

## Postadoleszenz oder 25 +

Elisabeth Bühler-Astfalk, Buehrer Human Nutrition, Kleinandelfingen

Während früher das Jugendalter spätestens mit dem Erreichen der Volljährigkeit als abgeschlossen galt, spricht man heute von der verlängerten Jugend beziehungsweise



vom Nach-Jugendalter, das sich bis zum Ende des dritten Lebensjahrzehntes hinziehen kann. Kennzeichen dieser Phase sind die häufig wechselnden Lebensformen sowie das Suchen des richtigen Berufs und des optimalen Arbeitsplatzes.

Das dritte Lebensjahrzehnt stellt grosse Herausforderungen an junge Erwachsene. Im Mittelpunkt stehen Berufsausbildung, schulische und berufliche Weiterbildung oder Studium mit dem Ziel eines festen Arbeitsplatzes und der Loslösung vom Elternhaus. In der heutigen Gesellschaft dauert der Übergang zum Erwachsenenalter mit den klassischen Merkmalen wie fester Arbeitsplatz und eigenem Haushalt länger. So ist eine Zwischenphase zwischen Jugend und Erwachsenenalter entstanden, die entwicklungspsychologisch als so genannte Postadoleszenz oder frühes Erwachsenenalter bezeichnet wird. Diese Phase kann bis zum Ende des dritten Lebensjahrzehnts andauern. Am Ende der Postadoleszenz stehen die materielle Unabhängigkeit vom Elternhaus und die Übernahme von Verantwortlichkeiten. Der Übergang von der Postadoleszenz zum Erwachsenenalter ist individuell verschieden und auch abhängig vom Geschlecht (bei jungen Frauen tritt er früher ein als bei jungen Männern).



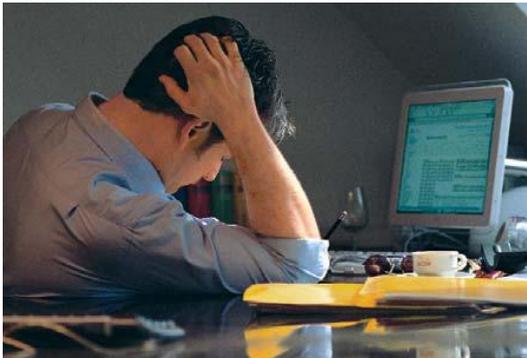
### Veränderte Arbeitswelt

Die Arbeits- und Berufswelten, mit denen junge Erwachsene heute konfrontiert sind, haben sich in den letzten Jahrzehnten stark verändert. Während sich früher ein junger Mensch ausbilden liess und dann viele Jahre in diesem Beruf tätig war, sieht die moderne Arbeitswelt anders aus. Stichworte wie "Permanent education" oder "Patchwork- Lebenslauf" zeigen, dass eine berufliche Laufbahn heute nicht mehr so gradlinig ist wie früher. Dennoch ist der Beruf für die Lebensgestaltung und für die Identität von jungen Erwerbstätigen nach wie vor von zentraler Bedeutung. Das



Vorurteil, dass junge Menschen heute in erster Linie einen Job wollen, um damit möglichst viel Geld zu verdienen, trifft nur auf einen kleinen Teil zu.

## Leben zwischen Elternhaus und Familiengründung



Der Auszug aus dem Elternhaus als biographischer Übergang ist heute nicht leicht zu definieren, da er sich oft über einen längeren Zeitraum hinzieht. Nicht selten kommt es nach einem ersten Versuch - zumindest vorübergehend - zu einem Wiedereinzug ins Elternhaus. Als Hauptursache des zögerlichen Auszugsverhaltens gelten die langen Ausbildungszeiten, Auslandsaufenthalte und die anfänglich oft befristeten

Arbeitsverhältnisse. All dies verlängert die ökonomische Abhängigkeit von den Eltern. Junge Frauen ziehen in der Regel früher aus als junge Männer, weil sie meist kürzere Ausbildungen absolvieren und daher auch früher über ein eigenes Einkommen verfügen. Ausserdem gehen sie meist schon in jüngerem Alter eine feste partnerschaftliche Bindung ein als die Männer. In besser verdienenden Familien stehen die hohen Ansprüche junger Menschen an Freizeit und Konsum dem frühen Auszug entgegen. Besonders junge Männer sind im dritten Lebensjahrzehnt auf exzessives, kostenintensives Freizeitverhalten orientiert.

## Lebensformen

Vor der Familiengründung werden oft verschiedene andere Wohnformen gewählt. Diese sind häufig kurzfristig und vorübergehender Art. Neben der nichtehelichen Partnerschaft leben viele junge Erwachsene heute zunehmend auch zeitweise alleine, zum Beispiel nach dem Auseinanderbrechen einer Partnerschaft. Teilweise werden auch kollektive Wohnformen (z.B. Wohngemeinschaften) gewählt. Statistisch gesehen gab es in den letzten Jahren einen Trend zur Verzögerung der Familiengründung, die heute durchschnittlich erst im 30. Lebensjahr stattfindet. Trotz der Verschiebungen bei der Familiengründung wird die Ehe von einer Mehrheit junger Erwachsener in der Schweiz nach wie vor als zeitgemässe Lebensform erachtet. Im Vergleich zu anderen Ländern Europas gibt es auch nur einen geringen Anteil ausserehelicher Geburten, das heisst junge Erwachsene wählen in der



Schweiz. Natürlich.



[www.swissmilk.ch](http://www.swissmilk.ch)

Schweiz die Familiengründung eher noch in ihrer traditionellen Form im Rahmen einer Ehe.

## Literatur

Höpflinger François, Prof. Dr., Familiengründung im Wandel – im europäischen Vergleich  
Soziologisches Institut der Universität Zürich, 8050 Zürich-Oerlikon, 2002

Bühler, Caroline, Einen Beruf lernen und ihm treu bleiben?, Education permanente, Heft 1,  
2005

Papastefanou, Ch., Der Auszug aus dem Elternhaus – ein vernachlässigtes Thema der Ent-  
wicklungspsychologie, Zeitschrift für Soziologie der Erziehung und Sozialisation (ZSE), 55-69,  
2000

Kühn, Thomas, Die Planung der Familiengründung – verschiedene Entwicklungsverläufe in  
den ersten, Berufsjahren, Zeitschrift für Familienforschung 13,2: 29-48, 2001

## Autor

Elisabeth Bühler-Astfalk  
Buehrer Human Nutrition  
Kleinandelfingen

Mailaiter Februar 2009



Schweiz. Natürlich.



[www.swissmilk.ch](http://www.swissmilk.ch)