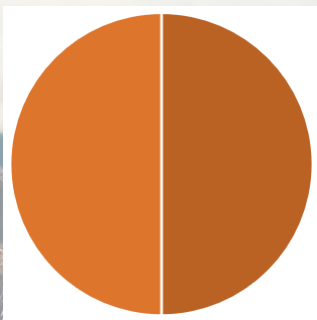

The New Normal

8 Ways to Care für Gen Z in a Pandemic World

eine Zusammenfassung von Kilian Müller

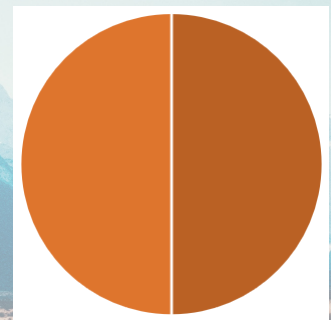
Quellenangabe: Springtide Research Institute. Februar 2021. <https://www.springtideresearch.org/research/the-new-normal>

„There’s no ‘normal’ to return to.“



50 %

fühlen sich nicht bereit, nach der Pandemie „normal“ weiterzumachen.



50 %

empfinden es als Druck, nach der Pandemie weitermachen zu müssen, ohne bereit dazu zu sein.

IN EINEM SATZ

Es gibt kein Zurück zu einer Normalität vor Corona, deshalb braucht es Gemeinden, die Jugendlichen helfen, die Folgen der Pandemie zu bewältigen.

IMPLEMENTIERE

Jugendlichen Zeit und Raum geben, in ihrem eigenen Tempo und nach ihren eigenen Bedürfnissen, die Folgen der Pandemie Schritt für Schritt zu bearbeiten.

Zusammenfassung

„Zurück zur Normalität“, das ist ein Wunsch, den viele nach über einem Jahr Pandemie kennen und einige sogar ausgesprochen haben. Auch für Gemeindeveranstaltungen sehnen wir uns nach „Normalität“, wir wünschen uns, Gottesdienste ohne Masken und Mindestabstand zu feiern oder wieder mitsingen zu können. Und trotzdem wissen wir, dass eine Rückkehr zu einer Zeit vor Corona nicht einfach möglich sein wird. Es hat sich etwas verändert. Besonders bei Jugendlichen, deren Lebenswelten sich schnell weiterentwickeln und die für ihre Identitätsentwicklung den Kontakt zu anderen brauchen, hat ein Jahr Homeschooling und Social Distancing tiefe Spuren hinterlassen.



Aber was hat sich verändert?

Die Studie *The New Normal, 8 Ways to Care for Gen Z in a Post-Pandemic World* geht dieser Frage nach, mit dem Ziel Gemeinden und Jugendmitarbeiter zu unterstützen, relevante und effektive Wege zu finden, um Jugendlichen helfen zu können. Schon der Titel „The New Normal“ gibt eine Richtung vor. Es bedarf mehr als die gewohnten Strukturen und Angebote wieder aufleben zu lassen. Es braucht ein „Neues Normal“. Folgende Schritte können helfen, das zu erreichen:

1. Vertrauen zurückgewinnen

57 % der Jugendlichen geben an, dass es Zeit brauchen wird, Vertrauen in Institutionen zurückzugewinnen, da diese während der Pandemie ganz unterschiedliche und teilweise widersprüchliche Aussagen gemacht haben. Auch wenn Kirchen etwas besser dastehen als staatliche Institutionen in den USA, hat auch das Vertrauen Kirche als Institution nachgelassen.

2. Verstehen, wo die eigenen Jugendlichen stehen

Statistiken und Studien sind wichtige Hilfsmittel, um zu verstehen, was eine Generation bewegt. Allerdings kann die Auseinandersetzung mit den eigenen Jugendlichen dadurch nie ersetzt werden. Jugendliche fangen gerade erst an, Herausforderungen und Folgen der Pandemie zu verarbeiten, jeder von einem unterschiedlichen Ausgangspunkt aus und in eigenem Tempo.

79 % geben an, dass sie bereitwilliger sind, auf das zu hören, was Erwachsene zu sagen haben, wenn sie spüren, dass sie sich um sie sorgen. Deshalb ist es so wichtig, jeden Jugendlichen auch als einzelnes Individuum wahrzunehmen.

3. Empathie einüben

Als drittes Grundanliegen wird die Fähigkeit genannt, sich in die Erfahrungen der Jugendlichen und in deren Lebensperspektive hineinzusetzen. Dieses Grundanliegen ist so wichtig, weil Jugendliche nach Orientierung und Vorbildern suchen, an denen sie sehen können, wie diese mit Situationen und Ereignissen umgehen, die sie selbst durchgemacht haben oder gerade durchmachen.

Acht Wege Jugendlichen nach der Pandemie zu helfen

Folgende acht Wege wurden durch die Umfrage deutlich und helfen, dass Gemeinden und Jugendleiter ihre eigene Praxis reflektieren können:

1. Sicherheit geben, damit junge Menschen wieder Sicherheit finden können

74 % der Befragten haben ausgesagt, dass sie sich im vergangenen Jahr nicht sicher gefühlt haben. Jemand, der sich nicht sicher fühlt, ist in ständiger Alarmbereitschaft. Wenn dieser Zustand zum Dauerzustand wird, kann das negative psychische Folgen haben. Jugendliche brauchen einen Raum, in dem sie sich sicher fühlen, um nächste Schritte in ihrem Leben gehen zu können.

Bieten wir Jugendlichen Sicherheit und Stabilität – oder verstärken wir Angst und Verunsicherung?

2. Das Gleichgewicht zwischen Trauer und Loslassen

57 % der Jugendlichen rechnen damit, dass nach der Pandemie vieles anders und vor allem im negativen Sinne anders sein wird. Aufbauend auf Sicherheit bedarf es deshalb Raum über Events, Beziehungen und Chancen, die im letzten Jahr vorbeigegangen sind, trauern zu können ohne dabei am Negativen festzuhalten.

Geben wir Jugendlichen die Gelegenheit, über ihre Erfahrungen während der Pandemie zu sprechen?

3. Feiern, was entstanden ist

Fast 70 % sagen, dass sie Beziehungen und Chancen weniger selbstverständlich ansehen als vor der Pandemie. Außerdem fühlen sich 25 % der Jugendlichen anderen verbundener und ca. 44% haben Freude daran gefunden, mehr Zeit mit sich selbst zu verbringen. Es sind auch neue Dinge im vergangenen Jahr entstanden, die es jetzt zu feiern gilt.

Bieten wir als Gemeinde Jugendlichen Raum, neue Dinge in unsere Veranstaltungen einzubringen?

4. Dem Vergleichen widerstehen

Besonders Jugendliche sind anfällig dafür, sich mit anderen zu vergleichen. Über 50 % empfinden Druck, nach der Pandemie weitermachen zu müssen, ohne sich dazu bereit zu fühlen. Außerdem stimmen 57 % der Aussage zu, dass es vermutlich hart wird, andere im gleichen Alter zu sehen, die besser durch die Pandemie gekommen sind.

Unterstützen wir Jugendliche dabei, ein von Gott her geprägtes, gesundes Selbstwertgefühl zu entwickeln, welches einer Kultur des Vergleichens standhält?

5. Isolation mit gezielten Treffen bekämpfen

Sicherlich braucht es Zeit, bis sich jeder wieder in größeren Gruppen wohlfühlt. Deshalb ist es wichtig, gezielt Treffen zu organisieren, um die Isolation zu bekämpfen. Bei 57 % der Jugendliche haben die meisten Kontakte im vergangenen Jahr online stattgefunden haben. Wir wissen, wie wichtig Treffen in Präsenz sind. Jedoch muss der Weg zurück zu Präsenztreffen bedacht vonstattengehen, denn 60 % der Befragten geben an, dass sie erstmal vorsichtig mit Treffen in größeren Gruppen und Reisen sein werden.

Gelingt es uns als Gemeinde Jugendliche zu Präsenztreffen zu motivieren und die Gemeinschaft und das Zusammengehörigkeitsgefühl untereinander neu zu stärken?



**YOUTH
INSIDE**

6. Auf den Körper achten

Fast **70 %** der Jugendlichen möchten einige ihrer „Lockdown“-Routinen beibehalten. Bei den angegebenen Routinen handelt es sich zu **30 %** um körperliche Dinge, wie z.B. Spazierengehen. Außerdem geben **40 %** an, neue Kochgewohnheiten beibehalten zu wollen. Das Wohlfühlen des Körpers kann helfen, Stress abzubauen und damit sich sicherer zu fühlen.

Bieten diese veränderten „Routinen“ für uns als Gemeinde neue Möglichkeiten der Begegnung, evtl. sogar des generationenübergreifenden Miteinanders?

7. Kunst nutzen, um sich auszudrücken

30 % möchten ihre neuen künstlerischen Hobbies beibehalten. Zusätzlich hat ein Viertel aller Befragten angegeben, sich in der Natur sicher zu fühlen. Kunst und Natur als etwas außerhalb unserer Selbst, kann Jugendlichen helfen, etwas auszudrücken, was sie sonst nicht könnten.

Unterstützen wir Jugendliche, diese neu entwickelten Hobbies in den Dienst und ihre Beziehung mit Gott zu stellen?

8. Fokus auf das Praktische, jungen Menschen Hilfe anbieten

Fast **ein Drittel** der Befragten gab an, dass sie sich nach einem Jahr in der Pandemie gefangen fühlen. Außerdem gaben **57 %** an, dass sie Raum und Zeit brauchen, das Geschehene zu verarbeiten. Jugendliche brauchen praktische Hilfe, um Schritt für Schritt einen großen Berg an Arbeit zu bewältigen.

Wie unterstützen wir als Gemeinde Jugendliche dabei, die Wirkungen der Pandemie zu verarbeiten?



**YOUTH
INSIDE**

Konkret für die Praxis bedeutet die Studie:

Anliegen der Studie ist es, zu verstehen, was Jugendliche nach einem Jahr Pandemie bewegt und darauf aufbauend eine neue Normalität zu schaffen, die ihnen hilft, sich wieder sicher zu fühlen und Schritt für Schritt begleitet die Folgen der Pandemie zu verarbeiten. Dabei können folgende Punkte in der Praxis helfen:

Feiert neben der Trauer auch bewusst, was neu entstanden ist. Suche die positiven Dinge im Leben der Einzelnen im letzten Jahr und würdigt sie. Einzelne Jugendliche können zum Beispiel auch ermutigt werden Erfahrungsberichte zu geben.

Wirke durch bewusste Zusammenkünfte der Isolation entgegen, ohne dabei aus dem Blick zu verlieren, dass einige Jugendliche mehr Zeit brauchen als andere.

Versuche durch gemeinsame Mahlzeiten oder Bewegung, den Jugendlichen zu helfen, sich wohlfühlen und somit ein Gefühl der Sicherheit zu geben.

Schaffe Raum, um über verpasste Chancen und verlorene Beziehungen zu trauern. Rituale, auch in Kombination mit Gebet oder Stille, können dabei helfen.

Reflektiere Wortwahl vor dem Hintergrund, dass junge Menschen unterschiedlich weit in der Verarbeitung der Pandemie sind und sich auch unterschiedlich bereit für eine „neue Normalität“ fühlen. Bringe zum Ausdruck, dass Du Dir dessen bewusst bist.

Bilder und Kunst können helfen, Emotionen auszudrücken.

Suche das Gespräch mit deinen Jugendlichen, um herauszufinden, unter welchen Umständen sie sich sicher fühlen.

Überraschend war, dass...

- 74% der befragten Jugendlichen sich im vergangenen Jahr unsicher gefühlt haben.
- 57% eher pessimistisch auf die Zukunft blicken.
- 60 % Prozent erstmal vorsichtig mit Zusammenkünften in großen Gruppen und Reisen sein werden.

Für mich hat sich bestätigt, dass...

- Beziehungen und Chancen in der Arbeit mit Jugendlichen unglaublich wichtig sind und vor dem Hintergrund einer Pandemie neue Bedeutung gewonnen haben.
- Jugendliche sich nicht bereit fühlen, nach der Pandemie wieder „normal“ weiterzumachen.
- neue bewährte Routinen beibehalten werden sollen.