

Persönlichkeit im Erwachsenenalter in  
entwicklungspsychologischer Perspektive

# STABILITÄT UND VERÄNDERUNG

Martin Pinquart

Neben Rechten und Pflichten sind es vor allem Begriffe wie Verantwortung, soziale Reife und Mündigkeit, die den Erwachsenen konturieren und mit Aspekten der Persönlichkeit verknüpft sind. Vor diesem Hintergrund stellt die Entwicklungspsychologie eine zentrale Bezugswissenschaft einer Debatte um »den Erwachsenen« dar. Sie kann darüber Auskunft geben, was eigentlich die erwachsene Persönlichkeit ausmacht und welche Merkmale auch im Erwachsenenalter noch größeren Veränderungsdynamiken unterliegen. Hierzu liefert der folgende Beitrag begriffliche Klärungen und empirische Daten. Abschließend werden Vorschläge unterbreitet, was Erwachsenenbildung aus entwicklungspsychologischen Befunden ableiten kann.

Fragt man Jugendliche und Erwachsene, was es bedeutet, erwachsen zu sein, so wird am häufigsten genannt, die Verantwortung für die Folgen des eigenen Handelns zu übernehmen und Entscheidungen nach eigenen Überzeugungen zu treffen (vgl. Arnett 2001). Hier werden also Aspekte der Persönlichkeit genannt, die sich beim Übergang in das Erwachsenenalter herausbilden. In Bezug auf die Persönlichkeit unterscheidet man häufig so genannte Kernmerkmale und Oberflächenmerkmale (vgl. Asendorpf/van Aken 2003). Die Kernmerkmale umfassen sehr allgemeine, situationsübergreifende Reaktionstendenzen. Sie beruhen relativ stark auf genetischen Faktoren und sind deshalb weniger durch Umweltbedingungen beeinflussbar. Hierzu zählen die so genannten »Big Five«-Persönlichkeitsdimensionen, nämlich Neurotizismus (emotionale Instabilität), Extraversion, Offenheit für neue Erfahrungen, Verträglichkeit und Gewissenhaftigkeit (siehe Tab. 1). Für die Erwachsenenbildung ist vor allem die Offenheit für neue Erfahrun-

gen interessant, die unter anderem beinhaltet, wie wissbegierig ein Mensch ist. Oberflächenmerkmale der Persönlichkeit liegen stärker »an der Oberfläche« eines Menschen als die Kernmerkmale und sind folglich leichter für andere Personen erkennbar. Sie sind stärker situationsspezifisch und veränderbarer als die relativ stabilen Kernmerkmale. Hierzu gehören z.B. Einstellungen, Ziele oder Wertvorstellungen. Auch wenn Kernmerkmale im Vergleich zu anderen Persönlichkeitsmerkmalen stabiler sind, lohnt es doch, danach zu

fragen, wie sich diese im Erwachsenenalter verändern. Bei der Beantwortung dieser Frage ist es wichtig, verschiedene Aspekte der Stabilität bzw. Veränderung zu unterscheiden (vgl. Lang/Martin/Pinquart 2012).

## Veränderungen der Kernmerkmale der Persönlichkeit

Zum einen wird gefragt, ob der Mittelwert einer Persönlichkeitseigenschaft bei einer Gruppe von Personen über die Zeit hinweg ansteigt, abfällt oder konstant bleibt. Zum anderen kann man analysieren, ob sich die relativen Positionen der Menschen zueinander über den betrachteten Zeitraum verändern. Hat die Person, bei welcher ein Merkmal anfangs stärker als bei anderen Menschen ausgeprägt war, auch später die vergleichsweise höchste Ausprägung? Hier spricht man von korrelativer Stabilität oder Rangstabilität. Eine korrelative Stabilität von 1 bedeutet, dass die Rangreihe über die Zeit zu 100 Prozent erhalten geblieben ist, eine Korrelation von -1 würde dagegen bedeuten, dass sich diese vollständig umgekehrt hat. Zur Frage nach den Veränderungen bei den Kernmerkmalen werteten Roberts/Walton/Viechtbauer (2006) die Befunde von 92 Studien aus (siehe Abb. 1). Im jungen Erwachsenenalter wurde im Mittel jeweils eine kleine Zunahme der Extraversion, der Offenheit für neue Erfahrungen, der Gewissenhaftigkeit und der Verträglichkeit gefunden, während der Neurotizismus

**Tab. 1. Das Fünffaktorenmodell der Persönlichkeit**

Faktoren	Typische Eigenschaften
Neurotizismus	ängstlich, launisch, empfindlich, depressiv, reizbar und labil
Extraversion	gesprächig, bestimmt, aktiv, energisch, dominant, enthusiastisch und abenteuerlustig
Offenheit	wissbegierig, intellektuell, fantasievoll, experimentierfreudig, künstlerisch interessiert
Verträglichkeit	verständnisvoll, hilfsbereit, altruistisch, kooperativ
Gewissenhaftigkeit	organisiert, sorgfältig, planend, effektiv, verantwortlich, zuverlässig, überlegt

abnahm. Im vierten Lebensjahrzehnt fand man eine weitere leichte Zunahme der Gewissenhaftigkeit und eine weitere Verringerung des Neurotizismus. Veränderungen der Kernmerkmale der Persönlichkeit im 5. und 6. Lebensjahrzehnt waren sehr gering, sieht man von einer Zunahme der Verträglichkeit ab. Im 7. Lebensjahrzehnt sanken Extraversion und Offenheit für Erfahrungen im Mittel wieder etwas ab. Ältere Menschen sind also z.B. im Mittel etwas weniger wissbegierig als junge und mittelalte Erwachsene. Veränderungen von Kernmerkmalen der Persönlichkeit jenseits des 70. Lebensjahres wurden bisher selten untersucht, so dass hierzu erst wenig verlässliche Aussagen möglich sind. Im Mittel findet man also geringe bis moderate positive Veränderungen in den Kernmerkmalen der Persönlichkeit im jungen Erwachsenenalter und nur noch kleine Veränderungen im mittleren Erwachsenenalter. Ähnliches findet man übrigens auch beim Selbstwert, der zum Vergleich neben den Big Five in die Abbildung 1 einbezogen wurde. Dieser steigt im jungen Erwachsenenal-

ter und bleibt danach weitgehend stabil (vgl. Huang 2010).

Mittlere Ausprägungen der Merkmale mit 18 Jahren wurden zur Standardisierung jeweils auf Null gesetzt. Dargestellt ist die Summe der Veränderungen zwischen dem 18. Lebensjahr und dem auf der x-Achse dargestellten Alter. Werte größer Null zeigen eine Zunahme. Bei zwei Persönlichkeitsmerkmalen lagen nicht genug Daten für die älteste Gruppe vor. Das Persönlichkeitsmerkmal Neurotizismus wurde durch die komplementäre Eigenschaft emotionale Stabilität dargestellt.

Verändern sich Personen gleichen Alters auch im gleichen Ausmaß oder gibt es dabei interindividuelle Unterschiede? Vorliegende Studien fanden Hinweise dafür, dass sich interindividuelle Unterschiede der Persönlichkeit im Laufe des Erwachsenenalters verfestigen (vgl. Roberts/DelVecchio 2000). Mit anderen Worten: Es kommt im jungen Erwachsenenalter häufiger vor, dass sich verschiedene Personen auch in unterschiedlichem Ausmaß verändern. Bei 18- bis 22-Jährigen betrug

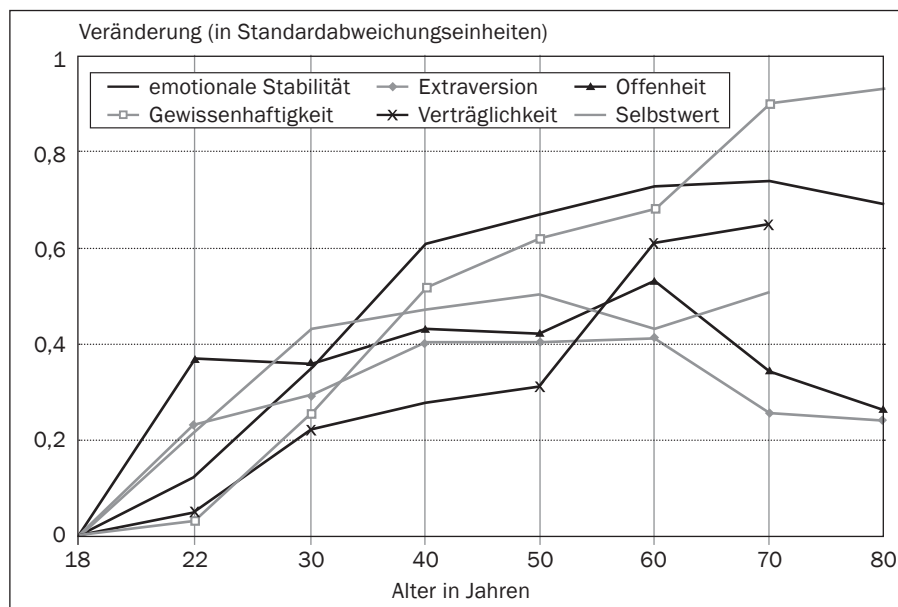
die korrelative Stabilität im Mittel etwa 0,5, bei 50- bis 59-Jährigen dagegen schon etwa 0,75. Extraversion und Verträglichkeit waren dabei etwas stabiler als die anderen drei Kernmerkmale der Persönlichkeit. Die relative Stabilität interindividueller Unterschiede trägt auch dazu bei, dass Menschen ein beträchtliches Maß an Kontinuität ihrer Persönlichkeit erleben. Man meint also meist, (weitgehend) derselbe Mensch wie früher geblieben zu sein, auch wenn man sich durchaus in den Kernmerkmalen der Persönlichkeit etwas verändert hat.

### Veränderungen in den Oberflächenmerkmalen der Persönlichkeit

Wie schon berichtet, bilden Einstellungen und Ziele Oberflächenmerkmale der Persönlichkeit, die im Vergleich zu Kernmerkmalen stärker veränderbar sind. Zwar gibt es im Erwachsenenalter im Mittel nur wenige Veränderungen in der Anzahl der Lebensziele. Jedoch verändern sich die Zielinhalte. Gewinnorientierte Ziele, die auf die Verbesserung der aktuellen Situation bezogen sind (z.B. Zuwachs von Fähigkeiten, berufliches Vorankommen, Erwerb materieller Güter), sind im jungen Erwachsenenalter besonders verbreitet und verlieren allmählich an Bedeutung. Dagegen nimmt die Häufigkeit von Zielen zu, die auf den Erhalt des Ist-Zustandes und auf die Vermeidung von Verlusten bezogen sind. Zumindest bei jüngeren Senioren sind aber alle drei Arten von Zielen noch etwa gleich häufig anzutreffen (vgl. Ebner/Freund/Baltes 2006).

Schlüsselt man die Zielinhalte und die Prozesse der Zielverfolgung nach zentralen Lebensbereichen auf, so sind Ziele im jungen und mittleren Erwachsenenalter am häufigsten auf den Beruf, die Familie und Freundschaften ausgerichtet. Ab dem 6. Lebensjahrzehnt beziehen sich Ziele am häufigsten auf die Bereiche Familie, Gesundheit und Erhalt der geistigen Fitness (vgl. Staudinger 1996).

**Abb. 1. Summe der Veränderungen der Big Five Persönlichkeitsmerkmale und des Selbstwerts im Erwachsenenalter (nach Roberts u.a. 2006; Huang 2010)**



Natürlich findet man auch innerhalb der Lebensbereiche Veränderungen in der Wichtigkeit von Zielen. Dies wurde z.B. in einer groß angelegten Vergleichsstudie in fünf nordeuropäischen Staaten für berufsbezogene Ziele gefunden (vgl. Inceoglu u.a. 2009). Für junge Erwachsene waren das berufliche Vorankommen und der Zuwachs beruflicher Fähigkeiten besonders wichtig. Diese Aspekte verloren im mittleren Erwachsenenalter an Bedeutung. Bei Arbeitnehmern in der zweiten Lebenshälfte ( $\geq 44$  Jahre) waren dagegen die berufliche Selbstbestimmung und das Gestalten der Arbeit nach persönlichen Grundsätzen am wichtigsten.

---

### Motoren der Veränderung

---

Warum kommt es zu Veränderungen der Persönlichkeit im Erwachsenenalter? Bei Veränderungen der Big Five Persönlichkeitsdimensionen ist die Übernahme neuer sozialer Rollen und Verantwortungen besonders wichtig. In bestimmten Altersabschnitten werden typischerweise solche Rollenübergänge vollzogen, wie der Übergang in den Beruf, die Familiengründung oder die Pensionierung. Diese lösen oft ähnliche Veränderungen der Persönlichkeit bei den Betroffenen aus. Hier geht es zum einen darum, welche Eigenschaften in der neuen sozialen Rolle verlangt und gefördert werden, zum Beispiel bei der Aufnahme eines Berufs. Zum anderen können neue Anforderungen auch die individuellen Bewältigungsfähigkeiten überfordern und deshalb die emotionale Stabilität des Menschen gefährden.

So fanden verschiedene Studien, dass das Eingehen einer Partnerschaft mit einer Abnahme von Neurotizismus und einer Zunahme von Extraversion und Gewissenhaftigkeit verbunden war. Eine Partnerschaft wirkt also emotional stabilisierend, fördert Geselligkeit und verlangt ein gewisses Maß an Verlässlichkeit. Beim Übergang in die Berufstätigkeit kommt es zu einer stärkeren Zunahme der Gewissenhaftigkeit als

bei gleichaltrigen jungen Erwachsenen, die sich noch im Ausbildungssystem befinden.

Veränderungen von Lebenszielen sind aber nicht nur das Resultat neuer Anforderungen, die an die Menschen gestellt werden, sondern auch das Ergebnis sich verändernder Erfolgsaussichten. Menschen sollten in der Lage sein, ihre Ziele hartnäckig zu verfolgen, solange eine gute Aussicht auf Erfolg besteht. Bei fehlenden Erfolgsaussichten und bei nachlassenden Ressourcen zur aktiven Zielverfolgung (etwa wegen gesundheitlichen Einschränkungen im Alter) müssen sie jedoch Flexibilität in ihrer Zielanpassung zeigen und nicht mehr erreichbare Ziele zugunsten leichter erreichbarer Ziele aufgeben. Entwicklungspsychologische Studien zeigen, dass die Hartnäckigkeit der Zielverfolgung bei jüngeren Menschen am stärksten ausgeprägt ist und dann allmählich absinkt, während die Flexibilität der Zielverfolgung im höheren Erwachsenenalter zunimmt. Die im höheren Alter stärker ausgeprägte Flexibilität der Zielanpassung ist eine Grundlage dafür, dass trotz zunehmender Verluste und Einschränkungen das subjektive Wohlbefinden im Alter meist nur geringfügig absinkt: Das Befinden und der Selbstwert hängen vom Verhältnis von Zielen und Erfolg ab, und wenn man sich kleinere Ziele setzt, dann sinkt natürlich auch die Misserfolgswahrscheinlichkeit.

Eine Anpassung der Ziele in Bezug auf Kompetenzerwerb erfolgt auch in Abhängigkeit davon, wie viel Zeit verbleibt, mögliche neue Kompetenzen anzuwenden. Je kürzer die verbleibende Zeitperspektive ist, desto weniger sind Menschen am Erwerb neuer Kompetenzen interessiert und desto stärker konzentrieren sie sich auf soziale Aktivitäten und Kontakte, die ihnen eine unmittelbare emotionale Befriedigung bieten. Interindividuelle Unterschiede im Ausmaß und in der Richtung von Veränderungen resultieren auch daraus, dass es neben den alterstypischen auch nichtnormative Veränderungen gibt, die nur einen Teil der Mitglieder

einer Altersgruppe betreffen, wie z.B. Arbeitslosigkeit oder Ehescheidung. Trennung und Scheidung der Partner gehen im Mittel mit einer Zunahme von Neurotizismus (also einer Abnahme emotionaler Stabilität) einher. Dies gilt übrigens auch für den Übergang zur Elternschaft, die Übernahme der Pflege eines chronisch kranken Angehörigen und andere schwerwiegende Stressoren. Zudem kommen verschiedene Personen mit einer neuen Anforderung unterschiedlich gut zurecht, etwa in Abhängigkeit von ihren vorhandenen Ressourcen, wie z.B. Selbstvertrauen, oder ihrer Hartnäckigkeit der Zielverfolgung und Flexibilität der Zielanpassung.

---

### Persönlichkeitsentwicklung und Erwachsenenbildung

---

Die typischen Prozesse der Persönlichkeitsentwicklung im Erwachsenenalter dürften von besonderem Interesse für die Gestaltung von Erwachsenenbildung sein. Bestimmte Angebote sind für bestimmte Zielgruppen lebensphasenbedingt von besonderem Interesse. Umgekehrt kann natürlich auch durch die Nutzung von Bildungsangeboten eine Persönlichkeitsentwicklung angestoßen werden. Ich möchte einige wenige Interpretationsangebote machen, die sich aus den entwicklungspsychologischen Befunden ergeben und mit Erkenntnissen der Weiterbildungsforschung verbunden werden könnten:

Erstens dürfte ein erhöhter Bedarf nach Erwachsenenbildung im jungen Erwachsenenalter bestehen, da viele Lebensziele auf die Verbesserung der aktuellen Situation (wie das berufliche Vorankommen) und die Bewältigung neuer Anforderungen bezogen sind, da viel Lebenszeit verbleibt, um das erworbene neue Wissen anzuwenden, und da die Offenheit für neue Erfahrungen in diesem Altersbereich im Mittel zunimmt.

Zweitens legen die Befunde nahe, dass sich die Motive zur Teilnahme an Weiterbildungsmaßnahmen im Laufe des

Erwachsenenalters verändern. Die Verwertung des neu erworbenen Wissens ist im jungen Erwachsenenalter zentral. Dagegen dürfte es mit der Abnahme der verbleibenden Lebenszeit im höheren Alter weniger darum gehen, Neues zu lernen, sondern eher um die unmittelbare Freude beim Lernen etwa durch den geselligen Austausch mit anderen Kursteilnehmern. Viele Angebote der Erwachsenenbildung bieten solche Gelegenheiten. Ebenso dürfte es im höheren Alter eher darum gehen, vorhandene Fähigkeiten zu erhalten (etwa durch Gedächtnistrainings) als neue Fähigkeiten zu erlernen; auch hier sind die entsprechenden Bildungsangebote nötig. Dies sind aber graduelle Altersunterschiede, und ältere Arbeitnehmer sind häufig z.B. durchaus an beruflichen Weiterbildungsangeboten interessiert, wenn diese nötig sind, um ihre berufliche Leistungsfähigkeit zu erhalten. Drittens wird aus Befunden zur korrelativen Stabilität der Persönlichkeit – wie der Offenheit für neue Erfahrungen – wahrscheinlich, dass eher jene Personen für Weiterbildungsangebote zu interessieren sind, die bereits in der Vergangenheit aktiv Bildungsangebote nutzten. Das bedeutet, Erwachsenen müssen möglichst früh Bildungsangebote gemacht werden. Die nach wie vor dominierende Segmentierung des Lebenslaufs in eine Zeit der Bildung (Kindheit und Jugend), der Arbeit (junges und mittleres Erwachsenenalter) und der Freizeit (höheres Erwachsenenalter) erschwert es sonst, Menschen im Rentenalter nach vielen bildungslosen oder -armen Jahren erneut für Bildungsangebote zu interessieren. Viertens schließlich ist zu fragen, wie Angebote der Erwachsenenbildung zu einer positiven Persönlichkeitsentwicklung beitragen. Dies gilt nicht nur für die offensichtlichen Fälle, dass berufsbezogene Weiterbildung die Bewältigung neuer Arbeitsanforderungen oder den Wiedereinstieg in den Arbeitsmarkt nach Erziehungszeit oder Arbeitslosigkeit fördern. Weiterbildungsangebote können auch zur Neuorientierung anregen und Fähigkeiten zur Lebensgestal-

tung trainieren. Zu denken ist hier z.B. an Maßnahmen zur Förderung von Problemlösefähigkeiten, zur Stressbewältigung oder zur Vermittlung von Wissen und Fertigkeiten für einen bevorstehenden neuen Lebensabschnitt (z.B. Training für werdende Eltern, Programme zur Vorbereitung auf den Ruhestand). Solche Programme haben aus Sicht der Entwicklungspsychologie eine starke Verbreitung verdient. Und natürlich ist auch eine gute Evaluation dieser Bildungsmaßnahmen zu deren Optimierung notwendig.

#### Literatur

- Arnett, J.J. (2001): Conceptions of the transition to adulthood: Perspectives from adolescence through midlife. In: *Journal of Adult Development*, Bd. 8, S. 133–143
- Asendorpf, J.B./van Aken, M.A. (2003): Personality-relationship transaction in adolescence: Core versus surface personality characteristics. In: *Journal of Personality*, Bd. 71, S. 629–666
- Ebner, N.C./Freund, A.M./Baltes, P.B. (2006): Developmental changes in personal goal orientation from young to late adulthood: From striving for gains to maintenance and prevention of losses. In: *Psychology and Aging*, Bd. 21, S. 664–678
- Huang, C. (2010): Mean-level change in self-esteem from childhood through adulthood: Meta-analysis of longitudinal studies. In: *Review of General Psychology*, Bd. 14, S. 251–260
- Inceoglu, I. u.a. (2009): Age differences in work motivation in a sample of five Northern European countries. In: *Zeitschrift für Personalpsychologie*, Bd. 8, S. 59–70
- Lang, F./Martin, M./Pinquart, M. (2012): Entwicklungspsychologie – Erwachsenenalter. Göttingen
- Roberts, B.W./DelVecchio, W.F. (2000): The rank-order consistency of personality traits from childhood to old age: A quantitative review of longitudinal studies. In: *Psychological Bulletin*, H. 126, S. 3–25

Roberts, B. W./Walton, K.E./Viechtbauer, W. (2006): Patterns of mean-level change in personality traits across the life course: A meta-analysis of longitudinal studies. In: *Psychological Bulletin*, H. 132, S. 1–25

Staudinger, U.M. (1996): Psychologische Produktivität und Selbstentfaltung im Alter. In: Baltes, M.M./Montada, L. (Hg.): *Produktives Leben im Alter*. München, S. 344–373

#### Abstract

*Der vorliegende Beitrag gibt einen Überblick über die entwicklungspsychologische Forschung zur (In-)Stabilität von Aspekten der Persönlichkeit im Erwachsenenalter. Neben den Kernmerkmalen der Big Five werden sog. Oberflächenmerkmale betrachtet. Hierbei werden Veränderungsrichtung und Ausmaß der Veränderung für verschiedene Dimensionen der Persönlichkeit verglichen und Einflüsse auf die Veränderung der Persönlichkeit beschrieben. Abschließend werden Schlussfolgerungen für die Erwachsenenbildung gezogen.*



Prof. Dr. phil. Martin Pinquart lehrt Entwicklungspsychologie an der Universität Marburg

Kontakt: Pinquart@staff.uni-marburg.de