

Indholdsfortegnelse

Forord	7
Indledning	9
Kapitel 1	
Livstemaer og kulturens ramme	11
Kulturelle værdier og arketyper	11
Statusmønstre	13
Værdisystemer i verden	15
Stress og samfund	20
Kultur og personlighedsudvikling	20
Kapitel 2	
Opvækstens betydning for voksenlivet	23
Tilknytningsmønstre	24
Mentale udviklingsniveauer – livets følelsesmæssige temaer	27
Mentaliseringsevnen udvikling	29
Stagnation og selvbeskyttelse	37
Kapitel 3	
Voksenlivets neuroaffektive udvikling	41
Hvornår er hjernen moden?	41
Visdom og mentalisering	43
Kapitel 4	
18-23 år – At søge og finde	48
Hjemens udvikling	48
Eksperimenter, uddannelse og livsretning	49
Nysgerrighedens og samfundsomvæltningens år	50
Venskaber og kæresteforhold	51
Livskriser og mistrivsel	51
Kapitel 5	
23-30 år – Livsretning og partnerskab	53
Redebygning	54
Karriere	55
Livskriser og mistrivsel	56

Kapitel 6	
30-40 år – Konsolidering af familie og samarbejde	57
Karriere og familie	58
Samarbejde i forældreskab og parforhold	59
Personlig udvikling	61
Livskriser	62
Kapitel 7	
40-50 år – Eksistentiel refleksion og den nye indre rejse	64
Teenagerbørn og børn, der flytter hjemmefra	65
Professionskonsolidering	66
Personlig udvikling	67
Livskriser	68
Kapitel 8	
50-60 år – Indre fordybelse	70
Karriere	71
Personlig udvikling	72
Børnebørn og at være øverst i generationshierarkiet	73
Livskriser	74
Kapitel 9	
60-70 år – Konsolidering af visdom	75
Familie	77
Konsolidering og færdiggørelse af længerevarende livsprojekter	78
Livskriser	79
Kapitel 10	
70-80 år – Eksistentiel frigørelse	80
Visdomsprocesser	80
Videregivelse af livserfaringer	82
Livskriser	83
Kapitel 11	
80-til døden – Livets afslutning og dødsprocessen	84
Når de kære dør	84
Livskriser	85
Egen aldring og dødsproces	86
Afslutning	88
Referencer	89