

# Nie erwachsen? Herausforderungen des emerging adulthood für Beratung und Therapie

Inge Seiffge-Krenke



---

[seiffge-krenke@uni-mainz.de](mailto: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	
	M	SD	M	SD		M	SD	
<b>Dimensions of Emerging Adulthood</b>								
Identity Exploration	3.65	.82	3.70	.83		3.85	.76	
Possibilities	3.75	.67	3.77	.61	F(3,1465)=7.87,p=.000	3.85	.65	F(1,1473)=.039,p=.843
Negativity/Instability	3.44	.80	3.54	.88	F(3,1470)=4.34,p=.005	3.41	.81	F(1,1466)=20.68,p=.000
Other-focused	3.07	.87	2.91	.84	F(3,1471)=48.96,p=.000	2.57	.86	F(1,1469)=7.69,p=.006
Self-focused	3.56	.63	3.63	.76	F(3,1470)=4.02,p=.007	3.53	.66	F(1,1471)=13.44,p=.000
Feeling "In-between"	2.58	1.32	3.29	1.21	F(3,1465)=14.24,p=.000	2.72	1.30	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**

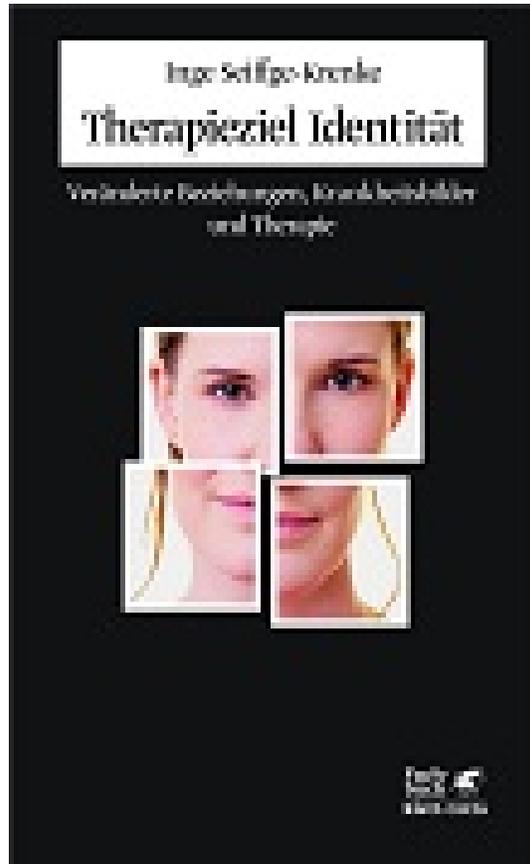
**Weniger Commitment  
Mehr Exploration**

**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.