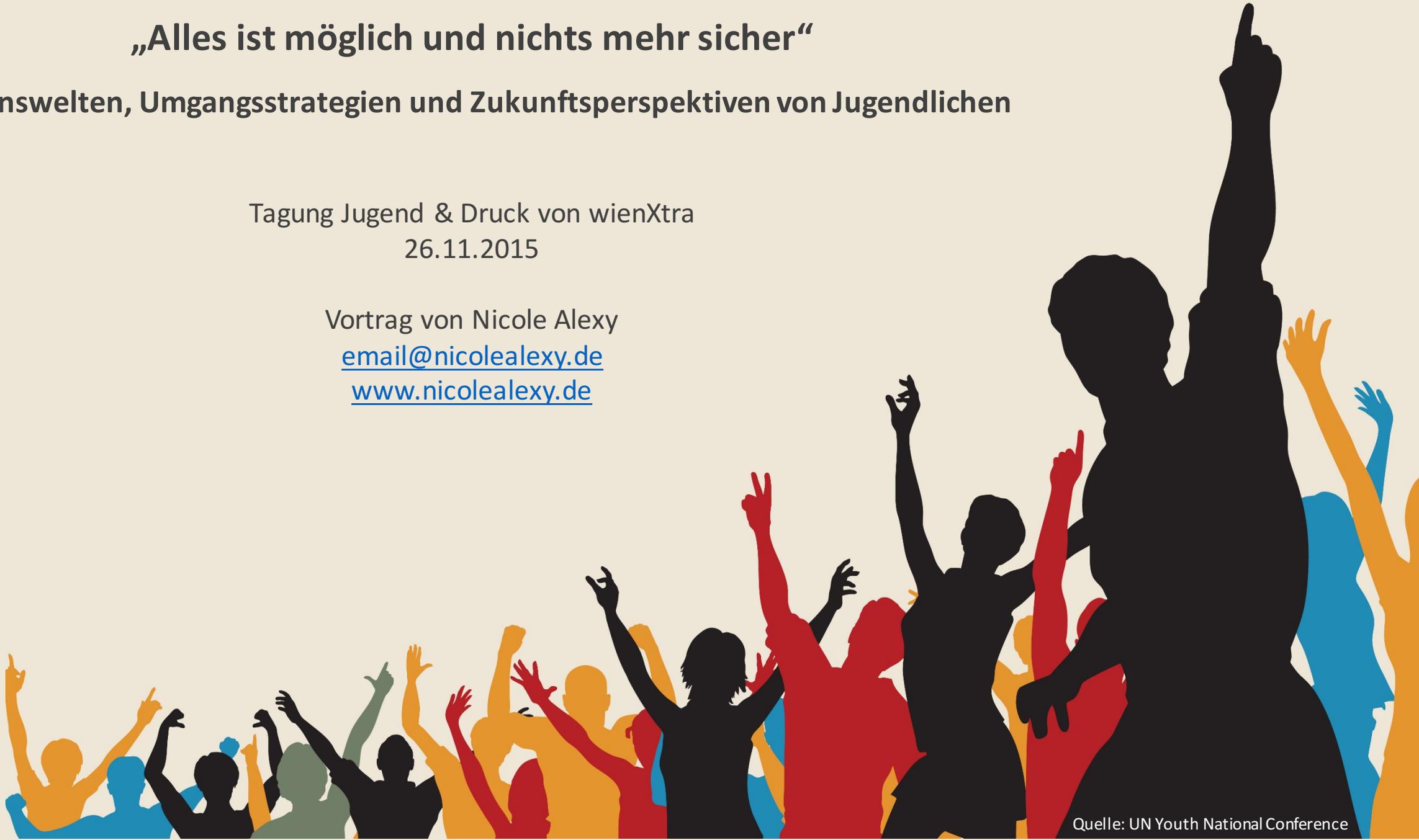


# „Alles ist möglich und nichts mehr sicher“

## Lebenswelten, Umgangsstrategien und Zukunftsperspektiven von Jugendlichen

Tagung Jugend & Druck von wienXtra  
26.11.2015

Vortrag von Nicole Alexy  
[email@nicolealex.de](mailto:email@nicolealex.de)  
[www.nicolealex.de](http://www.nicolealex.de)



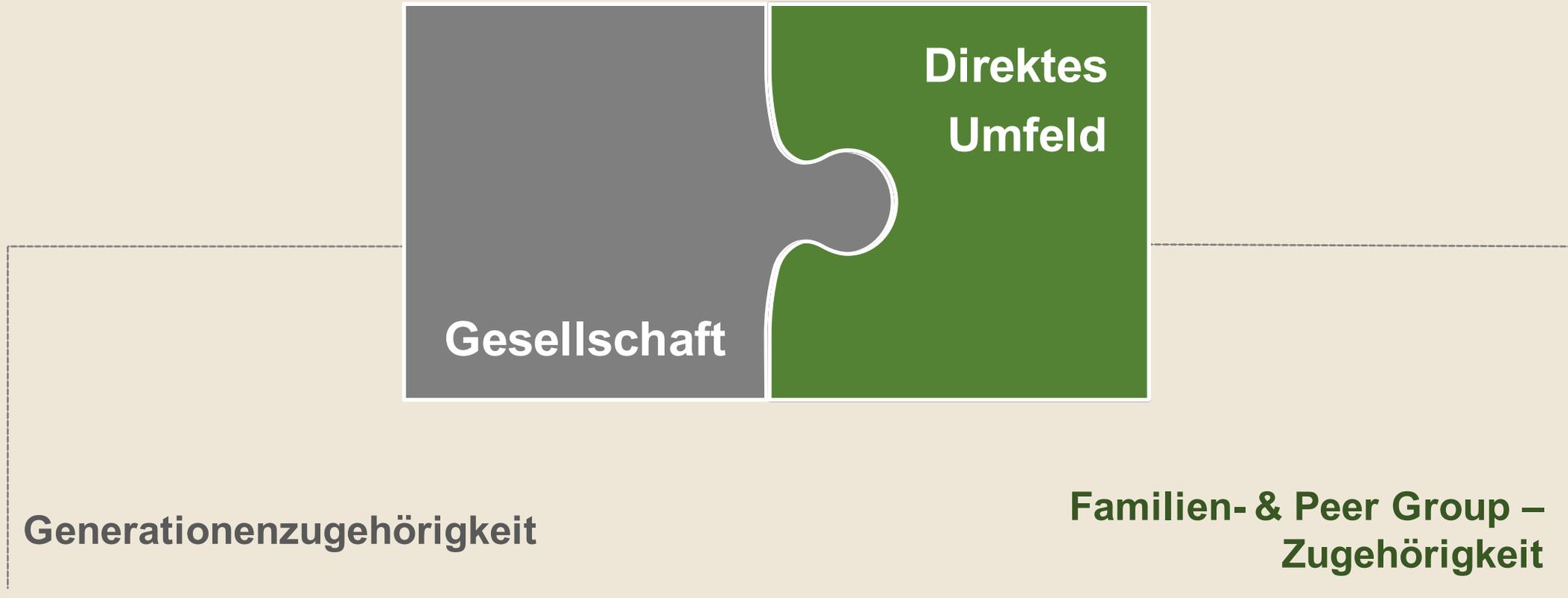
### Generationszugehörigkeit

- Kollektive Verbundenheit, jedoch keine konkrete Gemeinschaft.
- Kann nicht verlassen werden.
- Ein Generationszusammenhang entsteht durch die Partizipation derselben Generation angehörenden Individuen am gemeinsamen Schicksal und an dem dazugehörenden, zusammenhängenden Gestalten.
- Eröffnet dem Einzelnen spezifische Möglichkeiten, legt ihnen aber auch Beschränkungen auf.
- Innerhalb dieser Schicksalsgemeinschaft handelt es sich um eine verwandte Art in der Gestaltung des Lebens. Die konkreten Ausdrucksformen können dabei durchaus unterschiedlich bis gegensätzlich sein. Die Basis ist jedoch eine gemeinsame Grundstimmung.



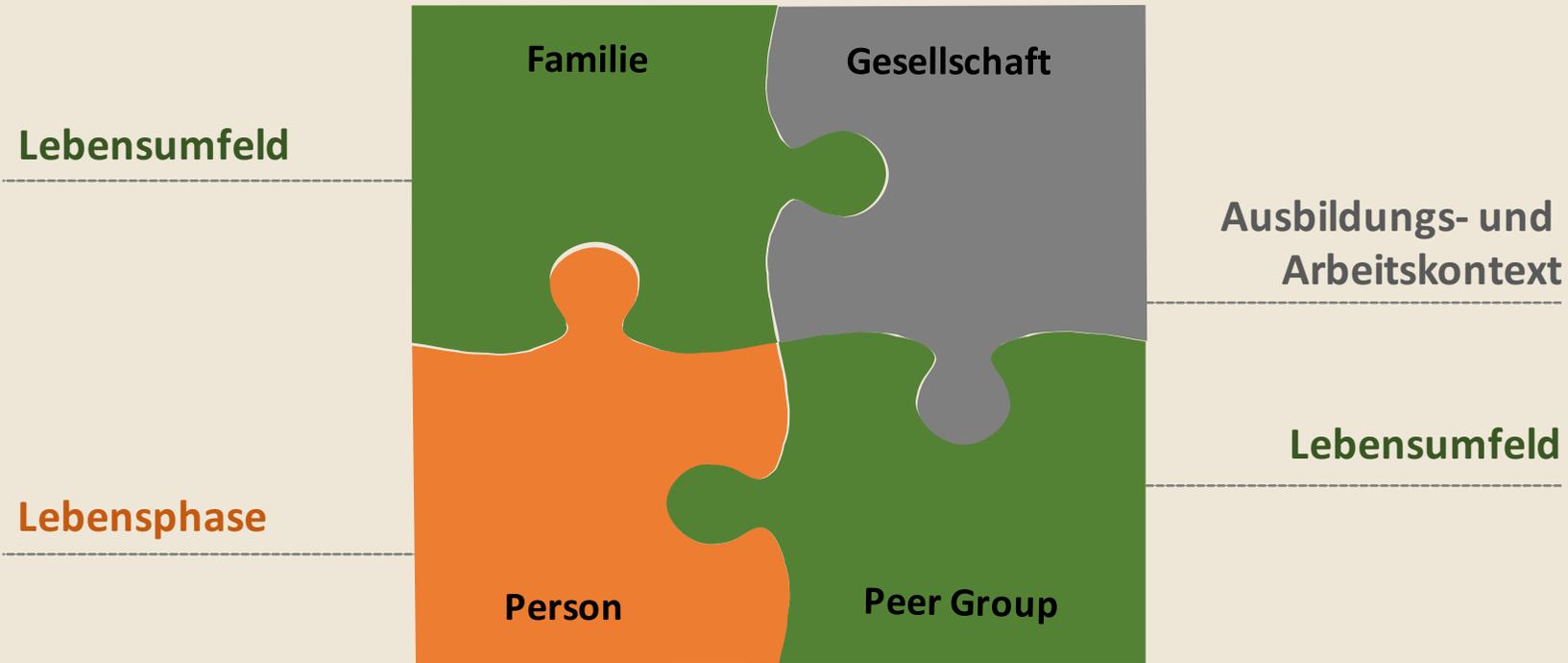
**Generationen sind nicht homogen!**





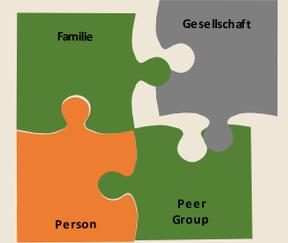
## Was prägt Jugendliche? – Die Lebenswelt von Jugendlichen

---



In ihrer Lebenswelt machen Jugendliche prägende Lebenserfahrungen, bei denen sie ihre Persönlichkeit entwickeln und die sie in ihrem Denken, Fühlen und Handeln stark beeinflussen.





## Die Gesellschaft wird zunehmend ...



... globaler

Zunehmende internationale Verflechtung von Staaten, Volkswirtschaften, Bildung, Kultur und Kommunikation führt zu großer Komplexität.



... ungewisser

Weltwirtschaftskrise; Terrorgefahr und Angst vor Kriegen – auch in Europa; steigende Scheidungen und dadurch alleinerziehende Eltern oder Patchworkfamilien, zunehmende Kinderarmut.

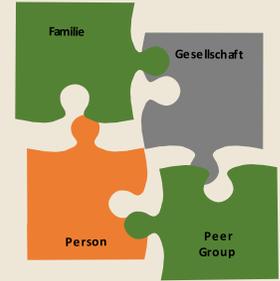


... leistungsorientierter

Effizienz, Nützlichkeit und Leistung sind die Gradmesser menschlichen Denkens und Handelns - im Beruf, aber auch privat.

▶ Was für Auswirkungen haben diese Entwicklungen für die persönlichen Lebenswelten von Jugendlichen?

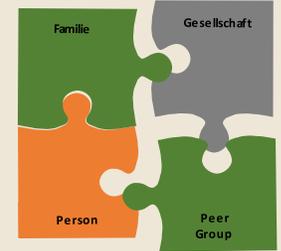




## Familienumfeld und Peer Group

	<b>Social Media wird Teil der Realität</b>	Soziale Medien spielen den jungen Menschen eine vermeintlich heile Welt von virtuellen Freunden wider.
	<b>Familienstrukturen verändern sich</b>	Das Auflösen von klassischen Familienstrukturen kann zu Verunsicherung führen, da atypische Strukturen neue Dynamiken und Unsicherheit mit sich bringen.
	<b>Individualität als Pflichtaufgabe</b>	Führt zu zwanghafter Selbstverwirklichung und ist insbesondere in der Phase Jugend, in der die Selbstfindung gerade begonnen hat, eine Herausforderung.
	<b>Eltern werden zu besten Freunde</b>	Während ältere Generationen sich gegen ihre Eltern aufgelehnt haben, erzeugen heutige Eltern großen Druck, indem sie ihren Kindern alles ermöglichen und damit unbewusst überhöhte Erwartungen erzeugen.





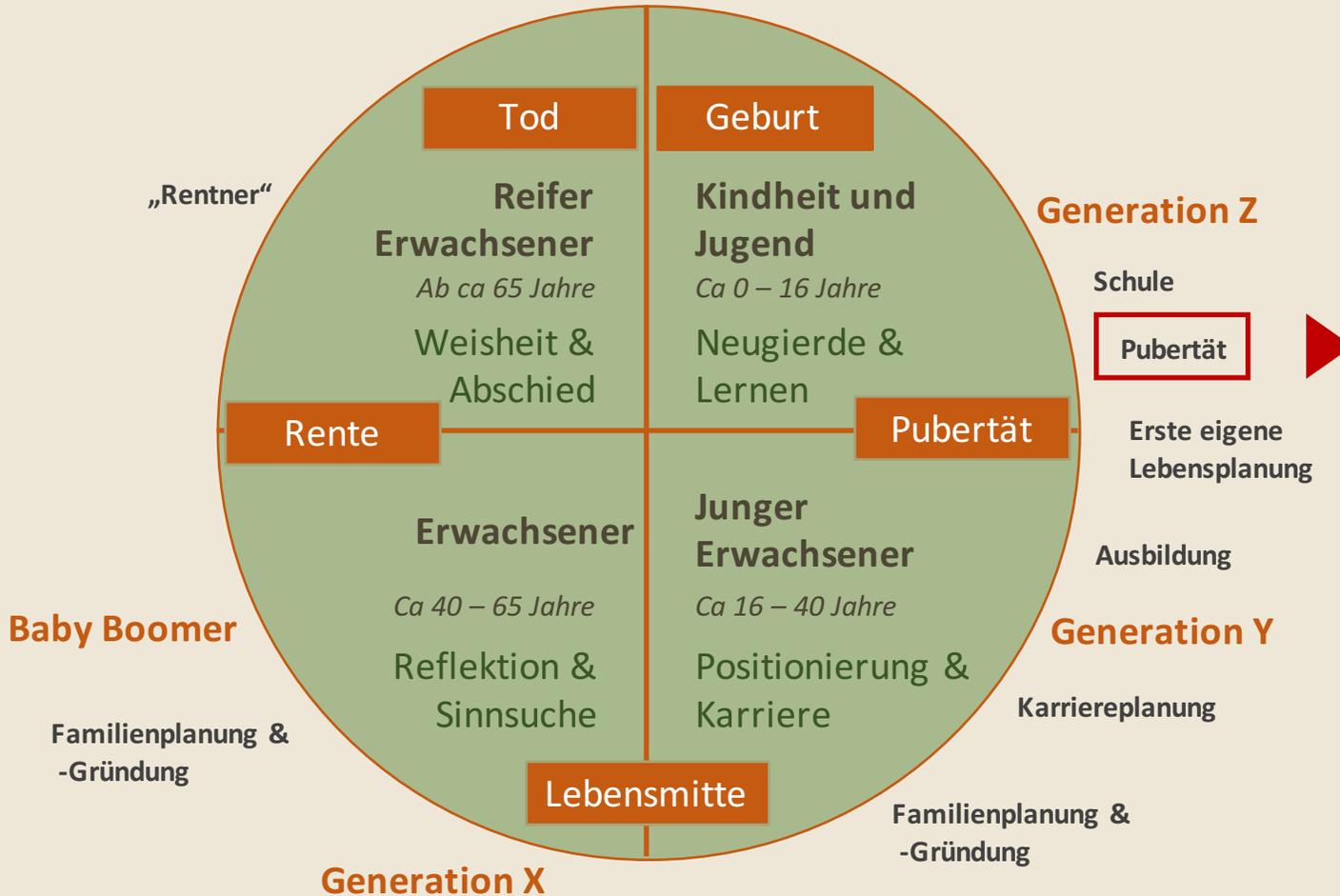
## Gesellschaft und Peer Group

	<b>Riesige Auswahl an Ausbildungen und Studiengängen</b>	Vielfalt und Unübersichtlichkeit verunsichern und erzeugen Druck, die <i>richtige</i> Entscheidung zu treffen.
	<b>Flexible Karriereformen</b>	Traditionelle Karriereformen gaben bisher eine kalkulierbare Sicherheit. Diese Grundsicherheit gibt es heute nicht mehr. Der Wunsch nach Sicherheit ist aus diesem Grunde bei den heutigen Jugendlichen besonders hoch.
	<b>Bildung als Eintrittskarte</b>	Für die meisten Berufsbilder heutzutage ist eine sehr gute Ausbildung Voraussetzung. Gerade Jugendliche aus den Unterschichten bleiben hier oft außen vor.





## Übersicht Lebensphasen



## Pubertät

- Brücke zwischen Kindheit und Erwachsensein
- Zeit starker körperlicher und emotionaler Veränderungen
- Pubertät ist eine Phase der Identitätsbildung bei gleichzeitiger Ablösung vom Elternhaus
- Wunsch nach Unabhängigkeit und eigenständigem Handeln



## Welches Gefühl löst die Lebenswelt bei Jugendlichen aus?

+	Große Auswahlmöglichkeiten und Freiheiten – sowohl in Beruf als auch in der Freizeit.
+	Selbstverwirklichung als gesellschaftlich gefordertes Lebensziel.
+	Verständnisvolle und unterstützende Eltern.



Unzählige Entscheidungen, die Verunsicherung erzeugen.	-
--	---



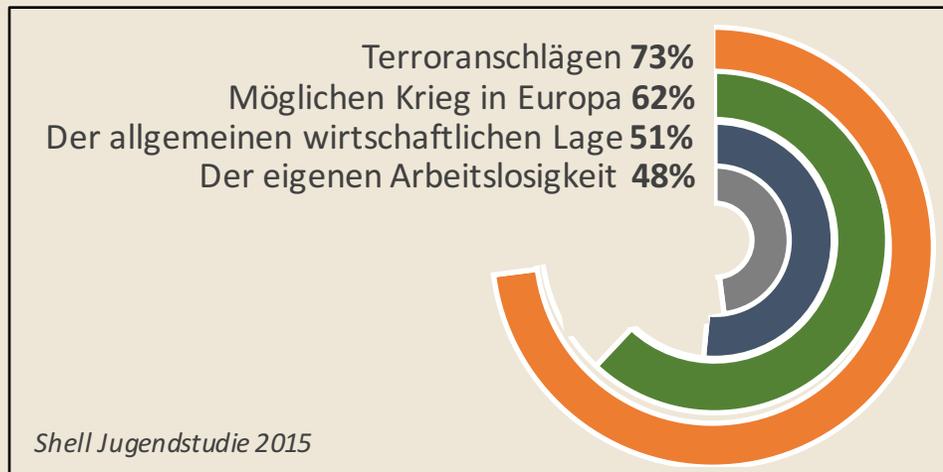
Jugendliche bekommen suggeriert, dass sie in ihrem Leben zu 100% selber „ihres Glückes Schmied“ sind.	-
---	---



Jugendliche erleben die Angebote und die Unterstützung der Eltern als Druck, die Erwartungen nicht erfüllen zu können.	-
--	---

### Alles ist möglich!

### Jugendliche haben Angst vor:



### Nichts ist mehr sicher!

- Die Welt wird immer komplexer durch die zunehmende Globalisierung, Unsicherheit und Auswahlmöglichkeiten.
- Diese gesellschaftliche Komplexität verunsichert besonders junge Menschen wegen ihrer noch geringen Lebenserfahrung und dem daraus resultierenden geringeren Selbstbewusstsein.
- Sicherheit wird zum zentralem Thema für Jugendliche.



## Aktive Veränderung

*Persönliches Lebenskonzept, das auch gegen Widerstände umgesetzt wird*

## Resignation

*Rückzug aus der Gesellschaft und kein persönliches Lebenskonzept*

## Individuelle Umgangsstrategien

*Rückstellung des eigenen Lebenskonzeptes zugunsten der Konformität  
(Über-)Anpassung*

*Auflehnung gegen die Gesellschaft und kein eigenes Lebenskonzept*

**Negative Auffälligkeit**



Ältere Generationen erleben die junge Generation daher durchaus widersprüchlich!



## Konzept der Stimmigkeit

*Friedemann Schulz von Thun*

		Der Situation	
		Entsprechend	Nicht Entsprechend
Mir selbst	Gemäß	Stimmig Aktive Veränderung	Daneben Negative Auffälligkeit
	Nicht gemäß	Angepasst (Über-)Anpassung	Verquer Resignation Negative Auffälligkeit



Jede Strategie beinhaltet Gefahren. Deshalb ist es wichtig, mit den Jugendlichen individuelle Zukunftsperspektiven zu entwickeln, die sowohl zur Person als auch zur Situation passen.



### Fixed Mindset (Statisches Selbstbild)

- Ich kann entweder etwas oder ich kann es nicht.
- Auch wenn ich frustriert bin, gebe ich auf.
- Ich mag keine Herausforderungen.
- Wenn ich scheitere, bin ich nicht gut genug.
- Sag mir, dass ich intelligent bin.
- Wenn du Erfolg hast, fühle ich mich bedroht.
- Meine Fähigkeiten bestimmen alles.

Herausforderungen sind beängstigend,  
da ein Scheitern mich als Person in Frage stellt!

**Ich versuche Herausforderungen  
aus dem Weg zu gehen.**



### Growths Mindset (dynamisches Selbstbild)

- Ich kann alles lernen, was ich will.
- Auch wenn ich frustriert bin, halte ich durch.
- Ich will mich herausfordern.
- Wenn ich scheitere, lerne ich.
- Sag mir, ich habe mich angestrengt.
- Wenn du Erfolg hast, inspiriert mich das.
- Meine Anstrengungen bestimmen alles.

Herausforderungen geben mir die Möglichkeit  
zu lernen und mich zu verbessern!

**Je größer die Herausforderungen sind,  
desto besser.**



### Definition Scheitern

*Fehlschlagen eines Vorhabens, das Nichteintreten eines angestrebten Ziels.*

*Scheitern als letztes großes Tabu in unserer erfolgsorientierten Gesellschaft!*



*Scheitern als gesunden Entwicklungsschritt; ein Impuls zum Neuanfang.*

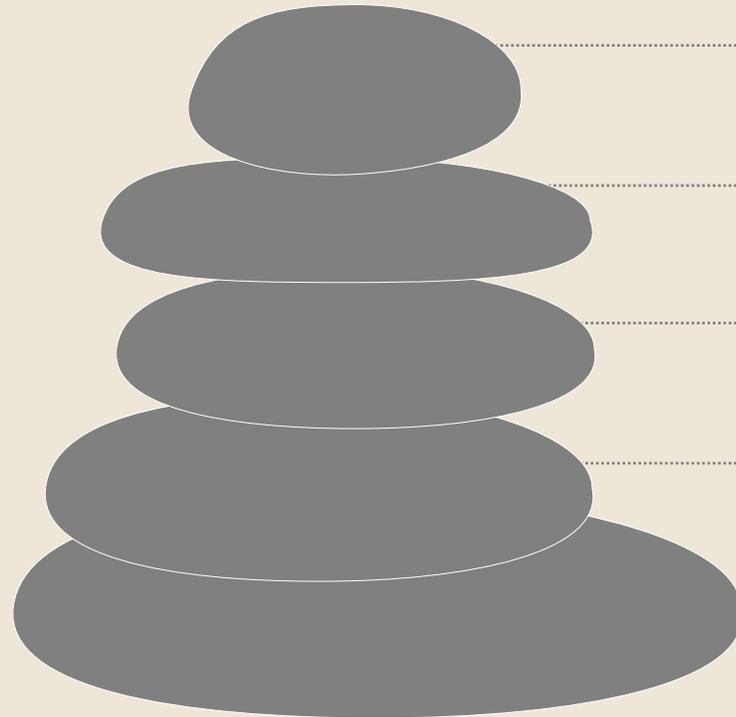
*Es liegt eine schöpferische Kraft im Scheitern!*

### Einige Hypothesen zum Scheitern

- Das Schlimmste am Scheitern ist die Angst davor!
- Scheitern erlebt man nur im Kopf, abhängig von der jeweiligen Sichtweise. Scheitern ist eine Wirklichkeitskonstruktion!
- Scheitern ist Teil des Lebens, es gibt keine persönliche Entwicklung ohne Scheitern
- Paradox: Je mehr ich es vermeide zu scheitern, desto größer wird die Wahrscheinlichkeit zu scheitern.







.....  
Neue Erfahrungen der Jugendlichen begleiten und sie bei der Selbstreflektion unterstützen.

.....  
Möglichkeiten bieten, dass sich Jugendliche persönlichen Herausforderungen stellen können.

.....  
Jugendliche dabei unterstützen, ihre Selbstwirksamkeit zu stärken.

.....  
Dynamische Selbstbilder bei Jugendlichen fördern.

.....  
Meta-Kompetenzen, wie einen konstruktiven Umgang mit Scheitern, den Glauben an sich selbst und die Möglichkeit zu neuen Erfahrungen fördern.



**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**

**Nicole Alexy**

[www.nicolealexys.de](http://www.nicolealexys.de)

[email@nicolealexys.de](mailto:email@nicolealexys.de)

