

### **3. Positive Aspekte der Pflege: Wohlbefinden und Persönlichkeitswachstum**

Welche Gewinne lassen sich für die Angehörigen aus der Pflege ziehen? Aus der Forschung zu Resilienz und Wachstum durch Traumata ist bekannt, dass Krisen unter bestimmten Umständen positive Konsequenzen (posttraumatisches Wachstum) nach sich ziehen können (Aldwin & Sutton, 1998; Davis & McKearney, 2003; Ryff, Singer & Seltzer, 2002; Tedeschi & Calhoun, 1996).

Nolen-Hoeksema und Larson (1999) berichten aus einer Studie zu Trauer nach Todesfällen und Bewältigung, dass 81 Prozent der Trauernden 18 Monate nach dem Todesfall dieser Erfahrung auch eine positive Seite abgewinnen konnten. Inhaltlich waren die Antworten sehr verschieden. Zu den Themen gehörten: neue Prioritätensetzung in den Zielen, stärkere Sensitivität und Rücksicht, Realisierung der eigenen Stärken und der Wichtigkeit von Beziehungen, Lösen familiärer Konflikte sowie Verringerung der eigenen Todesangst. Aus dialektischer Sicht (z.B. Riegel, 1979) sind Entwicklung und Veränderung Folge von Widersprüchen zwischen Ereignissen. Die Lösung von Krisen oder Widersprüchen wird als Basis für weitere Entwicklung gesehen, wobei nach Riegel die meisten Krisen eine Konfrontation in einem konstruktiven Sinn darstellen. Demnach liegt gerade in der Konfrontation mit Krisen – so kann man die Situation pflegender Angehöriger auch beschreiben – der Motor für Entwicklung (vgl. auch Baltes & Baltes, 1990; Filipp, 1998; Heckhausen, 1999; Kapitel 1.8 dieser Arbeit). Existentielle Konfrontationen, d.h. Auseinandersetzungen mit Tod, schwerem Leiden und schuldhaften Verstrickungen wurden schon in Studien eingesetzt, um Zugang zur Weisheit zu gewinnen (z.B. Maercker, Böhmig-Krumhaar & Staudinger, 1998). Rosenblatt, Greenberg, Solomon, Pyszczynski und Lyon (1989) konfrontierten ihre Versuchsteilnehmer mit der Frage, was sie empfinden, wenn sie an ihren eigenen Tod denken. Die Konfrontation führte im Vergleich zu Kontrollgruppen zu einer verstärkten Wertorientierung. Normabweichendes Verhalten wurde unter existentieller Konfrontation verschärft abgelehnt und normkongruentes Verhalten besonders belohnt. Dieses Ergebnis lässt sich nach der zugrunde gelegten Terror-Management-Theorie erwarten, wonach die Betonung kultureller Werte die Funktion hat, Furcht und Angst abzuwehren.

Die Situation pflegender Angehöriger wurde meist hinsichtlich ihrer negativen Effekte auf die Gesundheit und das Wohlbefinden gesehen und untersucht. Dieses Vorgehen ist nahe liegend, kann aber den Blick dafür verstellen, dass es –trotz oder gerade wegen der enormen Belastung, die keineswegs bezweifelt werden soll– auch bei der Pflege positive Konsequenzen geben kann. Resilienzkonstellationen (vgl. Kap. 2.2) sind ein Beispiel dafür.

Vor einigen Jahren stellte Kramer (1997) nach Sichtung der Literatur fest, dass die positiven Seiten der Pflege empirisch und konzeptuell unterbeleuchtet sind. Dies ist nach wie vor der Fall. Mittlerweile gibt es verstärkt Bemühungen, auch den positiven Konsequenzen Rechnung zu tragen (z.B. Farran, 1997; Haley et al., 2003; Kramer, 1997; Lawton et al., 1991; Meinders, 2001; Robertson et al., 2003). Diese kann man ganz allgemein als menschliche Stärken bezeichnen (Aspinwall & Staudinger, 2003; Carver & Scheier, 2003). Das Augenmerk wird im Folgenden auf das subjektive Wohlbefinden und Persönlichkeitswachstum gerichtet. In Theorien zu pflegenden Angehörigen wurden beide Konsequenzen schon berücksichtigt; empirisch aber vergleichsweise selten systematisch untersucht. Dies gilt insbesondere für das Persönlichkeitswachstum. Das Kapitel schließt mit Modellen, die Coping, subjektives Wohlbefinden und Persönlichkeitswachstum berücksichtigen.

### **3.1 Wohlbefinden und Persönlichkeitswachstum als positive Auswirkungen der Betreuung**

Studien zum Wohlbefinden lassen sich in zwei Bereiche einteilen, die als *hedonistische* und als *eudämonistische* Perspektive bezeichnet wurden (Ryan & Deci, 2001; Waterman, 1993; vgl auch Keyes, Shmotkin & Ryff, 2002). Beim *hedonistischen* Wohlbefinden (subjektives Wohlbefinden) liegt der Fokus auf Glück und Zufriedenheit. Wohlbefinden wird in dieser Tradition als Erfahrung von Lust und Vermeidung von Schmerz konzipiert. In einer gängigen Auffassung besteht subjektives (hedonistisches) Wohlbefinden (vgl. z.B. Diener & Lucas, 1999) aus drei Komponenten: Lebenszufriedenheit, das Vorliegen positiver Emotionen und die Abwesenheit negativer Emotionen. In dieser Konzeption ist Wohlbefinden ein übergreifendes Konstrukt, das sowohl kognitive als auch affektive Komponenten enthält (Stock, Okun & Benin, 1986). Dabei bezieht sich die affektive Komponente auf das Erleben positiver und negativer Gefühle (Bradburn, 1969). Emotionales Wohlbefinden ist durch das Auftreten positiver Gefühle wie Freude und Glück sowie das Ausbleiben negativer Gefühle wie Angst und Trauer definiert. Die kognitive Komponente bezieht sich auf die Bewertung bzw. kognitive Urteilsbildung des emotionalen Erlebens. Lebenszufriedenheit und positive Lebenshaltung („morale“) sind die prominentesten Vertreter des kognitiven Wohlbefindens. Die allgemein große Zustimmungsfähigkeit eines hedonistischen Wohlbefindens weist darauf hin, dass dieser Maßstab eine Norm artikuliert.

Eine Eigentümlichkeit des *eudämonistischen Wohlbefindens* ist seine außerordentliche Vieldeutigkeit. Diese Vieldeutigkeit scheint sich daraus zu ergeben, dass eudämonistisches

Wohlbefinden eine Dimension von Dimensionen ist, deren innere Gliederung sich schwerlich systematisch auskalkulieren lässt. Damit lassen sich Ansätze in Verbindung bringen, in denen Wohlbefinden über menschliche Potentiale oder Eigenschaften, die eine gut funktionierende Person ausmachen, definiert wird. Prominente Vertreter der klinisch-psychologischen Tradition wie beispielsweise Freud (1937), Haan (1977) oder Vaillant (1998) lassen sich hier einreihen. Einer ihrer Verdienste ist die Herausarbeitung dessen, was zu einer reifen Bewältigungsform gehört. Für Freud stellt die Einsicht in die eigenen Wünsche und Bedürfnisse einen zentralen Aspekt der gesunden Persönlichkeit dar. Sein bekannter Satz "Wo Es war soll Ich werden." bedeutet die Zurückstellung von Trieben hinter bewusste, rationale Entscheidungen. Der Umgang mit inneren Konflikten oder Anforderungen aus dem Umfeld erfordert ein bestimmtes Maß an Ichstärke. Eine gesunde Persönlichkeit zeigt sich in der Einsicht in die eigenen Motive und inneren Konflikte und der Fähigkeit zur Konfrontation mit diesen. Konzepte wie Selbstaktualisierung (Maslow, 1968), Reife (Allport, 1961), Individuation (Jung, 1976) kann man ebenfalls dem eudämonistischen Wohlbefinden zuordnen. Darüber hinaus sind Theorien zum Persönlichkeitswachstum zu nennen, die neben dem Endzustand einer reifen Persönlichkeit die Etappen dahin präzisieren und aus einer entwicklungspsychologischen Tradition entstammen (z.B. Erikson, 1959; Labouvie-Vief, 1982; Loevinger, 1976).

Im Bereich des eudämonistischen Wohlbefindens ist es im Vergleich zu anderen Bereichen (z.B. der kognitiven Entwicklung) schwieriger, übergreifende Kriterien dafür zu finden, was eine gut funktionierende Persönlichkeit ausmacht bzw. welches Niveau besser als ein anderes ist. Beispielsweise kann man sagen, dass ein schnelles Problemlösen besser als ein langsames ist und eine größere Merkfähigkeit besser als eine geringe. Das Kriterienproblem trifft besonders in der Forschung zu wertbehafteten Konstrukten auf und lässt sich nicht umgehen. Die Begriffe „eudämonistisches Wohlbefinden“ und „Persönlichkeitswachstum“ sprechen Werthaltungen und ein Streben auf hohem Niveau an und lassen Klarheit vermissen. Staudinger (z.B. 2000c; S. 140) schlägt drei Möglichkeiten zum Umgang mit dem Kriterienproblem vor: 1) Man kann die Betroffenen fragen, was ihnen subjektiv wertvoll erscheint oder eine reife Person ausmacht. 2) Man zieht Theorien zur Persönlichkeitsentwicklung heran. 3) Man stützt sich auf allgemeine Kriterien für Funktionalität (z.B. Neurotizismus wird nicht als erstrebenswert angesehen). Allerdings ist auch hier zu berücksichtigen, dass sich die Funktionalität häufig einer einfachen Gewinn-Verlust-Kategorisierung entzieht. Zum eudämonistischen Wohlbefinden in der Angehörigenforschung liegen wohl auch aufgrund definitorischer und psychometrischer

Schwierigkeiten vergleichsweise weniger systematische Studien vor. In der vorliegenden Arbeit geht es weniger darum, die Vieldeutigkeit zu beseitigen, als einige Dimensionen auszuwählen, die sich in den theoretischen Rahmen dieser Arbeit, dem Zweikomponenten-Modell der Assimilation und Akkommodation (z.B. Brandtstädter & Rothermund, 2002) integrieren lassen. Zunächst werden einige Befunde zu den möglichen positiven Konsequenzen in der Pflege berichtet.

### **3.1.1 Hedonistisches Wohlbefinden in der Angehörigenforschung**

Das Modell zur Pflegebelastung von Lawton und Kollegen (1991) lässt sich dem hedonistischen Ansatz zuordnen. Es werden differentielle Zusammenhangsmuster zwischen positiven emotionalen Zuständen und Prädiktoren einerseits sowie negativen emotionalen Zuständen und Prädiktoren andererseits postuliert. Das Modell basiert auf zwei Forschungszweigen: zum einen wurden in Anlehnung an Lazarus die „Appraisals“ in das Modell aufgenommen, zum anderen wurde das Wohlbefinden zweidimensional gesehen (vgl. Bradburn, 1969; Diener & Emmons, 1985). Insgesamt beinhaltet das Modell Stressoren, Ressourcen, Bewertungen (Appraisals) und psychisches Wohlbefinden. Positive emotionale Zustände sind demnach stärker durch äußere Umstände (z.B. Sozialverhalten, Aktivität) beeinflusst und negative Stimmungen/Depressivität stärker durch die pflegebezogenen Belastungen. Im Modell wird die partielle Unabhängigkeit von positiven und negativen emotionalen Zuständen betont. In einer Studie konnte diese Vermutung mit zwei Stichproben gestützt werden (Lawton, Rajagopal, Brody & Kleban, 1992). In der Studie von 1991 wurden unterschiedliche Muster zwischen pflegenden Eheleuten und erwachsenen Kindern identifiziert, wobei bei den Eheleuten die Ergebnisse den Hypothesen besser entsprachen. Erwartungsgemäß konnte bei den Eheleuten Depressivität durch wahrgenommene Pflegebelastung, positiver Affekt durch Zufriedenheit bei der Pflege vorhergesagt werden. Allerdings bestand bei den Kindern keine Beziehung zwischen Pflegezufriedenheit und positivem Affekt, und die wahrgenommene Pflegebelastung wirkte sich auf beide allgemeine Wohlbefindensindikatoren aus. Die Autoren vermuten, dass die Kinder stärkeren Rollenkonflikten (z.B. Auswirkungen der Pflege auf die Berufsausübung oder die Erziehung der eigenen Kinder) ausgesetzt sind. Dieser Umstand sollte besonders an der Energie zehren. Für diese Annahme gab es einen indirekten Hinweis. Mehr geleistete Hilfe führte bei den Angehörigen zu mehr Pflegebelastung; der Zusammenhang war bei den Kindern sehr deutlich ausgeprägt, bei den Eheleuten nur schwach. Meinders (2001) konnte ebenfalls Zusammenhänge zwischen Pflegezufriedenheit und positivem Affekt (Trend) einerseits und

Pflegebelastung und negativem Affekt andererseits zeigen. Pflegebelastung übte erwartungsgemäß einen negativen Einfluss auf die allgemeine Lebenszufriedenheit aus; entgegen der Erwartung war die Pflegezufriedenheit nicht mit der allgemeinen Lebenszufriedenheit korreliert.

Die Stresstheorie von Lazarus und Folkman (1984; Folkman, 1997) und die Pflegebelastungsmodelle von Pearlin et al. (1990) und Zarit (1992) lassen sich ebenfalls dem hedonistischen Ansatz zuordnen. Die dadurch geleiteten Untersuchungen fokussierten hauptsächlich um die negativen Konsequenzen der Pflege und die Belastung der Angehörigen. In diesen Theorien sind Konstrukte mitbedacht, die dem eudämonistischen Wohlbefinden ähneln; diese sind jedoch vergleichsweise wenig systematisch untersucht worden. Befunde, die in dieser Arbeit in den Abschnitten 1.6 und 2.2.3 berichtet wurden, zielten im Wesentlichen darauf ab, welche negativen Auswirkungen pflegebezogene Belastung auf das hedonistische Wohlbefinden hat, und welche Rolle Mediatoren / Moderatoren (Coping, soziale Unterstützung, Tagesstätten) dabei spielen.

### **3.1.2 Eudämonistisches Wohlbefinden in der Angehörigenforschung**

Das psychologische Wohlbefinden (*Psychological Well-Being*; z.B. Ryff, 1989) ist eine jüngere Konzeption und beinhaltet sechs Dimensionen, die sich dem eudämonistischen Wohlbefinden zuordnen lassen: 1) Die *Selbst-Akzeptanz (Self-Acceptance)* ist eine Dimension, die eine positive Einstellung gegenüber der eigenen Person beinhaltet. Wenn sie stark ausgeprägt ist, akzeptiert man sowohl die guten als auch die schlechten Eigenschaften, die man besitzt und hat eine positive Haltung zur eigenen Vergangenheit. Der *Lebenssinn (Purpose in Life)* beinhaltet die Überzeugung, dass das Leben einen Sinn und eine Bedeutung hat. Dies zeigt sich darin, dass Personen Ziele und Intentionen haben. Die Komponente der *positiven Beziehungen zu anderen (Positive Relations with Others)* bedeutet befriedigende, vertrauensvolle Sozialkontakte. Sie ist z.B. durch Intimität, durch Interesse am Wohlergehen anderer und durch ein Verständnis für das Geben und Nehmen in Beziehungen gekennzeichnet. Eine weitere Dimension ist das *Meistern der Umwelt (Environmental Mastery)*. Sie beinhaltet die Fähigkeit, günstige Gelegenheiten zu nutzen, sich Kontexte zu schaffen, die den eigenen Bedürfnissen entsprechen oder gegebene situative Anforderungen zu bewältigen. Das *persönliche Wachstum (Personal Growth)* bedeutet das Ausmaß, inwieweit Personen sich selbst als erweiternd und wachsend ansehen, offen für neue Erfahrungen sind und über ein Wissen über ihre eigene Person und ihre Effektivität verfügen. Die *Autonomie (Autonomy)* bringt die Selbstbestimmung und die Unabhängigkeit von

Individuen zum Ausdruck. Ryff bringt zur Geltung, dass erfolgreiches Altern mehr als nur die Zufriedenheit mit dem eigenen Leben bedeutet. Ihr Modell entstand aus dem Bedürfnis heraus, positive Aspekte wie Wachstum und Reife stärker zu betonen. Ryff entwickelte einen Fragebogen zur Erhebung der sechs Dimensionen, der mittlerweile gut validiert ist. Keyes, Shmotkin und Ryff (2002) konnten mit konfirmatorischen Faktorenanalysen das psychologische Wohlbefinden vom hedonistischen Wohlbefinden (operationalisiert durch positiven Affekt, negativen Affekt und Lebenszufriedenheit) trennen. Kurzversionen der sechs psychologischen Wohlbefindensdimensionen korrelierten mit den Indikatoren des subjektiven Wohlbefindens im Wertebereich von .16 bis .50. Demnach weisen die Konzepte gemeinsame Varianz auf, lassen sich aber als verschiedene Wohlbefindensbereiche interpretieren.

Kramer (1997) schlägt ein theoretisches Arbeitsmodell zur Adaptation Pflegender vor, das auf Ryffs Wohlbefindenskonzeption Bezug nimmt. Es enthält in der Grobgliederung die aus den Stress-Bewältigungsmodellen schon bekannten *Hintergrund und Kontextvariablen* (z.B. Stressoren, Patienteneigenschaften, Lebensumstände und Eigenschaften der Pflegenden), *intervenierende Prozesse* (Coping, Kontrollüberzeugungen, Selbstwirksamkeit, Appraisals) und *Konsequenzen* (Wohlbefinden). Nach dem Modell sollte man bei der Erhebung der Ressourcen, der Bewertungen und des Wohlbefindens auch positive Varianten berücksichtigen, wie beispielsweise die Bewertung anderer bedeutsamer Rollen, die Angehörige neben der Pflege noch einnehmen. In zwei Studien mit derselben Stichprobe berichtet Kramer (1993a, 1993b), dass die pflegebezogene Zufriedenheit der pflegenden Ehefrauen durch Alltagsaktivitäten der demenzerkrankten Ehemänner sowie durch die frühere Beziehungsqualität zu diesen (Kramer, 1993a) vorhergesagt werden konnte. In der zweiten Studie (Kramer, 1993b) waren das Alter der pflegenden Ehefrauen, soziale Ressourcen, problembezogenes Coping und beziehungsbezogenes Coping bedeutsame Prädiktoren für die Pflegezufriedenheit.

Farran (1997) kombiniert den Stress-Bewältigungsansatz mit existenzphilosophischen Konzepten. In der Existenzphilosophie wird mit Begriffen gearbeitet, die sich als „Grunderfahrungen“ zusammenfassen lassen. Es sind dies bei Kierkegaard die Angst, bei Heidegger die Erfahrung des Todes, bei Sartre der Ekel und bei Jaspers das Scheitern der Menschen in den Grenzsituationen (vgl. Mittelstraß, 1980-1996). Farran geht davon aus, dass Sinnfindung in der Pflege eine entscheidende Rolle spielt. Nach dem Psychiater Viktor Frankl (z.B. 1978) kann aus fehlendem Willen zum Sinn eine existentielle Frustration folgen. Ausgehend von Interviews mit Angehörigen von Demenzpatienten entwickelten Farran und

Mitarbeiter einen Fragebogen mit drei reliablen Subskalen *Verlust/Machtlosigkeit*, *vorläufiger Sinn* und *letztlicher Sinn* (Farran, Miller, Kaufman, Donner & Fogg, 1999). Die erste Subskala beinhaltet Verlustgefühle der Angehörigen bezogen auf die Patienten, die Pflege und ihre eigene Person. Die Subskala *vorläufiger Sinn* beinhaltet Items wie z.B. „Die Pflege macht mich zu einer stärkeren und besseren Person.“ oder „Jedes Jahr - ob gut oder schlecht - ist ein Segen“. Die Subskala *letztlicher Sinn* fokussiert den Glauben an Gott und hat gemeinsame Varianz mit der Skala *vorläufiger Sinn* (Korrelationen von .44 und .58 wurden berichtet). Farran, Keane-Hagerty, Salloway, Kupferer und Wilken (1991) erhoben über ein offenes Antwortformat, welche angenehmen Seiten die Angehörigen bei der Pflege und im Leben sehen. In einer Kategorie mit dem Titel „Searching for Provisional Meaning“ fanden sich Aussagen zu persönlichem Wachstum und Reife durch die Pflege. Bedeutungssuche war mit sozialer Unterstützung korreliert. Haley et al. (2003) gingen mit der Skala von Schulz et al. (1997) der Frage nach, ob Angehörige der Pflege auch eine positive Seite abgewinnen können und ob es Zusammenhänge zum subjektiven Wohlbefinden gab. Es zeigten sich auch nach Kontrolle für demographische Daten und objektive Stressoren deutliche Zusammenhänge zwischen wahrgenommenen Gewinnen bei der Pflege einerseits und Lebenszufriedenheit sowie Depressivität andererseits. Hollis-Sawyer (2003) untersuchte 122 pflegende Töchter und ihre Mütter. Aus Fragen in offenem und geschlossenem Antwortformat wurde faktorenanalytisch eine Skala erzeugt, die sich als eudämonistisches Wohlbefinden interpretieren lässt (Itembeispiele: Wie gut man sich mit den Veränderungen des Älterwerdens abfinden kann oder inwieweit pflegebedingte Veränderungen der eigenen Situation akzeptiert werden können). Unter anderem wurde persönliches Wachstum durch fluide Intelligenzleistung, Extraversion und Offenheit bei den Töchtern vorhergesagt. Darüber hinaus ließ sich das persönliche Wachstum durch eine Skala „wahrgenommene Beziehung“ vorhersagen. Die Skalen zu wahrgenommener Beziehung und zum persönlichen Wachstum wurden jeweils aus Fragen mit offenem und geschlossenem Antwortformat zusammengestellt. Leider fehlen einige Angaben, um die Güte der beiden Skalen beurteilen zu können.

Kürzlich wurde eine Erweiterung der Skala von Pearlin et al. (1990) zu persönlichen Gewinnen durch die Pflege vorgestellt, die Items zu Wachstum und persönlich wahrgenommenen Lernprozessen enthält (Robertson et al., 2003). Eine größere Hilfsbedürftigkeit der demenziell Erkrankten und ein geringeres Einkommen der Angehörigen sagte Wachstum vorher. Überzeugende theoretische Erklärungen für diesen Befund stehen jedoch noch aus. In einer kürzlich erschienenen prospektiven Studie haben Seltzer und Li (2000) die Rolle von (Entwicklungs-)Übergängen bei der Pflege herausgearbeitet. Die

Studienteilnehmer (pflegende Ehefrauen und Töchter) wurden danach eingeteilt, ob sie im Laufe eines dreijährigen Erhebungsintervalles einen *Pflegeübergang* erfahren hatten, d.h. eine Pflegerolle übernommen haben, den Angehörigen in ein Heim geben mussten, der Angehörige verstorben ist, oder ob sich ihre Rolle in den drei Jahren nicht in diesem Sinn verändert hat. Unter anderem wurden in der Dimension „Persönliches Wachstum“ nach Ryff (1989) zwei bedeutsame Ergebnisse gefunden. Pflegende Töchter, die ihre Angehörige in ein Pflegeheim geben mussten, berichteten über beide Messzeitpunkte weniger persönliches Wachstum als die Töchter, die nicht diesen Pflegeübergang erfahren hatten. Die Ursachen für diesen Haupteffekt sind nicht eindeutig. Möglicherweise spielt Drittvariablen wie beispielsweise die Identitätssalienz (Wichtigkeit einer Rolle; vgl. Thoits, 1992) eine Rolle bei den Unterschieden im persönlichen Wachstum. Darüber hinaus wurde festgestellt, dass bei Angehörigen mit einem in der Zwischenzeit verstorbenen Ehemann eine Zunahme an persönlichem Wachstum zu verzeichnen war.

Interessant ist die Studie von Moen, Robison und Dempster-McClain (1995), in der gezeigt werden konnte, dass religiöses Engagement die negativen Effekte von Pflege auf Selbstwert und Depressivität moderiert. Religiöse Beteiligung wurde allerdings schwach operationalisiert, nämlich über die Frage, ob man mehr als einmal pro Monat in die Kirche geht.

Die Studien bei zum eudämonistischen Wohlbefinden bei pflegenden Angehörigen sind schwer miteinander vergleichbar, da sehr unterschiedliche Variablen zur Vorhersage herangezogen wurden. Gemeinsam ist ihnen, dass eudämonistisches Wohlbefinden durch Zustimmung bzw. Nennung durch die Angehörigen erhoben wurde. Hier stellt sich die Frage, ob beispielsweise Menschen, die viel Wachstum angeben, auch tatsächlich reife Denker sind. Dies lässt sich mit Selbstbeurteilungsdaten nicht beantworten. Des Weiteren ist zu beachten, dass eudämonistisches Wohlbefinden stark wertbehaftet ist. Möglicherweise spielt die soziale Erwünschtheit der Iteminhalte beim Antwortverhalten eine Rolle.

### **3.1.3 Persönlichkeitswachstum als positive Auswirkung der Betreuung: ausgewählte Theorien**

Wachstumsmodelle der Persönlichkeitsentwicklung (z.B. Erikson, 1959, Kegan 1982; Levinson, 1986; Loevinger, 1976) nehmen Bezug auf eine Entwicklung über die gesamte Lebensspanne. Sie gehen davon aus, dass Veränderungen in den Bereichen Selbst/Persönlichkeit im Erwachsenenalter als Folge von Entwicklungsaufgaben eintreten, die für das jeweilige Stadium in der Lebensspanne, in dem man sich befindet, charakteristisch

sind (Phasen). Die Persönlichkeitsentwicklung wird in diesen Modellen mit strukturellen Eigenschaften (z.B. Komplexität im Denken), Veränderungen in den Affekten oder mit zunehmender Integrationsleistung charakterisiert.

Unter den zahlreichen Modellen hat der epigenetische Ansatz von Erikson (z.B. 1959) einen besonderen Einfluss ausgeübt. Sein Modell der Persönlichkeitsentwicklung beinhaltet acht Entwicklungsstufen, in denen für den gesamten Lebenszyklus Herausforderungen im Reifungsprozess eines Menschen umrissen werden. In Gegensatzpaaren beschreibt er Dimensionen erfolgreicher bzw. missglückter Anpassung. Als zentrale Entwicklungsphase sieht er die Identitätsfindung in der Adoleszenz an, der er die Rollenkonfusion gegenüberstellt. Das Thema der Sinnfindung siedelt Erikson in der letzten Phase an, die mit dem Gegensatzpaar Integrität vs. Verzweiflung umschrieben ist. Zur Integrität des alten Menschen gehört, das Leben mit seinen Misserfolgen zu akzeptieren und als sinnvoll zu erleben.

Tabelle 3.1: *Überblick einiger ausgewählter Modelle der Persönlichkeitsentwicklung mit Bezug zur Selbsteinsicht (modifiziert nach Baltes, Lindenberger & Staudinger, 1998)*

Loevinger	Erikson	L'Écuyer	Kegan	Labouvie-Vief
Vorsozial	Urvertrauen vs. Urmisstrauen	Emergenz des Selbst		Sensumotorisch
Impulsiv	Autonomie vs. Scham	Behauptung des Selbst	Impulsiv	Praesymbolisch
Selbstschutz	Initiative vs. Schuld	Expansion des Selbst	Souverän	Symbolisch
Konformistisch	Fleiß vs. Minderwertigkeit	Reorganisation des Selbst	Zwischen-menschlich	Intrasystemisch
Gewissenorientiert/ Konformistisch	Identität vs. Rollenkonfusion	Reifung des Selbst	Institutionell	
Gewissenorientiert	Intimität vs. Isolierung	Permanenz des Selbst		Intersystemisch
Individualistisch	Generativität vs. Stagnation			
Autonom			Überindividuell	Integriert
Integriert	Integrität vs. Verzweiflung			

Loevingers Theorie der Ich-Entwicklung (Loevinger, 1976) entstammt aus der neopsychoanalytischen Tradition und aus der Tradition der kognitiven Entwicklung sensu Piaget. Ihr Modell hat in der empirischen Forschung großen Anklang gefunden (vgl. Westenberg, Blasi & Cohn, 1998). In die Charakterisierung der hierarchischen Stufen gehen Begriffe aus beiden Strömungen ein. Das Modell bezieht sich darauf, wie Individuen

Bedeutungen und Informationen, die sich auf das Ich oder das Selbst beziehen, organisieren. Eine Kernannahme ist, dass das Ich eine (relativ einheitliche, bewusste) Hauptdimension von Persönlichkeit ist („master trait“), das denkt, urteilt und bewertet. Es nimmt Deutungen vor, schafft Sinn und setzt sich mit der Umwelt auseinander. Die Dimensionen der Ich-Einheit sind a) Impulskontrolle (Charakterentwicklung, Moral), b) interpersonale Fähigkeiten, c) Bewusstheit selbstbezogener Kernthemen und d) kognitiver Stil. Loevinger (z.B. 1993) argumentiert, dass diese Aspekte miteinander zusammenhängen und mit einem Satzergänzungstest (Hy & Loevinger, 1996) erhoben werden können.

Loevinger postuliert über der ersten (nicht messbaren) symbiotischen Stufe acht weitere: (2) impulsive Stufe, (3) selbstprotektive Stufe, (4) konformistische Stufe, (5) selbstbewusste Stufe, (6) gewissenhafte Stufe, (7) individualistische Stufe, (8) autonome Stufe, (9) integrative Stufe. Die niedrigeren, präkonformistischen Stufen sind dadurch charakterisiert, dass der Befriedigung von Impulsen oder grundlegenden Bedürfnissen wenig Aufschub geleistet wird. Individuen auf diesem Stadium haben relativ wenig Einsicht in die eigene Person und tendieren zu dichotomem Denken in vielen Bereichen. Die vierte und fünfte Stufe sind gekennzeichnet durch die Fähigkeit zum Bedürfnisaufschub, zur Perspektivenübernahme und zu einem gewissen Maß an Selbstbewusstheit. Die Anerkennung sozialer Regeln und Anpassung an diese stehen im Vordergrund. Personen auf den vier postkonformistischen Stufen können sich relativ flexibel an äußere Umstände anpassen. Weitere Kennzeichen sind Ambiguitätstoleranz, die Betonung selbst gesetzter Werte und die Fähigkeit zum Umgang mit inneren Konflikten. Gemessen hat Loevinger die Ich-Entwicklung mit einem Satzergänzungstest, der von Fremdbeurteilern ausgewertet wird (Hy & Loevinger, 1996; vgl. Kapitel 3.2 dieser Arbeit).

Anders als Erikson formuliert Loevinger ihre Theorie unabhängig vom Lebensalter. Allerdings wurden Alterszusammenhänge festgestellt, wenn in der Stichprobe Kinder enthalten waren (vgl. z.B. Helson & Wink, 1987; Holt, 1980). Während der Kindheit wurde ein deutlicher Anstieg in der kognitiven Komplexität identifiziert. In der Adoleszenz und im Erwachsenenalter stabilisierten sich die Ausprägungen. Ab dem Alter von 14 Jahren wurde eine große Streubreite in allen Alterskohorten gefunden (Holt, 1980; Westenberg & Block, 1993). Dass die Ich-Entwicklung bei Erwachsenen mit zunehmendem Alter nicht stetig ansteigt (vgl. z.B. Newman, Tellegen & Bouchard, 1998), deutet darauf hin, dass Kontextvariablen eine wichtige Rolle spielen, wie z.B. Intelligenz, Erziehung oder bedeutsame Ereigniskonstellationen, die man im Laufe seines Lebens erfahren hat (vgl. Helson & Roberts, 1994). Ergebnisse aus einer kürzlich erschienenen Zwillingsstudie

(Newman, Tellegen & Bouchard, 1998) zeigten moderate positive Zusammenhänge zwischen der Ich-Entwicklung und kognitiven Maßen aus dem Wechsler-Intelligenztest. Die Korrelation mit dem gesamten WAIS-IQ lag bei .46. Der Zusammenhang mit der verbalen Unterskala war größer als der Zusammenhang mit der Performanzskala. Sprachliches Denken scheint ein bedeutsamer Prädiktor für die Ich-Entwicklung zu sein (vgl. auch Labouvie-Vief, DeVoe & Bulka, 1989; Labouvie-Vief & Diehl, 2000). Für das Erwachsenenalter berichten McCrae und Costa (1980) schwache bis moderate Zusammenhänge zwischen Loevingers Ich-Entwicklung und anderen Persönlichkeitseigenschaften. Die Korrelationen mit dem Faktor Offenheit liegen zwischen .13 und .27. Mit Extraversion und Neurotizismus besteht kein signifikanter Zusammenhang. Aus der Weisheitsforschung ist bekannt, dass viele Faktoren mit reifem Denken in Verbindung stehen (Staudinger, Lopez & Baltes, 1997). Auf der Personenseite ist neben den großen Bereichen Intelligenz und Persönlichkeit besonders ihr Überschneidungsraum zu nennen (z.B. Kreativität). „Grenzsituationen“ (Jaspers, 1932) oder „Existentielle Konfrontationen“ (Maercker, Böhmig-Krumhaar & Staudinger, 1998) werden als wichtige Faktoren für Persönlichkeitswachstum und Lebenserfahrung diskutiert (Staudinger, 2004). Dabei sollte man nicht übersehen, dass es von entscheidender Bedeutung für die Weiterentwicklung ist, *wie* man die eigenen Erlebnisse verarbeitet. „Lebensrückblick“ (Butler, 1963) oder „Lebensreflexion“ (Staudinger, 2001) sind Begriffe, die eine kritische Auseinandersetzung mit dem erinnerten Material bezeichnen. Zu einer kritischen Auseinandersetzung gehört, dass man Lebensereignisse hinterfragt, nach möglichen Gründen sucht und bewertet. Des Weiteren hat sich der soziale Kontext als Quelle für reifes Denken erwiesen (z.B. Staudinger & Baltes, 1996).

Es erscheint wichtig zu betonen, dass Loevingers Modell nicht vorhersagt, dass Personen auf den höheren Stufen glücklicher und zufriedener sind, weniger Problemen ausgesetzt sind oder ihr Leben besser im Griff haben. Vielmehr repräsentieren diese Stadien eine zunehmende Reife und Komplexität bei der Organisation von eigenen Erfahrungen und eine zunehmende Offenheit, Tiefe und Einsicht in die eigene Person. Ähnlich erörtert Noam (2001) anhand psychotherapeutischer Fallbeispiele die Entwicklung von Sinnstrukturen über die Lebensspanne und setzt sich insbesondere mit den Herausforderungen der Entwicklung auf dem höchsten Reifungsniveau auseinander. Seiner Ansicht nach bringt Leid häufig den Anstoß für Entwicklung, wobei der Schluss, dass Entwicklung auch Heilung von Leid bedeutet, nicht gilt. Der Zusammenhang zwischen psychiatrischer Morbidität und Ich-Entwicklung ist sehr komplex. Noam und Kollegen haben sich mit dieser Frage viele Jahre beschäftigt. In seinen Studien mit Jugendlichen berichtet Noam (1998) innerhalb jeder Stufe

zur Ich-Entwicklung psychische Morbidität, was gegen die Annahme spricht, dass eine höhere Ich-Entwicklung im Sinne von Loevinger in jedem Fall erstrebenswerter ist. Allerdings konnte er unterschiedliche Häufungen verschiedener Symptome auf den Entwicklungsstufen unterscheiden. In früheren Stufen der Ich-Entwicklung wurden häufiger externalisierte Symptome identifiziert (z.B. Aggressivität, Delinquenz). Nach Noam birgt eine sehr reife Ich-Entwicklung bei vulnerablen Menschen das Risiko zu erhöhten internalisierten Symptomen (z.B. Depressivität, Suizid). Die bisherigen Befunde bedürfen jedoch einer längsschnittlichen Absicherung.

Ähnlich wie Loevinger setzt Labouvie-Vief (1982) keine Altersangaben, die für das Erreichen bestimmter Stufen erforderlich sind. Für das Erwachsenenalter schlägt sie drei Stufen der kognitiven Entwicklung vor, die etwa durch zunehmende Flexibilität, Verantwortung, Offenheit und Integration im Denken gekennzeichnet sind. Neben diesen kognitiven Komponenten betont sie auch gleichzeitig die affektiven Seiten der Persönlichkeit. In der Arbeitsgruppe um Labouvie-Vief sind viele Arbeiten entstanden, mit denen sich das Verhältnis von kognitiver Komplexität und Affekt verdeutlichen lässt (Labouvie-Vief & Diehl, 1998; Labouvie-Vief & Medler, 2002). Zwei voneinander unabhängige Strategien funktionieren bei der Emotionsregulation. Die "Affektdrosselung" (affect dampening) zielt darauf ab, eine positive Affektbilanz zu maximieren. Die zweite Strategie ("Affekterweiterung"; affect amplification) steht in einem engen Zusammenhang zur Ich-Entwicklung und beinhaltet beispielsweise auch das Zulassen von negativen Emotionen. Labouvie-Vief, De Voe und Bulka (1989) untersuchten bei 72 Personen unterschiedlicher Altersgruppen Selbstbeschreibungen von vier kürzlich erlebten Emotionszuständen (Ärger, Trauer, Angst und Glück) und werteten diese mit einem Kodierschema aus, mit dem sich unterschiedliche Stufen des emotionalen Verständnisses bestimmen lassen. Emotionales Verständnis ist dabei durch eine Differenzierung und Integration von Emotionen gekennzeichnet, durch eine deutlichere Unterscheidung zwischen sich selbst und anderen und durch einen zunehmenden Rekurs auf selbstgewählte Standards. In der Auswertung wurde von Labouvie-Vief et al. (1989) das emotionale Verständnis im Zusammenhang mit der Ich-Entwicklung nach Loevinger und mit Coping-Mechanismen nach Lazarus und Folkman (1984) betrachtet. Die Ich-Entwicklung stand mit dem Lebensalter in einem kurvilinearen Verhältnis, wobei im mittleren Erwachsenenalter die höchste Komplexitätsstufe erreicht wurde. Der Alterseffekt deckt sich mit den Befunden zu weisheitsbezogenem Wissen, das während der Adoleszenz deutlich ansteigt (Pasupathi, Staudinger & Baltes, 2000), bis ins Alter stabil bleibt und jenseits von ungefähr 80 Jahren wieder einen negativen Verlauf

einzunehmen scheint (Staudinger, 1999). Labouvie-Vief und Kollegen (1989) vermuteten, dass Entwicklungskomponenten (Alter, Ich-Entwicklung nach Loevinger, Art des Nachdenkens über kritische Ereignisse) Varianz im Bewältigungsverhalten aufklären. In der Tat konnte Folgendes gezeigt werden: Ältere Personen, die eine höhere Stufe der Ich-Entwicklung erreicht haben und ihre Erfahrungen mit Stress in einer reifen Art beschreiben konnten, tendierten zu weniger Projektion, distanzieren sich stärker von Konflikten, reagierten nach einer Frustration eher neutral bzw. positiv und berichteten weniger nach außen gerichtete Abwehr (vgl. auch Labouvie-Vief, Hakim-Larson, DeVoe & Schöberlein, 1987). Die Ergebnisse zeigen, dass die kognitive Reife eine Rolle dabei spielt, zu welchen Bewältigungsmechanismen Menschen neigen. Obwohl die sprachliche Fähigkeit (Wortschatz) mit der kognitiven Reife zusammenhängt, sagt letztere auch nach einer Wortschatzkontrolle Bewältigung vorher. In einer neueren Untersuchung (Labouvie-Vief & Diehl, 2000) stand reifes Denken in positivem Zusammenhang mit integrativem Coping und war mit Abwehr im Sinne von Haan negativ korreliert.

Die Selbstkonzeptentwicklung im Lebenslauf von L'Ecuyer (1981) wurden anhand empirischer Befunde formuliert. Das Modell beinhaltet sechs Stufen, die ihrerseits noch unterteilt sind (Emergenz des Selbst, Behauptung des Selbst, Expansion des Selbst, Reorganisation, Reifung und Permanenz des Selbst). Im Gegensatz zu Erikson beziehen sich seine Stufen nicht auf psychosoziale Konflikte, sondern auf die strukturelle und inhaltliche Entwicklung des Selbstkonzepts. L'Ecuyers Stufen sind grob an das Lebensalter gekoppelt, wobei sich die fünfte und sechste Stufe auf das Erwachsenenalter beziehen. Die beiden Stufen sind durch Multidimensionalität und Multidirektionalität gekennzeichnet. Je nach Inhalt des Selbstkonzeptes sind also Wachstum, Stabilität oder Abfall möglich.

Kegans (1982) Hauptinteresse gilt dem Subjekt-Objekt-Verhältnis auf verschiedenen Entwicklungsstufen des Selbst. Er definiert die Organisationstendenz der Selbstentwicklung als zunehmende Differenzierung zwischen den beiden Aspekten, wobei mit Subjekt der kontrollierende/projizierende und mit Objekt der kontrollierte Teil des Selbst gemeint ist. Entwicklung, die sich über den ganzen Lebenszyklus erstreckt, ist dadurch bestimmt, dass Menschen sich Bedeutung schaffen. Sie alternieren zwischen zwei grundlegenden Bedürfnissen: dem Wunsch nach Nähe und dem nach Selbständigkeit. Diese Bedürfnisse begleiten den Menschen das ganze Leben, wobei auf jeder Stufe ein vorübergehendes Gleichgewicht zugunsten eines der beiden erreicht und die vorherigen integrativ eingeschlossen werden.

Zusammenfassend kann man die Selbstentwicklung als lebenslangen, facettenreichen Prozess verstehen, der durch soziale Situationen beeinflusst wird und in unterschiedliche Richtungen verlaufen kann. Nach den Wachstumsmodellen der Persönlichkeit lässt sich annehmen, dass sich Veränderungen in der Persönlichkeit als Folge von mehr oder weniger typischen Entwicklungsaufgaben ergeben. Neben inhaltlich unterschiedlichen Schwerpunktsetzungen ist es eine Gemeinsamkeit der oben genannten Wachstumsmodelle der Persönlichkeit, dass sie sich auf die Entfaltung von Bedeutungsstrukturen beziehen. In diesem Sinn unreife Personen verfügen über einen geringeren Interpretationsspielraum ihrer eigenen Handlungen und den Handlungen von anderen. Es kann angenommen werden, dass eine reife, ausgewogene Interpretation der eigenen Person nützlich sein kann, wenn es darum geht, mit Konflikten und Bedrohungen umzugehen. Diese Sicht steht mit der Annahme von Loevinger nicht im Widerspruch, dass Ich-Entwicklung und seelische Gesundheit in einem orthogonalen Verhältnis stehen bzw. dass hohe Ich-Entwicklung auch mit pathologischen Symptomen einhergeht. Persönlichkeitswachstum lässt sich als Ressource verstehen, die einen befähigen kann, sich selbst und seine Beziehungen zu anderen in Ordnung zu bringen. Nozick (1981; S. 27) bringt es auf den Punkt: „Our desire to know our natures is not solely theoretical. This knowledge by itself will not settle the question of how we ought to live, but in fixing the range and limits of the possibilities open to us, it determines what alternatives we choose among when we choose how to live and be.“ Unterschiede zwischen Pflegenden und nicht Pflegenden bezüglich negativen Gesundheits- und Wohlbefindensindikatoren wie Depressivität oder Medikamentenkonsum sind schon gut dokumentiert (z.B. George & Gwyther, 1986; Pinquart & Sörensen, 2003), nicht jedoch in positiven Dimensionen, insbesondere denen, die hier als eudämonistisches Wohlbefinden bzw. Persönlichkeitswachstum bezeichnet wurden.

In diesem Abschnitt konnte nur eine Auswahl an Stufenmodellen der Persönlichkeit vorgestellt werden (vgl. Tabelle 3.1). Weitere Modelle wurden von Baltes, Lindenberger und Staudinger (1998) diskutiert. Für diese Studie ist die Frage interessant, ob eine lang andauernde Pflegesituation mit Persönlichkeitswachstum bzw. kognitiver Komplexität einhergeht und wie das Verhältnis zu den Bewältigungstendenzen aussieht.

### **3.2 Welche Aspekte können zur Bestimmung von Persönlichkeitswachstum beitragen?**

In den bisherigen Studien mit pflegenden Angehörigen wurde eudämonistisches Wohlbefinden oder Persönlichkeitswachstum überwiegend mit Fragebögen erhoben, die von Angehörigen selbst beantwortet wurden. Die Selbstbeurteilung als einzige Erhebungsmethode

von Persönlichkeitswachstum birgt jedoch mögliche Fehlerfaktoren bei der Erfassung der entsprechenden Konstrukte. Dazu gehören z.B. die Tendenz, unter Absehung vom Item-Inhalt auf eine Frage mit „ja“ oder „stimmt“ zu antworten (Akquieszenz), oder die soziale Erwünschtheit (sich besonders sozial erwünschte Eigenschaften zuzuschreiben), um nur zwei zu nennen (vgl. Amelang & Bartussek, 2001). Selbst durch Kontrollmaßnahmen wie die unterschiedliche Polung der Items oder die Kontrolle für soziale Erwünschtheit durch eine entsprechende Skala lassen sich nicht alle Fehlerquellen beseitigen. Schwer wiegt der Einwand, dass bei Fragebogendaten offen bleibt, ob beispielsweise Menschen mit hohen Ausprägungen in der Skala Persönliches Wachstum (Ryff, 1989) auch tatsächlich reifer und komplexer denken. Hinweise auf eine mögliche Erweiterung des Kriteriums Persönlichkeitswachstum geben Studien aus den Bereichen der kognitiven Komplexität und Selbstkomplexität (z.B. Bieri, 1966; Campbell, Assanand & DiPaula, 2000; Linville, 1987; Scott, 1962; Streufert & Streufert, 1978), des weisheitsbezogenen Wissens (Baltes & Staudinger, 2000) und des postformalen Denkens (z.B. Kramer & Woodruff, 1986).

In der Entwicklungspsychologie wurde Reife lange Zeit vornehmlich mit kognitiven Prozessen in Verbindung gebracht. Nach Piaget resultiert kognitiver Fortschritt in der Kindheit und Adoleszenz aus einer Kombination von biologisch programmierter Reife und Erfahrung. Aus dieser Tradition entstammen Ansätze, die sich mit reifem Denken im Erwachsenenalter beschäftigten, das häufig mit dem Begriff des postformalen Denkens umschrieben wird. Postformales Denken ist vor allem durch die Fähigkeit zum Umgang mit Ungewissheit, Widersprüchen, Fehlerhaftigkeit oder Kompromissen (z.B. Arlin, 1984; Commons, Richards & Armon, 1984; Labouvie-Vief, 1985) gekennzeichnet. Untersuchungen zum relativistischen Denken (z.B. Kramer & Woodruff, 1986), zum reflektierenden Urteilen (Kitchener & King, 1981) und die Rolle der emotionalen Valenz bei sozialen Dilemmata (Blanchard-Fields, 1986) sind hier ebenfalls zu nennen. Kramer und Woodruff (1986) beispielsweise erhoben postformales Denken, indem sie den Studienteilnehmern Dilemmata vorgaben (z.B. bei der Umsetzung einer Karriereplanung). Die Antworten der Studienteilnehmer wurden von Fremdbeurteilern danach ausgewertet, inwieweit in den Antworten die Kriterien für postformales Denken berücksichtigt wurden. Die Kriterien waren „Bewusstsein der relativistischen Natur des Wissens“, „Akzeptanz von Widersprüchen“ und „Integration des Widerspruchs in die Dialektik“. Die Kriterien für dialektisches Denken und die Auswertungsregeln sind dabei von vornherein festgelegt.

Ein ähnlicher Zugang wurde im Berliner Weisheitsmodell (z.B. Baltes & Staudinger, 2000) gewählt. Weisheit wird hier als Expertenwissen in grundlegenden Fragen des Lebens

definiert. In Orientierung an teleologische Ethiken (wonach die Richtigkeit menschlichen Handelns von den zu erwartenden Folgen des jeweiligen Tuns abhängt) und deontologische Ethiken (durch Setzung von Regeln und Handlungen) wurde Weisheit durch fünf Kriterien charakterisiert: 1) reichhaltiges Faktenwissen über menschliches Leben; 2) reichhaltiges prozedurales Wissen; 3) Lebensspannenkontextualismus; 4) Wertrelativismus und 5) Umgang mit der Ungewissheit. Zur Erfassung des weisheitsbezogenen Wissens wurde den Studienteilnehmern schwierige Lebensfragen präsentiert (z.B. „Stellen Sie sich vor, Sie bekommen einen Anruf von einem guten Freund, der sich das Leben nehmen möchte. Was könnte man, was würden Sie in einer solchen Situation bedenken oder tun?“). Die über ein Interview erhaltenen Antworten wurden transkribiert und von Auswertern auf einer Skala von 1 – 7 danach beurteilt, inwieweit die Kriterien in den Antworten berücksichtigt wurden.

Loevinger entwickelte mit ihrer Arbeitsgruppe einen Satzergänzungstest (SCT; Hy und Loevinger, 1996) zur Messung der Ich-Entwicklung. Der Test besteht aus 36 (in der Kurzform aus 18) Satzanfängen („Kinder erziehen...“ oder „Meine Mutter und ich...“). Die Satzergänzungen durch die Studienteilnehmer wurden unter Berücksichtigung von Dimensionen ausgewertet wie z.B.: a) Impulskontrolle und Charakterentwicklung; b) interpersonaler Stil wie z.B. Unabhängigkeit oder Dazugehören; c) kognitiver Stil wie z.B. Ambiguitätstoleranz. Die Antworten auf niedrigerem Niveau sind durch Impulsivität, Egozentrik oder körperliche Gefühle gekennzeichnet. Die Antworten auf höherem Niveau beinhalten Konfliktakzeptanz, das Streben nach Individualität oder das Erkennen von wechselseitiger Abhängigkeit. In die Messung der Ich-Entwicklung geht ein, wie Menschen Erfahrungen, und Informationen *organisieren*, die für sie selbst relevant sind. Hohe Ausprägungen der Ich-Entwicklung lassen sich auch als reifes, komplexes und abstraktes Denken bezeichnen. Ausgewertet wird der Test durch trainierte Personen mithilfe einer gut ausgearbeiteten Kodiervorlage. Gisela Labouvie-Vief (z.B. Labouvie-Vief & Medler, 2002) ließ Studienteilnehmer einen Abschnitt über sich selbst schreiben, der von Beurteilern hinsichtlich der Komplexität ausgewertet wurde (Selbstkomplexität). In ihren Studien sowie in den anderen eben genannten Forschungsrichtungen wurden zufrieden stellende Beobachterübereinstimmungen berichtet.

Aus der sozial-kognitiven Forschungstradition entstammen Konstrukte, die sich ebenfalls mit zur Bestimmung dessen heranziehen lassen, was Persönlichkeitswachstum ausmacht: die kognitive Komplexität und die Selbstkomplexität. Komplexität wird in diesen Ansätzen dadurch bestimmt, wie das Wissen von Menschen in bestimmten Lebensbereichen *strukturiert* ist. Im Folgenden wird erläutert, was Komplexität als Strukturmerkmal bedeutet.

Das Konstrukt der *kognitiven Komplexität* betont besonders die individuellen Unterschiede in der Strukturiertheit von Wahrnehmungen, Einstellungen, Wissen usw., die bei der Informationsverarbeitung beteiligt sind. Häufig herangezogene Merkmale zur Unterscheidung individueller kognitiver Strukturen sind die Differenziertheit (Breite), die Integriertheit (Überlappung bzw. Schärfe) und die Tiefe (vgl. Bieri, 1966; Scott, 1962; von Eye, Sörensen, Lerner & Lerner, 1998). Die Breite bezeichnet die Fähigkeit, eine Information nach einer größeren Anzahl verschiedener Dimensionen aufzuschlüsseln. Tiefe liegt vor, wenn die Personen eine größere Anzahl von Merkmalen verwenden, um eine Dimension zu charakterisieren. In Bezug auf die Beurteilung von Personen kann man sich die Breite über die Anzahl der Beurteilungsdimensionen (z.B. Aussehen, Beruf, Sportlichkeit,...) vorstellen. Jede dieser Dimensionen kann nun ihrerseits weiter differenziert werden (z.B. in gut, schlecht, angenehm,...). Komplexere Menschen verwenden eine größere Anzahl von Merkmalen, um die Dimensionen zu kennzeichnen (Tiefe). Integration bezieht sich darauf, wie die begrifflichen Unterscheidungen der Dimensionen koordiniert sind. Werden beispielsweise zwei Dimensionen verwendet, um einen Bereich (z.B. die eigene Person) zu strukturieren, kann man nach dem Ausmaß fragen, in dem die Dimensionen voneinander unabhängig sind. Haben sie viele Merkmale gemeinsam, dann überlappen sie. Sind die Überlappungen gering, dann spricht man von hoher Schärfe. Nach diesen Dimensionen wird der Komplexitätsgrad einer Person bestimmt. Personen sind komplex, wenn sie viele Gruppen bilden, diese Gruppen mit vielen Merkmalen beschreiben und die Gruppen sich zum Teil überlappen. Linvilles Konzept der Selbstkomplexität (Linville, 1987) wurde in zahlreichen Studien eingesetzt. Zur Erhebung bekommen Studienteilnehmer Kärtchen mit Eigenschaftswörtern, aus denen sie bestimmte Wörter gruppieren sollen. Eine Gruppe kann man als Selbstaspekt bezeichnen (z.B. Rollen, Sport, Partner), der die Eigenschaftswörter enthält, die für die jeweilige Person charakteristisch sind. Die vorgegebenen Eigenschaftswörter dürfen in mehreren Gruppen vorkommen und es müssen nicht alle Wörter verwendet werden. Selbstkomplexität definiert sich nach Linville aus der *Anzahl unabhängiger* Dimensionen. Demnach sind diejenigen Personen komplex, die viele Gruppierungen vornehmen und deren Gruppierungen wenig redundant sind, d.h. viele unterschiedliche Eigenschaftswörter enthalten.

Es gibt noch weitere Strukturmerkmale aus dem Bereich des Selbst, die sich als Komplexität beurteilen lassen und in der Angehörigenforschung mehr Berücksichtigung finden könnten (vgl. z.B. Campbell, Assanand & Di Paula, 2000; Donahue, Robins, Roberts & John, 1993). Gemeinsam ist diesen und den oben erwähnten Ansätzen, dass das jeweilige Kriterium unabhängig von der Selbsteinschätzung durch die Studienteilnehmer erhoben

werden kann. Zur Messung von weisheitsbezogenem Wissen und postformalem Denken gibt es schon viele reliable Erhebungsmethoden (vgl. Staudinger & Leipold, 2003). Der Preis solcher Methoden ist der relativ hohe Durchführungs- und Auswertungsaufwand, wenn man mit Fragebogenstudien vergleicht. Bei pflegenden Angehörigen wurde persönliches Wachstum oder eudämonistisches Wohlbefinden über Selbsteinschätzung mit Ratingskalen erhoben. Systematische Untersuchungen, die bei der Erhebung von Persönlichkeitswachstum das Problem der sozialen Erwünschtheit umgehen, stehen jedoch noch aus. Interessant wäre es zu wissen, ob Angehörige, die angeben, dass sie an ihrem Schicksal gewachsen sind, auch tatsächlich reifere und komplexere Denkmuster entwickelt haben. Dies lässt sich mit Selbstbeurteilungsdaten nicht beantworten. Methoden, die in Untersuchungen zu postformalen Denken, Weisheit und kognitiver Komplexität entwickelt wurden, können zur Beantwortung dieser Frage herangezogen werden.

### **3.3 Versuch einer Integration von Coping, Wohlbefinden und Persönlichkeitswachstum**

Bisher wurden die zentralen Konstrukte dieser Arbeit, Coping und Persönlichkeitswachstum, isoliert voneinander dargestellt. Mittlerweile gibt es verschiedene Modelle, in die sich Coping, subjektives (hedonistisches) Wohlbefinden und Persönlichkeitswachstum bzw. eudämonistisches Wohlbefinden einordnen lassen.

Das Zweikomponentenmodell der Lebenspragmatik und Lebensmechanik (Staudinger, 2000b; Staudinger & Pasupathi, 2000) verbindet verschiedene Traditionen der Selbst- und Persönlichkeitsforschung mit der Persönlichkeits- und Kognitionsforschung. Dabei wird analog zum Modell der Mechanik und Pragmatik der Intelligenz (z.B. Baltes, 1997) eine inhaltsunabhängige, biologisch begründete Seite (Lebensmechanik) angenommen, die es Menschen erlaubt, Wissen zu erwerben (z.B. Geschwindigkeit der Informationsverarbeitung, Aktivierungszustand). Die *Lebensmechanik* wird als Basis für die Entwicklung von Lebenspragmatik angenommen. Die *Lebenspragmatik* wird durch kulturelle Einflüsse geformt und vermittelt. Sie beinhaltet zwei Bereiche. Der eine deckt *Wissen* ab (z.B. Weisheit, Selbstkonzept, Expertise), der andere *regulative Prozesse/Verhalten/ Handlungen* (Coping, Kontrollüberzeugungen). Die Hauptfunktion der Lebenspragmatik ist *proaktiv-adaptiv*. Adaptiv meint die wechselseitige Anpassung zwischen Individuen und Entwicklungskontexten. Proaktiv-adaptiv betont die aktive Rolle der Menschen in diesem Prozess. Eine weitere Funktion ist die *reflexive und evaluative*. Menschen sind in der Lage, über sich selbst und die Welt nachzudenken. Reflexion und Evaluation tragen zur Aneignung und Ausdifferenzierung von Wissen bei und können als Vorläufer von effektivem Handeln

angesehen werden. Eine weitere Funktion wird als *integrativ oder exekutiv* bezeichnet. Sie stellt eine Verbindung her zwischen Reflexion und Evaluation von Veränderungen einerseits und Adaptation andererseits. Darüber hinaus wird innerhalb der Lebenspragmatik unterschieden, ob sich Wissen oder regulatives Handeln auf die eigene Person (das Selbst) oder auf die Situation bzw. Umstände (die Welt) beziehen.

Baltes und Freund (2003) setzen zwei Modelle miteinander in Verbindung, die bis vor kurzem noch nicht systematisch aufeinander bezogen wurden: das Modell der selektiven Optimierung mit Kompensation und Weisheit. Das Modell der selektiven Optimierung mit Kompensation (SOC; Baltes & Baltes, 1990) beschreibt drei Prozesse, die zur Erklärung einer erfolgreichen Entwicklung herangezogen werden können. Nach SOC haben Menschen die Möglichkeit zu wählen, welche Ziele sie verfolgen (Selektion). Freund und Baltes (2002) zufolge geschieht dies durch individuelle Präferenzen (elektiv) oder durch den wahrgenommenen Verlust von Handlungsmitteln (verlustbasiert). Optimierung bedeutet eine Verbesserung der eigenen Ressourcen (z.B. üben), Kompensation betreiben Menschen, wenn sie nachlassende Ressourcen ausgleichen oder ersetzen (z.B. durch das Tragen einer Brille). Die Strategien können gleichzeitig, sequenziell, und in dynamischer Interaktion stattfinden. Ihr Nutzen liegt in der Regulierung, d.h. auf entwicklungsbezogene Einbußen oder äußere Umstände kann angemessen reagiert werden. Weisheit wird als Expertenwissen im Umgang mit schwierigen Fragen des Lebens verstanden (Baltes & Staudinger, 2000). Zwischen beiden Komponenten wird eine wechselseitige Beziehung angenommen. Weisheit und SOC bilden ein Ensemble aus Wissen und Verhaltensstrategien, das bei günstigem Zusammenspiel eine menschliche Stärke ausmacht. Es lässt sich einerseits annehmen, dass weisheitsbezogenes Wissen für einen effektiven Einsatz der SOC-Strategien von Vorteil ist. Andererseits können Verhaltensstrategien dem Erwerb und der Verfeinerung von weisheitsbezogenem Wissen dienlich sein.

Labouvie-Vief und Medler (2002) unterscheiden zwei Hauptstrategien der Affektregulation: die Affektoptimierung und die Affektkomplexität. Die Affektoptimierung zielt darauf ab, positive Emotionen zu maximieren und negative Emotionen zu dämpfen. Die Affektkomplexität erlaubt es, auch offen für negative Emotionen zu sein; diese zweite Strategie ist stärker mit reifem Denken und mit einer balancierten Sicht der eigenen Person und der Welt verbunden. Gemessen wurden die beiden Strategien mit Messinstrumenten aus den Bereichen positiver/negativer Affekt; kognitive Komplexität (Stufe der Ich-Entwicklung nach Loevinger; Intelligenzindikatoren) und Coping (10 Subskalen aus dem CPI, wobei sich jeweils 5 als Coping bzw. Abwehr im Sinne von Haan klassifizieren lassen).

Affektoptimierung ließ sich in der Studie erwartungsgemäß gut durch Variablen der Beziehungsqualität/Bindung vorhersagen. Affektkomplexität hängt stärker mit Erziehung zusammen. Labouvie-Vief und Medler (2002) unterscheiden vier Stile der Emotionsregulation, die sich durch Subgruppenbildung aus den beiden Strategien ergeben: den integrierten, den abwehrenden, den komplexen und den disregulierten. Der integrierte Stil ist durch komplexes Denken und positiven Affekt gekennzeichnet. Personen dieser Gruppe können positive und negative Informationen integrieren und zeigen generell eine gute Anpassung. Die abwehrende Gruppe verfügt über einen positiven Affekt gleichzeitig geringer Komplexität. Das Wohlbefinden wird hier stärker durch Ausblenden und Unterdrücken negativer Affekte aufrechterhalten. Negative Informationen werden nicht integriert. Die komplexe Gruppe beinhaltet die reifen Denker, deren Wohlbefinden eher negativ getönt ist. Schwierigkeiten und negative Informationen werden wahrgenommen, können aber nicht integriert werden, was auf Kosten der seelischen Gesundheit geht. Die disregulierte Gruppe ist am schlechtesten angepasst. Vertreter dieser Gruppe neigen zu erhöhter Depressivität und denken in einfachen Mustern. In weiteren Analysen untersuchten Labouvie-Vief und Medler, ob sich die vier Gruppen in den Bewältigungsstrategien unterscheiden. Sie konnten zeigen, dass sich die integrierte Gruppe hohe Ausprägungen in Intellektualität (Fähigkeit, sich kognitiv von den Restriktionen der Umwelt und des Selbst zugunsten des Denkens und des Verstandes zu lösen) und Konzentration (auf die anstehende Aufgabe) hatten. Gleichzeitig hatten sie geringe Ausprägungen in Repression (Individuen vergessen - bewusst oder unbewusst), Regression (unangemessenes Verhalten und Phantasie, um der eigenen Verantwortung aus dem Weg zu gehen) und Zweifel (geringe Ambiguitätstoleranz, Schwierigkeiten bei Entscheidungen). Die abwehrende Gruppe hatte unter anderem hohe Ausprägungen in Repression und Leugnung von unangenehmen Dingen und zeigte wenig Ambiguitätstoleranz.

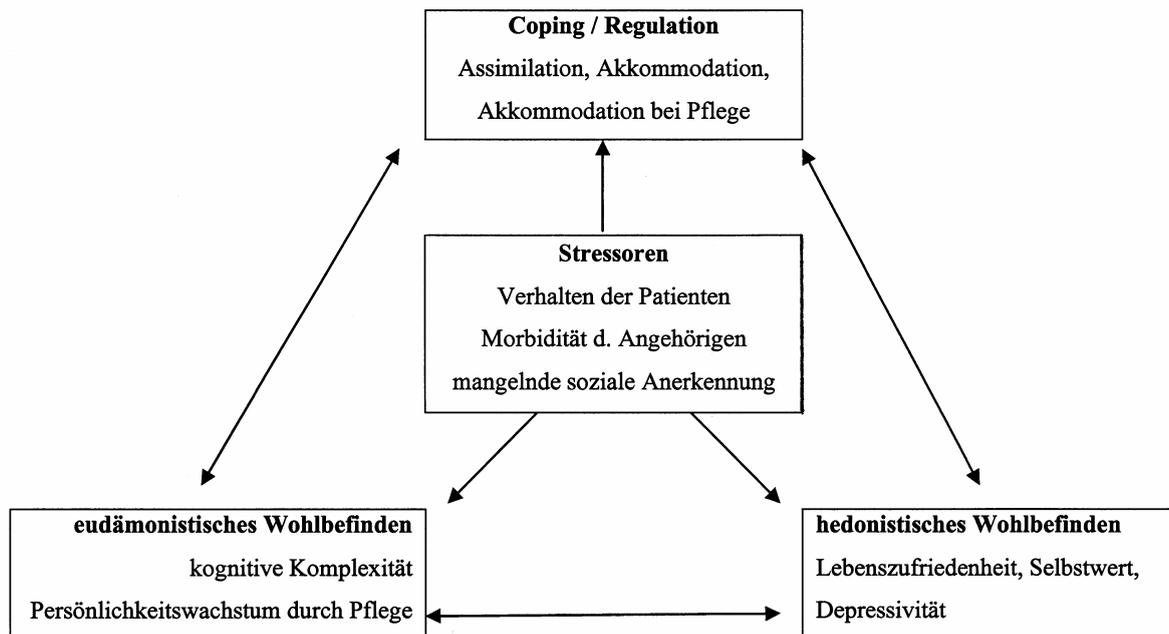
Lerner und Gignac (1992) stellten die Frage, wie sich Coping und Wachstum zur Zufriedenheit (im Alter) verhalten. Mit dem Begriff der Selbst-Rollenübernahme (self-role taking) charakterisieren sie den Sachverhalt, dass Menschen in der Lage sind, ein und dasselbe Problem aus verschiedenen Blickwinkeln zu betrachten. Dazu gehört das Wissen darüber, dass bestimmte Perspektiven an bestimmte emotionale Reaktionen gekoppelt sind. In aussichtslosen Situationen (z.B. Diagnose von Krebs) führt ein Vergleich mit Menschen, denen es noch schlechter geht, zu einer besseren Stimmung als ein Vergleich mit Menschen, denen es gut geht. Das Wissen über solche Zusammenhänge sollte nach Lerner und Gignac Menschen befähigen, ihre Gefühle besser unter Kontrolle zu haben.

Gemeinsam ist den Modellen, dass sich durch ein günstiges Zusammenspiel der Komponenten eine menschliche Stärke im Sinne einer erfolgreichen Lebensführung beschreiben lässt. Ein Teil der Strategien (in den Modellen Affektoptimierung, SOC oder regulative Prozesse genannt) greift stärker bei der Frage, wie es manchen Menschen gelingt, trotz schwieriger Lebenssituationen, wie zum Beispiel eine Pflegesituation, die Einbußen im Wohlbefinden relativ gering zu halten. Menschen entwickeln im Laufe ihres Lebens Strategien (Bewältigungsmechanismen), mit denen sie auf kritische Ereignisse oder Entwicklungsaufgaben reagieren können (z.B. Baltes & Baltes, 1990; Brandtstädter & Renner, 1990; Carver, Scheier & Weintraub, 1989; Haan, 1977; Lazarus & Folkman, 1984). Eine zentrale Funktion von Bewältigungsmechanismen ist es, den affektiven Haushalt relativ stabil zu halten. Die andere Komponente (in den Modellen Affektkomplexität, Weisheit oder Wissen genannt) umschreibt den Sachverhalt, dass sich im Erwachsenenalter das Denken weiter entwickelt. Menschen können ihr Denken ausdifferenzieren; sie können sich weisheitsbezogenes Wissen aneignen (Baltes & Staudinger, 2000) oder ihr Denken auf komplexe Art organisieren (Loevinger, 1976).

Die vorgestellten Modelle sind der ordnungsgebende Rahmen dieser Untersuchung. Das folgende Arbeitsmodell zu Coping und Wohlbefinden macht Anleihen aus den Modellen, in denen Coping, Persönlichkeitswachstum und subjektives Wohlbefinden integrativ dargestellt werden und aus Brandtstädters Modell der Assimilation und Akkommodation. Das Schema (vgl. Abbildung 3) ordnet die Konstrukte, die in der vorliegenden Arbeit berücksichtigt wurden.

Den Ausgangspunkt stellen Stressoren bzw. wahrgenommene Diskrepanzen dar. Dazu werden hier allgemeine Stressoren (z.B. körperliche Erkrankungen/Morbidität) und pflegespezifische Stressoren (mangelnde soziale Anerkennung der Pflegeleistung, Verhaltensänderungen der Patienten) gezählt. Die Morbidität tritt in diesem Modell als Stressor auf (im Gegensatz zum Pflegemodell nach Pearlin et al., 1990), weil in der vorliegenden Arbeit ihr Einfluss auf das hedonistische Wohlbefinden im Vordergrund steht. Aus Sicht der Entwicklungsregulationsmodelle (z.B. Baltes & Baltes, 1990; Brandtstädter, 2001) lassen sich körperliche Erkrankungen als Einbußen bzw. Stressoren in Hinblick auf das hedonistische Wohlbefinden konzipieren.

Abbildung 3.2: Arbeitsmodell zu Coping und Wohlbefinden



Im Arbeitsmodell sind Beispiele für die jeweiligen Bereiche genannt, wie sie in dieser Studie realisiert wurden.

Die einseitig gerichteten Pfeile sollen die Untersuchungsrichtung andeuten, wie sie in der vorliegenden Arbeit verfolgt und theoretisch begründet wurde. Es wird angenommen, dass sich Stressoren (hier insbesondere solche, die sich aus der Pflegesituation ergeben) auf Coping sowie auf eudämonistisches und hedonistisches Wohlbefinden auswirken können. Im Wesentlichen werden in dieser Arbeit folgende Zusammenhänge untersucht:

Stress-Bewältigungsmodelle (z.B. Lazarus & Folkman, 1984) spezifizieren das Zusammenspiel zwischen Stress, Coping und hedonistischem Wohlbefinden. Das in Kapitel 2 beschriebene Modell zur Assimilation und Akkommodation (Brandtstädter, 2001) soll hier zur Erklärung dafür herangezogen werden, dass manche Angehörige bei vorliegenden Einbußen weniger Einschnitte im hedonistischen Wohlbefinden zu verzeichnen haben als andere.

Des Weiteren ist in dieser Arbeit von Interesse, ob es Hinweise gibt, dass sich Pflege auf das eudämonistische Wohlbefinden der Angehörigen auswirkt bzw. Persönlichkeitswachstum fördert. In Kapitel 3 wurden Modelle vorgestellt, die Hinweise auf die Persönlichkeitsentwicklung geben. Gemeinsam ist diesen Konzepten, und darin besteht der Zusammenhang zur Pflegesituation, dass markanten Lebensereignissen bei ihrer Entwicklung eine wichtige Rolle spielen (Staudinger, 2004). Es lässt sich annehmen, dass

durch die oft mehrere Jahre andauernde Pflege ein solcher Wachstumsprozess angestoßen wird.

Schließlich ist das Zusammenspiel von Persönlichkeitswachstum, hedonistischem Wohlbefinden und Coping von Interesse. Während zunächst dafür argumentiert wurde, dass sich eudämonistisches Wohlbefinden aus Krisen entwickeln kann, wird nun Frage gestellt, ob es auch einen Beitrag zur Wohlbefindensregulation leistet.

Die in diesem Kapitel vorgestellten integrativen Modelle (z.B. Baltes & Freund, 2003; Labouvie-Vief & Medler, 2002; Staudinger & Pasupathi, 2000) legen nahe, dass ein dynamisches Verhältnis zwischen den drei Komponenten besteht. Konkreter lautet die Frage, wie sich Persönlichkeitswachstum und kognitive Komplexität zu den Prozessen der Assimilation und Akkommodation verhalten. Nach dem Zweikomponenten-Modell (Brandtstädter, 2001) lassen sich die beiden Indikatoren des eudämonistischen Wohlbefindens als günstige Bedingungen für akkommodatives Coping verstehen. Pflegende Angehörige mit einer reifen, komplexen Persönlichkeit sind möglicherweise besser in der Lage, ihre Ziele flexibel anzupassen. Durch einen reifen, komplexen Denkstil könnten sie über einen breiteren Interpretationsspielraum verfügen, der Umdeutungs- und Neuorientierungsprozesse effizienter macht. Hohe Ausprägungen in beiden Bereichen könnten demnach den Fundus für ein - der schwierigen Pflegesituation zum Trotz - relativ hohes subjektives Wohlbefinden sein.

Die vier Hauptbereiche des Arbeitsmodells (Abbildung 3.2) sind breite Dimensionen, die sich sehr unterschiedlich operationalisieren lassen. Von der Wahl der jeweiligen Konstrukte und ihrer Operationalisierung hängt es ab, wie stark sie miteinander korrelieren. Durch den Verbindungspfeil zwischen Coping und Wachstum sollen nicht nur mögliche direkte Beziehungen verdeutlicht werden. Vielmehr soll damit zum Ausdruck kommen, dass es bestimmte Kombinationsmöglichkeiten zwischen den beiden Bereichen gibt, die in konkreten Situationen eine besonders gute Anpassung an die Anforderungen der Realität ermöglichen.