

Das 5. Jahrsiebt (28 - 34 Jahre)

**Die schönsten Jahre der seelischen Entfaltung!
In der Blüte des Lebens stehen!**

Alter	Jahr	Themen der Lebensalter:	Durch die Spiegelungsachsen mit ergeben sich mögliche Entsprechungen zum Lebensalter mit:	21 J.	31,5	35 J.	42 J.
22		Erstes Erwachsensein ist nicht einfach. Loslösung vom Elternhaus.		19 J.	40 J.	47 J.	61 J.
23		Trotzdem Förderung erhalten von der Familie und von Freunden.		18 J.	39 J.	46 J.	60 J.
24		Genießen des noch unbeschwerteren Lebens. Seelisches Wachstum.		17 J.	38 J.	45 J.	59 J.
25		4. Jahrsiebt, Sonne. Ich lerne mich und die Welt kennen.		16 J.	37 J.	44 J.	58 J.
26		Eigene Ziele anstreben und erreichen. Freunde können helfen.		15 J.	36 J.	43 J.	57 J.
27		Aus dem Schutz und der Förderung der Familie hinausgehen.		14 J.	35 J.	42 J.	56 J.
28		In die Welt hineingehen. Eine eigene Familie gründen.		13 J.	34 J.	41 J.	55 J.
29		Ernsthaft erwachsen werden. Eigene Entscheidungen treffen.		12 J.	33 J.	40 J.	54 J.
30		Volle Verantwortung für die eigenen Entscheidungen übernehmen.		11 J.	32 J.	39 J.	53 J.
31		5. Jahrsiebt, Sonne. Ich verwirkliche mich.		10 J.	31 J.	38 J.	52 J.
32		Innere Selbstfindung, oft wichtige spirituelle Begegnungen.		9 J.	30 J.	37 J.	51 J.
33		Eine eigene Familie gründen. Einsatz für die berufliche Karriere.		8 J.	29 J.	36 J.	50 J.
34		In der Welt stehen. Maximale eigene Leistung.		7 J.	28 J.	35 J.	49 J.
35		Erste Zweifel an der eigenen Leistung, dem Sinn des Ganzen.		6 J.	27 J.	34 J.	48 J.
Die 7-Jahres-Zyklen (dunkelblau) geben Lebensrhythmen, Lebensthemen vor. Ende des Jahrsiebts: Abschluss und Umbruch, Vorahnung und unbewusste Wahrnehmung des neuen Lebensthemas.							
Neubeginn eines Sieben-Jahres-Themas, das im Vorjahr vorbereitet wurde und sich jetzt durchsetzen kann. Oft kommt unerwartet „zufällig“ Hilfe und Mut zur Bewältigung der Krise des Vorjahres.							
Der Saturnzyklus hat 29,5 J., seine Viertel sind ungenau. Thema: Erwachsenwerden mit 5 - 8 J., 12 - 15 J., 20 - 22 J., 28 - 29,5 J., 35 - 38 J., 42 - 45 J., 50 - 52 J., 57 - 59 J., 64 - 66 J., 71 - 74 J., 79 - 81 J., 86 - 88 Jahre.							
Der Mondknotenzyklus, (18,6 Jahre, gelb) ist gut spürbar, oft auch seine Hälften (9,3 Jahre). Thema: Die Sinnfrage des Lebens mit: 9,3 J., 18,6 J., 27,9 J., 37,2 J., 46,5 J., 55,9 J., 65,3 J., 74,5 J., 83,8 Jahre.							

27 J.	Die 5. Lebensstufe
--------------	---------------------------

Mit dem zu Ende gehenden **4. Jahrsiebt (21 - 27 Jahre)** beginnen wir ernsthaft erwachsen zu werden.

Die Abgrenzung von der elterlichen Familie haben wir beinahe geschafft. Wir gehen weg von der Unterstützung und den Ratschlägen der Eltern, hin zur Selbständigkeit.

Vielleicht sind noch ein paar ehrliche Worte nötig und einige kleinere Kämpfe, mit Verzicht auf finanzielle und sonstige Förderung durchs Elternhaus. Schließlich können wir uns nicht souverän ab-

grenzen und gleichzeitig vom Elternhaus abhängig sein, das geht nur in Ausnahmefällen und dann braucht es klare schriftliche Verträge: „Für die Weiterfinanzierung meines Studiums durch meine Eltern verpflichte ich mich, dieses Geld mit Zinsen zurückzuzahlen und weise dafür den erfolgreichen Studienverlauf vor.“ (nicht Germanistik 15. Semester) Gleichzeitig erkläre ich mich für erwachsen genug, nicht mehr den elterlichen Gesetzen entsprechen zu müssen, egal ob diese das verstehen können oder – wie üblich – nicht verstehen können.“

Kurz vor dem 28. Geburtstag haben alle Menschen eine Mondknotenopposition. Deren Themen wirken hinein ins 5. Jahrsiebt.

Nicht immer, aber meist, können wir sie innerlich wahrnehmen.

Mit 18 ½ Jahren war unser erster Mondknotentransit, solange dauert die Umlaufzeit des Mondknotens, eines astronomischen Punktes zur Berechnung von Sonnen- und Mondfinsternissen. **9 ½ Jahre** später steht dieser Punkt dem Mondknoten zur Zeit der Geburt gegenüber.

Der Mondknotentransit hat mit Sinnfragen zu tun.

Die Ideale und Lebensziele, die wir mit **18 ½ Jahren** eher spielerisch und idealistisch entwickelt haben werden jetzt überprüft:

Wo will ich hin in meinem Leben? Was sind meine Ziele?

Lebensalter: 27 Jahre und 11 Monate	Die Mondknotenopposition kann in dieser Altersstufe bedeuten:
--	--

Impulse:

- Ich lasse die letzten Reste von Kindheit und Jugend hinter mir.
- Ich löse mich von der Beeinflussung durch meine Familie.
- Ich trenne mich von Bisherigem. Ich schaffe Platz für Neues!
- Ich mache etwas völlig anderes. Ich werde selbständig.
- Ich gehe meinen eigenen Weg in die Welt.
- Ich traue mich, auch wenn ich nicht weiß, wie es ausgeht.

Sozial:

- Mögliche Krise mit den Eltern, Ablösungsprobleme oder missglückte Ablösung, Abhängigkeit oder extreme Trennung mit Schwierigkeiten des totalen Alleinseins.
- Mögliche Krise mit der schulischen Laufbahn, das Studium sollte abgeschlossen sein.

- Mögliche Krise mit dem Beruf, die Eltern können bei Berufskrisen nicht mehr helfen.
- Mögliche Krise mit dem sozialen Ansehen, das nicht mehr mit dem Status des Elternhauses identisch ist.
- Ausformung innerer Lebensziele.
- Begegnungen mit Menschen die wichtige Impulse geben.
- Partnerschaftserfahrungen, Partnertrennungen, Familiengründung.
- Im Positiven den Schritt in die neue Welt wagen und gewinnen!

Körperlich:

- Im Vollbesitz der körperlichen und sexuellen Kräfte sein.
- Körperliche Umstellung auf eine neue Lebenssituation, zum Beispiel an einem neuen Arbeitsplatz..
- Anpassung an die Lebensweise des Partners, z. B. mehr Sport.
- Wenn eigene Kinder auf die Welt kommen, starke körperliche Belastung, Ernährungsumstellung, Rauchen aufhören.

Geistig:

- Höhere innere geistige Kraft wahrnehmen und aufbauen, trotz der Gefahr, dass dieser Impuls im Alltag oft untergehen kann!
- Oft wird jetzt unbemerkt für den späteren Lebenslauf eine Weichenstellung vorgenommen, die sich erst später auswirkt.
- Orientierung am Chef, am Arbeitsplatz, an den Kollegen.
- Das Arbeitsklima der ersten Arbeitsstele ist oft prägend für das spätere berufliche Selbstverständnis.
- Positiver Idealismus, mutig in die Welt hineingehen.

Psychisch:

- Fähigkeit, zu sich selbst zu stehen.
- Schwierige Situationen selbständig durchdenken.
- Entdeckung von weiteren Fähigkeiten, von eigenen Persönlichkeitsanteilen, die nichts mit der Erziehung und dem Erbgut der Eltern zu tun haben. Einen eigenen Weg gehen.
- Stolz sein auf sich selbst, trotz Zweifel.

Therapeutische Hilfestellung:

- Ist jetzt über Psychotherapie oder beratende Gespräche möglich. Das therapeutische Gespräch kann – mit etwas Glück – behutsam trennen, zwischen den restlichen elterlichen Anteilen, die überwunden werden müssen und den Anteilen, die der eigenen inneren Welt entsprechen. Es kann ermutigen, eigene Wege einzuschlagen.

Autobiografisch:

- Nach sechsjähriger Beziehung, trennte sich meine zweite Lebenspartnerin von mir, genau an meinem 27. Geburtstag, vor dem Abschluss meiner Diplomarbeit (Krise).
- Die schöne Welt des Studiums war zuende.
- Beginn meiner dritten, vier Jahre dauernden Partnerschaft.
- Ich fand für drei Monate eine Anstellung als Lebensberater und Astrologe, war danach 4 Monate arbeitslos (Krise)
- Mit 28 Jahren fand ich die ideale erste Stelle (Sozialpädagogin in der Erziehungsberatung) die mich beruflich sehr förderte. Mit 29 J. übernahm ich Aufbau und Leitung einer Jugendberatungsstelle und konnte mich beruflich optimal verwirklichen.

28 - 34 J.

Themen des 5. Jahrsiebt

- „Ich werde jetzt wirklich erwachsen!“
- Aus dem Schutz und der Förderung der Familie hinausgehen.
- In die Welt hineingehen, die eigene Welt erproben.
- Selbstverwirklichung in der Welt suchen.
- Eigene Entscheidungen treffen, die lebensbestimmend werden.
- Einen eigenen Weg einschlagen, meinen Willen entfalten und durchsetzen. Ich will etwas leisten, etwas schaffen, etwas darstellen, jemand sein.
- Ich will, ohne die Romantik der letzten 7 Jahre, Sachlichkeit anstreben, versuchen meine innere Ordnung herzustellen. „Ich bin derjenige, der die Welt mit Verstand erfasst“ (Wais)
- In einer Partnerschaft sein, eine eigene Familie gründen.
- Die eigene Kraft erproben, maximale körperliche Leistung.
- Karriere, maximale berufliche Leistung.
- An der Grenze des Belastbaren arbeiten.
- Tiefere Wahrnehmung des eigenen ICH.
- Spirituelle Begegnungen.
- Eigener Plan von der persönlichen Verwirklichung:
- „Wie ordnet sich mir die Welt?“
- „Wie ordnet sich mir in der Welt mein eigenes Erleben?“
- Prozess der Verinnerlichung, der das ICH nach innen in die Mitte (Herzmitte) trägt. (Rudolf Steiner)

28 - 30 J.	1. Saturnzyklus
	Saturn steht nach dem 1. Umlauf wieder am Geburtspunkt
Der Saturnzyklus hat 29,5 J. Seine Viertel sind ungenauer. Thema Erwachsenwerden mit: 5 - 8 J., 12 -15 J., 20 - 22 J., 28 - 30 J., 35 - 38 J., 42 - 45 J., 50 - 52 J., 57 - 59 J., 64 - 66 J., 71 - 74 J., 79 - 81 J., 86 - 88 Jahre	

Nach 29,5 Jahren kommt Saturn wieder an den Punkt seiner Umlaufbahn, den er zur Zeit unserer Geburt hatte. In diesen Zeiten können wir Altes abschließen, danach Neues auf einer höheren Ebene beginnen. Abnabelung vom Rest der Jugendzeit!

Dies ist eine zäh fließende Zeit.

Saturn heißt griechisch Chronos: Der Gott der Zeit.

Es ist schon anstrengend jetzt wirklich erwachsen werden zu müssen und gar nicht mehr, nicht einmal ein bisschen, schummeln zu dürfen!

Saturn ist schwer (sein entsprechendes Metall ist Blei).

Kein Mensch wird freiwillig erwachsen!

Wir werden dazu gezwungen! Und das ist gut so!

Jede Geburt ist eine Sauerei – und trotzdem kommt etwas wunderbares dabei heraus!

Heraus kommt, dass wir uns beginnen zu kristallisieren, Ecken und Kanten gewinnen und nicht nur lieb sind.

Dadurch schaffen wir uns körperlich und seelisch einen Raum, der durch uns abgegrenzt ist, in den wir hineinwachsen können:

- **durch eine eigene Wohnung**, die wir selbst gestalten und nicht die Mutter fragen, wie die Vorhänge aussehen sollen.
- **durch eine Partnerschaft oder Ehe**, bei der wir nicht die Eltern fragen, ob dies der richtige Partner ist.
- **durch eine berufliche Tätigkeit**, von der die Eltern sowieso nichts mehr verstehen.

Das macht etwas einsam, aber das ist der Preis der Selbständigkeit.

34 J.	Die 6. Lebensstufe
--------------	---------------------------

Mit dem zu Ende gehenden **5. Jahrsiebt** beginnen wir das letzte der **drei Sonnenjahrsiebte (von 21 - 41 Jahren)**.

Die Abgrenzung von meiner elterlichen Familie (**4. Jahrsiebt, 21 - 27 Jahre**) habe ich einigermaßen geschafft.

Der Höhepunkt meiner innerlichen Kraft (**5. Jahrsiebt, 28 - 34 Jahre**) war der Motor meiner Karriere. Ich habe viel erreicht!

Der Maximalpunkt dieser Kraft ist schon kaum merklich überschritten, aber ich habe noch Energie. Ich frage mich in diesem Jahrsiebt:

Wo will ich hin?

Es macht sich eine innerliche Unruhe breit: Es ist alles in Ordnung. Familie, Kinder, Berufsleben passt alles, aber irgendwas fehlt.

Wir wollen irgendwas Neues!

Dieses Neue ist uns oft nicht bewusst, gibt uns aber ein ungutes Gefühl von bevorstehender Veränderung, die wir zwar anstreben, vor der wir aber trotzdem eine Art Angst haben, weil wir nicht sehen können, was auf uns zukommt. Eher ergibt sich die innere Formulierung:

War das Alles? Soll ich so weitermachen bis ich tot bin?

Oder will ich etwas ganz anderes beginnen? Ja was denn?

Spiegelungen

Das **5. Jahrsiebt (28 - 34 J.)** spiegelt sich am **2. Jahrsiebt (vom 13. bis zum 7. Jahr)**

Die Phase des Lernens und des körperlichen Wachstums zwischen **7 und 13 Jahren** entspricht der Phase des Lernens und des seelischen Wachstums zwischen **28 und 34 Jahren**.

„Ich wünsche mir ein Ritterbuch mit Piraten drin und der Chef heißt König!“ sagt der **12-Jährige**.

Die Krise des Beginns der Pubertät mit **13 - 14 J.**, in der wir uns stark mit unserem Körper auseinandersetzen, entspricht der Krise mit **27 - 28 J.** in der wir uns mit der Welt auseinandersetzen, unseren Platz in der Welt finden und im Sinne der Märchen beginnen „König“ werden.

In **das fünfte Jahrsiebt (28 - 35 J.)** fällt unsere deutlichste Verwirklichung auf der materiellen Ebene. Mit **29 - 30 J.** machen wir meist eine Krise durch, ein erneutes Erwachsenwerden; der Rest der Bindung an die Jugend und des Elternhauses wird abgestreift. Doch im gesamten **5. Jahrsiebt** steht unsere Handlungs- und Entscheidungsfähigkeit im Mittelpunkt. Es folgen Höhepunkte der beruflichen Karriere und des seelischen Lebens der Familiengründung, das Erlebnis eigener Kinder oder erweiterte familiäre Inhalte des Berufslebens, **„man ist mit der Firma verheiratet“** oder ist in Vereinen aktiv. Die Lebensenergie ist sonnig, „es fließt alles“. Große Leistungen gelingen, fallen leicht.

Die Spiegelungsachse am 21. Geburtstag

Diese Spiegelungsachse entspricht der Diagonale des Quadrats. Sie kann Menschen, die jünger als 42 Jahre sind, Denkanstöße bieten. Es spiegelt sich die Entwicklung des seelischen Wachstums an der Entwicklung des körperlichen Wachstums.

Das 4. Jahrsiebt spiegelt sich am 3. Jahrsiebt. Das 27. Jahr am 14. Jahr.
 Das 5. Jahrsiebt spiegelt sich am 2. Jahrsiebt. Das 29. Jahr am 12. Jahr.
 Das 6. Jahrsiebt spiegelt sich am 1. Jahrsiebt. Das 37. Jahr am 4. Jahr.

Tabelle 14

Vom 21. Geburtstag bis zum 42. Geburtstag: Seelisches Wachstum

		21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	
Von der Geburt bis 21 Jahre: Körper- liches Wachs- tum	20	4. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						6. Jahrsiebt						42			
	19	4. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						6. Jahrsiebt						43			
	18	4. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						6. Jahrsiebt						44			
	17	4. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						6. Jahrsiebt						45			
	16	3. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						7. Jahrsiebt						46			
	15	3. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						7. Jahrsiebt						47			
	14	3. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						7. Jahrsiebt						48			
	13	2. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						8. Jahrsiebt						49			
	12	2. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						8. Jahrsiebt						50			
	11	2. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						8. Jahrsiebt						51			
	10	2. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						8. Jahrsiebt						52			
	9	2. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						8. Jahrsiebt						53			
	8	2. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						8. Jahrsiebt						54			
	7	2. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						8. Jahrsiebt						55			
	6	1. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						9. Jahrsiebt						56			
	5	1. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						9. Jahrsiebt						57			
	4	1. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						9. Jahrsiebt						58			
	3	1. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						9. Jahrsiebt						59			
	2	1. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						9. Jahrsiebt						60			
	1	1. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						9. Jahrsiebt						61			
	0	1. Jahrsiebt						5. Jahrsiebt						9. Jahrsiebt						62			
		83	82	81	80	79	78	77	76	75	74	73	72	71	70	69	68	67	66	65	64	63	

Die nachfolgende Tabelle macht dies übersichtlicher:
 Die seelische Entwicklung vom 21. bis zum 41. Jahr spiegelt sich an der körperlichen Entwicklung vom 20. Jahr bis zur Geburt.

Die Spiegelungsachse am 21. Geburtstag

Häufige generelle Themen

Tabelle 15

Körperliche Entwicklung			Seelische Entwicklung		
Ereignisse der Jahre eintragen	Jahr	Alter	Alter	Jahr	Ereignisse der Jahre eintragen
Verlassen der Jugendzeit Trennung von den Eltern		20	21		Erstes Erwachsenwerden, Tatkraft. Noch Förderung durch die Familie und Freunde
Erste Vorstellungen der Karriere		19	22		Erste Schwierigkeiten erwachsen zu sein.
Erste Lebensziele, Zukunftsideale für die Welt. Interesse für meine Zukunft		18	23		Ringens um Lebensziele. Die eigenen Ideale entfalten.
3. Jahrsiebt Ich liebe, arbeite		17	24		4. Jahrsiebt Ich fühle mich
Vorbilder in der Jugendclique		16	25		
Entdeckung der Sexualität. Schwermut in der Pubertät		15	26		Reste der Orientierung an der Familie.
Beginn der Pubertät Beginn der Fortpflanzungsfähigkeit		14	27		Verlassen des Elternhauses. Alleinsein. Sinnkrise
Übergang in die Pubertät Verlust der Kindheit.		13	28		Mit viel Mut in die Neue Welt hineingehen
Freiheit in der Kindheit. Ich kann tun was ich will. Verantwortung haben die Erwachsenen.		12	29		Ganz auf sich allein gestellt sein. Die eigenen Kraft erproben.
Leben nach den Vorstellungen der Eltern. Verehrung des Lehrers.		11	30		Eine eigenen Familie gründen. Anerkennung des Chefs.
2. Jahrsiebt Ich lerne.		10	31		5. Jahrsiebt Ich verwirkliche mich
Erstes Gefühl von Alleinsein. Die Eltern können nicht alle Probleme lösen.		9	32		Volle Leistung bringen. Partnerschaft, Kinder.
Körperliches Wachstum		8	33		Innere spirituelle Erfahrung der Selbstfindung, wichtige Begegnungen mit Menschen.
Zeugnis der 1. Klasse. Konkurrenz. Leistungsbeginn. Klassenbesten?		7	34		In der Welt stehen. Maximale eigene Leistung
Verlassen der Familiengeborgenheit Verlust der Kindergartenfreunde		6	35		Erste Zweifel eigener Leistung.
Vorschule, Geborgenheit in der Familie. Rivalität mit Geschwistern.		5	36		Den eigenen Weg überdenken.
Trotzphase, Kinderkrankheiten		4	37		Neue Suche nach sinnvollen Zielen. Oft extreme Umorientierung. Sinnsuche
1. Jahrsiebt Ich lerne durch nachahmen		3	38		6. Jahrsiebt Ich werde bewusster
		2	39		
		1	40		Die berufliche Arbeit wird schwerer. Die Ideale des eigenen Familienlebens werden schwieriger.
Den Körper begreifen. Geburts Umgebung, Geburtsort. In die Welt hineingehen		0	41		Lebenskrise. Aus der sonnigen, bekannten Welt hinausgehen. Hin zur geistigen Welt.

Die 7-Jahres-Zyklen (dunkelblau) geben Lebensrhythmen, Lebensthemen vor. Ende des Jahrsiebts: Abschluss und Umbruch, Vorahnung und unbewusste Wahrnehmung des neuen Lebensthemas.

Neubeginn eines Sieben-Jahres-Themas, das im Vorjahr vorbereitet wurde und sich jetzt durchsetzen kann. Oft kommt unerwartet „zufällig“ Hilfe und Mut zur Bewältigung der Krise des Vorjahres.

Der Saturnzyklus hat 29,5 J., seine Viertel sind ungenau. Thema: Erwachsenwerden mit 5 - 8 J., 12 - 15 J., 20 - 22 J., 28 - 29,5 J., 35 - 38 J., 42 - 45 J., 50 - 52 J., 57 - 59 J., 64 - 66 J., 71 - 74 J., 79 - 81 J., 86 - 88 Jahre.

Der Mondknotenzyklus, (18,6 Jahre, gelb) ist gut spürbar, oft auch seine Hälften (9,3 Jahre). Thema: Die Sinnfrage des Lebens mit: 9,3 J., 18,6 J., 27,9 J., 37,2 J., 46,5 J., 55,9 J., 65,3 J., 74,5 J., 83,8 Jahre.

Die Spiegelungsachse am 21. Geburtstag

Raum für Eintragungen von eigenen Lebensereignissen

Tabelle 16

Körperliche Entwicklung			Seelische Entwicklung		
Ereignisse der Jahre eintragen	Jahr	Alter	Alter	Jahr	Ereignisse der Jahre eintragen
		20	21		
		19	22		
		18	23		
		17	24		
		16	25		
		15	26		
		14	27		
		13	28		
		12	29		
		11	30		
		10	31		
		9	32		
		8	33		
		7	34		
		6	35		
		5	36		
		4	37		
		3	38		
		2	39		
		1	40		
		0	41		

Zuerst die persönlichen Lebensereignisse auf beiden Seiten ganz sachlich eintragen. Dann, mit einigem Abstand, beurteilen: Durch welches Ereignis auf der linken Seite habe ich Erfahrungen gewonnen, die mir, spiegelbildlich auf der rechten Seite, später geholfen haben Situationen zu bewältigen. Das muss nicht gleich einen Sinn ergeben. Meist stellt sich ein Zusammenhang nach längerer Zeit doch ein.

Noch etwas zu diesen wichtigen Lebenszeiten, Übergängen und Lebensaltersstufen zwischen 13/14 und 27/28 Jahren.

Entdeckung der Sexualität. Schwermut in der Pubertät	15	26	Reste der Orientierung an der Familie.
Beginn der Pubertät Beginn der Fortpflanzungsfähigkeit	14	27	Verlassen des Elternhauses. Alleinsein. Sinnkrise
Übergang in die Pubertät Verlust der Kindheit.	13	28	Mit viel Mut in die Neue Welt hineingehen
Freiheit in der Kindheit. Ich kann tun was ich will. Verantwortung haben die Erwachsenen.	12	29	Ganz auf sich allein gestellt sein. Die eigenen Kraft erproben.

Mit **13 - 15 Jahren** ringen wir damit, uns mit unserem Körper anzufreunden und unsere Gefühle zu verstehen.

Mit **27 - 30 Jahren** kämpfen wir darum, unser ICH auf die Welt zu bringen, uns zu verwirklichen.

Wenn wir zwischen **27 – 30 Jahren** um Kraft ringen, mit schwierigen Situationen fertig zu werden, kann dies auch mit Erlebnissen der Pubertät zusammenhängen.

Eine Missbrauchs- oder Abhängigkeitssituation im Alter von **13 - 14 Jahren** erschwert meist das Erkämpfen der eigene Unabhängigkeit mit **27/28 Jahren**.

Sich abhängig fühlen von schlechten Bedingungen am Arbeitsplatz oder Mobbing, oder Abhängigkeit von einem schlecht ausgewählten Lebenspartner kann eine unbewusste Folge davon sein.

Es kann sich aber aus der früheren Erfahrung eine wache Wahrnehmung für beginnende Abhängigkeitsverhältnisse entwickeln, die sich sehr wohl auch privat und beruflich einsetzen lässt.

Therapeutisch wäre zu prüfen, ob es Sinn macht schon zum jetzigen Zeitpunkt die frühere Situation aufzuarbeiten oder dies erst dann zu beginnen, wenn beruflich eine gewisse Sicherheit im Leben erreicht worden ist und im Privaten ein gut abgegrenzter Lebensbereich wie eigene Wohnung, eigener konstruktiver Freundeskreis geschaffen worden ist.