

The background features a light beige color with a grid of small, faint pink dots in the upper right and lower right corners. On the left side, there are three vertical bars: a wide pink one, a narrower blue one, and a narrow beige one.

# **EMERGING ADULTHOOD**

**Barbara Eisner**

**AGAB-Mitgliederversammlung | 2024**

# LEBENSÜBERGÄNGE

«**Lebensübergänge** sind eng mit unserer **Identität** verbunden – sie erzählen die wechselvolle Geschichte unseres Selbst. Sie erzählen, wie wir uns im Strom unserer Lebenszeit verhalten und **immer wieder neu** erfunden haben, sogar erfinden mussten. »

Prof. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello, *Own Your Age*

# STUDIENBERATUNG

«**Bildungswegberatung** in allen  
Phasen vor, während des und kurz  
nach dem Studium»

Just-Nietfeld & Nickels, 2006

«alle Aktivitäten der **Orientierung** und  
**Entscheidungsunterstützung** in Bezug auf die  
akademische Bildungs- und Berufsbiografie»

Grüneberg et al., 2021

# STUDIENBERATUNG

«Hilfe zur Selbsthilfe», die «auf die Entwicklung von **Kompetenzen** abzielt, die Studierende dazu **befähigt**, ihre Schwierigkeiten selbst zu lösen und in Zukunft **eigene Problemlösestrategien entwickeln zu können**»

Toth, 2020

# STUDIENBERATUNG

«Hochschulberatung begleitet persönliche **Entwicklungsprozesse**, Selbstfindung ebenso wie die Ausbildung selbsteffizienter **Bewältigungsmuster** subjektiver und objektiver Problemlagen. Sie zielt auf **Kompetenzerweiterung** und **Nachreifung**.»

Grossmass & Püschel, 2010

# ABSTRACT

Übergang zum Erwachsenenalter anhand zweier Konzepte in Bezug auf die Studienberatung beleuchtet:

- *Emerging Adulthood*
- *Quarterlife Crisis*

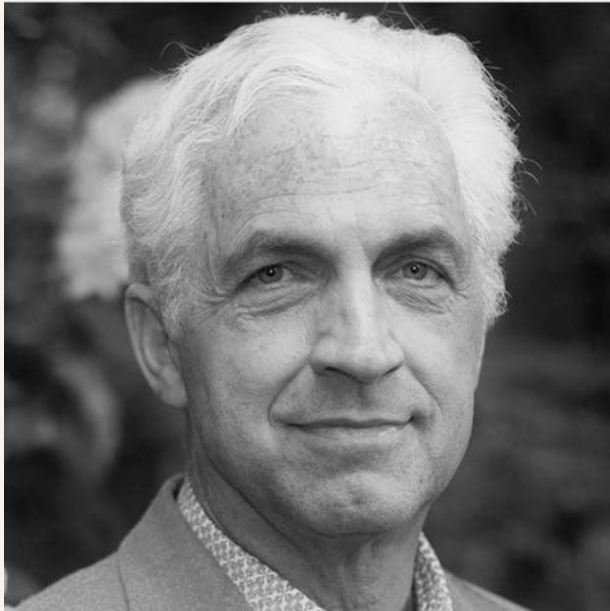
**FAZIT:** *Emerging Adulthood* als Orientierungsrahmen

AGAB-MV | 2024



# JEFFREY JENSEN ARNETT

« I was interested in exploring what it means to be an adult.»



- 1995: first studies
- 2000: Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties.
- 2004/2015: Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties
- 2013: Society for the Study of Emerging Adulthood

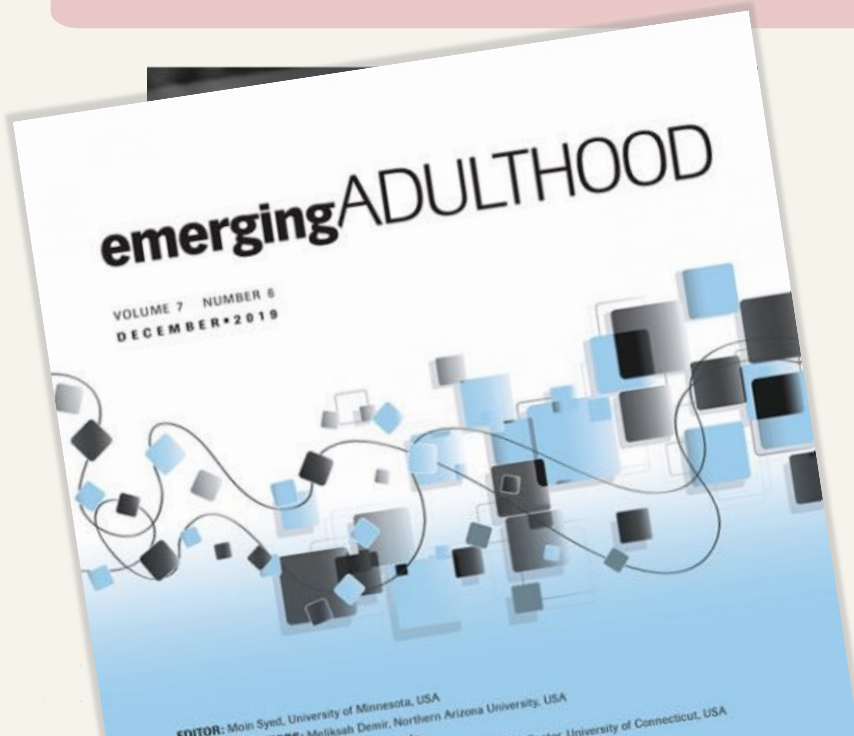
**SSEA**  
Society for the Study of Emerging Adulthood

# JEFFREY JENSEN ARNETT

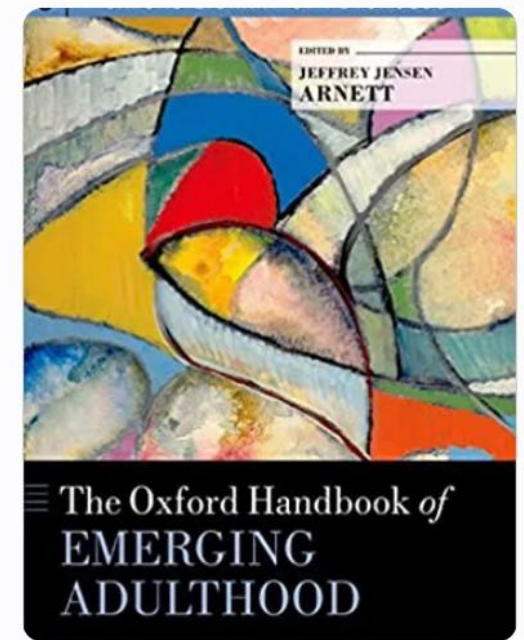
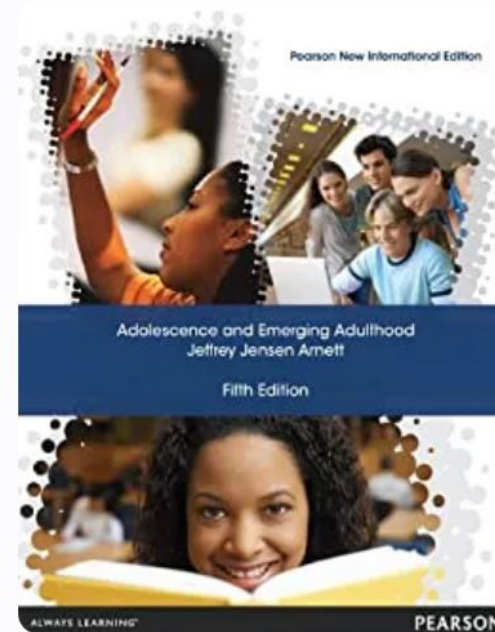
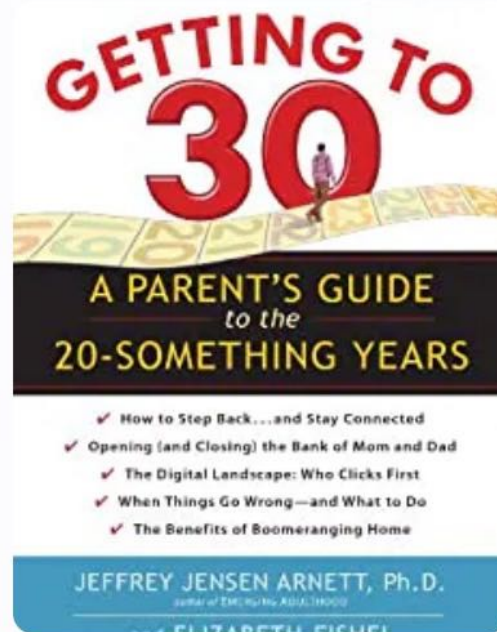
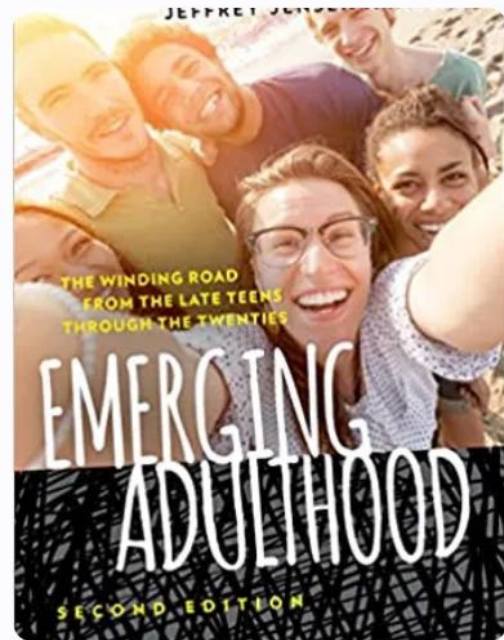
« I was interested in exploring what it means to be an adult.»

- 1995: first studies
- 2000: Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties.
- 2004/2015: Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties
- 2013: Society for the Study of Emerging Adulthood

**SSEA**  
Society for the Study of Emerging Adulthood



# JEFFREY JENSEN ARNETT



Emerging Adulthood **ssea**

Society for the Study of Emerging Adulthood

EDITOR: Moira Syed, University of Minnesota, USA  
Melikah Demir, Northern Arizona University, USA  
University of Connecticut, USA

# INGE SEIFFGE-KRENKE

**Konzept einer pathologisch prolongierten Adoleszenz**

▶ **normativen Veränderung, KEIN Krankheitswert**

**Privileg für Wenige ▶ Chance für (fast) alle**

▶ **Beteiligung der Eltern im Entstehen und Aufrechterhalten von Störungen**

▶ **Studierende = Prototyp der *emerging adults***

Professorin für Psychologie, Psychoanalytikerin  
bis 2013 Leiterin Abteilung für Entwicklungs- und Pädagogische Psychologie an der Johannes Gutenberg-Universität Mainz

Psychodynamische Psychotherapie  
mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen

Inge Seiffge-Krenke

**Psychodynamische  
Psychotherapie mit  
jungen Erwachsenen**

Besonderheiten  
der Entwicklungsphase  
„emerging adulthood“

Kohlhammer

AGAB-MV | 2024

# INGE SEIFFGE-KRENKE

## Schwerpunkt: Studieren(de) als Herausforderung – Originalien

Psychotherapeut 2017 · 62:403–409  
DOI 10.1007/s00278-017-0216-6  
Online publiziert: 29. August 2017  
© Springer Medizin Verlag GmbH 2017

**Redaktion**  
Günter Reich, Göttingen  
Manfred Cierpka, Heidelberg



**Inge Seiffge-Krenke**

Psychologisches Institut, Universität Mainz, Mainz, Deutschland

## Studierende als Prototyp der „emerging adults“

### Verzögerte Identitätsentwicklung, Entwicklungsdruck und hohe Symptombelastung

**Junge Menschen ab dem Alter von 18 Jahren sind zwar, rechtlich gesehen, erwachsen, füllen diese Rolle aber nur partiell aus. Berufseinstieg, Heirat und Familiengründung, ehemals objektive Marker des Erwachsenseins, weichen Identitätsbildung, Exploration beruflicher, partnerschaftlicher und moralischer Vorstellungen sowie starker Selbstfokussierung. Wenn aber der Entwicklungsstand in den Entwicklungsaufgaben niedrig ist und die Ziele hochgesteckt sind, kann ein**

paradigmatisch hierfür ist die verlängerte Identitätsentwicklung. Charakteristisch für diese Entwicklungsphase ist des Weiteren, dass es zu Verzögerungen in objektiven Markern des Erwachsenenalters kommt (wie Heirat, Berufseinstieg und Familiengründung). Zugleich hat die Belastung durch psychische und körperliche Symptome zugenommen. Studierende verkörpern diese Entwicklungsphase im Besonderen. Als Belege dafür werden im vorliegenden Beitrag Befunde einer eigenen Längsschnittstudie herangezogen.

Berufsstatus und speziell der Ergebnisse zu den Studierenden. Die Teilstichprobe enthielt 409 Berufstätige, 268 in der Lehre Befindliche, 686 Studenten und 110 gleichaltrige arbeitslose Probanden (durchschnittliche Dauer = 8,31 Monate, SD ± 10,68 Monate). Die meisten Teilnehmer (90 %) waren Deutsche. Es kamen 76 % aus Zweielternfamilien; die Teilnehmer wiesen ein breites Spektrum an sozioökonomischem Hintergrund auf.

**Hinausschieben von Markern des Erwachsenseins**

Psychotherapie 2023 · 68:67–76  
<https://doi.org/10.1007/s00278-022-00638-2>  
Angenommen: 30. November 2022  
Online publiziert: 9. Januar 2023  
© The Author(s), under exclusive licence to Springer Medizin Verlag GmbH, ein Teil von Springer Nature 2023

**Wissenschaftliche Leitung**  
Alexandra Martin, Wuppertal  
Carsten Spitzer, Rostock  
Andreas Ströhle, Berlin  
Svenja Taubner, Heidelberg



**Online teilnehmen unter:**  
[www.springermedizin.de/cme](http://www.springermedizin.de/cme)

Für diese Fortbildungseinheit werden 3 Punkte vergeben.

**Kontakt**  
Springer Medizin Kundenservice



## CME

### Zertifizierte Fortbildung

### Emerging Adulthood

Merkmale, Psychopathologie und therapeutische Versorgung

Inge Seiffge-Krenke

Mainz-Kostheim, Deutschland

#### Zusammenfassung

Die Zeit bis zum Erwachsenwerden hat sich in den letzten 20 Jahren deutlich ausgedehnt und zu einer eigenständigen Entwicklungsphase der 18- bis 30-Jährigen geführt. Forschungsbefunde zeigen eine Universalität der 5 typischen Merkmale des „emerging adulthood“ in vielen Industrieländern, so auch in Deutschland, mit weitreichenden Folgen für die psychische Gesundheit. Im Zentrum steht eine verlängerte und qualitativ veränderte Identitätsentwicklung mit Auswirkungen auf Partnerschaft und Beruf. Breite Exploration in beiden Bereichen, verringertes Commitment und hohe Instabilität mit

Kohlhammer

AGAB-MV | 2024

# BFS-Szenarien 2024–2033

Szenarien 2024–2033 für das Bildungssystem -  
Nachobligatorische Bildung:  
Starker Anstieg der Anzahl  
Lernenden und Studierenden bis  
2033 erwartet

Neuchâtel, 25.10.2024 - Die Lernendenzahlen sämtlicher nachobligatorischer Bildungsgänge dürften in den kommenden zehn Jahren aus demographischen Gründen stark wachsen. Gemäss dem Referenzszenario des Bundesamtes für Statistik (BFS) beläuft sich der erwartete Anstieg für die Sekundarstufe II auf 15% (von 390 000 auf 450 000 Lernende) und für die universitären, pädagogischen und Fachhochschulen auf 18% (von 276 000 auf 326 000 Studierende). Sowohl auf Sekundarstufe II als auch in den Hochschulen dürften die Zunahmen in den Bildungsfeldern Informationstechnologie, Gesundheit und Sozialwesen besonders markant ausfallen.

## Referenzszenario des Bundesamtes für Statistik (BFS)

- ▶ Wachstum von 18% an allen Hochschulen
- ▶ Wachstum von 25% an PHs
- ▶ Anstieg Studierende von 276'000 auf 326'000
- ▶ Sek II um 15% (von 390 000 auf 450 000 Lernende)

# EMERGING ADULTHOOD

1 Neue Entwicklungsphase

2 Altersgruppe 18-29

3 5 Charakteristika



# Identitätsfindung

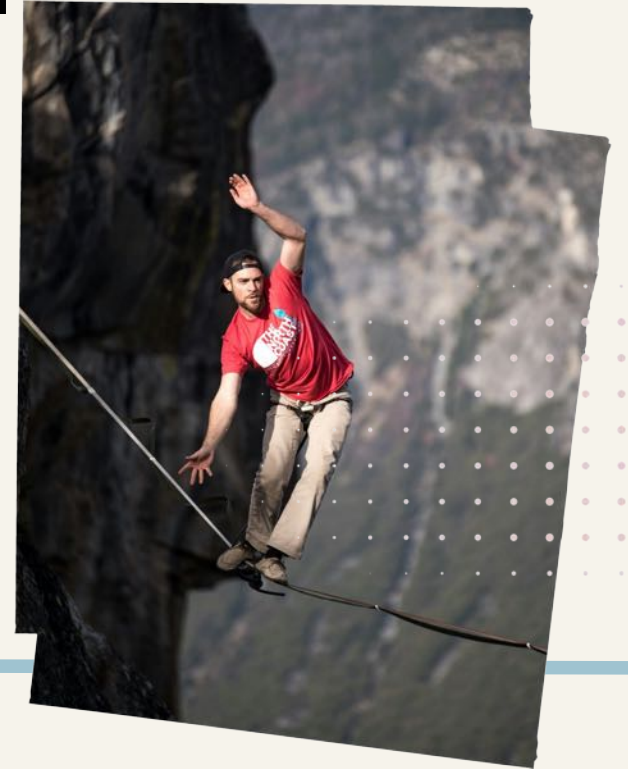
- **Arbeit | Liebe | Weltanschauung**  
Frei von sozialen Rollen und normativen Erwartungen
- **Nicht auf Adoleszenz begrenzt**  
Konträr zu Eriksons Modell



# Instabilität

- **Veränderung in allen Lebensbereichen**  
Experimentierfreudigkeit
- **Suchen und Probieren**  
Möglichkeit und/oder Belastung
- **Stimmungslagen**  
Himmelhochjauchzend | zu Tode betrübt

AGAB-MV | 2024



# Selbstfokus

- **Abhängigkeiten beendet**  
Noch keine Verpflichtungen
- **Autonomie | Freiheit**  
Möglichkeit und/oder Belastung
- **Selbstverwirklichung**  
<> jugendliche Egozentrik

AGAB-MV | 2024



# Dazwischensein

- **Subjektive Selbsteinschätzung**  
Weder Jugendliche noch Erwachsene
- **individualistische Kriterien**
  - Verantwortung für die Konsequenzen des eigenen Handelns übernehmen,
  - eigenständige Entscheidungen fällen und
  - finanzielle Unabhängigkeit



# Optionsvielfalt

- **Möglichkeiten und Optimismus**  
Die Türen der Welt stehen offen
- **Glaube an Träume**  
Lebensgestaltung nach eigenen Vorstellungen



# HERAUSFORDERUNGEN

- «The goal is not to find a mere job but a job that is self-fulfilling, enjoyable, and personally satisfying – in short, a job that is an expression of one's identity.»

- «Emerging adults often have mixed feelings about reaching adulthood, ... because they have discerned that becoming an adult has costs as well as benefits.»

# GESELLSCHAFT und PERSON



# 5 Charakteristika

- Identitätsfindung
- Selbstfokus
- Instabilität
- Optionsvielfalt

Dazwischensein

The background features three vertical bars on the left: a wide red bar, a narrower blue bar, and a thin grey bar. The right side of the slide has a light beige background with a pattern of small red dots in the top right and bottom right corners.

**AGAB-Mitgliederversammlung | 2024**

# **FRAGEN?**

**Emerging Adulthood**

# Literaturhinweise

- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.
- Arnett, J. J. (2007). The Long and Leisurely Route: Coming of Age in Europe Today. *Current History*, 106(698), 130–136. <https://doi.org/10.1525/curh.2007.106.698.130>
- BFS (2024). *Szenarien 2024-2033 für die Lernenden und Abschlüsse auf Sekundarstufe II*. Medienmitteilung 25.10.2024. <https://www.bfs.admin.ch/news/de/2024-0199>
- Grossmass, R., & Püschel, E. (2010). *Beratung in der Praxis. Konzepte und Fallbeispiele aus der Hochschulberatung*. DGVT-Verlag.
- Keller, B. U. (2019). »Emerging Adulthood« – eine Lebensphase zwischen Instabilität und maximaler Freiheit. Beltz Juventa.
- Perrig-Chiello, P. (2023). *Own Your Age. Stark und selbstbestimmt in der zweiten Lebenshälfte. Die Psychologie der Lebensübergänge nutzen*. Beltz.
- Robinson, O. C. (2015). Emerging adulthood, early adulthood and quarter-life crisis: Updating Erikson for the 21st Century. In R. Žukauskiene (Hrsg.), *Emerging Adulthood in a European Context* (S. 17–30). Routledge.
- Seiffge-Krenke, I. (2017). Studierende als Prototyp der „emerging adults“: Verzögerte Identitätsentwicklung, Entwicklungsdruck und hohe Symptombelastung. *Psychotherapeut*, 62(5), 403–409. <https://doi.org/10.1007/s00278-017-0216-6>
- Seiffge-Krenke, I. (2020). „Emerging adulthood“: Psychoanalytische Konzepte und empirische Befunde zu einer neuen Entwicklungsphase. *Diskurs Kindheits- und Jugendforschung / Discourse. Journal of Childhood and Adolescence Research*, 4-2020, 370–384. <https://doi.org/10.3224/diskurs.v15i4.03>
- Seiffge-Krenke, I. (2023). *Psychodynamische Psychotherapie mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen*. Kohlhammer.
- Toth, C. (2020). Studierendenberatung zwischen Studienorganisation und Selbstfindung. In S. Benedetti, S. Lerch, & H. Rosenberg (Hrsg.), *Beratung pädagogisch ermöglichen?!: Bedingungen der Gestaltung (selbst-)reflexiver Lern- und Bildungsprozesse* (S. 77–90). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-658-25917-4\\_6](https://doi.org/10.1007/978-3-658-25917-4_6)
- MAS-Arbeit in den nächsten Monaten auf <https://digitalcollection.zhaw.ch/handle/11475/8947>