

O conflito entre identidade em construção e exigência de decisões definitivas

 **Inês Silva**

2221907@iscap.ipp.pt

<https://orcid.org/0009-0005-6141-1828>

ISCAP, Instituto Politécnico do Porto

Resumo

O início da vida adulta é frequentemente marcado por instabilidade, necessidade de definição e decisões com forte impacto no futuro. Neste artigo, discute-se de que forma o conflito entre identidade em construção e a exigência de decisões definitivas intensifica a incerteza nesta fase de vida. A análise sustenta-se com base em três fatores: a pressão para decidir sob uma identidade ainda não consolidada, a transformação da dúvida em sensação de fracasso e a antecipação de responsabilidades antes de existir estabilidade. Como principal contributo, defende-se que esta experiência não deve ser lida apenas como fragilidade individual, mas sim como resultado das condições em que os jovens tentam construir o seu percurso, exigindo uma leitura menos rígida e mais contextual desta transição.

Palavras-chave: Identidade, Incerteza, Início da vida adulta, Tomada de decisão, Dúvida, Jovens adultos

Abstract

The beginning of adulthood is often marked by instability, the need for definition, and decisions with a strong impact on the future. This article discusses how the conflict between an identity still under construction and the demand for definitive decisions intensifies uncertainty at this stage of life. The analysis is based on three factors: the pressure to decide while identity is still not fully consolidated, the transformation of doubt into a feeling of failure, and the anticipation of responsibilities before stability is achieved. As its main contribution, the article argues that this experience should not be read merely as individual fragility, but rather as the result of the conditions under which young people try to build their path, thus requiring a less rigid and more contextual reading of this transition.

Keywords: Identity, Uncertainty, Early Adulthood, Decision-Making, Doubt, Young Adults

Introdução

Para muitos jovens, a passagem para a idade adulta é marcada por mudança e incerteza. Trata-se de um período em que começam a surgir decisões e em que é necessário fazer escolhas com forte impacto no futuro. Esta transição, nem sempre acontece de forma linear, sendo frequentemente vivida com dúvidas, hesitações e dificuldade em perceber que rumo o jovem deve seguir. Arnett (2007) e Schwartz et al. (2013) enquadram esta etapa como “emerging adulthood”, que inclui o foco no eu, a instabilidade e a exposição a uma grande variedade de possibilidades.

Nesta fase, a identidade de muitos jovens ainda não se encontra plenamente consolidada, uma vez que estes continuam a tentar perceber quem são, o que valorizam e que direção querem dar à sua vida, surgindo por isso questões centrais sobre o eu, o futuro, os relacionamentos e o trabalho (Archer, 1982; Schwartz et al., 2013). Neste sentido, Erikson (1950) e Schwartz et al. (2013) identificam a identidade como uma tarefa central desta idade. Becht et al. (2021), Bosma e Kunnen (2001) e Lichtwarck-Aschoff et al. (2008), reforçam esta ideia, afirmando que esta se vai moldando ao longo do tempo, uma vez que está em constante alteração.

É precisamente por isto que nasce o problema central deste tema: por um lado, o jovem está em processo de construção, por outro, já tem de assumir decisões impactantes. A incerteza intensifica-se, não só porque escolher já é difícil, mas porque essa escolha surge antes de existir uma noção mais estável de si mesmo. Estabelecer compromissos sólidos constitui, aliás, uma tarefa crucial nesta fase (Becht et al., 2021; Erikson, 1968; Schwartz et al., 2005).

Este artigo sustenta que o conflito entre identidade em construção e exigência de decisões definitivas intensifica a incerteza no início da vida adulta, porque obriga os jovens a escolher sob pressão, transforma a dúvida em sensação de fracasso e antecipa responsabilidades antes de existir estabilidade, por isso, pede uma leitura menos centrada no indivíduo e mais atenta ao contexto em que este fenómeno acontece. Para desenvolver este argumento, o artigo organiza-se em torno de três eixos: a pressão para decidir sob uma identidade em construção, a transformação da dúvida em sensação de fracasso e a antecipação de responsabilidades antes da estabilidade.

A pressão para decidir sob uma identidade em construção

Decidir pode tornar-se um processo complexo, numa fase em que muitos jovens ainda se estão a tentar descobrir. Isto torna-se ainda mais visível no contexto académico-profissional, uma vez que é nesta altura que as decisões acabam por ter um peso real no percurso de cada um (Kanten & Yeşiltaş, 2015; Wang, 2023). Assim, a pressão associada à decisão pode ser vivida tanto internamente, através da dúvida e da incerteza, como externamente, pelas expectativas e exigências que rodeiam os jovens.

Entre os fatores externos que mais podem pesar neste processo, a família ocupa um lugar particularmente relevante. Nesta fase, muitos jovens sentem que não estão apenas a decidir por si, mas também a tentar corresponder às expectativas daqueles que lhes são mais próximos (Hasyim et al., 2024; Hurlock, 1981). Em muitos casos, esta exigência começa a ser transmitida desde cedo, quando os pais e as escolas reforçam a ideia de que é necessário preparar o futuro, estudar, ter objetivos e evitar ficar para trás em relação aos outros, o que pode intensificar a pressão académica e afetar o bem-estar (Elkind, 1981; Ratner et al., 2025).

Essa pressão tanto se pode sentir de forma mais subtil, como de forma mais direta, quando existe uma orientação mais exigente sobre qual o caminho a seguir. Quando os jovens percecionam essas expectativas como irreais ou diferentes dos seus próprios interesses, a exigência sentida tende a intensificar-se, aumentando consecutivamente o stress associado

à decisão e fragilizando a confiança necessária para escolher um rumo com segurança (Shim, 2007; Wang, 2023). Em consequência disto, os jovens podem ter mais dificuldade em manter contacto consigo mesmos, o que fragiliza a autonomia necessária para definir um rumo próprio (Luyckx et al., 2007).

Para além da influência familiar, o tempo também pesa neste processo, sobretudo quando a necessidade de definição começa a ser sentida como inevitável. Com a aproximação do fim dos estudos ou da entrada no mercado de trabalho, cresce a perceção de que determinadas escolhas já não podem continuar a ser adiadas. Isto acontece, por exemplo, quando os jovens têm de escolher um curso, definir uma direção profissional ou aceitar uma oportunidade de emprego ou estágio, precisamente numa fase em que ainda estão a tentar compreender melhor os seus interesses, motivações e possibilidades.

Neste contexto, algumas etapas deste percurso começam a ser avaliadas em função de um “momento certo”, podendo ser vistas como precoces, tardias ou dentro do prazo esperado (Eliason et al., 2015; Heckhausen et al., 2001). Nesta perspetiva, os desvios em relação a essas expectativas podem ser socialmente penalizados, e não atingir determinados marcos no tempo considerado adequado, pode ter implicações negativas para a saúde mental dos jovens (Eliason et al., 2015). Assim, decidir deixa de ser apenas uma possibilidade futura e passa a ser vivida sob a tensão entre a pressa de avançar e a sensação de estar a ficar para trás (Ratner et al., 2025).

Tudo isto pode tornar-se ainda mais difícil quando é intensificado pela comparação que os jovens fazem com os outros. Num momento em que muitos ainda procuram perceber quem são, esta tende a funcionar como uma forma de autoavaliação e de compreensão da própria posição de cada um (Festinger, 1954; Gyberg & Frisén, 2017). Neste contexto, a construção do “eu” não acontece isoladamente, sendo também influenciada pela forma como cada um se observa em relação aos restantes, o que ajuda a compreender porque é que a exploração identitária pode vir acompanhada de maior comparação social (Erikson, 1968; Gyberg & Frisén, 2017). Ao compararem o seu percurso com o de quem os rodeia, muitos jovens acabam por avaliar as suas próprias escolhas e o seu desempenho em função daquilo que percecionam à sua volta (Festinger, 1954; Gyberg & Frisén, 2017). Deste modo, a pressão não só torna a escolha mais desafiante, como também faz com que a dúvida deixe de ser vivida como parte natural do processo e passe a ser sentida como falha pessoal.

A transformação da dúvida em sensação de fracasso

Perante tantas possibilidades em aberto, é natural que surjam dúvidas e que a decisão se torne mais delicada. Quando as opções se multiplicam, a escolha pode tornar-se mais difícil ou até traduzir-se em adiamento, arrependimento ou até posteriores mudanças de percurso (Chernev et al., 2015; Ratner et al., 2025). Apesar de muitos jovens conseguirem atravessar esta etapa de forma positiva, outros vivem-na com ansiedade e dificuldade em lidar com as questões ligadas à identidade e ao futuro (Arnett, 2014; Peer & McAuslan, 2016).

Vários fatores podem levar os jovens a hesitar durante o processo de tomada de decisão, sobretudo quando não se identificam com as opções disponíveis ou quando nenhuma escolha lhes parece totalmente certa. Tal como referem Arbona et al. (2021) e Xu e Bharg (2019), a indecisão profissional refere-se à incapacidade de escolher e de procurar ativamente um percurso educativo e/ou ocupacional satisfatório. Nesses casos, a dúvida passa a assumir a forma de bloqueio e insegurança. O jovem pode sentir que ainda não se conhece suficientemente para decidir, mas, ao mesmo tempo, que já devia ter essa clareza, interpretando essa indefinição como sinal de afastamento em relação ao percurso que tinha idealizado para si. Neste sentido, a *self-doubt* nesta fase, pode estar associada à incerteza

em relação às próprias capacidades e competências, bem como ao medo do fracasso (Oleson et al., 2000; Peer & McAuslan, 2016).

A construção da identidade profissional não acontece de forma repentina, nem apenas no momento, em que surge a necessidade de escolher um curso ou definir um caminho. Pelo contrário, trata-se de um processo que começa cedo e se prolonga ao longo da vida (Kroger, 2007; Praskova et al., 2015). Esta constrói-se a partir da articulação entre interesses, motivações e papéis profissionais que são socialmente reconhecidos como aceitáveis (Meijers, 1998; Praskova et al., 2015). Quando essa articulação não acontece, a indecisão tende a deixar de ser interpretada como uma etapa transitória e passa a ser vivida como sinal de desencontro consigo mesmo.

Muitas vezes, espera-se que o contacto com o mundo laboral traga clareza, uma vez que permite conhecer de forma mais direta uma realidade que, até aí, lhes chegava sobretudo de forma teórica (Gamboa et al., 2013; Csikszentmihalyi & Schneider, 2001). No entanto, nem sempre é isso que acontece. Algumas experiências deste tipo podem até contribuir para que os estudantes se sintam mais indecisos em relação às escolhas profissionais futuras (Auburn et al., 1993; Green & Farazmand., 2012; Inceoglu et al., 2019). Em vez de resolver a dúvida, essas experiências podem expor novas incertezas ou tornar mais evidente a distância entre aquilo que o jovem imaginava e aquilo que realmente sente quando vive essa realidade. Nestes casos, a experiência não elimina necessariamente a incerteza, por vezes torna-a mais concreta e mais difícil de ignorar.

Assim, a dificuldade em decidir ou em sentir-se enquadrado num percurso começa a ser vivida como fracasso. Mais do que ainda não saber o que quer, o jovem passa a interpretar essa indefinição como um sinal de que já deveria ter encontrado uma resposta. Quando a dúvida começa a ser sentida desta forma, a transição para a vida adulta torna-se ainda mais difícil, sobretudo porque muitos jovens passam a lidar com responsabilidades e expectativas de definição antes de terem estabilidade para as sustentar.

A antecipação de responsabilidades antes da estabilidade

Além das pressões, dúvidas e incertezas que marcam esta transição, surgem também responsabilidades típicas da idade que nem sempre são acompanhadas por condições estáveis para lhes responder (Hogan & Astone, 1986; Piotrowski et al., 2020). Por isso, a entrada na vida adulta deixa de ser vivida apenas como uma fase de descoberta e traz também consigo novas exigências (Hasyim et al., 2024).

Este período continua associado a um conjunto de expectativas sobre aquilo que significa “avançar” na vida e, de forma mais ou menos implícita, espera-se que os jovens comecem a definir o seu lugar e assumir um rumo mais estável (Eliason et al., 2015; Stryker, 1980). No entanto, isso nem sempre acontece de forma imediata, já que muitos acabam por adiar papéis e compromissos associados à vida adulta (Piotrowski et al., 2020). O problema é que, mesmo sem essa estabilidade, as exigências continuam a surgir, o que torna esta fase ainda mais difícil de sustentar.

Dificuldades como conseguir um emprego estável, alcançar autonomia financeira ou lidar com o aumento do custo de vida fazem com que esta transição se prolongue ainda mais (Danziger & Ratner, 2010; Johnson & Ridgeway, 2023). Além disso, nos dias de hoje, há uma maior tendência de estender os estudos e alcançar independência financeira mais tarde, adiando assim a estabilidade (Ratner et al., 2025). Por isso, muitos jovens permanecem durante mais tempo nesta posição, já não são adolescentes, mas também não se sentem por completo adultos (Johnson & Ridgeway, 2023; Settersten & Ray, 2010).

Neste sentido, a antecipação de responsabilidades não deve ser entendida como sinal de que já existe maturidade, mas sim como uma transição que é marcada por vários desequilíbrios. Não se trata apenas de uma dificuldade individual, mas também de um contexto que continua a exigir definição e autonomia (Eliason et al., 2015; Stryker, 1980). Grande parte da insegurança sentida nesta etapa surge porque muitas exigências aparecem antes de existirem condições estáveis para lhes dar resposta (Ratner et al., 2025).

Discussão

A análise desenvolvida permite perceber que a incerteza no início da vida adulta não resulta apenas da dificuldade de decidir, mas do desencontro entre o que ainda está em construção e aquilo que já é exigido (Archer, 1982; Schwartz et al., 2013). A pressão para escolher, a dúvida e a antecipação de responsabilidades mostram que esta fase se torna particularmente exigente quando os jovens sentem que já deveriam ter essa mesma clareza. Neste sentido, a principal ideia a reter é que este fenómeno não deve ser visto apenas como um problema do jovem, mas também como resultado das condições em que ele tenta construir o seu caminho.

Importa sublinhar que o problema está na forma de como a incerteza é interpretada. Quando a pressão para decidir se junta à urgência do tempo e ao peso atribuído a certas escolhas, a dúvida deixa de ser sentida como parte natural do processo e passa a ser vivida como falha pessoal (Ratner et al., 2025). O mal-estar tende a surgir quando a pressão externa é interiorizada pelo jovem como sinal de incapacidade, atraso ou desajuste face ao percurso que sente que já deveria ter definido. Por isso, reduzir esta experiência ao jovem seria insuficiente, porque ela também é moldada pelas condições em que é vivida.

Ainda assim, esta leitura não implica que todos os fatores externos sejam necessariamente negativos. A família, por exemplo, nem sempre surge como fonte de controlo, em muitos casos, pode antes funcionar como apoio, orientação e proteção, sobretudo quando os ajuda a lidar com a ansiedade e com a tensão própria desta fase (Ratner et al., 2025). O mesmo pode acontecer com a comparação social, que nem sempre tem de ser negativa. Em alguns casos, pode até ajudar os jovens a perceber melhor onde estão, a pensar no seu percurso e a refletir sobre aquilo que querem para si (Yang et al., 2018).

Neste sentido, importa que os contextos que acompanham os jovens, como a família, a escola, o ensino superior e os primeiros espaços profissionais, não reforcem apenas a urgência da decisão, mas também criem condições para que a dúvida não seja automaticamente interpretada como incapacidade. Na prática, isto passa por mensagens menos centradas na ideia de “decidir certo à primeira” e por formas de acompanhamento que normalizem a dúvida e as mudanças de percurso, em vez de as apresentarem como sinais de falha. Isto implica valorizar percursos que nem sempre seguem uma linha reta, aceitar que rever escolhas também faz parte do processo e perceber que a orientação não deve servir apenas para levar os jovens a decidir mais depressa, mas também para os ajudar a compreender melhor os seus interesses, limites e possibilidades.

Os mesmos fatores que podem intensificar a pressão também podem, quando vividos em contextos de apoio e não de culpabilização, abrir espaço para o crescimento, para a maturidade vocacional e para a aprendizagem. A dúvida, quando não é imediatamente interpretada como falha, pode ajudar o jovem a rever escolhas, compreender melhor os seus interesses e desenvolver uma relação mais consciente com o próprio percurso. Esta capacidade de rever expectativas, reorganizar escolhas e lidar com a indefinição sem a transformar de imediato em incapacidade pode funcionar como um mecanismo de autorregulação perante a incerteza. Assim, a incerteza não deixa de ser uma experiência exigente, mas pode ser integrada como parte do processo de construção identitária e de tomada de decisão.

Deste modo, mais do que esperar que tudo fique definido cedo demais, importa reconhecer que este período é, para muitos jovens, uma fase em que ainda há muito por construir e ajustar. Demorar mais tempo a consolidar um rumo não deve ser visto automaticamente como falha, mas como parte de um processo que nem sempre é linear, até porque as questões identitárias podem voltar a surgir ao longo da vida (Schwartz et al., 2013). Tal como acontece, no contexto académico-profissional, os percursos nem sempre se definem de forma imediata. Rever escolhas ou até mudar de curso pode fazer parte do próprio processo de exploração, em vez de ser automaticamente lido como sinal de fracasso (Malgwi et al., 2005 e Schwartz et al., 2013).

Assim, pode concluir-se que compreender esta fase exige uma perspetiva menos rígida e mais atenta ao contexto em que os jovens tentam encontrar o seu lugar. Só assim a incerteza deixa de ser vista como falha pessoal e passa a ser entendida como parte de uma transição complexa e exigente, sendo importante integrá-la e normalizá-la no próprio processo de decisão (Arbona et al., 2021; Kwok, 2018).

Conclusão

Este artigo procurou compreender de que forma o conflito entre identidade em construção e exigência de decisões definitivas intensifica a incerteza no início da vida adulta. A análise desenvolvida permitiu mostrar que esta tensão não resulta apenas da dificuldade de decidir, mas também do facto de muitas escolhas surgirem num momento em que os jovens ainda procuram definir a direção que querem dar ao seu percurso (Schwartz et al., 2013). Além disso, a análise ajuda a perceber que a pressão para decidir, a vivência da dúvida como fracasso e a antecipação de responsabilidades antes da estabilidade não atuam isoladamente, pelo contrário, cruzam-se e reforçam-se mutuamente.

Neste sentido, defende-se que esta experiência não deve ser entendida apenas como um problema individual, porque também é marcada pelas condições em que os jovens se tentam encontrar. Quando lhes é exigido definição e responsabilidade, a incerteza torna-se mais difícil de suportar e passa mais facilmente a ser sentida como falha pessoal (Ratner et al., 2025). Por isso, compreender esta etapa exige uma perspetiva menos rígida e mais atenta ao contexto em que estas exigências são vividas.

Deste modo, pode concluir-se que o início da vida adulta não deve ser pensado a partir da ideia de que tudo tem de acontecer de forma linear, rápida e segura. Mudar de ideias, rever escolhas ou demorar mais tempo a decidir não significa, necessariamente, fracasso, podendo antes fazer parte de um processo ainda em construção. Quando acompanhada por contextos de apoio e por uma leitura menos culpabilizante, a dúvida pode também contribuir para uma relação mais consciente com o próprio percurso.

Futuras reflexões críticas poderão aprofundar não só os fatores que intensificam esta experiência de incerteza, mas também as condições que ajudam os jovens a atravessá-la de forma mais ajustada e menos culpabilizante. Neste sentido, seria pertinente compreender melhor o papel da orientação vocacional, do apoio familiar, dos estágios e dos primeiros contextos profissionais na forma como os jovens interpretam a dúvida e constroem as suas decisões. Também poderá ser relevante acompanhar esta transição ao longo do tempo e analisar práticas concretas, como programas de orientação, acompanhamento psicológico ou estratégias educativas que ajudem a enquadrar a indecisão como parte de um processo de exploração, e não como sinal de incapacidade ou fracasso.

Declaração de uso de IA

Durante a elaboração deste artigo, a autora utilizou a ferramenta *ChatGPT (OpenAI)* para reformulação de frases, aperfeiçoamento gramatical, ajuda na organização de ideias e estruturação de texto. Todo o conteúdo gerado foi submetido a uma análise crítica, sendo

revisto, validado e complementado pela autora, garantindo o seu rigor conceptual e a sua conformidade com princípios éticos e científicos.

Referências

- Arbona, C., Fan, W., Phang, A., Olvera, N., & Dios, M. (2021). Intolerance of uncertainty, anxiety, and career indecision: A mediation model. *Journal of Career Assessment*, 29(4), 699–716. <https://doi.org/10.1177/10690727211002564>
- Archer, S. L. (1982). The lower age boundaries of identity development. *Child Development*, 53(6), 1551–1556. <https://doi.org/10.2307/1130083>
- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Child Development Perspectives*, 1(2), 68–73. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00016.x>
- Arnett, J. J. (2014). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199929382.001.0001>
- Auburn, T., Ley, A., & Arnold, J. (1993). Psychology undergraduates' experience of placements: A role-transition perspective. *Studies in Higher Education*, 18(3), 265–285. <https://doi.org/10.1080/03075079312331382211>
- Becht, A. I., Nelemans, S. A., Branje, S. J. T., Vollebergh, W. A. M., & Meeus, W. H. J. (2021). Daily identity dynamics in adolescence shaping identity in emerging adulthood: An 11-year longitudinal study on continuity in development. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(8), 1616–1633. <https://doi.org/10.1007/s10964-020-01370-3>
- Bosma, H. A., & Kunnen, E. S. (2001). Determinants and mechanisms in ego identity development: A review and synthesis. *Developmental Review*, 21(1), 39–66. <https://doi.org/10.1006/drev.2000.0514>
- Chernev, A., Böckenholt, U., & Goodman, J. (2015). Choice overload: A conceptual review and meta-analysis. *Journal of Consumer Psychology*, 25(2), 333–358. <https://doi.org/10.1016/j.jcps.2014.08.002>
- Csikszentmihalyi, M., & Schneider, B. (2001). *Becoming adult: How teenagers prepare for the world of work*. Basic Books.
- Danziger, S., & Ratner, D. (2010). Labor market outcomes and the transition to adulthood. *The Future of Children*, 20(1), 133–158. <https://doi.org/10.1353/foc.0.0041>
- Eliason, S. R., Mortimer, J. T., & Vuolo, M. (2015). The transition to adulthood: Life course structures and subjective perceptions. *Social Psychology Quarterly*, 78(3), 205–227. <https://doi.org/10.1177/0190272515582002>
- Elkind, D. (1981). *The hurried child: Growing up too fast too soon*. Addison-Wesley Publishing Company.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. W. W. Norton & Company.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W.W. Norton & Company
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117–140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Gamboa, V., Paixão, M. P., & Jesus, S. N. (2013). Internship quality predicts career exploration of high school students. *Journal of Vocational Behavior*, 83(1), 78–87. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2013.02.009>

- Green, R. D., & Farazmand, F. A. (2012). Experiential learning: The internship and live-case study relationship. *Business Education & Accreditation*, 4(1), 13–23.
<https://ssrn.com/abstract=2005193>
- Gyberg, F., & Frisén, A. (2017). Identity status, gender, and social comparison among young adults. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 17(4), 239–252.
<https://doi.org/10.1080/15283488.2017.1379905>
- Hasyim, F. F., Setyowibowo, H., & Purba, F. D. (2024). Factors contributing to quarter life crisis on early adulthood: A systematic literature review. *Psychology Research and Behavior Management*, 17, 1–12. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S438866>
- Heckhausen, J., Wrosch, C., & Fleeson, W. (2001). Developmental regulation before and after a developmental deadline: The sample case of “biological clock” for childbearing. *Psychology and Aging*, 16(3), 400–413. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.16.3.400>
- Hogan, D. P., & Astone, N. M. (1986). The transition to adulthood. *Annual Review of Sociology*, 12, 109–130. <https://doi.org/10.1146/annurev.so.12.080186.000545>
- Hurlock, E. B. (1981). *Developmental psychology: A life-span approach* (5th ed.). McGraw-Hill.
- Inceoglu, I., Selenko, E., McDowall, A., & Schlachter, S. (2019). (How) do work placements work? Scrutinizing the quantitative evidence for a theory-driven future research agenda. *Journal of Vocational Behavior*, 110, 317–337.
<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2018.09.002>
- Johnson, M. K., & Ridgeway, S. (2023). Becoming independent and responsible adults: Does parental financial help interfere? *Journal of Family Issues*, 45(3), 571–591.
<https://doi.org/10.1177/0192513X231155600>
- Kanten, P., & Yeşiltaş, M. (2015). The effects of positive and negative perfectionism on work engagement, psychological well-being and emotional exhaustion. *Procedia Economics and Finance*, 23, 1367–1375. [https://doi.org/10.1016/S2212-5671\(15\)00522-5](https://doi.org/10.1016/S2212-5671(15)00522-5)
- Kroger, J. (2007). *Identity development: Adolescence through adulthood* (2nd ed.). SAGE Publications.
- Kwok, C. Y. N. (2018). Managing uncertainty in the career development of emerging adults: Implications for undergraduate students. *Australian Journal of Career Development*, 27(3), 137–149. <https://doi.org/10.1177/1038416217744216>
- Lichtwarck-Aschoff, A., van Geert, P., Bosma, H., & Kunnen, S. (2008). Time and identity: A framework for research and theory formation. *Developmental Review*, 28(3), 370–400. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2008.04.001>
- Luyckx, K., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Goossens, L., & Berzonsky, M. D. (2007). Parental psychological control and dimensions of identity formation in emerging adulthood. *Journal of Family Psychology*, 21(3), 546–550.
<https://doi.org/10.1037/0893-3200.21.3.546>
- Malgwi, C. A., Howe, M. A., & Burnaby, P. A. (2005). Influences on students' choice of college major. *Journal of Education for Business*, 80(5), 275–282.
<https://doi.org/10.3200/JOEB.80.5.275-282>

- Meijers, F. (1998). The development of a career identity. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 20(3), 191–207.
<https://doi.org/10.1023/A:1005399417256>
- Oleson, K. C., Poehlmann, K. M., Yost, J. H., Lynch, M. E., & Arkin, R. M. (2000). Subjective overachievement: Individual differences in self-doubt and concern with performance. *Journal of Personality*, 68(3), 491–524. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00104>
- Peer, J. W., & McAuslan, P. (2016). Self-doubt during emerging adulthood: The conditional mediating influence of mindfulness: the conditional mediating influence of mindfulness. *Emerging Adulthood*, 4(3), 176–185.
<https://doi.org/10.1177/2167696815579828>
- Piotrowski, K., Brzezińska, A. I., & Luyckx, K. (2020). Adult roles as predictors of adult identity and identity commitment in Polish emerging adults: Psychosocial maturity as an intervening variable. *Current Psychology*, 39(6), 2149–2158.
<https://doi.org/10.1007/s12144-018-9903-x>
- Praskova, A., Creed, P. A., & Hood, M. (2015). Career identity and the complex mediating relationships between career preparatory actions and career progress markers. *Journal of Vocational Behavior*, 87, 145–153.
<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.01.001>
- Ratner, K., Budesheim, E. F., Alexander, C. S., Klein, R. C., Leinenweber, S., Zhang, L., Zhao, T. Y., Garcia Romero, O., & Napolitano, C. M. (2025). Hurry up and wait: Developmental anxiety during the transition to adulthood. *Journal of Family Theory & Review*, 17(3), 483–505. <https://doi.org/10.1111/jftr.12621>
- Schwartz, S. J., Côté, J. E., & Arnett, J. J. (2005). Identity and agency in emerging adulthood: Two developmental routes in the individualization process. *Youth & Society*, 37(2), 201–229. <https://doi.org/10.1177/0044118X0527>
- Schwartz, S. J., Zamboanga, B. L., Luyckx, K., Meca, A., & Ritchie, R. A. (2013). Identity in emerging adulthood: Reviewing the field and looking forward. *Emerging Adulthood*, 1(2), 96–113. <https://doi.org/10.1177/2167696813479781>
- Settersten, R. A., & Ray, B. E. (2010). *Not quite adults: Why 20-somethings are choosing a slower path to adulthood, and why it's good for everyone*. Bantam.
- Shim, H. K. (2007). *The effects of parental career expectation and attachment level on career decision-making among college students: The mediating effect of career decision-making self-efficacy and career aspiration* [Doctoral dissertation, Seoul Women's University].
- Stryker, S. (1980). *Symbolic interactionism: A social structural version*. Benjamin/Cummings Publishing Company.
- Wang, Y. (2023). The influence of overparenting on college students' career indecision: A moderated mediation analysis. *Psychology Research and Behavior Management*, 16, 4569–4582. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S436675>
- Xu, H., & Bhang, C. H. (2019). The structure and measurement of career indecision: A critical review. *The Career Development Quarterly*, 67(1), 2–20.
<https://doi.org/10.1002/cdq.12159>
- Yang, C. -c., Holden, S. M., Carter, M. D.K., & Webb, J. J. (2018). Social media social comparison and identity distress at the college transition: A dual-path model.

Journal of Adolescence, 69, 92–102.
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.09.007>