



Hochschule Merseburg

Fachbereich Soziale Arbeit Medien Kultur



## **Bachelorarbeit**

# **Herausforderungen in der psychosozialen Entwicklung von Jugendlichen und die Besonderheiten während der Corona- Pandemie**

**Vorgelegt von:**

**Julia Hähle**

**Matrikelnummer: 24833**

**BA- Studiengang: Soziale Arbeit**

**Erstbetreuer: Prof. Dr. Stephan Meise**

**Zweitbetreuer: Prof. Dr. Stefan Meißner**

**Merseburg, den 29.03.2022**

## Inhalt

1. Einleitung.....	2
2. Theorien der Psychosoziale Entwicklung.....	3
2.1 Stufenmodell nach Erikson.....	4
2.2 Systemtheorie (Bronfenbrenner) .....	6
3. Einfluss verschiedener Systeme auf die Entwicklung .....	8
3.1 Familie.....	8
3.2 Schule .....	10
3.3 Peergruppen.....	11
3.4 Freizeit.....	12
4. Psychische Gesundheit in herausfordernden Situationen.....	13
4.1 Pandemie- Krise .....	14
4.2 Entwicklungsaufgaben und Krisen .....	15
4.3 Psychische Störungen.....	17
4.4 Auswirkungen und Umgang mit Jugendlichen in der Pandemie.....	19
5. Hilfeangebote.....	22
5.1 Beratung.....	22
5.2 weitere Hilfemöglichkeiten.....	24
5.3 staatliche Förderung.....	25
5.4 Zugang zu Hilfeangeboten während des Lockdowns .....	26
6. Studien/ Forschung.....	26
6.1 JuCo- Studie.....	27
6.2 COPSY-Studie.....	30
7. Fazit.....	32
Literaturverzeichnis .....	34

## 1. Einleitung

Die Entwicklung junger Menschen ist von vielfältigen Herausforderungen geprägt. In der vorliegenden Arbeit soll einen Überblick gegeben werden, welche Faktoren die psychosoziale Entwicklung junger Menschen im Lebensabschnitt der Adoleszenz, beeinflussen, und auf welche Art dies geschieht. Unter Einbeziehung zweier ausgewählter Studien, soll zudem Aufschluss darüber gegeben werden, welchen Einfluss die Coronapandemie auf die psychische Gesundheit von Jugendlichen hat und ob beziehungsweise in welchem Maß sie deren Entwicklung beeinflusst.

Mit der Adoleszenz, als Übergangsphase von der Kindheit zum Erwachsenenalter, haben sich bereits zahlreiche wissenschaftliche Arbeiten befasst. Als entwicklungstheoretische Grundlage, werden hier zwei Theorien genauer beschrieben, das von Erik H. Erikson entwickelte Stufenmodell zur psychosozialen Entwicklung und die Systemtheorie von Uri Bronfenbrenner.

Auch welche Lebensbereiche im Jugendalter von besonderer Bedeutung sind und wie sich beispielsweise die Einflussebenen im Vergleich zum Kindesalter verschieben soll hier Beachtung finden.

Nicht zuletzt durch die Coronapandemie wurde deutlich, dass neben der körperlichen Gesundheit auch psychologische Aspekte eine weitreichende Bedeutung für die Entwicklung haben. In der Fachliteratur wird beispielsweise immer wieder von Entwicklungsaufgaben geschrieben und wie sich die Bewältigung dieser sowohl positiv als auch negativ auf den weiteren Lebensweg auswirken können. Aber auch Ereignisse, die nicht zum typischen Entwicklungsverlauf gehören bergen Risiken. So wird im folgenden Text zum einen theoretisch auf das Thema psychologischer Auffälligkeiten und Störungen im Allgemeinen eingegangen und anschließend ein spezieller Blick bezüglich der Auswirkungen der Pandemie auf die psychische Gesundheit von Jugendlichen geworfen.

Weiterführend wird erläutert welche Rolle, für junge Menschen in überfordernden Situationen, der Zugang zu Hilfeangeboten spielt. Nicht immer sind Gespräche mit den Eltern und/ oder Freund\*innen ausreichend oder zielführend. Hierbei wird aber nicht nur das Angebot an psychosozialen Beratungen und gegebenenfalls nötiger psychotherapeutischer Unterstützung thematisiert und welche Sonderformen der Beratung während der Coronapandemie zu Einsatz kamen. Es wird auch auf darauf hingewiesen, welchen Stellenwert die Beratung aus gesellschaftlicher Sicht hat, dass sie beispielsweise gesetzlich manifestierter Teil der Jugendhilfe ist, aber auch, dass sie zum Teil staatlich gefördert wird.

Um die Auswirkungen der Coronapandemie auf die Lebenswelten und somit auch auf die psychosoziale Entwicklung und die seelische Gesundheit von Jugendlichen wissenschaftlich zu beleuchten, wurden zwei Studien ausgewählt. Deren Aufbau und Ergebnisse werden im vorletzten Teil der Arbeit thematisiert.

Abschließend wird ein Fazit gezogen, inwiefern sich verschiedene Faktoren auf die Entwicklung von Jugendlichen auswirken und ob unter Umständen durch die Einschränkungen und Besonderheiten während der Coronapandemie in größerem Umfang psychische Auffälligkeiten auftreten.

## **2. Theorien der Psychosoziale Entwicklung**

Kinder entwickeln sich. Hierbei spielt neben ererbten Faktoren, also der genetisch vorgegebenen Ausgangssituation, auch die Umwelt und die daraus resultierenden Einflüsse eine wichtige Rolle.<sup>1</sup> Zu den ersten, auf Forschung basierten Theorien, die Entwicklung von Kindern betreffend, zählen unter anderem jene von Sigmund Freud und John Watson. Freud nutze hierfür beispielsweise Hypnose und Traumdeutung, sowie die Beschreibungen von Kindheitserinnerungen. Nach seiner Einschätzung spielen bei der Entwicklung vor allem biologische und sexuelle Triebe eine dominierende Rolle. Einen anderen Ansatz verfolgt der Psychologe John Watson. Seine Theorie ging davon

---

<sup>1</sup> (vgl. Jungbauer, 2017: 9)

aus, dass die Entwicklung von Kindern hauptsächlich durch äußere Einflüsse gesteuert wird. Dabei stütze er sich auf die Ergebnisse von Beobachtungsexperimenten mit Tieren und Kindern und die dabei beobachteten Verhaltensweisen nach Belohnungen und Bestrafungen.<sup>2</sup>

Im Folgenden wird auf zwei Persönlichkeiten der Entwicklungsforschung genauer eingegangen, denn die Erkenntnisse von Erik H. Erikson und Urie Bronfenbrenner gehören mit zu den Ursprüngen der modernen Entwicklungspsychologie.

## **2.1 Stufenmodell nach Erikson**

Eriksons Modell der Persönlichkeitsentwicklung basiert auf der kritischen Beschäftigung der psychoanalytischen Konzepte Freuds. Dabei konzentriert er sich allerdings hauptsächlich auf den Ich Teil der Persönlichkeit und fügt zudem den von Freud etablierten Entwicklungsphasen, drei Phasen im Erwachsenenalter hinzu. Damit wird deutlich, dass nach Eriksons Ansicht die Entwicklung nicht mit der Adoleszenz endet, sondern, dass sie einen lebenslangen Prozess darstellt.<sup>3</sup> Laut Erikson hängt die Existenz und die Entwicklung des Menschen, während der gesamten Lebensdauer von drei, sich gegenseitig ergänzenden Organisationsprozessen ab. Kurz zusammengefasst nehmen drei Faktoren wichtigen Einfluss auf die Entwicklung der Persönlichkeit, wobei Reihenfolge und Intensität im zeitlichen Rahmen variieren können. Bei diesen sogenannten Prozessen handelt es sich um die Physiologie, also den Körper, die Psyche und den Einfluss der Gesellschaft, beziehungsweise die Wechselseitige Abhängigkeit von verschiedenen Personen und Institutionen.<sup>4</sup>

Des Weiteren ist laut Erikson jede Phase durch eine spezifische Entwicklungskrise charakterisiert, welche von jedem Individuum bewältigt werden muss. Dabei ist für die weitere Entwicklung entscheidend ob

---

<sup>2</sup> (vgl. Siegler, et al., 2005 : 8)

<sup>3</sup> (vgl. Jungbauer, 2017: 25)

<sup>4</sup> (vgl. Erikson, 1988: 27)

beziehungsweise, wie diese Bewältigung gelingt. Zusätzlich gibt es für jede Phase entweder einen positiven oder negativen Ausgang. Um ein Beispiel zu nennen, geht es in der ersten Lebensphase für das Individuum, also das Kind im ersten Lebensjahr, darum ein sogenanntes Urvertrauen in seine Umgebung zu entwickeln. Dies ist der Fall, wenn die wichtigsten Grundbedürfnisse regelmäßig und zuverlässig erfüllt werden. Trifft dies nicht zu, beziehungsweise werden die Grundbedürfnisse nur unzureichend erfüllt, kann es sein, dass das Kind ein sogenanntes Urmissvertrauen entwickelt, ein unsicheres Lebensgefühl, welches sich auf die darauffolgenden Phasen auswirkt.<sup>5</sup>

Im Stufenmodell Eriksons spielt die Adoleszenz, also die Phase, die den Übergang von der Kindheit ins Erwachsensein symbolisiert, eine besonders entscheidende Rolle, denn in diesem Lebensabschnitt ist die Herausbildung der eigenen Identität die zentrale Aufgabe. In diesem Abschnitt der Entwicklung kommt es laut Erikson zu einer mehr oder weniger stark ausgebildeten Identitätskrise, deren Ausgang nicht vorhersehbar ist. Wird jene Krise erfolgreich bewältigt, kann eine stabile Persönlichkeit aufgebaut werden. Sollte dies ungünstiger Weise nicht der Fall sein, besteht die Gefahr einer unsicheren und diffusen Identität<sup>6</sup>. Dies kann wiederum nachteilige Auswirkungen auf die folgenden Phasen haben, beispielsweise was intime Beziehungen und Partnerschaft betrifft. Erikson beschreibt die Adoleszenz auch als ein psychosoziales Moratorium, „[...] als eine Periode sexueller und kognitiver Reifung und gleichzeitig als ein sanktionierter Aufschub endgültiger Verpflichtung“.<sup>7</sup>

Konzepte wie Urvertrauen und Identitätskrise, sowie die These, dass das gesamte Leben als Entwicklungszeitraum zu betrachten ist, machen Erikson zu einem der wichtigsten Wegbereiter der modernen Entwicklungspsychologie. Kritisch anzumerken ist allerdings, dass das von ihm entwickelte Phasenmodell nicht schablonenartig auf alle Menschen übertragbar ist, da es auf westliche Lebensweisen ausgerichtet ist und kulturelle Unterschiede nicht berücksichtigt.

---

<sup>5</sup> (vgl. Jungbauer, 2017: 26)

<sup>6</sup> (vgl. ebd.: 26)

<sup>7</sup> (Erikson, 1988: 98)

Auch wird heute nicht mehr davon ausgegangen, dass jede/r Jugendliche eine ausgeprägte Identitätskrise durchlebt und die eher traditionelle Denkweise, dass Entwicklung immer ein durchgehender, in geordneten Phasen abbildbarer Prozess ist lässt sich ebenfalls nur bedingt bestätigen.<sup>8</sup> Abweichungen innerhalb von Lebensphasen werden nicht mehr zwangsläufig als problematisch gewertet, weil sie gewissen Normen und stereotypischen Ansichten nicht entsprechen. Sie werden stattdessen wissenschaftlich hinterfragt und eingeordnet.<sup>9</sup>

## **2.2 Systemtheorie (Bronfenbrenner)**

Das von Urie Bronfenbrenner entwickelte sogenannte bioökologische Entwicklungsmodell unterscheidet sich stark von denen anderer bekannter Entwicklungsforscher. Tatsächlich ist sein Ansatz oft interdisziplinär und bezieht er sich neben der Psychologie auch auf Soziologie und Pädagogik. Im Kern widmet er sich aber in der Hauptsache dem heranwachsenden Individuum, dessen Erleben, Fähigkeiten und Wesensart. Dies führt zu der Einschätzung, dass Bronfenbrenners Arbeit vorrangig dem Bereich der Entwicklungspsychologie zuzuordnen ist. In dem von ihm entwickelten Modell bewegt sich das Individuum in einem Verbund von sich gegenseitig überlappenden Systemen. Dabei interagiert es seinen charakteristischen Anlagen und Fähigkeiten entsprechend und übernimmt dabei verschiedene Aufgaben und Positionen. In diesen Systemen herrschen jeweils bestimmte, aber auch sich verändernde und veränderbare Normen und Werte vor.<sup>10</sup>

Individuelle Bedeutung für die Entwicklung und Ausgestaltung der Systeme ändern sich sowohl über die komplette Lebensphase des Individuums als auch insgesamt im geschichtlichen Rückblick.

Wie Erikson sieht auch Bronfenbrenner die Entwicklung als einen lebenslangen Prozess an. Anders als bei anderen Modellen, in denen Individuum und Umwelt

---

<sup>8</sup> (vgl. Jungbauer, 2017: 27)

<sup>9</sup> (vgl. Kleeberg-Niepage, 2021: 12f)

<sup>10</sup> (vgl. ebd.: 62f)



einander eher starr gegenübergestellt werden, geht Bronfenbrenner aber explizit auf die Veränderung beider Seiten und deren wechselseitige Beeinflussung ein.

Das von ihm entwickelte Modell beinhaltet fünf Systeme, das Mikrosystem, das Mesosystem, das Exosystem, das Makrosystem und das Chronosystem.

Dabei ist das Mikrosystem der unmittelbare soziale Nahraum, also zum Beispiel die Kernfamilie. Das Individuum ist hier aktiv, es interagiert, übernimmt unterschiedliche Rollen und die in diesem System agierenden Personen beeinflussen sich immer direkt wechselseitig. Das Mesosystem vereint die verschiedenen Mikrosysteme, in denen das Individuum aktiv ist und schließt ebenfalls die Interaktionen der Mikrosysteme untereinander mit ein. So wirken sich beispielsweise Voraussetzungen des Individuums im familiären Umfeld auf die Situation im schulischen Kontext aus und die schulische Situation beeinflusst wechselseitig die Funktionalität der Familie. Das Exosystem wiederum schließt Kontexte ein, in denen das Individuum selbst zwar nicht aktiv ist, welche aber Auswirkungen sowohl auf dessen Mikro- als auch auf die Mesosysteme haben. Beispielhaft könnte hier der Arbeitsplatz eines Elternteils genannt werden. Ob der Elternteil dort eine hohe Stressbelastung erfährt, kann sich also auf andere Familienmitglieder auswirken, auch wenn dies nicht im auslösenden System aktiv sind. Das Makrosystem umfasst auf abstrakter Ebene jene Bereiche, der kulturellen und sozialen Gesellschaft, in der das Individuum lebt. Als Beispiele können hier Gesetze, Vorschriften und Institutionen erwähnt werden oder auch allgemein anerkannte Überzeugungen.

Das Chronosystem betrifft vereinfacht gesagt den Einfluss von Zeit und Veränderung. Zum einen befindet sich das Individuum zeitlebens in einem Veränderungsprozess. Dies geschieht, da es im Lauf seiner Entwicklung mit zahlreichen neuen Systemen interagiert, die sich wiederum ebenfalls im stetigen Wandel befinden. Rollen werden übernommen und abgegeben, Brüche werden erfahren und bewältigt und es geschehen wechselseitige Einflussnahmen. Ebenso befinden sich System im geschichtlichen und gesellschaftlichen Kontext im Wandel der Zeit. Ein Beispiel hierfür können Gesetzesänderungen, politische Machtwechsel oder die Änderung des Bildungssystems sein. Das von

Bronfenbrenner entwickelt Systemmodell ermöglicht einen weiteren Blick auf den Entwicklungsprozess als vorherige Modelle. Es eröffnet wichtige Perspektiven auf kulturelle und gesellschaftliche Unterschiede und zeigt deren Bedeutsamkeit und Vielschichtigkeit auf.<sup>11</sup> Bei Bronfenbrenner wird Entwicklung definiert als „[...] die Entfaltung der Vorstellung der Person über ihre Umwelt und ihr Verhältnis zu dieser, als ihre wachsende Fähigkeit, die Eigenschaften ihrer Umwelt zu entdecken, zu erhalten oder zu ändern“.<sup>12</sup> Besonders die wechselseitige Beziehung und Beeinflussung der verschiedenen Systeme bestimmen die Theorie Bronfenbrenners.

### **3. Einfluss verschiedener Systeme auf die Entwicklung**

Wurden im vorangegangenen Abschnitt zwei Modelle der Entwicklungspsychologie überblicksartig betrachtet, geht es nun um die Bedeutung einzelner Institutionen und deren Einfluss auf das Individuum in der Phase der Adoleszenz. Hierzu werden neben Familie und Schule auch Gleichaltrigengruppen und Freizeitbereiche näher beleuchtet, da diese als Sozialisationsinstanzen wirken und bei der Persönlichkeitsentwicklung junger Menschen von großer Bedeutung sind.<sup>13</sup>

#### **3.1 Familie**

Was bedeutet Familie? Eine universelle Definition für diese Sozialisationsinstanz ist aus verschiedenen Gründen nicht möglich. Zum einen hat sich das Bild der Familie im historischen Kontext stark verändert, was unter anderem mit dem demographischen Wandel, veränderten Rollenbildern und gesellschaftlich akzeptierten Lebensmodellen zusammenhängt. Zum anderen gibt es zahlreiche kulturell bedingte Unterschiede und daraus resultierend variierende

---

<sup>11</sup> (vgl. Kleeberg-Niepage, 2021: 64f)

<sup>12</sup> (Bronfenbrenner, 1993: 25)

<sup>13</sup> (vgl. Hurrelmann & Quenzel, 2013: 25)

Familienformen. Die Stellung der Familie als primäre und maßgebende Sozialisationsinstanz für Kinder und Jugendliche ist dabei jedoch unbestritten. Zwar gibt es inhaltlich und stilistische Unterschiede die Erziehung betreffend, jedoch findet diese in einem emotionalen und sozialen Umfang statt, der mit keiner anderen Sozialisationsinstanz vergleichbar ist.<sup>14</sup> Um die Familie konkret von anderen Sozialisationsinstanzen zu differenzieren, kann man als eindeutiges Merkmal nennen, dass es innerhalb dieser Einheit mindestens zwei Mitglieder mit einer Eltern- Kind- Beziehung geben muss. Dabei ist es nachrangig, ob eine biologische Verwandtschaft besteht. Dies wird deutlich, da bei der Einordnung beispielsweise auch Adoptiv- oder Pflegefamilien einbezogen werden. Von weitaus größerer Bedeutung ist die Übernahme von Verantwortung, die Versorgung und Erziehung des Kindes betreffend.<sup>15</sup> Abweichend zu anderen sozialen Gruppen, deren Zielsetzungen variabel gestaltbar sind, hat die Familie klar definierte Kernfunktionen. Dazu zählen vor allem die Existenzsicherung, Sozialisation und Erziehung.<sup>16</sup> Die Verantwortung der Eltern bezieht sich neben der Versorgung der physischen Grundbedürfnisse nach Nahrung, Kleidung und Unterkunft maßgeblich auch auf die psychosoziale Entwicklungsförderung der Kinder. Dabei ist das von Erikson als Urvertrauen benannte Entwicklungsziel von großer Bedeutung. Denn auch wenn der Einfluss der Eltern auf die Kinder im Laufe der Zeit in seiner direkten Wirkung und Intensität variiert, so bleiben sie doch zentrale Bezugspersonen, die im besten Fall Halt und Stabilität bieten und auf deren Kenntnisse und Erfahrungen vertraut wird. Eltern und deren Umgang mit Situationen prägen die Persönlichkeitsentwicklung des Kindes in besonderem Maß. Dies kann sich sowohl auf partnerschaftliche Beziehungen, aber auch auf die Beziehungen in anderen sozialen Ebenen übertragen.<sup>17</sup>

---

<sup>14</sup> (vgl. Hurrelmann & Quenzel, 2013: 144)

<sup>15</sup> (vgl. Veith, 2008: 33f)

<sup>16</sup> (vgl. ebd.: 35)

<sup>17</sup> (vgl. Hurrelmann & Quenzel, 2013: 145f)

### 3.2 Schule

Schulen dienen vorrangig als gesellschaftliche Organisation mit dem Ziel der Bildung und der Qualifizierung für den nachfolgenden Eintritt ins Berufsleben. Doch bereits aufgrund des zeitlichen Umfangs, den Schüler\*innen dort verbringen, ist Schule weit mehr als ein reiner Ort der Wissensvermittlung. Sie ist ein bestimmender Teilbereich ihrer Sozialisation und hat so auch die Aufgabe der Vermittlung von gesamtgesellschaftlich anerkannten und etablierten Normen und Werten. Auswirkungen auf die Entwicklung von Schüler\*innen haben, neben den formalen fachlichen Leistungsanforderungen im Unterricht auch informale soziale Kontakte, beispielsweise im Pausenbereich aber auch generell im Schulalltag. So spielen auch innerhalb von Unterrichtseinheiten, neben formalen Leistungs- und Beziehungsebenen, informale unterschwellige und versteckte Regeln und Rituale eine Rolle. Schüler\*innen sehen sich so innerhalb der Institution Schule in allen Bereichen mit Konflikten, aber auch mit Erfolgen konfrontiert und können im günstigsten Fall daraus Schlüsse über ihre eigene Präsenz und Wirksamkeit ziehen und ihr Verhalten gegebenenfalls modifizieren. Um der Aufgabe als Integrationsinstanz von Schüler\*innen in die Gesellschaft möglichst gerecht zu werden, ist es bedeutsam, wie klar und transparent Leistungs- und Sozialvorgaben für sie dargelegt und umgesetzt werden und in welchem Maß eine Partizipation, was deren Umsetzung betrifft stattfindet. Auch wenn die Kommunikation von Lehrer\*innen mit Schüler\*innen und gegebenenfalls auch Eltern hauptsächlich und vorrangig auf Basis von Leistungen und Bewertungen basiert, sollten andere soziale Komponenten und deren Einfluss im besten Fall anerkannt und berücksichtigt werden.<sup>18</sup> Hierbei ist ein professionelles Handeln, die richtige Einschätzung der fachlichen Grenzen und gegebenenfalls die Zuhilfenahme von externen Fachkräften, wie Schulsozialarbeiter\*innen, falls dies nötig ist, zu erwägen. Um im besten Fall die Persönlichkeits- und Kompetenzentwicklung der Schüler\*innen zu unterstützen sollten Lehrer\*innen die biographischen Lebenssituationen dieser verstehen und zur gleichen Zeit das

---

<sup>18</sup> (vgl. Hurrelmann & Quenzel, 2013: 113ff)

eigene Handeln, als Interaktionspartner und Pädagoge, reflektieren können.<sup>19</sup> Es ist davon auszugehen, dass dies schon aufgrund der Anzahl der zu betreuenden Schüler\*innen, eine sehr umfangreiche Herausforderung darstellt. Zusätzliche professionelle Unterstützung, kann hier die erforderliche Entlastung und einen perspektivisch differenzierten Blickwinkel bieten.

### 3.3 Peergruppen

Peergruppen zeichnen sich im sozialwissenschaftlichen Kontext durch eine relative Homogenität des Alters der Beteiligten aus. Des Weiteren spielen entwicklungsbiographische Ähnlichkeiten ebenso wie geteilte Interessen eine Rolle bei der Entstehung solcher auf freiwilliger Basis eingegangenen Beziehungen.<sup>20</sup> Im, für diese Altersgruppe natürlichen, Ablösungsprozess von der Herkunftsfamilie bietet die Peergruppe eine emotionale Unterstützung und Solidarität. Soziale Grundbedürfnisse, wie Zugehörigkeit und Anerkennung, werden nun vorrangig bei Gleichaltrigen befriedigt. Für die Identitätsentwicklung ist die Abgrenzung von den Eltern und die Neuorientierung förderlich, denn Jugendliche erleben sich im Zusammensein mit Gleichaltrigen eher als unabhängige und eigenständige Personen. Es ergeben sich Freiräume zur Erprobung neuer Selbstkonzepte, das Sozialverhalten betreffend. Auch die Gestaltung unterschiedlicher Beziehungen können ohne die Kontrollinstanz der Eltern erprobt und entweder etabliert oder verworfen werden.<sup>21</sup> Allerdings erfolgen auch innerhalb der Peergruppe Entwicklungen nicht ohne Einflüsse von außen. Die Anerkennung von Verhaltensweisen durch andere Peers entscheidet nicht unwesentlich mit, inwiefern diese zur Geltung kommen. Dies kann zur Folge haben, dass der gewollte Autonomiezuwachs abgebremst wird und sich unter Umständen weniger günstige Abhängigkeiten entwickeln.<sup>22</sup> Ebenso ungünstig kann sich allerdings auswirken, wenn Jugendliche keine oder kaum soziale

---

<sup>19</sup> (vgl. Veith, 2008: 49)

<sup>20</sup> (vgl. ebd.: 52)

<sup>21</sup> (vgl. Jungbauer, 2017: 188f)

<sup>22</sup> (vgl. Veith, 2008: 53)

Kontakte zu Gleichaltrigen aufbauen, da dies, im Laufe der Persönlichkeitsentwicklung, unter Umständen zu problematischen Verhaltensmustern im Umgang mit anderen Individuen führen kann.

### **3.4 Freizeit**

Freizeit spielt in allen Altersgruppen eine Rolle, besonders auch im Entwicklungszeitraum der Adoleszenz. Dies hängt unter anderem auch damit zusammen, dass die Freizeit meist eng verknüpft ist mit, den im vorangegangenen Abschnitt thematisierten, Peergruppen. Allgemein wird Freizeit sinngemäß, als ein Zeitraum definiert, der von der hauptsächlich fremdbestimmten Leistungs- und Lernzeit unabhängig ist. Er dient also vorrangig der persönlichen Bedürfnisbefriedigung und kann dabei weitestgehend nach eigenem Ermessen ausgefüllt werden.<sup>23</sup>

Die Freizeitgestaltung von Jugendlichen hängt viel mit persönlichen Motiven zusammen. Zum einen spielen, bei der Auswahl von Aktivitäten, Interessen und Vorlieben eine Rolle, aber auch der Wunsch nach dem Zusammensein mit Gleichaltrigen und Freund\*innen. Werden Freizeitaktivitäten im jüngeren Kindesalter noch in der Hauptsache von den Erwachsenen organisiert und begleitet, verringert sich dieser Einfluss mit zunehmendem Alter. Vielmehr geht es darum generell Zeit mit Gleichaltrigen und ohne die ständige Kontrolle von Erwachsenen zu verbringen.

Unterschiede, was die Möglichkeiten der Freizeitgestaltung Jugendlicher angeht, gibt es auch mit Bezug auf den sozialen beziehungsweise wirtschaftlichen Status der Herkunftsfamilie und damit verbunden die zur Verfügung stehenden monetären Mittel. Freizeit und Konsum sind aufgrund der kapitalistisch geprägten Gesellschaft heute sehr eng miteinander verbunden. Die Privatwirtschaft hat das kommerzielle Potential im Freizeitbereich für sich entdeckt und nutzt dieses. Daraus resultierend werden einige Freizeitaktivitäten, die auch für diese

---

<sup>23</sup> (vgl. Hurrelmann & Quenzel, 2013: 183)

Altersgruppe attraktiv sind, für Jugendliche aus sogenannten sozial schwachen Familien schwerer zugänglich.<sup>24</sup>

In der jüngeren Vergangenheit hat auch der Einfluss von Medien an Bedeutung, für die Lebenswelt junger Menschen, zugenommen. So nehmen neben Fernsehen und Musikhören heute vor allem Computer- und Konsolenspiele und die Nutzung von sozialen Medien einen großen Stellenwert bei Jugendlichen ein.<sup>25</sup> Die Freizeitgestaltung kann in vielfältiger Form Einfluss auf die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen nehmen. Dabei spielen zum einen die Zugangsmöglichkeiten eine wichtige Rolle, aber auch in welcher Art und Weise die Freizeit gestaltet wird. Zu den mit entscheidendsten Faktoren gehören hier vor allem der Einfluss der Peergruppe, also die Ausprägung von Gruppendynamiken, inwieweit das Ausleben individueller Präferenzen etabliert ist und die Art, Dauer und Intensität der Nutzung von Medien.

#### **4. Psychische Gesundheit in herausfordernden Situationen**

Verschiedene Situationen können die psychische Gesundheit von Menschen beeinflussen. Die Coronapandemie stellt eine solche Situation dar. Dabei wirken besonders die Maßnahmen, die getroffen wurden um die Verbreitung der Krankheit einzudämmen, nicht nur auf die Bevölkerung im Ganzen, sondern auch auf einzelne Personen und Bevölkerungsgruppen. Mit welchen Einschränkungen vor allem junge Menschen umgehen mussten, welche Rolle Entwicklungsaufgaben spielen, wie sich psychische Störungen entwickeln und welche Auswirkungen die Coronapandemie auf Jugendliche im Besonderen hat soll in den folgenden Abschnitten überblickshaft geklärt werden.

---

<sup>24</sup> (vgl. Hurrelmann & Quenzel, 2013: 183)

<sup>25</sup> (vgl. ebd.: 185)

## 4.1 Pandemie- Krise

Ende 2019 unterrichtete die chinesische Regierung die Weltgesundheitsorganisation erstmals von einer Häufung von Lungenentzündungen mit bis dato unbekannter Ursache in der chinesischen Stadt Wuhan. Bereits im März 2020 erklärte der Generaldirektor der Weltgesundheitsorganisation den Ausbruch zur Pandemie.<sup>26</sup> Auch in Deutschland stiegen die Infektionszahlen. Um dieser Entwicklung entgegenzuwirken wurden zahlreiche Einschränkungen für die Bevölkerung beschlossen. Unter anderem wurden Kultur-, Freizeit und Dienstleistungseinrichtungen, geschlossen und auch die Kultusminister\*innen der Bundesländer einigten sich auf eine flächendeckende Schließung von Schulen ab Mitte März 2020. Ab Ende April wurden aufgrund sinkender Fallzahlen viele Beschränkungen gelockert. Dies betraf auch die Schulen. Die Gestaltung zur Rückkehr in einen geregelten Schulbetrieb wurde dabei von jedem Bundesland individuell umgesetzt. Schon im Dezember 2020 stiegen die Corona- Infektionszahlen in Deutschland jedoch wieder deutlich, was die erneuten Verschärfungen der Kontaktbeschränkungen, inklusive Schulschließungen, bedeutete. Erst im Frühjahr 2021 wurden unter anderem auch Schulen stufenweise wieder geöffnet und im Verlauf das Sicherheitskonzept um die regelmäßige Testung der Schüler\*innen mit Coronaschnelltests erweitert.<sup>27</sup> Durch die Möglichkeit der kostenlosen Testung und die seit Mai 2021 zugelassene Impfung von Jugendlichen ab 12 Jahren wurden ebenfalls viele Freizeitangebote für junge Menschen wieder zugänglicher.<sup>28</sup> Auch kam es nicht erneut zu landesweiten Schulschließungen. Aufgrund der nunmehr für einen Großteil der Bevölkerung zur Verfügung stehenden Impfmöglichkeiten und trotz der erneut hohen, aber stagnierenden, Infektionszahlen, haben die Bundesregierung und die Länder im Februar 2022 das Zurückfahren eines Großteils der bestehenden Coronaregeln bis Ende März

---

<sup>26</sup> (vgl. Weltgesundheitsorganisation, 2022)

<sup>27</sup> (vgl. Kultusministerkonferenz, 2022)

<sup>28</sup> (vgl. Bundesministerium für Gesundheit, 2022)



2022 beschlossen. Lediglich Basisschutzmaßnahmen, wie die Maskenpflicht in Innenräumen, sollen aller Voraussicht nach auch weiterhin gelten.<sup>29</sup>

## 4.2 Entwicklungsaufgaben und Krisen

Der Entwicklungsprozess des Menschen erstreckt sich über die gesamte Lebensspanne, bis ins hohe Alter. Wissenschaftlich gesehen ist es dafür nötig bestimmte Entwicklungsaufgaben zu bewältigen, um mit verschiedensten Herausforderungen umgehen zu können. Besonders im Kindes- und Jugendalter ist die Erfüllung dieser Entwicklungsaufgaben von großer Vielfältigkeit und Bedeutung, denn in diesem Stadium des Menschseins werden Weichen gestellt, die darüber entscheiden ob zukünftige Aufgaben bewältigt werden können oder es gegebenenfalls zu einer Überlastung und weiteren daraus resultierenden Problemen kommt.

Besonders die Adoleszenz bietet eine große Vielschichtigkeit, die Entwicklungsaufgaben betreffend. Bedingt durch die biologischen Veränderungen während der Pubertät sehen sich Jugendliche mit verschiedenen Herausforderungen konfrontiert. Die Akzeptanz des eigenen sich verändernden Körpers gehört dabei ebenso zu den biologisch bedingten Entwicklungsaufgaben, wie der Umgang mit den sich entwickelnden eigenen sexuellen Bedürfnissen. Auch das soziale Umfeld spielt in der psychosozialen Entwicklung eine große Rolle. Erwartungshaltungen und normative Vorgaben verschiedener sozialer Bezugspersonen und -Gruppen, wie Eltern, Lehrer und Peers, und die Erfüllung der von Ihnen gestellten Aufgaben können sich auf den weiteren Lebensweg sowohl positiv als auch negativ auswirken. Nicht zuletzt stellt sich der junge Mensch als Individuum aber auch eigene Entwicklungsaufgaben. Das Herausfiltern und Festigen eigener Werte und Ziele und welche Rolle und Bedeutung diese einnehmen entscheiden mit, ob und wie

---

<sup>29</sup> (vgl. Bundesregierung, 2022)

selbstbestimmt und erfolgreich der zukünftige Lebensweg gestaltet werden kann.<sup>30</sup>

Neben den beschriebenen Herausforderungen und Entwicklungsaufgaben, die von den meisten Jugendlichen bewältigt werden, kann es auch zu sogenannten Krisen kommen. Von Krisen spricht man, wenn Herausforderungen das innere seelische Gleichgewicht stark und gegebenenfalls auf unbestimmte Zeit beeinflussen, beziehungsweise stören, und das Individuum nicht selbstständig in der Lage ist, sich aus der Situation herauszuarbeiten. Dies kann zum einen der Fall sein, wenn vorangegangene Entwicklungsaufgaben nicht oder unzureichend bewältigt wurden oder wenn Ereignisse stattfinden, die nicht dem Spektrum der regulären psychosozialen Entwicklung zuzuordnen sind. Bei Krisen handelt es sich nicht um Krankheiten per se, sondern um Zustandsformen und Ausprägungen von Krankheiten, bei deren Auftreten in den meisten Fällen einen Eingriff von therapeutischen Mitteln notwendig wird.<sup>31</sup> Auslöser von Krisen können in vielfältiger Art und Weise auftreten. Dabei werden sie häufig in zwei Kategorien unterteilt. Zum einen gibt es sogenannte Massenbelastungen, die eine große Anzahl von Menschen betreffen. Hierzu zählen beispielsweise Umweltkatastrophen oder auch Kriege. Zum anderen können aber auch individuelle, also persönliche Belastungen zu Krisen führen. Neben drastischen Einschnitten und Schicksalsschlägen können dies auch Situationen sein, die den allgemeinen Lebenslauf betreffen. Für Jugendliche kann hier beispielhaft die Pubertät und die damit verbundenen Veränderungen des Körpers genannt werden. Ob und wie stark ein bestimmtes Ereignis eine Krise auslösen kann ist objektiv kaum bestimmbar. Hierbei steht im Vordergrund welche subjektive Bedeutung und gegebenenfalls auch daraus resultierende Folgen das Individuum dem Ereignis beimisst.<sup>32</sup>

---

<sup>30</sup> (vgl. Jungbauer, 2017: 186f)

<sup>31</sup> (vgl. Sonneck, et al., 2016 : 15)

<sup>32</sup> (vgl. ebd.: 32)

### 4.3 Psychische Störungen

Die Coronapandemie selbst kann, aufgrund ihrer Auswirkungen auf die gesamte Bevölkerung, als oben bereits erwähnte Massenbelastung kategorisiert werden. Vor allem für Jugendliche spielte beispielsweise der zeitweise fast vollständige Verlust direkter sozialer Kontakte eine große Rolle. Zudem sahen sich viele Schüler\*innen mit dem zusätzlichen Druck konfrontiert, Lerninhalte im sogenannten Distanzunterricht selbst zu erarbeiten und Leistungen nach beziehungsweise aufzuholen. Grundsätzlich ist die Mehrheit der jungen Menschen allerdings in der Lage diese und weitere Herausforderungen langfristig gut zu bewältigen. Die meisten Jugendlichen besitzen eine, im Entwicklungsprozess entstandene, Resilienz. Damit ist die intrinsische Widerstandsfähigkeit gemeint, die nötig ist, um auch schwierige Situationen und Ereignisse zu überstehen ohne dauerhafte Schäden davonzutragen.<sup>33</sup>

Besonders für psychisch vorbelastete Jugendliche bergen Ausnahmesituationen, jedoch eine erhöhte Gefahr. Die Pandemie und die, aus ihr resultierenden, Einschränkungen und das fehlende oder nicht ausreichend ausgebildete persönliche Schutzsystem können beispielsweise zu zusätzlichen Belastungen führen.

Ob eine psychische Störung vorliegt wird determiniert, indem untersucht wird inwiefern Verhalten und Erleben der/des Jugendlichen von der Norm abweicht und ob beziehungsweise, inwieweit dies zu Beeinträchtigungen führt. Berücksichtigt werden hierbei verschiedene Kriterien. Unter anderem wird bewertet, ob die Entwicklung bis dato altersgerecht stattgefunden hat, ob und in welchem Grad bestimmte Auffälligkeiten persistieren, welche spezifischen Symptome, wie oft und in welcher Ausprägung, auftreten und ob diese an bestimmte Situationen gekoppelt sind. Ebenfalls wichtig beim Erkennen oder auch Ausschließen einer psychischen Störung ist, inwieweit genannte Kriterien sich auf die Lebenswelt der Jugendlichen auswirken. Dabei ist zu prüfen, ob es einen Leidensdruck gibt und wie dieser gegebenenfalls von der betroffenen Person wahrgenommen und eingeschätzt wird. Ebenfalls von Bedeutung ist, in

---

<sup>33</sup> (vgl. Bering & Eichenberg, 2021: 26f)

welchem Ausmaß die Auffälligkeiten auf die sozialen Interaktionen und auf den Entwicklungsprozess wirken und ob möglicherweise andere Personen direkt von diesen betroffen sind. Dies könnte beispielsweise bei gewalttätigem Verhalten der Fall sein.<sup>34</sup>

Es gibt verschiedene Risikofaktoren, die die Entwicklung von psychischen Störungen begünstigen. So können chronische Erkrankungen, als biologische Faktoren, beispielsweise die Lebensqualität beeinflussen und so zur Belastung für die psychische Gesundheit werden. Auch Brüche in entscheidenden Phasen des psychosozialen Entwicklungsprozesses haben mitunter starke Auswirkung. Beispielhaft kann hier Eriksons Stufenmodell erwähnt werden. In der von ihm beschriebenen ersten Lebensphase ist das zu erreichende Entwicklungsziel das sogenannte Urvertrauen. Dieses wird durch die Befriedigung der Bedürfnisse des Kindes durch seine primären Bezugspersonen, gefördert. Hat sich durch Vernachlässigung des Kindes statt des Urvertrauens ein Urmissvertrauen manifestiert, ist bei der Bewältigung nachfolgender Herausforderungen mit Hindernissen zu rechnen. Zu biologischen und psychosozialen Risikofaktoren, gesellen sich des Weiteren die sogenannten soziokulturelle Faktoren, wie beispielsweise die Zugehörigkeit zu einer sozialen Schicht oder der Einfluss von Medien. Nicht zuletzt können sich außerdem besondere Lebensereignisse risikohaft auswirken. Dabei kann es sich um relativ plötzliche auftretende oder in den Lebensweg implementierte Vorfälle handeln. Die Frage warum nicht alle Jugendlichen mit teilweise ähnlichen oder gleichen Risikofaktoren psychische Störungen entwickeln kann nur bedingt durch sogenannte projektive Faktoren erklärt werden. So können beispielsweise stabile familiäre und/ oder freundschaftliche Bindungen, sowie soziale Unterstützung durch Einrichtungen kompensatorisch für das Aufwachsen unter widrigen wirtschaftlichen Bedingungen sein.<sup>35</sup>

---

<sup>34</sup> (vgl. Steinhausen, 2010: 23f)

<sup>35</sup> (vgl. ebd.: 37ff)

#### 4.4 Auswirkungen und Umgang mit Jugendlichen in der Pandemie

Mit Ausbruch der Coronapandemie hat sich der Alltag aller Menschen gravierend verändert. Maßnahmen zur Einschränkung der Pandemie bestimmen das öffentliche Leben und haben sowohl psychische als auch soziale Beeinträchtigungen zur Folge. Neben der Sorge um die eigene Gesundheit und die nahestehender Personen, spielen hier auch Verlustängste in Bezug auf Arbeit und soziale Kontakte eine große Rolle. Betreffen Ängste über den möglicherweise letalen Verlauf einer Coronaerkrankung, bei sich selbst oder Angehörigen, ebenso wie ökonomisch begründete Existenzängste hauptsächlich Erwachsene, ältere Menschen oder durch Vorerkrankungen vulnerable Personen, ist für Jugendliche besonders die Isolation in ihren verschiedenen Dimensionen von Bedeutung. Einen weiteren entscheidenden Faktor, der im Umgang mit psychosozialen Herausforderungen während der Coronapandemie berücksichtigt werden sollte, stellt das Empfinden von relativer Unsicherheit dar. Trotz der für alle zugänglich gemachten Infektions-, Verbreitungs- und Todeszahlen, der ausführlichen medialen Berichterstattung und des Erlasses vieler behördlicher Maßnahmen, ist die Coronapandemie für viele nicht greifbar. So hatte bis dato ein Großteil der Bevölkerung kaum oder keinen direkten und/oder bewussten Kontakt mit dem Coronavirus. Bei einigen Menschen ist auch davon auszugehen, dass eine Infektion zwar stattgefunden hat, diese aber symptomlos verlaufen ist. Die beschriebene fehlende direkte Wahrnehmungsmöglichkeit des Virus und seiner Auswirkungen führt zu einem diffusen Zustand der Unsicherheit. Im Gegensatz zu anderen Ereignissen, ist es in diesem Fall außerdem noch nicht möglich eine sichere Prognose abzugeben, mit welchen medizinischen und/oder wirtschaftlichen Folgen die Bevölkerung in Zukunft umgehen muss. Auch ist bislang noch nicht absehbar wann beziehungsweise, ob ein definitives Ende der Pandemie in absehbarer Zeit zu erwarten ist.<sup>36</sup>

---

<sup>36</sup> (vgl. Bering & Eichenberg, 2021: 49f)

Besonders für junge Menschen in der Phase der Adoleszenz wirken sich die Maßnahmen der Pandemiebekämpfung in vielfältiger Art und Weise aus. Dabei sind vorwiegend die Bereiche Bildung, soziale Interaktion, körperliche Aktivität und das psychische Wohlbefinden betroffen. Ein Großteil der Jugendlichen wird, aller Voraussicht nach, die Beeinträchtigungen und Hindernisse, die durch die Pandemie hervorgerufen wurden, relativ gut überwinden und verarbeiten können. Dies hat zum einen etwas mit der sogenannten Hirnplastizität zu tun, also mit der Fähigkeit des Gehirns sich verschiedenen Umwelтанforderungen anzupassen und zum anderen damit, dass im Verlauf der psychosozialen Entwicklung Resilienzen erworben wurden, also bereits etablierte Mechanismen und Strategien um mit schwierigen Situationen umgehen zu können.<sup>37</sup> Doch auch wenn erworbene Resilienzen und biologische Faktoren bis zu einem gewissen Grad dafür sorgen, dass eine große Mehrheit der jungen Menschen schlussendlich mehr oder weniger unbeschadet aus der Pandemie hervorgeht, ist davon auszugehen, dass zumindest temporär auch psychisch stabile Jugendliche Auffälligkeiten, im Verhalten und Umgang mit der Ausnahmesituation, entwickeln. Denn prägend und von besonderer Wichtigkeit in der Adoleszenz ist nun einmal der soziale Kontakt und Umgang mit Menschen, die Loslösung von den Eltern und die Sozialisationserfahrungen mit Gleichaltrigen. Während der besonders restriktiven sogenannten Lockdownphasen der Pandemie, waren nahezu alle Möglichkeiten der außerfamiliären Kontakte untersagt. Dabei beschränkten sich die Kontaktverbote nicht nur auf den Freizeitbereich. Auch Schulen, die unbestritten als Ort der Sozialisation junger Menschen von entscheidender Bedeutung sind, waren zum Teil monatelang geschlossen.<sup>38</sup> Jugendliche mussten sich an völlig neue Gegebenheiten anpassen und mit einer Vielzahl von Veränderungen umgehen. Zu den Herausforderungen zählten neben den offensichtlich fehlenden sozialen Kontakten auch der Verlust von Tagesstrukturen und Routinen, der Umgang mit dem sogenannten Homeschooling, die Verdichtung des Alltags auf das häusliche Umfeld und die Tatsache dass die meisten Freizeitaktivitäten quasi nicht

---

<sup>37</sup> (vgl. Nationale Akademie der Wissenschaften Leopoldina, 2021)

<sup>38</sup> (vgl. Dohmen & Hurrelmann, 2021: 7)

stattfinden konnten. Bereits bestehende Unterschiede, die soziale beziehungsweise wirtschaftliche, Lebenssituation betreffend, traten in der Pandemie nochmals deutlicher hervor. Aufgrund der häuslichen Enge war es besonders für Jugendliche aus sogenannten sozial schwächeren Familien schwer Rückzugsmöglichkeiten zu finden, um beispielsweise Schulaufgaben zu erledigen oder aber möglichen Konfliktsituationen zu entkommen. Generell war die Situation des Distanzlernens für fast alle Schüler\*innen eine große Herausforderung und führte zum Teil auch zu Überforderungssituationen. Ausgleichsaktivitäten wie Sport oder andere organisierte Freizeitangebote vielen ebenso weg, wie das Treffen mit Freund\*innen. Jugendliche hatten also während der Lockdownphasen generell einen wesentlich eingeschränkten Handlungsradius. Sie waren oft allein und Kommunikation, besonders mit Freund\*innen und anderen Gleichaltrigen, fand hauptsächlich über das Telefon oder soziale Medien statt. Wobei virtuelle Kontakte persönliche Treffen, gemeinsame Aktivitäten und Sport nur bedingt ersetzen können, und keinen realen Ausgleich bieten.<sup>39</sup> Wie Jugendliche selbst diese Situation wahrnehmen und welche psychosozialen und entwicklungsbezogenen Auswirkungen die Maßnahmen zur Folge haben, wurde besonders zu Beginn der Pandemie eher nachrangig behandelt. Auch von Regierungsseite spielte, besonders in der ersten Phase der Coronapandemie, primär die Betreuungssituation der jungen Menschen eine Rolle und die Umsetzung des schulische Bildungsauftrags. Dabei wurde zunächst wenig berücksichtigt, welche weitreichende Bedeutung beispielsweise soziale Bedürfnisse und Angebote non-formaler Bildung haben.<sup>40</sup> Auch wurde in der Öffentlichkeit, besonders zu Beginn der Einschränkungen, ein oft einseitiges Bild vom Verhalten junger Menschen gezeichnet. Dabei lag der Fokus, in öffentlichen Debatten, oftmals pauschal auf der Nichteinhaltung von Regeln und der vermeintlich fehlenden solidarischen Haltung Jugendlicher. Dabei wurde, auch in der medialen Berichterstattung, selten darauf eingegangen, dass der größte Teil der Jugendlichen sich weitestgehend an die Coronamaßnahmen hält.<sup>41</sup> Dabei ist es durchaus relevant, nicht nur Ursachen

---

<sup>39</sup> (vgl. Brakemeier, et al., 2020 : 6f)

<sup>40</sup> (vgl. Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, 2020: 522)

<sup>41</sup> (vgl. Salihi, 2020)

und Auswirkung der Pandemie auf die psychosoziale Entwicklung junger Menschen genauer zu untersuchen, sondern auch Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln. Denn in der Pandemie verstärkte, aber auch hier erstmals aufgetretene, psychische Auffälligkeiten, die nicht behandelt werden, können sich, nach wissenschaftlichen Erkenntnissen, im Lauf der Entwicklung verfestigen oder wieder auftreten und somit die Lebensqualität im Erwachsenenalter langfristig beeinflussen.<sup>42</sup>

## **5. Hilfeangebote**

Sehen sich junge Menschen mit Herausforderungen konfrontiert, die sie belasten, ist ein möglichst breit gefächertes stabiles Hilfesystem von Nöten. Reichen persönliche Gespräche mit nahen Bezugspersonen nicht mehr aus, gibt es verschiedene Möglichkeiten Hilfe zu bekommen. Im Folgenden soll eine Auswahl an Angeboten erläutert werden, die bei psychosozialen Belastungssituationen Unterstützung anbieten.

### **5.1 Beratung**

Zu den Hauptentwicklungsaufgaben in der Adoleszenz zählen die Loslösung von den Eltern und der Beziehungsaufbau mit Gleichaltrigen. Das bedeutet, dass auch in herausfordernden Situationen häufig erst einmal Freund\*innen oder Peers als Ansprechpartner dienen. Wird die Belastung aber zu groß und wirkt sich zunehmend auf die Lebensqualität aus, gibt es verschiedene Anlaufstellen für Beratungen. Dabei ist es, besonders auch für Jugendliche, wichtig den Zugang zu Beratungsangeboten so einfach und barrierefrei wie möglich zu gestalten. Ob eine Beratung in Anspruch genommen wird, hängt besonders bei Jugendlichen, neben der Notwendigkeit einer Unterstützung auch mit anderen

---

<sup>42</sup> (vgl. Egle, et al., 1997: 683)



Faktoren zusammen. So kann ein Infragestellen der Sinnhaftigkeit und des Erfolgs einer Beratung genauso hinderlich sein, wie die Befürchtung des Verlusts der Kontrolle, sobald man sich mit der Problemlage ausführliche beschäftigt. Auch Hemmungen, Schwierigkeiten anzusprechen und die Sorge einer Stigmatisierung können einem erfolgreichen Beratungsprozess im Wege stehen.<sup>43</sup> Unter Berücksichtigung dieser Faktoren können besonders, in die Alltagswelt junger Menschen implementierte, Beratungsangebote eine entscheidende Rolle spielen. Sozialarbeiter\*innen und Sozialpädagog\*innen arbeiten unter anderem an Schulen, in der offenen Kinder- und Jugendarbeit oder auch als Streetworker\*innen. In diesen Bereichen ist ein schneller und unkomplizierter Zugang zu einer Beratung für Jugendliche grundsätzlich gut möglich. Oft sind die vor Ort tätigen Sozialarbeiter\*innen bekannt und besonders im außerschulischen Kontext, also beispielsweise in Jugendclubs, besteht häufig schon eine gewisse Vertrautheit, die die Ansprache von Problemsituationen erleichtern kann. Andersherum besteht die Möglichkeit, dass auffälliges Verhalten, von den anwesenden Sozialarbeiter\*innen wahrgenommen und thematisiert wird. Dabei ist ebenfalls von Bedeutung, dass Beratung im Kontext Sozialer Arbeit auf Freiwilligkeit beruht und einen gewissen Grad an Flexibilität bezüglich des zeitlichen und des thematischen Rahmens bietet.<sup>44</sup>

Neben entwicklungstypischen Themen, wie beispielsweise der sexuellen Orientierung oder dem Umgang mit zwischenmenschlichen Konflikten, spielen als Folge der Coronapandemie und den damit verbundenen Maßnahmen vermehrt auch Stress- und Angstsituationen, aber auch depressive Verstimmungen und Überforderungen im Alltag von Jugendlichen eine große Rolle.<sup>45</sup>

Zusätzlich zu den bereits erwähnten Angeboten, die in den Lebensalltag vieler Jugendlicher eingebettet sind, bieten auch externe Beratungsstellen die Möglichkeit zur Unterstützung bei verschiedenen Problemlagen. Viele Beratungsstellen sind zwar schwerpunktmäßig auf einzelne Bereiche, wie Sucht-

---

<sup>43</sup> (vgl. Paulick & Wesenberg, 2019: 19)

<sup>44</sup> (vgl. ebd.: 22)

<sup>45</sup> (vgl. Ravens-Sieberer, et al., 2021: 1512)

oder Sexualberatung, ausgelegt, doch als erste Anlaufstellen bieten sie häufig weitere Vermittlungsmöglichkeiten an.

## **5.2 weitere Hilfemöglichkeiten**

Neben der klassischen Vorortberatung gibt es für Jugendliche auch telefonische und digitale Beratungsmöglichkeiten. Diese Formen der Beratung zeichnen sich durch ihre besonders Niedrigschwelligkeit und die Möglichkeit der anonymen Nutzung aus. Besonders Beratung im Internet bietet zusätzlich den Vorteil, dass verschriftlichte Hilfestellungen, beispielsweise im E-Mail-Format, jederzeit wieder abgerufen werden können.<sup>46</sup> Auch Beratung in Chat-Form und in extra konzipierten Foren, die häufig thematisch geordnet sind, gehören zum digitalen Beratungsangebot für Jugendliche.<sup>47</sup>

Bei einer Verstärkung und Verfestigung von psychischen Auffälligkeiten, ist es unter Umständen nötig psychotherapeutische Hilfe in Anspruch zu nehmen. Im Gegensatz zur Beratung ist eine Psychotherapie darauf ausgelegt, psychische Verhaltensstörungen, wie Depressionen oder Angststörungen, zu diagnostizieren und zu behandeln.<sup>48</sup> Im Gegensatz zu Berater\*innen dürfen Psychotherapeut\*innen Therapien durchführen oder Behandlungen für diagnostisch festgelegte Erkrankungen anbieten.<sup>49</sup> Formal gesehen ist die Psychotherapie der medizinischen Versorgung zuzuordnen und ist für Jugendlichen in der Regel durch die Leistung der Krankenkasse abgesichert.

---

<sup>46</sup> (vgl. Kupfer & Mayer, 2019: 243f)

<sup>47</sup> (vgl. Sauerbrey & Vollmar, 2019: 154)

<sup>48</sup> (vgl. Schnoor, 2006: 48)

<sup>49</sup> (vgl. Pro Psychotherapie e.V., 2022)

### 5.3 staatliche Förderung

Die Beratung Jugendlicher ist dem Gesetz nach, fester Bestandteil der Jugendarbeit.<sup>50</sup> In den meisten Fällen suchen Jugendliche eine Beratung genau dort, wo sie sich häufig aufhalten. Dies kann beispielsweise, wie bereits erwähnt, in der von ihnen besuchten Bildungseinrichtung oder auch in Einrichtungen der offenen Kinder- und Jugendarbeit der Fall sein. Alternativ gibt es aber auch die Möglichkeiten externe Beratungsstellen aufzusuchen. Meist sind derartige Beratungsstellen auf bestimmte Themenkomplexe, wie Sexual- oder Familienberatung, ausgerichtet, die unter verschiedenen Trägerschaften arbeiten. So existieren neben städtischen oder kommunalen Einrichtungen auch Einrichtung unter kirchlicher Trägerschaft oder auch Beratungsstellen, die als eingetragene Vereine arbeiten oder in Verbänden organisiert sind. Auch Sozialarbeiter\*innen in Schulen und Jugendeinrichtungen sind entweder Angestellte der jeweiligen Stadt oder Kommune oder eines der erwähnten Träger.

Für Jugendliche ist aufgrund des bereits erwähnten gesetzlichen Anspruches auf Beratung, diese Dienstleistung nicht mit Kosten verbunden. Beratungsangebote unter freier Trägerschaft finanzieren sich neben Spenden und Eigenmitteln auch zum Teil über staatliche Förderungen. Dabei ist die Förderung hauptsächlich auf kommunaler oder Länder- Ebene angesiedelt und an bestimmte Voraussetzungen gebunden. So bietet zum Beispiel das Land Rheinland- Pfalz (Stand März 2022) eine Förderung von sozialen Beratungsstellen durch Zuschüsse an. Eine der zu erfüllenden Bedingungen ist in diesem Fall, dass für die Beratungsstelle ein regionaler und durch den zuständigen Jugend- und Sozialhilfeträger nachgewiesener Bedarf vorhanden ist.<sup>51</sup>

---

<sup>50</sup> § 11 Abs. 3 SGB VIII

<sup>51</sup> (vgl. Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz, 2022)

## **5.4 Zugang zu Hilfeangeboten während des Lockdowns**

Unter normalen Umständen haben Jugendliche, wie bereits erläutert, vielfältige Möglichkeiten Beratungs- und Hilfeangebote wahrzunehmen. Schwierig ist mitunter der Zugang zu ambulanten psychotherapeutischen Angeboten. Da aufgrund vorhandener Versorgungslücken Termine meist erst nach längeren Wartezeiten verfügbar sind.<sup>52</sup> Besonders während der sogenannten Lockdownphasen der Coronapandemie waren aber auch Beratungsstellen, Jugendzentren und andere Anlaufstellen von Einrichtungsschließungen und Kontaktbeschränkungen betroffen. Bei Bedarf konnte hier jedoch auf die bereits etablierten Formen telefonischer und digitaler Beratungsangebote zurückgegriffen werden.

## **6. Studien/ Forschung**

Die Jugend als Gegenstand der Forschung umfasst viele wissenschaftliche Bereiche. Dabei werden Lebenswelten und -bedingungen und die Entwicklung junger Menschen aus verschiedenen Perspektiven beleuchtet. Die dabei maßgebend beteiligten Wissenschaftsdisziplinen, die zum Teil auch interdisziplinär arbeiten sind vor allem die Soziologie, die Psychologie und die Erziehungswissenschaften. Auch thematisch ist die Jugendforschung breit aufgestellt. Schwerpunkte ergeben sich meist aus dem Fachgebiet von dem aus geforscht wird. So befassen sich Wissenschaftler aus dem Bereich Psychologie beispielsweise mit dem Thema psychische Gesundheit im Jugendalter und richten ihr Augenmerk dabei auf Faktoren die entweder begünstigend oder schädlich wirken können. Soziologische und erziehungswissenschaftliche Forschung legt den Fokus dagegen eher darauf, welchen Einfluss etwa das soziale Umfeld auf verschiedenen Verhaltensweisen von Jugendlichen hat. Neben dem Erkenntniszugewinn bieten die Ergebnisse der jeweiligen Forschung auch

---

<sup>52</sup> (vgl. Deutsche Vereinigung für Soziale Arbeit im Gesundheitswesen e. V., 2020: 4)

die Grundlage für Handlungsmöglichkeiten. Um möglichst repräsentative Ergebnisse zu erhalten, zählen auch im Bereich Jugendforschung Studien zu den bevorzugten wissenschaftlichen Methoden.

In den beiden folgenden Abschnitten werden zwei Studien vorgestellt, die sich thematisch mit Jugendlichen während der Coronapandemie beschäftigen. Dabei sind beide Studien schwerpunktmäßig allerdings unterschiedlich ausgerichtet, da sie wissenschaftlich gesehen auch verschiedenen Bereichen zuzuordnen sind. Ein weiterer Unterschied ergibt sich aus der Form der beiden Studien. Bei der JuCo- Studie handelt es sich um eine sogenannte Ad hoc- Online Studie, die also spontan, in der Regel einmalig und für einen besonderen Zweck durchgeführt wurde. zu dem es keine bereits vorhandenen und vergleichbaren Erhebungen gibt. Die COPSY- Studie ist eine sogenannte Längsschnittstudie, die sich thematisch mit der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland während der Coronapandemie beschäftigt und dabei mögliche Einflussfaktoren ermittelt, die sich auf die Handhabung von Herausforderungen auswirken können.

## **6.1 JuCo- Studie**

Entstanden ist die bundesweite Studie im Forschungsverbund „Kindheit – Jugend – Familie in der Corona-Zeit“, der sich aus dem Institut für Sozial- und Organisationspädagogik der Stiftung Universität Hildesheim und dem Institut für Sozialpädagogik und Erwachsenenbildung der Universität Frankfurt in Kooperation mit der Universität Bielefeld zusammensetzt. Ziel der Erhebung war es, die Auswirkungen der Corona- Pandemie und der damit verbundenen Maßnahmen auf junge Menschen und deren Lebenswelten zu beleuchten und somit eine Abbildung aus der Perspektive der Betroffenen zu schaffen.<sup>53</sup>

Als Erhebungsinstrument wurde von den Initiatoren der Studie ein Online-Fragebogen entwickelt. Dabei wurden bereits erprobte Skalen verwendet und

---

<sup>53</sup> (vgl. Institut für Sozial- und Organisationspädagogik der Stiftung Universität Hildesheim, 2022)

durch Elemente ergänzt, die sich spezifisch auf die Eigenheiten im Verlauf der Coronapandemie beziehen. Um mögliche Unterschiede in den Auswirkungen der Corona- Maßnahmen, die unter Umständen aus sozioökonomische Unterschieden resultieren können, deutlich zu machen, wurden verschiedene Aspekte der Lebenswelt junger Menschen erfragt. Dazu zählen beispielsweise, Fragen zu wirtschaftlichen und sozialen Grundvoraussetzungen in den jeweiligen Haushalten der Befragten. Wie auch bei anderen standardisierten Befragungen überwog auch im JuCo- Fragebogen der Anteil der geschlossenen Fragen, beispielsweise in Form von Skalierungs- und Multiple-Choice- Antwortmöglichkeiten. Am Ende des Bogens erhielten die jungen Teilnehmer jedoch die Möglichkeit, in Form eines Freitextes, eigene Gedanken und Ergänzungen zu verschriftlichen.<sup>54</sup>

Um möglichst viele Personen der Zielgruppe zu erreichen, wurde das sogenannte Schneeball- Sampling als Verfahren gewählt. Dazu wurde der Umfrage-Link beispielsweise an verschiedene Akteure der Kinder- und Jugendhilfe und der Jugendarbeit versendet, mit der Bitte diesen an junge Menschen in der gewünschten Altersgruppe, weiterzuleiten. Unter anderem wurden auch die sozialen Medien in den Verbreitungsprozess mit eingebunden. So wurde der Link etwa auch auf über die Social-Media- Kanäle von Jugendclubs und anderen, auf junge Menschen ausgerichteten, Organisationen geteilt.<sup>55</sup> Am ersten Teil der Studie, die im Frühjahr 2020 stattfand, beteiligten sich über 6000 Menschen. Der Datensatz, auf den sich die Juco- Studie bezieht, umfasst in bereinigter Form immer noch 5128 Teilnehmer.<sup>56</sup> Auch die nachfolgenden Befragungen, JuCo II und JuCo III erreichten ähnlich hohe Teilnehmerzahlen.<sup>57</sup>

Auch wenn im Allgemeinen von der JuCo- Studie gesprochen wird, handelt es sich formal gesehen um drei separate Befragungen. Im Gegensatz zu sogenannten Panel- Studien, bei denen über einen längeren Zeitraum immer wieder dieselben Personen befragt werden, verhielt sich dies im Fall der hier genannten Befragung anders. Durch die verschiedenen Verbreitungs- und

---

<sup>54</sup> (vgl. Wilmes, et al., 2020 : 46)

<sup>55</sup> (vgl. ebd. : 12)

<sup>56</sup> (vgl. Andresen, et al., 2020 : 7)

<sup>57</sup> (vgl. Andresen, et al., 2022: 7)

Zugangswege zur Befragung wurden zwar mengenmäßig viele junge Menschen erreicht, allerdings war es eher dem Zufall geschuldet, wenn Personen an mehr als einer der Studien teilnahmen. Des Weiteren ist bei der Auswertung der Fragebögen aufgefallen, dass wie in anderen Studien auch, die befragten Personen soziodemographisch viele Ähnlichkeiten aufwiesen. So kam der Großteil der Befragten aus wirtschaftlich und sozial relativ stabilen Lebenssituationen.<sup>58</sup>

Trotz den aufgezeigten Grenzen lassen sich aus den Ergebnissen der JuCo-Studie dennoch Tendenzen mit Bezug auf die Wahrnehmungen junger Menschen ableiten. So zeigt sich, dass im Laufe der Pandemie Sorgen und Zukunftsängste zugenommen haben. Tatsächlich stieg beispielsweise der Anteil der jungen Menschen, die sich psychisch als besonders belastet einschätzen von 41,2 % (JuCo II) auf 54 % (JuCo III) und derjenigen, die angeben unter Zukunftsängsten zu leiden von 45,6% (JuCo II) auf 57,4 % (JuCo III). Dennoch ist festzuhalten, dass gut die Hälfte der Befragten ebenso angab, dass sie sich inzwischen an die Pandemie, beziehungsweise die Maßnahmen gewöhnt hatte. Einen negativen Trend gab es jedoch auch hinsichtlich der finanziellen Lage der Befragten. Gaben in der zweiten Befragung noch 33,5 % der Befragten an Geldsorgen zu haben erhöhte sich ihr Anteil in dritten Befragung auf 43,4 %.<sup>59</sup> Ein zentraler Aspekt der gesamten Studie stellt die Sichtbarkeit und die Beteiligungsmöglichkeiten junger Menschen in Pandemiezeiten dar. Fast dreiviertel der Befragten haben das Gefühl, dass ihre Situation von der Politik als nachrangig gewertet wird. Auch werden die Einflussmöglichkeiten ihrerseits als gering eingeschätzt. Nicht nur in den geschlossenen Fragen wurde dies deutlich, auch in den Freitextantworten<sup>60</sup> wurde dies wiederholt thematisiert. Die Initiatoren der Studie geben an, dass es ihnen neben dem wissenschaftlichen Forschungskontext, auch darum geht, die jungen Menschen dabei zu unterstützen ihre Anliegen mehr in den Fokus der Politik zu rücken.<sup>61</sup>

---

<sup>58</sup> (vgl. Wilmes, et al., 2020 : 12)

<sup>59</sup> (vgl. Andresen, et al., 2022: 11)

<sup>60</sup> (vgl. Bering & Eichenberg, 2021: 12f)

<sup>61</sup> (vgl. Andresen, et al., 2020 : 4)

## 6.2 COPSY-Studie

Bei der COPSY- Studie handelt es sich um eine Längsschnittstudie, die die Auswirkungen auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland untersucht, die aus der Coronapandemie und den von der Regierung implementierten Maßnahmen zur Eindämmung resultieren. Außerdem soll ermittelt werden, welche Faktoren begünstigend auf den Umgang mit den gegebenen Herausforderungen, wirken. Geleitet wird die Studie von Frau Prof. Dr. Ravens- Sieberer. Die Durchführung erfolgt durch die Forschungsabteilung - Child Public Health - des Universitätsklinikums Hamburg Eppendorf. An der Studie teilgenommen haben hierzu, in bisher drei Erhebungsrunden, Familien mit Kindern und Jugendlichen im Alter von 7 bis 17 Jahren. Für die Erhebung der Daten wurde auf international anerkannte Fragebögen zurückgegriffen. Thematisch beziehen sich die Fragen auf die Lebensqualität, psychische Auffälligkeiten, generalisierte Ängste und depressive Symptome. Zusätzlich wurden selbstentwickelte Fragen- Element hinzugefügt, um das Belastungsempfinden der Studienteilnehmer im Zusammenhang mit der Pandemie zu erfassen. Ebenfalls erfragt wurden gesundheitliche Aspekte wie das Ernährungsverhalten, sportliche Aktivitäten und Medienkonsum. Dabei wurden die Fragen so konzipiert, dass Vergleiche bezüglich des Verhaltens vor Corona gezogen werden konnten. Außerdem sollte auch ermittelt werden, ob ein Bedarf in Form von Unterstützungsangeboten für die Eltern besteht und wie diese gestaltet sein sollten.<sup>62</sup>

Erste Ergebnisse der Studie zeigten, dass für die Befragten zum einen die Belastung wahrnehmbar hoch war und die Lebensqualität sich im Gegensatz zu der Zeit vor Corona deutlich verschlechtert hatte. Über 70 % aller Befragten gaben an, dass sie sich durch die Pandemie und die Einschränkungen belastet fühlten. Kindern und Jugendlichen empfanden dabei vor allem die Verlagerung der Schule in das eigene Zu Hause und die fehlenden Möglichkeiten mit Freunden zu interagieren als besonders belastend.<sup>63</sup> Auch ein Anstieg der

---

<sup>62</sup> (vgl. Ravens-Sieberer, et al., 2021a: 1513f)

<sup>63</sup> (vgl. ebd.: 1515)



Prävalenz für psychische Auffälligkeiten zeichnete sich ab. War vor Beginn der Pandemie noch durchschnittlich jedes fünfte Kind von psychischen Auffälligkeiten betroffen, war dies während der Pandemie, beruhend auf den Befragungsergebnissen, für nahezu jedes dritte Kind der Fall. Im Verlauf der Studie wurde zudem festgestellt, dass die familiären Lebensumstände einen großen Einfluss auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen nehmen. Eine, im besonderen Maße durch die Pandemie, belastete Gruppe stellten die Kinder und Jugendlichen aus sozial und wirtschaftlich benachteiligten Familien dar. Es ließ sich erkennen, dass dabei unter anderem der Bildungsabschluss der Eltern oder ein beengter Wohnraum Risikofaktoren bilden können.<sup>64</sup> Im Gegensatz dazu konnte ermittelt werden, dass ein positives Familienklima und vorhandene Unterstützungsmöglichkeiten, sich förderlich auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen, auch während der Coronapandemie, auswirken und somit auch einen entscheidenden Einfluss auf die Lebensqualität und die Belastung haben<sup>65</sup>.

In der mittlerweile dritten Befragungsrunde konnte festgestellt werden, dass die Zahl der Kinder und Jugendlichen, die sich durch die Pandemie belastet fühlten gesunken sind. Ebenfalls festzuhalten ist aber, dass die Zahlen der Betroffenen weiterhin wesentlich höher liegen als vor der Coronapandemie. Wie bereits die ersten beiden Befragungen zeigten, hat auch die Prävalenz psychosomatischer Beschwerden während der Pandemie zugenommen. Weiter gestiegen sind beispielsweise die Zahlen bezüglich Symptomen wie Kopf- und Bauchschmerzen. Aber auch Schlafprobleme, Niedergeschlagenheit und eine erhöhte Reizbarkeit werden weiterhin als Faktoren psychischer Beeinträchtigung gemeldet.<sup>66</sup> Ebenfalls untersucht wurde das Gesundheitsverhalten von Kindern und Jugendlichen. Gaben sie noch in den ersten beiden Befragungen an, seit Beginn der Pandemie weniger körperlich aktiv zu sein, also Sport zu treiben, sich ungesünder zu ernähren und mehr Zeit mit dem Konsum von Medien zu verbringen, zeichnet sich ab, dass dieser Trend leicht rückläufig ist.<sup>67</sup>

---

<sup>64</sup> (vgl. Dohmen & Hurrelmann, 2021: 254)

<sup>65</sup> (vgl. Ravens-Sieberer, et al., 2021b: 10)

<sup>66</sup> (vgl. Ravens-Sieberer, et al., 2022: 10ff)

<sup>67</sup> (vgl. Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, 2022)

## 7. Fazit

Die psychosoziale Entwicklung Jugendlicher und ihr Umgang mit Herausforderung in dieser Lebensphase wird von vielen Faktoren beeinflusst. Einen besonderen Stellenwert nehmen hierbei die sozialen und wirtschaftlichen Gegebenheiten ein, unter denen junge Menschen aufwachsen. Diese beeinflussen nicht nur die Teilhabemöglichkeiten am sozialen Leben, sie prägen auch die Art und Weise wie mit Herausforderungen umgegangen wird. Jugendliche die in emotional stabilen familiären Verhältnissen aufwachsen und keine wirtschaftlichen Sorgen haben neigen insgesamt weniger zu psychischen Auffälligkeiten und Störungen. Auch die Interaktionen mit Gleichaltrigen leisten einen wertvollen Beitrag. Durch die emotionale Unterstützung und Anerkennung innerhalb der Peergruppe wird der für die Entwicklung notwendige Ablösungsprozess von den Eltern erleichtert. Außerdem wird der Freiraum für die Erprobung neuer Selbstkonzepte geboten, denn Jugendliche empfinden sich im Umgang mit Gleichaltrigen eher als unabhängig und eigenständig. Sowohl in der Peergruppe als auch im Bereich Schule werden Normen und Werte vermittelt und es kommt mitunter auch zu Konflikten. Dabei können Jugendliche Erfahrungen im Umgang mit Auseinandersetzungen sammeln und die Funktionalität von Gruppengedügen testen und erleben. Im günstigsten Fall ist es ihnen möglich daraus Schlüsse über ihrer eigene Präsenz und Wirkung zu ziehen und negative Einflüsse zu erkennen und zu vermeiden.

Die Coronapandemie hat Auswirkungen auf das gesamtgesellschaftliche Leben. Jugendliche scheinen zwar bisher von der Krankheit an sich nicht so stark betroffen zu sein wie andere Bevölkerungsgruppen, allerdings haben besonders die Maßnahmen zur Eindämmung der Pandemie nachweisliche Effekte auf die psychische Gesundheit, besonders von jungen Menschen. In den, in dieser Arbeit benannten Erhebungen wurde festgestellt das psychische Auffälligkeiten wie Ängste und Niedergeschlagenheit die Lebensqualität vieler Jugendlicher beeinflusste. Zusätzlich häuften sich psychosomatische Symptome wie Bauch- und Kopfschmerzen. Zurückzuführen sind diese Auswirkungen unter anderem auf die fehlenden physischen Kontakte zu Gleichaltrigen aber auch auf

Unsicherheiten die das sogenannte Distanzlernen und der Druck in der Schule mitzukommen mit sich brachten, um nur einige Faktoren zu nennen. Zudem zeigten die Studien, dass auch während der Pandemie Jugendliche aus marginalisierten Gruppen mehr von psychischen Belastungen betroffen waren als Jugendliche aus sozial und wirtschaftlich stabilen Verhältnissen.

Abschließend ist also zu bemerken, dass die Entwicklung von Jugendlichen nicht ausschließlich, jedoch im besonderen Maße, aus dem sozialen Umfeld, in dem sie aufwachsen heraus bestimmt wird. Soziale Missstände und die daraus resultierenden Auswirkungen auf junge Menschen, die bereits vor der Pandemie vorhanden waren und auch wissenschaftlich belegt sind, werden in einer Ausnahmesituation wie der Coronapandemie noch deutlicher. Hier gilt es Jugendliche zu unterstützen und zu stärken, besonders wenn sie aus benachteiligten Familien stammen. Zu dieser Ansicht kommen auch die Verfasser der beiden in der Arbeit erwähnten Studien.

## Literaturverzeichnis

Andresen, S. et al., 2020. *Erfahrungen und Perspektiven von jungen Menschen während der Corona- Maßnahmen*, Hildesheim: Universitätsverlag Hildesheim.

Andresen, S. et al., 2022. *Verpasst? Vershoben? Verunsichert? Junge Menschen gestalten ihre Jugend in der Pandemie- Erste Ergebnisse der JuCo III-Studie– Erfahrungen junger Menschen während der Corona-Pandemie im Winter 2021*. Hildesheim: Universitätsverlag Hildesheim.

Bering, R. & Eichenberg, C., 2021. *Die Psyche in Zeiten der Corona-Krise - Herausforderungen und Lösungsansätze für Psychotherapeuten und soziale Helfer*. Stuttgart: Klett Cotta.

Brakemeier, E.-L. et al., 2020. Die COVID-19-Pandemie als Herausforderung für die psychische Gesundheit- Erkenntnisse und Implikationen für die Forschung und Praxis aus Sicht der Klinischen Psychologie und Psychotherapie. *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 01, S. 1-31.

Bronfenbrenner, U., 1993. *Die Ökologie der Menschlichen Entwicklung - Natürliche und geplante Experimente*. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag GmbH.

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, 2020. *16. Kinder- und Jugendbericht- Förderung demokratischer Bildung im Kindes- und Jugendalter*. online unter: <https://www.bmfsfj.de/resource/blob/162232/27ac76c3f5ca10b0e914700ee54060b2/16-kinder-und-jugendbericht-bundestagsdrucksache-data.pdf> [Zugriff am 17 02 2022].

Bundesministerium für Gesundheit, 2022. *Corona-Schutzimpfung ab 12 Jahren: Das sollten Kinder, Jugendliche und ihre Eltern wissen*. online unter: <https://www.zusammengegencorona.de/impfen/kinder/corona-schutzimpfung-ab-12-jahren-welche-kinder-sich-impfen-lassen-sollten/> [Zugriff am 22 2 2022].

Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz, 2022. *Förderdatenbank*. online unter: <https://www.foerderdatenbank.de/FDB/Content/DE/Foerderprogramm/Land/Rheinland-Pfalz/foerderung-sozialer-beratungsstellen.html> [Zugriff am 14 03 2022].

Bundesregierung, 2022. *Bund-Länder-Beschluss - Corona-Regelungen: Das haben Bund und Länder vereinbart*. online unter: <https://www.bundesregierung.de/breg-de/themen/coronavirus/corona-regeln-und-einschrankungen-1734724> [Zugriff am 2 3 2022].

Deutsche Vereinigung für Soziale Arbeit im Gesundheitswesen e. V., 2020. *Problemfelder für die gesundheitsbezogene Soziale Arbeit im Kontext der Corona-Krise - Die Versorgung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien durch die Soziale Arbeit im Sozial- und Gesundheitswesen*. online unter: [https://dvsg.org/fileadmin/user\\_upload/DVSG/Veroeffentlichungen/Stellungnahmen/DVSG-Statement-SozialeArbeit-Kinder-Jugendhilfe-Coronakrise-2020-04.pdf](https://dvsg.org/fileadmin/user_upload/DVSG/Veroeffentlichungen/Stellungnahmen/DVSG-Statement-SozialeArbeit-Kinder-Jugendhilfe-Coronakrise-2020-04.pdf) [Zugriff am 10 03 2022].

Dohmen, D. & Hurrelmann, K., 2021. *Generation Corona? - Wie Jugendliche durch die Pandemie benachteiligt werden*. Weinheim: Beltz Juventa.

Egle, U. T., Hoffmann, S. O. & Steffens, M., 1997. Psychosoziale Risiko- und Schutzfaktoren in Kindheit und Jugend als Prädisposition für psychische Störungen im Erwachsenenalter- Gegenwärtiger Stand der Forschung. *Der Nervenarzt*, 68, S. 683–695.

Erikson, E. H., 1988. *Der vollständige Lebenszyklus*. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.

Hurrelmann, K. & Quenzel, G., 2013. *Lebensphase Jugend - Eine Einführung in die sozialwissenschaftliche Jugendforschung*. Weinheim und Basel: Beltz Juventa.

Institut für Sozial- und Organisationspädagogik der Stiftung Universität Hildesheim, 2022.

online unter: <https://www.uni-hildesheim.de/fb1/institute/institut-fuer-sozial-und-organisationspaedagogik/forschung/laufende-projekte/juco-und-kico/> [Zugriff am 05 03 2022].

Jungbauer, J., 2017. *Entwicklungspsychologie des Kindes- und Jugendalters*. Weinheim Basel: Beltz Juventa.

Kleeberg-Niepage, A., 2021. *Entwicklung - Eine Einführung*. Wiesbaden: Springer VS.

Kultusministerkonferenz, 2022. *Entscheidungen der KMK in der Corona-Krise*. online unter: <https://www.kmk.org/aktuelles/entscheidungen-der-kmk-in-der-corona-krise.html> [Zugriff am 25 2 2022].

Kupfer, A. & Mayer, M., 2019. Digitalisierung der Beratung. Onlineberatung für Kinder und Jugendliche und die Frage nach Möglichkeiten des Blended Counseling in der Kinder- und Jugendhilfe. *Soziale Passagen*, 11, S. 243–265.

Nationale Akademie der Wissenschaften Leopoldina, 2021. *Kinder und Jugendliche in der Coronavirus-Pandemie: psychosoziale und edukative Herausforderungen und Chancen*.

online unter:

[https://www.leopoldina.org/uploads/tx\\_leopublication/2021\\_Corona\\_Kinder\\_und\\_Jugendliche.pdf](https://www.leopoldina.org/uploads/tx_leopublication/2021_Corona_Kinder_und_Jugendliche.pdf) [Zugriff am 03 03 2022].

Paulick, C. & Wesenberg, S., 2019. „Echt ätzend, dass ich hierherkommen muss ...“ Beratung mit (noch) nicht-kooperativen Jugendlichen. *Beratung aktuell- Zeitschrift für Theorie und Praxis in der Beratung*.

Pro Psychotherapie e.V., 2022. *Beratung und Psychotherapie- Abgrenzung psychologische Beratung und Psychotherapie*.

online unter: <https://www.therapie.de/psyche/info/fragen/wichtigste-fragen/beratung-vs-psychotherapie/> [Zugriff am 10 03 2022].

Ravens-Sieberer, U. et al., 2022. *Child and Adolescent Mental Health During the COVID-19 Pandemic: Results of the Three-Wave Longitudinal COPSYS Study*.

online unter: [https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=4024489](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=4024489) [Zugriff am 07 03 2022].

Ravens-Sieberer, U. et al., 2021 a. Seelische Gesundheit und psychische Belastungen von Kindern und Jugendlichen in der ersten Welle der Covid-19-Pandemie – Ergebnisse der COPSY-Studie. *Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz*, S. 1512–1521.

Ravens-Sieberer, U. et al., 2021 b. Quality of life and mental health in children and adolescents during the first year of the COVID-19 pandemic: results of a two-wave nationwide population-based study. *European Child and Adolescent Psychiatry*. Springer

Salihi, N., 2020. *Jugendbilder in Zeiten von Corona: Engagement, Verantwortung und Solidarität – jenseits von Corona-Partys*.  
online unter: <https://www.jugendhilfeportal.de/fokus/coronavirus/artikel/jugendbilder-in-zeiten-von-corona-engagement-verantwortung-und-solidaritaet-jenseits-von-corona/> [Zugriff am 02 03 2022].

Sauerbrey, U. & Vollmar, H. C., 2019. Digitale Beratung in der Sozialen Arbeit - ein Blick in die gegenwärtige Lage. *Zeitschrift für Sozialpädagogik*, 2, S. 150-166.

Schnoor, H., 2006. *Psychosoziale Beratung in der Sozial- und Rehabilitationspädagogik*. Stuttgart: Kohlhammer.

Siegler, R., DeLoache, J. & Eisenberg, N., 2005. *Die Entwicklung von Kindern: eine Einführung*. München: Elsevier, Spektrum Akademischer Verlag.

Sonneck, G., Kapusta, N., Tomandl, G. & Voracek, M., 2016. *Krisenintervention und Suizidverhütung*. Stuttgart: utb GmbH.

Steinhausen, H. C., 2010. *Psychische Störungen bei Kindern und Jugendlichen - Lehrbuch der Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie*. München: Urban & Fischer Verlag.

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, 2022. *Psychische Belastung von Jugendlichen und Kindern weiterhin hoch – aber leicht rückläufig*.  
online unter:  
[https://www.uke.de/allgemein/presse/pressemitteilungen/detailseite\\_116483.html](https://www.uke.de/allgemein/presse/pressemitteilungen/detailseite_116483.html) [Zugriff am 07 03 2022].

Veith, H., 2008. *Sozialisation*. München: Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag.

Weltgesundheitsorganisation, 2022.  
online unter: <https://www.euro.who.int/de/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/novel-coronavirus-2019-ncov> [Zugriff am 25 2 2022].

Wilmes, J., Lips, A. & Heyer, L., 2020. *Datenhandbuch zur bundesweiten Studie JuCo - Online-Befragung zu Erfahrungen und Perspektiven von jungen Menschen während der Corona-Maßnahmen*. Hildesheim: Universitätsverlag Hildesheim.

## EHRENWÖRTLICHE ERKLÄRUNG

Ich erkläre hiermit, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig angefertigt habe. Die aus fremden Quellen direkt oder indirekt übernommenen Gedanken sind als solche einzeln kenntlich gemacht. Es wurden keine anderen als die von mir angegebenen Quellen und Hilfsmittel (inklusive elektronischer Medien und Online-Ressourcen) benutzt. Die Arbeit wurde bisher keiner anderen Prüfungsbehörde vorgelegt und auch nicht veröffentlicht. Ich bin mir bewusst, dass eine falsche Erklärung zur Note „ungenügend“ führt und rechtliche Folgen nach sich ziehen kann.

Merseburg, den .....

Unterschrift .....

