

3. INTEGRATION DER THEORETISCHEN PERSPEKTIVEN

3.1 Herleitung der Fragestellung

Ziel dieser Studie ist es, erfolgreiches Altern unter Verwendung einer Kombination zweier traditioneller Herangehensweisen, nämlich der Ressourcen- und der Prozessperspektive, zu untersuchen. Im Zentrum der Betrachtung stehen damit einerseits spezifische, für ein gutes Altern grundlegend notwendige Eigenschaften, die zusammenfassend als Ressourcen bezeichnet werden, sowie andererseits spezifische Prozesse bzw. Zielwahl- und Verhaltensstrategien, denen ebenfalls eine zentrale Bedeutung für ein optimales Altern zugeschrieben wird.

Ressourcenorientierte Modelle des erfolgreichen Alterns zeigen, dass, wie in Abschnitt 2.1.2.3 ausführlich beschrieben, bestimmte grundlegende individuelle Eigenschaften wie z. B. die intellektuelle Leistungsfähigkeit, der Gesundheitsstatus und das soziale Netzwerk substantielle Beziehungen zu Indikatoren erfolgreichen Alterns aufweisen und in der Lage sind, zwischen erfolgreichem und weniger erfolgreichem Altern zu differenzieren (z. B. Garfein & Herzog, 1995; Rowe & Kahn, 1997). Da sich Menschen vor allem im Alter hinsichtlich solcher basaler Eigenschaften deutlich unterscheiden können (vgl. Borchelt et al., 1999; Smith & Baltes, 1999), scheinen sie für die Untersuchung des erfolgreichen Alterns zentral. Allerdings vernachlässigen diese ressourcenorientierten Ansätze Prozesse und Dynamiken, die von den Prozesstheorien des erfolgreichen Alterns aufgegriffen werden (vgl. Abschnitt 2.1.2.4).

Die *Prozessmodelle des erfolgreichen Alterns* fokussieren vor allem auf kognitive oder behaviorale Strategien als Mechanismen des erfolgreichen Alterns (P. Baltes & Baltes, 1990; Brandtstädter & Renner, 1990; Brandtstädter & Wentura, 1995; Freund & Baltes, 1998; Heckhausen & Schulz, 1995; Steverink et al., 1998). Auch hier bestätigen empirische Studien substantielle Zusammenhänge zwischen diesen Prozessen und Indikatoren erfolgreichen Alterns, was verdeutlicht, dass solche Strategien einen beträchtlichen Einfluss auf den Verlauf des Alternsprozesses und das Erreichen eines guten Alterns haben (z. B. Freund & Baltes, 1999). Vor allem neuere längsschnittliche Untersuchungen mit jungen Erwachsenen zeigen, dass Verhaltensstrategien wie beispielsweise die SOC-Lebensmanagementstrategien auch über die Zeit hinweg eine positive Wirkung entfalten (Wiese, Freund & Baltes, im Druck). Dies unterstreicht, dass einerseits die Zeit überdauernde Tendenzen zu bestimmten Verhaltensweisen bestehen und sich Individuen in ihrer grundsätzlichen Neigung, diese Strategien anzuwenden, unterscheiden. Andererseits können diese Strategien der Anpassung auch in Abhängigkeit von den Umwelтанforderungen variabel eingesetzt werden. Da beide Ansätze, der ressourcenorientiert-deterministische sowie der strategiebezogen-prozesshafte, Informationen zu unterschiedlichen, jedoch gleichermaßen bedeutsamen Determinanten des Alternsprozesses

ses ermitteln und sich ergänzende Perspektiven darstellen, werden in dieser Arbeit Ressourcen und Strategien gemeinsam zur Untersuchung des erfolgreichen Alterns genutzt.

Die hier gewählte theoretische Perspektive einer gemeinsamen Analyse von Ressourcen und Strategien des erfolgreichen Alterns lässt sich in einen *interaktionischen Rahmen der Betrachtung des Alternsprozesses* einbetten (z. B. Lawton, 1989; Svensson, 1996). Es wird davon ausgegangen, dass erfolgreiches Altern eine gelungene Anpassung an biologische, psychologische und soziale Bedingungen und Veränderungen im Alter darstellt (vgl. P. Baltes & Baltes, 1990). Ressourcen beschreiben hierbei die Basis, auf die das Individuum in der Auseinandersetzung mit internen (intrapersonellen) und externen (umweltbedingten) Anforderungen zurückgreifen kann, die mit dem Alternsprozess einhergehen (vgl. Featherman et al., 1990; Lawton, 1989). Erfolgreiches Altern wird in dieser Arbeit als Anpassung an die Anforderungen des hohen und sehr hohen Erwachsenenalters verstanden, deren Ziel eine Maximierung von Gewinnen bei gleichzeitiger Minimierung von Verlusten ist (P. Baltes, 1997). Dieser theoretische Kontext, erfolgreiches Altern als Adaptation zu konzeptualisieren, legt nahe, sich gerade mit dem hohen und sehr hohen Alter zu beschäftigen, da die in diesen Lebensphasen erforderten Anpassungsleistungen immer wieder als besonders anspruchsvoll bezeichnet werden (vgl. M. Baltes, 1998; P. Baltes, 1997; Palmore, 1988): Der im dritten und vierten Alter notwendige Anpassungsbedarf ist aufgrund der vielfältigen Veränderungen in zentralen Lebensbereichen enorm und stellt hohe Anforderungen an das Individuum (Birren, 1988; Levenson & Aldwin, 1994; Wahl & Kruse, 1999b). Die Entscheidung, sich ausschließlich auf das höhere Erwachsenenalter zu beziehen, läuft in gewisser Weise der zur Zeit zu beobachtenden Tendenz entgegen, erfolgreiches Altern als erfolgreiche Entwicklung über die Lebensspanne zu verstehen (z. B. Freund et al., 1998; Heckhausen & Schulz, 1993). Die Untersuchung erfolgreichen Alterns bei alten und sehr alten Personen entspricht dem eher traditionellen Vorgehen, das dritte und vierte Alter als besondere, mit anderen Lebensabschnitten schwer zu vergleichende Entwicklungsphase zu begreifen. Sie entspricht aber auch dem zunehmenden Interesse am Alter als „state of excellence“ wie in der Hundertjährigenforschung (z. B. P. Martin, 1997; Poon et al., 1992; Rott, 1999) und in Kompetenzmodellen des Alterns (z. B. Olbrich, 1992; Svensson, 1996).

Entgegen dem in ressourcenorientierten Modellen des erfolgreichen Alterns dominierenden Vorgehen, Merkmale eines guten Alterns einzeln und damit getrennt voneinander zu untersuchen, aber nur selten gleichzeitig oder in Kombination zu betrachten, wird in der vorliegenden Arbeit vor allem der Gesamtressourcenhaushalt betrachtet. Die Verwendung des *Ressourcenkonzepts* als übergreifenden theoretischen Rahmen bietet die Möglichkeit, Eigenschaften aus verschiedenen Funktionsbereichen zusammenzufassen, die für eine optimale Ent-

wicklung im Alter als zentrale Merkmale gelten. Ressourcen werden als Voraussetzung und Grundbedingung verstanden, stellen das Fundament des individuellen Verhaltens und einen Grundstock an Merkmalen und Eigenschaften dar, die dem Individuum zur Anpassung zur Verfügung stehen. Die Verwendung des Ressourcenkonzepts als übergreifende Kategorie ist deshalb von besonderem Interesse, weil erwartet wird, dass Ressourcen, wenn sie aus verschiedenen Merkmals- und Funktionsbereichen stammen, im Alter unterschiedlichen Entwicklungstrends unterworfen sind und im Falle von spezifischen Ressourcenverlusten bereichsübergreifend füreinander kompensieren können. Die Reduktion in einem Funktionsbereich hat möglicherweise relativ geringe Auswirkungen auf die alltägliche Handlungsfähigkeit oder die psychische Befindlichkeit, wenn Verluste in einem Bereich durch Ressourcen eines anderen Bereichs ersetzt werden können. So kann beispielsweise das Einkaufen nach verlorener Mobilität – als Beispiel für den Verlust einer gesundheitlichen Ressource – von Nachbarn oder Bekannten – als Beispiel einer kompensatorisch eingesetzten sozialen Ressource – übernommen werden. Ausgehend von der Multidimensionalität und Multidirektionalität des Alternsprozesses (P. Baltes, 1997; Schaie, 1996) besteht daher ein besonderes theoretisches Interesse an der gemeinsamen Betrachtung der verschiedenen Ressourcen. Zur Umsetzung dieses theoretischen Anliegens wird eine entsprechende Operationalisierung verwendet. Ausgewählt wurden basale Merkmale und Eigenschaften, die als grundlegende Voraussetzungen eines guten Alterns gewertet werden können und aus möglichst unterschiedlichen Lebens- und Funktionsbereichen stammen, nämlich demographische, kognitive, gesundheitliche und soziale Ressourcen. Diese Ressourcen werden zwar bereichsspezifisch erfasst, jedoch hat die Untersuchung ihres gemeinsamen Wirkens in Form des Gesamtressourcenstatus in der vorliegenden Arbeit Priorität.

Die ressourcenorientierten Modelle des erfolgreichen Alterns werden durch Studien zu spezifischen Ressourcen des erfolgreichen Alterns ergänzt. Sie zeigen, dass demographische Merkmale, intellektuelle Leistungsfähigkeit, Gesundheit und soziales Netzwerk für ein erfolgreiches Altern von großer Bedeutung sind (z. B. Campbell et al., 1976; Perrig-Chiello, 1997). Wie in Abschnitt 2.2 dargestellt, belegen zahlreiche Befunde positive Beziehungen dieser Ressourcen zu Maßen des subjektiven Wohlbefindens (z. B. Diener et al., 1999; Pinquart & Sörensen, 2000; Schumacher et al., 1996). Gleichzeitig scheinen diese Ressourcen altersassoziierten Schwankungen unterworfen zu sein, die sich primär in einem geringeren Ressourcenstatus im sehr hohen Erwachsenenalter manifestieren. Mit den internen Ressourcen verändert sich zudem der Zugriff auf externe Ressourcen wie z. B. gesellschaftlich gebotene Strukturen und Möglichkeiten (z. B. Diener & Suh, 1998; Kohli, 1994; McCrae et al., 1999).

Konzepte zu Ressourcenveränderungen und zur Ressourcenallokation können zur Beschreibung der Beziehung zwischen dem Ressourcenstatus und dem Wohlbefinden im Alter genutzt werden (vgl. Abschnitt 2.2.4). Hierbei wird angenommen, dass die im Alter eintretenden Ressourcenverluste (Hobfoll, 1989, 2001) sowie der daraus resultierende Primäreinsatz der Ressourcen in die Erhaltung und Wiederherstellung der individuellen Leistungsfähigkeit (vgl. P. Baltes, 1997) im Prinzip mit einer Reduktion des subjektiven Wohlbefindens einhergehen müssten (z. B. Costa & McCrae, 1984). Ein geringes Ausmaß wichtiger Ressourcen sollte sich in der Auseinandersetzung mit der Umwelt negativ auswirken, zu einem Ungleichgewicht zwischen Anforderungen und individuellen Handlungsmitteln führen und somit ein geringeres Wohlbefinden oder negative Veränderungen des Wohlbefindens nach sich ziehen (Lawton, 1989; Svensson, 1996). Dies ist allerdings nicht im zu erwartenden Ausmaß zu beobachten (z. B. P. Baltes & Baltes, 1990; Brandtstädter & Greve, 1994; Costa & McCrae, 1984; Smith et al., 1996; Staudinger et al., 1996). Gemäß der in Abschnitt 2.4 skizzierten Befundlage bleibt das subjektive Wohlbefinden auch im Alter erstaunlich stabil.

Einen ersten Hinweis auf die dem Phänomen des Wohlbefindensparadoxes zugrunde liegenden Mechanismen gaben Studien, die zeigten, dass der Besitz von Ressourcen nicht immer zu einer erfolgreicherer Entwicklung oder einem höherem Wohlbefinden führen muss, da der direkte Zusammenhang zwischen Ressourcenstatus und subjektivem Wohlbefinden zwar besteht, jedoch in seiner Höhe relativ gering ist (z. B. Brickman et al., 1978). Unterschiedliche Prozesse scheinen die Wirkung der Ressourcen auf das Wohlbefinden zu vermitteln (z. B. Campbell et al., 1976; Hobfoll, 1998; Lazarus & Folkman, 1984; Smith et al., 1996; vgl. Abschnitt 2.2.2). Eine solche moderierende Funktion könnte der Prozess der Selektiven Optimierung mit Kompensation einnehmen (z. B. P. Baltes & Baltes, 1990).

Das *SOC-Modell* beschreibt, wie in Abschnitt 2.3 erläutert, Prozesse des erfolgreichen Alterns innerhalb eines metatheoretischen Ansatzes. Handlungstheoretisch können die SOC-Prozesse als Lebensmanagementstrategien konzeptualisiert werden (vgl. Freund & Baltes, 1998). Da sowohl der theoretische Hintergrund als auch die Definition der Strategien auf die Bedeutung von Ressourcen verweisen (z. B. als Handlungsmittel; vgl. P. Baltes, 1999), was im Rahmen der anderen prozessorientierten Theorien des erfolgreichen Alterns nicht der Fall ist, bietet sich die Wahl der Lebensmanagementstrategien zur Untersuchung des Zusammenspiels von Ressourcen und Strategien des erfolgreichen Alterns an. Selektion, Optimierung und Kompensation werden im vorliegenden Kontext als Zielwahl- und Handlungsstrategien verstanden, die eine optimale Nutzung von Ressourcen in der Auseinandersetzung mit Anforderungen des Alterns erfassen (vgl. Jopp, Lang & Baltes, 1999; Jopp & Smith, 2001): Die Selektionsstrategien führen zu einer optimalen Ressourcennutzung, weil sie unter Berück-

sichtigung des Ressourcenhaushalts die Auswahl von Zielen erwirken, die dem Ressourcenstatus angepasst sind. Optimierung und Kompensation beschreiben den gewinnbringenden Einsatz der Ressourcen durch Erweiterung bzw. Ersetzen von verlorenen Ressourcen. Ein zusätzlicher Vorteil ist, dass die SOC-Strategien sowohl Strategien der Zielwahl als auch der Zielrealisierung zu umfassen und somit die zentralen Elemente der Handlungsregulation abdecken. Zudem beziehen sich die SOC-Strategien auf das Erzielen von Entwicklungsgewinnen und auf die Verlustregulation. Die SOC-Strategien sind demzufolge aufgrund ihres expliziten Ressourcenbezugs sowie ihrer Facetten für die Untersuchung eines erfolgreichen Alterns als Resultat des Zusammenspiels von Ressourcen und Strategien besonders geeignet.

Diesen Überlegungen folgend wird die Beziehung zwischen Ressourcen und Strategien des erfolgreichen Alterns und ihre Relation zum subjektiven Wohlbefinden als Indikator der erfolgreichen Entwicklung folgendermaßen postuliert: Ressourcen werden als basale Eigenschaften der Person und ihres Umfeldes verstanden, auf die ein Individuum Zugriff hat (vgl. Lawton, 1989). Sie bilden eine Art Ausgangsbasis, auf deren Grundlage das Individuum im Alltagsgeschehen und in kritischen Lebenssituationen agiert. Darüber hinaus wird angenommen, dass diese Ressourcen nicht nur vorhanden sein sollten, um eine positive Anpassung an Anforderungen des Alters zu ermöglichen, sondern dass sie in günstiger Art und Weise eingesetzt werden sollten, damit das Individuum als Ergebnis einer gelungenen Adaptation mit seinem Alter zufrieden ist. Ressourcen müssten insbesondere dann eine gute Wirkung entfalten, wenn sie optimal eingesetzt werden (vgl. P. Baltes et al., 1998). Strategien, die zur optimalen Anwendung der Ressourcen beitragen sollten, werden in dieser Arbeit durch die SOC-Lebensmanagementstrategien konzeptualisiert (P. Baltes & Baltes, 1990; Freund & Baltes, 1998). Frühere Studien zeigten bereits, dass die SOC-Strategien positive Beziehungen zum Wohlbefinden aufweisen (vgl. Abschnitt 2.3.3). Welche Rolle die SOC-Strategien allerdings im Zusammenspiel mit Ressourcen einnehmen, blieb bislang weitgehend unberücksichtigt (vgl. M. Baltes & Lang, 1997) und wird in dieser Arbeit im Mittelpunkt stehen.

Die wechselseitigen Beziehungen zwischen Ressourcen, Lebensmanagementstrategien und Wohlbefinden können *strukturell* oder *funktional* beschrieben werden (vgl. Brandtstädter & Rothermund, 1999). Die *strukturellen* Relationen zwischen Ressourcen, Lebensmanagementstrategien und Wohlbefinden lassen sich als Moderationsmodell (vgl. Baron & Kenny, 1986) darstellen. Es wird angenommen, dass Ressourcen prinzipiell zur positiven Anpassung und damit zum subjektiven Wohlbefinden beitragen. Mit einem höheren Ressourcenstatus sollte das erlebte Wohlbefinden ansteigen. Die Strategien, die die Ressourcen zur Maximierung der Gewinne und Minimierung der Verluste kanalisieren, stellen die SOC-Strategien dar. Ein optimaler Einsatz der Ressourcen, erfasst durch das Ausmaß der Verwendung der

Strategien Selektion, Optimierung und Kompensation, sollte sich positiv in der Höhe des Wohlbefindens widerspiegeln. Zudem wird erwartet, dass die Güte des Ressourceneinsatzes durch die SOC-Strategien vom Ausmaß der vorhandenen Ressourcen abhängig ist. Die SOC-Strategien sollten damit die Beziehung zwischen Ressourcen und Wohlbefinden moderieren.

In der vorliegenden Untersuchung steht allerdings weniger die strukturelle Betrachtung der Relationen, sondern vor allem die *funktionale* Bedeutung der SOC-Strategien und ihre protektive Funktion im Falle eines geringen Ressourcenstatus im Vordergrund. Die SOC-Strategien sollten insbesondere dann positiv zur Adaptation beitragen, wenn Ressourcen in geringerem Ausmaß vorhanden sind. Gerade bei reduzierten Ressourcen sollten die SOC-Strategien in der Auseinandersetzung mit alltäglichen Anforderungen an Bedeutung gewinnen und deren Bewältigung durch den optimalen Einsatz der verbleibenden Ressourcen entscheidend verbessern. Somit sollten sie die negativen Auswirkungen eines geringen Ressourcenstatus auf das Wohlbefinden abschwächen. Die Annahme, dass den SOC-Strategien eine protektive Funktion bei beschränkten Ressourcen zukommt, entspricht der funktionalen Betrachtung des Zusammenspiels von Ressourcen und Strategien, die in dieser Arbeit betont wird.

Welche gerichteten kausalen Beziehungen zwischen Ressourcen und Lebensmanagementstrategien bestehen, ob Ressourcen beispielsweise den Erwerb und Einsatz der SOC-Strategien ermöglichen oder ob umgekehrt SOC-Strategien zum Erwerb und Erhalt der Ressourcen beitragen, lässt sich im Rahmen der vorliegenden Arbeit nicht empirisch klären. Gleichmaßen kann nur bedingt ermittelt werden, inwiefern Ressourcen und SOC-Strategien den Umfang des erlebten subjektiven Wohlbefindens beeinflussen, wie hier theoretisch angenommen wird. P. Baltes und Baltes (1990) nehmen einen fortlaufenden zirkulären Prozess an, bei dem der Einsatz der SOC-Strategien basierend auf bestimmten Antezedenzen wie lebenslanger Entwicklung (z. B. akkumulierte Ressourcen), reduzierter Reservekapazität oder Verlust spezieller Funktionen (z. B. Ressourcenverlust) zu einer verbesserten Lebenssituation führt. Diese verbesserte Lebenssituation wird dann wiederum zum Ausgangspunkt der folgenden Entwicklungsprozesse (vgl. Abschnitt 2.1.2.3). Die vorliegende Arbeit bezieht sich primär auf den Teil dieses Kreisprozesses, in dem Ressourcen als Voraussetzung und Basis des Anpassungsprozesses und Wohlbefinden als Ergebnis des Adaptationsprozesses angesehen werden. Entsprechend wird für diese Arbeit das folgende theoretische Modell postuliert: Der über die Lebensspanne akkumulierte Ressourcenhaushalt entspricht der grundlegenden Ausstattung an Merkmalen und Eigenschaften, die unter Nutzung der SOC-Strategien optimal eingesetzt werden können. Der Einsatz der Ressourcen zur Erfüllung alltäglicher Herausforderungen und Entwicklungsaufgaben führt zu einem Anpassungsergebnis, das beispielsweise durch ein bestimmtes Ausmaß an Alterszufriedenheit erfasst werden kann.

Ausgehend von den über die Lebensspanne fortlaufenden zirkulären Entwicklungsprozessen, in denen sich Ressourcen und Wohlbefinden in ihrer Funktion als bedingender und bedingter Faktor abwechseln, könnte selbstverständlich auch der zweite Teil des Kreisprozesses betrachtet werden. Hier wird das oben beschriebene Adaptationsergebnis Wohlbefinden zur Ausgangsbedingung für zukünftige Entwicklungs- bzw. Anpassungsschritte und der Ressourcenentwicklung kausal vorgeschaltet. Entsprechend können dann Beziehungen von entgegengesetzter Wirkrichtung untersucht werden: Das Wohlbefinden könnte beispielsweise durch motivationale Impulse dazu beitragen, dass die SOC-Strategien überhaupt erst eingesetzt werden, sodass der Erwerb bzw. der Erhalt von Ressourcen durch affektive Zustände beeinflusst werden könnte (z. B. Lachman, Ziff & Spiro, 1994; Welch & West, 1995). Fredericksons (2001) „broaden-and-build“-Theorie nimmt beispielsweise an, dass positive Emotionen das Repertoire an Gedanken und Handlungen vergrößern, d.h. personale Ressourcen erweitert. Ergebnisse der Depressionsforschung verweisen umgekehrt auf eingeschränkte Gedächtnisleistungen in Phasen erhöhter Depressivität (Adler, Bramesfeld & Jajcevic, 1999; Christensen, Griffiths, Mackinnon & Jacomb, 1997). Auch die ressourcenschädigende Wirkung von negativen emotionalen Zuständen oder Stress wie z. B. in Form einer Reduktion der immunologischen Reaktionen (z. B. Cohen et al., 1995; Esterling, Kiecolt-Glaser, Bodnar & Glaser, 1994; Esterling, Kiecolt-Glaser & Glaser, 1996) oder das Entstehen von psychophysiologischen und somatoformen Störungen spricht für diese umgekehrte kausale Relation.

Trotz der eben aufgeführten Argumente, die eine mögliche Kausalbeziehung vom Wohlbefinden (z. B. über SOC) zu den Ressourcen unterstreichen, wird wegen der gewählten adaptationstheoretischen Perspektive (z. B. Featherman et al., 1990; Lawton, 1989) die Untersuchung der umgekehrten Wirkrichtung bevorzugt: Ressourcen und Lebensmanagementstrategien stellen die Determinanten im Anpassungsprozess dar. Das Ergebnis gelungener Adaptation spiegelt sich in subjektivem Wohlbefinden wider. Auf theoretischer Ebene wird für die Beziehung zwischen Ressourcen und SOC-Strategien von einem fortlaufenden, sich wechselseitig bedingenden dynamischen Prozess ausgegangen. Zur empirischen Prüfung wird jedoch ein Arbeitsmodell spezifiziert, das die Richtung der Kausalität zwischen Ressourcen und SOC-Strategien vernachlässigt. In diesem Sinne wird angenommen, dass Ressourcen und Strategien parallel zueinander vorhanden sind, ihre Wirkung entfalten und sowohl miteinander als auch mit dem Indikator erfolgreichen Alterns kovariieren.

Als Kriterium des erfolgreichen Alterns wird das subjektive Wohlbefinden in seiner Dimension Zufriedenheit mit dem eignen Altern verwendet. Die *Alterszufriedenheit* stellt aufgrund von theoretischen Überlegungen und empirischen Befunden einen besonders geeigneten Indikator des erfolgreichen Alterns dar. Die Alterszufriedenheit speist sich aus der Ak-

zeptanz der mit dem Alter einhergehenden Veränderungen in multiplen Lebensbereichen und scheint damit ein sensitiverer Indikator des erfolgreichen Alterns als die Lebenszufriedenheit zu sein. Zudem besitzt die Alterszufriedenheit eine bemerkenswerte positive Beziehung zur Überlebenswahrscheinlichkeit im hohen und sehr hohen Alter (Maier & Smith, 1999). Die Alterszufriedenheit genügt damit den Forderungen, erfolgreiches Altern aus der subjektiven Perspektive des Individuums zu erfassen, und weist gleichzeitig starke Relationen zu objektiven Kriterien des erfolgreichen Alterns auf.

3.2 Hypothesen

Diese Arbeit untersucht die Bedeutung von Ressourcen und Strategien des erfolgreichen Alterns für das Wohlbefinden alter und sehr alter Personen. Im Zentrum stehen hierbei das dynamische Zusammenspiel zwischen Ressourcen und Strategien und seine Auswirkungen auf das subjektive Wohlbefinden. Untersucht werden zwei Hypothesengruppen: Die *erste Hypothesengruppe* (Abschnitt 3.2.1) umfasst generelle Annahmen zu querschnittlichen Beziehungen zwischen Ressourcen, Lebensmanagementstrategien und Wohlbefinden bei alten und sehr alten Personen. Die zugehörigen Hypothesen beziehen sich auf die Gesamtstichprobe (Hypothesenblock 1) sowie vergleichend auf beide Altersgruppen (Hypothesenblock 2). Die *zweite Hypothesengruppe* (Abschnitt 3.2.2) spezifiziert Annahmen zur Bedeutung von Ressourcen, Lebensmanagementstrategien und ihrer Interaktion für die längsschnittliche Vorhersage des Wohlbefindens unter besonderer Berücksichtigung zweier Subgruppen alter und sehr alter Studienteilnehmer, nämlich ressourcenarmer und ressourcenreicher Personen. Neben dem zeitlich versetzt erhobenen Wohlbefinden (Hypothesenblock 3) werden Veränderungen des Wohlbefindens vorhergesagt (Hypothesenblock 4). Hypothesenblock 5 umfasst Annahmen zu der Wechselwirkung von Ressourcenveränderungen und Lebensmanagementstrategien und ihren Auswirkungen auf das Wohlbefinden.

3.2.1 Allgemeine Annahmen zur Beziehung zwischen Ressourcen, SOC und Wohlbefinden (Studie 1)

Welche querschnittlichen Beziehungen bestehen zwischen Ressourcen, SOC-Lebensmanagementstrategien und Alterszufriedenheit im hohen Alter? (Hypothesenblock 1)

In diesem ersten Hypothesenblock werden Annahmen zu den allgemeinen Relationen zwischen Ressourcen, Lebensmanagementstrategien und subjektivem Wohlbefinden, hier erfasst durch die erlebte Alterszufriedenheit, formuliert. Es wird angenommen, dass Ressour-

cen und SOC jeweils unabhängig voneinander in positiver Beziehung zum Wohlbefinden stehen. Die Ressourcen weisen einen positiven Zusammenhang mit der Alterszufriedenheit auf, weil sie adaptationstheoretisch als Grundausstattung verstanden werden, die das Individuum in die Auseinandersetzung mit Umwelтанforderungen einbringen kann. Mit der Höhe des Ressourcenstatus sollte also die Höhe der Alterszufriedenheit zunehmen. Gleichzeitig wird erwartet, dass die Nutzung der SOC-Lebensmanagementstrategien, die im handlungstheoretischen Sinne als Strategien eines optimalen Ressourceneinsatzes verstanden werden können, eine positive Beziehung zur Alterszufriedenheit aufweist. Ein solcher optimaler Einsatz von Ressourcen sollte für den Umgang mit alltäglichen Anforderungen förderlich sein und eine höhere Anpassungsleistung bedingen. Dementsprechend sollten Personen, die die SOC-Strategien häufiger nutzen, über ein höheres subjektives Wohlbefinden verfügen.

Neben den postulierten Haupteffekten der Ressourcen und SOC-Strategien wird angenommen, dass das dynamische Zusammenspiel zwischen Ressourcen und SOC ebenfalls von Bedeutung für das Wohlbefinden ist. Die Art dieses Zusammenspiels lässt sich als Moderationsbeziehung beschreiben: Das Ausmaß der Nutzung der SOC-Strategien beeinflusst die Beziehung zwischen Ressourcenstatus und Wohlbefinden. Personen mit wenigen Ressourcen profitieren stärker vom optimalen Einsatz ihrer Ressourcen durch die SOC-Strategien als Personen mit umfangreicher Ressourcenausstattung. Umgekehrt sollte die suboptimale Nutzung der Ressourcen in Form eines geringen Einsatzes der SOC-Strategien bei Personen mit einem hohen Ressourcenstatus weniger ins Gewicht fallen. Formal gesprochen bedeutet dies, dass die Höhe des subjektiven Wohlbefindens mit steigender Ausprägung des Ressourcen ansteigt; aufgrund der angenommenen abfedernd-stabilisierenden Funktion der SOC-Lebensmanagementstrategien sollte dieser Effekt jedoch mit zunehmender Nutzung der SOC-Strategien sinken. Dieses dynamische Zusammenspiel zwischen Ressourcen und SOC-Strategien wird als Interaktion zwischen beiden Faktoren spezifiziert. Neben den beiden Haupteffekten sollte dementsprechend auch die Interaktion zwischen Ressourcen und SOC einen bedeutsamen Beitrag zur Erklärung der interindividuellen Unterschiede des Wohlbefindens leisten.²

Hypothesenblock 1: Annahmen zum Zusammenhang zwischen Ressourcen, SOC-Lebensmanagementstrategien und Wohlbefinden.

Hypothese 1a.

Ressourcen leisten einen unabhängigen positiven Beitrag zur Vorhersage der Alterszufriedenheit: Personen mit mehr Ressourcen zeigen eine höhere Alterszufriedenheit als Personen mit wenigen Ressourcen.

² Diese Arbeit beschäftigt sich vor allem mit dem gemeinsamen Wirken der SOC-Strategien im Zusammenspiel mit den Ressourcen. Es werden daher keine Hypothesen zu den spezifischen SOC-Strategien formuliert. Das Zusammenspiel der Ressourcen mit den spezifischen SOC-Strategien wird in Folgeanalysen untersucht.

Hypothesenblock 1 (Fortsetzung)

Hypothese 1b.

SOC-Lebensmanagementstrategien leisten einen unabhängigen positiven Beitrag zur Vorhersage der Alterszufriedenheit: Eine häufigere SOC-Nutzung geht mit einer höheren Alterszufriedenheit einher.

Hypothese 1c.

Es besteht eine statistisch bedeutsame Interaktion zwischen Ressourcen und SOC, die Teile der Varianz der Alterszufriedenheit erklärt. Personen mit wenigen Ressourcen profitieren stärker von der SOC-Nutzung hinsichtlich ihrer Alterszufriedenheit als Personen mit vielen Ressourcen.

In der vorliegenden Untersuchung wird den SOC-Lebensmanagementstrategien die Rolle eines protektiv-stabilisierenden Effekts zugesprochen: Die Nutzung der SOC-Strategien sollte die negativen Auswirkungen eines geringen Ressourcenstatus auf das Wohlbefinden abfedern. Während die Alterszufriedenheit der Personen mit wenigen Ressourcen in Abhängigkeit von ihrer SOC-Nutzung variiert, z. B. bei häufigerer Anwendung von SOC höher ist, ist dieser positive Effekt bei Personen mit vielen Ressourcen weniger stark ausgeprägt. Gleichzeitig scheinen aber auch andere Annahmen zu Art und Bedeutung der Interaktion zwischen Ressourcen und Lebensmanagementstrategien möglich. Prinzipiell wird davon ausgegangen, dass der Einsatz der Lebensmanagementstrategien Ressourcen erfordert (M. Baltes & Lang, 1997; Freund & Baltes, 1998). So basieren beispielsweise die Auswahl und die Zielhierarchisierung in der Regel auf Überlegungen dazu, welche Handlungsoptionen im Rahmen der individuellen Handlungsmittel erreichbar sind. Optimierung und Kompensation sind per definitionem ressourcenintensiv. Um optimieren zu können, müssen Handlungsmittel vorhanden sein, die entweder dem Erwerb neuer Mittel dienen oder geübt, trainiert und verfeinert werden können. Gleiches gilt für die Kompensation: Ein Handlungsmittel kann nur dann durch ein anderes ersetzt werden, wenn auf alternative Handlungsmittel zurückgegriffen werden kann. Demzufolge könnten Personen, die über wenige Ressourcen verfügen, SOC seltener einsetzen, weil weniger Handlungsmittel zur Verfügung stünden, die durch die SOC-Strategien optimal eingesetzt werden könnten. Davon unabhängig bleibt jedoch die Frage, ob sich die Beziehung zwischen den SOC-Strategien und dem Wohlbefinden beim Unterschreiten eines kritischen Ressourcenlimits verändert. In einigen Überlegungen zur SOC-Theorie wird angenommen, dass mit der Abnahme der Ressourcen und der gleichzeitig rückläufigen Möglichkeit zur Anwendung der SOC-Strategien ein weiterer Effekt eintritt, nämlich dass die Strategien weniger effektiv sind. Eine solche qualitative Veränderung der Wirksamkeit wird deshalb angenommen, weil die Abstimmung bzw. Orchestrierung zwischen den SOC-Prozessen Selektion, Optimierung und Kompen-

sation unter der Bedingung geringer Ressourcen möglicherweise schlechter gelingt (z. B. Selektion überwiegt, Kompensation entfällt). Eine solche Deorchestrierung des Strategiesystems müsste sich beispielsweise auf der Ebene der korrelativen Beziehungen zwischen den Strategien abbilden. Sollte sich die Funktionalität des Systems bei einem geringen Ressourcenstatus tatsächlich verändern, dann könnte dementsprechend erwartet werden, dass die Nutzung der SOC-Strategien in geringerem Maße zur Anpassung beitragen und sich weniger positiv auf das Wohlbefinden auswirken würde. Da allerdings bislang keine empirische Evidenz für eine solche Deorchestrierung des SOC-Systems (z. B. bei sehr alten Personen, deren Ressourcenstatus aller Wahrscheinlichkeit nach stark reduziert ist) besteht, wird dies nicht erwartet. Im Gegenteil: Versteht man die SOC-Lebensmanagementstrategien als Strategien, die eine günstige Ressourcennutzung beschreiben, dann erscheint plausibler, dass Personen mit wenigen Ressourcen stärker vom optimalen Ressourceneinsatz durch die SOC-Strategien profitieren als Personen mit vielen Ressourcen.

Unterscheiden sich alte und sehr alte Personen bezüglich der Ausprägung sowie der Beziehungen zwischen Ressourcen, SOC und Alterszufriedenheit? (Hypothesenblock 2)

Wie bereits dargestellt, gibt es theoretische Annahmen, aber auch empirische Hinweise, dass sich die Ressourcenlage alter und sehr alter Menschen unterscheidet. Entsprechend wird für die ausgewählten Ressourcen erwartet, dass den 70- bis 80-Jährigen mehr demographische, kognitive, gesundheitliche und soziale Ressourcen zur Verfügung stehen als den 81- bis 90-Jährigen. Zudem gibt es Annahmen dazu, dass auch die Nutzung der Lebensmanagementstrategien im Alter Veränderungen unterliegt. Die unterschiedlichen theoretischen Überlegungen (P. Baltes & Baltes, 1990; Freund & Baltes, 1998; Marsiske et al., 1995) und die uneinheitlichen empirischen Befunde (Abraham & Hansson, 1995; Freund & Baltes, 1999, im Druck) gestalten die Hypothesenformulierung jedoch schwierig. Einerseits könnte angenommen werden, dass, basierend auf neueren Überlegungen (Freund & Baltes, im Druck), mit der altersassoziierten Ressourcenreduktion ein Rückgang der SOC-Nutzung vorliegt. Andererseits scheint fraglich, ob bei der in dieser Arbeit angestrebten Untersuchung von 70- bis 90-Jährigen tatsächlich dieselben Effekte zu beobachten sind wie in der insgesamt älteren und damit ressourcenärmeren BASE-Stichprobe (Freund & Baltes, 1999). Basierend auf der letztgenannten Überlegung werden für die vorliegende Untersuchung keine Altersunterschiede in der SOC-Nutzung erwartet. Bezogen auf das Kriterium des erfolgreichen Alterns, Alterszufriedenheit, wird auf der Basis früherer Befunde (z. B. Smith et al., 1996) erwartet, dass junge Alte und alte Alte ebenfalls nicht in der Zufriedenheit mit ihrem Alter divergieren.

Nach der Klärung der grundlegenden Altersgruppendifferenzen wird im Anschluss der Frage nachgegangen, ob die Beziehungen zwischen Ressourcen, SOC-Strategien und Alterszufriedenheit zwischen jungen-alten und alten-alten Personen divergieren. Da bislang weder theoretische noch empirische Anhaltspunkte dafür bestehen, dass sich die Beziehungen zwischen Ressourcen, SOC und Wohlbefinden im hohen Alter qualitativ von den Zusammenhängen im sehr hohen Alter unterscheiden, wird erwartet, dass das postulierte Untersuchungsmodell sowohl bei den jungen Alten als auch bei den alten Alten Gültigkeit besitzt.

Hypothesenblock 2: Annahmen zu Altersgruppendifferenzen im Ressourcenhalt, in der Nutzung der Lebensmanagementstrategien, im Ausmaß des Wohlbefindens sowie in ihren strukturellen Beziehungen.

Hypothese 2a.

Junge-alte Personen besitzen in der Regel mehr Ressourcen als alte-alte Personen.

Hypothese 2b.

Junge-alte Personen wenden SOC-Strategien durchschnittlich ebenso häufig an wie alte-alte Personen.

Hypothese 2c.

Junge-alte und alte-alte Personen zeigen im Mittel ein vergleichbares Ausmaß an Alterszufriedenheit.

Hypothese 2d.

Die Beziehungen zwischen Ressourcen, SOC und Alterszufriedenheit, wie in Hypothesenblock 1 beschrieben, bestehen bei den jungen Alten und den alten Alten. Es bestehen keine Altersunterschiede in den Beziehungen zwischen Ressourcen, SOC-Nutzung und Alterszufriedenheit.

3.2.2 Annahmen zur längsschnittlichen Beziehung zwischen Ressourcen, SOC und Wohlbefinden in ressourcenreichen und ressourcenarmen Subgruppen (Studie 2)

Welche Rolle spielen Ressourcen und Lebensmanagementstrategien bei der Vorhersage der Alterszufriedenheit über die Zeit? (Hypothesenblock 3)

Die bisher formulierten Hypothesen erlauben aufgrund der querschnittlichen Datenstruktur keine Aussagen zu Entwicklungsverläufen und intraindividuellen Veränderungen (P. Baltes, Reese & Nesselroade, 1988). Um die vernachlässigte Zeitperspektive einzubringen und Hinweise auf die kausalen Beziehungen zwischen Ressourcen, Lebensmanagementstrategien und Wohlbefinden zu explorieren, wird in einer zweiten Studie untersucht, ob die postulierten Beziehungsmuster auch über die Zeit hinweg bestehen. Studie 2 prüft, ob Ressourcen und SOC-Strategien eines früheren Messzeitpunkts (T1) das ein Jahr später erhobene Wohlbefinden (T2) vorhersagen. Analog zum Hypothesenblock 1 wird erwartet, dass Ressourcen und SOC sowohl unabhängig als auch im Zusammenspiel zum Wohlbefinden beitragen.

Um die Dynamik zwischen Ressourcen, SOC und Wohlbefinden im Alter weiter zu untersuchen, wird die Bedeutung von Ressourcenarmut bzw. -reichtum anhand einer speziellen Stichprobe analysiert. Der Annahme folgend, dass die SOC-Strategien vor allem dann eine abfedernd-protective Funktion für das subjektive Wohlbefinden erfüllen, wenn die Ressourcen sehr gering sind, wird in Studie 2 ein Zweigruppendedesign gewählt, um ressourcenarme und ressourcenreiche Personen gezielt zu untersuchen. Zudem wird die bisherige Fragestellung dadurch erweitert, dass zwei Messzeitpunkte in die Analysen einbezogen werden, um Hinweise auf die Wirkrichtung von Ressourcen und SOC auf das Wohlbefinden zu erhalten.

Im Mittelpunkt dieses Hypothesenblocks stehen demnach zwei zentrale Fragestellungen: Einerseits wird der Frage nachgegangen, ob sich die Beziehungen zwischen Ressourcen, Strategien und subjektivem Wohlbefinden zwischen den beiden Subgruppen älterer Personen, den Ressourcenarmen und den Ressourcenreichen, unterscheiden. Andererseits wird untersucht, ob die Höhe des zeitlich später erhobenen Wohlbefindens auf längsschnittliche Haupt- und Interaktionseffekte von Ressourcen und SOC zurückgeführt werden kann. Dem allgemeinen Untersuchungsmodell folgend (siehe Hypothesenblock 1) wird angenommen, dass sowohl Ressourcen als auch SOC positive Beziehungen zum zeitlich versetzt gemessenen Wohlbefinden aufweisen. Darüber hinaus wird erwartet, dass auch hier ein geringer Umfang an Ressourcen durch die Anwendung der SOC-Strategien besser genutzt werden kann, was ein höheres zukünftiges Wohlbefinden mit sich bringt: Personen mit wenigen Ressourcen sollten vom Einsatz von SOC mehr profitieren als Personen mit vielen Ressourcen. Postuliert werden damit längsschnittliche Haupteffekte von Ressourcen und SOC sowie ein bedeutsamer Interaktionseffekt zwischen Ressourcen und SOC.

Hypothesenblock 3: Annahmen zur längsschnittlichen Beziehung zwischen Ressourcen, SOC (T1) und Wohlbefinden (T2) bei ressourcenarmen und ressourcenreichen Subgruppen.

Hypothese 3a.

Es besteht ein Haupteffekt von Ressourcen (T1) auf Alterszufriedenheit (T2): Ressourcenreiche Personen zeigen über die Zeit hinweg eine höhere Alterszufriedenheit als ressourcenarme.

Hypothese 3b.

Es besteht ein Haupteffekt von SOC (T1) auf Alterszufriedenheit (T2): Personen, die SOC häufiger anwenden, zeigen über die Zeit hinweg eine höhere Alterszufriedenheit als Personen mit geringer SOC-Nutzung.

Hypothese 3c.

Es besteht eine Interaktion zwischen Ressourcen und SOC (beide T1) bezogen auf Alterszufriedenheit (T2): Ressourcenarme Personen profitieren über die Zeit hinweg stärker von der SOC-Nutzung hinsichtlich ihrer Alterszufriedenheit als ressourcenreiche.

Welche Bedeutung haben Ressourcen und Lebensmanagementstrategien für längsschnittliche Veränderungen des Wohlbefindens? (Hypothesenblock 4)

In den folgenden Hypothesen wird vom Vorliegen verschiedener Messzeitpunkte dahingehend Gebrauch gemacht, neben einem statischen Indikator des erfolgreichen Alterns, der Höhe des Wohlbefindens, auch einen dynamischen Indikator, und zwar die Veränderung des Wohlbefindens über die Zeit, zu untersuchen. Durch das Einbeziehen dieser differentiellen Veränderungen des Wohlbefindens werden zusätzliche Hinweise auf das Zusammenwirken von Ressourcen und SOC und ihre kausale Wirkung auf das Wohlbefinden erwartet. Erleben ressourcenreiche Personen mehr positive bzw. weniger negative Veränderungen ihres Wohlbefindens? Können die SOC-Strategien negativen Wohlbefindensveränderungen vorbeugen?

Ressourcenreiche Personen sollten über die Zeit hinweg mehr positive bzw. weniger negative Veränderungen des Wohlbefindens zeigen als ressourcenarme Personen. Diese Erwartung stützt sich auf unterschiedliche Annahmen (vgl. Abschnitt 2.2.4): Einerseits streben alle Menschen, ressourcenarme und ressourcenreiche, nach einer Erweiterung ihrer Ressourcen (Hobfoll, 2001). Da Ressourcen zu ihrer Erweiterung freigesetzt und investiert werden müssen, sollte dies ressourcenreichen Personen besser gelingen als ressourcenarmen. Andererseits müssen ressourcenarme Personen stärker in den Erhalt ihrer Adaptationsfähigkeit investieren und Verluste abwehren (P. Baltes, 1997; P. Baltes & Smith, 1999), was mit einem geringeren Wohlbefinden einhergeht. Zudem stellt ein geringer Ressourcenstatus, verstanden als chronischer Ressourcenverlust, einen andauernden Stressor dar, der sich über die Zeit hinweg in Verlusten des Wohlbefindens manifestieren sollte (vgl. Hobfoll, 2001).

Die Nutzung der SOC-Strategien sollte im Sinne einer optimalen Ressourcennutzung über die Zeit hinweg positive Auswirkungen auf das Wohlbefinden haben. Zudem trägt sie dazu bei, den Ressourcenstatus zu erweitern oder zu stabilisieren (vgl. Hobfoll, 2001). Darüber hinaus sollten ressourcenarme Personen einen größeren Nutzen vom Einsatz der SOC-Strategien in Form geringerer Wohlbefindenseinbußen haben als ressourcenreiche. Ob differentielle Veränderungen der Alterszufriedenheit durch Ressourcen und SOC-Lebensmanagementstrategien vorhergesagt werden können, wird analog zum bisherigen Vorgehen durch die Testung von Haupt- und Interaktionseffekten geprüft.

Hypothesenblock 4: Annahmen zur längsschnittlichen Beziehung zwischen Ressourcengruppe, SOC (T1) und Veränderungen des Wohlbefindens.

Hypothese 4a.

Es besteht ein Haupteffekt der Ressourcen auf Veränderungen der Alterszufriedenheit: Ressourcenreiche Personen zeigen mehr positive Veränderungen der Alterszufriedenheit als ressourcenarme.

Hypothesenblock 4 (Fortsetzung)

Hypothese 4b.

Es besteht ein Haupteffekt für SOC auf Veränderungen der Alterszufriedenheit: Personen, die SOC häufiger anwenden, zeigen mehr positive Veränderungen der Alterszufriedenheit als Personen mit geringer SOC-Nutzung.

Hypothese 4c.

Es besteht eine Interaktion zwischen Ressourcen und SOC bezogen auf Veränderungen der Alterszufriedenheit: Ressourcenarme Personen profitieren stärker von der SOC-Nutzung hinsichtlich mehr positiver bzw. weniger negativer Veränderungen der Alterszufriedenheit als ressourcenreiche.

Kann die SOC-Basisnutzung die negativen Folgen von Ressourcenverlusten auf Veränderungen der Alterszufriedenheit abfedern? (Hypothesenblock 5)

Eine weitere Möglichkeit, die Dynamik zwischen Ressourcen, SOC und Wohlbefinden eingehend zu betrachten, ist die Untersuchung von Ressourcenveränderungen, der im letzten Teil dieser Arbeit nachgegangen wird. Da sowohl der querschnittliche Datensatz als auch, aufgrund ihrer kurzen Laufzeit, die Längsschnittstudie keine Entzerrung der für den Ressourcenstatus bestehenden Alters- bzw. Kohorteneffekte ermöglichen (vgl. P. Baltes, Cornelius & Nesselrode, 1978; Schaie, 1965), wird abschließend der Frage nach der Bedeutung von Ressourcenveränderungen im Zusammenspiel mit den Lebensmanagementstrategien für das Wohlbefinden nachgegangen. Die Untersuchung der Bedeutung von Ressourcenverlusten ergibt sich als logische Konsequenz aus den zuvor spezifizierten Annahmen und ermöglicht eine mikroanalytische Betrachtung der Mechanismen, die zur Verarbeitung der mit dem Alter einhergehenden Ressourcenreduktion beitragen. Haben intraindividuelle Ressourcenverluste tatsächlich eine Reduktion des Wohlbefindens zur Folge? Können die Auswirkungen der Ressourcenverluste auf das Wohlbefinden dann, wenn ihnen eine häufige Nutzung der SOC-Strategien vorausgeht, abgefedert werden?

Der in Hypothese 4 aufgegriffene Gedanke, dass Ressourcen im Zusammenspiel mit SOC längsschnittliche Veränderungen des Wohlbefindens vorhersagen können, lässt sich unter Bezugnahme auf Überlegungen zur Ressourcenallokation (vgl. P. Baltes, 1997) und unter Rückgriff auf Hobfolls Ressourcentheorie (1998) auch auf Annahmen zur Bedeutung von Ressourcenveränderungen im Zusammenspiel mit SOC und daraus resultierenden Wohlbefindensveränderungen übertragen. Da Ressourcen mit fortschreitendem Alter zunehmend stärker in die Aufrechterhaltung und Wiederherstellung der Funktionstüchtigkeit investiert werden müssen, während gleichzeitig sowohl das latente Potential als auch die Effektivität der Ressourcen nachlässt (P. Baltes, 1997), wird der Verlust von Ressourcen im Alter als besonders kritisch erachtet. Akute Ressourcenverluste sollten dementsprechend eine deutliche

Reduktion der Anpassungsfähigkeit bzw. einen Rückgang des subjektiven Wohlbefindens nach sich ziehen. Diese Überlegungen können durch Hobfolls COR-Theorie (1989, 2001) ergänzt werden, die besagt, dass Ressourcenverluste einen negativen Effekt auf Wohlbefinden haben (vgl. Abschnitt 2.2.4). In Bezug auf den Einsatz der Lebensmanagementstrategien wird ergänzend angenommen, dass Personen, die SOC-Strategien zum optimalen Einsatz der Ressourcen vor dem Verlust häufiger nutzen, mit der Reduktion von Ressourcen besser umgehen, weil sie trainiert sind, ihre Ressourcen optimal einzusetzen, und daher weniger negative Veränderungen ihres Wohlbefindens erfahren. Da es sich bei den SOC-Strategien um Lebensmanagement- und nicht um Copingstrategien handelt, scheint diese Art der Betrachtung aufgrund der nur zwei Datenpunkte umfassenden Längsschnitterhebung am angemessensten. Die Lebensmanagementstrategien entsprechen einer mittelfristig überdauernden Verhaltens-tendenz, während Copingstrategien sehr stark situationsspezifisch und variabel sind sowie primär in Bewältigungssituationen eingesetzt werden. Dementsprechend erscheint es zur Verdeutlichung dieses Unterschiedes richtig, für die vorliegende Untersuchung die SOC-Basisnutzung (T1) anstatt SOC zu T2 zur Vorhersage auszuwählen.

Die folgenden Überlegungen beziehen sich damit auf die Dynamik zwischen Ressourcenveränderungen und SOC und ihren Einfluss auf das subjektive Wohlbefinden. Es wird angenommen, dass die negativen Auswirkungen von Ressourcenverlusten durch den Einsatz der SOC-Strategien abgeschwächt werden können. Allerdings muss vorher sichergestellt werden, dass Veränderungen der Ressourcen über den untersuchten Zeitraum tatsächlich bzw. in einem statistisch bearbeitbaren Umfang zu beobachten sind. Ist dies der Fall, so soll untersucht werden, ob Ressourcenveränderungen im Zusammenspiel mit der SOC-Basisnutzung mit Veränderungen des Wohlbefindens in Beziehung stehen.

Hypothesenblock 5: Annahmen zur Dynamik zwischen Ressourcenverlust und SOC-Basisnutzung in Bezug auf Wohlbefindensveränderungen.

Hypothese 5a.

Es besteht ein Haupteffekt des Ressourcenverlustes auf Veränderungen der Alterszufriedenheit: Personen mit Ressourcenverlusten zeigen mehr negative Veränderungen der Alterszufriedenheit als Personen ohne Ressourcenverlust.

Hypothese 5b.

Es besteht eine Interaktion zwischen Ressourcenverlust und SOC-Basisnutzung bezogen auf Veränderungen der Alterszufriedenheit: Ressourcenverluste können durch eine höhere SOC-Basisnutzung abgefedert werden.

3.3 Allgemeines Vorgehen und Design der empirischen Untersuchung

Im Zentrum dieser Arbeit steht die Untersuchung des dynamischen Zusammenspiels zwischen Ressourcen und SOC-Lebensmanagementstrategien und seiner Bedeutung für das subjektive Wohlbefinden im Alter. Diese allgemeine Fragestellung wurde unter verschiedenen Perspektiven beleuchtet und in zwei Untersuchungsdesigns untersucht.

Im *ersten Teil* der Arbeit wurde der Bedeutung von Ressourcen und SOC für das subjektive Wohlbefinden in einer repräsentativen Querschnittstudie mit alten und sehr alten Personen nachgegangen (**Studie 1**). Hier wurde Fragen zur allgemeinen Beziehung zwischen Ressourcen, SOC und Alterszufriedenheit bei 70- bis 90-Jährigen nachgegangen. Ergänzend wurden der Umfang des Ressourcenstatus, die Nutzung der Lebensmanagementstrategien und die Alterszufriedenheit auf Mittelwertsdifferenzen zwischen den Altersgruppen untersucht. Die Beziehungen zwischen Ressourcen, SOC und Alterszufriedenheit wurden ebenfalls auf Altersunterschiede hin verglichen. Studie 1 diente der Prüfung der Hypothesenblöcke 1 und 2.

Im *zweiten Teil* dieser Arbeit wurde die Beziehung zwischen Ressourcen und SOC bzw. ihr Zusammenwirken über die Zeit untersucht. Hierbei wurden zwei in ihren Ressourcen extrem ausgeprägte Subgruppen 70- bis 90-Jähriger auf Grundlage der Daten der Studie 1 ermittelt und zu einem weiteren Messzeitpunkt befragt (**Studie 2**). Im Mittelpunkt stand die Frage, ob Ressourcen und Lebensmanagementstrategien auch zur längsschnittlichen Vorhersage des subjektiven Wohlbefindens beitragen können. Außerdem wurde untersucht, ob Ressourcen und SOC auch für die Vorhersage von Veränderungen des Wohlbefindens geeignet sind. Anhand dieses Datensatzes wurden die Hypothesenblöcke 3 und 4 überprüft. Abschließend wurde geprüft, ob sich der Ressourcenstatus über den längsschnittlichen Untersuchungszeitraum verändert hatte. Die Ressourcenveränderungen wurden gemeinsam mit der SOC-Basisnutzung in Hinblick auf Veränderungen des subjektiven Wohlbefindens betrachtet (Hypothesenblock 5). Ergänzend zur Untersuchung der zentralen Fragestellungen wurden Folgeanalysen durchgeführt, um die Bedeutung der einzelnen Ressourcendimensionen bzw. der spezifischen Strategien sowie des Zusammenspiels von Ressourcen und spezifischen Strategien für das Wohlbefinden zu ermitteln.

Die im Rahmen dieser Dissertation genutzten Daten entstammen dem von der Deutschen Forschungsgemeinschaft geförderten Projekt „Erfolgreiches Altern: Überprüfung des Metamodells ‚Selektive Optimierung mit Kompensation‘“, das von Margret Baltes ins Leben gerufen wurde. Das Projekt hatte zum Ziel, im Rahmen von drei aufeinander folgenden Studien (a) die Brauchbarkeit der SOC-Prozesse zur Beschreibung erfolgreichen Alterns, (b) die Diskriminationsfähigkeit von SOC in Bezug auf erfolgreich versus nichterfolgreich

alternde Menschen zu prüfen, (c) die Bedeutung von SOC bei experimentell simulierten Verlusten sowie (d) den Zusammenhang zwischen SOC, Erfolgskriterien und Persönlichkeitsmerkmalen anhand einer Lebensspannenstichprobe zu untersuchen (DFG-Projekt Erfolgreiches Altern, M. Baltes & Lang; Ba 902/11-2). Das Projekt wurde unter dem Akronym ALLEE als Abkürzung für den zu Studienzwecken genutzten Projekttitel „**AL**tern und **LE**bens**ER**fahrung“ in der Forschungsgruppe für Psychologische Gerontologie der Freien Universität Berlin durchgeführt. Im Rahmen des ALLEE-Projekts wurde eine repräsentative Querschnittstudie 20- bis 90-Jähriger, eine experimentelle Studie sowie eine längsschnittliche Befragung alter und sehr alter Personen durchgeführt. Für diese Arbeit wurden Teile des querschnittlichen und längsschnittlichen ALLEE-Datensatzes zu Ressourcen, SOC-Lebensmanagementstrategien und subjektivem Wohlbefinden genutzt. Im Folgenden wird der untersuchte querschnittliche Datensatz als **Studie 1** und der längsschnittliche Datensatz als **Studie 2** bezeichnet. Studie 1 umfasste $N = 156$ Personen.³ Der längsschnittliche Datensatz bestand aus zwei ausgewählten Subgruppen des querschnittlichen Samples, die ein Jahr später erneut befragt wurden ($N = 42$; siehe Abbildung 3). Nähere Informationen zu den Datensätzen werden in den Methodenteilen der Studie 1 und Studie 2 bereitgestellt (Abschnitt 4.1 und 5.1). Die zwei sich nun anschließenden Kapitel wenden sich der Beschreibung der beiden empirischen Studien zu. Die Darstellung der Methoden und der Ergebnisse der Studie 1 erfolgt in Kapitel 4. Methodik und Befunde der Studie 2 werden in Kapitel 5 berichtet.

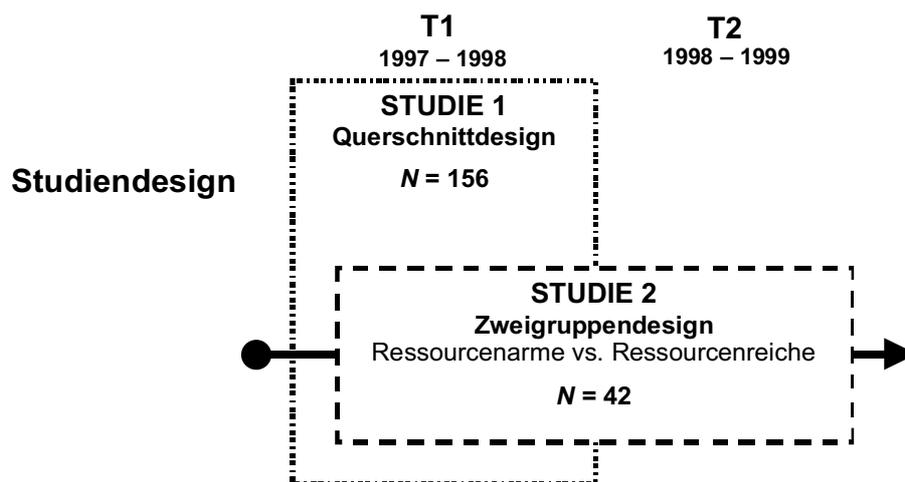


Abbildung 3. Übersicht zum Untersuchungsdesign: Studie 1 basiert auf dem querschnittlichen Datensatz einer lokal repräsentativen Stichprobe alter und sehr alter Personen ($N = 156$). Studie 2 stellt eine einjährige Längsschnittstudie mit ressourcenarmen bzw. ressourcenreichen Personen (je $n = 21$) dar. Diese Subgruppen wurden in Studie 1 identifiziert und 12 Monate später erneut befragt.

³ Das ursprüngliche Sample ($N = 160$) wurde aus datenanalytischen Erwägungen reduziert (Abschnitt 4.1.3.1).