

Generation Angst im Studium der Sozialen Arbeit: Mythos oder Malaise?

Eine Angstkrisen unter jungen Menschen in westlichen Gesellschaften wird durch eine Analyse von Lernberichten von Studierenden der Sozialen Arbeit nicht bestätigt. Aber typische Ängste wie Prüfungsängste sind üblich, und eine kleine Gruppe zeigt beeinträchtigende Ängste.

Text: Wolfgang Widulle, Dozent, Hochschule für Soziale Arbeit FHNW

Nimmt man die Warnrufe von Medien und Wissenschaft für bare Münze, laufen junge Menschen in westlichen Gesellschaften auf eine globale Angstkrisen zu oder stecken bereits mittendrin. Jonathan Haidt, Sozialpsychologe an der New York University und bekannter Autor, konstatiert im April im Interview zu seinem neuen Buch (*Generation Angst: Wie wir unsere Kinder an die virtuelle Welt verlieren und ihre psychische Gesundheit aufs Spiel setzen*): «Plötzlich, um das Jahr 2012 herum, stürzte die geistige Gesundheit junger Menschen eine Klippe hinunter. Insbesondere bei den Mädchen, aber auch bei den Jungen. (...) Angstzustände, Depressionen, Selbstverletzungen, Selbstmord – all diese Kurven schiessen nach oben.» (Dobelli, 2024)

Haidt macht den Techkonzernen und ihren aggressiven Strategien den Vorwurf, die junge Generation psychisch zu schädigen – das iPhone, hyperviralisierte Social-Media-Plattformen und die Selfiekultur hätten die spielerische Kindheit, die Menschen seit Jahrtausenden erlebten, in eine schädigende, telefonbasierte Kindheit verwandelt (Dobelli, 2024). Als weitere angstfördernde Faktoren liest man regelmässig von elterlicher Erziehung, wenn in westlichen Gesellschaften bei sinkender Kinderzahl das Kind zum «Projekt» wird, der Nachwuchs kaum mehr über betreuungsfreie Lebenswelten verfügt und sorgfältig vor den Widrigkeiten des Lebens geschützt werden muss. Den Rest würden dann die bekannten globalen Krisen besorgen, die junge Menschen verängstigten. So wird der Generation Z teilweise mit drastischen Etiketten unterstellt, sie sei «Generation lebens- und arbeitsunfähig» (Maas, 2023; 2024).

Aber nehmen Vulnerabilität und Angst unter jungen Menschen in westlichen Gesellschaften generell zu? Und falls ja, trifft dies auch auf Studierende der Sozialen Arbeit zu, die sich beruflich für Menschen in belasteten Lebenslagen engagieren wollen und ein erhöhtes Mass an psychischer Stabilität ins Studium mitbringen sollten?

Auf der Basis zweier Arten von Quellen gehe ich im Folgenden dieser Frage nach: Im Rahmen des Wahlmoduls «Erfolgreich studieren – kompetenzorientiert lernen» an der Hochschule für Soziale Arbeit FHNW erstellen jedes Jahr ca. 120 Studierende einen Lernbericht, in dem sie über ihr Befinden, ihre Herausforderungen und ihre Arbeit an Lernstrategien im ersten Semester reflektieren. Für diesen Beitrag wurden 750 Lernberichte aus der Oltner Durchführung des Moduls aus den Jahren 2009 bis 2023 – also im Verlauf von 15 Jahren – nach beschriebenen Ängsten durchgesehen.¹

270 der 750 Studierenden benennen Angst als Thema im Lernbericht. Dabei sind häufiger werdende Nennungen in den Jahren 2013–2017 feststellbar, nochmals ein Anstieg vor der Pandemie, im Pandemiejahr 2021 sinken sie, um ab dem Herbstsemester 2021 wieder leicht zu steigen. Das Bild bleibt uneinheitlich, aber aus den Zahlen und den Äusserungen der Studierenden lässt sich auf eine leichte Zunahme von Ängsten oder Vulnerabilität schliessen.

In den Lernberichten sehe ich zwei Gruppen von Studierenden mit Ängsten (vgl. auch den Beitrag von Zingg/Markwalder in diesem Heft): Typisch für den grossen Teil der Angst als Thema nennenden Studierenden sind Prüfungs- und Versagensängste, Ängste im Zusammenhang mit Menge und Schwierigkeit des Lernstoffs sowie mit Selbst- und Zeitmanagement. Ein kleiner Teil der Studierenden erwähnt Ängste aus Selbstzweifeln und Selbstunsicherheit. Circa 20 Studierende (ca. 2,5%) beschreiben beeinträchtigende Ängste, etwa die Hälfte davon erwähnt im Bericht, in Beratung bzw. therapeutischer Behandlung zu sein. Diese erwähnen speziell belastendes, schweres Aufschiebeverhalten, sogenanntes «trait procrastination» (Rückert 2014, S. 17 f.). Viele Studierende berichten von einer Besserung ihrer Ängste im Rahmen des Moduls. Sie nennen positive Lernerfahrungen und erste Erfolge, den sozialen Support in Tandems und Lerngruppen und die zunehmende Vertrautheit mit dem Studium als Grund.

Lehrveranstaltungen – und damit zur zweiten Datenquelle – geben nochmals ein anderes Bild. Selten, aber dann teilweise dramatisch erlebe ich folgende Phänomene im Unterricht:

- Eine Person² fragt: «Ist das eine schlechte Nachricht, dass Sie *meinen* Namen kennen?»
- Eine andere fragt im Kommunikationstraining «Müssen wir hier über *Körper* reden?»
- Jemand wehrt eine Reflexionsfrage ab mit: «Das ist aber *sehr persönlich* ...»
- Nach einem Kurzimpuls zum Colombine High School Massaker (Batthyany, 2016) bricht eine Person in Tränen aus, fordert *Triggerwarnungen* und den Wechsel in eine andere Kursgruppe. Sie erklärt sich zum Klärungsgespräch nur unter Begleitung ihrer Mentorin und der Bachelorleitung bereit und verweigert jeden direkten Kontakt.
- Konfrontationen lösen *Kränkungen und Abwehr* aus.
- *Komplexität* in Fallsituationen verwirrt und verängstigt und weckt Wünsche nach moralischer und fachlicher Eindeutigkeit und einfachen Antworten.

Bei dieser kleinen Gruppe Studierender sehe ich die kritisierte Hypersensitivität der Generation Z. Ob sie als Angstphänomen zu lesen ist, bleibt allerdings fraglich, macht doch die demonstrativ inszenierte Vulnerabilität teilweise eher den Eindruck einer konfrontativen Bekundung identitätspolitischer Befindlichkeiten und Normative als der Äusserung echter Sensitivität.

Für die professionelle Entwicklung zur Fachperson der Sozialen Arbeit sehe ich im Studium zwei Themen als zentral: Die Komplexität, die Risiken, die strukturelle Möglichkeit von Scheitern und Fehlern (Beushausen et al., 2023; Hongler & Keller, 2015) und die hohe Ungewissheit Sozialer Arbeit stel-

len hohe Anforderungen an die Ambiguitäts- und Komplexitätstoleranz von Fachkräften. Ungewissheitsorientierung (Huber & Roth, 1999) zu fördern, scheint mir hier zentral, ist aber als kognitiver Lernprozess nur begrenzt möglich. Sie braucht Persönlichkeitsförderung im Studium (Studer et al., 2019). Weiter erfordert Soziale Arbeit professionell ausgebildete Resilienz (Wunsch, 2013) oder besser noch «Antifragilität» (Taleb, 2013) von Fachkräften gegenüber den Zumutungen der Klientel, der Institutionen, der Gesellschaft und des Lebens. Dies gilt es, als Wert im Studium zu pflegen, zu entwickeln und durch geeignete Bildungs-, Erfahrungs- und Reflexionsmöglichkeiten zu unterstützen. Ich sehe seit 20 Jahren, dass der grösste Teil unserer Studierenden hier auf gutem Weg ist.

Zum Schluss: Der Student, dessen Namen ich kannte, war keineswegs deshalb verängstigt. Er ist kritisch, wach, klug und selbstbewusst – seine Frage war so mutig wie ironisch – kein Hauch von «Generation lebensuntüchtig». •

Literatur

- Batthyany, S. (2016). Es wäre besser für die Welt, mein Sohn hätte nie gelebt. Interview mit Sue Klebold. In: Das Magazin, Heft 37/16
- Beushausen, J. R., et al. (2023). Fehlerkulturen in der Sozialen Arbeit. Opladen: Budrich/UTB
- Dobelli, R. (2024). Sozialwissenschaftler Jonathan Haidt: Um das Jahr 2012 stürzte die geistige Gesundheit junger Menschen eine Klippe hinunter. In: NZZ vom 8.4.2024
- Haidt, J. (2024). Generation Angst: Wie wir unsere Kinder an die virtuelle Welt verlieren und ihre psychische Gesundheit aufs Spiel setzen. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt
- Hongler, H., und Keller, S. (2015). Risiko und Soziale Arbeit. Wiesbaden: Springer
- Huber, G. L., und Roth, J. H. W. (1999). Finden oder suchen? Lehren und Lernen in Zeiten der Ungewissheit. Schwangau: Huber
- Maas, R. (2023). Generation lebensunfähig: wie unsere Kinder um ihre Zukunft gebracht werden. München: Yes
- Maas, R. (2024). Generation arbeitsunfähig: wie uns die Jungen zwingen, Arbeit und Gesellschaft jetzt neu zu denken. München: Goldman
- Rückert, H.-W. (2014). Schluss mit dem ewigen Aufschieben. Frankfurt a. M.: Campus
- Studer, J., et al. (2019). Persönlichkeitsentwicklung in Hochschulausbildungen fördern. Bern: HEP
- Taleb, N. N. (2013). Antifragilität: Anleitung für eine Welt, die wir nicht verstehen. München: Knaus
- Wunsch, A. (2013). Mit mehr Selbst zum stabilen ICH! Resilienz als Basis der Persönlichkeitsbildung. Berlin: Springer

Angst als Thema in Lernberichten von Erstsemesterstudierenden



Fussnoten

1. Die Auswertung erfolgte pragmatisch-heuristisch, nicht in wissenschaftlicher Methodik.
2. Studentin oder Student, das Geschlecht hier anonymisiert.