

Die Generation traurig

„Es gab noch nie so viele unglückliche Kinder. Sie sind auch weniger begeisterungsfähig als noch vor zehn Jahren“, meint Rüdiger Maas. Er ist Leiter einer groß angelegten Studie zu diesem Themenbereich. Kinder seien trauriger als früher, deutlich weniger selbständig, weniger leistungsfähig, und immer mehr Kinder litten an Angststörungen und Depressionen. Als Gründe sieht er die Corona-Zeit, überforderte Eltern, Überbehütung, eine Fülle an Events, die eine Reizüberflutung bei den Kindern bewirkten. Dies schreibt er in seinem Buch „Generation lebensunfähig“.

Der Bestseller über die „Generation Z“ (1997 bis ca. 2012 Geborene) von Valentina Vapaux stellt ähnliche Probleme der Jugend fest. Die Autorin ist der Meinung, dass die Corona-Zeit ein Problem nur verschlimmert habe, das schon seit Jahren an Wucht gewinne. Studien belegten, dass das mentale Wohlbefinden von europäischen Teenagern schon in den Jahren zwischen 2014 und 2018 dramatisch gesunken sei, und sie fragt: Was also macht diese Generation so traurig?

Als Gründe führt sie übereinstimmende Untersuchungen an, wonach Social Media und besonders Plattformen wie Instagram sich negativ auf die psychische Gesundheit auswirkten. „Das Risiko erhöht sich ab einer Zeit von zwei oder mehr Stunden pro Tag und steigt danach weiter an, wobei ein sehr hoher Benutzungsgrad von fünf oder mehr Stunden mit einem beträchtlich höheren Risiko für Selbstmord und Traurigkeit verbunden ist“, schreibt die amerikanische Wissenschaftlerin Jean Twenge dazu.

Vapaux weiter: „Wir sind die erste Generation, die keine Welt vor dem Internet kennt. Die meisten von uns brauchen keine Studien, um zu wissen, wie schädlich die sozialen Medien sind. Wenn wir alleine sind, verbringen wir oft Stunden mit Scrollen, vergleichen uns mit unerreichbaren Idealen. Depressionen und Angststörungen entstehen nicht unbedingt auf Instagram, doch sie werden dort verstärkt: Die Welt, die wir in unseren Smartphones betrachten, eröffnet endlos viele Möglichkeiten und Lebensentwürfe ... Unsere Eltern, Filme und Millionen von Social-Media-Profilen suggerieren uns: ‚Du kannst es schaffen! Mach was draus!‘ An dieser Erwartungshaltung kann man nur scheitern oder sich zumindest so fühlen, als sei man gescheitert ... Wir sind nicht mal zwanzig, und alles fühlt sich wie der Weltuntergang an.“ Dazu kommen noch schädliche Schönheitsideale, die Panikmache der Medien und von Teilen der Gesellschaft, z.B. in der Klimafrage usw.

Auch andere Generationen haben schon Krisen und Unruhen erlebt, sogar deutlich schwerwiegendere – teilweise Kriege. Bereits in den 1980er Jahren galt die Jugend als depressive Generation, die im Angesicht eines drohenden Atomkriegs alle Hoffnung drangegeben hatte. So sprühten manche „No Future“ an Wände. Doch Vapaux meint: „Die Generation Z erlebt ihre Verzweiflung nicht als Rebellion, nicht als identitätsstiftenden Moment, sondern als einsam, viele sogar als lebensgefährlich ... Die meisten von uns wuchsen immerhin in politisch stabilen Verhältnissen und zumindest gut versorgt auf. Doch die Generation Z fühlt trotzdem jede Krise, durch Algorithmen verstärkt, viel dramatischer. Unsere Gehirne sind in ständiger Alarmbereitschaft. Pushmeldungen von Nachrichtenseiten, aufgeregte Newsfeeds. Zum ersten Mal in der Geschichte erleben wir Terroranschläge sogar in Echtzeit – live gestreamt über Plattformen wie Twitch. Alles ist nah und unmittelbar.“

In dieses Bild passt auch der Trend, traurig aussehende Menschen auf Bildern modellhaft abzubilden, ebenso die Meldung, dass Kinobesucher weltweit von depressiven Verstimmungen nach Filmen wie z.B. *Avatar* berichten. Fassen wir die Ergebnisse zusammen, so stellen wir fest, dass Kinder und Jugendliche ihre Situation heute oft als traurig beschreiben, obwohl sie in einem reichen westeuropäischen Land und nicht im Krieg leben. – Wie begann die Misere?

Kain war der Erste, der zur Generation traurig gehörte. Er tötete seinen Bruder und zog von Gottes Gegenwart weg ins Land Nod, das Land der Heimatlosigkeit. Dort konnte er versuchen, glücklich zu werden, doch die Chancen waren gering. Um eine für die Menschen ideale Sphäre zu schaffen, hatte Gott den Garten Eden (Wonne, Lieblichkeit) gepflanzt. Er hatte viele unterschiedliche Bäume wachsen lassen, die schön anzusehen und deren Früchte essbar waren. Der Baum des Lebens stand in der Mitte und der Baum der Erkenntnis des Guten und Bösen irgendwo. Von Eden ging ein Strom aus. Der Mensch sollte den Garten bebauen und bewahren. Gott schuf die Frau, außerdem Tiere, die der Mensch benennen sollte. Hier wird einiges deutlich, was gute Bedingungen für das Leben eines Menschen sind: Nahrung, Schönheit, ein göttlicher Mittelpunkt (Baum des Lebens als Symbol für den Herrn Jesus), die Notwendigkeit eines moralischen Unterscheidungsvermögens (Baum der Erkenntnis des Guten und Bösen), Gemeinschaft, sinnvolle Tätigkeit und kreatives Tun (Namen geben) (vgl. 2. Mose 2, 8ff.). Nach dem Sündenfall musste der Mensch diese Sphäre verlassen und wurde auf der Erde letztlich zum traurigen Heimatlosen, mit der Sünde als Hauptproblem.

In dieser Tradition stehen besonders auch die Philosophen, die den Menschen an die Stelle Gottes setzen. So haben einige gemeint, den Schöpfer abschaffen und den Fokus zunehmend auf den Menschen richten zu können. Dies hat u.a. zur Folge, dass immer

mehr der Egoismus gefördert und in diesem Zuge heute das Empfinden geradezu vergöttert wird – in manchem sogar als letzte Instanz für Entscheidungen. Und das Ergebnis ist eine traurige Generation.

Der Chemiker und Pharmakologe Arthur E. Wilder-Smith schrieb dazu schon vor einigen Jahrzehnten: „Obwohl unsere Generation meint, sie könne nicht an Gott glauben, leidet sie an Heimweh nach der Ewigkeit, nach Bedeutung und Schönheit. Dieses Heimweh hat sie todkrank gemacht. Eltern und Lehrer können nicht die Medizin der Ewigkeit, die sie braucht, herbeischaffen“. Und der Journalist Peter Hahne schreibt: „Die Welt von Leid und Tränen ist nicht die Welt, die Gott gewollt hat. Es ist die Welt jenseits von Eden. Und darin fühlt sich der Mensch fremd. Der leidende Mensch hat also den Eindruck: Das ist nicht die Welt, für die ich eigentlich geschaffen bin. Hier bin ich nicht zu Hause, meine Heimat ist irgendwo anders. Der Kirchenvater Augustin (354–430 n. Chr.) schreibt in seinen Bekenntnissen: ‚Unser Herz ist unruhig, bis es ruht in dir, o Gott. Denn auf dich hin hast du uns geschaffen.‘“

In dieser Ruhe und Kraft konnten die Glaubensmänner der Bibel (wie z.B. Daniel) ihr Leben trotz schwieriger Zeiten im Frieden Gottes mit dessen Hilfe leben. Zur Generation traurig wurden die, die mit Gott nichts zu tun haben wollten. Und das bis heute. Wer Gott los sein möchte, darf das. Er ist aber dazu verdammt, ohne ihn zu leben, kann auch in schwierigen Lebensumständen nicht mit seiner Hilfe rechnen und muss schließlich ohne ihn sterben, um dann in der Gottesferne zu erwachen – einsam und traurig. Für gläubige Christen gilt aber: „Betrübt euch nicht, denn die Freude am Herrn ist eure Stärke“ (Neh 8,10). Und: „Ihr aber seid stark und lasst eure Hände nicht erschlaffen, denn es gibt Lohn für euer Tun!“ (2. Chr, 15,7).

Jochen Klein