

## ZUSAMMENFASSUNG

Eine zentrale Annahme der Psychologie der Lebensspanne ist, dass lebenslange Entwicklung Gewinne und Verluste umfasst (P. B. Baltes, 1987, 1997; Brandtstädter & Wentura, 1995; Labouvie-Vief, 1981, 1982). Entwicklung über die gesamte Lebensspanne wird in diesem Zusammenhang als multidirektional beschrieben, d.h. sie kann auf Verbessern, Erhalten oder Verlust vermeiden gerichtet sein (P. B. Baltes, Lindenberger, & Staudinger, 1998). Aufgrund altersbezogener Veränderungen in objektiven sowie subjektiv wahrgenommenen externen und internen Ressourcen nehmen Entwicklungsgewinne (bspw. durch Erkrankungen) im Laufe des Lebens ab, während Entwicklungsverluste zunehmen (cf. P. B. Baltes, 1987, 1997; J. Heckhausen, Dixon, & Baltes, 1989; Staudinger, Marsiske, & Baltes, 1995). Dieses sich verändernde Verhältnis von Gewinnen zu Verlusten führt zu unterschiedlichen Möglichkeiten für individuelle Entwicklung in verschiedenen Lebensphasen.

Ausgangspunkt der vorliegenden Arbeit war die Frage, ob sich die Zunahme von Entwicklungsverlusten bei gleichzeitiger Abnahme von Entwicklungsgewinnen im Lebensverlauf in der Auswahl von Zielen mit unterschiedlicher Zielorientierung widerspiegelt. Unterscheiden sich jüngere und ältere Erwachsene in ihrer Zielorientierung in Richtung auf Verbessern, Erhalten und Verlust vermeiden?

Innerhalb biologischer, gesellschaftlicher, und persönlicher Grenzen können Menschen aktiv ihre eigene Entwicklung mitgestalten (Brandtstädter & Lerner, 1999; Ford, 1987; Freund & Baltes, 2000; Lerner & Busch-Rossnagel, 1981). Auf der Annahme dieses flexiblen und adaptiven Zusammenspiels zwischen der Person und ihrer Umwelt und im Kontext der Integration der lebensspannen- und der handlungspsychologischen Perspektive können zielrelevante Ressourcen, Ziele und zielgerichtete Handlungen als zentral für Entwicklungsregulation verstanden werden.

Das *Modell der Selektion, Optimierung und Kompensation (SOK-Modell)* (P. B. Baltes & Baltes, 1990) diente als genereller, meta-theoretischer Erklärungsrahmen für die vorliegende Arbeit. Es beschreibt Prozesse der Ressourcengeneration und -allokation als adaptive Mechanismen erfolgreichen Alterns. Das *SOK-Modell* basiert auf zwei zentralen Annahmen: (a) Lebenslange Entwicklung und aktives Lebensmanagement beinhalten einen Prozess der Ressourcenbildung und (b) lebenslange Entwicklung erfordert den Einsatz von Ressourcen, die nur begrenzt verfügbar sind und operiert daher inhärent im Rahmen von begrenzten internen und externen Ressourcen. Es postuliert drei entwicklungsregulatorische Prinzipien: Selektion, Optimierung und Kompensation. Die drei Prinzipien sind universell wirksam, d. h. sie gelten für verschiedene Funktionsbereiche in verschiedenen Lebensphasen sowie auf unterschiedlichen Analyseebenen.

Im Rahmen einer handlungstheoretischen Spezifizierung des *SOK-Modells* beschreiben Freund und Baltes (2000) wie diese drei Prinzipien im Bereich aktiver Lebensgestaltung im Rahmen körperlicher, gesellschaftlicher und psychologischer Möglichkeiten und Grenzen zum Ausdruck kommen. Durch das Setzen persönlicher Ziele (Selektion) geben Menschen ihrer Entwicklung eine Richtung. Die Verwirklichung persönlicher Ziele erfordert die fokussierte Investition zielrelevanter Ressourcen (Optimierung). Und um ein einmal erreichtes Funktions- oder Fertigniveaus angesichts von Ressourcenverlusten aufrechtzuerhalten ist ebenfalls die Konzentration von Ressourcen wichtig (Kompensation). Empirische Studien legen nahe, dass der Erwerb und der Einsatz jeder dieser Verhaltensweisen und besonders ihr Zusammenspiel zu adaptiver Entwicklung beitragen. Menschen berichten zum Beispiel höheres Wohlbefinden, je stärker sie zu diesen Lebensmanagementstrategien tendieren. Allerdings sind nicht alle Formen von Selektion, Optimierung und Kompensation in allen Lebensphasen gleichermaßen erfolgreich und nicht alle Ziele gleich adaptiv, da Ziele ganz unterschiedliche Charakteristika aufweisen können. Eines dieser Zielcharakteristika ist *persönliche Zielorientierung*, die zentrale Variable dieser Dissertation.

Aus lebensspannenpsychologischer Perspektive postulierte die vorliegende Arbeit drei Dimensionen persönlicher Zielorientierung als drei zentrale entwicklungsregulatorische Prinzipien: Persönliche Ziele können sich darauf richten Neues zu lernen und das Funktions- und Fertigniveaus zu verbessern (*Orientierung auf Verbessern*). Sie können aber auch auf den Erhalt des Status Quo (*Orientierung auf Erhalten*) oder das Vermeiden von Verlusten und Abbau (*Orientierung auf Verlust vermeiden*) fokussieren.

Frühere Studien belegen, dass jüngere Erwachsene primär nach Gewinnen streben und dass diese Annäherungsorientierung adaptiv ist, also beispielsweise zu höherem Wohlbefinden und Aufgabenperformanz beiträgt. Motivationale Orientierung in Richtung auf Verlust vermeiden hingegen geht mit geringerem Wohlbefinden und reduzierter Aufgabenleistung einher (Coats, Janoff-Bulman, & Alpert, 1996; Elliot, Sheldon, & Church, 1997; Emmons, 1996; Roney, Higgins, & Shah, 1995). Die Forschung in diesem Bereich bezieht sich jedoch fast ausschließlich auf jüngere Erwachsene, vornehmlich Universitätsstudenten. Eine lebensspannenpsychologische Herangehensweise an das Konzept der persönlichen Zielorientierung lässt jedoch vermuten, dass diese Befunde nicht für das höhere Erwachsenenalter gelten, da dieses von Ressourcenverlusten gekennzeichnet ist. Bis zu diesem Zeitpunkt ist jedoch wenig über persönliche Zielorientierung bei älteren Erwachsenen und über den altersdifferentiellen Zusammenhang zwischen Zielorientierung und subjektivem Wohlbefinden bekannt. Auch Mechanismen, die möglichen Altersunterschieden zugrunde liegen, sind bisher weitestgehend unentdeckt. Es ist anzunehmen, dass altersnormative

Erwartungen, Altersstereotype, subjektive Theorien über Entwicklungsverläufe, tatsächliche Gewinn- und Verlusterfahrung in Bezug auf zielrelevante Ressourcen, altersbezogene Veränderungen in verschiedenen Lebensbereichen oder kritische Lebensereignisse bei der Erklärung möglicher Altersgruppenunterschiede eine Rolle spielen.

Anliegen der vorliegenden Dissertation war es daher, das Konzept der persönlichen Zielorientierung aus lebensspannenpsychologischer Perspektive zu untersuchen und damit grundlegende Annahmen der Lebensspannenpsychologie mit Theorien und empirischen Befunden zu Annäherungs- und Vermeidungsmotivation zu verbinden.

Die drei zentralen Fragestellungen meiner Arbeit waren:

- (1) Weisen persönliche Ziele *jüngerer* Erwachsener einen Verbessernsfokus auf, die *älterer* Erwachsener dagegen einen Fokus auf Aufrechterhalten und Vermeiden von Verlusten?
- (2) Hängen Unterschiede in der persönlichen Zielorientierung altersdifferentiell mit subjektivem Wohlbefinden als einem Indikator für *erfolgreiche Entwicklung* zusammen?
- (3) Welche Rolle spielt der zu erwartende Ressourceneinsatz von Zielen bei der *Erklärung* altersbezogener Unterschiede in persönlicher Zielorientierung?

Diesen Fragen wurde im Rahmen einer multi-methodischen Herangehensweise in vier unabhängigen Stichproben jüngerer und älterer Erwachsener nachgegangen. Die vier Studien variierten in Bezug auf Erhebungsart (d.h. Selbstbericht und Zielsetzungsverhalten) und Lebenskontext (d.h. frei generierte Zielbereiche, kognitive und körperliche Ziele). Der Einsatz dieser zwei Erhebungsarten ermöglichte, konvergierende Evidenz über verschiedene Messmethoden hinweg zu erhalten und Probleme (soziale Erwünschtheit, Selbsttäuschung, fehlende Introspektionsfähigkeit; vgl. Schwarz, Park, Knäuper, & Sudman, 1999), die beim ausschließlichen Gebrauch von Selbstberichtsmaßen auftreten, zu überwinden.

Aus zwei Gründen wurden Studienteilnehmer gebeten ihre Zielbereiche frei zu generieren: Erstens um zu untersuchen, welche Zielbereiche von jüngeren und älteren Erwachsenen in der vorliegenden Studie genannt wurden und zweitens um herauszufinden, in welchen Zielbereichen keine altersbezogenen Unterschiede in der persönlichen Zielorientierung existierten. Darüber hinaus gab es drei Gründe, Ziele in den Bereichen geistiger und körperlicher Fähigkeiten zu erheben: Erstens um zwei Bereiche zu untersuchen, die typische altersbezogene Veränderungen in der Ressourcenlage aufweisen (cf. P. B. Baltes, & Smith, 2003; Freund & Riediger, 2001). Zweitens erlaubte dieses Vorgehen, für altersbezogene Veränderungen in der Wichtigkeit bestimmter Lebensbereiche und in ihrem Einfluss auf Unterschiede in der persönlichen Zielorientierung zwischen jüngeren und älteren Erwachsenen zu kontrollieren. Und schließlich ermöglichte ein Fokus auf diese speziellen funktionalen

Bereiche, neben der subjektiven auch die objektive Ressourcenlage der Studienteilnehmer zu erfassen.

Ziel von Studie 1, einer Selbstberichtsstudie, war es, das Konzept *persönliche Zielorientierung* zu beschreiben und die Zusammenhänge zwischen den drei Dimensionen *Verbessern*, *Erhalten* und *Verlust vermeiden* aufzudecken. Auf theoretischen Überlegungen basierend (z.B. Baltes, 1997; Staudinger et al., 1995) wurden diese drei Dimensionen in Studie 1 als unabhängig voneinander konzeptualisiert. Darüber hinaus untersuchte die Studie altersbezogene Unterschiede in der Zielorientierung selbstberichteter Ziele und explorierte, in welchen Lebensbereichen keine Altersgruppenunterschiede in der Zielorientierung bestehen. Schließlich sollte der altersdifferentielle Zusammenhang zwischen persönlicher Zielorientierung und verschiedenen Indikatoren subjektiven Wohlbefindens nachgewiesen werden.

Jüngere ( $n = 49$ ;  $M = 22.3$  Jahre,  $SD = 2.0$ ) und ältere Erwachsene ( $n = 41$ ;  $M = 69.7$  Jahre,  $SD = 5.3$ ) nahmen an dieser Fragebogenuntersuchung mit zwei Messzeitpunkten in einem durchschnittlichen Abstand von 14.3 ( $SD = 2.1$ ) Tagen teil. Zum ersten Messzeitpunkt berichteten alle Studienteilnehmer sechs persönliche Ziele. Zwei Ziele bezogen sich dabei auf von den Studienteilnehmern frei gewählte Lebensbereiche, zwei auf den Bereich kognitiver und zwei auf den Bereich körperlicher Fähigkeiten. Abweichend von früheren Studien (vgl. J. Heckhausen, 1997; Ogilvie, Rose, & Heppen, 2001) beantworteten die Studienteilnehmer für jedes ihrer Ziele neuentwickelte Items zur Beurteilung ihrer persönlichen Zielorientierung auf Verbessern, Erhalten und Verlust vermeiden.

Zur Messung der Stabilität von Zielorientierung über die Zeit, schätzten die Studienteilnehmer jedes ihrer sechs Ziele auch zum zweiten Messzeitpunkt bezüglich ihrer Zielorientierung ein. Darüber hinaus gaben sie zu beiden Messzeitpunkten ihre persönliche Zielorientierung in Bezug auf ihre Ziele in 13 verschiedenen Lebensbereichen an (u.a. Partnerschaft, Gesundheit und Wohlbefinden). Schließlich wurden verschiedene Facetten von subjektivem Wohlbefinden (positiv psychologisches Funktionieren, kognitiv-subjektive Lebenszufriedenheit, genereller und bereichsspezifischer Wunsch zu Veränderung im Leben, emotionales Wohlbefinden und allgemeiner depressiver Affekt) erhoben.

In Übereinstimmung mit der Literatur spiegelten die von jüngeren und älteren Erwachsenen in Studie 1 am häufigsten genannten Zielbereiche altersassoziierte Unterschiede in der Wichtigkeit von Lebensbereichen wider (z.B. Freund, 1995; J. Heckhausen, 1997; Nurmi, 1992; Staudinger, 1996; Staudinger & Pasupathi, 2000; Wiese, 2000). Jüngere Erwachsene berichteten am häufigsten Ziele in den Bereichen Ausbildung, Arbeit und arbeitsähnliche Beschäftigung. Ältere Erwachsene hingegen generierten am häufigsten Ziele im Bereich Freizeit sowie Gesundheit und Wohlbefinden.

Korrelationsergebnisse und faktorenanalytische Befunde zeigten, dass die drei Dimensionen von Zielorientierung unterschiedlich miteinander korreliert waren und keine drei unabhängigen Dimensionen darstellten. Zielorientierung auf Verbessern repräsentierte ein Konstrukt das weitestgehend unabhängig von Erhalten oder Verlust vermeiden war. Zielorientierung auf Erhalten und Verlust vermeiden hingegen waren positiv miteinander korreliert, sowohl über Zielbereiche hinweg als auch innerhalb der spezifischen Zielbereiche geistiger und körperlicher Fähigkeiten ( $.61 \leq r \leq .66$ ). Dieses Ergebnis lässt vermuten, dass die Dimensionen Erhalten und Verlust vermeiden zum Teil überlappende Aspekte von persönlicher Zielorientierung erfassen, und erlaubte eine sparsamere Konzeptualisierung von Zielorientierung (d.h. *Orientierung auf Verbessern* vs. *Orientierung auf Erhalten-Verlust vermeiden*) im Kontext von Studie 2.

Die Test-Retest Stabilitäten von Zielorientierung über das zwei Wochen Zeitintervall waren hoch für alle drei Dimensionen persönlicher Zielorientierung über alle sechs selbstgenerierten Ziele, über die zwei frei gewählten Zielbereiche, über die zwei kognitiven Ziele und über die zwei körperlichen Ziele hinweg ( $.53 \leq r_{T1-T2} \leq .82, p < .05$ ). Junge Erwachsene berichteten höhere zeitliche Stabilitäten als ältere Erwachsene. Die relativ hohen Test-Retest Reliabilitäten wiesen darauf hin, dass das Konzept persönliche Zielorientierung in Studie 1 verlässlich gemessen wurde und zumindest über einen kurzen Zeitabschnitt hinweg stabil ist.

Erwartungsgemäß berichteten jüngere Erwachsene eine primäre Zielorientierung auf Verbessern, während ältere Erwachsene eine stärkere Orientierung auf Erhalten und Verlust vermeiden berichteten als jüngere Erwachsene. Diese Altersgruppenunterschiede waren zum Teil unterschiedlich für die spezifischen Zielbereiche der Studie. Für ältere im Vergleich zu jüngeren Erwachsenen fand sich ein stärkerer Fokus auf Erhalten und Verlust vermeiden über alle selbstgenerierten Ziele hinweg und in Bezug auf ihre kognitiven Ziele. Sie zeigten ferner eine stärkere Orientierung in Richtung auf Erhalten als jüngere Erwachsene in Bezug auf ihre zwei Ziele in den selbstgewählten Lebensbereichen. Interessanterweise fand Studie 1 keine primäre Zielorientierung im hohen Erwachsenenalter. Ältere Erwachsene fokussierten vielmehr gleichermaßen auf Verbessern, Erhalten und Verlust vermeiden. Wie Kontrollanalysen bestätigten, ließen sich die altersbezogenen Unterschiede in der persönlichen Zielorientierung nicht auf andere Charakteristika wie z.B. Soziodemografie, Persönlichkeitseigenschaften oder soziale Erwünschtheit zurückführen.

Es konnte gezeigt werden, dass jüngere und ältere Erwachsene sich in ihrer persönlichen Zielorientierung in den Bereichen Freunde und Bekannte, Freizeit sowie Politik und Weltgeschehen nicht voneinander unterschieden. Die Annahme, dass diese drei Bereiche sich nicht notwendigerweise durch altersbezogene negative Veränderungen auszeichnen, kann dieses

Ergebnis erklären. Selbst im jungen Erwachsenenalter erleben Menschen Verluste im Bereich Freunde und Bekannte (z.B. das Ende einer Beziehung). Ausserdem bietet dieser Bereich, ebenso wie der Bereich Freizeitaktivitäten, Möglichkeiten für Wachstum und Steigerung bis ins hohe Alter (z.B. einem Seniorenclub beitreten und dort neue Freundschaften schließen).

Ebenfalls erwartungsgemäß fand Studie 1 ein altersdifferentielles Zusammenhangsmuster zwischen Zielorientierung und subjektivem Wohlbefinden. Das Setzen von verlustvermeidensorientierten Zielen korrelierte negativ mit subjektivem Wohlbefinden ( $r = -.39, p < .05$ ) im jüngeren Erwachsenenalter, während Zielorientierung auf Verbessern nicht mit Wohlbefinden zusammenhing. Ältere Erwachsene hingegen berichteten ein höheres Maß an Wohlbefinden je stärker sie ihre Ziele in Richtung auf Erhalten orientierten ( $r = .31, p < .05$ ).

Eine mögliche Erklärung für die altersbezogenen Unterschiede in der persönlichen Zielorientierung und den altersdifferentiellen Zusammenhängen mit subjektivem Wohlbefinden ist, dass ältere Erwachsene bereits im Laufe ihres Lebens zahlreiche Fähigkeiten und Ressourcen angesammelt haben. Darüber hinaus werden sie in ihrem täglichen Leben zunehmend mit Ressourcenverlusten konfrontiert. Es scheint realistischer und günstiger, dass sie ihre Ziele in Richtung auf Ressourcensicherung orientieren anstatt fortwährend nach Ressourcenzugewinnen zu streben.

Basierend auf theoretischen Überlegungen und faktorenanalytischen Befunden aus Studie 1 sowie aus Sparsamkeitsgründen, konzeptualisierte Studie 2 persönliche Zielorientierung als zwei-dimensionales Konstrukt (d.h. *Orientierung auf Verbessern* vs. *Orientierung auf Erhalten-Verlust vermeiden*). Zentrales Anliegen von Studie 2 war es, das generelle Befundmuster zu altersbezogenen Unterschieden in der persönlichen Zielorientierung aus Studie 1 mit dieser zwei-dimensionalen Konzeptualisierung zu replizieren.

In dieser Selbstberichtsstudie generierten  $n = 48$  jüngere ( $M = 20.8$  Jahre,  $SD = 2.0$ ) und  $n = 52$  ältere Erwachsene ( $M = 72.1$  Jahre,  $SD = 6.0$ ) ihre vier wichtigsten persönlichen Ziele und schätzten ihre persönliche Zielorientierung in Richtung Verbessern und Erhalten-Verlust vermeiden ein. Zwei dieser Ziele bezogen sich dabei auf den Bereich geistiger und zwei auf den Bereich körperlicher Funktionsfähigkeiten.

Vergleichbar mit Studie 1, zeigte Studie 2, dass die beiden Dimensionen Verbessern und Erhalten-Verlust vermeiden nicht miteinander korreliert waren. Dies lässt vermuten, dass sie zwei weitestgehend unabhängige Dimensionen von Zielorientierung repräsentierten. Im Unterschied zu Studie 1 zeigten sich jedoch Altersgruppenunterschiede in den Korrelationen zwischen den beiden Komponenten von Zielorientierung über alle selbstberichteten Ziele hinweg sowie im Bereich körperlicher Fähigkeiten. Die beiden Komponenten waren bei älteren Erwachsenen positiv miteinander assoziiert ( $.39 \leq r \leq .45, p < .05$ ). In Bezug auf ihre

körperlichen Ziele zeigten jüngere Erwachsene eine negative Korrelation zwischen Zielorientierung auf Verbessern und auf Erhalten-Verlust vermeiden ( $r = -.34, p < .05$ ). Diese Divergenzen zwischen Studie 1 und 2 sind vermutlich auf die spezifische zwei-dimensionale Konzeptualisierung von Zielorientierung in Studie 2 zurückführbar.

In Studie 2 unterschieden sich jüngere und ältere Erwachsene nicht in ihrem Fokus auf Verbessern. Ältere Erwachsene berichteten eine stärkere Orientierung auf Erhalten-Verlust vermeiden als jüngere Erwachsene. Darüber hinaus zeigte sich bei jüngeren Erwachsenen ein primärer Fokus auf Verbessern und bei älteren Erwachsenen eine primäre Zielorientierung auf Erhalten-Verlust vermeiden. Die altersbezogenen Unterschiede in der Zielorientierung in Studie 2 erwiesen sich also als ausgeprägter als in Studie 1 und existierten auch im Bereich körperlicher Funktionsfähigkeit. Zusammengefasst belegten die Ergebnisse, dass die sparsamere, zwei-dimensionale Konzeptualisierung von Zielorientierung eine Replikation des generellen Befundmusters aus Studie 1 erlaubt. Bei der Interpretation der Ergebnisse aus Studie 1 und 2 ist jedoch einschränkend darauf hinzuweisen, dass die beobachteten Altersgruppenunterschiede auf querschnittlichen Vergleichen beruhten. Longitudinale Untersuchungen sind notwendig, um Alters- und Kohorteneffekte empirisch zu trennen.

Das Ziel von Studie 3a und 3b schließlich war es, in einer experimentellen Herangehensweise die Ergebnisse zu altersbezogenen Unterschieden in der persönlichen Zielorientierung auch auf der Verhaltensebene nachzuweisen. Dazu wurde Zielorientierung im Zielwahlverhalten erfasst. Ein zweiter Schwerpunkt von Studie 3a und 3b war es, die Rolle des zu erwartenden Ressourceneinsatzes zur Zielverfolgung für die Erklärung von Altersgruppenunterschieden in der Zielorientierung zu untersuchen.

Dazu erfasste Studie 3a Präferenz für Zielorientierung auf der Verhaltensebene im kognitiven Bereich in  $n = 55$  jüngeren ( $M = 21.8$  Jahre,  $SD = 2.3$ ) und  $n = 58$  älteren Erwachsenen ( $M = 70.9$  Jahre,  $SD = 5.2$ ). Studie 3b bezog sich auf körperliche Ziele. Es wurden  $n = 52$  jüngere ( $M = 24.2$  Jahre,  $SD = 2.9$ ) und  $n = 49$  ältere Erwachsene ( $M = 69.4$  Jahre,  $SD = 5.6$ ) untersucht. In beiden Studien wurden Studienteilnehmer gebeten sich zwischen Zielen mit unterschiedlicher Zielorientierung zu entscheiden. Diese Ziele richteten sich entweder auf Verbessern oder auf Erhalten-Verlust vermeiden. Darüber hinaus wurden Ziele in Richtung auf Verbessern und Erhalten-Verlust vermeiden den Studienteilnehmern entweder als gleich oder als unterschiedlich ressourcenintensiv beschrieben (d.h. Verbesserungsziele waren dadurch charakterisiert, dass sie mehr Ressourcen erforderten als Ziele mit einer Orientierung auf Erhalten-Verlust vermeiden).

Beide Studien demonstrierten Unterschiede in der Präferenz für Zielorientierung im Zielsetzungsverhalten zwischen jüngeren und älteren Erwachsenen. Jüngere Erwachsene

wählten häufiger Ziele mit einer Verbesserensorientierung, wenn beide Zielarten als gleich ressourcenintensiv beschrieben wurden. Sie zeigten somit die erwartete primäre Zielorientierung auf Verbessern im geistigen und körperlichen Funktionsbereich. Ältere Erwachsene wählten unter dieser Experimentalbedingung hingegen genauso viele Verbesserensziele wie Ziele in Richtung auf Erhalten-Verlust vermeiden im kognitiven Bereich (Studie 3a) und wählten erwartungsgemäß häufiger Ziele in Richtung Erhalten-Verlust vermeiden im Bereich körperlicher Fähigkeiten (Studie 3b). Somit zeigten sie in Bezug auf ihre körperlichen Ziele die erwartete primäre Zielorientierung auf Erhalten-Verlust vermeiden.

Beide Studien konnten belegen, dass die Information über gleichen oder unterschiedlichen zu erwartenden Ressourceneinsatz die Präferenz für Zielorientierung auf der Verhaltensebene beeinflussen kann. Jüngere und ältere Erwachsene zeigten eine primäre Zielorientierung in Richtung auf Erhalten-Verlust vermeiden, wenn die zu erwartende Ressourceninvestition in Verbesserensziele als höher beschrieben wurde als die in Erhalten-Verlust vermeiden. Diese Befunde stützten die Annahme, dass die unterschiedliche Instruktion in Bezug auf den zu erwartenden Ressourceneinsatz die Präferenz für Zielorientierung im Zielsetzungsverhalten jüngerer Erwachsene im geistigen und körperlichen und älterer Erwachsene im geistigen Bereich zugunsten von Erhalten-Verlust vermeiden beeinflusst. Somit kann der zu erwartende Ressourceneinsatz als ein Mechanismus, der den Altersgruppenunterschieden in persönlicher Zielorientierung zugrunde liegt, verstanden werden. Bei der Interpretation der Befunde aus Studie 3a und 3b muss jedoch berücksichtigt werden, dass ein Zwischengruppendesign gewählt wurde. Daher repräsentierten die Ergebnisse keine intraindividuelle Veränderung.

Zusammenfassend belegte die vorliegende Dissertation, dass Entwicklung über die Lebensspanne als Verschieben der motivationalen Orientierung in Interaktion mit altersbezogenen Veränderungen in internen und externen Ressourcen verstanden werden kann. Das Ausbalancieren von Entwicklungsgewinnen und -verlusten durch ein Verschieben der Zielorientierung von einem Fokus auf Verbessern im jungen Erwachsenenalter in Richtung auf Erhalten und Verlust vermeiden im höheren Erwachsenenalter stellt ein Charakteristikum adaptiver Zielauswahl und eine Strategie erfolgreicher Anpassung an eine sich im Laufe des Lebens verändernde Ressourcenlage dar. Die Einbettung des Konzepts der persönlichen Zielorientierung in einen lebensspannenpsychologischen Kontext und die Konzeptualisierung von Zielen und zielbezogenen Prozessen als wichtige Komponenten aktiver Lebensgestaltung vertieft unser Wissen über persönliche Zielorientierung und gewährt neue Einblicke in entwicklungsregulatorische Prozesse.