

# PSYCHOLOGIE HEUTE

---

GESELLSCHAFT

## Die Rushhour des Lebens

Auf einmal kommt es Schlag auf Schlag: Nach der Ausbildung stehen junge Menschen vor einer Flut von Herausforderungen. Berufseinstieg, eigener Haushalt, Familiengründung – wie kann das alles binnen weniger Jahre gestemmt werden? Ein Gespräch mit dem Bevölkerungsforscher Martin Bujard

VON BIRGIT WEIDT

 01. JAN 2017

### **Herr Bujard, in welchem Alter findet denn die Rushhour des Lebens statt?**

Wissenschaftler definieren diese Phase unterschiedlich, einige sprechen davon, dass es für die 25- bis 35-Jährigen besonders anstrengend ist, andere wiederum richten ihren Fokus besonders auf das Alter zwischen 30 und 45 Jahren. Wir haben empirische Daten ausgewertet und dabei festgestellt, dass es weniger auf das Alter der Frauen und Männer selbst ankommt, sondern auf das ihrer Kinder. Sind diese unter sechs Jahre...

Sie wollen den ganzen Artikel downloaden? Mit der PH+-Flatrate haben Sie unbegrenzten Zugriff auf über 2.000 Artikel. [Jetzt bestellen](#)

---

---

---

## DIE REDAKTION EMPFIEHLT

---

### MEISTGELESEN

#### **1** LEBEN

##### **Vier Vorzüge der Einzelgängerin**

Psychologie nach Zahlen: Allein sein macht unglücklich? Nicht jeden! Vier Vorteile von Menschen, die ihre Zeit gern alleine verbringen.

#### **2** LEBEN

##### **Narzissmus**

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Egomanen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

#### **3** BEZIEHUNG

##### **Wie erkenne ich eine toxische Beziehung?**

Wenn der Partner sich immer öfter abwertend verhält, stellt sich die Frage, wie man Liebe wieder ins Gleichgewicht bringt – oder hinter sich lässt.