

# JUGEND IN DEUTSCHLAND

EINE SONDERAUS-  
WERTUNG FÜR DAS  
ZUKUNFTSPAKET FÜR  
BEWEGUNG, KULTUR UND  
GESUNDHEIT

NOVEMBER  
2022



EINE VERÖFFENTLICHUNG  
VON SIMON SCHNETZER  
UND KLAUS HURRELMANN

# INHALT

---

1. EXECUTIVE SUMMARY	3
2. METHODIK DER STUDIE(N)	4
3. AUSWIRKUNGEN DER CORONA-PANDEMIE: CORONA GEHT, KRISENMODUS BLEIBT	5
4. PSYCHISCHE BELASTUNG: DIE LAGE SPITZT SICH ZU	7
5. PSYCHISCHE UNTERSTÜTZUNG: VIELE SIND IN BEHANDLUNG	10
6. SINN IM LEBEN: ERFOLGE FEIERN UND SINN WIEDERENTDECKEN	13
7. WERTE DER JUGEND: GESUNDHEIT UND VERTRAUEN	15
8. BETEILIGUNG: ENGAGIERTE JUGEND FÜR GESELLSCHAFT UND POLITIK	18
9. BEWEGUNG: GROSSER NACHHOLBEDARF IN DEUTSCHLAND	21
10. ÜBER DIE AUTOREN	22
11. LITERATURVERZEICHNIS	23
12. QUELLENVERWEIS / COPYRIGHT	24

**DIESEN TEXT ZITIEREN:**

**Schnetzer Simon, Hurrelmann Klaus (2022):** Jugend in Deutschland – Eine Sonderauswertung für das Zukunftspaket für Bewegung, Kultur und Gesundheit, Datajockey Verlag, Kempten.

## 1. EXECUTIVE SUMMARY

---

Im Herbst 2022 beobachten wir, dass die Corona-Pandemie deutlich ihren Schrecken verliert. Doch der Krisenmodus bleibt, und einige Probleme der Jugend verschärfen sich, die eine Lösung der Pandemie-Probleme durch Beteiligung erschweren. Wir fassen auf der Grundlage unserer aktuellen Trendstudien „Jugend in Deutschland“ (Winter 2022/23, Sommer 2022, Winter 2021/22) und „Junge Deutsche 2021“ sechs zentrale Punkte zusammen:

1) Die **psychische Belastung** der jungen Generation ist seit Ausbruch der Pandemie im Herbst 2022 etwas rückläufig, doch für einige verschlimmert sich die Lage in dramatischer Weise. Hier besteht dringender Handlungs- und Unterstützungsbedarf.

2) **Beteiligungsmöglichkeiten** für Jugendliche gibt es grundsätzlich viele, doch ihnen fehlt in der Regel die Wirksamkeit und das Gefühl, dass die Bedürfnisse der Jungen wirklich eine Rolle spielen - egal ob auf lokaler oder nationaler Ebene.

3) Im **Umgang mit Krisen** erwarten junge Menschen, dass sie nicht nur Opfer der Krise und Ausbadende von Maßnahmen sind, sondern sie wollen Veränderung aktiv gestalten. Das Mitgestalten von Lösungen ist auch eine wichtige Voraussetzung, um jungen Menschen wieder Vertrauen in die Zukunft zu geben.

(4) Fast 50 Prozent der jungen Menschen engagieren sich bereits und fordern **mehr Selbstwirksamkeit für Engagement**. Nach der durch die Pandemie bedingten Pause für viele Engagement-Aktivitäten ist es besonders wichtig, die Bedürfnisse der Jugendlichen ernst zu nehmen, um sie wieder für Engagement zu begeistern.

5) Die **finanziell prekäre Lage** von vielen Jugendlichen stellt eine Herausforderung für Engagement dar, weil sich für viele die Frage stellt, ob sie es sich leisten können, Zeit in Engagement und Beteiligung zu investieren. Häufig stellen Jugendliche sich die Frage, ob das Engagement einen unmittelbaren persönlichen oder finanziellen Mehrwert verspricht.

6) Trotz all der Hürden für Engagement ist **Beteiligung der vielversprechendste Weg**, um jungen Menschen wieder Vertrauen in die Zukunft zu geben und sie für Leistung zu motivieren. Für die Politik geht es auch darum, Vertrauen in die Politik und in die Demokratie wieder zu stärken.

Damit die Beteiligung junger Menschen funktionieren kann, müssen Entscheider:innen Verantwortung abgeben und Veränderung zulassen. Diesen Mut wünschen wir den Entscheidungsträger:innen in Politik und Bildung, Wirtschaft und Gesellschaft.

## 2. METHODIK DER STUDIE(N)

---

Die Daten dieser Studie basieren auf den Trendstudien Jugend in Deutschland, die seit dem Jahr 2020 im halbjährlichen Turnus durchgeführt wird. Das Ziel dieser Studien ist es, politische Entscheidungen und Prioritäten gemeinsam mit jungen Menschen zu erforschen, um die Lebens- und Arbeitswelten von morgen aktiv, durch Beteiligung und wissenschaftlich fundiert zu gestalten. Die Trendstudien werden von dem **Jugendforscher und Studienautor Simon Schnetzer** in Kooperation mit dem **Jugend- und Bildungsforscher Prof. Dr. Dr. h.c. Klaus Hurrelmann** als wissenschaftlicher Berater und Co-Autor und unter **Mitarbeit von Kilian Hampel** veröffentlicht.

Die Trendforschungs- und Beteiligungsformate Jugend in Deutschland werden von dem Jugendforscher Simon Schnetzer als Geschäftsführer geleitet. Beratung für die inhaltliche und methodische Entwicklung des Fragebogens erfolgte durch Klaus Hurrelmann (Hertie School, Berlin). Die Quoten für die Repräsentativität der Studie wurden vom Institut für Demoskopie Allensbach erstellt. Die Teilnehmer:innen für die **quantitative Datenerhebung** wurden über die Bilendi & respondi Online-Access-Panels rekrutiert.

Die Studie basiert auf einer **repräsentativen Online-Befragung**. In die Befragung der Winter-Studie 2022/23 gehen insgesamt Aussagen von 1.027 Personen im Alter von 14 bis 29 Jahren ein. Die Stichprobe wurde so zusammengestellt, dass sie der soziodemografischen Altersstruktur der deutschsprachigen Gesamtbevölkerung in Deutschland im Alter von 14 bis 29 Jahren entspricht. Der **Erhebungszeitraum der aktuellen Befragung** erstreckte sich vom 4. bis zum 21. Oktober 2022.

Den Jugendlichen und jungen Erwachsenen werden Fragen vorgelegt, bei denen es mehrere Antwortmöglichkeiten gibt. Daneben werden auch offene Fragen gestellt, die eine freie Beantwortung im Textformat ermöglichen. Die Auswertung der Daten erfolgt mit MS-Excel und dem **Online-Befragungstool** SurveyMonkey, um Thesen zu überprüfen, Trends zu identifizieren und Ergebnisse zu visualisieren. **Verantwortlich für die Datenauswertung** und Überprüfung der Datenqualität ist Simon Schnetzer.

Verantwortlich für die **Gestaltung der Studie und Datenvisualisierung** ist Andrea Riedel und für die **redaktionelle Unterstützung** Ulrike Propach.

Das Trendforschungs- und Beteiligungsformat Jugend in Deutschland wird privat durch Simon Schnetzer finanziert. **Auftraggeber der Studie** ist Simon Schnetzer.

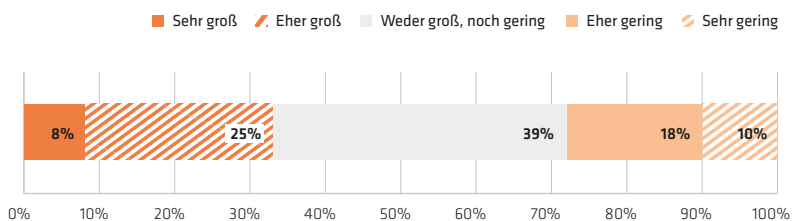
### 3. AUSWIRKUNGEN DER CORONA-PANDEMIE: CORONA GEHT, KRISENMODUS BLEIBT

Als wir im Herbst 2020 die Serie der Trendstudien begonnen haben, hatten die Auswirkungen der Corona-Pandemie einen massiven Effekt auf alle Bereiche der Lebens-, Bildungs- und Arbeitswelt junger Menschen, insbesondere durch die Einschränkungen der sozialen Kontakte, die Unterbrechungen von Bildungs- und Berufslaufbahnen sowie durch den erheblichen Einfluss auf die psychische Gesundheit.

Im Mai 2022 gab fast die Hälfte der Befragten an, dass sie wegen der Corona-Einschränkungen eine Verschlechterung ihrer psychischen Gesundheit in Kauf nehmen müssen. Über 40% klagten darüber, das eigene Leben nicht mehr kontrollieren zu können, und jeweils ein Drittel gab zu Protokoll, dass Lebensstandard und finanzielle Situation unter den Auswirkungen der Pandemie gelitten haben.

Die aktuelle Befragung zeigt ein entspannteres Bild. Die Pandemie scheint allmählich ihren Schrecken zu verlieren. Insgesamt sind es 33%, die aktuell von sehr großen oder eher großen Auswirkungen der Corona-Pandemie auf ihre Lebenssituation berichten. Demgegenüber geben 28% zu Protokoll, die Auswirkungen seien eher gering oder sehr gering. Die größte Gruppe der Befragten spürt **keine gravierenden Folgen** der Pandemie im Alltag mehr. Aus diesen Ergebnissen lässt sich schlussfolgern, dass die Pandemie ihren dominierenden Einfluss auf die Lebensgestaltung verloren hat.

#### Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die Lebenssituation



Copyright 2022, Trendstudie „Jugend in Deutschland - Winter 2022/23“ | N = 1.027, repräsentativ für 14- bis 29-Jährige in Deutschland

[Abbildung 1]

*Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die Lebenssituation  
Fragestellung: „Wie groß sind die Auswirkungen der Corona-Pandemie auf deine heutige Lebenssituation?“*

## VERÄNDERTE LEBENSPLANUNG:

---

Einige **Zitate** illustrieren, wie sich junge Menschen inzwischen aufgrund der Krisenerfahrungen mit ihrer Zukunft auseinandersetzen. Die Frage lautete: „Wie verändert sich deine Zukunftsplanung aufgrund der Krisenerfahrungen in den letzten zwei Jahren? (Klima, Krieg, Corona, Inflation)“.

## ZITATE

---

„Sehr **hohe psychische Belastungen** im Moment, daher erst einmal eine **Pause nach dem Abitur**, wegen Corona wahrscheinlich kein geplantes Auslandsjahr, wegen Klimawandel kein Reisen per Flug, wegen Krieg und Inflation **anderes Bewusstsein für Geldumgang**, musste Minijob annehmen.“  
(w, 17, NRW, Schülerin)

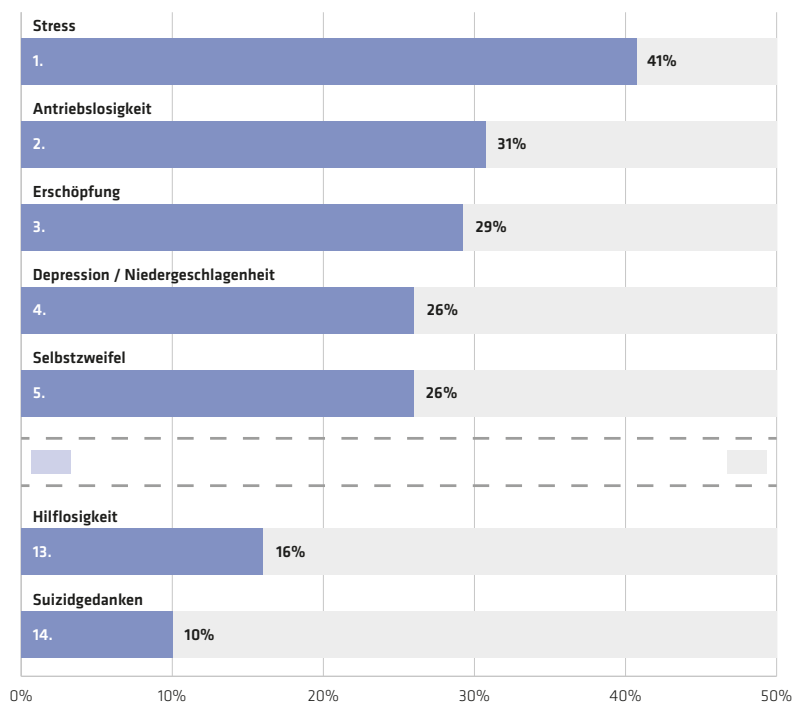
„Ich habe angefangen, im Studium zu arbeiten, um mir **Geld dazu zu verdienen**, da ich meine Eltern nicht so belasten möchte durch die steigenden Preise. Außerdem werde ich **Urlaubspläne anpassen** müssen bzw. ganz absagen, da ich es nicht verantworten kann wegen Corona.“  
(w, 20, Sachsen, Studierende)

„Manche Planungen werde ich überdenken müssen. Allerdings machen mich solche Krisenerfahrungen **auch stärker und gefestigt**.“  
(m, 26, NRW, Erwerbstätiger)

## 4. PSYCHISCHE BELASTUNG: DIE LAGE SPITZT SICH ZU

Die zurückliegenden Trendstudien („Jugend und Corona“ sowie „Jugend in Deutschland“) machten deutlich, wie stark die gegenwärtige krisenhafte Lebenslage die psychische Befindlichkeit der jungen Menschen bedrückt. Sie bestätigen damit die Erkenntnisse aus den COPSY-Längsschnittstudien (Ravens-Sieberer, 2022), wonach sich die Verbreitung von mentalen Störungen unter Jugendlichen während der lange andauernden Corona-Pandemie verdoppelt hat.

### Die häufigsten psychischen Belastungen junger Menschen



Copyright 2022, Trendstudie „Jugend in Deutschland - Winter 2022/23“ | N = 1.027, repräsentativ für 14- bis 29-Jährige in Deutschland

[Abbildung 2]

Die häufigsten psychischen Belastungen junger Menschen  
Fragestellung: „Erlebst du aktuell psychische Belastungen?“

Die großen psychischen Belastungen der jungen Generation in Deutschland sind, wie schon vor einem halben Jahr, **Stress** (41%), **Antriebslosigkeit** (31%), **Erschöpfung** (29%), **Depression / Niedergeschlagenheit** und **Selbstzweifel** (mit jeweils 26%). Die aktuelle Studie zeigt in einigen der Werte eine leichte Entspannung der Lage gegenüber der vorigen Befragung vor sechs Monaten. Die Werte für Langeweile (-7%), Stress und Antriebslosigkeit (jeweils -4%) sind gegenüber der im Mai 2022 veröffentlichten Befragung moderat gesunken. Der Anteil der jungen Menschen, die lernt, ohne psychische Belastungen mit dem „Dauerkrisenmodus“ umzugehen, hat sich demnach leicht vergrößert, weil eine gewisse Routine im Umgang mit Ausnahmesituationen eingetreten ist und sich Widerstandskräfte („Resilienz“) gebildet haben.

Bei einer anderen Gruppe aber sind aus demselben Grund einer anhaltenden Dauerbelastung die Kräfte der psychischen Abwehr verbraucht und die Risikofaktoren mehren sich. Wie aus der Abbildung ersichtlich, beobachten wir bei ernsthaften Belastungen von Jugendlichen, wie dem **Gefühl von Hilflosigkeit (16%)** oder **Suizidgedanken (10%)**, eine sehr ernst zu nehmende Lage, die sich gegenüber der Trendstudie Sommer 2022 sogar noch um jeweils drei Prozentpunkte gesteigert hat. Wir werten das als ein dringendes Warnsignal, das die Erkenntnisse der COPSY-Studie bestätigt, wonach inzwischen über 10% der jungen Bevölkerung psychisch behandlungsbedürftig sind. Eine immer größer werdende Gruppe von jungen Menschen ist also offensichtlich dem dauerhaften Druck der gesellschaftlichen und persönlichen Krisen-Einflüsse nicht mehr gewachsen.

Psychische Belastungen werden je nach Geschlecht unterschiedlich erlebt. So berichten 31% der jungen Frauen von Depressionen und Niedergeschlagenheit, bei Männern sind es 20%. Auch bei Angstzuständen, Antriebslosigkeit und Gereiztheit zeigt sich ein deutlicher Unterschied in die gleiche Richtung. Bei Suizidgedanken und Hilflosigkeit sind die Werte zwischen den beiden Geschlechtern in etwa gleich verteilt.

## ZITATE

*Leider treffen alle der genannten Beschwerden auf mich zu.  
Ich bringe dies mit der **Depression** in Zusammenhang.  
Momentan werden wir alle zusätzlich noch von schweren  
Krisen und Konflikten geprägt, was viele von uns  
in **Zukunftsängste** versetzt.*  
(m, 18, Niedersachsen, Schüler)

*Aktuell passt es, einige **Belastungen treten aber phasenweise** auf.*  
(m, 24, Bayern, Studierender)

*Hab **kein Bock auf mein Leben**.*  
(w, 16, Brandenburg, Schülerin)



***Borderline, Essstörungen, soziale Phobie.***

(w, 16, Bayern, Schülerin)

***Bin aktuell in therapeutischer Behandlung.***

(m, 15, Hessen, Schüler)

## FAZIT

---

Die Situation ist ernst. Einerseits gilt es präventiv diejenigen zu schützen, denen es aktuell (noch) gut geht. Es wird also höchste Zeit, junge Menschen schon in Schule, Ausbildung und Co. darauf vorzubereiten, besser mit Stress und Krisen umzugehen. Resilienz und Achtsamkeit sollten stärker Einzug in Unterricht und die pädagogische Ausbildung halten. Zudem gilt es mit konkreten Behandlungs- und Unterstützungsangeboten denen zu helfen, denen es aktuell schlecht geht. Dafür erforderliche Mittel könnten auch von der Wirtschaft kommen, die froh sind um mehr leistungsfähige Jugendliche in Zeiten von demografischem Wandel und Fachkräftemangel.

## 5. PSYCHISCHE UNTERSTÜTZUNG: VIELE SIND IN BEHANDLUNG

Wie gehen junge Menschen mit psychischen Belastungen um? In psychische Behandlung bei **Ärzt:innen oder Therapeut:innen** haben sich insgesamt nach eigenen Angaben 17% begeben, fast ebenso viele konzentrieren sich auf **Yoga, Meditation und andere Achtsamkeitsübungen** für ihr inneres Gleichgewicht. Online-Angebote (5%) finden insgesamt ebenfalls eine spürbare Unterstützung. Demgegenüber fallen die **schulischen Beratungsangebote** (7% gesamt und 8% unter Schüler:innen) etwas ab, besonders auffällig ist die sehr geringe Annahme von **kirchlicher Seelsorge** (3%). Viele versuchen, sich durch Eigenaktivität zu stabilisieren, wie dieses Zitat zeigt:

*„Ich habe angefangen, Tagebuch zu schreiben und dabei immer mindestens zwei positive Sachen aufgeschrieben, die ich am Tag erlebt habe. **Man schafft viel mehr, als man eigentlich glaubt, und man erlebt sehr viele schöne kleine Dinge, wenn man darauf achtet**“.*

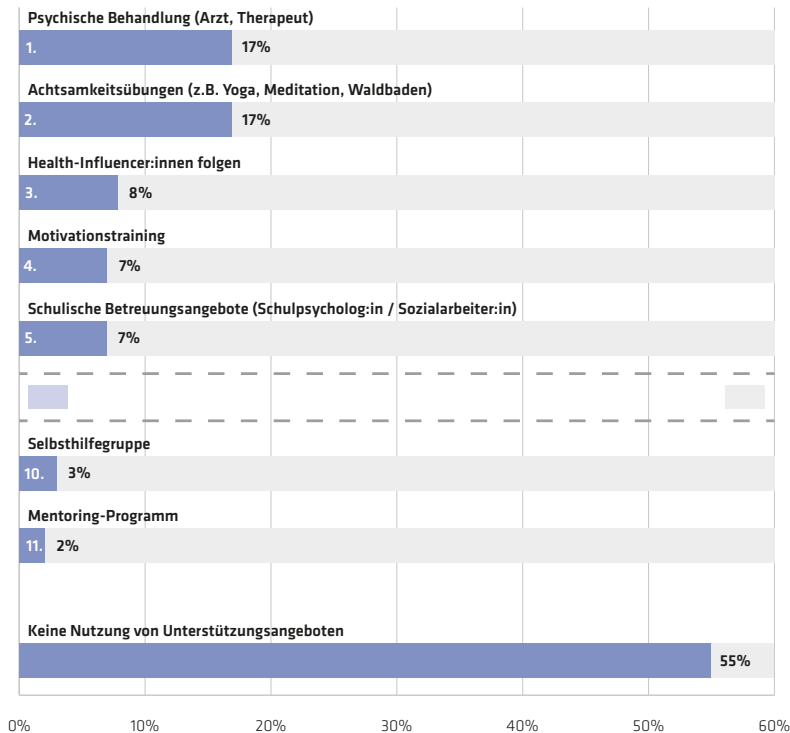
(w, 23, Bayern)

Bei der Frage nach konkreten Ideen, um **psychische Unterstützungsangebote** zu verbessern, kommen eine ganze Reihe von interessanten Anregungen. Auffällig sind viele Nennungen, die sich auf Angebote im schulischen Raum beziehen. Hier scheint es (Nachhol-) Bedarf zu geben. Viele plädieren auch für ein größeres Ausmaß von Information und Aufklärung darüber, dass es ganz normal ist, sich Hilfe bei psychischen Problemen zu holen und eine Stigmatisierung zu vermeiden ist.

Grundsätzlich lässt sich erkennen, dass ein offenes Gespräch über psychische Belastungen und Störungen in der jungen Generation nicht mehr an die gleichen Tabugrenzen stößt wie in den älteren Generationen. Die jungen Menschen sind sich ihrer psychischen Belastungen bewusst und reden offen darüber.

Wir haben die Teilnehmer:innen der Trendstudie um Empfehlungen gebeten, wie psychische Unterstützungsangebote für Jugendliche verbessert werden können. Ganz zentral erscheint jungen Menschen, dass die psychische Gesundheit mehr Raum sowie Unterstützungsangebote in Schule und Unterricht bekommt. Zudem sollte mehr für die Bekanntheit und niederschwellige Verfügbarkeit von Angeboten getan werden.

## Die Nutzung von Unterstützungsangeboten für die psychische Gesundheit



Copyright 2022, Trendstudie "Jugend in Deutschland - Sommer 2022" N = 1.021 | repräsentativ für 14- bis 29-Jährige in Deutschland

[Abbildung 3]

*Die Nutzung von Unterstützungsangeboten für die psychische Gesundheit  
Fragestellung: "Welche dieser Unterstützungsangebote für deine  
psychische Gesundheit hast du bereits genutzt / angewendet?"*

## ZITATE

*Die **Zugänglichkeit von Angeboten** generell verbessern und die Schwelle senken, Angebote in Anspruch zu nehmen. Dazu gehört auch mehr **Aufklärung über psychische Krankheiten und Leiden schon in der Schule**“.*

(m, 25, Thüringen)

***Einfacher zugängliche Therapeuten** und Beratungen, ohne dass die Eltern informiert werden müssen.*

(divers, 15, Hessen)

Mehr **jüngere Menschen engagieren** mit den gleichen Problemen.  
(m, 17, Hessen)

**Angebote den Jugendlichen präsent** machen, z.B. durch  
Werbung in sozialen Medien oder durch Plakate in Schulen.  
(m, 17, Berlin)

Ausbau der Möglichkeiten so dass man **keine monatelangen**  
**Warteschlangen** mehr hat und **bessere Aufklärung**.  
(m, 21, NRW)

**Enttabuisierung des Themas!** Keine Nachteile z.B. bei  
Abschluss einer Berufsunfähigkeitsversicherung wegen  
Therapie, keine Probleme für die Verbeamtung etc.  
(w, 26, NRW)

## FAZIT

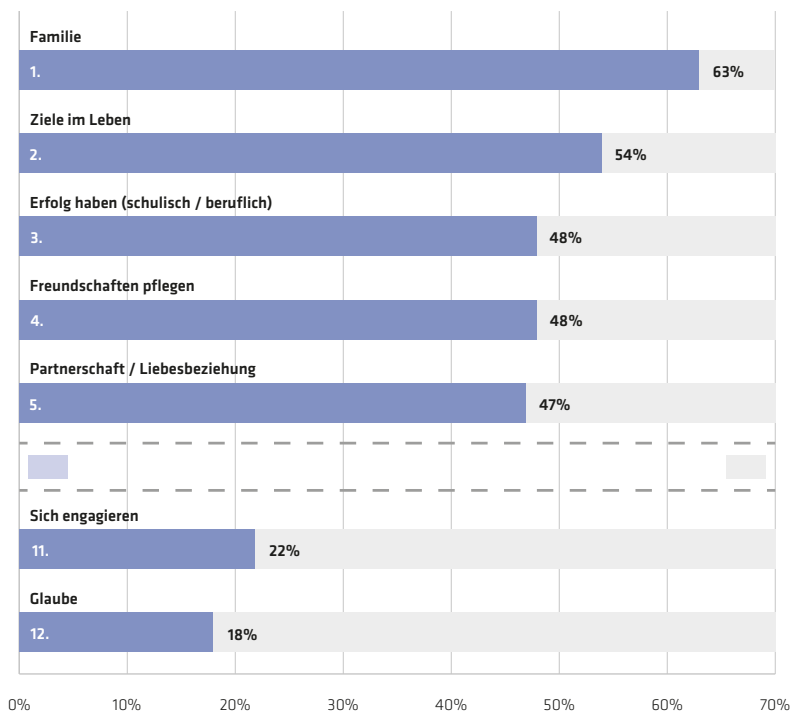
---

Unsere Trendstudien zeigen, wie sehr sich die psychische Gesundheit in der jungen Generation seit Beginn der Corona-Pandemie verschlechtert hat. Die genauere Analyse zeigt: Es herrscht allgemein ein Gefühl, durch die Lebensanforderungen überwältigt zu sein. Die Vermutung liegt nahe, dass die Kapazitäten zur Lebensbewältigung in der jungen Generation stark strapaziert sind aufgrund der komplexen Lebenssituation mit dichter Folge von Krisenereignissen und Einschränkungen in der Lebensführung. Viele wünschen sich wohl deshalb mehr psychische Unterstützung und professionelle Hilfe. Wir sehen hier dringenden Handlungsbedarf für Bildungseinrichtungen und Arbeitgeber, niedrigschwellig entsprechende Angebote bereitzustellen.

## 6. SINN IM LEBEN: ERFOLGE FEIERN UND SINN WIEDERENTDECKEN

Wir haben 14- bis 29-Jährige gefragt, was sie in ihrem Leben als sinnstiftend erfahren. Dabei wurden Möglichkeiten aus drei unterschiedlichen Perspektiven angeboten: Einmal die **Beziehungen zu anderen Personen** (meine Familie, Freundschaften pflegen, Partnerschaft/Liebesbeziehung, Gemeinschaft erleben), zum Zweiten **eigene Aktivitäten** (anderen Menschen helfen, gebraucht werden, Wertschätzung von anderen, etwas erschaffen, sich engagieren) und zum Dritten eine **innere Orientierung** (Ziele im Leben, Glaube).

### Was jungen Menschen Sinn gibt im Leben



Copyright 2022, Trendstudie "Jugend in Deutschland - Sommer 2022" | N = 1.021, repräsentativ für 14- bis 29-Jährige in Deutschland

[Abbildung 4]

Was jungen Menschen Sinn gibt im Leben  
Fragestellung: "Was gibt dir Sinn im Leben?"

Bei den Antworten fällt auf, dass alle drei sinnstiftenden Bereiche an der Spitze des Sinn-Rankings vertreten sind: **Meine Familie** (63%), **Ziele im Leben** (54%) und **Erfolg haben (schulisch / beruflich)** (48%). Die eigene Familie steht mit Abstand an erster Stelle. Betrachten wir die gesamte Liste, zeigt sich, dass die Anlehnung an andere Personen einen besonders hohen Stellenwert hat. An Stelle vier und fünf der Liste stehen **Freundschaften pflegen** (mit ebenfalls 48%) und eine **Partnerschaft / Liebesbeziehung** (47%). Auch die Wertschätzung von anderen und das Erleben einer Gemeinschaft spielen eine große Rolle. Hier wird deutlich, wie sehr die jungen Menschen darauf ausgerichtet sind, sich sozial zu integrieren und eingebunden zu fühlen. Am unteren Ende der abgefragten Skala rangieren etwas abgeschlagen die Aspekte **Engagement** (22%) und **Glaube** (18%). Die innere Orientierung wird also viel stärker durch das eigene Setzen von Zielen als durch eine, meist an einer Gemeinschaft orientierten, Glaubensorientierung geprägt.

## RELEVANTE UNTERSCHIEDE

---

- » Der Unterschied in Sinn-Fragen zwischen **jungen Christ:innen** und **jungen Muslim:innen** ist in manchen Aspekten erheblich: junge Muslim:innen ziehen deutlich häufiger Sinn aus ihrem Glauben (M = 52%, C = 25%), wohingegen junge Christ:innen mehr Sinn daraus ziehen, gebraucht zu werden (M = 24%, C = 40%) oder aus einer Partnerschaft / Liebesbeziehung (M = 30%, C = 49%).
- » Bei **jungen Frauen** ist die Sinnstiftung durch Beziehungen zu anderen (Familie, Freund:innen etc.) etwas stärker ausgeprägt als bei **jungen Männern**.

## FAZIT:

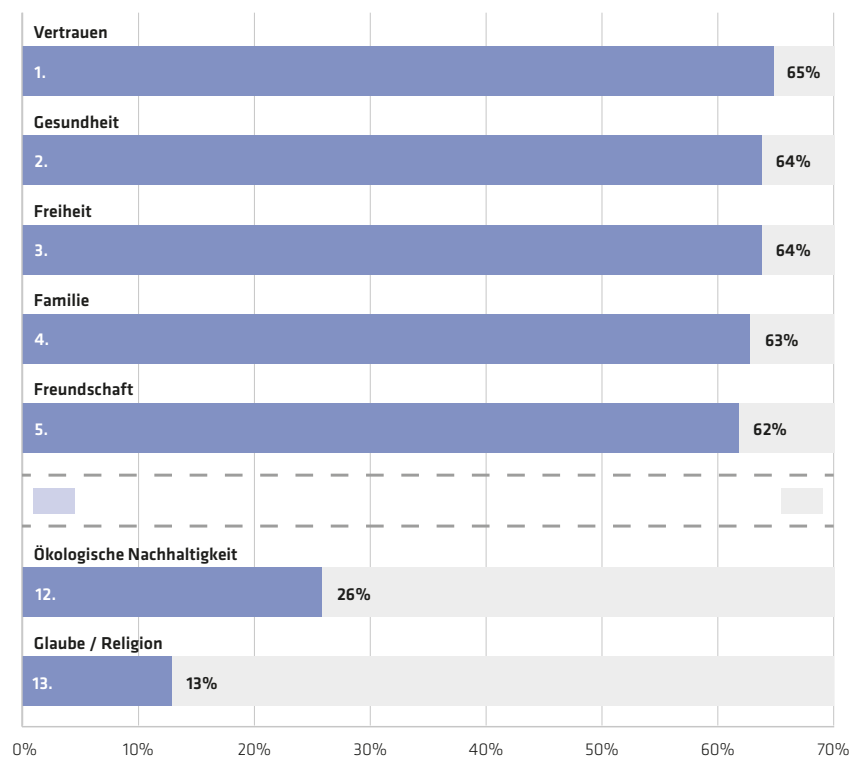
---

Um junge Menschen nach der psychisch schwierigen Zeit der Corona-Pandemie wieder aufzubauen, ist das Thema Sinn wegweisend. Es zeigt sich, wie unterschiedlich Sinnstiftung von Jugendlichen erlebt wird und wo neben der Familie der größte Hebel ist: im Erleben von Gemeinschaft und im Erreichen von Zielen. An genau der Stelle können Eltern, Lehrkräfte, Ausbilder:innen, Jugendleiter:innen, Führungskräfte und andere, die mit Jugendlichen arbeiten, konkret ansetzen. Es gilt Jugendlichen dabei zu helfen, sich SMARTe Ziele zu setzen, die spezifisch, messbar, attraktiv, realistisch und terminiert sind und Erfolge zu feiern.

## 7. WERTE DER JUGEND: GESUNDHEIT UND VERTRAUEN

Werte sind der innere Kompass, mit dem jüngere und ältere Menschen Entscheidungen treffen, ihr soziales Umfeld gestalten und ihr Handeln beurteilen. Die Werte-Einstellungen zählen für Trend- und Jugendforscher:innen zu den wichtigsten Indikatoren dafür, welche Themen in der Gesellschaft wichtig werden und woran beispielsweise politische oder unternehmerische Entscheidungen gemessen werden.

### Werte-Ranking der jungen Generation



Copyright 2021, Die Studie „Junge Deutsche 2021“ | N = 1.602, repräsentativ für 14- bis 39-Jährige in Deutschland

[Abbildung 5]

Werte-Ranking der jungen Generation  
Fragestellung: „Wie wichtig sind diese Werte für dich?“

## DIE WICHTIGSTEN WERTE DER JUGEND SIND GESUNDHEIT UND VERTRAUEN

---

Die fünf wichtigsten Werte der jungen Generation sind Gesundheit (65%), Vertrauen (64%), Familie (63%), Gerechtigkeit und Freiheit (jeweils 57%). **Gesundheit** ist damit erneut Spitzenreiter, doch was Gesundheit für junge Menschen bedeutet, hat sich in Zeiten einer Pandemie stark verschoben. Bisher stand Gesundheit neben der körperlichen und psychischen Gesundheit auch für einen gesunden Lifestyle beispielsweise mit Fitness, Yoga oder veganem Essen. Seit Covid-19 geht es bei Gesundheit mehr um gesundheitliche Risiken und psychische Gesundheit. Durch die Verbreitung des Corona-Virus ist Gesundheit zum Megathema im Alltag geworden, um sich und andere vor gesundheitlichen Gefahren zu schützen und die Ausbreitung des Virus einzudämmen. Zudem verschlechtert sich durch die Isolation und Spaßbefreiung des Miteinanders der psychische Zustand der Jungen.

Der zweite Spitzenwert ist ein Vorbote für eine Krise, die uns voraussichtlich noch viel länger beschäftigen wird, als das Corona-Virus: eine Vertrauenskrise. Auswirkungen der Corona-Pandemie wie Lockdown, zerstörte Zukunftspläne, soziale Distanz zu Freund:innen und Familie, Freizeit ohne Sport und Kultur stellen in beispiellosem Maß das **Vertrauen** der jungen Bevölkerung auf die Probe. Eine der wichtigsten Aufgaben zur Bewältigung der Corona-Krise wird es sein, Vertrauen wieder aufzubauen: in den Selbstwert, zwischen Menschen, in die Politik und in die Zukunft.

Dabei ist es wichtig das Handeln von Politiker:innen während der Corona-Pandemie einmal aus Sicht der Jugend zu betrachten. In der Zeit der Corona-Lockdowns wurden junge Menschen ohne Vorwarnung und Mitsprache in beispielloser Weise aus ihren alltäglichen Strukturen gerissen, ihrer sozialen Kontakte beraubt und sämtliche Ihrer Freiheitsrechte eingeschränkt. Die Politik hat hier in unglaublich hohem Maß Einfluss auf die Lebenssituation der Jugend genommen und somit das Vertrauensverhältnis stark strapaziert.

Als Schlusslichter des Werte-Rankings stehen drei Werte, die nachdenklich stimmen, weil **ökologische Nachhaltigkeit** trotz Klimawandel und Bewegungen wie "Fridays for Future" noch nicht wichtiger ist, weil **Glaube und Religion** als Werteschule der Gesellschaft immer mehr an Bedeutung verliert und weil der Stellenwert von **Leistung und Karriere** nicht besonders hoch ist, obwohl es zur Bewältigung der Krise besonders viel Leistungsbereitschaft bedarf. Erfreulich ist, dass der Wert **Miteinander und Solidarität** gegenüber der letzten Erhebung im Jahr 2019 erheblich an Bedeutung gewonnen hat.

### RELEVANTE UNTERSCHIEDE

---

- » Werte haben für **junge Frauen** einen höheren Stellenwert als für **junge Männer**, insbesondere die Werte Gesundheit, Familie, Miteinander / Solidarität, Gerechtigkeit und Respekt / Anerkennung.



- » In **Dörfern und ländlichen Gegenden** haben die Werte Familie und Miteinander / Solidarität einen höheren Stellenwert als in Städten (egal ob klein oder groß). Der Wert Leistung / Karriere ist in **Dörfern und ländlichen Gegenden** am geringsten und in **Mittelstädten** am stärksten ausgeprägt.

## FAZIT:

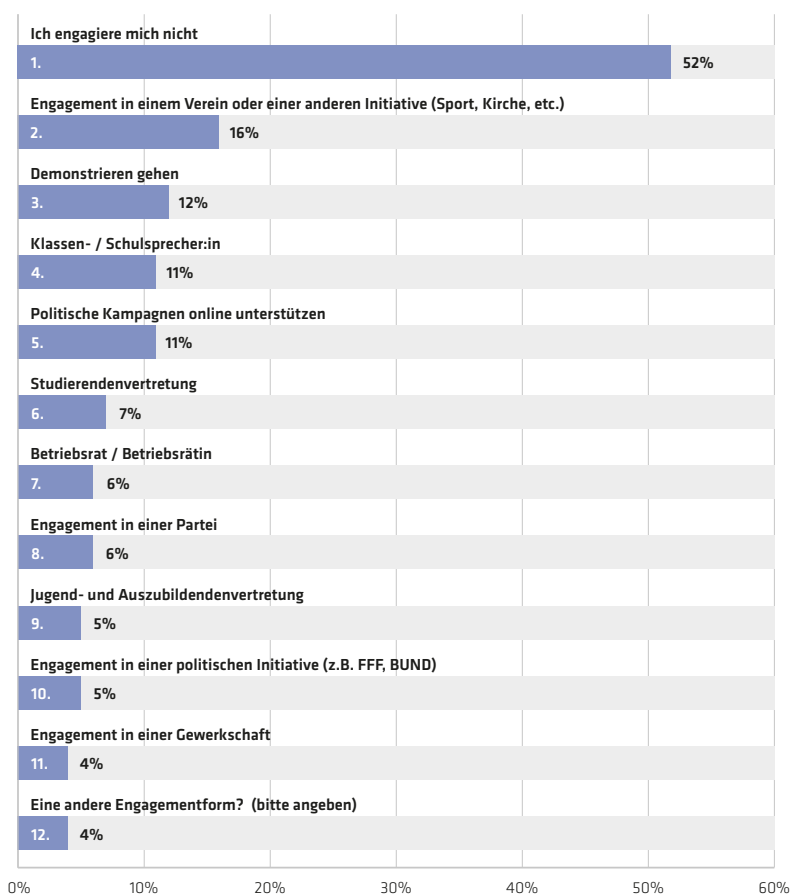
---

Der Top-Wert bleibt Gesundheit und an zweiter Stelle folgt Vertrauen, doch die Bedeutung der Werte hat sich durch die Pandemie verändert. Das Werte-Ranking zeigt, dass Deutschland die Bewältigung einer Vertrauenskrise in die Politik bevorstehen könnte, weil sich zunehmend der Blick auf die Zukunft verschlechtert. Die Erfahrungswerte aus zahlreichen Jugendprojekten zeigen, dass Beteiligung an Lösungsprozessen ein besonders wirkungsvoller Weg zu Zuversicht und Vertrauen ist. Der hohe Stellenwert von Vertrauen ist in dem Ranking klar ersichtlich.

## 8. BETEILIGUNG: ENGAGIERTE JUGEND FÜR GESELLSCHAFT UND POLITIK

Wie sieht es mit dem tatsächlichen gesellschaftlichen und politischen Engagement der jungen Leute aus? In welchem Maße und auf welchen Wegen sind sie bereit, sich für die Umsetzung der von ihnen für wichtig und dringlich erachteten Themen einzusetzen?

### Das gesellschaftlich-politische Engagement von 14- bis 29-Jährigen in Deutschland



Copyright 2021, Trendstudie „Jugend in Deutschland - Winter 2021/22“ | N = 1.014, repräsentativ für 14- bis 29-Jährige in Deutschland

[Abbildung 6]

Das gesellschaftlich-politische Engagement von 14- bis 29-Jährigen in Deutschland  
Fragestellung: "In welcher Weise engagierst du dich gesellschaftlich-politisch?"

Unsere Befragung zeigt: Eine knappe Mehrheit von 52% engagiert sich nicht gesellschaftlich-politisch. Dieser Wert sollte aber nicht falsch interpretiert werden. Er bedeutet nämlich, dass 48% sich in irgendeiner Weise gesellschaftlich oder politisch engagieren und einbringen. Die Übersicht zeigt, dass **Engagement in Vereinen oder anderen Initiativen** mit 16% die am weitesten verbreitete Engagement-Form ist. Gefolgt wird das Engagement im Verein von **Demonstrieren gehen** (12%), als Klassen- / Schulsprecher:in oder Studierendenvertretung (11% und 7%) und die Unterstützung politischer Kampagnen online (11%). Das **Engagement in einer Partei** ist mit 6% bemerkenswert hoch – es lag in den vergangenen Jahren deutlich niedriger (4% der 12- bis 25-Jährigen gaben dies in der Shell-Studie von 2019 an). Dieser hohe Wert für die Parteien ist ein Hoffnungszeichen, dass die große Zurückhaltung der jungen Generation gegenüber den institutionellen Formen der Beteiligung sich in den letzten Monaten abgebaut hat. Daran dürfte auch der sehr aktive Wahlkampf für die Bundestagswahlen 2021 mitgewirkt haben, den viele junge Leute vor allem über soziale Netzwerke verfolgt haben.

Bemerkenswert ist auch das Engagement von 5% der Befragten in einer **politischen Initiative**. Viele von ihnen dürften in der Bewegung Fridays for Future tätig sein. Im historischen Vergleich liegt dieser Wert von jungem Engagement sehr hoch, was erklärt, warum diese Bewegung eine so große Durchschlagskraft bewiesen hat.

Weitere wichtige Engagement-Bereiche sind der Arbeitsplatz und die betriebliche Ausbildung. 6% der Befragten engagieren sich als Betriebsrat / Betriebsrätin und 5% in der Jugend- und Ausbildungsververtretung. Auch dieser Wert liegt deutlich über dem Wert für Mitarbeit oder Mitgliedschaft in einer Gewerkschaft (3%) in der letzten Shell Jugendstudie und könnte eine Trendwende anzeigen.

## RELEVANTE UNTERSCHIEDE:

- » **Junge Männer** engagieren sich häufiger in der betrieblichen Interessensvertretung als junge Frauen (Betriebsrat: w = 3%, m = 9% und JAV: w = 3%, m = 8%) und in Parteien (w = 3%, m = 8%).
- » In **Großstädten** ist demonstrieren gehen wesentlich stärker verbreitet (17%) als in **Kleinstädten** (7%) oder im **ländlichen Raum** (6%). Das Engagement in einer Gewerkschaft ist in **Mittellstädten** (7%) am stärksten verbreitet.

## FAZIT:

Die Hälfte der jungen Menschen in Deutschland engagiert sich bereits und was sie in Interviews und Zukunftsgestalter:innen-Workshops immer wieder fordern, sind nicht noch mehr Engagement- oder Beteiligungsformen, sondern mehr Wirkung beziehungsweise Selbstwirksamkeit. Die Erwartungshaltung der Jungen an die Politik ist, dass die Stimme junger Menschen bei wirklich wichtigen

Entscheidungen und in relevanten Gremien vertreten ist. Relevanz bemisst sich in dem Fall daran, was Auswirkungen auf die Lebenssituation und Zukunft junger Menschen hat, wie zum Beispiel die digitale Schulentwicklung in Zeiten von Lockdowns.

## 9. BEWEGUNG: GROSSER NACHHOLBEDARF IN DEUTSCHLAND

---

Wie steht es um die Bewegung von Kindern und Jugendlichen in Deutschland? Seit 2018 erstellt das Netzwerk Active Healthy Kids Germany (AHKG) das deutsche Bewegungszeugnis. Dieser Beitrag basiert auf der Aufbereitung der Ergebnisse für das Jahr 2022 durch die Technische Universität München (TUM). Für das aktuelle Bewegungs-Zeugnis 2022 wurden wissenschaftliche Studien, nationale Erhebungen sowie Berichte von Regierungs- und Nichtregierungsorganisationen ausgewertet, um das **Bewegungs- und Sitzverhalten von Kindern und Jugendlichen** anhand von neun Kategorien mit einem Schulnotensystem zu beurteilen. In der aktuellen Studie wurden auch die Auswirkungen der Corona-Pandemie mit in die Auswertung aufgenommen.

Deutschland bekommt lediglich die Note 4- in der Kategorie „Körperliche Aktivität“. Nur rund ein Drittel der Kinder erreicht die Bewegungsempfehlung der Weltgesundheitsorganisation WHO. Jungen bewegen sich dabei tendenziell etwas mehr als Mädchen. Kinder und Jugendliche in anderen Staaten sind teils deutlich aktiver. Die besten Werte weltweit erzielen Slowenien und Finnland, gefolgt von Japan, Südafrika und den USA.

Studienleiterin Prof. Yolanda Demetriou, Inhaberin der Professur für Sport- und Gesundheitspädagogik an der TUM, bilanziert: „Im Vergleich zum ersten Bewegungs-Zeugnis 2018 hat die Corona-Pandemie die Situation sogar noch verschärft. Wir müssen mehr tun, damit sich unsere Kinder und Jugendlichen mehr bewegen! Wenn sich Mädchen und Jungen als Kinder zu wenig bewegen, besteht ein hohes Risiko, dass sie dies auch als Erwachsene tun. Das wiederum begünstigt die Entstehung von Zivilisationskrankheiten wie Adipositas, Herzinfarkt oder Schlaganfall. In Deutschland ist körperliche Inaktivität die fünfthäufigste Todesursache.“

Co-Studienleiterin Prof. Anne Reimers von der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg fordert: „In Deutschland müssen Kinder und Jugendliche animiert und unterstützt werden, Freude an Bewegung zu entwickeln, ganz nach unserem Motto ‚Nicht sitzen bleiben – komm in Bewegung! Aber auch das Umfeld von Kindern und Jugendlichen sollte noch bewegungsfreundlicher gestaltet werden.“

### FAZIT

---

Um auch die Lebenswelten noch bewegungsförderlicher zu gestalten, empfehlen die Studienleiter:innen der 57 teilnehmenden Länder unter anderem die Verbesserung der Möglichkeiten, sich in der Schule körperlich zu betätigen, sowie die Erhöhung der Anzahl der wöchentlichen Schulsportstunden. Weiterhin sollte der Zugang zu öffentlichen Räumen, Grünflächen, Spielplätzen oder Sportanlagen ausgebaut werden.

## 10. ÜBER DIE AUTOREN

---

### SIMON SCHNETZER

---



**Simon Schnetzer** wurde 1979 in Kempten im Allgäu geboren und studierte in Konstanz und Santander (Spanien). Der Diplom-Volkswirt arbeitete für die Vereinten Nationen in Genf und London, sowie in der Entwicklungszusammenarbeit in Berlin und Nairobi. Im Jahr 2009 hat er seinen „Traumjob“ als UNO-Nachhaltigkeitsbeauftragter für Kakao an den Nagel gehängt.

Inzwischen ist er Autor der Studien Jugend in Deutschland, Junge Österreicher:innen und Junge Schweizer:innen. Er reist seit vielen Jahren mit dem Fahrrad und Zukunftsgestalter-Workshops durch die Lande, um junge Menschen zu beteiligen und mit Arbeitgebern die Arbeitswelt von morgen zu gestalten. Mit Innovationsformaten wie „Die Zukunftsgestalter:innen“ und dem Online-Coaching für Arbeitgeber zu Mitarbeiterbindung zeigt er Wege für mehr Beteiligung, Spaß und Generationenmiteinander bei der Arbeit auf. In seiner Heimat Kempten im Allgäu betreibt er die preisgekrönte Gründervilla – Coworkingspace und Innovationsnetzwerk – als Ort für Menschen mit Ideen und Tatendrang.

Weitere Informationen und Kontakt:

<https://simon-schnetzer.com/jugendforscher/>

### PROF. DR. DR. H.C. KLAUS HURRELMANN

---



**Prof. Dr. Dr. h.c. Klaus Hurrelmann** wurde 1944 geboren und studierte in Berkeley, Münster und Freiburg. Er ist Sozialwissenschaftler mit dem Schwerpunkt Jugend-, Bildungs- und Gesundheitsforschung. Er wurde 1975 zum Professor an der Universität Essen ernannt und wechselte 1979 an die Universität Bielefeld. Seit dem Jahr 2009 arbeitet er als Senior Professor of Public Health and Education an der Hertie School of Governance in Berlin. Er ist Senior Expert am Berliner Forschungsinstitut für Bildungs- und Sozialökonomie (FiBS).

Er leitete mehrere Familien-, Kinder- und Jugendstudien und gehört seit dem Jahr 2002 dem Leitungsteam der Shell Jugendstudien an. Er hat zahlreiche Lehr- und Handbücher in deutscher und englischer Sprache veröffentlicht. Mit dem Journalisten Erik Albrecht hat er 2020 das Buch „Generation Greta“ geschrieben, das 2021 in englischer Adaption unter dem Titel „Gen Z Between Climate Crisis and Coronavirus Pandemic“ erschienen ist.

Weitere Informationen und Kontakt:

<https://www.hertie-school.org/de/ueber-uns/profil/person/hurrelmann/>

## 11. LITERATURVERZEICHNIS

---

**Hurrelmann Klaus, Albrecht Erik (2020):** Generation Greta. Weinheim: Beltz Juventa (englische Adaption: Gen Z Between Climate Crisis and Coronavirus Pandemic. London: Routledge 2021)

**IG Metall (2021):** IG Metall Jugendstudie Plan B – Datenreport. IG Metall Vorstand, Frankfurt.

**Ravens-Sieberer Ulrike, Erhart Michael, Devine Janine, Gilbert Martha, Reiss Franziska, Barkmann Claus, Siegel Nico A., Simon Anja M., Hurrelmann Klaus, Schlack Robert, Hölling Heike, Wieler Lothar H. & Kaman Anne (2022):** Child and Adolescent Mental Health During the COVID-19 Pandemic: Results of the Three-Wave Longitudinal COPSYP Study. Journal of Adolescent Health. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2022.06.022>

**Schnetzer Simon, Hurrelmann Klaus (2022):** Jugend in Deutschland – Trendstudie Sommer 2022. Die Jugend im Dauerkrisen-Modus: Klima, Krieg, Corona. Datajockey Verlag, Kempten.

**Schnetzer Simon, Hurrelmann Klaus (2021):** Jugend in Deutschland – Trendstudie Winter 2021/22. Große Herausforderungen nach dem Corona-Schock. Datajockey Verlag, Kempten.

**Schnetzer Simon (2021):** Junge Deutsche 2021 – Die Lebens- und Arbeitswelten von 14- bis 39-Jährigen in Deutschland (2021). Datajockey Verlag, Kempten

**Shell Deutschland Holding, Hrsg. (2015):** Jugend 2015 – Eine pragmatische Generation im Aufbruch. Fischer Taschenbuch Verlag, Frankfurt am Main.

**Active Healthy Kids Germany (2022):** Bewegungs-Zeugnis 2022 zur körperlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Villingen-Schwenningen, Deutschland: vivida bkk/Stiftung „Die Gesundarbeiter – Zukunftsverantwortung Gesundheit“.

## 12. QUELLENVERWEIS / COPYRIGHT

---

**Schnetzer Simon, Hurrelmann Klaus (2022):** Jugend in Deutschland – Eine Sonderauswertung für das Zukunftspaket für Bewegung, Kultur und Gesundheit. Datajockey Verlag, Kempten.

Diese Publikation wurde von der Deutschen Kinder- und Jugendstiftung im Rahmen der Vorbereitungen für das Zukunftspaket für Bewegung, Kultur und Gesundheit, gefördert vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, beauftragt.

deutsche kinder- und jugendstiftung



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

**DAS  
ZUKUNFTS-  
PAKET**  
für Bewegung, Kultur  
und Gesundheit



**JUGEND IN DEUTSCHLAND  
EINE SONDERAUSWERTUNG FÜR DAS  
ZUKUNFTSPAKET FÜR BEWEGUNG,  
KULTUR UND GESUNDHEIT  
VON SIMON SCHNETZER  
UND KLAUS HURRELMANN**