbende	263
6.5.1	Körperliche und sozial-emotionale Bedürfnisse Sterbender	264
6.5.2	Sterben unter Hospiz-Fürsorge	267
6.5.3	Probleme der Sterbehilfe	269
6.6	Das Lebensende	272
6.6.1	Körperliche Veränderungen vor dem Tod	272
6.6.2	Merkmale zur Feststellung des Todes	274
	Sachwortverzeichnis	281
	Abbildungsnachweis	286