

# Inhalt

<b>1</b>	<b>Einleitung: Adoleszenz – die Zeit, in der die Identitätsentwicklung zentrale Bedeutung gewinnt</b>	<b>13</b>
<hr/>		
<b>2</b>	<b>Theorien zur Identitätsentwicklung</b>	<b>16</b>
<hr/>		
2.1	Identitätsentwicklung als Lebensaufgabe nach Erik H. Erikson	17
2.1.1	Erik H. Erikson: Der Begründer der psychoanalytischen Identitätstheorie und seine ganz persönliche Identitätskrise	18
2.1.2	Das Phasenmodell der menschlichen Entwicklung	22
2.2	Die klassischen Theorien der Identitätsentwicklung: Erikson und Marcia	29
2.2.1	Eriksons Konzept der Identitätsentwicklung im Jugendalter	29
2.2.2	Der Ansatz von Marcia	33
2.2.3	Weitere Identitätskonzeptionen	35
<b>3</b>	<b>Selbst und Identität in der Kindheit und im jungen Erwachsenenalter und die Zentralität der adoleszenten Identitätsentwicklung</b>	<b>38</b>
<hr/>		
3.1	Selbst- und Identitätsentwicklung in der Kindheit	49
3.1.1	Selbstwahrnehmung in der frühen Kindheit	40

3.1.2	Selbstwahrnehmung und Selbstcharakterisierung in der mittleren Kindheit	42
3.2	Die Zentralität der Adoleszenz für die Selbst- und Identitätsentwicklung	45
3.2.1	Bedeutende Entwicklungsvoraussetzungen für die Zentralität der Adoleszenz	46
3.2.2	Spannungsbogen zwischen nicht abgeschlossener Hirnentwicklung, Verfrühung der körperlichen Reife und Verspätung der Identitätsentwicklung	49
3.3	Und wie geht's weiter im jungen Erwachsenenalter?	51
3.3.1	Identität als Kombination von Exploration und Commitment	52
3.3.2	Auffallende Veränderungen in den letzten Jahren: Mehr Exploration, Instabilität und eine starke Selbstfokussierung bei jungen Erwachsenen	53
<b>4</b>	<b>Die Suche nach dem neuen Ich bei männlichen Jugendlichen</b>	<b>56</b>
4.1	Die Veränderung der Beziehungen zwischen Vätern und Söhnen und ihre Folgen für die Identitätsentwicklung	57
4.1.1	Sind Söhne noch der »Spiegel« des Vaters?	58
4.1.2	Sind »neue Väter« förderlicher für die Identität von Söhnen?	61
4.1.3	Exploration und die Bedeutung des Väterlichen	62
4.1.4	Väter, die die Identitätsentwicklung ihrer Söhne nicht stützen können	64
4.2	»Haben und Zeigen«: Identitätsentwicklung und Körper selbst im Kontext von Freunden und der Clique	67

4.2.1	Veränderte Selbstwahrnehmung und Körperwahrnehmung	67
4.2.2	Freunde als Ansprechpartner, mit Freunden geteilte neue Erfahrungen	69
4.2.3	Bedeutung der Jungenclique: »Haben und Zeigen«	70
4.3	Oszillieren zwischen Identitätsbarrieren und -erweiterungen: Homophobie und riskantes Verhalten	72
4.3.1	Vermeidung zu großer Nähe bei der Identitätskonstruktion, riskante Explorationen	72
4.3.2	Identität im Gewaltkontext: Bullying	75
4.4	Erweiterung der Identität durch Zugang zu romantischen Partnern	77
4.5	Aggression, die »Leerstelle Vater« und ihre Bedeutung für die Identitätsentwicklung	78
4.6	Stabilität und Veränderung der Identitätsdimensionen im Jugendalter, langsamere Entwicklung der Jungen	81
<b>5</b>	<b>Die Suche nach dem neuen Ich bei weiblichen Jugendlichen</b>	<b>85</b>
5.1	Identitätsherausforderungen durch die körperliche Reife: Bedeutung der Körperscham, von Narzissmus und Entfremdung	86
5.1.1	Attraktivität, Figurprobleme und Körperentfremdung als typische Merkmale des adoleszenten Körperkonzeptes	87
5.1.2	Bedeutung der Körperscham	88
5.1.3	Das negativere Körperbild von Mädchen: Seit Jahrzehnten konstant	90
5.1.4	Die Vermarktung des weiblichen Körpers	93

5.2	Ein neuer Blick auf das Selbst: Die relationale Identität der Mädchen in Freundschaftsbeziehungen	94
5.2.1	Die Berücksichtigung des Erlebens anderer, Schamentwicklung und Fortschritte in der Kontrolle von negativen Emotionen	94
5.2.2	Strenge Normen und starke Geschlechtstypisierungen in der Gruppe der Mädchen	96
5.2.3	Intimer Austausch und Co-rumination: Potentiale und Gefahren für die Identitätsentwicklung	97
5.3	Identifikatorische Prozesse, aber auch Gefahren durch die Gleichgeschlechtlichkeit von Mutter und Tochter	101
5.3.1	Eltern als Identitätsbremse – besonders stark bei Mädchen	101
5.3.2	Wenn die Differenzierung misslingt: Die Tochter als Selbstobjekt der Mutter	103
5.4	Unterstützung der Weiblichkeit und die selektive Identifizierung mit dem Vater	106
5.4.1	Die Bedeutung des Vaters für die Entwicklung der Weiblichkeit seiner Tochter	106
5.4.2	Die tüchtige Tochter: Identifizierung mit Differenz	108
5.5	Der Beitrag der romantischen Partner: Noch Platz fürs Selbst?	111
5.5.1	Positive und negative Einflüsse von Partnerschaften	111
5.5.2	Verwirrende Gefühle: »Freunde« oder »Lover«?	113
5.5.3	Noch Platz fürs Selbst: Ein spezifisch weibliches Problem?	116
5.6	Verringerung der Geschlechtsunterschiede über die Jugendzeit, verstärkte Exploration der Mädchen	119

<b>6</b>	<b>Sexuelle Identität und bisexuelles Schwanken als normales Entwicklungsphänomen</b>	<b>122</b>
6.1	Männliche oder weibliche Identität	123
6.1.1	Entwicklungsverlauf und Unterschiede zwischen männlichen und weiblichen Jugendlichen	124
6.1.2	Homosexualität und Bisexualität als sexuelle Orientierung	126
6.1.3	Transgender und das dritte Geschlecht	128
6.2	Bisexuelles Schwanken als Entwicklungsphänomen	131
6.2.1	Ursprünge des Konzepts der Bisexualität bzw. des bisexuellen Schwankens	132
6.2.2	Bisexuelles Schwanken speziell im Jugendalter: das Fünfphasenmodell von Blos	134
6.3	Einige Illustrationen: Bisexuelles Schwanken bei Horney und Colette, ihre Verdeutlichung im Mädchentagebuch	137
6.3.1	Bisexuelles Schwanken bei Karen Horney	137
6.3.2	Bisexuelles Schwanken bei Colette	139
6.3.3	Bisexuelles Schwanken in Mädchentagebüchern	141
6.4	Bisexuelles Schwanken und der Verzicht auf die Phantasie, beide Geschlechter zu sein	142
6.4.1	Bisexualität und vollständiger Ödipuskomplex	143
6.4.2	Die Bedeutung der Doppelidentifikation und der Optimierungsdruck	144
<b>7</b>	<b>Schule, Werte, Sinn</b>	<b>147</b>
7.1	Identität und Schule	148
7.1.1	Bloß kein Streber sein	148

7.1.2	Schulstress, Zukunftsangst und Orientierungsprobleme	149
7.2	Werte, Ideale, Religion – noch eine Stütze der Identität?	152
7.2.1	Jugendliche Identitäten im Veganismus	154
7.2.2	Politische Verantwortung übernehmen: Fridays for future	155
7.2.3	Sinnkrisen und religiöse Werte	156
<b>8</b>	<b>Auf der Suche nach Resonanz: Identitätskonstruktion durch alte und neue Medien</b>	<b>160</b>
8.1	Identitätsexploration: Die Sicht auf das Selbst in Tagebüchern	161
8.1.1	Das fortgesetzte Gespräch zur Exploration der eigenen Identität	162
8.1.2	Analysen zur Ich-Entwicklung in Jugendentagebüchern verschiedener Generationen	164
8.2	Das Internet als ideales Medium zur Identitätsentwicklung?	167
8.3	Im Spiegel der anderen: Soziale Medien und Smartphones	169
8.3.1	In ständiger Verbindung bleiben: das Smartphone	170
8.3.2	Im Spiegel der anderen: Selbstvergewisserung mit der Kamera	171
8.3.3	Narrative Identität, die Verführung zur beschönigenden Selbstdarstellung und die Erfindung von Biographien	172
8.4	Gefährliche Foren	174
8.5	Warum in der Adoleszenz und warum mehr Mädchen?	176

<b>9</b>	<b>Das »narzisstische Zeitalter« und ein verändertes Elternverhalten als Einflussfaktoren auf die Identitätsentwicklung</b>	<b>180</b>
9.1	Identitätsentwicklung und narzisstische Phänomene in der Adoleszenz	181
9.1.1	Empirische Belege für die Perspektive der Spiegelung des Selbst im anderen	182
9.1.2	Weitergehende starke Selbstfokussierung und Exploration der eigenen Identität im jungen Erwachsenenalter	184
9.2	Das »Zeitalter des Narzissmus« und familiendynamische Veränderungen, die zu einer erhöhten Selbstfokussierung und einer verzögerten Identitätsentwicklung beitragen	187
9.2.1	Gesellschaftliche Veränderungen: Das »narzisstische Zeitalter«	188
9.2.2	Familiendynamische Einflüsse: Narzisstischer »Missbrauch« durch die Eltern, elterliche Separationsängste und zu viel Unterstützung	190
9.3	Ineinandergreifen von normaler und pathologischer Entwicklung	193
9.3.1	Der ganz normale Narzissmus?	193
9.3.2	Wenn man nichts wert ist	196
<b>10</b>	<b>Der Einfluss des kulturellen Kontexts auf die Identitätsentwicklung</b>	<b>200</b>
10.1	Entwicklung der ethnischen Identität: Besonderheiten bei adoptierten Jugendlichen	202
10.2	Herausforderungen für Jugendliche mit Migrationshintergrund	204
10.3	Identität und Familienbeziehungen in verschiedenen Kulturen	205

10.3.1	Ähnliche Identitätsentwicklung bei Jugendlichen aus vielen Ländern	206
10.3.2	Eltern als Identitätsbremse – ein universelles Phänomen?	209
10.4	Identitätsstress: Der Blick über den Teller- rand	211

---

<b>11</b>	<b>Integration und Ausblick</b>	<b>214</b>
-----------	---------------------------------	------------

---

Die Bedeutung konzeptueller Differenzierungen	215
Die Schnittstelle zwischen Normalität und Pathologie	216
Warum ist die Adoleszenz so zentral für die Identitätsentwicklung?	217
Differentielle Befunde: Unterschiede in der Identitäts- entwicklung von Jungen und Mädchen	218
Geschlechtsidentität – keine einfache Entwicklung	219
Wertorientierungen und ihre Bedeutung für die Identitätsentwicklung	221
Die Spiegelmetapher und die neuen Medien	221
Sind Eltern hilfreich bei der Identitätskonstruktion?	223
Universalität von Identitätsexploration und problematischem elterlichen Einfluss	225

---

<b>Literatur</b>	<b>227</b>
------------------	------------

---