

REGIONALABITUR ARGENTINIEN, CHILE UND URUGUAY
Schriftliche Abiturprüfung 2021

Fach	Deutsch
Vorschlag	2
Thema	„Stress, Einsamkeit, Ängste im jugendlichen Alter – was können wir tun?“
Aufgabentyp	Materialgestütztes Schreiben eines informierenden und argumentativen Textes
Materialien/Quellen	M1: Karikatur „Es ist ein...“ von Piero Masztalerz (2013), https://masztalerz.wordpress.com/2013/08/07/es-ist-ein/ (25.03.2021) M2: „Krisenchat.de: Ein zweischneidiges Schwert während der Corona-Krise?“ (07.12.2021) von Marcel Preisendörfer, http://www.quotenmeter.de/n/123189/krisenchat-de-ein-zweischneidiges-schwert-waehrend-der-corona-krise (25.03.2021) M3: „Jugendliche klagen über Einsamkeit und Ängste“ (23.03.2021) von der Katholischen Nachrichtenagentur, erschienen in der Badischen Zeitung online, https://www.badische-zeitung.de/jugendliche-klagen-ueber-einsamkeit-und-aengste--200826393.html (25.03.2021) M4: Aus dem Vorwort von „Die achtsame Schule“ von Daniel Rechtschaffen, erschienen im Arbor-Verlag (Freiburg i. B.) 2018, S. 11/12. M5: Aus: „Palliativgesellschaft – Schmerz heute“ von Byung-Chul Han, erschienen im Matthes & Seitz-Verlag (Berlin) 2020, S. 7-10.

Hilfsmittel	Ein- und zweisprachiges Wörterbuch (Spanisch-Deutsch/Deutsch-Spanisch)
Bearbeitungszeit	270 Minuten

Angenommen wird folgende Ausgangssituation:

In jüngster Zeit berichten Lehrkräfte, Eltern oder Schüler:innen immer öfter selbst von psychologischen Problemen wie extremem Stress, Einsamkeit, depressiven Verstimmungen oder Ängsten im jugendlichen Alter.

Ihre Schule möchte auf diese Entwicklung reagieren und überlegt sich, wie man die betroffenen Schüler:innen unterstützen könnte und wie diese Probleme präventiv besser vermieden werden könnten.

Im Gespräch sind digitale Hilfsangebote für Betroffene, die Integration von Achtsamkeitsübungen in den Schulalltag und Aufklärungsveranstaltungen.

Sie sind Schülervertreter:in und sollen im Zuge eines „runden Tisches“ mit Schulleitung, Elternvertretern und Lehrkräften eine Stellungnahme abgeben.

Aufgabe:

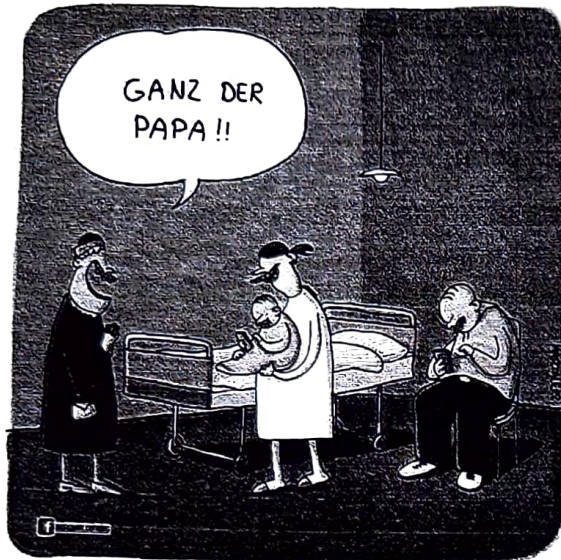
Entwerfen Sie ein Redemanuskript!

- Stellen Sie ausgehend von den Materialien knapp die Problematik dar
- Analysieren Sie Handlungsoptionen mitsamt ihren Stärken und Schwächen
- Nehmen Sie anschließend Stellung, wie die Schule reagieren sollte.

Arbeitshinweis:

Das Einbringen eigener Erfahrungen und Überlegungen ist möglich und sogar ausdrücklich erwünscht.

M1: Karikatur „Es ist ein...“ von Piero Masztalerz (2013),
<https://masztalerz.wordpress.com/2013/08/07/es-ist-ein/> (25.03.2021)



M2: „Krisenchat.de: Ein zweischneidiges Schwert während der Corona-Krise?“
(07.12.2021) von Marcel Preisendörfer,
<http://www.quotenmeter.de/n/123189/krisenchat-de-ein-zweischneidiges-schwert-waehrend-der-corona-krise> (25.03.2021)

Krisenchat.de: Ein zweischneidiges Schwert während der Corona-Krise?

von Marcel Preisendörfer

- 1 Die im Mai gegründete psycho-soziale Chatberatung soll besonders jetzt den Kindern und Jugendlichen in der Corona-Krise helfen. Wie der Name schon sagt, ist Krisenchat.de eine im Mai gegründete psycho-soziale Chatberatung für Jugendliche und junge Erwachsene. Dort können Betroffene rund um
- 5 die Uhr einfach, unkompliziert und kostenlos via WhatsApp-Messenger die dort mittlerweile 150 ehrenamtlichen Krisenberater erreichen, die einen mit ihren Fähigkeiten aus dem psychologisch-sozialen Hintergrund durch die Probleme führen sollen, vollständig anonym. Das Team an Krisenberatern vereint sich hierbei aus Kinder- und Jugendpsychotherapeuten, Sozialpädagogen und -arbeitern, Erzieher und teilweise
- 10 namhafte Psychotherapeuten aus Vivantes in Berlin und der RWTH Aachen. Die Gründer dieser Beratung sind die drei 18-jährigen, ehemaligen Berliner Abiturienten Kai Lanz, Julius de Gruyter und Jan Wilhelm. Diese haben bereits vor zwei Jahren, noch während ihrer Schulzeit, das Startup exclamo gegründet, eine Anti-Mobbing-App für Schüler. Nun haben sie am 2. Mai krisenchat ins Leben gerufen, um den Kindern und
- 15 Jugendlichen besonders in der jetzigen Corona-Krise zu helfen. Weil die meisten

Seelsorge-Angebote nur das Telefon oder sehr eingeschränkt eine Chat-Funktion anbieten, hatten die Jung-Unternehmer diese Idee. „Keine Organisation oder Einrichtung in Deutschland bietet bisher so etwas an, eine Chat-Hilfe für Kinder und Jugendliche, die rund um die Uhr erreichbar ist. Das hat uns selbst überrascht, denn psycho-soziale Probleme richten sich nicht nach Sprechzeiten, sondern das passiert erst in den späten Abendstunden oder nachts, das zeigen Untersuchungen. „Und da dachten wir, da müssen wir helfen.“, so de Gruyter. Tatsächlich ereignen sich in den Abendstunden Deutschlands etwa zwei Drittel aller Krisensituationen und während der Corona-Krise ist es laut den Familien- und Jugendministern des Bundes und des Landes mehr geworden. Auch die häusliche Gewalt ist angestiegen. Und aufgrund der Kontaktbeschränkungen und der Lockdowns sind die zumeist hilflosen Kinder und Jugendliche eingesperrt mit ihren eigenen Peinigern und Krisenverursachern. Damit bietet krisenchat die benötigte Hilfe für Jugendliche, die den Chat als primäres Medium verwendet, um dadurch in einer gewohnten Wohlfühl-Umgebung über ihre Probleme sprechen zu können. Zumindest im Rahmen dieses sensiblen Themas versucht das gemeinnützige Unternehmen stark auf den inhaltlichen und technischen Datenschutz zu achten und hat externe Supervisoren und Informatikteams, die dies mit Erfahrung und unter Schweigepflicht gewährleisten. Trotzdem braucht das ambitionierte Projekt Hilfe, es sucht auf der eigenen Website dringend nach zusätzlichen Krisenberatern und auch nach finanzieller Unterstützung. [...]

Bereits 13,4 Prozent der Männer zwischen 18 und 29 Jahren leiden unter Einschlaf- und Durchschlafproblemen laut einigen RKI¹-Ergebnissen und die BARMER-Krankenkasse, die auch schon eine Partnerschaft mit krisenchat eingegangen ist, berichtet, dass die ärztlich diagnostizierte Zahl der Schlafstörungen zwischen 2006 und 2017 um 63 Prozent gestiegen ist. Schuld ist unter anderem der hohe Gebrauch von Social Media und Smartphones, die gewohnte Umgebung der Kinder und Jugendlichen. Genau deswegen bietet krisenchat den alleinigen Kontakt über WhatsApp an, um die Hemmschwelle zu verringern. Aber genau diese Umgebung kann auch zu vielen Krisen für die jungen Menschen führen. Vielleicht ist genau die Hemmschwelle zum Telefon zu greifen das Notwendige, um darüber in einer anderen Umgebung reden zu können und eine andere Perspektive zu erhalten. Daher sollte krisenchat nur für die akute Hilfe benutzt werden, wofür sie angedacht ist, wenn niemand sonst helfen kann. Sie kann nicht psychotherapeutische Sitzungen ersetzen oder den Kontakt zu einem Vertrauten nachahmen [...]. Langfristig sollte man nicht auf dieses digitale Angebot zurückgreifen. Für viele Menschen, besonders Jugendliche, ist das Smartphone das einzige Instrument, um mit Freunden und Verwandten zu interagieren und zuletzt eventuell Krisen zu bewältigen. So zieht sich der Nachwuchs nur noch mehr in die Isolation der Smartphone-Welt zurück, während die Familie bei den Kindern und Jugendlichen immer weiter „in die Ferne“ rückt. Hier kann man nur im Umgang mit der Chatberatung die Begriffe „Selbstverantwortung“ und „Medienkompetenz“ anbringen. Als Fazit lässt sich sagen, dass die Aktivitäten der Menschen sich verschieben und verändern und so nutzen auch Kinder und Jugendliche eher den Chat, um Krisen zu bewältigen und Seelsorge zu suchen. Krisenchat kann in der Corona-Krise eine Möglichkeit dafür darstellen. Man sollte auch den Mut und das Engagement der Jung-

¹ Das Robert Koch-Institut ist die zentrale Einrichtung der Bundesregierung auf dem Gebiet der Krankheitsüberwachung und -prävention.

Unternehmer loben, den Menschen helfen zu wollen. Jedoch steckt die gemeinnützige Unternehmung noch in den Kinderschuhen und die Themen Finanzierung, Datenschutz und Nutzungsverhalten müssen weiterhin überwacht, sowie überdacht werden.

65

M3: „Jugendliche klagen über Einsamkeit und Ängste“ (23.03.2021) von der Katholischen Nachrichtenagentur, erschienen in der Badischen Zeitung online, <https://www.badische-zeitung.de/jugendliche-klagen-ueber-einsamkeit-und-aengste-200826393.html> (25.03.2021)

Jugendliche klagen über Einsamkeit und Ängste

Die Corona-Krise belastet die Seelen junger Menschen. Viele Jugendliche klagen über psychische Probleme, Vereinsamung und Zukunftsängste.

- 1 Von der Politik fühlt sich ein Großteil junger Menschen zwischen 15 und 30 Jahren im Stich gelassen, wie die Auswertung von zwei am Dienstag veröffentlichten Befragungen der Universitäten Hildesheim und Frankfurt am Main ergab. Das Deutsche Kinderhilfswerk nannte die Studie "alarmierend".
- 5 Die Erhebungen vom Frühjahr und Herbst 2020 wurden in Zusammenarbeit mit der Bertelsmann-Stiftung² analysiert. An der ersten Jugendbefragung von Mitte April bis Anfang Mai beteiligten sich 5520 Jugendliche, an der zweiten im November mehr als 7000 junge Menschen. Das Durchschnittsalter betrug 19 Jahre. 61 Prozent gaben an, sich teilweise oder dauerhaft einsam zu fühlen. 64 Prozent berichteten von psychischen Belastungen, 69 Prozent von Zukunftsängsten. Zudem klagte gut ein Drittel über finanzielle Sorgen – vor der Corona-Krise hatte dieser Anteil noch bei etwa einem Viertel gelegen. Auch vermissten die befragten jungen Menschen Aufmerksamkeit und Unterstützung: 65 Prozent äußerten während des zweiten Lockdowns im November die Einschätzung, dass ihre Sorgen eher nicht oder gar nicht
- 15 gehört werden. Das waren nochmals 20 Prozentpunkte mehr als bei der Befragung während des ersten Lockdowns im Frühjahr. Ihr coronabedingter Verzicht auf Kontakte zu Freunden und Gleichaltrigen, Freizeitaktivitäten und Möglichkeiten zur Selbstentfaltung wird aus Sicht der Jugendlichen in der Öffentlichkeit kaum thematisiert, geschweige denn anerkannt.
- 20 In die Politik setzen junge Menschen offenkundig nur wenig Hoffnung auf Besserung: 58 Prozent der Befragten waren der Meinung, dass die Situation der Jugendlichen den Politikern nicht wichtig sei. 57,5 Prozent gingen gar nicht davon aus, dass junge Menschen ihre Ideen in die Politik einbringen können. "Corona hat die Probleme junger Menschen verstärkt", so der Vorstand der Bertelsmann-Stiftung, Jörg Dräger. "Die
- 25 Pandemie zeigt wie unter einem Brennglas die schon länger bestehenden Defizite in der Kinder- und Jugendpolitik – es ist jetzt dringend nötig, die Sorgen der Jugendlichen ernst

² Die Bertelsmann Stiftung ist eine selbständige Stiftung des privaten Rechts mit Sitz in Gütersloh. Sie wurde 1977 von Reinhard Mohn ins Leben gerufen.[3] Dabei spielten sowohl gesellschafts- und unternehmenspolitische Motive als auch steuerliche Gründe eine Rolle.

„Der größte Erfolg (am Ende) zu machen, haben immer mehr Jugendliche“

- zu nehmen und zu adressieren."
- Das Deutsche Kinderhilfswerk äußerte sich sehr besorgt. "Wir dürfen es nicht zulassen, dass psychische Probleme, Vereinsamung und Zukunftsängste das Leben der jungen Menschen zunehmend bestimmen", erklärte Präsident Thomas Krüger. Jugendliche könnten oft schlechter als Erwachsene mit Krisen umgehen, ihre Resilienz, also die Fähigkeit, schwierige Lebenssituationen zu überstehen, sei noch nicht so stark ausgeprägt.
- Krüger forderte mehr Freizeit- und Beratungsmöglichkeiten für Kinder in der Corona-Krise. "Gerade wenn Schulen ihre Tore schließen, braucht es außerschulische Angebote, die soziale Interaktion ermöglichen, Bewegungs- und Ernährungsangebote für Kinder und Jugendliche aufrechterhalten sowie eine Ansprechfunktion in schwierigen familiären Situationen bieten", erklärte der Verbandspräsident. Ansonsten bestehe "die Gefahr, dass wir insbesondere Jugendliche mit einer unsicheren Zukunftsperspektive verlieren".

M4: Aus dem Vorwort von „Die achtsame Schule“ von Daniel Rechtschaffen, erschienen im Arbor-Verlag (Freiburg i. B.) 2018, S. 11/12.

Die Bewegung für Achtsamkeit³ in der Schule

- 1 Schulen in aller Welt hoffen in der Achtsamkeit ein Gegenmittel zu ständig wachsendem Stress, emotionaler Dysregulation und Aufmerksamkeitsdefiziten gefunden zu haben. In Schulsystemen, die bereits mit Achtsamkeit arbeiten, stellte sich heraus, dass Lernende und Lehrende glücklicher, konzentrierter, mitfühlender, emotional ausgeglichener und weniger stressempfindlich waren (Zenner et al, 2014). Welche Schule würde schon eine Chance auf bessere Noten, weniger Streitereien und ein ganz allgemein friedlicheres Umfeld ausschlagen?
- In South Burlington, Vermont, beginnen und beenden die Schülerinnen jeden Tag mit einigen achtsamen Minuten. Sie konzentrieren sich auf ihren Atem und kräftigen ihre „Achtsamkeitsmuskeln“. In Baltimore, Maryland, begeben sich die Schüler in den Chill-Raum, um nach einer Stresssituation wieder zur Ruhe zu kommen und ihre Impulskontrolle und Kommunikation in Konfliktsituationen zu verbessern. In Sun Valley, Idaho, praktizieren die Kinder in der Schule Mitgefühl und widmen sich gemeinnützigen Projekten in ihrer Stadt, um sie in die Praxis umzusetzen, manche bringen sich mit emphatischem Engagement sogar an verschiedensten Orten auf der ganzen Welt ein. Schüler und Schülerinnen von Mexiko bis Israel und Ruanda lernen auf kreative und inspirierende Weise achtsam zu sein.
- Apps und Online-Programme wurden entwickelt, um diese Konzepte zugänglich und interessant zu machen. Es gibt jetzt Programme für Achtsamkeit in der Schule, die mit Audio- und Videoaufnahmen arbeiten, bei denen der oder die Lehrende in der Stunde

³ Achtsamkeit ist eine Qualität des menschlichen Bewusstseins, eine besondere Form von Aufmerksamkeit. Es handelt sich dabei um einen klaren Bewusstseinszustand, der es erlaubt, jede innere und äußere Erfahrung im gegenwärtigen Moment vorurteilsfrei zu registrieren und zuzulassen. Die Achtsamkeit kann beispielsweise mithilfe von Meditation trainiert werden.

- nichts machen muss, außer auf „Play“ zu drücken. Hip-Hop-Künstler bringen Alben für Kinder heraus, auf denen sie zeigen, wie man zu funkyen Rhythmen atmen und sich entspannen kann. Der Künstler und Achtsamkeitslehrer JustMe singt einen Song, mit dem Refrain: „I'm showing up every school day, being present without judgment is the new thing“ (Jeden Schultag bin ich da, präsent und ohne zu urteilen, das ist das neue Ding.)

25 Achtsamkeit ist natürlich nicht nur etwas für Kinder. Manchmal kann man mit Schülern, die mit Achtsamkeit bereits vertraut sind, erstaunliche Erfahrungen machen. Sie sehen einen an und sagen: „Sie sehen gestresst aus. Brauchen Sie vielleicht einen achtsamen Augenblick, um sich zu entspannen?“ Es gibt jetzt viele Programme und Schulinitiativen, die die persönliche Entwicklung als Teil der beruflichen Entwicklung sehen und fördern. Wir, die Erwachsenen, müssen damit beginnen, gut für uns selbst zu sorgen, uns die Kunst der Aufmerksamkeit zu eigen zu machen und zu einem Gefühl der Zufriedenheit zu finden. Einige Achtsamkeitsprogramme für die Schule richten sich ausschließlich an 35 die Lehrenden in der Annahme, dass wir durch unsere Vorbildfunktion am meisten bewirken können, wenn wir mit Burnout, sekundärer Traumatisierung und Aufmerksamkeitsdefizit umgehen lernen und die Schülerinnen so am meisten von uns lernen.

M5: Aus: „Palliativgesellschaft – Schmerz heute“ von Byung-Chul Han, erschienen im Matthes & Seitz-Verlag (Berlin) 2020, S. 7-10.

Algophobie⁴

- 1 „Nenne mir dein Verhältnis zum Schmerz, und ich will Dir sagen, wer Du bist!“ Dieser Spruch von Ernst Jünger lässt sich auf die Gesellschaft als ganze übertragen. Unser Verhältnis zum Schmerz verrät, in welcher Gesellschaft wir leben. Schmerzen sind Chiffren. Sie enthalten den Schlüssel zum Verständnis der jeweiligen Gesellschaft. So hat
- 5 jede Gesellschaftskritik eine Hermeneutik⁵ des Schmerzes zu leisten. Werden Schmerzen allein der Medizin überlassen, verfehlen wir ihren Zeichencharakter. Heute herrscht überall eine Algophobie, eine generalisierte Angst vor Schmerzen. Auch die Schmerztoleranz sinkt rapide. Die Algophobie hat eine Daueranästhesierung zur Folge. Jeder schmerzhaftige Zustand wird vermieden. Verdächtig sind inzwischen auch
- 10 Liebeschmerzen. Die Algophobie verlängert sich ins Gesellschaftliche. Konflikten und Kontroversen, die zu schmerzhaften Auseinandersetzungen führen könnten, wird immer weniger Raum gegeben. Die Algophobie erfasst auch die Politik. Konformitätszwang und Konsensdruck nehmen zu. Die Politik richtet sich in einer Palliativzone⁶ ein und verliert jede Vitalität. Die »Alternativlosigkeit« ist ein politisches
- 15 Analgetikum⁷. Die diffuse »Mitte« wirkt palliativ. Anstatt zu streiten und um bessere Argumente zu kämpfen, ergibt man sich dem Systemzwang. Eine Postdemokratie macht sich breit. Sie ist eine palliative Demokratie. Daher fordert Chantal Mouffe eine

⁴ Algophobie bezeichnet die (krankhafte) Angst vor Schmerzen oder Situationen, die Schmerzen auslösen können. Damit können körperliche wie seelische Schmerzen gemeint sein.

⁵ Lehre von der Auslegung und Erklärung eines Textes

⁶ schmerzlindernd; die Beschwerden einer Krankheit lindernd, aber nicht [mehr] die Ursachen einer Krankheit bekämpfend

⁷ Schmerzstillendes Mittel

»agonistische Politik⁸«, die schmerzhaften Auseinandersetzungen nicht scheut. Zu Visionen oder einschneidenden Reformen, die Schmerzen könnten, ist die palliative Politik nicht fähig. Lieber greift sie zu kurz wirkenden Analgetika, die systemische Dysfunktionen und Verwerfungen nur verschleiern. Die palliative Politik hat keinen Mut zum Schmerz. So setzt sich das Gleiche fort.

Der heutigen Algophobie liegt ein Paradigmenwechsel zugrunde. Wir leben in einer Gesellschaft der Positivität, die sich jeder Form von Negativität zu entledigen sucht. Der Schmerz ist die Negativität schlechthin. Auch die Psychologie folgt diesem Paradigmenwechsel und geht von der negativen Psychologie als »Psychologie des Leidens« zur »Positiven Psychologie« über, die sich mit Wohlbefinden, Glück und Optimismus beschäftigt. Negative Gedanken sind zu vermeiden. Sie sind unverzüglich durch positive Gedanken zu ersetzen. Die Positive Psychologie unterwirft selbst den Schmerz einer Leistungslogik. Die neoliberale Ideologie der Resilienz macht aus traumatischen Erfahrungen Katalysatoren für Leistungssteigerung. Es ist sogar vom posttraumatischen Wachstum die Rede. Das Resilienztraining als seelische Kraftübung hat aus dem Menschen ein möglichst schmerzunempfindliches, permanent glückliches Leistungssubjekt zu formen.

Die Glücksmission der Positiven Psychologie und das Versprechen einer medikamentös herstellbaren Dauerwohlfühloase sind einander verschwistert. Die US-amerikanische Opioid-Krise hat paradigmatischen Charakter. An ihr ist nicht nur die materielle Gier einer Pharmafirma beteiligt. Ihr liegt vielmehr eine verhängnisvolle Annahme zur menschlichen Existenz zugrunde. Allein eine Dauerwohlgefühl-Ideologie kann dazu führen, dass Medikamente, die ursprünglich in der Palliativmedizin eingesetzt wurden, im großen Stil auch an Gesunde verabreicht werden. Nicht zufällig bemerkte der US-amerikanische Schmerzexperte David B. Morris schon vor Jahrzehnten: »Die heutigen Amerikaner gehören wahrscheinlich zur ersten Generation der Erde, die ein schmerzfreies Dasein als eine Art Verfassungsrecht ansieht. Schmerzen sind ein Skandal.«

Die Palliativgesellschaft fällt mit der Leistungsgesellschaft zusammen. Der Schmerz wird als ein Zeichen der Schwäche gedeutet. Er ist etwas, das es zu verbergen oder wegzuoptimieren gilt. Er verträgt sich nicht mit der Leistung. Die Passivität des Leidens hat keinen Platz in der vom Können beherrschten Aktivgesellschaft. Der Schmerz wird heute jeder Möglichkeit des Ausdrucks beraubt. Er ist dazu verurteilt zu verstummen. Die Palliativgesellschaft lässt nicht zu, den Schmerz zu einer Passion zu beleben, zu versprachlichen.

Die Palliativgesellschaft ist ferner eine Gesellschaft des *Gefällt-mir*. Sie verfällt einem Gefälligkeitswahn. Alles wird geglättet, bis es Wohlgefallen auslöst. *Like* ist das Signum, ja das Analgetikum der Gegenwart. Es beherrscht nicht nur die Sozialen Medien, sondern alle Bereiche der Kultur. Nichts soll wehtun. Nicht nur die Kunst, sondern das Leben selbst hat *instagrammable* zu sein, das heißt frei von Ecken und Kanten, von Konflikten und Widersprüchen, die Schmerzen könnten. Vergessen wird, dass der Schmerz reinigt. Von ihm geht eine kathartische Wirkung⁹ aus. Der Kultur der Gefälligkeit fehlt die Möglichkeit der Katharsis. So erstickt man in den Schlacken der Positivität, die sich unter der Oberfläche der Gefälligkeitskultur ansammeln.

⁸ Agonismus ist eine politische Theorie, welche die grundsätzlichen und potenziell positiven Aspekte politischer Konflikte betont.

⁹ Katharsis (altgriechisch κάθαρσις „Reinigung“) bezeichnet in der Psychologie die Hypothese, dass das Ausleben innerer Konflikte und verdrängter Emotionen zu einer Reduktion dieser Konflikte und Gefühle führt.