

## Interview



Wie ticken die jungen Menschen? Eine Psychologin gibt Einblicke.

FOTO: FERDY DAMMAN

## „Die junge Generation geht anders mit psychischen Problemen um“

Wie ticken Generation Z und Alpha? – Eine Jugendpsychologin im Gespräch

Von Ronja Straub

LINDAU - Sie sind mit dem Smartphone aufgewachsen und ihnen ist die Work-Life-Balance wichtig: die Generation Z und Alpha. Aber wie sind die 16- bis 25-Jährigen wirklich? Die Kinder- und Jugendpsychologin Michaela Sanders hat bei den Lindauer Psychotherapiewochen einen Workshop dazu gegeben. Warum immer mehr junge Menschen in Therapie gehen – und wie sie ticken, darüber spricht Michaela Sanders im LZ-Interview.

**Frau Sanders, eigentlich ist es ja immer besser mit den Menschen anstatt über sie zu sprechen. Allerdings müssen sie sich als Jugendtherapeutin ja in die jungen Leute der Generation Z und Alpha hineinversetzen. Fällt ihnen das manchmal schwer?**

Ich habe einen Sohn in dem Alter. Er lernt mir schon ganz viel an Verhaltensweisen und Trends. So kann ich auch Spleens (dt. Marotten) der Generation gut an ihm beobachten.

**Was prägt die Generation Z und Generation Alpha?**

Für mich sind es vier Dinge. Zum einen werden Informationen anders vermittelt. Heutzutage hat man sie allzeit verfügbar. Man muss zum Beispiel nicht in die Bibliothek. Das macht natürlich etwas mit einem. Außerdem ist Entertainment immer verfügbar. Die Leute langweilen sich nicht mehr. Sobald man sich langweilt, hat man sofort das Handy. Außerdem ändern sich die sozialen Interaktionen. Man ist jetzt online und offline im Kontakt. Und das Vierte ist, dass sie mit künstlicher Intelligenz ganz anders umgehen können. Also ChatGPT (Anm. d. Red. Das ist ein Chatbot, der künstliche Intelligenz einsetzt) gibt es seit etwa zwei Jahren und das wird schon total selbstverständlich benutzt.

**Zur Generation Z gehören Menschen, die zwischen 1995 und 2010 geboren wurden. Alle, die danach auf die Welt gekommen sind, sind Generation Alpha. Unterscheiden sie zwischen**

**diesen beiden Generationen?**

Sanders: Ursprünglich kommt die Einteilung aus der Arbeitswelt. Man wollte wissen, wie man in der Arbeitswelt beispielsweise in Bewerbungen mit den Menschen umgeht. Klar gibt es Unterschiede. Aber ich glaube, dass vieles ähnlich ist. Die Coronakrise haben zum Beispiel beide Generationen erlebt. Zwar zu einem unterschiedlichen Alter, aber meistens noch im Jugendalter. Und das beeinflusst sie natürlich.

**Inwieweit?**

Sanders: Vielen fehlt ein Entwicklungsschritt. Kontakte zu knüpfen lernt man, wenn man mal einen Korb bekommt und mit Enttäuschungen umgehen muss. Häufig sind die jungen Menschen zu Hause gesessen und haben eben keine Erfahrungen gesammelt. Wichtig ist mir aber einmal zu sagen: Man kann nicht alle über einen Kamm scheren. Als Psychotherapeutin sehe ich den Einzelnen.



Wie ticken junge Menschen? Darüber hat Michaela Sanders bei den Lindauer Psychotherapiewochen gesprochen.

**Nimmt die psychische Belastung in der Generation Z und Alpha zu?**

Die Generation geht anders mit psychischen Problemen um, als meine Generation und auch die meiner Mutter. Da waren psychische Probleme eher verpönt. Die heutige Generation nimmt sich das Recht heraus, nach dem Motto: 'Ich gehe zur Therapie und ich tue was für mich und das ist auch gut so.'

**Woran liegt es, dass das Thema Therapie von jungen Generationen nicht mehr so tabuisiert wird?**

Es ist eine Generation, die sehr viele Freiheiten hat und sich definieren muss. Also es gibt viel mehr Identitäten: Es gibt Geschlechtsidentitäten, sexuelle Orientierung, es gibt viel mehr Lebensentwürfe, viel mehr Möglichkeiten, was man nach dem Abitur macht. Es ist also eine Identitätssuche und manche definieren sich auch über psychische Störungen. Über

diese ist ja vieles im Internet nachzulesen.

**Bedeutet das, dass einfach nur das Tabu abgebaut wurde oder haben tatsächlich mehr junge Menschen psychische Probleme?**

Beides. Es ist für die Jugend auch immer schwerer, gut mit ihren Emotionen umzugehen.

**Können Sie das erklären?**

Um seine eigenen Emotionen zu erkennen, braucht man eigentlich eine frühkindliche Spiegelung von Eltern, die da sind – auch körperlich. Also man braucht den direkten Kontakt. Die Eltern der Generationen Z und Alpha sind immer mehr am Handy. Sie stillen beispielsweise und lesen nebenbei etwas am Handy. Dann ist dieser Kontakt nicht mehr so reibungslos herzustellen und dann ist es schwerer für die Kinder und Jugendlichen, Emotionen überhaupt zu identifizieren und zu regulieren.

**Gleichzeitig gibt es ja aber auch immer mehr Eltern, die ihre Kinder überbehüten, das sind die sogenannten Helikoptereltern.**

Es gibt viele Einflüsse, die eine Rolle spielen. Dazu kommen jetzt auch die Rasenmäher-Eltern. Das sind Eltern, die nicht nur schützend darüber schweben, sondern die alle Hindernisse aus dem Weg räumen. Deshalb sagt man der jungen Generation nach, dass sie weniger eigenständig Probleme angehen kann.

**Man sagt der jungen Generation auch nach, dass sie sehr auf ihre Work-Life-Balance achtete und gleichzeitig der Leistungsdruck auf sie immer weiter steigt. Stimmt das?**

Der Leistungsdruck wird größer. Daraus gibt es aber zwei Entwicklungen. Die einen hängen sich unglaublich rein. Das sieht man an den Abiturienten, die nur noch lernen. Und es gibt aber auch die anderen, die sagen: 'Da mache ich jetzt nicht mit'. Denen ist die Work-Life-Balance wichtiger und ihr Abitur und ihre Note vielleicht nicht so wichtig.

## Historisches akustisch erlebbar machen

Ein Männerchor singt für die Darstellung Lindauer Geschichte des 19. Jahrhunderts

Von Christian Flemming

LINDAU - Es wird immer spannender, was die Besucher und Besucherinnen des Museums künftig im Cavazzen so alles erwartet. Eine Medienstation wird sich mit einem Stück Lindauer Gesellschaftsgeschichte am Beispiel des Männergesangsvereins „Liederkrantz“ befassen, der im späten 19. Jahrhundert über 100 Mitglieder zählte. Damit die Medienstation auch akustisch zum Erlebnis wird, haben jetzt elf Sänger unter der Leitung von Burkhard Pflomm Aufnahmen gemacht.

Über die eigentliche Bedeutung der Männerchöre wird die neue Medienstation aller Voraussicht nach einiges zu berichten wissen. Dass sich ein Männerchor in seiner Bedeutung auch völlig überschätzen kann, belegt die Geschichte von der Invasion Achbergs, als – vermutlich nicht mehr ganz nüchterne – Sängern des Liederkranzes eines Abends beschlossen hatten, mit dem Zug von der Lindauer Insel nach Oberreitnau zu fahren und dann weiter zu Fuß gen Achberg zu ziehen und es vom Joch der preußischen Herrschaft zu befreien. Die Aktion schlug völlig fehl, ging für die „Invasoren“ aber glimpflich aus, dank des rhetorischen Geschicks ihres Anwalts Dr. Völk, dessen Vorname nicht überliefert ist. Als Dank wurde er aber auf einem Silberpokal verewigt mit der Inschrift: „Achbergs Eroberer 1866. Hermann Beckh. Friedrich Magerl, Joseph Moser. Eugen von Pfister. Otto von Pfister. Christian Walpeltiner ihrem beredten Anwalte D. Völk.“ Der Pokal wird neben der Medienstation in einer Glasvitrine ausgestellt sein.

Inspiration für die Medienstation waren jedoch eher zwei Fo-

toalben aus der Zeit um 1870, das viele Mitglieder des Liederkranzes mit Portraitfoto und Informationen wie Name und Berufsstand vorstellt. Ein sprudelnder historischer Quell also, Lindaus Mittel- und Oberschicht der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts genauer kennenzulernen, und natürlich auch Berufe, die es längst nicht mehr gibt.

Dass eine Gruppe Jugendlicher von der Mittelschule Lindau sich an die Erforschung der Alben gemacht hat, ist nun bereits fast vier Jahre her. Die Mädchen und Jungen hatten sich ins Depot des Stadtmuseums sowie ins Stadtarchiv regelrecht eingegraben. Dabei entstand die Idee, aus dem Album eine digitale Anwendung im Stil der modernen sozialen Medien zu entwickeln. Es entstanden Instagram-artige Profile für eine kleine Auswahl an Liederkrantz-Choristen.

„Waidmanns Gruß“ von Christian Fink lautet der Titel des Liedes, das die elf Sänger um Burkhard Pflomm nun eingesungen haben. Fink war ein Musiker, Komponist und Pädagoge von der Schwäbischen Alb, der im 19. Jahrhundert lebte und wirkte, das Lied passt also zu der fraglichen Zeit. Ob der Liederkrantz dieses Lied gesungen hatte, ist aber unbekannt. Joachim Schmid, der die Aufnahme durchführte, ließ den Männerchor das Lied vielfach singen, um den Ansprüchen der Medienstation auch voll Genüge zu tun. Für die Besucher und Besucherinnen wird es dann spannend werden, ob und wie sie an einzelne Informationen an dieser Station kommen können. Kleiner Tipp, gesungene Töne spielen da eine gewisse Rolle.

In dem Album verewigt sind übrigens auch die erfolglosen Invasoren des Jahres 1866.



Unter der Leitung von Burkhard Pflomm nimmt dieser elfköpfige Männerchor ein Lied für eine Medienstation im neuen Stadtmuseum auf. FOTO: CHRISTIAN FLEMMING

## Planungen für die Kita schreiten voran

Bodolzer Gemeinderat beschließt einen „Bebauungsplan der Zukunft“

BODOLZ (isa) - Mit der neuen Kita geht es in Riesenschritten voran. So informierte Bürgermeister Felix Eisenbach die Räte auf der jüngsten Gemeinderatssitzung, dass das Kressbronner Architekturbüro GMS nun mit der Objektplanung und damit offiziell, beauftragt ist. Knapp 489.670 Euro kostet die Gemeinde diese Architektenleistung. Der Gemeinderat hatte im Februar das Architekturbüro im Rahmen eines Ausschreibungsverfahrens aus fünf Bewerbern ausgewählt.

Zudem läuft gerade ein Ausschreibungsverfahren, bei dem ausgewählte Firmen ihre Angebote abgeben sollen. Schon auf der kommenden Gemeinderatssitzung am 16. Mai, so kündigte der Bürgermeister an, soll dann der Gemeinderat die Aufträge für die Tragwerksplanung, für Heizung, Lüftung, Sanitär, für Elektro und für die Projektsteuerung vergeben.

Zudem beschloss der Gemeinderat eine Änderung des Bebau-

ungsplans „Bodolz West“, womit er ausdrücklich eine sogenannte Gemeindebedarfsfläche auswies, auf der der Kindergarten errichtet werden soll. Diese Gemeindebedarfsfläche umfasst nicht nur das Haus Elisabeth, sondern auch die Schule und den Kindergarten. Der Gemeinderat stimmte dem Vorschlag der Verwaltung einstimmig zu. Und Bürgermeister Felix Eisenbach sprach von einem „Bebauungsplan der Zukunft“.



Das Modell zeigt, wo und wie sich die neue Kita (Gebäuderiegel in der Mitte) einfügen wird. FOTO: ISABEL DE PLACIDO