

Lebenslust und Alltagsfrust – Das beschäftigt Jugendliche heute

Abstract von **Annette Cina**

Das Jugendalter ist eine Phase, in der die Jugendlichen verschiedene Entwicklungsaufgaben bewältigen müssen: Eine eigene Identität sowie ein eigenes Selbstbild entwickeln und ihre Position in der Gesellschaft finden. Es ist daher eine Phase, in der diverse Herausforderungen an den jungen Menschen gestellt werden und ihn überfordern können. Diverse aktuelle Studien stellen darum die Frage, was die Jugendlichen heute beschäftigt, wie es ihnen geht und wo sie der Schuh drückt. Welche Hinweise geben uns diese Untersuchungen über neuere Entwicklungen, bei denen Jugendliche Unterstützung benötigen?

Lebenslust

Die globale Welt übers Internet ist bei Jugendlichen sehr präsent. Vieles spielt sich über die sozialen Medien und online ab. Doch schliesst dies ein Zusammensein mit anderen nicht aus: Dieses ist und bleibt für Jugendliche immer noch sehr wichtig. Sei es als ein gemeinsames Abhängen oder gemeinsame Aktivitäten mit anderen Jugendlichen. Auch gemeinsame Aktivitäten mit der Familie sind wieder im Trend.

Alltagsfrust

Die Werte, nach denen Jugendliche leben, sind ähnlich jenen der Erwachsenenwelt geworden: Familie wird als sicherer Anker wahrgenommen, die Jugendlichen sind sich bewusst, dass Leistung in Schule und Beruf bedeutsam ist, um einen guten Status zu erreichen. Die Möglichkeiten des Internets werden genutzt und die Welt wird global wahrgenommen. Dies bringt jedoch mit sich, dass der Druck auf Mädchen wie auch auf Jungen sehr gross geworden ist, sich optimal darzustellen, sowohl was ihr Äusseres als auch ihre Fähigkeiten betrifft. Leistungsdruck ist ein Thema, das viele Jugendliche beschäftigt.

Wie geht es den Jugendlichen?

Viele Jugendliche beurteilen ihr Befinden als gut bis sehr gut. Diese Einschätzung ist mit jener der Jugendlichen aus unseren Nachbarländern vergleichbar. Jedoch sind Stress, Essstörungen, somatische Beschwerden wie Kopfschmerzen und auch Schlafstörungen nicht selten anzutreffen. Jugendliche, die von erhöhtem und anhaltendem Stress berichteten, zeigten sich beeinträchtigt in ihrem Wohlbefinden und weisen eine geringere Lebenszufriedenheit auf.

Je nach Studie leiden 1-2 Jugendliche von 10 unter diversen psychischen als auch physischen Störungen. Dies kann durchaus auch als Folge des erhöhten Erwartungs- und Leistungsdrucks gewertet werden. Wie Jugendliche damit umgehen, ist sehr unterschiedlich. Gemeinsam ist ihnen eine gewisse Unsicherheit, was die Zukunft bringt und ob sie einen sicheren Platz in der Gesellschaft finden werden.

Die Ängste und Sorgen der Jugend sind ein Spiegel der Gesellschaft.

Die Ängste, Sorgen und das Befinden unserer Jugendlichen spiegeln zu einem gewissen Masse die Ängste und Sorgen ihres sozialen Umfeldes und der Gesellschaft, in welcher sie sich bewegen. In diesem Sinne sind die Sorgen der Jugendlichen ein Appell an die Gesellschaft und alle Bezugspersonen, die Jugendlichen darin zu stärken, wie sie sowohl mit den Alltagssorgen als auch mit den langfristigen Belastungen umgehen können. Auch wir müssen uns mit den Fragen auseinandersetzen, die sich Jugendliche stellen, damit wir ihnen als erwachsene Bezugspersonen Struktur und Halt geben sowie bei Problemen mögliche Antworten und Hilfestellungen bieten können.

Dr. phil. Annette Cina
Koordinatorin; Institut für Familienforschung und -beratung
Universität Freiburg
Rue Faucigny 2
1700 Fribourg
026 300 73 53
annette.cina@unifr.ch
www.unifr.ch/iff