



Leseprobe aus Keller, »Emerging Adulthood«, ISBN 978-3-7799-6032-4
© 2019 Beltz Juventa in der Verlagsgruppe Beltz, Weinheim Basel
[http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?
isbn=978-3-7799-6032-4](http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-7799-6032-4)

1. Einleitung

Der thematischen Hinführung zu Aktualität und Notwendigkeit des Forschungsthemas folgt eine Skizzierung der theoretischen Grundpfeiler. Anschließend wird das aus dem Problemaufriss resultierende Forschungsinteresse und die Fragestellung dargestellt sowie das methodische Vorgehen. Zuletzt werden die Gliederung und der Aufbau des Buches näher erläutert.

1.1 „Emerging Adulthood“ – jung, frei, verletzlich?

*Selbständig Entscheidungen treffen, die lebenslang Spuren hinterlassen.
Das Leben neu ordnen, Perspektiven finden – sich Sinnfragen stellen.
Befristete Arbeitsverträge, unsichere Lebensplanung, verkürzte Schulzeit, Bologna-Reform – der Druck ist enorm.
Die Beziehung zu den Eltern neu aushandeln – häufig im Spannungsfeld zwischen ökonomischer Abhängigkeit und höchstem Anspruch an Selbstbestimmung.
Diesen komplexen Anforderungen und noch vielen mehr sehen sich junge Erwachsene gegenüberstehen und meist ganz ohne Hilfe von außen (FAZ 2016¹).*

Diese durchaus Besorgnis weckenden Skizzierungen (FAZ 2016) setzen die Lebensphase des frühen Erwachsenenalters in Szene. Aus soziologischer Warte werden in diesem Lebensabschnitt wesentliche biographische Stationen erreicht und weitere vorgezeichnet. In der Vergangenheit haben es bestimmte fest eingeplante Stationen leichtgemacht, einen Jugendlichen von einem Erwachsenen zu unterscheiden: Beruf, Einkommen, Familiengründung – waren diese Stationen erreicht, hatte sich ein junger Mensch den Status „Erwachsen“ verdient. Ein Psychologe kommt in dem Artikel der FAZ zu Wort, weist auf die erstaunlich dünne Forschungslandschaft hinsichtlich dieser überaus wesentlichen Lebensphase hin und blickt dann kurz Richtung USA und zitiert den Psychologen Jeffrey J. Arnett, der von „emerging Adults“ spricht und damit eine Phase des „dazwischen Seins“ meint. Gewissermaßen resümierend werden schließlich Schlüsselqualifikationen genannt – Selbstwirksamkeit, Selbstwertgefühl, Kom-

1 sinngemäß nach FAZ (22.09.2016) 25, das ist die Transitzone. Grenze zum Erwachsenwerden. Frankfurter Allgemeine Zeitung. Rubrik: Gesellschaft. <http://www.faz.net/aktuell/gesellschaft/menschen/psychologie-claus-koch-ueber-buerde-des-erwachsenwerdens-14440441-p2.html>, Stand 4.11.2016

munikationsfähigkeit, Selbstkontrolle, Kohärenzgefühl – welche notwendig sind, damit Erwachsenwerden heutzutage gelingen kann.

Mit einem sensibilisierten Blick auf die mediale Berichterstattung in Funk, Fernsehen und Tageszeitung lässt sich diese kurz umrissene Schilderung einer Lebensphase in den gegenwärtigen Kanon des teils konsistenten – teils inkonsistent beschriebenen und präsenten Generationenbilds eingliedern:

Die Generation Y – eine ganz neue Generation, so heißt es, drängt auf den Arbeitsmarkt, mit ganz neuen Ansprüchen an die Work-Life-Balance. Es sei eine pragmatische Generation, die nach Möglichkeiten sucht, äußeren Anforderungen bei höchsten Individualitätsansprüchen gerecht zu werden. Eine Generation – unglücklich, pragmatisch, überfordert, egoistisch, sinnsuchend, verunsichert, freigesetzt und projektorientiert (Heinzelmann 2013). Die Liste der Attribute, die dieser Bevölkerungskohorte zugeschrieben werden, ist lang. Es wird aber ebenso zur Vorsicht aufgerufen, denn derartige Zuschreiben und überhaupt Generationenbegriffe – wie die dagewesene Generation Praktikum, Yo-Yo-Generation, Generation Me – spiegeln schließlich immer nur die Bedürfnisse einer kleinen, häufig elitären Gruppe wieder (Kerbusk 2013; Karschnik 2013).

Unabhängig von solchen Zuschreibungen und Annahmen, welche bezüglich der Lebensphase „frühes Erwachsenenalter“ in der alltäglichen Gegenwart kursieren, und mit einer gewissen Widersprüchlichkeit zur Präsenz dieser Thematik in den Medien, offenbart sich hier ein prominentes Forschungsdesiderat. Ausgehend davon, dass junge Erwachsene einerseits als zukünftige Träger der Gesellschaft gelten, die in nur wenigen Jahren Politik und Wirtschaft hauptverantwortlich gestalten, und andererseits, dass gerade ihre Lebenslage von hoher Vulnerabilität (Twenge 2006; Bynner 2005; Fowler et al. 2011) gekennzeichnet zu sein scheint, drängt sich die Frage auf, aus welchem Grund vergleichsweise wenig Forschungsarbeiten aus Soziologie, Psychologie und sonstigen Disziplinen zu dieser Lebensphase vorliegen. Mit Blick auf die Fülle an Arbeiten zu anderen Lebensphasen wie Kindheit, Jugend und höherem Lebensalter verstärkt sich der Drang, diesen bisher wohl eher noch blinden Fleck weiter zu beleuchten.

Eine Ursache der bislang geringen Beachtung dieser Lebensphase, liegt sicherlich in der noch jungen Geschichte, in der das frühe Erwachsenenalter überhaupt als eigene Phase im Lebensverlauf betrachtet wird. Erst in den 1960er Jahren stellten Entwicklungspsychologen die Frage, ob der Übergang von Jugend ins Erwachsenenendasein nicht für sich gesehen noch stärkere Beachtung finden sollte, da sich hier ganz eigene und spezielle Entwicklungsanforderungen abzeichnen. In der 2. Hälfte des 20. Jahrhunderts wurde diese Frage von Vertreterinnen und Vertretern der Entwicklungswissenschaften zunehmend bejaht, in den 1990er Jahren dann u. a. auch durch die Forschung von J. J. Arnett unter dem Begriff „emerging adulthood“ zunehmend gesichert

(Arnett 2000a; 2004; Krampen und Reichle 2008, S. 336). Mittlerweile weisen auch aktuelle sozialwissenschaftliche Publikationen zunehmend auf den Forschungsbedarf zum frühen Erwachsenenalter hin und dies insbesondere dahingehend, die neueren lebensphasentypischen Herausforderungen mit einem möglicherweise einhergehenden Entwicklungsdruck und Zukunftsängsten stärker unter die Lupe zu nehmen (Schulenberg et al. 2004a; Hurrelmann 2003; Chassé 2008; Furlong und Cartmel 2007; Konietzka 2009; Tewng 2006; Bynner 2005; Langness et al. 2006).

Obgleich epidemiologische Daten der neueren Zeit Hinweise liefern, dass es sich bei jungen Erwachsenen um die mitunter gesundeste Bevölkerungsgruppe handelt, lässt sich diese Annahme allerdings unmittelbar und ausschließlich auf den physischen Gesundheitszustand und Mortalitätsrisiken einschränken. National wie international ist mit Blick auf die vergangenen 20 Jahre eine zunehmende Relevanz psychischer und psychosomatischer Störungen vor allem in dieser Alterskohorte festzustellen (Whiteford et al. 2013; Busch et al. 2013; Zarate 2010, S. 208; Hasin et al. 2005).

Die Annahme eines gesamtgesellschaftlichen Anstiegs psychischer Störungen ist dabei meist assoziiert mit ätiologischen Ursachenbeschreibungen darüber, dass Stress mitunter in der gegenwärtigen Arbeitswelt eine wesentliche Rolle spielt, zugleich neuerdings der überlebensnotwendige soziale Rückhalt fehlt und es zudem an Strategien mangelt, die vielfältigen Anforderungen des Alltags bewältigen zu können (Voss und Weiss 2013; Neckel und Wagner 2013). Im Zentrum gesundheitlicher Ungleichheitsforschung steht dabei die Erkenntnis, dass Chancen wie Risiken im Lebensverlauf sozial ungleich verteilt sind und Menschen niedriger sozialer Lage früher und häufiger unter psychosozialen Gesundheitsbeeinträchtigungen leiden (Pfortner 2013; Jungbauer-Gans und Gross 2006; Mielck 2005).

Die Brisanz, die Lebenslage des frühen Erwachsenenalters näher in die Betrachtung einzubeziehen, zeigt sich dabei z. B. so auch von Seiten der psychiatrischen Forschung: Es fehle derzeit an Modellen, welche die speziellen Bedarfe junger Erwachsener im Kontext ihrer Lebenslagen deutlich machen. Schließlich ist eine zunehmende Symptombelastung u. a. auch durch Stressanzeichen und „Burn-Out-Vorboten“ festzustellen, wobei das Versorgungssystem auf diese neue Patientengruppe nur bedingt vorbereitet zu sein scheint. Aus primärpräventiv-gesundheitsförderlicher Sicht gilt es deshalb herauszufinden, welche Einflussfaktoren speziell im frühen Erwachsenenalter, psychiatrische Erkrankungsrisiken erhöhen und welche Zielgruppen von einem besonders hohen Risiko betroffen sind (Jacobi und Kessler-Scheil 2013).

Das frühe Erwachsenenalter als eigene Lebensphase zu betrachten und einzugrenzen ist dabei aber mit gewissen Herausforderungen besetzt. Zudem gibt es zahlreiche theoretische Nebenschauplätze zu berücksichtigen.

Entgrenzung von Arbeit, Expansion von Bildungsphasen und komplexe und vielfältige Lebensszenarien erschweren eine Kategorisierung und Beschreibung dieser Lebensphase. Die Ungleichzeitigkeit von Übergängen und Entwicklungsschritten spiegelt sich in der sozillagebezogenen Heterogenität der Altersgruppe hinsichtlich Ausbildungs- und Berufssituation: Da gibt es diejenigen, die noch in ihrer Erstausbildung stehen, und andere befinden sich bereits in einer weiterführenden Ausbildung, die einen haben den Berufseintritt schon bewältigt und andere stehen vor einer beruflichen Umbruchphase, sind erwerbslos oder jobben. Hinsichtlich der Wohn- und Lebensform gibt es in dieser Alterskohorte jene, die noch im elterlichen Haushalt leben, diejenigen, welche in eine Wohngemeinschaft gezogen sind, andere, die bereits einen eigenen Haushalt bewohnen und wieder andere, die verheiratet sind oder auch schon eine eigene Familie gegründet haben (Seiffge-Krenke 2008; Lüdtke 2006; Gille et al. 2006; Schulenberg et al. 2004a; Konietzka 2009).

Dazu kommen hoch ausdifferenzierte politische, soziale und persönliche Orientierungen. Damit entsteht eine Vielfalt an Lebensentwürfen, Möglichkeiten, Perspektiven hinter denen sich auch eine Haltlosigkeit verbergen oder durch diese entstehen kann und gerade diese Lebensphase zu einer hochvulnerablen und instabilen macht. So stellen die gesellschaftlichen Individualisierungstendenzen auch deswegen für das frühe Erwachsenenalter ein elementares Querschnittsthema dar, welche zudem höchst bedeutsam für die Ätiologie psychischer Erkrankungen sind. Denn hinter den vordergründigen Entwicklungsthemen des frühen Erwachsenenalters wie „Identitätsentwicklung“, „Lösung von Elternhaus“, „Berufsfindung- und einstieg“ verbergen sich neue und den Individualisierungstrends zuzuschreibende Lebensumstände der Moderne, sowie ein Höchstmaß an Entscheidungsspielräumen und hohe Flexibilitäts- aber auch Mobilitäts-erwartungen (Honneth 2010; Keupp 2010; Beck 1986).

Ein weiteres Querschnittsthema stellt die soziale Ungleichheit dar. Hierin liegt eine immense Differenzierung von Lebens- und Entwicklungschancen, welche besonders in Zeiten der Berufswahl und Ausbildung zum Tragen kommen kann und so bei der Forschung zur gesundheitlichen Lage im frühen Erwachsenenalter dringend Berücksichtigung erfahren müssen.

Erkenntnisse aus der neurobiologischen Stressforschung sind dabei überaus aufschlussreich, wenn es um die Frage geht, welche innerphysischen Abläufe aufgrund chronischer Anspannung durch subjektives Stresserleben nachhaltig und langfristig Einfluss auf den Gesundheitszustand nehmen (Hüther 2014; Sterling 2012; McEwen 2006; Dickerson und Kemeny 2004; Scheve 2014; Wilkinson und Pickett 2010; Demakakos et al. 2008; Marmot 2004).

Mit Blick auf diese Kernthemen und die sie begleitenden gesellschaftlichen Diskurse widmet sich die vorliegende Forschungsarbeit aus einer gesundheitswissenschaftlichen Perspektive den entwicklungsspezifischen psychosozialen An- und Herausforderungen des frühen Erwachsenen in der Moderne. Dabei

stellt sich übergeordnet die Frage, welche Spannungen und Gesundheitsrisiken als Begleiterscheinung der im frühen Erwachsenenalter zu bewältigenden Entwicklungsanforderungen auftreten können.

In diesem Buch werden vor diesem Hintergrund drei Teilziele verfolgt:

1. Eine umfassende theoretische Modellierung der gesundheitlichen Lage junger Erwachsener mit vier Schwerpunktthemen (Entwicklungsphase, psychosoziale Gesundheit, soziale Lage und subjektives Stresserleben).
2. Eine empirische Analyse von Assoziationen zwischen den Konstrukten soziale Lage, Stresserleben und Gesundheit zur Risikoabschätzung und Zielgruppenbeschreibung – speziell in der Lebensphase frühes Erwachsenenalter.
3. Eine systematische Herleitung von Handlungsempfehlungen für die Praxis der Gesundheitsförderung und Wegweisungen für die weitere Forschung.

Wo andernorts und auch im Sinne der disziplinen-eigenen Forschungstraditionen eine theoretische Eingrenzung hinsichtlich eines meist einzelnen spezifischen Modells erfolgt, welches einen Ausschnitt sozialer Realität abbilden soll, steht hier im Vordergrund den drei grundlegenden Disziplinen der Gesundheitsforschung mit deren jeweils relevanten und vielfältigen Theorien Raum zu geben und sie so in einen produktiven Dialog miteinander zu bringen. Es geht also zunächst in der theoretischen Herleitung darum, bestehende Kenntnisse zur Lebensphase „frühes Erwachsenenalter“, zur psychosozialen Gesundheit der Alterskohorte und der zunehmenden Relevanz psychischer Störungen im Kontext von Stress und sozialer Lebenslage sukzessive und multidisziplinär zu erörtern.

Hierbei wird gemäß der gesundheitswissenschaftlichen Orientierung und ausgehend von einem bio-psycho-sozialen Gesundheitsverständnis ein soziologischer Schwerpunkt gewählt, der aber offen ist für wichtige psychologische und biologische Beiträge. Dabei wird eine Synthese unterschiedlichster Theorien angestrebt. Denn mehr als die Summe ihrer einzelnen Teile liegt in der theoretischen Zusammenführung dieser Perspektiven eine hohe Erklärungskraft, beispielsweise dazu, wie im Sinne gesundheitlicher Ungleichheitsforschung soziale Lage unter die Haut gehen kann.

Auf Basis von Sekundärdaten werden zur Zielgruppenbestimmung die erörterten theoretischen Erkenntnisse auf eine Kohorte junger Frauen und Männer der BRD im Alter von 18 bis 33 Jahren übertragen und ein Versuch unternommen, geschlechtersensible soziale Lebenslagen unter Nutzung eines clusteranalytischen Verfahrens zu generieren. Untersucht wird im Anschluss an die Gruppenbildung, welche sozialen Lebenslagen (Clusterzugehörigkeit) mit physischen oder psychischen Gesundheitsbeeinträchtigungen assoziiert sind. Die