

## Liebe Lesende,

neulich sprach ich mit einer befreundeten Hochschulprofessorin. Sie berichtete, dass sie – seit längerem nun im Home-Office - es sehr schon fände, dass die Pendelzeit nach Mannheim entfiel und sie so viel **mehr Zeit mit ihrer Familie**, insbesondere mit ihren beiden Kindern habe. Und räumte dann ein: „Meine Kinder sehen das natürlich anders. Sie nervt es total, dass wir nun auch immer zuhause sind“. Ihr Sohn ist 16, ihre Tochter 14. Und ich überlegte mal wieder, wie es sich wohl anfühlt, einen Teil der **Adoleszenz im Corona-Lockdown** zu verbringen.

## Corona-Generation: ausgebremst & eingesperrt

Von der Gen C, der „Corona-Generation“, war in den Medien schon die Rede. Und auch wenn ich dies für überzogen halte, da Corona hoffentlich in Dauer und Auswirkung nicht für eine generationale Namensgebung taugt, so ist klar geworden, dass neben den Senior\*innen auch Jugendliche eine besonders vulnerable gesellschaftliche Gruppe darstellen, die stark unter den Covid19-Einschränkungen leidet.

Bundesfamilienministerin Franziska Giffey dazu im Februar 2021 in der FAZ: „Im vergangenen Jahr sind **nicht nur Bildungslücken entstanden, sondern auch Bindungslücken**“. Dies unterstützt der Soziologie-Professor Corsten von der Universität Hildesheim: "Obwohl diese Generation eigentlich so routiniert ist im Umgang mit digitalen sozialen Medien, machen viele junge Leute doch noch einen Unterschied zwischen der wirklichen Welt und der Welt im Digitalen." Es gebe jetzt sozusagen eine **Generation "in Klammern"**, die sich permanent umorientieren müsse. Das könne zu viel Frustration führen. Und manche berufliche wie private Gelegenheiten - etwa längere Reisen oder ein Auslandsjahr nach dem Schulabschluss – ließen sich vielleicht nie wirklich nachholen. (Quelle: br.de)

Dass die Coronavirus-Pandemie an Deutschlands Jugend nicht spurlos vorbeigeht, bestätigt auch eine Befragung, die im Auftrag des Stifterverbandes im Juli 2020 durchgeführt wurde. Rund 2700 Jugendliche wurden zu ihrer „Corona-Stimmung“ befragt und geben an, sich mehr Unterstützung in der Krise zu wünschen. 53 Prozent

offenbaren, durch die Corona-Krise **größere Zukunftssorgen** zu haben. Die Mehrheit fühlt sich **einsam** (58%) und mit dem Gefühl belastet, nun **mehr Verantwortung tragen zu müssen** (75%).



Für die „Gen C“ scheint also das alte gesellschaftliche Versprechen „Die nächste Generation hat es besser als die vorherige“ noch unerreichbarer als für die Generationen Y und Z. Dies untermauert auch die zweite „JuCo2“-Studie der Goethe-Universität Frankfurt: Die Erfahrungen der Corona-Pandemie machen jungen Menschen **Angst vor der Zukunft**. Rund 80 Prozent betonen, wie sehr ihnen der **Ausgleich zum Lernen durch soziale Kontakte und Freizeitaktivitäten fehle**. Zu den sowieso drängenden Problemen des **Klimawandels und der finanziellen Versorgung im Alter** – siehe die Glücksletter Nr. 69 und 70 - landen nun soziale Einsamkeit und wirtschaftliche Ängste auf den Schultern der jungen Generationen.

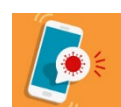


Im Teenager-Alter stehen eigentlich ganz andere Dinge an: **Die Bedeutung der Peer-Group nimmt stark zu, die der Eltern hingegen ab** – eine natürliche und notwendige Entwicklung, die die **schrittweise Loslösung vom Elternhaus** ermöglichen soll. Soziale Kontakte sind für Kinder und Jugendliche entwicklungsrelevant. Gerade dieser Bereich ist jedoch aktuell massiv eingeschränkt und es fehlen Möglichkeiten, außerhalb der Kernfamilie soziale Anregungen und Unterstützung zu erfahren. Virtuelle Kontakte über soziale Medien können solch persönliche Treffen nur kurzfristig ausgleichen.

Die Kontaktunterbrechungen, so befürchten Fachleute, werden Folgen für die soziale Entwicklung, insbesondere schutzbedürftiger und sozial benachteiligter Kinder und Jugendlicher, haben. Die Deutsche Gesellschaft für Psychologie e.V warnt daher: „Bereits vor der Corona-Krise war **Deutschland eines der Länder mit der höchsten Bildungsungleichheit** und einem hohen Anteil an Kindern und Jugendlichen mit erheblichen Bildungsdefiziten. Es ist zu befürchten, dass sich dieser Trend durch die aktuelle Situation verschärft.“

Hilfen speziell für Jugendliche, die sich in der Coronazeit belastet fühlen, lassen sich bspw. finden auf:

<https://www.youth-life-line.de>  
<https://www.jugendnotmail.de>  
<https://mymoodpath.com/de/>



## Corona-Blues in Südkorea

Eine vulnerable Gruppe stand schnell im Pandemie-Fokus: Frauen. Mit den Mehrfachbelastungen Home-Office, Home-Schooling, Familienleben, Partnerschaft und Haushalt gehören sie eindeutig zu den Corona-Verlierer\*innen.

In **Südkorea** hat dies tragische Auswüchse angenommen: Dort hat die Regierung zwar die Corona-Pandemie weitgehend unter Kontrolle gebracht. Doch hinter den Kulissen spielt sich eine Tragödie ab, die mittlerweile als „stilles Massaker“ bezeichnet wird. „In unserer Gesellschaft sind männliche Arbeitskräfte noch immer die Hauptbeschäftigten. Frauen hingegen werden meist als **Hilfskräfte eingesetzt, die bei Bedarf in der Dienstleistungsbranche arbeiten und jederzeit entlassen werden können**“, erklärt Uni-Professorin Sook-rang dazu.



Tatsächlich haben im Krisenjahr 2020 bislang weit über 120.000 junge Südkoreanerinnen ihre Arbeitsstelle verloren. Gleichzeitig fallen sie durch den rudimentären Sozialstaat, der ausschließlich Hilfsmaßnahmen für Frauen vorsieht, die eine Familie gründen. **Alleinstehende Frauen ohne Kinder wurden bislang stets ignoriert. Ein Baby bedeute aber nur Nachteile, so die jüngeren Koreanerinnen.** "Keine Kinder zu bekommen, ist unsere Art, ‚Nein‘ zu sagen zu den Ungerechtigkeiten in diesem Land", sagt Studentin Han.

2018 bereits konstatierte die damalige Familienministerin Chung Hyun-back: "Jahrelang haben wir übersehen, worin das wirkliche Problem liegt: **in der enormen Ungleichheit zwischen den Geschlechtern und den unmenschlich langen Arbeitszeiten in unserem Land**". Das Lohngefälle zwischen den Geschlechtern, der sog. Gender-Pay-Gap, ist mit 34% in keinem OECD-Land so hoch wie in Südkorea.

Die Mischung aus Leistungsdruck, Konkurrenzkampf, Vereinsamung und Tabuisierung psychischer Erkrankungen ist explosiv: Für viele Koreanerinnen scheint Freitod eine Lösung. Von Januar bis August 2020 wurde über ein Drittel aller Suizidversuche von jungen Südkoreanerinnen in den 20er Lebensjahren begangen – ein Anstieg von 40% in dieser Altersgruppe... (Quelle: RND/ Spiegel online)

## Corona-Blues in Deutschland

Müssen wir nach fast einem Jahr Corona-Restriktionen die Befürchtung haben, dass die Zahl der Suizide und Suizidversuche auch in Deutschland zunehmen?

Wie auch schon im Artikel zur „Höhlenkompetenz in Corona-Zeiten“ angedeutet (Glücksletter 12/20), sind **introvertierte und emotional stabile Menschen** bei der Bewältigung der Pandemie-Restriktionen klar im Vorteil. Doch wie sieht es bei allen anderen aus?

Ulrich Hegerl, Psychiater und Vorsitzender der Stiftung Deutsche Depressionshilfe, weist auf Folgendes hin: Suizide erfolgen zu 90% in Verbindung mit einer negativ verzerrten Weltansicht infolge von bspw. Depressionen, die mit Abstand die häufigste Ursache für Suizide seien, aber gleichzeitig eine eigenständige Erkrankung darstelle, nicht (nur) eine Reaktion auf schwierige Lebensumstände. Das bedeutet: **Letztlich treiben corona-bedingte Sorgen allein nicht zum Suizid.** (Quelle: rnd.de)



Risikogruppen für eine Selbsttötung stellen laut der Dt. Gesellschaft für Suizidprävention überdurchschnittlich oft Männer, Menschen im höheren Lebensalter, Menschen mit gleichgeschlechtlicher sexueller Orientierung und junge Frauen mit Migrationsgeschichte dar. Der Langzeittrend in Deutschland zeigt aber erfreulicherweise eine deutliche Abwärtsbewegung: **Suizide haben sich seit Beginn der 80er Jahre nahezu halbiert** aufgrund effektiverer Vorsorgemaßnahmen, einer verbesserten **Aufklärung** sowie einer gewachsenen **Sensibilität** in der medialen Berichterstattung (→ **Vermeidung des „Werther“-Effekts**, der Nachahmer\*innen erzeugt). Auch die Verkleinerung von Medikamenten-Packungsgrößen, die eine Selbsttötung mit dem Inhalt einer Packung ausschließen, trägt zur Reduktion der Zahlen bei. Manche Bundesländer verkünden gar bereits einen Rückgang der Fälle. (Quelle: statista.com).

Allerdings ist aus früheren Pandemien bekannt, dass an deren Beginn eine „**Flitterwochen-Periode**“ stehe: In ihr sei der soziale Zusammenhalt und die gegenseitige Unterstützung noch groß und gut ausgeprägt.



Das Land Baden-Württemberg hat daher mit Unterstützung des ZIS unter der Rufnummer

**0800 / 377 377 6**

eine (natürlich kostenfreie) telefonische Beratung eingerichtet für Menschen mit corona-bedingten psychischen Belastungen. Expert\*innen stehen dort täglich von 8 bis 20 Uhr zur Verfügung. Gerne weitersagen!



**We all are in this together**

**Alles Gute bis zum nächsten Glücksletter!** 