

### **O1 Freya**

Also meine Sorgen bezüglich Zukunft: Einmal Krieg, deshalb sehr viel Angst....

### **O2 Gilles**

Und beim Thema Krieg seh ich das auf jeden Fall als sehr wahrscheinlich. Ich seh die Sorge nicht, ob Krieg kommt, sondern wie früh.

### **O3 Freya**

Und neben dem Krieg sorgen auch Umweltkatastrophen, weil wenn's so weiterläuft, dann können viele Klimakatastrophen passieren und wir bald Umstände haben, wo Menschen nicht mehr leben können und die Schere zwischen arm und reich immer größer wird.

## **Sprecherin**

Krieg, Klima, Demokratie, gesellschaftliche Spaltung, Gerechtigkeit: Zukunftsthemen, bei denen junge Menschen wie die Studentin Freya Hansen und der Student Gilles Hoffmann mit zunehmendem Pessimismus auf die Zukunft Deutschlands und der Welt blicken.

## **Sprecher**

Laut einer im Frühjahr 2025 von UNICEF veröffentlichten Studie bewerten über 60 Prozent der befragten Jugendlichen auf die Lage im Land und in der Welt insgesamt vorwiegend pessimistisch. Auf die Zukunft des Planeten blickten elf Prozent sogar mit sehr großer Sorge.

## **Sprecherin**

Eine Jugend ohne Zukunft?

## **O4 Fichtner**

Wenn ich immer nur erzähle, ja, wir haben ja eh keine Chance und wir sind überfordert und um Gottes willen, und es geht ja nicht und es wird immer schlimmer - dann frisst das die Energie weg, die nötig ist, um zu agieren oder es macht hoffnungslos und Hoffnungslosigkeit ist mit Sicherheit eine Garantie für den Untergang.

### **Sprecherin**

Meint der Journalist und Buchautor Ullrich Fichtner. Er hat ein Buch über die Zukunft geschrieben und das kommt nicht nur im Titel äußerst positiv daher: „Geboren für die neuen Chancen“ heißt es und wirkt wie eine Gegenrede auf all jene, die verdrossen und pessimistisch auf's Morgen blicken.

## **O5 Fichtner**

Es ist wichtig, dass wir Erfolgsgeschichten der Menschheit erzählen, weil wir nur so verstehen, dass wir Handlungsmöglichkeiten haben.

### **Sprecherin**

Und genau die will Ullrich Fichtner in seinem Buch ausloten: die Handlungsmöglichkeiten.

## **O6 Fichtner**

Das fehlt mir sehr in unseren gesellschaftlichen Gesprächen aber auch im Austausch: Dass wir nicht gemeinsam versuchen zu erörtern, was ist, sondern immer nur unsere Befindlichkeiten darüber austauschen, was wird.

### **Sprecherin**

Dafür schaut er auf die großen Trendlinien und Entwicklungszusammenhänge. Ein anderer Blick als der, den der Spiegel-Journalist sonst auch aus eigener Arbeit gut kennt. Statt eines „Follow the Headlines“, also ständiger Aktualität, ein „Follow the Trendlines“...

## O7 Fichtner

Und wenn man das macht, dann stellt man relativ schnell fest, dass Schlagzeilen oder diese schnellen großen Meldungen, die plötzlich aufploppen, weil wieder was Schlimmes passiert ist - das sind eigentlich nur Schnappschüsse der Gegenwart, sagen aber über die großen Zusammenhänge gar nichts aus. Es geht eigentlich immer darum, die Dinge ins Verhältnis zu setzen und zu gucken, wie sich Dinge langfristig entwickeln.

## O8 Gilles

Gleichzeitig denk ich, wenn ich an Zukunft denke, auch viel an Vergangenheit und wie weit wir schon gekommen sind als Menschheit und wie wir das geschafft haben und ich denk auch, dass die meisten Menschen in der Vergangenheit nicht wussten, wie die Zukunft aussehen wird und die wenigsten Vorausschauten waren richtig.

## Sprecherin

...meint der Student Gilles Hoffmann. Seine Hoffnung liegt im Ungewissen, darin, dass Zukunft ein offenes Projekt ist, das nicht notwendigerweise nur Übel und Verderben birgt, sondern auch Chancen. Um die zu entdecken, untersucht Buchautor Ullrich Fichtner die Zukunft im Kontext von Gegenwart und Vergangenheit. Sein Fazit: Zahlreiche Dinge haben sich für die Menschen zum Positiven entwickelt und tun dies weiterhin. Das zeigt sich vor allem beim großen Thema seines Buches: dem Klimawandel.

## O9 Fichtner

Der Pariser Klimavertrag ist ja Vertrag gewordener Wertewandel, in dem Moment, wo sich 190 Staaten alle binden und auf ein Ziel verständigen. Ich weiß, dass viele meinen, das sind Papiertiger und naja, Papier ist geduldig. Aber ich glaube, da täuschen sich viele über die politischen Prozesse. Dieser Prozess der Klimapolitik ist Ausdruck eines globalen Wertewandels, der stattgefunden hat.

## Sprecherin

Ullrich Fichtner setzt auf Technologie und Wettbewerb. Eines seiner Beispiele: Das Ozonloch, einst große Bedrohung für Klima und Menschen, konnte dank technischer Innovation geschlossen werden. Doch was ist mit Trumps Ausstieg aus dem Klimavertrag, seinem rückwärtsgewandtes „Drill Baby Drill“? Vertane Zeit, könne aber den allgemeinen Trend nicht aufhalten, so Fichtner. Und China?

### O10 Fichtner

Ich sage Ihnen mal ein Faktum, das dazu führen könnte, dass die Leute in 20 Jahren zurückblicken auf das Jahr 2025 und sagen: „Das war der historische Wendepunkt zum Guten.“ China hat im Mai 2025 so viel Sonnenlichtkapazität installiert, wie Deutschland in den vergangenen 30 Jahren installiert hat. Und wenn Ihnen vor zehn Jahren jemand gesagt hätte, dass China im ersten Quartal dieses Jahres zum ersten Mal in der Weltgeschichte weniger CO2 ausstößt als im Jahr zuvor und schneller als die Chinesen das überhaupt geplant hatten, dann sieht man doch, dass sich sehr große Räder gerade drehen.

## Sprecherin

Chinas Rolle im Klimawandel ist höchst komplex und zum Teil widersprüchlich. Ullrich Fichtners Prognose bleibt bislang eine Hoffnung, für die es Gründe, aber auch zahlreiche Gegenargumente gibt. Doch solch komplexe Zusammenhänge ließen sich kaum mehr sachlich erörtern und diskutieren, meint die 17jährige Tilda Skerra aus Brandenburg.

### O11 Tilda Skerra

Klima war eigentlich schon zu Beginn unserer Schulzeit ein Thema. Aber das Problem ist, dass das Thema Klima gar nicht mehr die Debatte um das Klima ist, sondern häufig das ins Lächerliche gezogen wird. Und es dann gar nicht mehr um das Klima geht, sondern wenn die Person das Wort Klima auch nur in den Mund nimmt, ist sie links-grün versifft. Und dann kann man darüber lachen, das ist ja lächerlich.

## Sprecherin

Tilda Skerra ist Landesschülervertreterin. Sie wohnt im südlichen Brandenburg, einer der zahlreichen Hochburgen der AfD, und stellt in ihrem Schulumfeld fest, dass das Thema Klima zu einem jener zahlreichen polarisierenden, ja spaltenden Kulturkampfthemen geworden ist.

### O12 Tilda Skerra

Diese Witze, die darüber gemacht werden, das sind die hypersensiblen Feministen, die sich hier übers Klima aufregen und das ist ja gar nicht so schlimm. Das ist die Propaganda, die über die sozialen Medien ganz häufig verbreitet wird und so geht es eben gar nicht um das Klima wirklich, sondern wieder darum, diese Spalte aufzumachen in der Gesellschaft zwischen progressiv und konservativ.

## Sprecherin

Oder zwischen demokratisch und rechtsextrem. Denn was Tilda Skerra beim Gespräch aus ihrem Alltag beschreibt, hat mit Konservatismus nichts zu tun: Alltägliche rechtsradikale Sprüche und Äußerungen, auf die Lehrkräfte nichts mehr zu erwidern wüssten, der Hitlergruß auf dem Schulhof, Rechtsextremismus als neue Normalität.

## Sprecher

Eine Tendenz, die man aus der Mitte-Studie der Friedrich-Ebert-Stiftung vom Herbst 2025 ablesen könnte: Demnach halten 52 Prozent der Befragten die Demokratie für nicht effizient. Immer mehr Menschen sympathisierten mit autoritären Vorbildern und Strukturen, heißt es dort. Antidemokratisches Gedankengut mache sich verstärkt in der Mitte der Gesellschaft breit.

## Sprecherin

Inwieweit aber befördert die aktuelle Debattenkultur diese Tendenz?

### **O13 Tilda Skerra**

Diese Debattenkultur ist so ausgestorben, auch in den Schulen leider, weil so viele Lehrer sich damit kaum befassen oder die Debatten dann halt in Streite ausarten lassen, ohne das einzuordnen. Da kommt es auch ganz häufig zu diesen Konflikten zwischen "progressiv" und „konservativ“ bis "rechtsextremistisch". Und dann gibt's halt häufig drei Schreihälse, auch meistens drei männliche Schreihälse, gegen häufig eine progressive weibliche Person. Und das hat natürlich eine Dynamik, die wirkt sehr einschüchternd dann auf den Rest der Klasse und auch auf die Person, die hier versucht, progressiv zu argumentieren.

### **Sprecherin**

Kulturkämpfe um Veganismus, Klima oder Genderregelungen treiben die gesellschaftliche Spaltung voran und tragen dazu bei, dass Negativszenarien Oberhand gewinnen, statt dass konstruktive Debatten rund um gesellschaftlichen Wandel und mögliche Zukünfte stattfinden. Auch eine veränderte Mediennutzung und eine aufs permanente Jetzt fokussierte Berichterstattung trage ein Übriges zu der aufgeheizten Stimmung bei, meint Ullrich Fichtner.

### **O14 Fichtner**

Wenn Sie jetzt normale Zeitungen lesen oder Internetangebote oder was auch immer, dann ist es ja eine endlose Kette von schlechten Nachrichten und von Katastrophenmeldungen und von wirklich negativer Stimmung, die häufig so in die Sackgasse führt in eine auswirklos erscheinende Situation. Und kann dann dazu führen, dass es mir wirklich auf den Wecker geht, weil ich nicht glaube, dass dies ein realistisches Bild der Welt ist. realistisch ist nicht, dass alles den Bach runtergeht

### **O15 Tilda**

Die Politik ist momentan so emotional geworden. Das ist ne ganz starke Belastung, weil man das Gefühl hat, man arbeitet gar nicht mehr mit ner echten Realität, sondern mit ner Angst einfach.

## Sprecherin

Vorrangig die Emotionen Angst und Ohnmacht speisen Dystopien und Untergangsszenarien. Sie werden vor allem vom rechtsextremen Spektrum erzählt, diskreditieren das bestehende, demokratische System und inszenieren sich selbst als alleinige Heilsbringer für eine ansonsten zum Untergang geweihten Zukunft.

### O17 Tilda Skerra

Gerade bei uns jungen Leuten ist das glaube ich so ein Punkt, den man ganz häufig vergisst, dass wir das gar nicht mehr anders kennen.

**Sprecherin:** ... so Tilda Skerra.

### O17 b Tilda Skerra

Also wir kennen nur noch diese emotionale Politik. Und ich glaube, das ist ein ganz großer Punkt, warum so viele junge Menschen auf diesen rechtsextremistischen Zug aufspringen, dass wir gar nicht mehr diese Fakten basierte Politik kennen. Weil als ich mich angefangen habe, mit Politik zu beschäftigen oder als ich angefangen habe, über Politik zu hören, da war Trump gerade frisch in der Regierung. mit Trump kam so eine riesige Angstmache Reihe in die Politik statt Fakten

## Sprecherin

Wie umgehen mit realen Problemen, um Lösungen für eine lebenswerte Zukunft zu entwerfen, statt angstvoll in Dystopien zu schwelgen? Auf keinen Fall dürfe man die Zukunftserzählungen Antidemokraten überlassen, meint Buchautor Ullrich Fichtner.

### O18 Fichtner

Es gibt die Möglichkeit zu sagen, das ist alles so furchtbar. Ich mache die Rollen runter, ich bleib im Bett und das war's. Ich finde, wenn man so Phänomene und Entwicklung, die Angst machen, vor sich hat, dann sollte man sich eben gar nicht in der Angst versteigen, sondern diese Phänomene und Entwicklungen lieber studieren und einfach ganz neutral Informationen sammeln, darüber was eigentlich los ist

und zu versuchen zu verstehen, was kommt und was das mit einem selber zu tun hat und was überhaupt verhandelt wird. Weil sind nämlich letztlich diese großen Themen, für die wir ja nicht zuständig sind, wo wir oft sehr wenig Handhabe haben in Wahrheit als Einzelne. Die wirken ja dann, wie so ein Nebel, der durch den Alltag zieht.

## **Sprecherin**

Angesichts des Überangebots von Dystopien und Untergangsszenarien ist es schon ein politisches Statement, sich zur Zukunft zu bekennen. Zu einer gestaltbaren, einer, die Positives, Begrüßenswertes verspricht. Dafür braucht es in Zeiten von Krisen vor allem eins, eine Art Superpower für den Umgang mit ihnen: Resilienz.

### **O19 Isabella Helmreich**

Resilienz ist tatsächlich so ein sogenanntes 'Travelling Concept', das man das in ganz vielen Bereichen anwenden kann.

## **Sprecherin**

Isabella Helmreich ist Psychologin und Therapeutin und leitet am Mainzer Leibniz-Institut den Bereich „Resilienz und Gesellschaft“.

### **O20 Isabella Helmreich**

Also, zu Beginn wurde es nur auf Individuen angewendet: Wie können sich Individuen resilient machen, aber es weitet sich immer mehr aus. Also, wirklich, dass es sich durch die gesamte Gesellschaft zieht. Quasi von Individuen zu resilienten Familien, zu resilienten Organisationen, resilientem Städtebau und resilientem Krisenmanagement und resilienten Gesellschaften. Deswegen ist es tatsächlich ein sehr umfassendes Konzept und sei der Corona-Pandemie und den ganzen Multi-Krisen, die wir jetzt auch haben, ist es auch ein wichtiges Forschungsfeld geworden. Wie können wir Gesellschaften resilient halten!?

## Sprecherin

Denn resiliente Gesellschaften sind nicht nur stabiler in Zeiten von Krisen, sie sind und auch besser dazu in der Lage, Zukünfte zu entwerfen. Solche, die lebenswert und konstruktiv sind und eben nicht auf Untergangsszenarien bauen. Doch was genau meint Resilienz eigentlich?

## Sprecher

Der Begriff stammt aus dem Lateinischen: ‚resilire‘ heißt so viel wie ‚zurückspringen‘. Ursprünglich kommt das Konzept aus der Werkstoffkunde und meint die Fähigkeit eines Materials, sich nach einer Verformung beispielsweise durch Spannung oder Druck wieder in seine ursprüngliche Form zurückzubilden. Physikalisch bedeutet das, dass das Material die Energie, die es bei der Verformung aufnimmt, wieder abgibt und dadurch nicht dauerhaft deformiert wird.

## Sprecherin

Doch was braucht es dazu, um als Mensch resilient zu sein?

### **O21 Isabella Helmreich**

Das Wichtige, um gut mit Krisen umgehen zu können, ist eben einerseits, erstmal gut für sich selbst zu sorgen. Dass man eben guckt, dass man gut für seinen Körper sorgt. Das ist die eine Säule. Die andere Säule ist diese psychische Säule: Beim Körper wissen wir oft, wir brauchen Pausen, wir müssen uns um den Körper gut kümmern, bei der Psyche vergisst man das manchmal. Und die dritte Säule ist sozusagen die soziale Säule, das ist auch eine der wichtigen Resilienzfaktoren, ein gutes soziales Netzwerk zu haben, also sozial eingebunden sein.

## Sprecherin

Isabella Helmreichs Konzept geht von vier Säulen aus, auf denen Resilienz, bildlich gesprochen, gebaut ist.

## Sprecher

Neben dem 4-Säulen-Konzept der Resilienz gibt es außerdem ein 7-Säulen-Konzept, das neben einer optimistischen Grundhaltung, der Fähigkeit, Unveränderbares zu akzeptieren und lösungsorientiert auf Probleme zu blicken sowie der Bereitschaft zur Verantwortungsübernahme, einer sozialen Eingebundenheit und einer guten Selbstfürsorge auch noch explizit eine zukunftsorientierte Haltung nennt.

## Sprecherin

Bei dem 4-Säulen-Modell von Isabella Helmreich spielt ein weiterer Faktor eine wichtige Rolle:

### O22 Isabella Helmreich

Und die letzte Säule finde ich auch sehr wichtig, weil die oft vergessen wird, ist so die spirituelle Säule. Und da gibt es gar nicht unbedingt darum, dass ich jetzt einer Glaubengemeinschaft angehören muss, sondern mich mit der Welt und anderen Menschen verbunden zu fühlen. Da kann es mir natürlich schon einerseits helfen, wenn ich einer Glaubengemeinschaft angehöre, weil mir das natürlich auch Werte vorgibt, weil ich da Menschen habe, mit denen ich mich austauschen kann. Aber es kann auch einfach sein, dass ich meditiere, dass ich einen Dankbarkeits-Tagebuch schreibe, oder was eben auch sehr hilfreich sich in der Forschung gezeigt hat, ist die sogenannte grüne Resilienz, also Natur-Erfahrungen, rauszugehen dort seine Psyche auch wieder zu stärken.

## Sprecherin

Eine starke Psyche... das scheint gesamtgesellschaftlich momentan sehr nötig zu sein. Die Berichte über psychische Erkrankungen haben zugenommen, insbesondere die von Menschen, die unter Panikattacken oder Depressionen leiden, sind zahlreich.

## Sprecher

Auch das Schulbarometer der Robert Bosch lässt aufhorchen. Es wirft regelmäßig ein Schlaglicht auf das psychische und schulische Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen

und kommt im November 2024 zu dem Schluss: Die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden der Kinder und Jugendlichen sind immer noch deutlich unter dem Niveau von vor der Corona-Pandemie. Ein Viertel der Jugendlichen schätzt die eigene Lebensqualität als gering ein. Zwei Drittel bewerten sie als mittel und nur sechs Prozent als hoch. Ungefähr ein Fünftel der Schüler:innen bezeichnet sich selbst als psychisch belastet.

### **O23 Tilda Skerra**

Die mentale Gesundheit ist ein massives Problem, gerade in der jungen Generation, durch verschiedene Faktoren, zum Beispiel die sozialen Medien, aber auch gerade an der Schule, ich sehe das ja bei mir selber. Ich sehe das bei meinen Mitschülern, entweder Schüler, die auf der Toilette zusammenbrechen wegen Panikattacken. Schüler, die wegen Depressionen, das Bett nicht mehr verlassen können und auch Schüler, die Suizid begehen.

### **Sprecherin**

... berichtet die Abiturientin Tilda Skerra. Und die folgenden Ergebnisse des Schulbarometers der Robert Bosch Stiftung zeichnen ein ähnliches Bild:

### **Sprecher**

Ein Fünftel der befragten Schülerinnen und Schüler klagen über ein geringes schulisches Wohlbefinden, bei Kindern aus Familien mit niedrigem Einkommen sogar knapp jedes Dritte. Die Kriege in der Welt, der Leistungsdruck in der Schule, die globale Klimakrise und die Ängste vor der eigenen Zukunft bereiten ihnen die meisten Sorgen.

### **O24 Isabella Helmreich**

Jeder vierte Mensch in Deutschland entwickelt einmal in seinem Leben eine psychische Erkrankung. Und die häufigsten psychischen Erkrankungen sind tatsächlich Depressionen und Angststörungen. Und was wir aber tatsächlich sehen, dass, vor allem in verschiedenen vulnerablen Gruppen, und da insbesondere zum Beispiel Kindern und Jugendlichen, seit der Corona-Pandemie, psychische Erkrankungen zunehmen. Vor allem eben auch Angststörungen, aber auch Essstörungen, De-

© Westdeutscher Rundfunk Köln 2022

Dieses Manuskript einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des WDR unzulässig. Insbesondere darf das Manuskript weder vervielfältigt, verbreitet noch öffentlich wiedergegeben (z.B. gesendet oder öffentlich zugänglich gemacht) werden.

pressionen. Das ist die eine Seite, und auf der anderen Seite, das ist so das Positive, dass eben auch die psychische Gesundheit tatsächlich auch mehr im Fokus der Menschen ist, dass man auch die Stigmatisierung noch nicht ausreichend, aber zumindest schon verbessert hat, so dass Menschen sich auch eher trauen, über psychische Probleme zu sprechen.

### **Sprecherin:**

Das sei ihre positive, resiliente Perspektive auf die Dinge, meint Isabella Helmreich und lacht. Doch in der Tat: Es kommt nicht nur auf die Zahlen an, sondern auch darauf, wie man sie interpretiert. Aus dem Anstieg der Meldungen von psychischen Erkrankungen lässt sich einerseits herauslesen, dass die Zahl insgesamt zugenommen hat. Aber genauso, dass das Problembewusstsein gestiegen und die Tabuisierung abgenommen hat. Zwei sehr unterschiedliche Schlüsse.

Stichwort Zahlen, schauen wir noch einmal auf die hier genannten: Sie entsprechen sämtlich den Umfragen und sind korrekt, doch das daraus entstehende, sehr negative Stimmungsbild stimmt so nicht - weil es unvollständig ist. Denn:

### **Sprecher**

Zwar sind laut Mitte-Studie nur noch die Hälfte der Deutschen zufrieden mit dem, wie die Demokratie funktioniert, aber fast 80 Prozent der Deutschen bekennen sich zur Demokratie, gut Dreiviertel lehnen rechtsextremistische Äußerungen ab und die Zahl derer, die sich klar zu einem rechtsextremen Menschenbild bekennen, ist im Vergleich von vor zwei Jahren um 5 Prozent auf 3,3 Prozent gesunken. Außerdem stimmen über 87 Prozent der Aussage zu, in einer Demokratie sollten Würde und Gleichheit an erster Stelle stehen.

### **Sprecherin**

Zu schlussfolgern, mit der Demokratie sei es am Ende, wäre also falsch. Außerdem:

## Sprecher

Stimmt es, dass laut UNICEF-Umfrage vom April 2025 der Großteil der befragten Jugendlichen die Zukunft des Planeten negativ bewerten, dennoch, und das ist ebenfalls Teil der Umfrage, blicken ganze 83 Prozent unter ihnen positiv auf die eigene, persönliche Zukunft.

## Sprecherin

Die Sache mit dem Sinn, mit der Zukunft, mit den eigenen Werten und Vorstellungen und die Konfrontation damit, was überhaupt möglich und realistisch ist und wie sich die eigenen Wünsche erreichen lassen... all diese Fragen stellen sich besonders dringlich dann, wenn man gerade am Anfang eines selbstbestimmten Lebens steht und sich die eigene, persönliche Zukunft vor einem auftut wie ein großes, weites Feld.

## Sprecherin

Janek Schmidt hat gerade sein Abitur in der Tasche und im Anschluss daran ein soziales Jahr absolviert. Doch so ganz genau weiß der 20Jährige gerade noch nicht, wie es beruflich für ihn weitergeht. Er hat einen Song darüber geschrieben, in dem es auch um Erwartungen der eigenen Eltern geht.

*Ihr fragt, wie geht es weiter, hast du schon einen Plan? Wo wohnst du, was machts du, wer bist du in nem halben Jahr? Doch ich habe keine Ahnung, was die Zukunft für mich bringt. Was das Leben mir bereit hält, und deswegen stinkt es mir gewaltig, dass Ihr glaubt, Ihr wisst mal wieder alles besser. Doch Träumen, Träumen ist ja wohl erlaubt.*

## Sprecherin

Eigentlich ist klar, was Janek einmal machen wird, welchen Beruf er einschlägt. Denn er hat eine sehr ungewöhnliche Begabung, eine musikalische Hochbegabung: Janek konnte schon als kleiner Junge mühelos Songs nachspielen, er komponiert und spricht gewissermaßen eine Sprache, die andere erst mühevoll erlernen müssen. Doch er stellt fest: Um damit erfolgreich zu werden, muss er auch gewisse gesellschaftliche Erwartungen erfüllen.

## O26 Janek

Sobald ich mich dann auch mal getraut hab, ein bisschen doller in die Tasten zu hauen oder verrückter manchmal zu spielen oder selbst bei der Moderation auch einfach mal nen Witz zu machen, zwischendurch, weil es einfach auch die Stimmung auflockert, desto besser wurde es am Ende. Und das kann man meiner Meinung nach durch den Spaß erreichen, also dass man Spaß dabei hat, was man tut.

### Sprecherin

Wie weit er damit gehen will, die Erwartungen eines Publikums zu erfüllen und nicht einfach nur saugut Musik zu machen, das ist für ihn auch ein Konflikt mit den eigenen, persönlichen Werten.

## O27 Janek

Das hab ich für mich vereinbart. Dass ich niemals irgendeine Durchsetzungskraft über meine musikalischen Fähigkeiten stellen möchte. Weil das für mich einfach nicht passt. Weil für mich geht's wenn ich Musik mache darum, Spaß dabei zu haben und nicht der Beste dabei zu sein.

### Sprecherin

Diese persönlichen Zukunfts- und Wertefragen stellen sich ihm, während es manchmal so scheint, als breche parallel die Welt um ihn herum gerade an allen Ecken und Enden auseinander. Seiner Generation, der Gen Z, wird gern eine Anspruchshaltung unterstellt und übersehen, womit diese junge Generation gerade konfrontiert ist: Klima, Krieg, Rente, Bildungs- und Pflegenotstand, eine marode Infrastruktur. Wie löst man die ganz normalen Anforderungen und Krisen des eigenen Erwachsenwerdens in einer von Krisen bestimmten Weltlage?

## O28 Janek

Bei mir ist das so, ich versuche immer ein bisschen zu unterteilen in Weltkrisen, also was die Welt bewegt und so persönliche Krisen, was mich gerade bewegt. Vielleicht Probleme, die ich in meinem Privatleben habe. Da muss ich dann schauen,

dass ich versuche, da zu priorisieren, was ist mir jetzt wichtig. Und ich habe es so, dass ich zum Beispiel gar keine Nachrichten schaue oder auch sonst selten konsumiere. Ich lese zwar auch mal nen Artikel, wenn ich den interessant finde. Aber ich bin jetzt nicht jemand, der sich jeden Abend pünktlich um Acht die Tagesschau ansieht, weil ich das Gefühl habe, dass ich mich danach schlechter fühle als ich's müsste.

## Sprecherin

Er bevorzugt die analogen Begegnungen. Statt sich abstrakt über die Weltlage aufzuregen, hat er ein soziales Jahr absolviert. Statt in Social Media abzutauchen, hat er neue Freundschaften geschlossen. All das ist auch ein Stück Selbstfürsorge.

### O29 Janek

Ich bin auch ein sehr optimistischer Mensch und versuche immer, mich an den schönen Dingen im Leben entlang zu hangeln. Und zu schauen, dass es mir mental damit gut geht. Weil ich hab das Gefühl, sofern man mental mit sich im Reinen ist, und sofern es einem mental gut geht und man das Gefühl hat, okay, ich kann jetzt was erreichen und man dann sich vornimmt, die Welt ein Stückchen besser zu machen, ich glaube dann schafft man das auch viel mehr, als wenn man eigentlich so ist: Die Welt wird eh untergehen, die Menschheit wird eh irgendwann ausgelöscht werden. Wieso soll ich mir überhaupt die Mühe machen?

*Ich will das Leben gern genießen mit all seinen Facetten und dazu gehört halt auch, dass ich es alles selbst entdecke. Dazu gehört eben auch richtiger... hmshmm. Welche Uni mich abweist, auf welchen Schreibtisch ich mal scheiß, mit welchem Job ich irgendwann mal meine Miete nicht bezahlt, welcher Ausbildungsberuf mir vielleicht ganz gut gefällt. Doch am Ende ist es auch nur wieder viel Arbeit für wenig Geld.*

## Sprecherin

Janek Schmidts Song ist ein Mutmach-Song, ein Bekenntnis zur Zuversicht, zum Optimismus und zur Zukunft.

## O32 Janek

Weil ich glaub mit Leuten, die immer nur pessimistisch sind, hat man da nicht viele Chancen. Aber ich glaube mit Leuten, die optimistisch sind, die wissen sie können etwas und sei es nur, Musik zu machen und dabei irgendjemand ein Lächeln aufs Gesicht zu zaubern, der vielleicht nen schlechten Tag hatte, das ist schon wahnsinnig viel wert.

## Sprecherin

Die Gen Z – vielleicht wird man rückblickend einmal von der Generation Resilienz sprechen, denn die braucht es gerade mehr denn je: Den Mut, inmitten einer unheilvoll erscheinenden Welt die eigenen Schritte zu wagen, den eigenen Weg zu finden, die eigene Zukunft zu gestalten. Die aber ist, und das liegt in der Natur der Sache, immer ein offenes Projekt. Und gerade in dieser Offenheit liegt immer auch eine Chance und ein positives Versprechen.

## O33 Janek

Einfach das Gefühl, dass man einen Menschen glücklich machen kann, ich glaube, das ist schon ganz viel wert. Und wenn man dann mit diesem Gefühl sich an größere Sachen wagt in Führungsstriche. Es muss ja nicht sein, dass man sich auf ein Schiff setzt und jetzt Seenotretter wird, als Beispiel. Aber es kann ja sein, dass man kleine Dinge macht, dass man mal nem Nachbarn hilft und so Dinge macht Stück für Stück, dass die Welt um einen herum ein bisschen besser wird. Und vielleicht macht man so immer auch mehr Leute glücklich und immer mehr Leute haben dann die Motivation, sie können was verändern, wenn sie's nur wollen.