

Nie erwachsen? Herausforderungen des emerging adulthood für Beratung und Therapie

Inge Seiffge-Krenke



seiffge-krenke@uni-mainz.de

Inhalt

- **Die neue Entwicklungsphase, „emerging adulthood“**
- **Lebenszyklus aus den Fugen?**
- **Veränderte Identitätsentwicklung**
- **Eltern als „Identitätsbremse“?**
- **Einflüsse auf Beruf und Paarbeziehung**
- **Einige therapeutische Konsequenzen**



1:
Die neue
Entwicklungsphase
„emerging adulthood“

Emerging Adulthood

- Normativ, ausgehend von soziokulturellen Veränderungen und nicht pathologisch
 - EA v.a. in industrialisierten Gesellschaften
 - Phase der ...
 - **Exploration der Identität**
 - **Instabilität**
 - **Selbstfokussierung**
 - **Dazwischensein**
 - **Heterogenität der Lebensläufe**
-

Universalität und Diversität: Ergebnisse eine Studie an 3000 20- 30-jährigen

	Berufstätig				F(3,1471)=12.19,p=.000	Männer		F(1,1472)=.97,p=.324						
	M	SD	Lehre	Studenten		M	SD							
Dimensions of Emerging Adulthood														
Identity Exploration	3.65	.82	3.70	.83	3.98	.78	3.62	.89	F(3,1471)=12.19,p=.000	3.85	.76	3.80	.85	F(1,1472)=.97,p=.324
Possibilities	3.75	.67	3.77	.61	3.96	.65	3.72	.80	F(3,1465)=7.87,p=.000	3.85	.65	3.86	.70	F(1,1473)=.039,p=.843
Negativity/Instability	3.44	.80	3.54	.88	3.65	.79	3.57	.94	F(3,1470)=4.34,p=.005	3.41	.81	3.64	.79	F(1,1466)=20.68,p=.000
Other-focused	3.07	.87	2.91	.84	2.37	.78	2.96	.90	F(3,1471)=48.96,p=.000	2.57	.86	2.73	.90	F(1,1469)=7.69,p=.006
Self-focused	3.56	.63	3.63	.76	3.72	.63	3.53	.81	F(3,1470)=4.02,p=.007	3.53	.66	3.69	.68	F(1,1471)=13.44,p=.000
Feeling “In-between”	2.58	1.32	3.29	1.21	3.18	1.31	2.83	1.55	F(3,1465)=14.24,p=.000	2.72	1.30	3.06	1.35	F(1,1469)=15.85,p=.000



**Zu allen Zeiten ein starkes
Bedürfnis, den Lebenslauf
zu gliedern, Phasen zeitlich
zu begrenzen.**

Aber:

Lebenszyklus aus den Fugen!

2:

**Veränderte Identitäts-
entwicklung**



Warum ist die Beschäftigung mit Identitätsfragen wichtig?

- Adoptierte Patienten
- Patienten mit Migrationshintergrund
- Patienten, für die ihr Symptom zur Identität gehört (Schnittsymptome, Bulimie)
- Patienten, die Probleme haben im Übergang (zur Autonomie, zur Elternschaft, zur Berentung)

Zunehmende Bedeutung der Identität im DSM-5 bei Persönlichkeits- und anderen Störungen



Psychosoziale Krisen nach Erikson (1966)

1. Urvertrauen versus Urmisstrauen
 2. Autonomie versus Scham und Zweifel
 3. Initiative versus Schuldgefühl
 4. Fleiß versus Minderwertigkeit
 - 5. Identität versus Rollendiffusion**
 - 6. Intimität versus Isolation**
 - 7. Generativität versus Stagnation**
 8. Ich-Integrität versus Verzweiflung.
-



Veränderte Identitätsentwicklung

- Heute später erarbeitete Identität als früher
- Weniger Commitment und mehr Exploration in die Breite entwicklungsphasenangemessen
- Schmalere Grat von der Verlängerung der Identitätsentwicklung ins Erwachsenenalter hin zu klinisch auffälligem Verhalten
- Brüchigkeit der Elterngeneration
- Herausforderung für pädagogische und psychotherapeutische Interventionen



3.

**Veränderte
Eltern- Kind
Beziehungen**

Einfluss der Eltern

- Status der Semiautonomie (v.a. finanziell)
- Bis zu 30% Rückkehrer ins Elternhaus
- Unsichere Bindungsmuster, zu lange Unterstützung und psychologische Kontrolle unterstützen verlängerten Übergang
- „nie erwachsen“ und forever young“ : schwierige Beratungsarbeit!
- Strukturelle Veränderungen innerhalb der Familie- zunehmend konfuser...
- Erziehungsstil des Vaters im Jugendalter: Verzögerung von späteren Entwicklungsaufgaben durch negativ erlebte Väter



Eltern können die Identitätsentwicklung

behindern durch

**zuviel Unterstützung,
psychologische Kontrolle
separation anxiety.**



4.

Einflüsse auf Beruf und Paarbeziehung

Emerging adults: Time of flux and diversity

Partnerschaft

**Vielzahl von offenen,
uncommitted romantic
relationships**

**On/ Off relationships
Hookups
relationship churning**

Beruf

**moving in and out of
different employment
and educational
statuses**

**Kurze Zeitverträge
Generation Praktikum**



Sehr große Probleme:

Mobilität im Beruf,
Intimität in Partnerbeziehungen
und **Bindung** in der Elternschaft
Zusammenzubringen



In allen Lebensphasen veränderte Identität

**Weniger Commitment
Mehr Exploration**

**Grenzziehung und
zeitliche Struktur ist
therapeutisch wichtig,
aber:**

**Lebenszyklus aus den Fugen
Verschwimmen der Generationsgrenzen**

Falls Sie Nachlesen möchten....



Vielen Dank für Ihr Interesse!

Seiffge-Krenke, I., & Beyers, W. (2016). Hatte Erikson doch recht? Identität, Bindung und Intimität bei Paaren im jungen Erwachsenenalter. *Psychotherapeut* 61, 16-22.

Seiffge-Krenke, I. (2017). Studierende als Prototyp der „emerging adults“. Verzögerte Identitätsentwicklung, Entwicklungsdruck und hohe Symptombelastung. *Psychotherapeut*, 62, 403-410.

Seiffge-Krenke, I. et al. (2018). Psychopathologie bei Jugendlichen aus sieben Ländern: Welche Bedeutung hat die Kontrolle von Identitätsentwicklung und Familienbeziehungen? *Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie*, 1-12.

Seiffge-Krenke, I. et al. (2018). Psychopathologie bei jungen Erwachsenen aus sieben Ländern: Einfluss identitätsbezogener Risikofaktoren. *Psychotherapeut* 64, 143-152.