

# Jugend am Land und der Lockdown

Eine exemplarische Kurzstudie

Elisabeth Loibl

*„Ein Kind kann nur dann als psychisch gesund bezeichnet werden, wenn es mit den altersüblichen Lebensbelastungen umgehen kann und weder im sozialen noch im schulischen Umfeld unter Ängsten, Depressionen oder Unsicherheiten leidet.“* Kinder- und Jugendanwältin Dunja Gharwal

Im Rahmen der Studie Jugend am Land und Nachhaltigkeit (BAB 037/20) sollten ursprünglich Haltungen von Jugendlichen zum Thema Nachhaltigkeit und zur Fridays-for-Future-Bewegung untersucht werden. Aufgrund der Covid-19-Lockdown-Maßnahmen ab dem Frühjahr 2020 wurden die dadurch entstandenen Herausforderungen an Jugendliche eine vorrangige Forschungsfrage. Die Zeit war für viele geprägt von Unsicherheiten, Ängsten, Einschränkungen und wenig aussichtsreichen Zukunftsperspektiven. Abgesehen von familiären Verhältnissen und persönlicher Verfassung befinden sich Jugendliche in einem mehr oder weniger fragilen Übergangsstadium zwischen Kindheit und Erwachsensein. Daher waren sie aus Sicht der Autorin anders und zum Teil tiefergehend von den Maßnahmen betroffen. Zusätzliche Belastungen wie ein verringert strukturierter Alltag, vermehrte Konflikte, sich eingesperrt zu fühlen, weniger Kontakte zu Freunden und Freundinnen zu haben, die gegebenenfalls eine Erleichterung mit sich bringen, können sich erschwerend auf junge Menschen auswirken. So eine These dieser exemplarischen Kurzstudie. Wenn Jugendliche durch äußere Beschränkungen kaum oder gerade noch die Anforderungen ihres Alltags erfüllen können, werden sie aufgrund dieser Prägung im Hinblick auf das Thema Nachhaltigkeit nur wenig Engagement zeigen. Denn es wird des Weiteren angenommen, dass psychisch und physisch gesunde, sozial gut eingebettete und vom Leben erfüllte Jugendliche sich als Erwachsene bereitwillig um das Gedeihen der natürlichen Lebenssysteme kümmern werden. Aus diesem Grund sollte das Wohlergehen der Kinder und Jugendlichen ein zentrales Anliegen jeder Gesellschaft sein.

## Ausgangssituation

55 Prozent der im Rahmen einer Studie der Donau-Universität Krems (in Kooperation mit der Medizinischen Universität Wien) befragten Jugendlichen ab 14 Jahren zeigten depressive Symptome. Fast die Hälfte berichtete von Ängsten, 16 Prozent hatten entweder täglich oder an mehr als der Hälfte der Tage suizidale Gedanken. (<https://www.donau-uni.ac.at/de/aktuelles/news/2021/16-prozent-der-schuelerinnen-haben-suizidale-gedanken.html>)

Eine Studie des Deutschen Jugendinstituts (<https://www.dji.de/themen/corona/jugendliche-leiden-psychisch-stark.html>) stellte fest, es stieg das Risiko für psychische Auffälligkeiten im Frühjahr 2020 von 18 auf 31 Prozent und die Depressivitätsraten haben sich im Verlauf von 2020 unter Jugendlichen mehr als verdoppelt. In der ersten Phase der Lockdowns zeigten sich unterschiedliche Reaktionen der Jugendlichen auf Einschränkungen. Im Laufe der Maßnahmen und durch die Befürchtung, diese Situation würde sich nicht mehr ändern, verschärfte sich die Lage und Jugendliche und junge

Erwachsene entwickelten teilweise (dys-)funktionale Strategien, um Belastungen zu bewältigen. (<https://www.dji.de/themen/corona/jugendliche-leiden-psychisch-stark.html>)

Die Gesundheitsversorgung stellte dies vor große Herausforderungen, denn schon vor 2020 waren Therapieplätze knapp, sodass sich Wartezeiten beträchtlich verlängerten.

## Die Erhebung

Ursprünglich war geplant, die Befragung in Form eines Workshops durchzuführen, da durch einen direkten Kontakt mehr Eindrücke gewonnen hätten werden können. Aufgrund eines Unfalls der Autorin wurden die zusammen gestellten Fragen von den Schülerinnen und Schülern im Mai 2023 schriftlich beantwortet. Es antworteten alle 31 Schülerinnen und 2 Schüler der ersten Klasse einer landwirtschaftlichen Fachschule, allerdings waren nicht alle Fragebögen vollständig ausgefüllt.

Die Fragen sollten einer Reflexion dienen, wie die Zeit der Lockdowns und Schulschließungen ab März 2020 von den Jugendlichen erlebt wurden, was sie beschäftigte, worunter sie litten, welche Symptome auftraten, wie ihr psychischer Zustand empfunden wurde und derzeit ist, was schwierig für sie war und was sie gebraucht hätten, um diese Situation besser bewältigen zu können. Es wurden Fragen gestellt, welche Erkenntnisse und Erfahrungen sie durch die ungewöhnliche und zum Teil sehr herausfordernde Zeit gewonnen haben. Am Ende ging es darum, wie sie sich ihre Zukunft vorstellen, welchen Beruf sie ergreifen wollen und welche Rahmenbedingungen sie sich wünschten, um sich gut entfalten zu können.

Darüber hinaus erhielt die Autorin den Aufsatz eines 13-Jährigen, der darin für sein Alter eindrucksvoll selbstreflektierend seine Situation während der Jahre 2020 bis 2022 beschrieb. Dieser ist am Ende des Factsheets zu lesen.

## Welche Ängste gab es?

Zwei Schülerinnen erlebten die Situation als bedrohlich, eine weil sie an Asthma leidet und die entsprechenden Symptome stärker wurden. Zwei Schülerinnen empfanden die Situation der Lockdowns „ein bisschen“, eine weitere „vielleicht“ als Bedrohung. Eine weitere Schülerin gab an, es sei für sie am Anfang bedrohlich gewesen, später nicht mehr. Neun der 33 Befragten hatten die Zeit nicht als bedrohlich erlebt. Der Rest (21) äußerte sich dazu nicht. Eine Schülerin, die sich keine Sorgen machte, gab an, sie empfand die Zeit nicht als bedrohlich, „weil ich durch mein Umfeld gar nicht betroffen war.“ Eine andere schrieb: „weil es jeden, den ich gekannt hab, gut ging.“

Die beiden Schüler im Sample gaben an, sie hätten keine Angst gehabt. Auch zwei Schülerinnen hatten weder Angst vor Erkrankung noch vor der Zukunft. Eine befragte Schülerin war vom Lockdown aus ihrer Sicht nicht betroffen, da sie während dieser Zeit nach der Scheidung der Eltern übersiedelte und daher psychisch anderwärtig beschäftigt war.

Bemerkenswert war das Ergebnis nach der Frage, was ihnen am meisten Sorge machte. Hier gaben 20 der 33 Befragten an, jemand in der Familie könnte schwer krank werden oder gar sterben. Acht fürchteten sich davor selbst krank zu werden, ein Teil davon befürchtete beides. Eine

Schülerin war zwei Monate lang an Covid erkrankt. Angst vor einem Massensterben, wie es in den Medien angekündigt wurde, hatten zwei von 33 Schüler:innen. Fünf gaben an, sie wären von Zukunftsängsten betroffen gewesen, generell oder weil am Anfang nicht sicher war, wie lange die Lockdowns und andere Beschränkungen andauern würden. Vor allem machten sich einige Sorgen, ihre Freunde und Freundinnen nicht mehr sehen zu können oder jene Menschen, die für sie am wichtigsten sind. Eine Schülerin hatte Sorge, dass die ständige Frage, ob jemand geimpft ist oder nicht für immer andauern würde.

Einige gaben an, sie hätten Ängste gehabt, dass dieser Zustand der Lockdowns und des eingesperrt Seins längerfristig bestehen bleibt respektive „nicht mehr aufhört“ und sie beispielsweise nicht mehr ins Ausland fliegen können.

## Worunter litten sie am meisten?

27 der 33 befragten Schüler:innen gaben an, Freunde und Freundinnen vermisst zu haben, einige „sehr sogar.“ Daher war für diese Schüler:innen u.a. das Verbot, Freunde und Freundinnen zu treffen am schwierigsten während der Lockdown-Situation.

Von jenen, die nicht unter dem Verbot litten, Freunde und Freundinnen sehen zu dürfen, gaben zwei an, sie haben ihre Freunde und Freundinnen trotzdem getroffen, beispielsweise um spazieren zu gehen. Oder sie haben telefoniert und sich gegenseitig Nachrichten geschickt.

Die Sorge, Freunde und Freundinnen zu verlieren, beschäftigte mehrere Schüler:innen. Es haben sich für die Mehrheit im Sample Freundschaften während der Lockdowns auch mehr oder weniger sehr verändert. Zwei gaben an, sie hätten nun leider feststellen müssen, dass die meisten Freunde, vor allem Schulfreunde, nur Fake-Freunde waren. Eine Schülerin meinte, es gab Veränderungen im Freundeskreis, „da man sich mit manchen auseinandergeliebt hat.“ Eine andere: „Kurz: Lockdown hat mir gezeigt, wer wahre Freunde sind, indem die Freundschaft trotzdem hält, obwohl man sich nicht sieht.“

Eine Schülerin begründete die Änderung von Freundschaftsverhältnissen damit: „weil es anders in der Schule war mit Maske.“ Hier wird der Entfremdungsaspekt durch das Verdecken der Mimik angesprochen.

Für knapp die Hälfte (15 von 33) war es sehr schwierig, die Großeltern nicht besuchen zu dürfen. Eine Schülerin schrieb dazu: *„Das fand ich sehr gemein und unfair!“*

Rund ein Drittel (zwölf von 33) fühlten sich bedrückt und einsam. Eine Schülerin leidet seit Juni 2022 unter Panikattacken und wie zwei weitere Schülerinnen unter Angstzuständen und Essstörungen, zwei fühlten sich depressiv und glaubten, alles sei hoffnungslos. Ein befragter Schüler sei *„früher ein glücklicherer Mensch“* gewesen.

Neben Frustrationen traten auch körperliche Symptome auf. Acht gaben an, häufig unter Kopfschmerzen gelitten zu haben, bei einer verschlimmerte sich, wie bereits erwähnt, ihr Asthma, je zwei hatten Hautreizungen und waren oft krank. Eine Schülerin schrieb:

*„Eigentlich ist das Schlimmste für mich von den Folgen her, dass ich kein gutes Immunsystem habe.“*

Bei einer Schülerin zeigten sich die Symptome erst nach Beendigung der Lockdowns, können jedoch als Folgewirkung betrachtet werden.

Eine Schülerin leidet bis zur Befragung im Mai 2023 noch immer unter den Folgewirkungen der Maßnahmen. Sie schrieb:

*„Seit dieser Zeit hab ich bis heute Depressionen, einfach weil es mich verändert hat und wir keine Freizeit hatten. Es gab Diskussionen im Distance Learning und die Technik lief nicht immer super und es gab immer schlechtere Noten. Mein Hamster ist währenddessen auch gestorben, also konnte ich mich nicht konzentrieren.“*

Die Katze jener Schülerin, die seit Juni 2022 unter Panikattacken leidet, ist ebenfalls im Jahr 2020 gestorben. Dies könnte derart interpretiert werden, dass sich die beiden Schülerinnen seelisch an einer Grenze der Belastbarkeit befunden hatten, die durch weitere Unglücksfälle wie in ihrem Fall durch den Verlust eines geliebten Haustieres zu tiefgehenden psychischen Problemen führten.

## Home-Schooling

Zum Thema Home-Schooling fielen die Antworten sehr unterschiedlich aus und reichten von anstrengend bis zu dem positiven Aspekt, dass Schülerinnen lernten, sich selbst zu organisieren, sich die Zeit selbst einzuteilen oder in ihrem eigenen Tempo zu arbeiten. Das Verbot in die Schule zu gehen fanden acht Schüler:innen schwierig, sei

es aufgrund des mangelnden Kontaktes zu Mitschüler:innen, sei es weil etwas Gewohntes fehlte, das dem Alltag Struktur und Orientierung verlieh.

Der Hälfte (16) machten die Schulschließungen nichts aus, den meisten davon war es *„egal“*.

Insgesamt fanden 19 von 33 das Home-Schooling von *„sehr gut“* über *„ganz okay“* bis *„kein Problem“*, sie kamen damit zurecht, auch wenn es für einige mit der Zeit anstrengend wurde und sie ihre Schulfreunde und Schulfreundinnen vermissten. Für einige war es nicht nur anstrengend, sondern auch langweilig, dies zum Teil deshalb, weil sie sich nicht auskannten und das, was sie zu tun hatten, nicht gut erklärt bekommen haben. Eine Schülerin erlebte die Schulschließungen am Anfang als bedrohlich. Sie meinte, als ihnen gesagt wurde, sie müssten nach Hause gehen und könnten in nächster Zeit auch nicht mehr in die Schule kommen, war es für sie, als wäre ein Krieg ausgebrochen.

Jene, die es entweder anstrengend oder langweilig empfanden, meinten, es habe daran gelegen, weil die Kontakte zu den Mitschüler:innen gefehlt haben. Eine Schülerin gab an, sie vermisse den direkten Kontakt zum Lehrer. Zwei fanden es am Anfang *„toll“*, mit der Zeit jedoch anstrengend respektive langweilig. Drei Schülerinnen gefiel der Vorteil auszuschlafen, weil sie sich die Anfahrtszeit zur Schule sparten. Zwei freuten sich über die eigenständige Organisation des Lernens und meinten, ihre schulischen Leistungen seien während der Schulschließungen besser geworden. Sie haben gelernt, selbständig zu arbeiten. Eine schrieb:

*„Ich bin besser in der Schule geworden und habe mich auf die Schule gefreut.“*

Auch zwei weitere berichteten, sie hätten im Online-Unterricht besser lernen können.

Eine Schülerin hätte sich gewünscht, dass die Schule *„von Anfang an Teams benutzt hätte“*, eine andere, einen Arbeitsauftrag in Zeichnen zu erhalten.

Auf die Frage, was sie sich seitens der Lehrer:innen und der Leitung der Schule gewünscht hätten, gab ein Drittel an, mehr Unterstützung und mehr Verständnis; einige hätten weniger Hausaufgaben gewollt. Zwei kannten sich *„bei den Online-Sachen“* nicht aus und hätten eine bessere Erklärung gebraucht. Eine Schülerin hätte sich

gewünscht, „dass nicht nur über Corona und die Impfung gesprochen wird.“ Eine fügte in ihrem Resümee über die Lockdownzeit an:

„Nur die Schule hätte es besser machen können.“

Zwei Schülerinnen hingegen schrieben:

„Ich hatte die Unterstützung, die ich brauchte.“

Neun gaben an, sie waren zufrieden damit, wie ihre Lehrer:innen und die Schulleitung das Problem des verpflichtenden Home-Schoolings gelöst hatte.

## Psychischer Zustand und psychosomatische Symptome

---

Ein Drittel (zwölf von 33) fühlte sich bedrückt und einsam, eine litt ab Juni 2022 unter Panikattacken, zwei weitere unter Angstzuständen und Essstörungen, zwei fühlten sich depressiv und glaubten, alles sei hoffnungslos. Neben Frustrationen traten auch körperliche Symptome bei einigen auf. Acht litten unter Kopfschmerzen, je zwei hatten Hautreizungen und waren oft krank.

Bei einer Schülerin zeigten sich die Symptome erst nach Beendigung der Lockdowns. Diese können nach Ansicht der Autorin jedoch als Folgewirkung betrachtet werden.

Eine Schülerin gab an, für sie sei ihr psychischer Zustand während der Lockdowns am schwierigsten gewesen. Sie hätte sich gewünscht, dass es mehr Zusammenhalt und Rückhalt in der Familie gegeben hätte. Auch hatte sie schlechte Erfahrungen in Freundschaften gemacht:

„Sie sind nicht für mich da. Keiner hört mir zu oder hilft mir.“

Eine Schülerin schrieb, sie war frustriert, hatte Kopfweh, fühlte sich depressiv und glaubte, alles sei hoffnungslos. Und trotzdem gibt sie weiter unten an, sie habe nichts gebraucht, sie war für sich selbst da.

Hierbei stellt sich die Frage, ist einer solchen Aussage zu trauen? Zwei weitere Schülerinnen wirkten durch ihre Angaben bedrückt und hoffnungslos, meinten jedoch sie bräuchten nichts oder hätten nichts gebraucht. Kann es sein, dass diese Jugendlichen weder ihre Bedürfnisse noch Möglichkeiten kennen, wie sich ihr Befinden und ihre Situation in einer Art verändern könnte, damit es ihnen besser geht?

Ein Dreizehnjähriger, der einer Einladung gefolgt war, einen Aufsatz darüber zu schreiben, wie es ihm während der Lockdownzeiten ergangen ist, schrieb in diesem Sinne, nicht gewusst zu haben was ihm fehlte, bis er es fand:

„Ich bin unendlich dankbar dafür, nicht nur dass ich den Fortschritt gemacht habe, aber auch dass ich ihn erkannt habe. In den letzten Monaten gab es viele Momente, in denen ich in Tränen war, weil ich realisiert habe, was mir gefehlt hat. Eher noch, weil ich glücklich war, dass ich gefunden habe was gefehlt hat. Das englische Sprichwort, *the better is the enemy of the good* ist hier sicher etwas aus dem Kontext gerissen, beschreibt die Situation, glaube ich, recht treffend. Mir war nicht klar was mir gefehlt hat, erst als ich es gefunden habe, war mir klar, dass es mir jetzt besser geht (und daher vorher schlechter (nicht schlecht, schlechter)).“

Eine Schülerin, die seit Juni 2022 unter Panikattacken, Angstzuständen und Essstörungen leidet, kann durch ihre psychosomatischen Beschwerden zum Ausdruck bringen, dass sie leidet. Die Konflikte in der Familie waren sehr belastend für sie. Ihr Wunsch war es, „ohne Angst [zu] leben, mittlerweile hängt sie an mir, wie meine Arme.“ Sie erhofft sich eine Welt „ohne Krieg, ohne Streit, einfach schön zu leben und miteinander sein. Ich wünsche mir zurück, was mir fehlt. Meine Familie ohne Probleme, einfach wieder so wie vor Corona.“

## Konflikte

---

Wie im vorigen Abschnitt beschrieben wird, waren vor allem die teils zunehmenden Konflikte durch die angespannte Situation Ursache für widrige psychische Zustände. Ein Drittel der Schüler:innen berichtete, dass es mehr Konflikte in der Familie gegeben hätte. Eine begründete die Zunahme an Konflikten damit, „weil alle Angst hatten, ihre Arbeit zu verlieren.“ Je ein Drittel hatte keine Zunahme an Konflikten wahrgenommen respektive machte keine Angaben dazu.

Auf die Frage, ob es mehr Konflikte in der Familie gegeben hätte, antworteten vier Schülerinnen:

„Es gab sehr viele.“ Zwei fügten an: „Sie waren sehr belastend für mich.“

Zwei führten die Konflikte auf den mangelnden Familienzusammenhalt zurück:

„Ja, es gab sehr viele Streitereien, die mich jetzt noch belasten. Ich hätte mir gewünscht, dass wir

als Familie zusammenhalten. Alle Tage gab es Streitereien."

*„Ja, es gab ständig welche, mehr und mehr und mehr, es hätte einfach eine bessere Familiengemeinschaft geben sollen.“*

Vor allem wenn Konflikte zwischen den Eltern lautstark ausgetragen werden, ist dies für Kinder sehr belastend, auch wenn sie ein Einsehen über die Gründe hatten:

*„Ich hätte mir gewünscht, dass man es leise gelöst hätte anstatt sich gegenseitig anzuschreien und hätte mehr Freiraum gebraucht.“* Auch zwei weitere gaben an, sie und alle anderen in ihrem Umfeld hätten mehr Freiraum gebraucht.

Ein Schüler schrieb: *„Mir geht es zurzeit eher schlechter, vielleicht hat es was mit der Pandemie zu tun, vielleicht auch nicht. Ich denke aber, [...es ist eher] wegen den Streitereien mit meinen Eltern, meiner Freundin und dem ganzen Stress.“*

Zwei weitere Schülerinnen litten unter den Streitereien der Eltern. Eine Scheidungswaise *„hätte schon gerne gehabt, dass sich meine Eltern nach der Scheidung irgendwie vertragen. Ich hatte das Gefühl, dass ich von keinem der beiden Unterstützung hatte. In solchen Momenten fühlte ich mich sehr alleine und habe versucht, mich immer zu beschäftigen.“*

Die Beengtheit in der Wohnung und das Verbot rauszugehen, machte einigen Schwierigkeiten und verursachte Konflikte, die jedoch aufgrund der Umstände als alltäglich angesehen wurden:

*„Ja es gab mehrere Streitereien, aber das war für mich normal, weil es immer passiert, wenn meine Eltern und ich lange in einem Raum sitzen und nichts anderes machen können.“*

Zwei Schülerinnen beantworteten die Frage damit, sie hätten Streit mit ihrer Mutter gehabt, da sie zu viel Zeit mit dem Mobiltelefon verbracht und zu wenig Hausaufgaben erledigt hatten. Eine begründete ihre vermehrten Streitereien mit der Mutter damit, dass sie während dieser Zeit eine Anhängerin von YOLO wurde: You only live once. Sie trat überdies in die Emo -Phase ein.

(Emo wird modisch insbesondere mit schwarzen Haaren und schwarzer Kleidung, Skinny-Jeans, Karomuster und Nietengürteln in Verbindung gebracht. Damit einher geht eine Lebenseinstellung, in der Gefühle, [... die Missstände in der

Welt] und Freundschaft eine große Rolle spielen und nicht versteckt werden.

(Quelle: [https://de.wikipedia.org/wiki/Emo\\_Jugendkultur](https://de.wikipedia.org/wiki/Emo_Jugendkultur))

Eine Schülerin schrieb: *„Ich hatte keine Konflikte weder zu Hause noch bei meinen Freunden. Es ging mir im Großen und Ganzen gut.“* Eine andere: *„Es gab sogar weniger Streitereien.“* Zum Thema Pandemie machten zwei Schülerinnen entsprechende Anmerkungen:

Es gab *„nicht wirklich Konflikte, nur geimpft, nicht geimpft [waren] typische Streitereien unter Freunden.“*

*„Das mit dem Impfen. Wenn man nicht geimpft war, wurde man gleich ausgeschlossen.“*

Ausgrenzung ist ähnlich wie physische Gewalt eine schmerzliche Verletzung im menschlichen Umgang. Es wird dadurch der ausgegrenzten Person der Eindruck vermittelt, nicht in Ordnung zu sein. Darüber hinaus wird das Bedürfnis nach Zugehörigkeit verweigert und die Bedingung gestellt, wer akzeptiert werden will, müsse sich in der Art verhalten, wie andere es verlangen. Dies widerspricht dem Grundsatz des freien Willens, der jedem menschlichen Wesen zu gewähren ist. Die Aberkennung des freien Willens ist nach Ansicht der Autorin eine der wesentlichen Ursachen für Konflikte.

## Erfahrungen mit Freundschaften

In der Befragung ging es darüber hinaus um die Erfahrungen mit Freundschaften. Eine Schülerin gab an, sie hatte keine Konflikte in der Familie. Sie streite sich eher *„mit Freunden“*. Auch andere berichteten über Streitereien mit Freunden und Freundinnen.

*„Ja mit Freunden gab es hin und wieder Mal Konflikte, die eigentlich nicht sein hätten müssen.“*

Für einige gab es eher weniger Konflikte. Eine Schülerin führte dies darauf zurück, dass sie *„während Corona mit weniger Kontakt gehabt [hatte] und von dem her hab' ich mich nicht gestritten.“*

Unter der Frage, welche Erfahrungen sie während der Lockdowns gemacht haben, schrieb eine Schülerin: *„Dass man Freunde verlieren kann während einer Pandemie“*, eine weitere gab ebenfalls an, *„Freunde [Freundinnen] verloren“* zu haben. Während dieser für viele belastenden Zeit veränderten sich für einige Freundschaften mehr oder weniger sehr, wie folgende Zitate aufzeigen.

*„Während Corona hat man gemerkt, wer die echten Freunde sind und mit wem man reden und telefonieren kann.“*

*„Kurz: Der Lockdown hat mir gezeigt, wer wahre Freunde sind, indem die Freundschaft trotzdem hält, obwohl man sich nicht sieht.“*

Für drei Schülerinnen kam es zu wichtigen Erkenntnissen bezüglich ihrer Freundschaften.

*„Im Freundeskreis wusste ich wer echt war und wer fake war.“*

In diesem Sinne meinte eine weitere Schülerin, sie wünsche sich *„gute Freunde, die für einen da sind und nicht nur kommen, wenn sie sonst niemanden haben.“*

Das Verbot Freunde und Freundinnen zu treffen, war für eine Schülerin *„gar nicht so schwierig, weil sie mich eh alle nur benutzt haben.“* Eine solche Aussage lässt vermuten, dass sie durch den Abstand zu Freundinnen und Freunden herausfand, Geben und Nehmen sei in ihren Freundschaften nicht ausgeglichen. Eine Schülerin vermisste hingegen ihre Freunde und Freundinnen nicht, *„weil ich mit Freunden jeden Tag geschrieben habe und meine Familie habe ich auch gesehen.“* Dies kann derart gedeutet werden, nur bei einem Gefühl von Einsamkeit oder Vernachlässigung, würden Freunde und Freundinnen vermisst werden.

*„Im Freundeskreis [haben sich] schon [meine Beziehungen verändert], da ich herausgefunden habe, wer wirklich da ist für mich.“*

Eine Schülerin beschrieb eine Erkenntnis diesbezüglich: *„Mir ist klar geworden, dass Freunde wichtiger sind als man denkt.“*

Zwei Drittel gaben an, während der Lockdowns war am schwierigsten für sie, Freunde und Freundinnen nicht sehen zu können. Eine schrieb, es war *„der Horror. Ich hab sie sehr vermisst.“*

## Was hat Hoffnung und Spaß gemacht?

Einige gaben an, Computerspiele wären für sie eine willkommene Ablenkung gewesen. Andere haben Spiele gespielt oder telefoniert in ihrer Freizeit. Eine Schülerin hatte die Hoffnung, dass alles wieder besser wird, drei weitere hofften, *„bald wieder Freunde und Familie“* zu sehen oder *„irgendwann wieder in die Schule [zu] gehen und Freunde [zu] treffen“* war ein Lichtblick für sie gewesen.

Neben der Familie bereitete einigen die Zeit Freude, die sie im Garten verbringen konnten. Eine Schülerin freute es während der Lockdowns, *„dass man mehr auf die Familie geachtet hat.“* Ihre Hoffnung war *„dass alles wieder besser wird.“* Die Konflikte waren für sie belastend, da sie *„seit Corona einige Freunde verloren“* hat. Auf die Frage, was sie gebraucht hätte, um die Konflikte zu lösen, antwortete sie kurz und bündig: *„Kein Corona.“*

Einige Jugendliche empfanden es als positiv, mehr Zeit für sich zu haben: *„Ich hatte mehr Zeit für mich und bin mehr inline-skaten gefahren.“*

Eine Schülerin hatte die Erkenntnis, es wurde ihr durch das Alleinsein eher möglich, sich mit sich selbst auseinanderzusetzen:

*„Meine Erfahrung war, dass es nicht immer leicht war in der Pandemie alleine zu sein, auch wenn man sich denkt, dass es gut ist, mal alleine zu sein, weil alleine kann man sich nicht so gut ablenken wie zu zweit.“*

Für zwei Schülerinnen war die größte Hoffnung, bald wieder zur Schule gehen und dort ihre Freunde und Freundinnen sehen zu dürfen.

*„Mir hat es Spaß gemacht, als ich wieder in die Schule gehen konnte und Hoffnung, dass ich wieder gesund war.“*

Die Erfahrung, dass es immer wieder Zeiten gibt, wenn es einem nicht sehr gut geht, diese Stimmung sich aber auch wieder verändert, kann jungen Menschen Hoffnung machen:

*„Mir könnte es besser gehen, aber es kommen wieder Zeiten, wo alles gut ist.“*

Es gab Phasen während dieser Jahre, in denen vieles im Außen sehr verwirrend und es schwierig war, sich eine eigene Meinung zu bilden. In diesem Sinne war für eine Schülerin die Erkenntnis aufbauend, *„dass ich als erstes dachte, dass ich das alles nicht verstehe, aber dann doch besser verstanden habe, als gedacht.“*

Vier Schüler:innen hat gar *„nix“* Spaß gemacht. Eine davon schrieb: *„Spaß hat mir nichts gemacht, weil ich nur eingesperrt war daheim.“* Eine weitere fühlte sich *„sehr einsam und mich hat in dem Zeitraum alles bedrückt, in dem Sinne hatte ich keine Hoffnung und keinen Spaß.“* Für eine war *„meine Hoffnung [...], dass es schnell vorbei ist. Ich hatte keinen Spaß.“* Auch eine andere befragte Schü-

lerin gab an, Hoffnung machte ihr lediglich, „dass alles bald aus ist.“

Einige, die sich ohne Hoffnung fühlten, haben sich mit Computerspielen abgelenkt, um die unzufriedenstellende Situation leichter ertragen zu können: „Hoffnung nix, aber es machte mir Spaß zu zocken und Co, aber jetzt mach ich das nicht mehr.“

Dies kann derart gedeutet werden, dass der Schüler nach den Lockdowns die Computerspiele wieder beiseitegelegt hat.

Wie bereits erwähnt, waren einige Schülerinnen sehr froh darüber, „nicht früh aufstehen [zu müssen], ausschlafen, mehr schlafen [zu] können.“ Zwei gaben an, es hätte ihnen Freude gemacht zu sehen, dass sie sich selbst organisieren können.

Eine Schülerin „fand es gut, jeden Tag mit meinen Schwestern zusammen zu sein.“ Eine andere gab an, mit dem Hund zu gehen, hätte sich positiv auf ihre Stimmung ausgewirkt. Für eine Schülerin war die größte Hoffnung „meine Mutter und mein Wille!“

Auch wenn Jugendliche unzufrieden sind mit der Art, wie ihr Alltag verläuft und einige vielleicht lieber nicht zur Schule gehen würden, so führten die Schulschließungen bei einer Schülerin zu der Auffassung: „Mir hat es Spaß gemacht als ich wieder in die Schule gehen konnte.“

Nach einer langwierigen Erkrankung an Covid, die sich über zwei Monate erstreckte, fasste eine Schülerin Hoffnung, als sie wieder gesund war.

## Erfahrungen und Erkenntnisse

Zwölf Schüler:innen gaben an, sie hätten sich von ihrer Familie unterstützt gefühlt, sie seien getröstet und ermutigt worden und hätten entsprechende Fürsorge auch in Form von körperlicher Zuwendung (Umarmung) erfahren, um mit der schwierigen Situation umzugehen. Ein Schüler meinte: „War nix schwierig.“

Doch war für die Mehrheit der befragten Schüler:innen das Kontaktverbot mehr oder weniger sehr belastend und herausfordernd. Eine Schülerin beschreibt die Auswirkung des Verbots mit Freunden und Freundinnen zusammen zu kommen, wie folgt:

„Es gab Momente, wo ich einfach nur dasaß und nicht wusste, was ich machen soll, weil ich nicht raus konnte um mich mit Freunden zu treffen oder

normal einkaufen/shoppen zu gehen. Sonst war es relativ okay, weil ich ja wen zum Reden hatte und man ja schreiben konnte oder telefonieren.“

Eine weitere Schülerin beschrieb ebenfalls ihre Situation als schwierig: „Ich habe keine guten Erfahrungen mit [den Lockdowns] gemacht, es waren alles schlechte Erfahrungen. In der Zeit fiel es mir schwer was zu machen, weil es mir schlecht gegangen ist und ich mir auch nicht wirklich helfen lassen hab. Danach ging es mir wieder besser.“ Doch wirklich gut ging es ihr zum Zeitpunkt der Erhebung noch immer nicht, wie sie weiter unten anfügt: Ich „hab kaum Freizeit, null Motivation, einfach komplett fertig mit mir und meine Eltern verstehen es nicht. Mir geht es psychisch und körperlich nicht gut, ich kann nicht mal das Wochenende genießen.“

Für drei Schülerinnen war es belastend, dass es während der Lockdowns beinahe ausschließlich nur die Themen Corona und Impfung gegeben hatte. Sie wünschten sich eine objektive Aufklärung über die Ursachen der Pandemie: „Das hätte für viele gut getan.“ Wie weiter oben beschrieben, kam es zu Konflikten durch das Impfthema, die auch zu Ausgrenzungen führten.

Die größte Angst einer Schülerin war, dass „das nicht mehr aufhört: geimpft – nicht geimpft.“ Diese Art der Streitereien in Freundschaften war für jene, die eine andere Ansicht als die öffentliche Meinung vertraten, sehr belastend.

Einige Reflexionen erinnerten daran, wie sehr Menschen durch Beschränkungen lernen, das, was ihnen normalerweise zur Verfügung steht, zu schätzen, dankbar zu sein und teilweise auch über sich hinaus zu wachsen.

„Ich habe gelernt, wie viel Luxus wir haben. Was wir alles machen können und das hat dann gefehlt. Aber für das meiste konnte man trotzdem eine Lösung finden.“

„Ich bin dankbar, wieder frei und nicht mehr eingesperrt zu sein.“

„Ich bin dankbar, dass das alles vorbei ist und dass ich normal wieder in die Schule gehen kann.“

Eine Schülerin schrieb: „Es ging mir in dieser Zeit sehr gut und wenn ich meine Freunde vermisst habe, dann habe ich halt telefoniert. Meine Erkenntnis war, dass mir der tägliche Alltag bisschen gefehlt hat und selbständiges Lernen sehr angenehm war und wenn man etwas nicht verstanden

hat, halfen die Lehrer weiter. Zurzeit geht es mir gut und bin froh, dass der Lockdown vorbei ist." Von der Öffentlichkeit hätte sie sich gewünscht, „eher ermutigen anstatt Panik zu machen.“

## Zukunftsaussichten

---

Die Angaben der Jugendlichen, wie sie sich ihre Zukunft vorstellen, lassen mehrere Schlüsse zu. Acht der 33 befragten Schüler:innen machten zu diesem Thema keine Angaben. Es ist schwer zu sagen, ob diese Schülerinnen keine Vorstellung von ihrer Zukunft haben oder nicht willens waren, sich zum Zeitpunkt der Befragung darüber Gedanken zu machen. Von jenen acht, die keine Angaben dazu machten, meinte eine Schülerin, sie sei dankbar, nicht mehr eingesperrt zu sein.

Eine weitere: „Bin mit meinem Leben zufrieden.“ Drei Schülerinnen, die keine Angaben zu Zukunftsperspektiven machten, kleideten ihr Wohlbefinden in Worte: Sie fühlen sich (sehr) gut.

Umgekehrt fanden drei Schülerinnen weder Freude noch Hoffnung, wobei aus ihren Angaben herauszulesen war, dass sie sich möglicherweise in einem deprimierten Zustand befinden. In einer derartigen seelischen Verfassung ist es nicht verwunderlich, wenn jemand keinerlei Vorstellungen über die Zukunft hat.

Zum anderen scheinen die meisten sehr mit der Alltagsbewältigung beschäftigt zu sein. Eine Schülerin schrieb unter gewünschte Rahmenbedingungen und Zukunftsaussichten, sie stelle sich dafür eine Welt ohne Schule vor, eine weitere wünscht sich „ein besseres Schulsystem“. Dies könnte derart gedeutet werden, dass diese Schülerinnen in den Aufgaben für die Schule die maßgebliche Ursache entweder für Alltagsstress oder für einen Mangel an Lebensfreude sehen. Auch andere gaben an, sie hätten lediglich den Wunsch, die Schule gut abzuschließen und später einen Job zu haben, der zu ihnen passt und mit dem sie genügend Geld verdienen können. Einige wünschten sich darüber hinaus eine Familie und ein Haus mit Garten.

Konkrete Berufswünsche waren ein „helfender“ respektive ein „sozialer Beruf“, zwei wollten in einem Krankenhaus arbeiten. Ein Schüler ist bereits für die Übernahme des elterlichen Betriebes vorgesehen und wird Bauer werden. Zwei wünschten sich die Ausbildung zur Gärtnerin, eine wollte „etwas Kreatives“, eine andere konkreter „eine

kreative Köchin“ und eine dritte „Modedesignerin“ werden.

Ein Schüler schrieb: „Meine Zukunft soll so aussehen, dass ich meine Freundin heirate und 3 Kinder haben möchte, ein Haus mit Garten, eine Terrasse mit einem Ausblick auf Flüsse, Felder, Berge. Ich möchte entweder Arzt oder Kindergärtner werden. Mein Leben soll sich ins Positive ziehen. Ich will wieder glücklich sein.“

Eine Schülerin wünscht sich einen gut bezahlten Job, eine schöne Zukunft für ihre Kinder und Freunde, denen sie vertrauen kann.

Hier wird eine grundlegende Bedingung für Wohlbefinden angesprochen. Es bedarf „positive[r] Mitmenschen, Spaß, Liebe“, wie eine Schülerin dies ausdrückte. Allgemein sind gute Beziehungen zur Familie, zu Kolleg:innen, Vorgesetzten, Mitarbeiter:innen zu Freunden und Freundinnen, zu allen Menschen, mit denen wir im Alltag zu tun haben, für unser Wohlbefinden sehr wichtig. Längerfristig schwelende oder nicht lösbare Konflikte sind nicht selten Ursachen für Krankheiten.

Eine schöne Zukunft für die Kinder wünschten sich zwei weitere Schülerinnen. Kann dies als ein Hinweis verstanden werden, dass sie eine bessere Zukunft für ihre Nachkommen erhoffen, als sie selbst ihre Gegenwart erfahren?

Eine Schülerin fasste mit ihren Wünschen für die Zukunft die Hauptanliegen auch für andere wie folgt zusammen: „...dass wieder mehr Menschlichkeit existiert und keine neueren bzw. schlimmeren Krankheiten kommen, keine Konflikte zwischen Ländern, kein Krieg, in Frieden und Freude leben und eine schöne Zukunft in einem Haus und einer Familie, einen guten Job. Ich wünsche mir mehr Verständnis und eine bessere Gesellschaft.“

## Resümee

---

Bei Analyse der einzelnen Fragebögen konnte ein Zusammenhang hergestellt werden zwischen der psychischen Befindlichkeit und dem familiären Rückhalt. Daraus kann der Schluss gezogen werden, dass Jugendliche, die über einen starken familiären Rückhalt verfügen, derartige Ausnahmesituationen leichter bewältigen können als wenn zusätzlich familiäre Probleme hinzu kommen wie beispielsweise eine Scheidung oder wenn der familiäre Zusammenhalt nicht gegeben war.



In diesem Sinne kann die Angabe einer Schülerin verstanden werden, ihr psychischer Zustand „war kein Problem, da ich meine Family bei mir hatte.“ Eine weitere Schülerin fühlte sich weder einsam noch bedrückt, „da ich viele Geschwister habe.“ All jene, die unter ihrem psychischen Zustand litten, führten an, die mangelnde Familienzusammengehörigkeit wie auch die vermehrten Konflikte in der Familie hätten sie längerfristig belastet.

Jene Schülerin, die seit Juni 2022 unter Panikattacken leidet, wünschte sich, „ich wollte doch nur einmal in den Arm genommen werden.“ Mit dieser Aussage zeigt sich der Mangel an Fürsorge drastisch, entsprechend problematisch waren die Auswirkungen auf ihre psychische Gesundheit und innere Stabilität.

Andere wiederum vermittelten den Eindruck, schon sehr selbständig zu sein, indem sie meinten, sie hätten keinerlei Unterstützung von anderen gebraucht. Dies müsste jedoch eingehender befragt werden, um herauszufinden, ob es sich tatsächlich derart verhält oder es sich dabei um eine Art Überlebensstrategie handelt oder um Überlegungen, mit den Gegebenheiten besser zu recht zu kommen. Eine Schülerin schrieb: „Ich hab nichts gebraucht. Ich war für mich selbst da“, eine zweite: „Hatte alles, was ich brauchte.“ Auch ein Schüler schrieb, dass er von seinen Eltern, Freunden und der Schule nichts gebraucht hätte: „Mir ging's gut.“

Wie weiter oben durch ein Zitat aus einem Aufsatz eines 13-Jährigen (siehe S. 11) beschrieben, können viele erst herausfinden, was ihnen gefehlt hat, wenn es gefunden worden ist. (Dies entspricht in mancherlei Dingen ebenso der Erfahrung der Autorin).

Es besteht andererseits die Möglichkeit, dass jenen befragten Schülerinnen, die auf ihre Selbstständigkeit hinwiesen, ihre Individualität bereits in einem entsprechend hohen Maß ausgebildet haben. Ob bewusst oder unbewusst verfügen sie dadurch über eine innere Stärke und Ausrichtung, um mit schwierigen Herausforderungen umgehen zu können. So wurde von mehreren Schülerinnen angesprochen, sie wünschten sich, die anderen ließen sie sein, wie sie sind und würden sich nicht allzu sehr in ihre Angelegenheiten einmischen, dafür aber mehr unterstützen und mehr Verständnis für sie aufbringen.

*„Menschen erwarten, dass man etwas aus seinem Leben macht, aber halt nicht so wie man es selber machen will. Ich erträume mir einfach, dass Menschen in meinem Umfeld und allgemein andere Leute [einen] das machen lassen, was man will. Denn es muss nicht alles nach denen gehen, denn man hat seine eigenen Pläne und will nicht deren Wünsche leben, weil man lebt selbst nur einmal. Genauso dass man nicht Wünsche auf jemanden heraufdrückt. Einfach mal Leute mehr unterstützen und sich auf sein eigenes Leben konzentrieren und nutzen. Auch dass man mehr Optionen hätte für Sachen [...] die nicht nur zu erreichen sind durch Kontakte, Geld.“*

Hier wird etwas angesprochen, das im Zusammenhang mit Individualität sehr wichtig ist und diese vom Egoismus unterscheidet: Andere zu unterstützen und sich auf sein eigenes Leben zu konzentrieren. Hingegen steht bei einer egoistischen Haltung der eigene Vorteil im Vordergrund. Der Hinweis, sie wünsche sich mehr Optionen, die nicht nur durch Kontakte und Geld zu erreichen seien, weist eher auf eine geistige Ausrichtung hin, die mit der Entfaltung einer Individualität einhergeht.

Eine Schülerin, die keine Angaben zu den Zukunftsaussichten machte, schrieb, ihre Erfahrung war es, „dass man Freunde verliert während einer Pandemie. Dass man es niemanden Recht macht. Dass man so ist wie man ist.“ Diese Erkenntnis scheint für sie kein Anlass zu sein, eine Opferrolle anzunehmen, sondern geht eher mit einer Selbstakzeptanz einher. Dies lässt sich daraus ablesen, dass sie hinzufügt, ihr gehe es zurzeit sehr gut.

Eine weitere Schülerin beschäftigt offenbar ebenfalls das Thema, die anderen zu akzeptieren wie sie sind und auch selbst akzeptiert zu werden. Auf die Frage, welche Rahmenbedingungen sie brauchen würde, um sich entfalten zu können, schrieb sie: „Dass jeder Mensch sein soll wie er ist, dass mir nichts aufgezwungen wird.“

Einer der zwei befragten Schüler im Sample gab an, immer wieder Konflikte mit der Familie und auch mit seiner Freundin gehabt zu haben. Konflikte haben oft ihren Ursprung darin, dass die Bedürfnisse der anderen nicht respektiert werden, wie Marshal Rosenberg (2001) dies für die Gewaltfreie Kommunikation herausfand. Demgemäß liegt oftmals die mangelnde Akzeptanz von Bedürfnissen und dementsprechende Verhaltensweisen einer Meinungsverschiedenheit zugrunde.

Eine Lösung kann darin liegen, dem Gegenüber ein wichtiges Anliegen zuzugestehen.

Eine Schülerin scheint unter den hohen Erwartungen der Erwachsenen zu leiden. Sie würde sich eine Welt wünschen, *„in der man nicht durch das junge Alter begrenzt wird und dass man dadurch nicht so runtergestuft wird. Genauso wenn man Fehler macht und man deswegen runtergestuft wird. Obwohl man halt manchmal nicht alles weiß und bei Sachen nicht so viel Erfahrung hat. Manche ältere Leute haben zu viele hohe Erwartungen, obwohl man sein Bestes gibt.“*

Eine solche Aussage kann ein Hinweis darauf sein, dass ein junger Mensch nicht die nötige Ermutigung erfahren hat und wahrscheinlich oft kritisiert wurde, wobei sie keine Fehler machte, sondern etwas noch nicht gelernt hatte.

Dies kann sich auch auf Lehrer:innen in den Schulen beziehen, denn ein Drittel der Schüler:innen gab an, sie hätten sich von der Schule mehr Verständnis gewünscht.

Die Erfahrungen mit Home-Schooling war in der Gruppe der befragten Schüler:innen unterschiedlich. Teilweise wurde der Online-Unterricht jedoch als anstrengend oder langweilig erlebt, auch wenn von einer Mehrheit begrüßt wurde, nicht in die Schule gehen zu müssen. Von der Mehrzahl wurden eher die Schulfreunde und -freundinnen vermisst, nicht jedoch der Unterricht in der Schule. Andere konnten ihre schulischen Leistungen verbessern und dadurch die Erfahrung machen, sich selbst zu organisieren und wie sie ihren Alltag selbstverantwortlich(er) gestalten.

Von Lehrern und Lehrerinnen, die durch den Online-Unterricht teilweise – so lässt sich annehmen – selbst überfordert waren, wurde mehr Unterstützung und Verständnis gewünscht.

Das Verbot Freunde/Freundinnen zu treffen war für viele schwierig. Es veränderten sich Freundschaften respektive wurde durch den Abstand und das Verbot, sich zu treffen, vielmals erkannt, wer wirklich befreundet sein will und mit wem der Kontakt eher im Sand verlaufen wird, da es kaum oder keine Anteilnahme an der schwierigen Bewältigung des Alltags gab oder die Meinungen zu sehr voneinander abwichen.

All dies weist darauf hin, dass in unserem Alltag dem Prinzip der Fürsorge und Akzeptanz mehr Beachtung geschenkt werden sollte, damit Kinder

und Jugendliche Ausnahmesituationen und Härtefälle leichter verkraften und meistern können.

## Ausblick

---

Die Lockdown-Jahre haben gezeigt, dass die Kluft immer größer zu werden scheint zwischen verschiedenen Weltanschauungen. Die Ursache dafür ortet die Autorin in einem gesellschaftlichen Paradigma, wonach es nur eine Meinung geben darf. Wer eine andere Ansicht als das herrschende Narrativ vertritt, betritt nach Mausfeld (2019) ein ideologisches Sperrgebiet, das als anrühig gilt. Folge davon ist nicht selten, dass Andersdenkende von jenen getadelt, diffamiert und ausgegrenzt werden dürfen, die das herrschende Narrativ glauben. Dieser Umstand widerspricht den Grundsätzen einer gewaltfreien Kommunikation und erweist sich in vielen Fällen als kontraproduktiv hinsichtlich eines friedlichen, geistig offenen und freundlichen Umgangs miteinander.

Um Jugendliche in ihrer Entwicklung zu verantwortungsbewussten Erwachsenen zu begleiten, braucht es Vertrauen, Geborgenheit, Bindung und Fürsorge. Durch die weit verbreiteten Alltagsbedingungen ist es jedoch vielen Eltern eher nicht möglich, ihren Kindern dies zukommen zu lassen. Hinzu kommt eine Reihe weiterer Faktoren wie beispielsweise die Erfahrung in der Kindheit von Verwahrlosung, Traumatisierungen, mangelnde Stabilität, die Bewältigung des Verlustes nahestehender Menschen, von Freunden, Freundinnen und von Haustieren, Krankheiten und anderes mehr.

Aufgabe der Bildung sollte es darüber hinaus sein, Jugendliche darin zu unterstützen, damit sie lernen, wie sie ihren Alltag bewältigen, Hindernisse und Schwierigkeiten überwinden, Probleme lösen und Herausforderungen meistern können. Wie die Zeit der Lockdowns gezeigt hat, wird es in Hinkunft außerdem wichtig sein, dass Jugendliche lernen, sich selbst eine Meinung zu bilden und diese gegenüber anderen zu vertreten. Vor allem aber brauchen Jugendliche ein Umfeld, in dem sie sich verstanden fühlen, wo Ängste genommen und nicht geschürt werden. Wenn sie Selbstvertrauen und Zuversicht vermittelt bekommen, sind sie meist in der Lage, die Aufgaben, die sich aktuell stellen, zu meistern. Dadurch wird es möglich sein, als Erwachsene fürsorglich mit den Menschen in ihrem persönlichen Umfeld wie auch mit den natürlichen Lebenssystemen umzugehen.

## The Better is the Enemy of the Good

### Aufsatz eines 13-Jährigen

Ich bin zurzeit 13 Jahre alt und besuche zurzeit die 8. Schulstufe [...eines] Gymnasiums [...]. Ich bin auch außerschulisch sehr engagiert, ich bin u.a. Teil der Schulband, eines Gitarrenorchesters und spiele seit fast 10 Jahren Gitarre. Auch habe ich viel technisches Interesse.

Zu meinen Geschwistern zählt ein siebenjähriger Bruder, der jetzt die 2. Klasse Volksschule besucht. Mein Vater ist Ökonom [...], meine Mutter ist selbstständig. Diese kommt aus Tschechien, ich spreche auch fließend Tschechisch als 2. Muttersprache (Deutsch als 1. MS) und Englisch auf C1 Niveau.

Der 1. Lockdown hat mich in der 5. Schulstufe (1. Kl. Gymnasium) „erwischt“, allerdings habe ich nicht wirklich darunter gelitten. Ganz im Gegenteil habe ich die Homeschooling-Zeit immer recht erholsam gefunden. Dies nehme ich an liegt wahrscheinlich an zwei Faktoren.

Erstens, dass ich bis zum 5. Lebensjahr in Hütteldorf, 6. bis 8. Lebensjahr im [...] Südburgenland aufgewachsen bin und seit dem 9. Lebensjahr (ab der 3. Schulstufe, 3. Kl. VS) nun in Wien [...] mit getrennten Eltern wohne. Dadurch hatte ich nie die „Möglichkeit“, wirklich Freundschaften zu bilden. Nun habe ich nach fast vier Jahren an einem festen Schulort langsam die Möglichkeit, Personen kennenzulernen und festere Verbindungen zu machen. Das klingt jetzt u.U. komisch, allerdings war das/ist es tlw. immer noch etwas, womit ich konfrontiert wurde/werde.

Zweitens: Ich bin eine recht eigene Person (1er-Schüler, lerne aber maximal 15min/Test bzw. Schularbeit, gehe freiwillig um 21:00 schlafen und stehe gerne mal um 5:45 auf, mag die „typischen Aktivitäten von Jugendlichen“ nicht usw. ...). Ich persönlich bin sehr froh über diese Eigenschaften, allerdings glaube ich, dass sie mir die Integrierung in eine (Klassen-) Gemeinschaft sehr erschwert haben. In Hütteldorf hatte dies kaum eine Bedeutung für mich im Alter von fünfeneinhalb. Allerdings wurde das mit dem Volksschulalter immer relevanter. Erste und zweite Schulstufe hatte ich (und meine Familie) keine Chance irgendwie in die verschworene Dorfgemeinschaft sich zu integrieren – es gab zwei sehr offene Familien im Ort, mit denen wir bis heute Kontakt haben, allerdings können zwei Familien keine Gemeinschaft ersetzen. In der dritten und vierten Schulstufe war es aufgrund meiner sich entwickelnden Persönlichkeit [schwierig] einen Anschluss zu finden. Daher würde ich aus der Schule kommen,

etwas essen, max. 30min Hausaufgaben machen und mich abseits meiner sportlichen und musikalischen Aktivitäten irgendwo verkriechen und ein Buch lesen, da es nichts anderes für mich gab... Und die Zeit im Gymnasium, die immer noch andauert, war, wie schon erwähnt, von Lockdowns gefüllt, daher war es mir nie möglich und gleichzeitig nie von großem Interesse mich sonderlich mit Mitschüler:innen zu verbinden. Das Ganze war wie eine Arbeitsstelle, die man nimmt, weil man das Geld braucht, und untertags den Beruf ausübt, allerdings nach dem Arbeitstag nicht mehr darüber nachdenkt (nicht nachdenken will) bis zum nächsten Tag.

Daraus folgt, um zum Anfangspunkt zurückzukehren, dass ich eine Gemeinschaft nie vermisst bzw. gebraucht habe...

Das heißt nicht, dass wenn ich von Anfang an das Gefühl gekannt hätte und einen Freundeskreis gehabt hätte, ich nicht ein (sozial) komplett anderer Mensch sein hätte können, allerdings ist es das, was herausgekommen ist. Nur um das Ganze in Perspektive zu setzen: Mein Bruder war in der 1. Kl. zu 17 Geburtstagsfeiern eingeladen. Ich im Burgenland zu zwei, in der Volksschule in Wien zu zwei und im Gymnasium, in dem ich die längste Zeit verbracht habe: Keine. o.

Ich glaube was ich dadurch ausdrücken will ist, dass ich nicht weiß, ob mich der Lockdown beeinflusst hat. „Wie“ wäre hier passender als „ob“. Sicherlich hat mich das Homeschooling und der Lockdown beeinflusst. Wie? Keine Ahnung. Jetzt glaube ich, dass mich der Lockdown viel mehr beeinflussen würde als in der fünften und sechsten Schulstufe. Nicht wegen dem Altersunterschied, aber durch den sozialen Fortschritt den ich gemacht habe.

Ich bin unendlich dankbar dafür, nicht nur dass ich den Fortschritt gemacht habe, aber auch dass ich ihn erkannt habe. In den letzten Monaten gab es viele Momente, in denen ich in Tränen war, weil ich realisiert habe, was mir gefehlt hat. Eher noch, weil ich glücklich war, dass ich gefunden habe was gefehlt hat. Das englische Sprichwort „the better is the enemy of the good“ ist hier sicher etwas aus dem Kontext gerissen, beschreibt die Situation, glaube ich, recht treffend. Mir war nicht klar, was mir gefehlt hat, erst als ich es gefunden habe war mir klar, dass es mir jetzt besser geht (und daher vorher schlechter (nicht schlecht, schlechter)).

Kurz: Ich weiß nicht, was der Lockdown genommen hat, ich weiß nur was gefehlt hat.

## Literatur

- Alt, Philipp, Reim, Julia und Walper, Sabine 2022: Jugendliche und junge Erwachsene leiden psychisch weiterhin stark. In: DIJ impulse: Das Forschungsmagazin des Deutschen Jugendinstituts 2/22: unter:  
<https://www.dji.de/themen/corona/jugendliche-leiden-psychisch-stark.html> (25.7.2023)
- Mausfeld, Rainer 2019: Warum schweigen die Lämmer? Vortrag am DAI Heidelberg am 27.6.2019  
<https://www.youtube.com/watch?v=-kLzmatet8w> (21.8.2023)
- Rosenberg, Marshall 2001: Gewaltfreie Kommunikation, Junfermann Verlag Paderborn
- Walper, Sabine (Hg.in) 2022: DIJ impulse 2/22: Der lange Weg aus der Pandemie. Wie sich die Coronakrise auf Jugendliche auswirkt und welche Unterstützung sie benötigen,  
[https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloadsJ/Focus/JoHM\\_04\\_2020\\_Psychische\\_Auswirkungen\\_COVID-19.pdf?\\_\\_blob=publicationFile](https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloadsJ/Focus/JoHM_04_2020_Psychische_Auswirkungen_COVID-19.pdf?__blob=publicationFile) (24.7.2023)
- <https://kija-wien.at/studie-die-pandemie-wirkt-sich-dramatisch-auf-die-psychische-gesundheit-von-kindern-und-jugendlichen-aus/> (24.7.2023)

## Die Autorin

Elisabeth Loibl, Dipl.Ing.in, Jg 1963, Absolventin und 2012 bis 2019 Lektorin der Universität für Bodenkultur, von 1993 bis 2023 wissenschaftliche Mitarbeiterin der Bundesanstalt für Bergbauernfragen, ab 2019 Bundesanstalt für Agrarwirtschaft und Bergbauernfragen. Vertreterin der Subsistenzperspektive und der Tiefenökologie. Darin werden die Prinzipien Fürsorge und Selbstbestimmung als wesentliche Unterstützung zur Lösung der Probleme von sozialen wie auch von natürlichen Lebenssystemen erachtet.

Auswahl an Forschungsberichten: „Der Weg entsteht im Gehen. Bäuerliche Initiativen im ländlichen Raum“ (1997), „Das Brot der Zuversicht“ (2003), „Das Politische ist persönlich, das Persönliche ist politisch. Zeitzeugen der Agrarpolitik (gemeinsam mit Josef Krammer 2007), „Schmackhafte Aussichten? Die Zukunft der Lebensmittelversorgung“ (gemeinsam herausgegeben mit Josef Hoppichler 2010), „Tiefenökologie. Eine liebevolle Sicht auf die Erde“ (erschieden 2014 im oekom verlag München), „Soziale Prozesse am Land.“ (2021).

## Wichtige Ergebnisse

20 der 33 befragten Schüler:innen gaben an, sie hätten sich in der Zeit der Lockdowns Sorgen gemacht, jemand in ihrer Familie könnte schwer krank werden oder sterben. Nur sehr wenige hatten Angst vor einer Bedrohung oder einem Massensterben. Acht fürchteten sich, selbst krank zu werden.

27 vermissten ihre Freunde und Freundinnen (sehr) durch das Social Distancing und die Schließung der Schulen.

Ein Drittel der Schüler:innen litt unter ihrem psychischen Zustand. Genauso viele wurden durch zunehmende Konflikte belastet. Ein Viertel zeigte physische Symptome wie Kopfweg, häufige Erkrankungen oder Essstörungen.

Freundschaften haben sich während dieser Zeit verändert, einerseits durch den Abstand, andererseits weil die Ansichten auseinandergingen.

Das Home-Schooling war für die meisten „okay“, wenn auch langweilig oder anstrengend.

Ein Drittel hätte sich mehr Verständnis von Seiten der Schule gewünscht. Einige lernten dadurch, ihren Alltag selbst zu organisieren und selbständig zu arbeiten.

Jugendliche mit einem starken familiären Rückhalt konnten die Herausforderungen der Ausnahmesituation psychisch besser bewältigen.

Zu den Zukunftsaussichten zählten ein Schulabschluss, ein guter Job, Familie mit Haus und Garten wie auch eine bessere Zukunft für ihre Kinder. Zwei gaben an, sie wollten keine Kinder.

Einige zeigten durch ihre Aussagen eine bereits gut ausgebildete Persönlichkeit. Diese wünschten sich mehr Menschlichkeit, gegenseitige Akzeptanz wie auch mehr Selbstbestimmung.

Jugendliche brauchen ein Bildungssystem, das ihre Begabungen fördert wie auch ein Umfeld, in dem sie sich geborgen und verstanden fühlen. Dadurch lernen sie, Probleme und Herausforderungen im Alltag zu meistern. Dies wird sie dazu befähigen, als Erwachsene fürsorglich und verantwortungsbewusst mit den sozialen und natürlichen Lebenssystemen umzugehen.