

Fragen und Antworten zur Wiederholung

Kapitel 17 – Motivation entwicklungsregulativen Handelns

1. Welche Einflüsse bestimmen die Gelegenheiten und Beschränkungen, die der Lebenslauf als Handlungsfeld dem einzelnen entwicklungsregulativ Handelnden bietet?

Antwort:

Die biologischen Veränderungen des Reifens und Alterns (umgekehrte U-Funktion), die gesellschaftlichen alterszeitlichen Strukturierungen des Lebenslaufs durch Institutionen und vorgeschriebene Altersübergänge (Einschulung, Verrentung), Kanalisierung von beruflichen und familienbezogenen Lebensläufen, gesellschaftlich vermittelte Altersnormen über altersangemessenes Verhalten und über Veränderungen im Status (beruflich, familiär).

2. Was sind die beiden Komponenten des Zwei-Prozess-Modells der intentionalen Selbstentwicklung (AAI)?

Antwort:

Assimilation: hartnäckige Zielverfolgung; Akkommodation: flexible Zielanpassung

3. Was sind die wichtigsten Aussagen der Motivationstheorie der Lebenslaufentwicklung?

Antwort:

Primat des primären Kontrollstrebens; sekundäre Kontrollstrategien zur motivationalen Selbstregulation; Optimierung der Zielauswahl: Kongruenz zu Kontrollgelegenheiten, Berücksichtigung der Konsequenzen für andere Ziele, Vermeiden von zu enger Selektion; Zielauswahl, Zielengagement und Zielablösung als diskrete Handlungsphasen mit funktional angepasster Bewusstseinslage („mind-set“); motivationale Selbstregulation vor und nach Überschreiten einer Entwicklungsfrist.

4. Was sind die drei Komponenten des Modells der Selektion, Optimierung, Kompensation (SOK)?

Antwort:

(Elektive und verlustbasierte) Selektion von Funktionsbereichen; Optimierung: die Investierung von Ressourcen in diese bevorzugten Funktionsbereiche; Kompensation: Versuche, Entwicklungsverluste in bevorzugten Funktionsbereichen auszugleichen.

5. Was ist die Rolle von Entwicklungszielen in den entwicklungsregulativen Bemühungen des Einzelnen?

Antwort:

Entwicklungsziele organisieren das entwicklungsregulative Handeln und verleihen ihm mittel- und langfristige Richtung, Kohärenz und Sinn. Widersprüche zwischen impliziten Motiven und Entwicklungszielen sind meist maladaptiv.

6. Ist der/die Einzelne völlig frei in der Auswahl der Entwicklungsziele, die er/sie verfolgt?

Antwort:

Nein. Wenn die ausgewählten Entwicklungsziele den Realisierungsmöglichkeiten im jeweiligen Alter oder in der jeweiligen sozialen Gruppe widersprechen, wird es unmöglich oder zumindest außerordentlich aufwändig, das Ziel trotz der ungünstigen Bedingungen zu erreichen. Im adaptiven Fall spiegeln Entwicklungsziele die Realisierungsmöglichkeiten zum jeweiligen Lebensalter wider.

7. Was sind die wichtigsten konzeptuellen Unterschiede des Zwei-Prozess-Modells von Brandstädter und Mitarbeitern und der Motivationstheorie der Lebenslaufentwicklung (auch „Lebenslauftheorie der Kontrolle“) von Heckhausen, Wrosch und Schulz?

Antwort:

Das AAI-Modell versteht Entwicklungsregulation als Selbstregulation, während die Lebenslauftheorie der Kontrolle Entwicklungsregulation als Optimierung von Wirksamkeit (primärer Kontrolle) über den Lebenslauf konzeptualisiert. Brandstädter und Mitarbeiter gehen davon aus, dass das Kriterium erfolgreicher Entwicklung ein konsistentes Selbst ist. Dagegen vertreten Heckhausen und Schulz, dass erfolgreiche Entwicklung ein Maximum an Kontrollpotenzial über den Lebenslauf hinweg verwirklicht.

8. Was sind die wichtigsten konzeptuellen Unterschiede zwischen dem MTD-Modell und dem SOK-Modell?

Antwort:

Das MTD-Modell geht von einem funktionalen Primat der primären Kontrolle aus, das SOK-Modell schätzt die Funktionalität der Entwicklungsregulation eines Einzelnen nach dem Zusammenhang mit dem subjektiven Wohlbefinden. Das MTD-Modell konzeptualisiert die Zielauswahl (Optimierung) als übergeordnet und von spezifischen an einer langfristigen primären Kontrolle ausgerichteten Heuristiken gesteuert. Im SOK-Modell sind alle drei Strategien – Selektion, Optimierung, Kompensation – gleich geordnet. Das MTD-Modell

konzeptualisiert motivationale Metaprozesse der sekundären Kontrolle. Das SOK-Modell sieht solche Prozesse nicht vor.

9. Welche Phasen werden nach dem Handlungsphasen-Modell der Entwicklungsregulation unterschieden?

Antwort:

Prädezyonale Phase und Zielauswahl → Rubikon der Entscheidung → zunächst nicht dringendes und dann bei herannahender Entwicklungsfrist dringendes Zielengagement durch Verwendung von Strategien der selektiven primären und sekundären Kontrolle sowie kompensatorischer primärer Kontrolle → Zieldistanzierung und Selbstprotektion bei Misserfolg durch Verwendung kompensatorischer sekundärer Kontrollstrategien.

Eine zentrale These des Handlungsphasen-Modells ist, dass die Übergänge von der prädezyonalen Phase in die postdezyonalen Phasen des Zielengagements und von der Zielengagementphase zur Zieldistanzierung nicht kontinuierlich, sondern zeitlich diskret, rasch und umfassend sind, sodass ein möglichst effizienter Einsatz von Handlungsressourcen gewährleistet ist.

10. Was ist eine Entwicklungsfrist?

Antwort:

Mit dem Begriff der Entwicklungsfrist werden Zeitpunkte oder Lebensphasen bezeichnet, in denen die Realisierungschancen für ein bedeutsames Entwicklungsziel deutlich abfallen, sodass eine weitere Zielverfolgung entweder keinerlei Erfolgsaussicht hat oder so umfassende Ressourcen in Anspruch nehmen würde, dass andere wichtige Bereiche primärer Kontrolle deutlich beeinträchtigt würden. Ein Beispiel für eine Entwicklungsfrist ist die „biologische Uhr“ im mittleren Lebensalter bei Frauen.

11. Was ist die zentrale Aussage des lines-of-defense (Verteidigungslinien) Modells?

Antwort:

Nach dem Verteidigungslinienmodell wird eine optimale Anpassung an fortschreitende Gesundheits- und Funktionseinschränkungen durch sequenziell organisierte Zieladjustierungen erreicht. Hierbei engagiert sich das Individuum jeweils für noch erreichbare Funktionsniveaus und Ziele und gibt diese erst dann auf, wenn sie unrealistisch werden, um sie durch neue, angepasste Funktionsziele zu ersetzen. Solche sequenziellen und diskreten Zielanpassungen sollten bei chronisch und progredient Erkrankten besonders adaptiv sein. Der Prozess kann aber auch umgekehrt werden wenn, etwa bei der Rehabilitation nach Unfall oder Operation, Schritt für Schritt die verlorenen Funktionsniveaus wieder aufgebaut werden.

12. Welche Auswirkungen hat es, wenn im Lebenslauf Zielengagement oder Zieldistanzierung nicht mit den Realisierungsgelegenheiten für die entsprechenden Entwicklungsziele übereinstimmen?

Antwort:

Inkongruenz von Entwicklungszielen und Realisierungsgelegenheiten führt zu Verschlechterungen des psychischen Wohlbefindens und kann depressive Verstimmung sowie eine Behinderung primären Kontrollstrebens nach sich ziehen. Dies gilt für die verschiedenen Lebensbereiche (z. B. Familie, Ausbildung) und ist auch für das Verhalten bei Gesundheitseinschränkungen nachgewiesen worden.

13. Wie können Menschen sich am besten in mehreren Lebensbereichen engagieren?

Antwort:

Wir müssen uns meist in mehreren Lebensbereichen mehr oder weniger gleichzeitig engagieren. Dabei kommt es darauf an, dass die Ziele, die wir in diesen verschiedenen Bereichen verfolgen, mindestens inhaltlich und auch hinsichtlich der Handlungsmittel kompatibel sind. Ein kohärentes Bündel an persönlichen Lebens- und Entwicklungszielen ist eine wichtige Voraussetzung für ein gelungenes Leben, auch und gerade im fortgeschrittenen Alter.

14. Inwiefern kann man die Entwicklungsregulation durch den Einzelnen als eine dynamische Interaktion zwischen Entwicklung und Motivation verstehen?

Antwort:

Durch die Einflussnahme des Einzelnen auf die eigene Entwicklung bei der Verfolgung von Zielen kommen die durch die Situation gegebenen Gelegenheiten und Beschränkungen erst richtig zum Tragen. Der Einzelne gestaltet nicht nur die eigene Zukunft mit, sondern nimmt durch Selektion, Evokation und Manipulation aktiven Einfluss auf die eigene zukünftige Entwicklungsökologie, die wiederum die Randbedingungen für zukünftiges entwicklungsregulatives Handeln bestimmt.