

# Sorry für alles



Foto: FDE

Zu faul für die Arbeit, zu hässlich für Instagram, zu egoistisch für das Klima. Über eine junge Generation, die sich wegen allem schuldig fühlt, obwohl sie nicht sollte.

*Text: Stefan Sommer, Illustration: Federico Delfrati*

10. August 2024 - 6 Min. Lesezeit



Schenken



Teilen

**L**angenscheidt hat wieder seine Auswahl für das Jugendwort des Jahres bekannt gegeben. Nicht einmal zur Wahl steht das tatsächliche Jugendwort des Jahres: Sorry. Eine müde Entschuldigung, wieder nicht die Person zu sein, die man sein sollte. Sorry, heute nicht. Sorry, vergessen. Sorry, war leider geil.

Das Sorry-Fühlen scheint sich zum Dauerzustand einer Generation entwickelt zu haben. Tobias Luck und Claudia Luck-Sikorski von der Fachhochschule Erfurt und der SRH-Hochschule für Gesundheit hatten 2022 in einer Umfrage fast 900 Erwachsene befragt, ob sie unter Schuldgefühlen leiden. Rund drei Viertel bejahten. Die Gen-Z gab deutlich mehr Gründe an, warum sie so fühlen.

ANZEIGE

## ✓ Henni

---

Irgendwie ist man immer zu spät – und zu früh. Woke – und übermüdet. Die To-Do-Liste zu lang – und zu kurz. Ein dauerndes Hätte-ich-doch, ein dauerndes Hätte-ich-doch-nicht. Kurz um: man ist mit sich und dem großen Ganzen unzufrieden. Und das heißt für viele: Sorry sagen. Sich bessern. Strenger mit sich sein. Mehr Lesen. Mehr Sport. Mehr Arbeit. Weniger Fleisch. Weniger SUV. Weniger Fliegen.

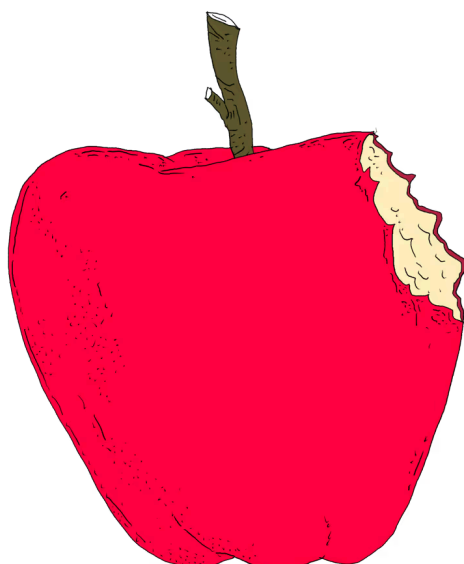


Foto: FDE

„Junge Menschen sind heute schon früh und häufig mit den großen Fragen beschäftigt. Das erfahre ich auch in den Therapien“, sagt die Psychotherapeutin Maren Lammers. Manche würden daran scheinbar zerbrechen. Die Autorin des Buchs „Scham und Schuld“ beobachtet dieses Problem seit Jahren.

## ✓ Catherine

---

Häufig zu merken, dass man selbst nicht lösen könne, was einen umtreibt. Das könne depressiv machen. „Ein dauernd anhaltendes schlechtes Gewissen macht krank“, so Lammers. Jeder fühle sich heute für die großen Probleme der Welt schuldig und vergesse dabei aber, sich zu überlegen, woran man selbst wirklich Verantwortung habe. Das kenne sie auch aus manchen Religionen, sagt die Psychotherapeutin. „Sobald man existiert, hat man in dem religiösen Weltbild schon Schuld auf sich geladen. Diskussionen, die wir heute führen, erinnern mich daran.“

Also, woher kommt dieses dauernde I’m-the-problem-it’s-me-Gefühl? Was löst dieses schlechte Gewissen aus, das viele junge Menschen permanent mit sich herumschleppen? „In den sozialen Medien wird suggeriert:

Es gebe die Perfektion. Totale, moralische Integrität“, sagt Maren Lammers.

## ✓ Nina

---

In der Realität existiere Perfektion jedoch nicht. Daran gemessen, würde man sich mich deshalb immer öfter kleiner, unbeholfener, hässlicher fühlen, so die Psychotherapeutin. „Momentaufnahmen von Perfektion blenden und verfälschen die eigene Wahrnehmung“, so Lammers.

### Süddeutsche Zeitung JETZT

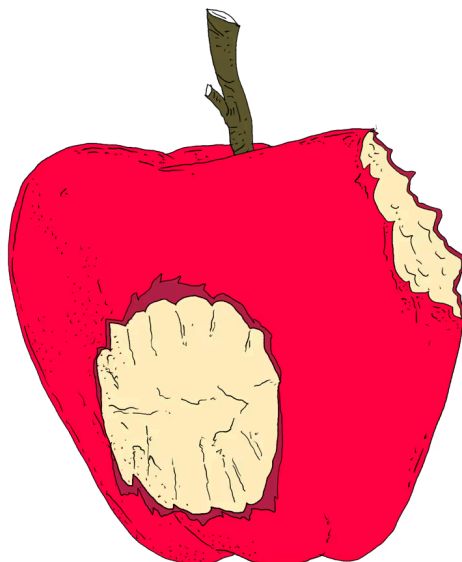


Foto: FDE

Auch der Filmkritiker und Autor Wolfgang M. Schmitt sieht einen Zusammenhang zwischen sozialen Medien und diesem Grundschuldgefühl. Im Herbst erscheint das Sachbuch „Selbst schuld!“, das er mitherausgeben wird. Er sagt: Mindset-Influencer wie beispielsweise Karl Ess würden auf ihren Profilen falsche Narrative verbreiten, wie in Deutschland sozialer Aufstieg funktionieren würde.

Sie würden dort oft so tun, als könnte man heute noch mit eigener Hände Arbeit reich werden. Wenn man es nur genug wolle. Und zwar jede und je-

der. Denke man diese Selfmade-Story zu Ende, die eben nur für wenige zutrefte, wäre finanziell schwach, wer faul sei. Wer Reichsein nicht genug gewollt hätte. Man sei also selbst schuld. Das übe Druck aus. Außerdem würden so auch Fragen nach den Rahmenbedingungen, dem System, in dem all das passiere, nicht mehr möglich.

Diese Rahmenbedingungen sind heute andere als noch vor zwanzig Jahren. Das Aufstiegsversprechen, das seit der Nachkriegszeit in Deutschland galt, gilt heute nicht mehr. Sprach der Soziologe Ullrich Beck in den Achtzigern noch vom berühmten „Fahrstuhleffekt“, der Fleißige zwangsläufig zu wirtschaftlichem Wohlstand befördern würde, steckt der Fahrstuhl heute fest.

2018 hat die OECD weltweit verglichen, wie durchlässig Gesellschaften in dreißig Ländern wären. Also, wie leicht es fallen würde, dort sozial aufzusteigen. Deutschland schnitt miserabel ab. Die Forschenden stellten fest, es dauere im Durchschnitt sechs Generationen, bis Nachkommen einkommensschwacher Familien das Durchschnittseinkommen in Deutschland erreichen könnten. Nicht bis zum Musk-Bezos-ALDI-Brüder-Reichtum, sondern sechs Generationen bis zum Durchschnitt.

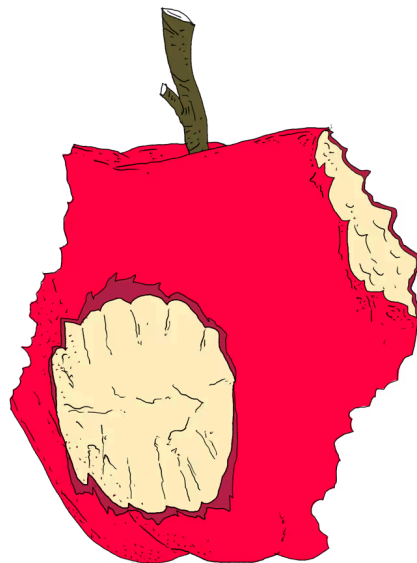


Foto: FDE

Wer arm ist, wird in Deutschland meistens arm bleiben. Die Autorin Ciani-Sophia Hoeder findet in ihrem Buch „Vom Tellerwäscher zum Tellerwäscher“ dafür klare Worte. „Die soziale Herkunft definiert den Verlauf eines Lebens“, schreibt sie. „Nicht die Intelligenz, auch nicht der Fleiß oder die Sorgfalt, und es ist auch keine Frage der Motivation.“

## ▼ Jens\*

---

Und trotzdem, wie der Informationsdienst des Instituts der deutschen Wirtschaft in einer Studie 2023 offenlegt, würden weiterhin sieben von zehn deutsche Bundesbürger:innen der Aussage zustimmen, dass es von ihnen selbst abhängt, ob sie es schaffen, auf der sozialen Leiter aufzusteigen – oder eben nicht. Eine übergroße Mehrheit in Deutschland denkt also noch immer: das Häuschen im Grünen, das Cabrio, der Seychellen-Urlaub sei eine Frage von harter Arbeit. Auch wenn offensichtlich scheint, dass das eine nur noch selten mit dem anderen zu tun hat.

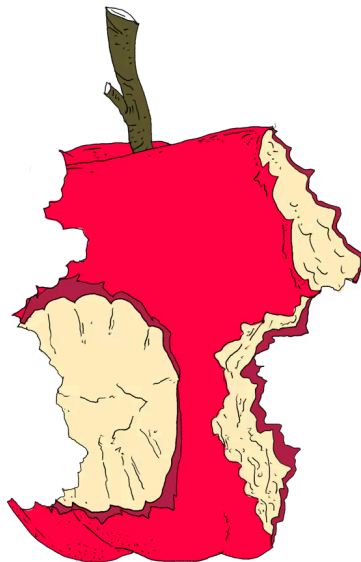


Foto: FDE

Ökonomen wie Marcel Fratzscher von der Humboldt-Universität weisen darauf seit Jahren hin. „Es ist aus ökonomischer Sicht problematisch, dass über die Hälfte der privaten Vermögen nicht durch die eigenen Hände Ar-

beit erwirtschaftet, sondern durch Erbschaft und Schenkung erzielt werden“, schreibt er.

Und dann wäre da eben noch der drohende Weltuntergang. Nach einer Umfrage der Datenanalyseagentur Globescan, fühlen sich sechs von zehn der befragten Jugendlichen mitschuldig am Klimawandel. Ja, ganz persönlich.

## ✓ **Svenja\***

---

Das habe mit Individualisierung von Verantwortung und Schuld zu tun, wenn es um Klimafragen ginge, erklärt der Klimaökonom Gernot Wagner von der Columbia Business School. Als 20-Jähriger hätte man in seinem Leben das Immergleiche gehört: der eigene CO<sub>2</sub>-Ausstoß sei das Problem. Das Narrativ war klar: man müsse selbst verzichten, um die Welt zu retten. Wer das nicht tue, sei ein schlechter Mensch und an der Apokalypse gleich selbst schuld.

„Die Erfindung des CO<sub>2</sub>-Fußabdrucks, den man heute überall online berechnen kann, war der Anfang dieses Schuldgefühls“, so Gernot Wagner. Er erklärt, der Ölkonzern BP propagiere dieses Konzept seit 2006 mit gigantischem Werbebudget. „Jeder Einzelne soll auf CO<sub>2</sub>-Diät gehen, weil das den Unterschied machen würde.“ BP wolle den Fokus von sich auf uns lenken. Nicht sie seien schuld, sondern wir, wir alle.

Das sei wissenschaftlich Quatsch. Im Durchschnitt verbrauche eine Person in Deutschland sieben Tonnen CO<sub>2</sub> im Jahr. Wenn sie strengstens verzichte, schaffe sie es vielleicht unter zwei Tonnen, so Wagner. Wir könnten allerdings ganze Sektoren unseres Lebens CO<sub>2</sub>-neutral machen, erklärt er, wenn wir staatliche Regelungen treffen, dass alle effizientere Häuser bauen müssten. Da ginge es weltweit um knapp 50 Milliarden Tonnen pro Jahr.

## ✓ **Amanda**

Manche lassen es sich nicht gefallen, dass die Industrie sie zu den Schuldigen für die Klimakatastrophe machen will. Fridays For Future legt aktuell Verfassungsbeschwerde gegen die deutsche Bundesregierung ein. Zusammen mit Greenpeace, Germanwatch, dem Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland und dem Solarenergie-Förderverein Deutschland wollen sie die Regierenden dazu bringen, die vereinbarten Maßnahmen für den Klimaschutz einzuhalten.

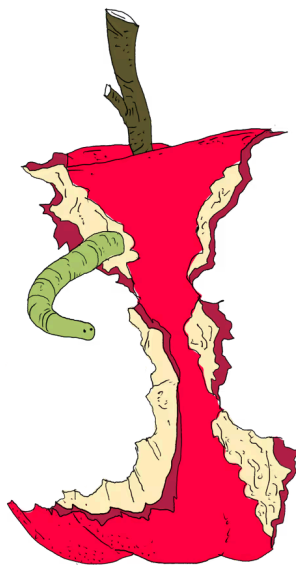


Foto: FDE

Frieda Egling ist eine von ihnen. Nicht wir, sondern die Regierung habe Schuld, sagt die vierzehnjährige Schülerin. Diese sollte Maßnahmen treffen, damit es nicht auf das Einzelleben ankäme. Es sollte nicht so sein, dass jede und jeder selbst entscheiden müsste, ob er Klimaschutz umsetze oder nicht. „Wir wählen eine Regierung, damit sie diese Verantwortung übernimmt“, sagt sie im ZOOM-Call.

Nicht jede:r muss gleich zum Gegenangriff übergehen. Aber was wäre denn, wenn man all die Vorwürfe und all die Beschuldigungen, die man heute an sich richtet, einfach nicht mehr an sich richten würde? Sondern eine Gemeinschaft finden könnte, mit all denen, denen es im Stillen doch



auch so geht. Vielleicht ginge es allen besser, wenn man sich verständigen könnte, dass man nicht selbst schuld dran ist, wenn man nicht Millionär:in wird - und der Meeresspiegel weiter steigt.

Psychotherapeutin Maren Lammers sagt, nur miteinander sprechen könne helfen. „Es ist längst erwiesen, dass schon das Darübersprechen das Gefühl lindert. Einfach so.“

*Einige Namen (\*) wurden auf Wunsch der Protagonist:innen geändert.*

**Text:** Stefan Sommer; **Redaktion & Digitales Storytelling:** Carim Soliman; **Illustration:** FDE

© SZ - Rechte am Artikel können Sie [hier](#) erwerben.

*Diese Geschichte teilen*



Schenken



Teilen

**Süddeutsche Zeitung**



**SZ Plus-Abonnement:**

[AGB](#)

[Datenschutz](#)

[Datenschutz-Einstellungen](#)

[Abo kündigen](#)

**Vertrag mit Werbung:**

[Vertragsbedingungen](#)

[Datenschutz](#)

[Cookie Policy](#)

[Vertrag mit Werbung kündigen](#)

[Widerruf nach Fernabsatzgesetz](#)

[Widerspruch](#)

[Utiq verwalten](#)

## Kontakt und Impressum