

# Erlösendes Nichtstun

Was das Chillen, Lieblingsbeschäftigung heutiger Jugendlicher, zu bedeuten hat

Die Psychologin Elisabeth Raffauf betitelt ihr neues, lesenswertes Buch über die Pubertät mit dem Satz, „Die tun nicht nichts, die liegen da und wachsen“. Jeder, der heute mit Pubertierenden zu tun hat, kennt das Phänomen unentwegter Reglosigkeit. „Chill-dren“ könnte man diese Jugendlichen ihres steten Ruhebedürfnisses wegen nennen.

Die tiefere Bedeutung des Dauer-Chillens erschließt sich mit einem psychologischen Blick auf die Lebenswirklichkeit der Heranwachsenden. Sie werden heute in vergleichsweise sicheren Verhältnissen groß, kennen so etwas wie einen Hungerwinter nur aus Erzählungen ihrer Großeltern. Die Mehrzahl der Kinder und Jugendlichen lebt in einem verständnisvollen, toleranten Elternhaus. Sie kennen daher auch nicht die Sehnsucht, sich aus engen, autoritären

„Das Smartphone ist die Allzweckwaffe im Kreuzzug gegen die alltägliche Langeweile. Mit einem Wisch lassen sich Spiele starten und Kontakte aktivieren

Verhältnissen zu befreien – wie das in der 68er-Generation häufig der Fall war. Vorschnelle Emanzipation vom Elternhaus erscheint heute angesichts der bequemen Versorgungsleistungen im Hotel Mama als wenig lebenspraktisch.

Aus dem „Zu wenig“ oder „Zu eng“ ist ein „Zu viel“ geworden. Kinder wachsen in einer Bereitstellungs-Kultur auf, in der scheinbar alles vorgegeben ist und zugleich alles möglich ist. Schon die Unterhaltungsangebote zeigen eine exponentielle Entwicklung. Neben mehr als hundert Fernsehsendern mit 24-Stunden-Programm gibt es Mediatheken im Netz, die Tag und Nacht erreichbar sind. Streamingplattformen wie Netflix oder Amazon Prime erlauben den Zugriff auf Tausende von Spielfilmen. Auf Youtube gibt es unzählige Kanäle, auf denen Jugendliche sich rund um die Uhr von Gleichaltrigen durch den Alltag führen lassen können. Das Smartphone ist die Allzweckwaffe im täglichen Kreuzzug gegen die Langeweile. Mit einem magischen Fingerwisch lassen sich Spiele starten, Kontakte aktivieren, Wissenslücken schließen.

Die Kehrseite dieser berauschenden Welt des „Alles ist möglich“ ist ein ungeheurer Erwartungsdruck auf den Heranwach-

## KOLUMNE

Von Stephan Grünewald



Zeichnung: Sakurai

senden: Alles, was ihnen an Chancen und Optionen bereitgestellt wird, müssen sie auch irgendwie ergreifen. Langeweile, Einsamkeit, Erfolglosigkeit sind in der digital vernetzten Start-up-Welt tabuisiert. Spricht man in psychologischen Tiefeninterviews mit jungen Menschen über ihre Vorbilder und ihre Lebensperspektiven in dieser Sphäre des Überflusses, wirken sie seltsam gedämpft und bedrückt. Leichtigkeit und Lebensfreude sind in den Gesprächen eher die Ausnahme.

Den jungen Menschen fällt es schwer, ein konkretes Ziel zu entwickeln. Sie fragen sich: Wofür? Und wo sollte ich anfangen? Eigentlich ist doch schon alles da! Mitunter beneiden sie dann ihre Großeltern oder Eltern, die noch etwas aufbauen, sich aus materiellem und geistiger Enge befreien konnten. Sie selbst dagegen haben das Gefühl, in einer Komfortzone zu leben, in der es einzig dafür zu sorgen gilt, dass alles bleibt, wie es ist. Mitunter glimmt vielleicht noch die Hoffnung auf, über Nacht zu einem Superstar zu werden, der alles Dagewesene toppt: ein Youtuber mit Millionen von Followern oder ein Start-up-Gründer, der mit Ende 20 schon Milliardär ist.

Manche Jugendlichen wiederum entwickeln im Gespräch unvermittelt Kriegsängste. „Die Welt spielt ja sowieso verrückt, und bald wird hier alles platt gemacht.“ In diesen Szenarien schwingt die paradoxe Sehnsucht mit, unbeschwert wie Hans im Glück neu anfangen zu können, wenn erst einmal alles verloren gegangen ist.

In einer Welt, in der alles möglich erscheint, fällt es jungen Leuten schwer, eine beglückende Unbeschwertheit zu entwickeln. Jede konkrete Entscheidung, jede gezielte Weiterentwicklung erleben sie als persönliche Beschränkung und Bürde. Lieber bleiben sie in der Deckung, als sich durch Festlegungen zu begrenzen und sich dabei auch noch dem Risiko des Scheiterns auszusetzen.

Das Chillen ist für die Jugendlichen daher ein dreifach erlösende unbeschwerter Übergangs-Zustand. Mit ihrer demonstrativen Trägheit rebellieren sie gegen eigenen und fremden Erwartungsdruck. Gleichzeitig mummeln sie sich – versehen mit Handy oder Tablet – in einer Kuschelecke medialer Rundumversorgung ein. Und im Gefühl umhelter Aufgehobenheit träumen sie sich schließlich, was alles Tolles aus ihnen werden könnte – wenn sie sich irgendwann einmal aufraffen.

Insgesamt sind die Jugendlichen froh, wenn die Erwachsenen ihnen bei diesem Schritt vom Chillen in die tätige Alltäglichkeit helfen. Bereitwillig nehmen sie feste Strukturen an – ganz gleich ob es der Sportverein ist, ein Fitness-Studio oder ein Sprachkurs. Mit mürrischer Dankbarkeit übernehmen sie Aufgaben im Haushalt. Temporäre Handy-Beschränkungen erleben sie insgeheim als Entlastung. Und dass sie auch dann geliebt werden, wenn sie keine Top-Influencer sind, sondern ganz normale Jungs und Mädchen – diese Botschaft erleben Jugendliche als die eigentliche Erlösung.

**Unser Kolumnist**, geboren 1960, ist Diplom-Psychologe. Grünewald ist Gründer und Geschäftsführer des Kölner „rheingold“-Instituts für qualitative Marktforschung. Der Autor von Bestsellern wie „Deutschland auf der Couch“ schreibt im „Kölner Stadt-Anzeiger“ aus psychologischer Sicht über gesellschaftlich relevante Themen. (jf)



Dauer-Chillen in der medialen Kuschelecke Foto: Yalana/istockphoto