



Phasen der psychosozialen Entwicklung im Erwachsenenalter:



				Folgen einer...		
Alter	Phase /Krise	Bedeutende Bezugspersonen	Zentrale Thematiken	konstruktiven Lösung (= ausgewogenes Verhältnis pos. und neg. Erfahrungen)	problematischen Lösung (= unausgewogenes Verhältnis pos. und neg. Erfahrungen)	Aufgaben der Bezugspersonen
Frühes Erwachsenenalter	6. Intimität vs. Isolation	Partner Freunde	<p><u>Intimität</u>= Aufbau intimer emotionaler Beziehungen (v.a. Partnerschaften)</p> <p><u>Isolation</u>= Zustand, wenn ein solcher Aufbau nicht gelingt /Folge einer Unfähigkeit, sich auf eine echte intime Beziehung einzulassen</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Aufbau intimer Beziehungen - Übernahme einer höheren Verantwortung für andere Menschen (v.a. Partner) - Solidarität ggü. Partner - Selbstsicherheit, um Auseinandersetzungen und Zurückweisungen auszuhalten - Konfliktfähigkeit - gewisser Verzicht auf Unabhängigkeit 	<p>Unfähigkeit, sich auf eine echte intime Beziehung einzulassen</p> <p><u>Zu viel Intimität:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Abhängigkeit, „Klammern“ - Ggf. häufig wechselnde Partner <p><u>Zu viel Isolation:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - fehlende Verantwortungsübernahme; Rückzug 	<ul style="list-style-type: none"> - Verantwortungsübernahme - Zuwendung - Vertrauen - Akzeptanz
Mittleres Erwachsenenalter	7. Generativität vs. Stagnation	Eigene Familie: Partner u. Kinder	<p><u>Generativität</u>= Wunsch & Fähigkeit, sich für den Fortbestand der eigenen Gemeinschaft einzusetzen</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ Zeugen/Gebären eigener Kinder o. ➔ Verantwortungsübernahme für nachwachsende Generation <p>⇒ Sorge für (eigene) Kinder oder Mitmenschen tragen</p> <p><u>Stagnation</u>= Ablehnung dieser Art von Verantwortung (aufgrund von Problemen in vorangegangenen Entwicklungsphasen, z.B. nach wie vor Identitätssuche)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Verantwortungsübernahme, v.a. für eigene Kinder 	<p><u>Zu viel Generativität:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Vernachlässigung der eigenen Person im ständigen Bemühen um andere ➔ zu viel Selbstlosigkeit <p><u>Zu viel Stagnation:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Egoismus - kein produktives Mitglied der Gesellschaft - fehlender Lebenssinn(?) 	<ul style="list-style-type: none"> - Rückhalt, Unterstützung - Entlastung

<p>Spätes Erwachsenenalter (ca. 65-Tod)</p>	<p>8. Integrität vs. Verzweiflung</p>	<p>Familie: Partner, Kinder, Enkel</p>	<p><u>Integrität</u>= Akzeptanz des eigenen Lebens, auch problematischer Aspekte</p> <p><u>Verzweiflung</u>= fehlende Akzeptanz des eigenen Lebens</p>	<ul style="list-style-type: none"> - realistischer Rückblick auf eigene Biografie mit Höhen & Tiefen ➔ Akzeptanz - Aushalten schwieriger Lebenssituationen 	<p><u>Zu viel Integrität:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - unrealistischer Rückblick auf das eigene Leben -> Lebenslügen - fehlende Selbstreflexion <p><u>Zu viel Verzweiflung:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Unzufriedenheit -> „Lebensekel“ und entsprechendes Verhalten anderen gegenüber 	<ul style="list-style-type: none"> - Unterstützung & Hilfe (psychisch/physisch) - Zuhören (beim Rückblick auf das eigene Leben, Lebensweisheiten etc.) - ...
---	--	---	--	--	--	---