Raus aus dem Elternhaus und rein in die erste eigene Wohnung – während der Pandemie war das oft unmöglich. Dabei ist Abgrenzung für junge Menschen enorm wichtig. Sich von seiner Kindheit zu distanzieren, gehört zum Erwachsenwerden, sagt eine Therapeutin

Bereit für den Sprung ins Leben?

Von Sofie Czilwik

Die Corona-Pandemie hat Tim Grolls Alltag, wie das von so vielen, zum Stillstand gebracht. Und den Start in sein neues Leben auf unbestimmte Zeit verschoben.

Die Monate nach dem Abitur, zwischen Schulabschluss und Universität oder Ausbildungsbeginn – für junge Menschen ist diese Zeit wichtig, um sich vom alten Schüler-Ich zu verabschieden und sich aufs neue Erwachsenen-Ich einzustellen. Doch für die Abiturienten während der Pandemie gibt es keinen Übergang zwischen Abschied und Neuanfang. Und selbst Tim Groll, der wenig zur Übertreibung neigt, hört man an, dass er deshalb traurig ist. „Parkplatz-Feste, Abisturm, Abiball und Abireise – all das ging nicht. Da hat sich der Abschluss einfach leer angefühlt," sagt er im Video-Call.

Seit einem Jahr studiert der 20-Jährige Wirtschaftsrecht in Geislingen, einer kleinen Stadt in der Nähe von Stuttgart. Doch anders als geplant, loggt er sich vormittags in die Seminare von seinem Computer im Kinderzimmer ein, anstatt seine erste eigene Wohnung morgens zu verlassen und in die Uni zu laufen. Eine Wohnung kostet Geld, was Tim Groll zur Zeit nicht hat, weil sein Nebenjob in einem Freizeitpark mit den Corona-Beschränkungen eingestellt wurde. Deshalb blieb er im Dorf seiner Eltern in der Schwäbischen Alb.

Anfangs zogen viele zurück zu ihren Eltern

Als das Virus das gesellschaftliche Leben im März vergangenen Jahres lahmlegte, zogen viele junge Menschen aus ihren WG-Zimmern in den beengten Städten zurück zu ihren Eltern. Erstsemester, wie Tim Groll, zogen erst gar nicht aus. Wie soll man auch neue Freunde finden, wenn die Kurse am Bildschirm stattfinden, Bars, Konzerthallen und Sportvereine geschlossen sind?

Elena Susewind leitet die psychotherapeutische Beratungsstelle des Studentenwerk Würzburgs. Sie begleitete Studierende im ersten Corona-Jahr und weiß, welche und wie viele Probleme die Familien in dieser Zeit hatten. „Am Anfang der Pandemie dachte man, es wäre nur für kurze Zeit", erinnert sie sich. „Doch je länger die erwachsenen Kinder in ihren Kinderzimmern blieben, desto größer wurden die Konflikte." Dazu gehören Abhängigkeiten von Mutter und Vater; Helikoptereltern, die Entscheidungen und Verhalten ihrer Töchter und Söhne überwachen. Aber auch Eltern, die ihren Kindern Verantwortung überschreiben, die sie eigentlich nicht übernehmen sollten: die Stromrechnung zu bezahlen oder den Haushalt zu schmeißen.

Je weniger Distanz, desto mehr Konflikte

Konflikte zwischen Eltern und Kindern, die erwachsen werden, lösen sich von selbst oder werden zumindest abgemildert, wenn die Kinder ein eigenes Leben beginnen. Und das bedeutet Distanz von Mutter und Vater: Raus aus dem Elternhaus, ein eigenständiges Leben in einer anderen Stadt. Für junge Menschen ist diese Abgrenzung enorm wichtig. Schließlich ist es Teil des Erwachsenwerdens, sich von seiner Kindheit, von den zu engen Verhältnissen in der Familie zu distanzieren und für sich selbst zu bestimmen, was einem wichtig ist. Welche Freunde, man ins eigene Leben lässt, welche Ideale man verfolgen möchte.

Doch wer zu Hause wohnen bleibt oder wieder zurück zieht, fängt dieses eigene Leben gar nicht erst an oder gibt die Freiheiten auf, die er oder sie sich bis dahin aufgebaut hat. „Die jungen Erwachsenen fallen dann in alte Rollenmuster zurück und sind auch wieder finanziell abhängig von den Eltern", sagt Elena Susewind. Sie beobachtet nach einem Jahr Pandemie, dass viele die Belastungen in den Elternhäusern mittlerweile nicht mehr aushalten. Vor allem, wenn die Eltern im Homeoffice, die Geschwister im Homeschooling und sie selbst übers Internet studieren. Im Verlauf der Pandemie seien nun viele wieder ausgezogen.

Bloß nicht in alte Rollenmuster zurückfallen

Auch Tim Groll hat zwei kleine Geschwister, die von zu Hause am Schulunterricht teilnehmen. Doch er erzählt, dass die beiden und seine Eltern ihn so weit es geht unterstützen. „Bei wichtigen Vorlesungen, versuchen sie das Internet freizuhalten", sagt er. Und wenn der Professor mal überzieht, bekommt er das Essen aufs Zimmer gebracht. „Das sind eben die Vorteile, wenn man noch zu Hause lebt."

Die Belastungen sind gerade kaum auszuhalten

Alleine in Geislingen wäre Tim Groll vielleicht unabhängiger gewesen, aber eben auch einsamer. Als es im Winter besonders trist und langweilig war, als er sich auch mit seinen Freunden vor allem virtuell traf und kaum noch persönlich, waren seine Geschwister eine der wenigen Altersgenossen, die er überhaupt sah. „In meinen Vorlesungspausen habe ich manchmal meine Schwester mit einem Kissen beworfen oder sie kam in mein Zimmer, um mich zu nerven. Einfach für die Abwechslung und um zu zeigen, dass man füreinander da ist", sagt Tim Groll und lacht.

Zu Hause zu bleiben, hat auch seine Vorteile

Diesen Sommer will Tim Groll erstmal nicht ausziehen. Anstatt Wohnungen zu suchen, holt er in seiner Freizeit lieber das nach, was die letzten Monate viel zu kurz gekommen ist: Freunde tref-fen. Doch im nächsten Semester wird er wohl in seine Uni-Stadt ziehen. Denn dazu sei das Studium ja auch da, sagt er. Um zu beweisen, dass man es alleine packt.

Die Kraft, sich zu lösen. *Das alte Schüler-Ich zu verabschieden und sich auf Neues einzustellen, ist nicht immer leicht. Manchmal stehen auch die Eltern im Weg. Da hilft nur: ausbrechen und Abstand aufbauen.* *Foto: Getty Images*