

„Alte haben gewöhnlich vergessen,
dass sie jung gewesen sind ...
und Junge begreifen nie,
dass sie alt werden können.“
– Kurt Tucholsky –

GENERATIONS- ÜBERGREIFEND STARK

VORURTEILE ABBAUEN UND VONEINANDER LERNEN

MYTHEN

- Die junge Generation will möglichst wenig arbeiten.
- Die Generationen haben unterschiedliche Werte.
- Im Alter sinkt die Lernfähigkeit.

FAKTEN

- Einer großen Mehrheit der Beschäftigten (unabhängig von der Generation) ist eine gute Balance zwischen Arbeit und Freizeit wichtig.¹
- Umfragen zeigen, dass vielen Generationen die Werte Familie, Gesundheit und Freiheit am Herzen liegen.¹
- Gen Z arbeitet signifikant mehr als junge Leute zuvor.²
- Fluide Intelligenz – also wie schnell wir etwas begreifen – nimmt bereits ab 25 Jahren kontinuierlich ab.³

TIPPS*

- **Macht euch eure individuellen Stärken im Team bewusst:** Eure individuellen Fähigkeiten sind ein großer Vorteil!
- **Fördert Reverse Mentoring:** Bildet Tandems mit zwei Personen aus unterschiedlichen Generationen, lernt voneinander und sucht Gemeinsamkeiten.
- **Schafft gemeinsame Rituale:** Regelmäßige Teammeetings oder informelle Kaffeepausen stärken das Verständnis füreinander.
- **Feiert eure Unterschiedlichkeit:** Schafft Gelegenheiten, euch gegenseitig zu sagen, was ihr aneinander schätzt.

1956



Erste Ausgabe
der „BRAVO“

BOOMER
(1946–1964)

1970



Erstausstrahlung
des „Tatorts“

GEN X
(1965–1979)

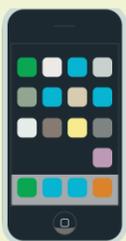
1982



Veröffentlichung des
Albums „Thriller“

MILLENNIALS
(1980–1994)

2007



Erstes iPhone

GEN Z
(1995–2010)

In Zusammenarbeit mit:

SHITSHOW
AGENTUR FÜR
PSYCHISCHE GESUNDHEIT

essity

BSN medical GmbH,
an Essity company
Schützenstraße 1–3
22761 Hamburg

* Quelle: SHITSHOW – Agentur für psychische Gesundheit GmbH

1. Schnetzer, S., Hampel, K., Hurrelmann, K., Schaeffer, D., Berens, E. M., Vogt, D. ... & Hurrelmann, K. (2023). „Jugend in Deutschland – Trendstudie 2023 mit Generationenvergleich.“ *JID23 - Trendstudie 2023*, 415–418.
2. Schulz, V. (2025). *Generation Z – noch ein Klischee weniger*. IAB-Forum. <https://www.iab-forum.de/generation-z-noch-ein-klischee-weniger/>
3. Scherrer, V., Breit, M. & Preckel, F. (2024). Crystallized Intelligence, Fluid Intelligence, and Need for Cognition: Their Longitudinal Relations in Adolescence. *Journal of Intelligence*, 12(11), 104.