

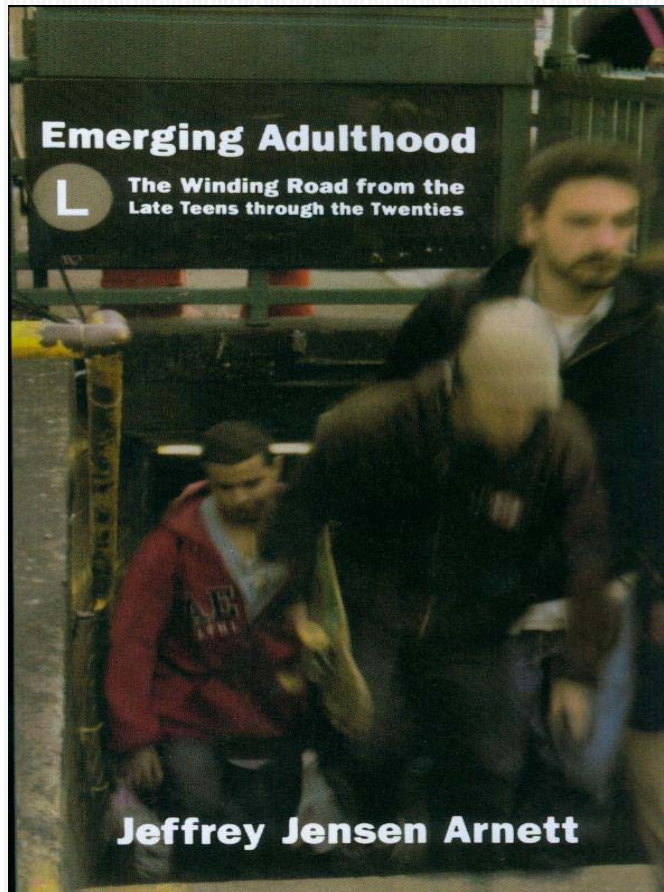
# Erwachsen? Noch lange nicht!

## Überlegungen zum Konzept der Emerging Adulthood und ihrer psychodynamischen Psychotherapie



Dr. med. Renate Sannwald  
Fachärztin für Kinderheilkunde  
Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie  
Fachärztin für Psychotherapeutische Medizin  
Psychoanalyse (DGPT)

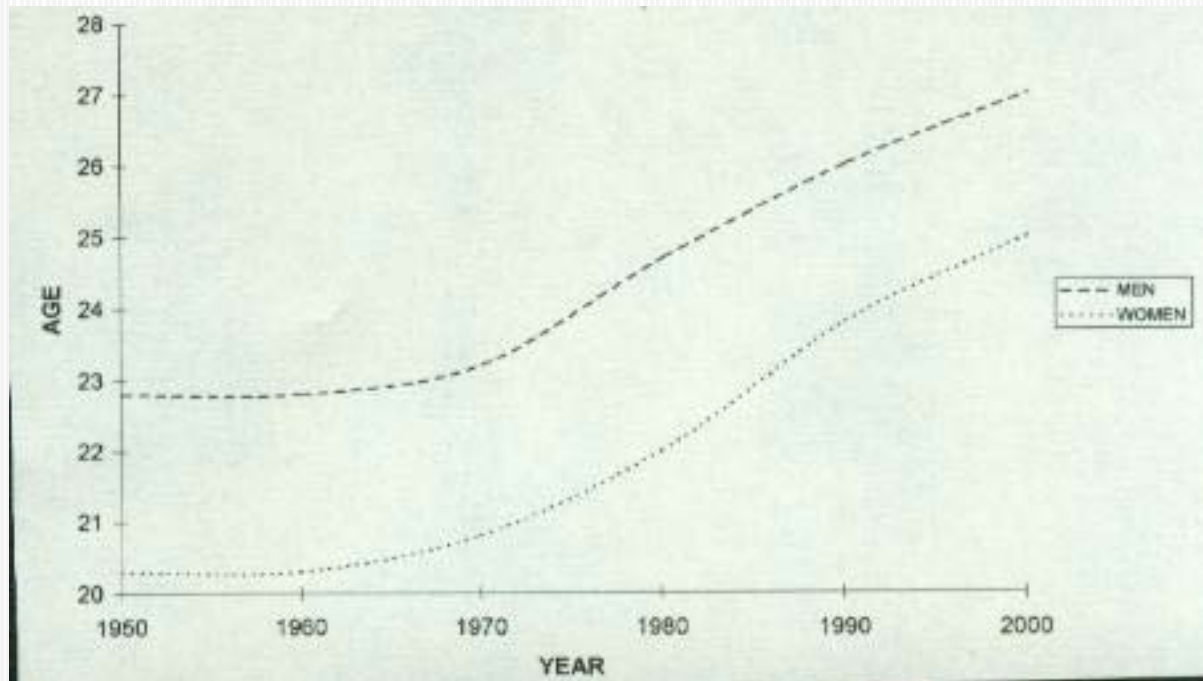
# Erwachsen? Noch lange nicht! Überlegungen zum Konzept der Emerging Adulthood und ihrer psychodynamischen Psychotherapie



Jeffrey Jensen Arnett (2004):  
Emerging Adulthood: The  
Winding Road from the Late  
Teens through the Twenties  
Oxford University Press

# Erwachsen? Noch lange nicht! Überlegungen zum Konzept der Emerging Adulthood und ihrer psychodynamischen Psychotherapie

Mittleres Heiratsalter von Männern und Frauen in den USA  
zwischen 1950 und 2000



**Erwachsen? Noch lange nicht!**

## **Überlegungen zum Konzept der Emerging Adulthood und ihrer psychodynamischen Psychotherapie**

### **Emerging Adulthood:**

1. Das Alter der Erforschung der eigenen Identität
2. Das Alter der Instabilität
3. Das Alter der Selbstfocussierung
4. Das Alter des Übergangs, des „Feeling In-Between“
5. Das Alter der größten Möglichkeiten im Leben.



# Erwachsen? Noch lange nicht!

## Überlegungen zum Konzept der Emerging Adulthood und ihrer psychodynamischen Psychotherapie

### Emerging Adulthood: das Alter der Erforschung der eigenen Identität

Die Identitätsfindung setzt sich über die Postadoleszenz hinaus fort.

Erik Erikson (1971): „protrahierte Adoleszenz“ ist typisch für die Industrienationen,  
„psychosoziales Moratorium“.

**Erwachsen? Noch lange nicht!**

## **Überlegungen zum Konzept der Emerging Adulthood und ihrer psychodynamischen Psychotherapie**

**Emerging Adulthood: das Alter der Instabilität**

**Zahl der Umzüge in Abhängigkeit vom Alter**



**Erwachsen? Noch lange nicht!**

**Überlegungen zum Konzept der Emerging Adulthood und ihrer psychodynamischen Psychotherapie**

**Emerging Adulthood: das Alter der Selbstfocussierung**

Vertiefte Selbstreflexion,

Altersentsprechende Objektbeziehungen,

Gute Empathiefähigkeit.

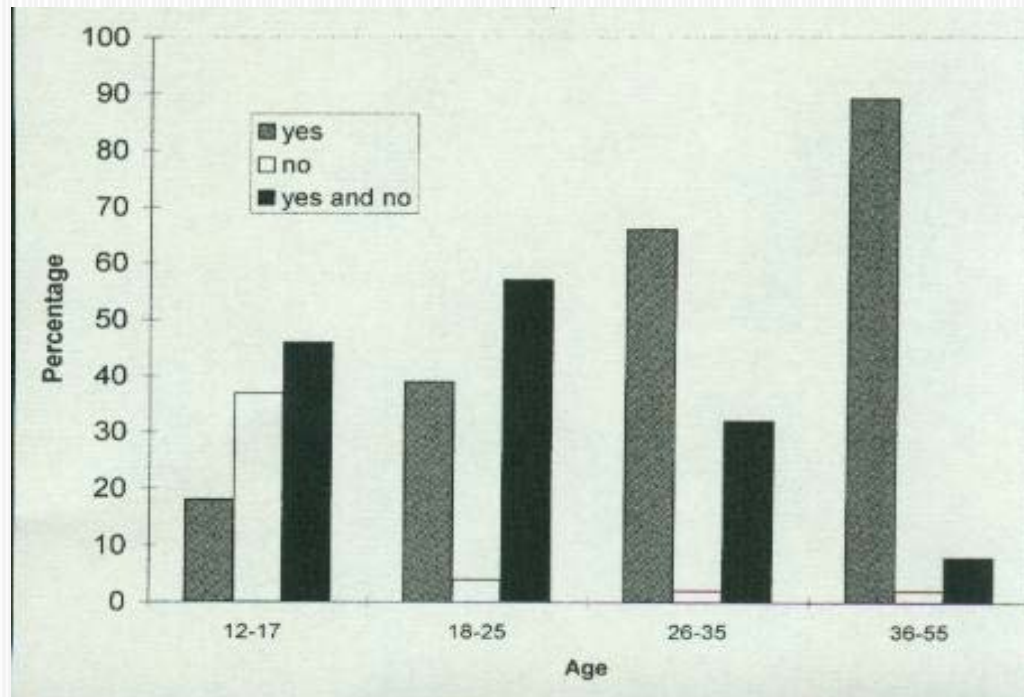


## Erwachsen? Noch lange nicht!

# Überlegungen zum Konzept der Emerging Adulthood und ihrer psychodynamischen Psychotherapie

Emerging Adulthood: das Alter des Übergangs, des „In-Between“

„Erleben Sie sich selbst als erwachsen?“





**Erwachsen? Noch lange nicht!**

**Überlegungen zum Konzept der Emerging Adulthood und ihrer psychodynamischen Psychotherapie**

**Emerging Adulthood: Das Alter des Übergangs**

**Kriterien für den Eintritt ins Erwachsenenalter:**

1. Verantwortungsübernahme für sich selbst;
2. Die Fähigkeit, unabhängige Entscheidungen zu treffen;
3. Finanzielle Unabhängigkeit.



**Erwachsen? Noch lange nicht!**

**Überlegungen zum Konzept der Emerging Adulthood und ihrer psychodynamischen Psychotherapie**

**Emerging Adulthood: das Alter der (unbegrenzten) Möglichkeiten**

Großer **Optimismus**:

96% der 18 – 24jährigen Amerikaner stimmten 1997 folgender Aussage zu:

„Ich bin sehr sicher, dass ich eines Tages dahin komme, wo ich im Leben sein will.“

Chance, sich aus chaotischen oder unglücklichen Herkunftsfamilien zu lösen!

**Stabile körperliche Gesundheit, maximale Fertilität.**



Erwachsen? Noch lange nicht!

Überlegungen zum Konzept der Emerging Adulthood und ihrer psychodynamischen Psychotherapie

## Abnormale Entwicklung in der Emerging Adulthood

25% der 18 – 25Jährigen entwickeln eine „**Quarterlife Crisis**“ oder „**Default Individualization**“ mit prokrastinatorischem Lebensstil, niedrigem Selbstwertgefühl, wenig Ichstärke und hoher Impulsivität, Neigung zu Substanzabusus und Risikoverhalten (ungeschützter Geschlechtsverkehr, Fahren mit überhöhter Geschwindigkeit etc.)

75% der emotionalen Störungen, Impulskontrollstörungen und Fälle von Substanzabusus beginnen vor dem 24. Lebensjahr!

50% der 18 – 25Jährigen durchlaufen eine Episode einer psychiatrischen Erkrankung.



**Erwachsen? Noch lange nicht!**

**Überlegungen zum Konzept der Emerging Adulthood und ihrer psychodynamischen Psychotherapie**

**Die psychodynamische Psychotherapie der 18 – 25-Jährigen**

**Stabiler Rahmen** für die Psychotherapie, **flexible Haltung** mit **optimistischer Grundeinstellung!**

**Explorative Verhaltensweisen** sind altersentsprechend und keine Widerstandsphänomene!

**Behandlungsvertrag** in schriftlicher Form (Clarkin et al. 2001)

**Setting** beginnend einstündig im Sitzen, dann Vertiefung auf eine zweite Wochenstunde, ggf. im Liegen.



## **Erwachsen? Noch lange nicht!**

### **Überlegungen zum Konzept der Emerging Adulthood und ihrer psychodynamischen Psychotherapie**

#### **Literatur:**

**Arnett, J. J. (2000)** : Emerging adulthood : A Theory of Development from the Late Teens through the Twenties. American Psychologist 55, 469 – 480.

**Arnett, J. J. (2004)** : Emerging adulthood : The winding Road from the late Teens through the Twenties. Oxford University Press New York.

**Blos, P. (1989)**: Adoleszenz. Eine psychoanalytische Interpretation. Klett-Cotta, Stuttgart.

**Clarkin, J. et al. (2001)**: Psychotherapie der Borderline-Persönlichkeit. Manual zur psychodynamischen Therapie. Schattauer, Stuttgart.



## **Erwachsen? Noch lange nicht!**

### **Überlegungen zum Konzept der Emerging Adulthood und ihrer psychodynamischen Psychotherapie**

**Coté, J. (2000):** Arrested adulthood: The Changing Nature of Maturity and Identity in the Late Modern World. New York University Press New York.

**Erikson (1971):** Kindheit und Gesellschaft. Klett, Stuttgart.

**Freud, S. (1905/1972):** Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie. Studienausgabe Bd. V S. Fischer-Verlag Frankfurt am Main.

**Hornblower, M. (1997):** Great expectations. Time 129/23, 58 – 68.

**Kernberg, P. et al. (2000):** Persönlichkeitsstörungen bei Kindern und Jugendlichen. Klett Cotta Stuttgart.

**Kessler, R.C.; Berglund, P.; Demler, O.; Jin, R.; Merikangas, K.R. und Walters, E.E. (2005):** Lifetime Prevalence and Age-of-Onset Distributions of DSM IV Disorders in the National Comorbidity Survey Replication. Arch Gen Psychiatry 62/6, 593 – 602.



## **Erwachsen? Noch lange nicht!**

### **Überlegungen zum Konzept der Emerging Adulthood und ihrer psychodynamischen Psychotherapie**

**Osgood, D.W.; Foster, E.M.; Flanagan, C. und Ruth, G.R. (2005):** On your own without a net: The Transition to Adulthood for Vulnerable Populations. University of Chicago Press Chicago.

**Schwartz, S. J.; Côté, J.; Arnett, J. J. (2005):** Identity and Agency in Emerging Adulthood: Two Developmental Routes in the Individualization Process. Youth and Society 37/2, 201 – 229.

**Seiffge-Krenke, I. (2009):** Erwachsen? Noch lange nicht! Kindliche Entwicklung heute. Vorlesungreihe auf den Langeooger Psychotherapietagen des Kindes- und Jugendalters 2009.