



한독 청년 네트워크  
NETZWERK JUNGE GENERATION  
DEUTSCHLAND-KOREA

**STUDIENREISE 2026**

# Mind the Mind – Junge Perspektiven auf mentale Gesundheit in Korea und Deutschland

**Das Netzwerk Junge Generation Deutschland-Korea lädt sechs Korea-interessierte junge Erwachsene im Alter von 18 bis 26 Jahren zu dem Projekt “Mind the Mind: Junge Perspektiven auf mentale Gesundheit in Korea und Deutschland” ein. Bestandteil des Projekts sind eine Studienreise vom 11. bis 18. Oktober 2026, eine Publikation, ein Videoprojekt sowie eine Abschlussveranstaltung in der Botschaft der Republik Korea am letzten Novemberwochenende.**

**Die Bewerbungsfrist endet am 17. Mai 2026.**

Mentale Gesundheit gehört zu den zentralen gesellschaftlichen Herausforderungen unserer Zeit. Insbesondere junge Menschen stehen in vielen Ländern vor wachsenden Belastungen – etwa durch Leistungsdruck im Bildungssystem, hohe Erwartungen im Beruf, die permanente Präsenz digitaler Medien oder Unsicherheiten in einer sich schnell wandelnden Welt. Wie diese Belastungen wahrgenommen, thematisiert und bewältigt werden, ist jedoch stark vom jeweiligen gesellschaftlichen Kontext geprägt. Kulturelle Normen, soziale Erwartungen und institutionelle Unterstützungsstrukturen unterscheiden sich weltweit erheblich.

Gerade Südkorea zeigt, wie dynamisch gesellschaftliche Reaktionen auf mentale Belastungen junger Menschen ausfallen können. In den vergangenen Jahren sind



dort zahlreiche innovative Ansätze entstanden. Diese Entwicklungen machen Korea nicht nur zu einem besonders relevanten Untersuchungsfeld, sondern auch zu einem Ort, an dem sich gesellschaftlicher Wandel im Umgang mit mentaler Gesundheit besonders sichtbar beobachten lässt.

Vor diesem Hintergrund plant das Netzwerk Junge Generation Deutschland-Korea eine Studienreise nach Südkorea, die sich mit der Frage beschäftigt, wie unterschiedlich gesellschaftliche Rahmenbedingungen die mentale Gesundheit junger Menschen beeinflussen aber auch welche gesellschaftlichen Ressourcen, kulturellen Praktiken und institutionellen Innovationen dazu beitragen können, psychisches Wohlbefinden zu stärken.

### **Ziel des Projektes**

Wir wollen jungen Erwachsenen die Möglichkeit geben, sich vertieft mit mentaler Gesundheit im deutsch-koreanischen Vergleich auseinanderzusetzen und dabei sowohl wissenschaftliche als auch persönliche Perspektiven kennenzulernen. Langfristig soll das Projekt das Verständnis für unterschiedliche gesellschaftliche Rahmenbedingungen fördern und Impulse für einen sensibleren Umgang mit mentaler Gesundheit in beiden Ländern geben. Indem junge Menschen selbst zu Forschenden und Vermittlerinnen ihrer Erkenntnisse werden, entsteht ein Lernprozess, der über die Dauer der Reise hinaus Wirkung entfalten kann.

### **Aufbau des Projekts**

Die Studienreise bringt eine **Gruppe von fünf Teilnehmenden und einer/m Videograf/in im Alter bis 26 Jahre** nach Südkorea. Vor Ort setzen sie sich mit zentralen Aspekten der mentalen Gesundheit junger Menschen auseinander und untersuchen insbesondere folgende Themenfelder:

- Leistungsdruck und Zukunftserwartungen (Schule, Studium und Beruf)
- Digitale Lebenswelten und mentale Gesundheit (Digitaler Wandel und Soziale Medien)
- Lifestyle und mentale Gesundheit (Schlaf, Bewegung, Ernährung und körperliches Wohlbefinden)
- Unterstützungssysteme und Umgang mit psychischen Belastungen
- Soziale Beziehungen, Gemeinschaft und gesellschaftliche Erwartungen (Familie, Freunde, Hobbygruppen, religiöse Gruppen, etc.)

Jede teilnehmende Person wählt einen dieser Schwerpunkte und bearbeitet ihn eigenständig durch Gespräche, Interviews und Beobachtungen. Geplant sind unter anderem Begegnungen mit Studierenden und Forschenden an koreanischen Universitäten, Gespräche mit Organisationen aus dem Bereich der mentalen Gesundheit



한독 청년 네트워크  
NETZWERK JUNGE GENERATION  
DEUTSCHLAND-KOREA

sowie mit Einrichtungen, die innovative Präventions- und Unterstützungsangebote für junge Menschen entwickelt haben. Auf diese Weise entsteht ein vielschichtiges Bild der Lebensrealität junger Menschen in Südkorea, das zugleich einen Vergleich mit eigenen Erfahrungen in Deutschland ermöglicht.

Ein zentrales Anliegen des Projekts ist es, die gewonnenen Erkenntnisse nicht nur innerhalb der Reisegruppe zu reflektieren, sondern sie auch einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Deshalb umfasst das Projekt neben der Studienreise selbst mehrere Formate der Ergebnisvermittlung. Erstens entsteht eine **Publikation**, in der die Teilnehmenden ihre Erkenntnisse und Analysen zu den einzelnen Themenbereichen zusammenführen. Zweitens wird eine **Videoprojekt** produziert, die Eindrücke der Reise, Interviews und persönliche Perspektiven der Teilnehmenden zusammenführt und das Thema mentale Gesundheit für ein breiteres Publikum zugänglich macht. Drittens werden die Ergebnisse im Rahmen einer **öffentlichen Abschlussveranstaltung** vorgestellt und diskutiert.

Durch diese Kombination aus internationalem Austausch, eigenständiger Recherche und öffentlicher Präsentation trägt das Projekt dazu bei, das Bewusstsein für mentale Gesundheit zu stärken und neue Perspektiven auf gesellschaftliche Herausforderungen junger Menschen zu eröffnen. Gleichzeitig fördert die Studienreise den deutsch-koreanischen Dialog zwischen jungen Menschen und ermöglicht einen direkten interkulturellen Austausch über Erfahrungen, Erwartungen und Lösungsansätze.

### **Netzwerk Junge Generation Deutschland-Korea**

Das Netzwerk Junge Generation Deutschland-Korea ist ein durch das Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend gefördertes Projekt des Deutsch-Koreanischen Forum e.V.. Es beschäftigt sich das ganze Jahr über mit aktuellen gesellschaftlichen, politischen und kulturellen Fragen im deutsch-koreanischen Kontext.

Die Studienreise ist nur eines von vielen Projekten des Netzwerks. Wir laden herzlich dazu ein, unsere Aktivitäten auf unserer [Webseite](#) oder über unsere [Social-Media-Kanäle](#) zu verfolgen – und vielleicht selbst Teil unseres Netzwerks zu werden.



### **Rückblick Studienreise 2025**

Video: ["Generationengerechtigkeit im Zeitalter des Demografischen Wandels"](#)

Publikation: [Link](#)

Erfahrungsbericht: [Link](#)

# Rahmenbedingungen:

## Reisezeitraum:

Studienreise - voraussichtlich 11. bis 18. Oktober 2026

Abschlussevent in Berlin - 27. November 2026

## Grundbausteine des Projektes:

Die Studienreise nach Südkorea ist Teil eines größeren Projektes, das zusätzlich eine Videoprojekt, eine Publikation und eine öffentliche Veranstaltung samt Studienkonferenz in Berlin umfasst. Auf der öffentlichen Veranstaltung wird von den Teilnehmenden erwartet, dass sie:

- ihr Videoprojekt,
- ihre Publikation und
- ihre Erfahrungen präsentieren.

## Unser Angebot:

Die Flugkosten für die Reise werden gemäß der Reisekostenpauschale für Flüge ins nicht-europäische Ausland übernommen. Mehrkosten für den Flug müssen ggf. selbst getragen werden. Unterkunft und Grundverpflegung (Mittag- & Abendessen) im Rahmen des Programms werden von den Veranstaltern gedeckt. Die Reise wird organisatorisch von dem Projektbüro des Netzwerks Junge Generation Deutschland-Korea vorbereitet und begleitet. Ausgewählte Teilnehmende verpflichten sich zu einer aktiven Beteiligung im Gesamtprojekt.

## Teilnahmebedingungen:

- Bewerbende müssen zum Zeitpunkt der Reise volljährig und nicht älter als 26 Jahre alt sein.
- Gültige Reisedokumente (möglichst bis zu sechs Monate über den Reisezeitraum hinaus) müssen vorhanden sein.
- Fähigkeiten und Bereitschaft zu Austausch und Diskussionen auf Englisch werden vorausgesetzt. Koreanisch- Kenntnisse sind von Vorteil.
- Gesellschaftliches Engagement, Erfahrungen im Bereich "Mentaler Gesundheit" sowie Koreabezug sind erwünscht.
- Für das Videoprojekt suchen wir zudem eine Person aus dem Bereich der Video-Produktion mit Erfahrungen in den Sozialen Medien (bitte Links zu Arbeitsproben nicht vergessen).

## Dokumente für die Bewerbung:

- Bewerbungsformular für junge ExpertInnen: <https://forms.gle/ThjzcVJJCu47KQzQ9>
- Bewerbungsformular für junge VideografInnen: <https://forms.gle/qgQaY9kK5GLLmfmZ6>
- Lebenslauf (maximal zwei Seiten)
- Motivationsschreiben (maximal eine Seite)

**Bewerbungsschluss: 17. Mai 2026**

## Kontakt Email-Adresse:

info@netzwerk-junge-generation.de

AnsprechpartnerInnen:

- Viviane Brockel
- Johannes Klaus



한독 청년 네트워크  
NETZWERK JUNGE GENERATION  
DEUTSCHLAND-KOREA



한독 포럼  
DEUTSCH-KOREANISCHES FORUM

gefördert vom



Bundesministerium  
für Bildung, Familie, Senioren,  
Frauen und Jugend