

Z Gerontol Geriat 2011 · 44:291–298
 DOI 10.1007/s00391-011-0192-3
 Eingegangen: 15. Juni 2011
 Angenommen: 15. Juli 2011
 Online publiziert: 8. September 2011
 © Springer-Verlag 2011

A.E. Kornadt · K. Rothermund
 Institut für Psychologie, Friedrich-Schiller-Universität Jena

Dimensionen und Deutungsmuster des Alterns

Vorstellungen vom Altern, Altsein und der Lebensgestaltung im Alter

Bereits in frühen Phasen des Lebens entstehen Einstellungen und Meinungen darüber, wie alte Menschen sind, wie wir selbst im Alter sein werden und wie wir uns ein Leben im Alter vorstellen. Aber wie unterscheiden sich Altersbilder in verschiedenen Lebensaltern und Lebensbereichen? Wie wirken sie sich über die Lebensspanne auf das Selbstkonzept und Wohlbefinden aus? Welche Vorstellungen von einem aktiven Alter sowie dem Alter als Phase der Ruhe und Selbstbestimmung dominieren bei Personen unterschiedlichen Alters?

Im psychologischen Teil des Projekts „Zonen des Übergangs“ wurden spezifische Altersstereotype und altersbezogene Selbstbilder für verschiedene Lebensbereiche und in verschiedenen Altersgruppen erfasst und deren Zusammenhänge zu Wohlbefinden und dem Selbstkonzept untersucht. Des Weiteren wurden Vorstellungen zur persönlichen Lebensgestaltung im Alter analysiert. Der vorliegende Beitrag gibt die Ergebnisse dieser Untersuchungen wieder.

Altersbilder und Altersstereotype – Stand der Forschung

Altersbilder, definiert als die individuellen und gesellschaftlichen Sichtweisen auf die Lebensphase Alter und den Prozess des Älterwerdens [13] bilden sich be-

reits in jungen Jahren und begleiten uns über die Lebensspanne. Jeder von uns hat Vorstellungen davon, wie alte Menschen sind bzw. wie der Prozess des Älterwerdens sich typischerweise gestaltet [12]. Denkt man über das Alter oder alte Menschen nach, kommen einem viele unterschiedliche Attribute in den Sinn: Im Alter wird man gebrechlich und krank, alte Menschen sind weise und erfahren oder vielleicht missmutig und unzufrieden.

Obwohl Metaanalysen [4] belegen, dass Einstellungen gegenüber älteren Menschen insgesamt tendenziell eher negativ gefärbt sind, gibt es dennoch eine Vielzahl von Studien, die zeigen, dass Altersbilder unterschiedliche, teilweise durchaus auch positive Facetten haben können [2]. In einer vielbeachteten Untersuchung konnte Hummert [3] verschiedene „Prototypen“ des Alters identifizieren, vom Griesgram über den „golden ager“ zur lieben Großmutter. In experimentellen Studien zeigte sich darüber hinaus, dass bereits die Aktivierung altersstereotyper Merkmale kontextspezifisch erfolgt [1], d. h. bestimmte Altersstereotype werden nur dann assoziiert, wenn man alten Menschen in einem zum jeweiligen stereotypen Merkmal passenden Kontext begegnet. Beispielsweise aktiviert das Bild einer alten Frau zusammen mit der Tätigkeitsbeschreibung „die Straße überqueren“ das Attribut „langsam“, nicht aber die Kombination einer alten Frau mit der Aktivität „Blumen gießen“. In analoger Weise erfolgt die Aktivierung positiver altersstereotyper Merk-

male wie „erfahren“ ausschließlich in spezifischen Kontexten, etwa wenn eine ältere Person um Rat gefragt wird.

Die Aktivierung altersstereotyper Merkmale erfolgt kontextspezifisch

Diese Ergebnisse legen die Vermutung nahe, dass nicht nur ein globales Altersbild existiert, das positiv oder negativ sein kann, sondern dass es unterschiedliche bereichsbezogene Erfahrungsdimensionen des Alters gibt. Eine weitere interessante Frage ist, ob die Wahrnehmung alter Menschen auch davon abhängt, in welcher Lebensphase sich eine Person selbst befindet – möglicherweise wandeln sich die Bilder des Alters und Alterns mit dem eigenen Älterwerden und mit der sich verringernden Distanz zum hohen Alter. Ein erstes wichtiges Anliegen unseres Teilprojekts bestand somit darin, zu untersuchen, wie sich Altersbilder in verschiedenen Lebensbereichen und Lebensaltern unterscheiden.

Vom Fremdgruppenstereotyp zur Selbststereotypisierung

Vorstellungen vom Alter bilden sich bereits in jüngeren Jahren heraus, also zu einem Zeitpunkt, zu dem die Gruppe der alten Menschen noch eindeutig eine

Diese Arbeit wurde durch die Volkswagen Stiftung (Az. II/83 142) gefördert.

Fremdgruppe darstellt. Im Gegensatz zu Vorstellungen von anderen Fremdgruppen, wie z. B. Personen des anderen Geschlechts oder einer anderen Nationalität, verschieben sich altersbezogene Gruppenzugehörigkeiten im Laufe der Lebensspanne – wir alle bewegen uns immer näher an das Alter heran und werden irgendwann in einem oder mehreren Lebensbereichen mit wahrgenommenen und/oder von außen festgelegten Übergängen mit der Gruppe der Alten konfrontiert. Früher oder später werden altersbezogene Vorstellungen somit selbstrelevant. Daher haben Bilder von alten Menschen und dem Altsein, die in jüngeren Jahren erworben wurden, eine besondere entwicklungsregulative Funktion [12, 13]. Verschiedene Studien haben bereits gezeigt, dass sich unser Bild von alten Menschen und dem Altsein beispielsweise auf Gesundheitsverhalten [14], auf kardiovaskuläre Erkrankungen und Mortalität [7, 8] wie auch auf Depressivität [9] und das Selbstkonzept [10] auswirkt. Unklar ist allerdings bisher, wie genau dieser Prozess der Übernahme stereotyper Altersbilder in das Selbst zustande kommt – erscheint es doch auf den ersten Blick unverständlich, warum sich das persönliche Handeln bzw. das Wissen über die eigene Person an stereotypen Vorstellungen alter Menschen und altersbezogener Veränderung orientieren sollte, statt auf konkrete eigene Erfahrungen zurückzugreifen. Ein weiteres wichtiges Anliegen unseres Projekts war daher, mögliche vermittelnde Prozesse der Übertragung von Altersbildern auf das Handeln und das Selbstkonzept in verschiedenen Lebensbereichen in Abhängigkeit vom Alter zu untersuchen.

Den wohlverdienten Ruhestand genießen oder sich aktiv engagieren?

Neben personenbezogenen Bildern des Alterns (Wie sind alte Menschen? Wie werde ich sein, wenn ich alt bin?) können sich Vorstellungen vom Alter auch auf die Lebensführung und auf motivationale Aspekte der Lebensgestaltung im Alter beziehen (Wie will ich mein Alter verbringen?). Hier zeigt sich, dass individuelle und gesellschaftliche Altersbilder durch-

aus auch gesellschaftliche Debatten anregen bzw. von diesen beeinflusst werden. Zu nennen ist etwa die durch die dramatischen Prognosen zur demographischen Entwicklung angefachte Diskussion über eine Anhebung des Rentenalters (Rente mit 67). Verbunden mit einem Fokus auf das stereotype Bild der Gruppe der „jungen Alten“, die nach der Pensionierung die besten Jahre noch vor sich haben, vollzieht sich eine schleichende Verschiebung und Aufweichung dieses institutionalisierten Altersübergangs. Angesichts dieses gesellschaftlichen Diskurses über das „Potential“ von Senior(inn)en für die Gesellschaft interessieren wir uns vor allem für die individuellen altersbezogenen Erwartungen und Wünsche von Personen unterschiedlicher Lebensalter. Wer konstruiert das eigene Alter als „wohlverdienten Ruhestand“ und inwiefern möchten sich Menschen auch im höheren Alter noch engagieren und aktiv in die Gesellschaft einbringen? Hierzu gibt es trotz der rege geführten öffentlichen Debatten bisher wenig psychologische Forschung und keine etablierten Erhebungsinstrumente. Unser Interesse war es daher, mithilfe eines standardisierten Fragebogens solche Einstellungen systematisch zu erfassen und auch hier Kohortenunterschiede zu untersuchen.

Ergebnisse des psychologischen Teilprojekts

Im Folgenden werden die Ergebnisse des psychologischen Teilprojekts zusammenfassend dargestellt. Dabei wird zunächst auf die untersuchte Stichprobe eingegangen, anschließend werden Ergebnisse zu multidimensionalen Altersbildern und deren Einflüssen auf das Selbstkonzept beschrieben [5, 6]. Abschließend folgen erste Resultate zur Entwicklung eines Instruments zur Erfassung von Einstellungen zur Lebensgestaltung im Alter.

Stichprobe

Die Studienteilnehmer(innen) wurden mithilfe der Melderegister der Einwohnermeldeämter der Städte Jena und Erlangen rekrutiert, um eine möglichst große, heterogene Stichprobe aus Ost- und Westdeutschland zu erreichen. Aus einer aus

10.000 Adressen bestehenden, durch Zufallsziehung gewonnenen Datenbank wurden Personen unterschiedlichen Alters (beginnend mit den Jahrgängen 1929–1938 bis zu den Jahrgängen 1969–1978) angeschrieben. Bei Interesse wurde ihnen der Fragebogen zugesandt, der ausgefüllt wiederum per Post zurückgeschickt wurde. Die Gesamtstichprobe belief sich auf 769 Personen, stratifiziert für Geschlecht, Geburtskohorte und Wohnort. Details der Auswahlprozedur und eine genaue Stichprobenbeschreibung wurden bereits veröffentlicht [5].

Altersbilder sind vielfältig und abhängig vom Kontext

Das Erhebungsinstrument beinhaltete u. a. einen neu entwickelten Fragebogen zur Erfassung bereichsspezifischer Altersstereotype [5]. Hier sollten alte Menschen in acht verschiedenen Lebensbereichen eingeschätzt werden: Familie und Partnerschaft, Freunde und Bekannte, Religion und Spiritualität, Freizeit und Engagement, Persönlichkeit und Lebensführung, Finanzen und Umgang mit Geld, Arbeit und Berufstätigkeit, Fitness und Gesundheit. Die Einschätzungen wurden anhand eines semantischen Differenzials abgegeben, in dem jeweils positive und negative Aussagen gegenübergestellt wurden (z. B. Bereich Persönlichkeit und Lebensführung: Alte Menschen ... haben an vielem etwas auszusetzen – sind offen und tolerant). Zu jedem Bereich wurden mehrere Aussagenpaare formuliert, die inhaltliche Kernaspekte der jeweiligen Lebensdomäne abdecken.

In Faktorenanalysen wurde bestätigt, dass für die acht Lebensbereiche jeweils spezifische und voneinander unabhängige Altersbilder existieren. Die Einschätzungen alter Menschen unterschieden sich deutlich zwischen den Lebensbereichen [5]. Während sich in den Bereichen Familie und Arbeit relativ positive Altersbilder zeigten, waren die Ratings in den Lebensbereichen Freunde, Freizeit und Gesundheit eher negativ. Zudem unterschieden sich die Bewertungen auch in Abhängigkeit vom Alter der einschätzenden Personen: Generell fanden sich bei den älteren Teilnehmern positivere Bewertungen von alten Menschen.

Auch das Alter, ab dem eine Person als alt wahrgenommen wird, unterschied sich zwischen den Lebensbereichen. Im Bereich Familie lag die durchschnittliche wahrgenommene Altersgrenze bei ca. 70 Jahren, im Bereich Arbeit dagegen bereits bei 57 Jahren. Diese Heterogenität in den wahrgenommenen Altersgrenzen deckt sich mit Ergebnissen der qualitativen Teilprojekte (Beiträge von Gräfe et al. sowie Hochheim u. Otto in diesem Heft):

— Wahrgenommene „Altersgrenzen“ unterscheiden sich je nach Lebensbereich.

Während aber die Teilnehmer(innen) der qualitativen Interviewstudien Altersübergänge eher nicht an ein bestimmtes kalendarisches Alter koppelten, hatten die Personen unserer Stichprobe keine Probleme, solche „Grenzen“ bei expliziter Nachfrage zu benennen. Diese Altersgrenze variiert jedoch deutlich in Abhängigkeit vom jeweiligen Lebensbereich. Demnach existieren weitgehend übereinstimmende stereotype Vorstellungen davon, wann jemand in einem Kontext als „alt“ einzustufen ist. Allerdings werden diese stereotypen Altersgrenzen in der narrativen Rekonstruktion der eigenen Lebensgeschichte und in frei formulierten Altersbildern kaum spontan genutzt, um persönliche Entwicklungen und Veränderungen als altersbedingt zu klassifizieren.

Es zeigte sich zudem, dass die Altersbilder in den verschiedenen Lebensbereichen auch mit bereichsspezifischer Lebenszufriedenheit zusammenhängen. Personen, die vergleichsweise positive Einschätzungen alter Menschen in einem Bereich vornahmen, gaben auch eine höhere persönliche Lebenszufriedenheit in dem jeweiligen Bereich an [5]. Interessanterweise war dieser Zusammenhang für die älteren Teilnehmer deutlich stärker ausgeprägt als für die jüngeren Personen. Je näher das eigene Alter rückt – wodurch eine Selbstkategorisierung als „alt“ immer wahrscheinlicher wird – desto stärker beeinflussen Altersbilder offenbar auch die Selbstwahrnehmung und -bewertung in einem Lebensbereich. Nachfolgend wird versucht, diesen Internalisierungsprozess genauer zu analysieren.

Z Gerontol Geriat 2011 · 44:291–298 DOI 10.1007/s00391-011-0192-3
© Springer-Verlag 2011

A.E. Kornadt · K. Rothermund

Dimensionen und Deutungsmuster des Alterns. Vorstellungen vom Altern, Altsein und der Lebensgestaltung im Alter

Zusammenfassung

Vorstellungen von alten Menschen und vom Altsein bilden sich bereits in frühen und mittleren Phasen des Lebens heraus und beeinflussen dann den späteren Alterungsprozess. Altern vollzieht sich in verschiedenen Lebens- und Funktionsbereichen unterschiedlich, es kann daher nicht von einhellig negativen oder positiven Einstellungen zu Alter und Altsein ausgegangen werden. Im psychologischen Teil des Projekts „Zonen des Übergangs“ wurden spezifische Altersstereotype und altersbezogene Selbstbilder für verschiedene Lebensbereiche und in verschiedenen Altersgruppen erfasst und deren Zusammenhänge zu Wohlbefinden und dem Selbstkon-

zept untersucht. Ein weiterer Fokus lag auf der Analyse von Vorstellungen zur persönlichen Lebensgestaltung im Alter. Hierzu wurde ein Fragebogeninstrument entwickelt, das diese Einstellungen anhand der Dimensionen „aktives Engagement“ und „Genuss und Muße“ erfasst. Die Ergebnisse liefern Evidenz für eine differenzierte Betrachtung von Altersbildern und Vorstellungen zum Leben im Alter sowie für deren Einfluss auf die Entwicklung über die Lebensspanne.

Schlüsselwörter

Altersbilder · Altersgruppen · Leben · Lebensgestaltung · Einstellungen

Dimensions and interpretative patterns of aging. Attitudes about aging, being old and ways of living in old age

Abstract

Attitudes about older people and being old develop in the early and middle phases of life and influence the subsequent aging process. Because aging processes vary across different domains of life and functioning, one cannot assume unanimously negative or positive attitudes towards old age and aging. Thus, in the psychological part of the project Zones of Transition (“Zonen des Übergangs”), age stereotypes and views of the self in old age were assessed in different life domains and for different age groups, and their relation to well-being and the self-concept was investigated. The project also focused on the analy-

sis of attitudes towards one's personal way of living in old age. A questionnaire was developed that assesses those attitudes on the basis of the dimensions “active commitment” and “pleasure and leisure”. Our results support a multidimensional conception of attitudes towards aging and way of living in old age as well as of their influence on development across the lifespan.

Keywords

Views on aging · Age groups · Life · Way of living · Attitudes

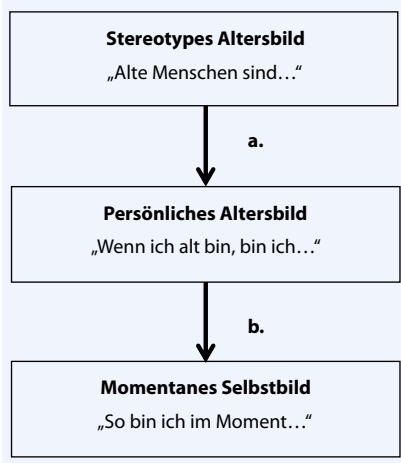


Abb. 1 ▲ Schematische Darstellung des angenommenen Internalisierungsprozesses. Stereotype Vorstellungen von alten Menschen prägen zunächst persönliche Altersvorstellungen (a), diese beeinflussen dann das momentane Selbst (b)

Allgemeine Altersbilder prägen die Vorstellung des eigenen Alters

Die im vorangehenden Abschnitt dargestellten Ergebnisse wie auch frühere Untersuchungen [10] machen deutlich, dass das Bild, das wir von uns selbst haben, und auch die Bewertung der eigenen Person stark von den Vorstellungen geprägt wird, die wir bezüglich der Gruppe der alten Menschen besitzen. Als Erklärung für dieses zunächst rätselhaft anmutende Phänomen der Selbststereotypisierung untersuchten wir in unserem Projekt die Hypothese, dass der Einfluss von Altersbildern auf das Selbstbild in zwei Schritten erfolgt (■ **Abb. 1**). Wir vermuteten, dass allgemeine Altersstereotype zunächst in das persönliche Altersbild einfließen, also in die Vorstellungen, die wir von uns selbst als alte Menschen besitzen. Diese persönlichen Altersbilder beeinflussen im höheren Alter jedoch die Interpretation persönlicher Veränderungen und Erfahrungen. Anzeichen von Antriebslosigkeit, Müdigkeit, Krankheit oder Schwäche werden nun nicht mehr als vorübergehende oder situativ bedingte Erscheinungen gedeutet, sondern als irreversible, altersbedingte Veränderungen. Gleiches gilt auch für positive Veränderungen. So wird nachgebendes Verhalten möglicherweise als Ausdruck von Altersmilde eingeordnet, eine gute Idee wird der Lebenserfahrung zugeschrieben oder ein gesteigertes

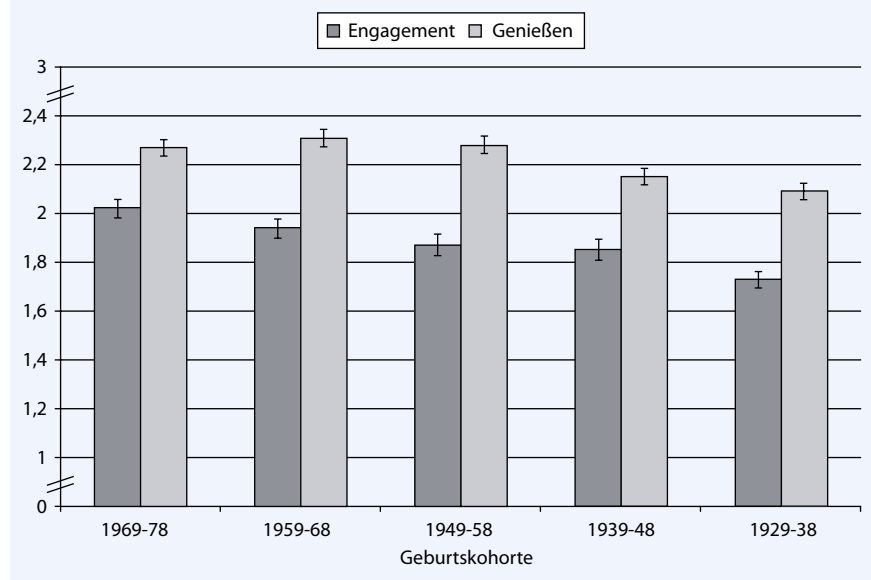


Abb. 2 ▲ Mittelwerte und Standardfehler der Skalen „Engagement“ und „Genuss und Muße“ für die fünf untersuchten Geburtskohorten

Interesse an Sinnfragen wird als Hinweis auf ein altersbedingtes Interesse an Religion und Spiritualität gedeutet.

In unserem Projekt zeigte sich ein enger Zusammenhang zwischen bereichsspezifischen Altersstereotypen („Alte Menschen sind ...“) und dem Selbstkonzept („So bin ich ...“). Dieser Zusammenhang war vollständig über die persönlichen Altersbilder („Wenn ich alt bin ...“) vermittelt, die Beeinflussung des Selbstkonzepts durch Altersstereotype erfolgt also indirekt, indem die Altersstereotype zukunftsbezogene Vorstellungen der eigenen Person verändern, die dann ihrerseits die aktuelle Selbstwahrnehmung verändern. Diese Zusammenhänge waren zudem umso stärker, je älter die Teilnehmer(innen) waren.

Der Internalisierungsprozess von Altersstereotypen wird durch eine Selbstkategorisierung als „alt“ gefördert.

Zudem fanden wir interessante Bereichsunterschiede im Hinblick auf die Altersabhängigkeit des Internalisierungsprozesses. Diese korrespondierten mit den selbstgenannten lebensspannenbezogenen Änderungserwartungen der Teilnehmer(innen). Eine altersbedingte Zunahme in der Stärke des Zusammenhangs zwischen Zukunftsbild und Selbstbild fand sich vor allem in solchen Lebensbereichen, in denen

im höheren Lebensalter noch viele wichtige Veränderungen und Übergänge erwartet wurden (Gesundheit, Arbeit, Finanzen, Freizeit). In Bereichen, in denen altersbedingte Veränderungen vor allem während des jungen Erwachsenenalters auftreten sollten (Familie, Freunde), gab es dagegen kaum Unterschiede in der Stärke der Selbststereotypisierung zwischen den jüngeren und älteren Teilnehmer(innen) unserer Stichprobe [6]. Offenbar besteht in solchen Bereichen bereits für Personen des mittleren Erwachsenenalters eine hohe Anfälligkeit für Selbststereotypisierungen als „alt“.

Einstellungen zur Lebensgestaltung im Alter

Ein weiteres Anliegen unseres Projekts war es, zu erfassen, welche Einstellungen Menschen zur Gestaltung ihres Lebens im Alter besitzen. Möchte man auch im Alter noch aktiv sein und sich für die Gesellschaft engagieren oder will man seinen Ruhestand selbstbestimmt genießen? In einem ersten Schritt wurde dazu ein Fragebogen entwickelt, in einem zweiten Schritt wurden Unterschiede in der Ausprägung der Einstellungen untersucht. Da die diesbezüglichen Resultate noch nicht in früheren Publikationen dargestellt wurden, gehen wir an dieser Stelle etwas detaillierter auf die Ergebnisse ein.

Tab. 1 Faktorladungen^a, Eigenwerte, aufgeklärte Varianz, Cronbachs Alpha und Mittelwerte (Standardabweichungen) für die Skalen „Aktives Engagement“ und „Genuss und Muße“

Item-Nr.	Faktor I (Aktives Engagement)	Faktor II (Genuss und Muße)
1. Ich würde gerne länger arbeiten, als es die aktuelle Gesetzgebung erlaubt		-0,40
2. Ich möchte die Zeit meines Ruhestands für meine persönlichen Interessen nutzen können		0,46
5. Ich möchte im Alter viel Zeit mit den Personen verbringen, die mir wichtig sind		0,37
7. In der Zeit nach der Berufstätigkeit will ich mein Leben einfach nur genießen		0,62
9. Im Alter möchte ich reisen und mehr von der Welt entdecken		0,38
12. Im höheren Lebensalter kann ich endlich all die Dinge tun, zu denen ich vorher wenig Gelegenheit hatte		0,36
16. Im Alter möchte ich mich endlich ausruhen und entspannen	-0,31	0,57
17. Ich möchte mich selbst dafür entscheiden können, früher aus der Berufstätigkeit auszuschneiden		0,34
3. Wenn ich alt bin, muss ich nichts mehr für die Gesellschaft leisten	-0,47	
4. Ich würde gerne auch im Alter noch Verantwortung übernehmen (in Vereinen, in der Politik etc.)	0,60	
6. Ich möchte auch im Alter noch eine Aufgabe haben	0,54	
8. Ich wäre bereit, mich nach dem Erreichen des Rentenalters auch unentgeltlich nützlich zu machen	0,58	
10. Ich möchte mich im Alter für jüngere Menschen engagieren und diesen meine Erfahrungen weitergeben	0,64	
11. Ich möchte mich auch im höheren Lebensalter noch weiterqualifizieren	0,52	
13. Wenn ich alt bin, möchte ich meine Lebenserfahrungen nutzen, um anderen zu helfen oder diese zu unterstützen	0,64	
14. Ich möchte im Alter viele Freunde und soziale Kontakte haben	0,49	
15. Ich bin bereit, mir auch im höheren Alter im Rahmen meiner Möglichkeiten einen Teil meines Lebensunterhalts durch Arbeit zu verdienen	0,40	
18. Ich bin im Alter auch bereit, mich nach Kräften für andere zu engagieren	0,65	
Eigenwert	4,22	2,43
% Aufgeklärte Varianz	23,41	13,49
Cronbachs Alpha	0,81	0,64
Mittelwert (SD)	1,88 (0,50)	2,22 (0,43)

^aFaktorladungen <0,30 sind unterdrückt.

Fragebogenentwicklung und -struktur

Insgesamt wurden 18 Items formuliert (■ **Tab. 1**), die unterschiedliche Facetten der beiden Dimensionen „aktives Engagement“ und „Genuss und Muße“ abbilden sollten. Zu jeder Aussage sollten die Teilnehmer(innen) angeben, inwieweit diese den eigenen Vorstellungen zur Lebensgestaltung im Alter entspricht. Auf der Basis der Ergebnisse einer Hauptachsenfaktorenanalyse (Scree-Test) wurden zwei Faktoren extrahiert (■ **Tab. 1**). Die beiden Faktoren entsprachen den angenommenen zugrunde liegenden Dimensionen. Der erste Faktor umfasst Aussagen, die den Wunsch betreffen, sich im Alter noch zu engagieren und Erfahrungen weiterzugeben („aktives Engagement“, 10 Items), während auf dem zweiten Faktor die Items laden, die vor allem den Wunsch nach einem selbstbestimmten, wohlverdienten Ruhestand ausdrücken („Genuss und Muße“, 8 Items). Die beiden auf der Basis der Faktorenanalyse gebildeten Skalen besitzen eine akzeptable

Reliabilität und korrelieren nur gering negativ ($r = -0,13$, $p < 0,01$), dies legt eine Betrachtung als eigenständige Einstellungsdimension nahe.

Mittelwert- und Altersunterschiede

Unterschiede in der mittleren Ausprägung auf den beiden Einstellungsdimensionen sowie Altersunterschiede wurden in einer Varianzanalyse untersucht (■ **Abb. 2**). Insgesamt war in der untersuchten Stichprobe die Bereitschaft, im Alter noch aktiv zu sein, generell deutlich niedriger ausgeprägt als der Wunsch, das Leben im Alter zu genießen [$F(1,761) = 179,37$, $p < 0,001$, $\eta_p^2 = 0,19$]. Offenbar ist die Vorstellung eines selbstbestimmten, auf Muße und Genuss ausgerichteten Lebens nach wie vor die dominierende Einstellung zur Lebensgestaltung im Alter.

Von jüngeren Personen wurden die Aussagen zu beiden Einstellungskomponenten generell positiver bewertet als von älteren Personen [$F(4,761) = 17,08$, $p < 0,001$, $\eta_p^2 = 0,08$]. Besonders interes-

sant ist hierbei, dass sich bei den jüngeren Personen eine – relativ zum Genuss- und Mußefaktor – positivere Einstellung zu einem aktiven, engagierten Leben im Alter zeigte als bei den Älteren. Möglicherweise deutet sich in dieser Altersgruppe also bereits ein Umdenken bezüglich eines über das Rentenalter hinausgehenden Engagements bzw. eine Internalisierung politischer Forderungen nach längeren Lebensarbeitszeiten an. Allerdings könnten diese Ergebnisse auch einen Alters- und keinen Kohorteneffekt widerspiegeln. Möglicherweise nimmt die Bereitschaft, sich zu engagieren, mit dem Alter ab, sodass auch die heute jüngeren Personen im Laufe ihres Älterwerdens zu einem aktiven Engagement weniger bereit wären. Einschränkend ist daher auf die querschnittliche Natur unseres Datensatzes hinzuweisen, die keine eindeutige Trennung von Kohorten- und Lebensaltereffekten zulässt.

*Einfluss von Altersbildern**auf Einstellungen zur Lebensgestaltung*

Ein weiteres bemerkenswertes Ergebnis zeigte sich mit Blick auf den Zusammenhang zwischen Altersbildern und Einstellungen zur Lebensgestaltung im Alter. So fanden sich für eine Reihe von Lebensbereichen deutliche Zusammenhänge zwischen positiven Altersbildern und einer positiven Einstellung zu einem aktiven und engagierten Leben im Alter (Freunde: $r=0,22$, $p<0,001$; Freizeit und Engagement: $r=0,43$, $p<0,001$; Persönlichkeit: $r=0,23$, $p<0,001$; Gesundheit: $r=0,21$, $p<0,001$), während keinerlei Zusammenhänge mit der Skala „Genuss und Muße“ festzustellen waren. Offenbar stehen positive Altersbilder vor allem in engem Zusammenhang mit aktivitätsbezogenen Vorstellungen und lassen diese als attraktive Option der Lebensgestaltung erscheinen. Vorstellungen von einem Leben in Ruhe und Muße beziehen ihre Attraktivität dagegen vor allem aus dem Wegfall von externen Zwängen, Forderungen und Verpflichtungen und sind daher weniger auf die Wahrnehmung positiver Attribute bei alten Personen angewiesen.

Schlussfolgerungen

Die dargestellten Resultate machen deutlich, dass eine eindimensionale Konzeptualisierung von Altersbildern und Altersübergängen deren Komplexität nicht gerecht wird. Es zeigen sich verschiedene Dimensionen und Deutungsmuster des Alterns: Vorstellungen vom Altern und Altsein sowie ihr Einfluss auf Entwicklungsprozesse sind stark differenziert und von Lebensbereich sowie Lebensalter abhängig. Diese Konzeptualisierung hat auch Implikationen für weitere Forschungs- und Anwendungsbereiche. So zeigen erste Analysen, dass sich Altersbilder in bestimmten Lebensbereichen differenziell auf Altersvorsorgeverhalten auswirken. Hier ließen sich z. B. Erkenntnisse für die Beratungspraxis gewinnen (für eine vertiefende Analyse von Auswirkungen antizipierter Einschränkungen auf die Wohnvorsorge s. Beitrag von Hochheim u. Otto in diesem Heft).

Auch für die Diagnose und Prävention von Altersdiskriminierung ist eine

genaue Kenntnis der spezifischen Altersbilder und -stereotype hilfreich, die die Wahrnehmung und das Verhalten gegenüber älteren Menschen in verschiedenen Lebensbereichen prägen (Arbeit, Gesundheit, Pflege, Familie, Versicherungs- und Finanzwesen; vgl. [11]).

Die Ergebnisse zu den Einstellungen zur Lebensgestaltung zeigen, dass gerade für die Diskussion um die Gewinnung älterer Menschen z. B. für eine Arbeitstätigkeit auch in späteren Jahren des Lebens die Einstellungen der Menschen berücksichtigt werden müssen, die den Ruhestand vor allem als Phase von Genuss und Muße wahrnehmen. Allerdings ist gerade bei den „jüngeren Alten“ die Bereitschaft, sich auch im Alter zu engagieren, deutlich ausgeprägt. Es sollte also versucht werden, eine Integration der beiden Einstellungen zu ermöglichen, sodass ältere Menschen ihr Wissen und ihre Erfahrung selbstbestimmt und ohne wahrgenommenen Zwang einbringen können. Um zu untersuchen, inwiefern sich solche Einstellungen auch verändern und was ihre Konsequenzen sind, ist weitere, auch längsschnittliche Forschung angezeigt, um fundierte wissenschaftliche Erkenntnisse in die gesellschaftliche Diskussion einfließen lassen zu können.

Fazit

- **Vorstellungen vom Altern und Altsein sowie ihr Einfluss auf Entwicklungsprozesse sind stark differenziert und von Lebensbereich sowie Lebensalter abhängig.**
- **Vorstellungen, ab wann jemand als alt einzuschätzen ist, unterscheiden sich stark je nach Lebensbereich.**
- **Die Vorstellung eines selbstbestimmten, auf Muße und Genuss ausgerichteten Lebens ist offenbar nach wie vor die dominierende Einstellung zur Lebensgestaltung im Alter. Die „jüngeren Alten“ sind jedoch bereit, sich auch im Alter zu engagieren.**

Korrespondenzadresse**A.E. Kornadt**

Institut für Psychologie,
Friedrich-Schiller-Universität Jena
Am Steiger 3, Haus 1, 07743 Jena
anna.kornadt@uni-jena.de

K. Rothermund

Institut für Psychologie,
Friedrich-Schiller-Universität Jena
Am Steiger 3, Haus 1, 07743 Jena
klaus.rothermund@uni-jena.de

Interessenkonflikt. Die korrespondierenden Autoren geben an, dass kein Interessenkonflikt besteht.

Literatur

1. Casper C, Rothermund K, Wentura D (2011) The activation of specific facets of age stereotypes depends on individuating information. *Soc Cogn* 29:393–414
2. Heckhausen J, Dixon RA, Baltes PB (1989) Gains and losses in development throughout adulthood as perceived by different adult age groups. *Dev Psychol* 25:109–121
3. Hummert ML (1990) Multiple stereotypes of elderly and young adults: a comparison of structure and evaluations. *Psychol Aging* 5:182–193
4. Kite ME, Stockdale GD, Whitley EB et al (2005) Attitudes toward younger and older adults: an updated meta-analytic review. *J Soc Issues* 61:241–266
5. Kornadt AE, Rothermund K (2011) Contexts of aging: assessing evaluative age stereotypes in different life domains. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci* 66:547–556
6. Kornadt AE, Rothermund K (2011) Internalization of age stereotypes into the self-concept via future self-views: A general model and domain-specific differences. *Psychol Aging* (in press)
7. Levy BR, Hausdorff JM, Hencke R et al (2000) Reducing cardiovascular stress with positive self-stereotypes on aging. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci* 55B:P205–P213
8. Levy BR, Slade MD, Kunkel SR et al (2002) Longevity increased by positive self-perceptions of aging. *J Pers Soc Psychol* 83:261–270
9. Rothermund K (2005) Effects of age stereotypes on self-views and adaptation. In: Greve W, Rothermund K, Wentura D (eds) *The adaptive self. Personal continuity and intentional self-development*. Hogrefe, Göttingen, pp 223–242
10. Rothermund K, Brandtstädter J (2003) Age stereotypes and self-views in later life: evaluating rival assumptions. *Int J Behav Dev* 27:549–554
11. Rothermund K, Mayer A-K (2009) Altersdiskriminierung – Erscheinungsformen, Erklärungen und Interventionsansätze. Kohlhammer, Stuttgart
12. Wentura D, Rothermund K (2005) Altersstereotype und Altersbilder. In: Filipp S-H, Staudinger U (Hrsg) *Entwicklungspsychologie des mittleren und höheren Erwachsenenalters. Enzyklopädie der Psychologie, Bd C/VI/6*. Hogrefe, Göttingen, S 625–654
13. Wurm S, Huxhold O (2010) Individuelle Altersbilder. In: Motel-Klingebiel A, Wurm S, Tesch-Römer C (Hrsg) *Altern im Wandel. Befunde des deutschen Alterssurveys (DEAS)*. Kohlhammer, Stuttgart, S 246–262
14. Wurm S, Tomasik M, Tesch-Römer C (2010) On the importance of a positive view on ageing for physical exercise among middle-aged and older adults: cross-sectional and longitudinal findings. *Psychol Health* 25:25–42

Hier steht eine Anzeige.



Hier steht eine Anzeige.

