



# Zusammenfassung der Ergebnisse aus dem Prozess

#mitmischenMV

- TC 3: Gesundes und sicheres Aufwachsen -



## IMPRESSUM

**Autorenschaft:**

Thomas Markert

Pia Rohr

Philipp Blank

**Herausgeber:**

Institut für regionale Innovation und Sozialforschung e.V. (IRIS e. V.)

Räcknitzhöhe 35a

01217 Dresden

[www.iris-ev.de](http://www.iris-ev.de)

Dresden, Februar 2025

<b><u>EINORDNUNG DER ERGEBNISSE .....</u></b>	<b><u>4</u></b>
METHODISCHER ZUGANG UND RELEVANZ .....	4
ZUGANG ZUR BEFRAGUNG ALS BETEILIGUNGSMOMENT .....	4
<b><u>ERGEBNISSE AUS DEM OFFENEN MITWIRKUNGSPROZESS .....</u></b>	<b><u>8</u></b>
<b>GESUNDES AUFWACHSEN .....</b>	<b>8</b>
GESUNDE LEBENSWEISE (SPORT/ERNÄHRUNG).....	8
PSYCHOSOZIALE BELASTUNGEN UND ZUKUNFTSÄNGSTE .....	12
WISSEN UND BEDARFE ZU SUCHT UND DROGEN .....	16
<b>SICHERES AUFWACHSEN .....</b>	<b>18</b>
SUBJEKTIVES SICHERHEITSEMPFINDEN UND REALE/LATENTE UNTERSTÜTZUNGSANGEBOTE .....	18
DISKRIMINIERUNGS- UND BENACHTEILIGUNGSERFAHRUNGEN .....	21
MEDIENNUTZUNG UND MEDIENKOMPETENZ .....	24
<b><u>FAZIT DER AUSSAGEN DER JUNGEN MENSCHEN .....</u></b>	<b><u>27</u></b>
<b>FAZIT ZUM GESUNDEN AUFWACHSEN .....</b>	<b>27</b>
SPORT UND BEWEGUNG IM ALLTAG DER JUGENDLICHEN.....	27
ERNÄHRUNG IM ALLTAG DER JUGENDLICHEN .....	28
PSYCHOSOZIALE BELASTUNGEN UND ZUKUNFTSÄNGSTE IM ALLTAG DER JUGENDLICHEN .....	28
SUCHT UND DROGEN IM ALLTAG DER JUGENDLICHEN.....	29
<b>FAZIT ZUM SICHEREN AUFWACHSEN .....</b>	<b>30</b>
SICHERHEIT IM ALLTAG DER JUGENDLICHEN .....	30
DISKRIMINIERUNG UND BENACHTEILIGUNG IM ALLTAG DER JUGENDLICHEN.....	31
MEDIENNUTZUNG IM ALLTAG DER JUGENDLICHEN .....	32

## METHODISCHER ZUGANG UND RELEVANZ

#mitmischenMV ist der Jugendbeteiligungsprozess, der zeitlich parallel zur Enquetekommission „Jung sein in Mecklenburg-Vorpommern“ organisiert wird und mit deren Arbeit eng verzahnt ist. Er ist daher – analog zur Arbeit der Kommission – nach vorgegebenen Themenclustern strukturiert und auch im *Themencluster 3: Gesundes und sicheres Aufwachsen* gab es unterschiedliche Formate, über die junge Menschen befragt wurden bzw. in denen sie sich mit bestimmten Themen auseinandergesetzt haben. Der vorliegende Zwischenbericht stellt eine Zusammenfassung dieser vielfältigen, in Fragebögen, Workshops, digitalem „Ideenhafen“ usw. dokumentierten Äußerungen dar und versteht sich im Sinne von Beteiligung als „Sprachrohr“ der Jugendlichen, das deren Anliegen, Wünsche und konkreten Ideen ausformuliert. Es geht deshalb in der nachfolgenden Ergebnisdarstellung darum, die Positionen von Jugendlichen aner kennend sichtbar zu machen und sie gleichberechtigt neben die von Fachexpert:innen, Politiker:innen und anderen Erwachsenen in den Arbeitsprozess der Enquetekommission zu stellen.

Grundsätzlich bezieht sich der Bericht neben der statistischen Auswertung der quantitativen Befragungen auf Äußerungen von jungen Menschen bzw. Dokumente, die solche Äußerungen rekonstruieren (Protokolle, Dokumentationen, offene Antworten bei der Befragung). Die Analyse der quantitativen Daten erfolgte deskriptiv, die qualitativen Daten wurden inhaltsanalytisch ausgewertet. Ausgehend von dem Fragekatalog der Online-Befragungen wurden zunächst Kategorien an das Datenmaterial angelegt und entsprechende Zuordnungen der Aussagen getroffen. Parallel zu dieser deduktiv-strukturierenden Form der qualitativen Inhaltsanalyse wurden die Daten auch induktiv analysiert, so dass sich aus dem Material Erweiterungen bzw. Präzisierungen des Kategoriensystems ergaben.<sup>1</sup> Die Äußerungen der Jugendlichen wurden nicht systematisch nach Häufigkeiten gewichtet, aber es wurde punktuell sprachlich sichtbar gemacht, welche Themen häufig(er) benannt wurden. Im Sinne einer umfassenden Beteiligung werden Einzelnennungen also genauso berücksichtigt wie Themensetzungen, die mehrfach aufgeworfen werden.

Damit die zusammengefassten Äußerungen der Jugendlichen auf den Veranstaltungen des offenen Mitwirkungsprozesses von den Ergebnissen der Online-Befragung gut unterschieden werden können, wurden sie nachfolgend in einen farbigen Kasten gesetzt.

## ZUGANG ZUR BEFRAGUNG ALS BETEILIGUNGSMOMENT

Die **Onlinebefragung** zum Themencluster „Gesundes und sicheres Aufwachsen“ erkundet im Bereich **Gesundheit** die Themen:

- » gesunde Lebensweise (Sport/Ernährung)
- » psychosoziale Belastungen und Zukunftsängste
- » Wissen und Bedarfe zu Sucht und Drogen

Anzumerken ist hier, dass bei der Konstruktion der Befragung abgewogen werden musste, in welchem Verhältnis das Erkenntnisinteresse zu dem Risiko steht, dass Befragte durch die explizite Thematisierung von Ängsten, Sorgen bis hin zu psychosozialen Problemen/Krisen, unbegleitet in eben

<sup>1</sup> Mayring, Philipp (2010): Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken. 11., aktualisierte und überarbeitete Auflage. Weinheim, Basel: Beltz, S. 65 f.

solche Krisen geraten können. Es wurde sich daher bemüht, passende Formulierungen zu finden und Aspekte von Depression und Suizid wurden bewusst ausgespart.

Der Themenbereich **sicheres Aufwachsen** enthält Fragen zu:

- » subjektives Sicherheitsempfinden
- » reale und latente Unterstützungsangebote<sup>2</sup>
- » Diskriminierungs- und Benachteiligungserfahrungen

Zudem werden in offener Frageform Vorschläge zu einer Steigerung des Sicherheitsempfindens und der Gerechtigkeit erhoben.

Ein dritter Themenbereich behandelt die **Mediennutzung und Medienkompetenz**:

- » Internetnutzung
- » Medienkompetenz und deren Erwerb

Am Ende des Fragebogens werden Angaben zur Person erfragt. In seinen Themenbereichen, seiner Komplexität, sprachlichen Gestaltung und seinem Umfang adressiert das Erhebungsinstrument junge Menschen tendenziell eher ab einem Alter von etwa 11 Jahren.

Die Befragung enthält 1.044 Antworten, von denen 79 % (827 Teilnehmende) als beendet kategorisiert werden können. In die Auswertung aufgenommen wurden 959 Antworten, die für die Analyse ausreichende Angaben enthielten.

Die Zufallsstichprobe lässt sich wie folgt beschreiben<sup>3</sup>:

- » Alter: ca. drei Viertel der Befragten (73 %) sind über 11 Jahre und unter 18 Jahren. Zu gleichen Teilen (12 %) nahmen jüngere Kinder (bis 11 Jahre) und junge Menschen im Alter von 18 bis 26 Jahren teil. 3 % der Antworten stammen von Personen, die älter als 26 Jahre sind.<sup>4</sup>
- » Geografische Herkunft: Die Befragung enthält Antworten aus allen Landkreisen/kreisfreien Städten: Das Minimum bildet der Landkreis Parchim-Ludwigslust mit 29 Antworten, 186 Antworten stammen aus dem Landkreis Mecklenburgische Seenplatte, was den Maximalwert bildet. Jede 5. Antwort stammt aus einer *kreisfreien* Stadt. Ihren Heimatort bezeichnen 38 % als Stadt, 57 % ordnen diesen als Dorf ein.
- » Ihr Geschlecht geben 48 % als ein Mädchen/eine Frau, 45 % als ein Junge/ein Mann und 3 % als weder noch/nicht binär an.
- » Tätigkeit: 83 % der Befragten sind Schüler:innen an einer allgemeinbildenden Schule (s. Abb. 1), jede zehnte Antwort stammt von Auszubildenden bzw. Berufsschüler:innen.

---

<sup>2</sup> Bedeutet: Genutzte bzw. als nutzbar gesehene Angebote.

<sup>3</sup> Fehlende Werte zu 100 % sind Antworten ohne Angabe bzw. *weiß nicht*.

<sup>4</sup> Die Antworten der älter als 26 Jahre-Gruppe werden, da sie nicht technisch durch einen Filter von der Befragungsteilnahme ausgeschlossen wurden, mit ausgewertet, auch wenn sich darunter deutlich ältere Menschen befinden können.

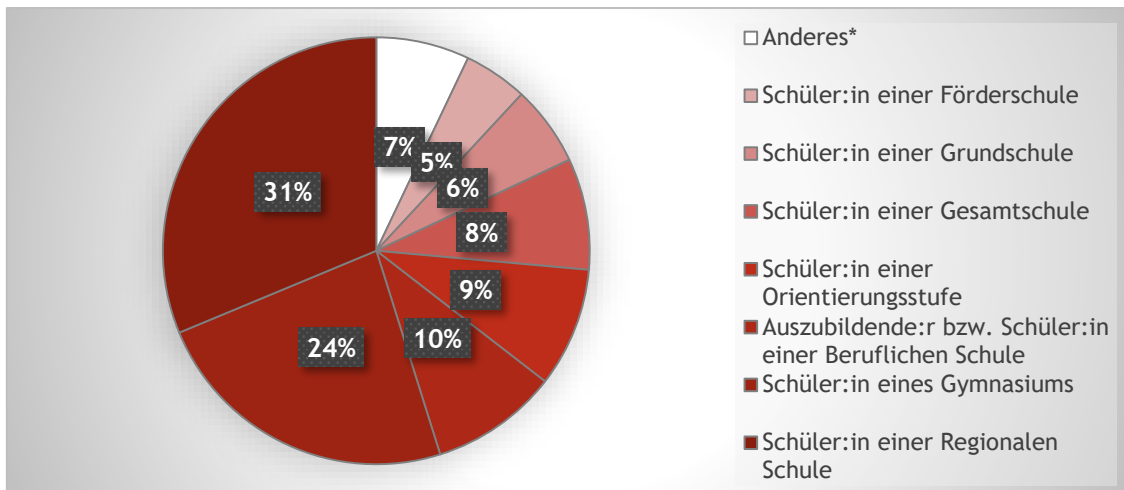


Abb. 1: Aktuelle Tätigkeit der Befragten in Prozent; \* In der Kategorie *Anderes* wurden folgende Angaben zusammengefasst: Kitakind, Student:in, Freiwilligendienst, *Folgendes*:

Wenn im Folgenden differenzierte Analysen zu bspw. Stadt-Land-Unterschieden im Antwortverhalten vorgenommen werden, so gelten diese aufgrund der fehlenden Repräsentativität des Datensatzes eben nur für die Teilnehmenden.

Für die sehr unterschiedlichen **Veranstaltungen des offenen Mitwirkungsprozesses** gibt es keine systematische Dokumentation soziodemografischer Daten der teilnehmenden Jugendlichen. Auf der Basis der vorliegenden Angaben haben sich schätzungsweise knapp 400 Jugendliche an den unterschiedlichen Veranstaltungen beteiligt. Dabei könnte es sein, dass einige von ihnen an mehreren Veranstaltungen teilgenommen haben. In die Auswertung sind die Dokumentationen der nachfolgenden Veranstaltungen im Rahmen von #mitmischenMV bis November 2024 eingegangen:

- » Ergebnisse Online-Kurzabfrage TC3, 57 Teilnehmer:innen, 30.10. – 21.11.23
- » Besuchergruppe der Europaschule bei der Enquete-Kommission, 7. Klasse, ca. 20 Schüler:innen, 07.06.2024
- » Besuchergruppe der Förderschule Teterow bei der Enquete-Kommission, 10 Schüler:innen im Alter von 13-16 Jahren, 25.06.2024
- » Besuchergruppe Fritz-Greve-Gymnasium bei der Enquete-Kommission, 7. Klasse, ca. 30 Schüler:innen, 05.07.2024
- » Workshop Rostocker Stadtjugendring, 19 Schüler:innen, 8. Klasse (14 bis 16 Jahre), 15.07.2024
- » Onlinebefragung zum Thema Gewalt, Extremismus, Extreme Rechte bei dem Festival „Jamel rockt den Förster“, 27 Teilnehmer:innen, 30.08. – 01.09.2024
- » 3. Jugendkonferenz zum Thema „Gesundes und sicheres Aufwachsen“, Enquete-Kommission „Jung sein in M-V“, ca. 28 Teilnehmer:innen (12 bis 19 Jahre), 11. – 13.10.2024
- » Weststadtcampus, ca. 25 Teilnehmer:innen, 8. Klasse, 08.11.24
- » Generationendialog im Landtag, (keine Angaben zu Teilnehmer:innen), 22.11.2024
- » Workshop Fritz-Greve-Gymnasium Malchin, ca. 45 Teilnehmer:innen, 9. und 10. Klasse, 29.11.24
- » Besuchergruppe Neumühler Schule zum Thema „KI und Data Science“ (keine Angaben über Teilnehmer:innen und Datum)

- » Besuchergruppe Regionalschule Astrid Lindgren Schwerin zum Thema „Gesundes und sicheres Aufwachsen“, 32 Schüler:innen, 5. – 9. Klasse
- » Protokoll zum Praxisbericht von jungen Menschen zum Thema „Gesundes und sicheres Aufwachsen“ vor der Enquete-Kommission
- » Umfrage zum Thema „Mitbestimmung“ der Enquete-Kommission „Jung sein in M-V“, Lütt Matten Kindergarten, 8 Teilnehmer:innen, 5 bis 6 Jahre
- » Umfrage zum Thema „Mitbestimmung“ der Enquete-Kommission „Jung sein in M-V“, Hanse Grundschule Wismar, 23 Teilnehmer:innen, 9 bis 10 Jahre
- » Rückmeldungen Ideenhafen Website, ca. 18 Teilnehmer:innen (12 bis 27 Jahre) aus verschiedenen Schulformen
- » Aussagen zum Thema Gesundheit und sicheres Aufwachsen, die bereits in vorangegangenen Veranstaltungen (siehe Zwischenberichte TC1 und TC2) getroffen wurden

## GESUNDES AUFWACHSEN

### Gesunde Lebensweise (Sport/Ernährung)

**Bewegung/Sport** gilt gemeinhin als gesundheitsförderliches Verhalten und wird in der Befragung als Indikator solchen Verhaltens abgefragt. Die Anlässe für sportliche Betätigung unterscheiden sich generell entlang von Alter und Tätigkeit. So haben bspw. Schüler:innen an allgemeinbildenden Schulen regelmäßig Sportunterricht. In der Befragung wurden die Teilnehmenden aufgefordert, den zeitlichen Umfang ihrer sportlichen Betätigungen pro Woche außerhalb des Sportunterrichts anzugeben. Im Folgenden werden nur die Schüler:innen analysiert, um zumindest eine annähernde Vergleichbarkeit der Angaben zu erreichen, was meint: in dieser Gruppe müssen alle in Abb. 2 gezeigten Befunde gedanklich zum (höchstwahrscheinlich) stattfindenden Sportunterricht hinzu gedacht werden.

Es zeigt sich, dass 8 % dieser Teilstichprobe angeben, *gar nicht/fast nie* Sport zu machen. Etwa jede dritte Person (32 %) gibt an, bis zu drei Stunden außerschulisch Sport zu betreiben. Sport im größten Umfang (*mehr als 3 Stunden und mehr als 6 Stunden*) geben 41 % an. Teilnehmende, die als ihr Geschlecht *Junge/Mann* auswählen, treiben pro Woche umfangreicher Sport. Dabei geben 29 % an, wöchentlich mehr als 6 Stunden Sport zu treiben. Die Personen, die sich nicht binär eindeutig zuordnen, geben zu 21 % diese umfangreiche Sportbetätigung an, bei den *Mädchen/Frauen* sind dies 14 %<sup>5</sup>. Ein Stadt-Dorf-Unterschied findet sich nicht.

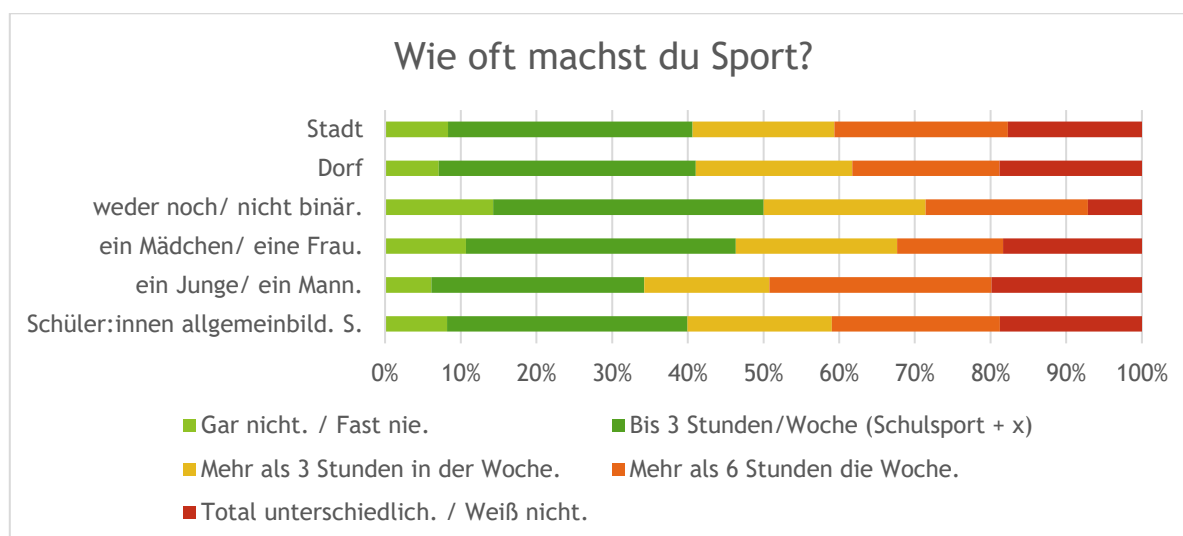


Abb. 2: Analyse des Umfangs der wöchentlichen außerschulischen sportlichen Betätigung von Schüler:innen an allgemeinbildenden Schulen insgesamt, differenziert nach Geschlecht und Charakter des Heimatortes

Ein Faktor für den Umfang der sportlichen Betätigung, der einschränkend oder fördernd wirken kann, ist die Existenz oder eben das Fehlen von entsprechender Infrastruktur. Die Teilnehmenden wurden nach ihrer Zufriedenheit mit den Sport- und Bewegungsmöglichkeiten „Fitnessgeräte auf Spielplätzen, Sportplätze, Skaterbahnen, Basketballkörbe usw.“ gefragt. Sie konnten mittels einer fünfstufigen

<sup>5</sup> Der Gedanke, dass sich darunter auch entgrenzte sportliche Betätigung befinden kann, die aufgrund ihrer Intensität gesundheitsschädlich ist, oder solche intensive sportliche Auslastung Begleitverhalten einer Essstörung sein könnte, darf nicht unerwähnt bleiben.



Skala antworten (1 = *gar nicht zufrieden*, 2 [ohne Label], 3 = *teils/teils*, 4 [ohne Label], 5 = *total zufrieden*). Im Folgenden werden die Angaben 1 und 2 zu (*gar nicht zufrieden*) und 4 und 5 zu (*total zufrieden*) zusammengefasst.

Unter allen Antworten (Tab. 1) sind nicht einmal die Hälfte der jungen Menschen (44 %) mit den Sport- und Bewegungsmöglichkeiten zufrieden. 28 % der Befragten positionieren sich als eindeutig unzufrieden. Aus der geschlechtsspezifischen Auswertung ergibt sich zudem, dass die bereitgestellte Infrastruktur eher den Bedarfen und Gewohnheiten von *Jungen/Männern* entspricht; die Hälfte von ihnen (51%) ist zufrieden. Bei den *Mädchen/Frauen* sind dies 12 Prozentpunkte weniger, die *nicht binären* Personen geben dies nur zu 27 % an. Insofern sind die Sport- und Bewegungsangebote also grundsätzlich nicht bedarfsgerecht vorhanden, also nur begrenzt jugendgerecht und – wenn sie existieren – eher jungengerecht.

Tab. 1: Zufriedenheit mit den Sport- und Bewegungsmöglichkeiten nach Geschlecht, Heimatort

Zufriedenheit	alle	Dorf	Stadt	Junge / Mann	Mädchen/ Frau	nicht binär
(gar) nicht zufrieden	28 %	32 %	29 %	28 %	29 %	33 %
teils zufrieden/teils unzufrieden	28 %	27 %	29 %	21 %	31 %	40 %
(total) zufrieden	44 %	41 %	42 %	51 %	39 %	27 %

Im Weiteren wurden die jungen Menschen – im Sinne eines beteiligenden Momentes – gefragt ***„Was könnte dir helfen, das Angebot für Sport und Bewegung in deiner Umgebung stärker oder überhaupt zu nutzen?“*** und sie konnten mehrere Aussagen auswählen.

Hier unterstreichen die Befragungsergebnisse (Abb. 3) erneut ein zentrales Problem: Nur 8 % der Befragten (77 Nennungen) empfinden die bestehenden Sport- und Bewegungsangebote als ausreichend. Dies deckt sich damit, dass ein großer Teil der Befragten mit den aktuellen Gegebenheiten unzufrieden ist und potenziell Verbesserungspotenziale benennen kann.

Besonders auffällig ist, dass finanzielle, soziale und infrastrukturelle Aspekte für mehr als ein Drittel der Teilnehmenden eine große Rolle bei der Nutzung von Sportangeboten spielen. So gaben 35 % an, dass *kostenlose Sportkurse* ein entscheidender Faktor wären, um solche Angebote stärker wahrzunehmen. Dies macht deutlich, dass finanzielle Hürden eine erhebliche Barriere darstellen könnten. Ebenfalls häufig genannt wurden *mehr Bewegung in der Schule* (29 %) und *mehr finanzielle Unterstützung für den Vereinssport* (28 %).

Soziale Aspekte sind ebenfalls bedeutsam: 27 % der Jugendlichen würden häufiger Sport treiben, wenn sie dies gemeinsam mit Freund:innen tun könnten. Zudem betonen 19 % die Bedeutung von Trainer:innen, die sie als positiv wahrnehmen.

Neben finanziellen und sozialen Faktoren werden auch infrastrukturelle Verbesserungen gewünscht. Mehr Bewegungsangebote in der Umgebung (24 %) sowie eine bessere Erreichbarkeit der Angebote (23 %) wurden von vielen Jugendlichen als relevante Punkte benannt. Dies zeigt, dass die Verfügbarkeit und Zugänglichkeit von Angeboten optimiert werden sollte.

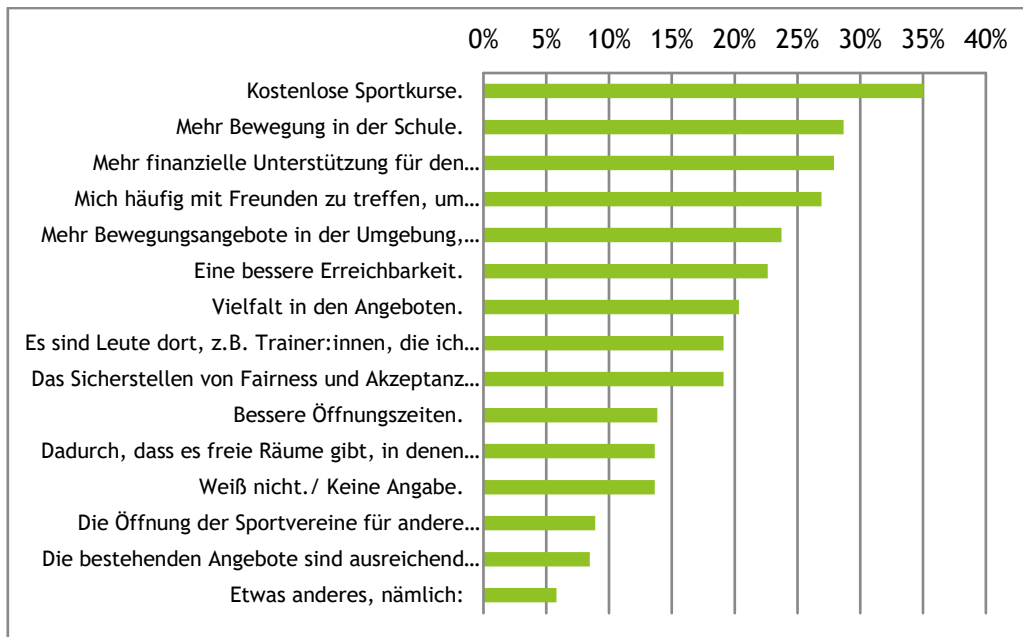


Abb. 3: Analyse der Optionen zur verstärkten Nutzung von Sport- und Bewegungsangeboten

Auch auf den Veranstaltungen des offenen Mitwirkungsprozesses äußerten die Jugendlichen ihre Anliegen und Wünsche im Bereich Sport und Bewegung. Insgesamt wird deutlich, dass sie mehr Raum für Sport und Bewegung fordern – sei es durch eine bessere Infrastruktur, mehr Angebote oder die Schaffung von sicheren und entspannten Orten, an denen sie sich aufhalten können.

Die Jugendlichen problematisieren stark die unzureichende Verfügbarkeit und schlechte Erreichbarkeit von Sportangeboten. Besonders Fußball- und andere öffentliche Sportplätze sind oft schwer oder nur mit zusätzlichen Fahrtkosten erreichbar oder in schlechtem Zustand. Auch die Badestellen in der Region werden als unzureichend ausgebaut, in schlechtem Zustand oder schwer erreichbar wahrgenommen. Dieser Mangel führt zu Frustration, insbesondere bei Jugendlichen, die an Bewegung und sportlichen Aktivitäten interessiert sind. Sie fordern mehr öffentliche Sportplätze und eine bessere Pflege der bestehenden Anlagen. Einige schlagen vor, Sportstätten, z. B. von Schulen, auch in außerschulischen Zeiten (nachmittags, abends, in den Ferien) für die öffentliche Nutzung zur Verfügung, um so den Zugang zu mitgestaltbaren Sportangeboten für Jugendliche zu fördern.

Ein weiterer Wunsch der Jugendlichen betrifft eine verstärkte Unterstützung der Sportvereine. Viele Jugendliche nehmen wahr, dass Sportvereine in den Städten an Bedeutung verlieren, was sie als Rückschritt empfinden, da sie diese Vereine als wichtige Anlaufstellen für sportliche Aktivitäten sehen. Zudem wird der Zugang zu Sportvereinen als kompliziert oder unattraktiv empfunden. Die Jugendlichen wünschen sich, dass die Zugangsmöglichkeiten zu den Vereinen verbessert werden, z. B. durch niedrigere Mitgliedsbeiträge oder Angebote, die besser auf ihre Bedürfnisse zugeschnitten sind. Durch fehlende Förderung müssen sich junge Sportler:innen auch oft selbst um die notwendige Ausstattung kümmern, was Ungleichheiten verstärkt und den Zugang zum Sport erschwert. Auch Kooperationen zwischen Schulen und Sportvereinen sollten ausgebaut werden, um Kinder und Jugendliche frühzeitig für Sport zu begeistern und langfristig gesundheitliche Vorteile zu sichern. So könnten bspw. Vereinssportlehrer:innen für eine bessere Verbindung von Vereinssport und Schule sorgen und darüber neue Möglichkeiten für eine sportliche Betätigung Jugendlicher schaffen.

Aber auch außerhalb von Vereinen und Sportplätzen wünschen sich die Jugendlichen mehr Räume für ihre Freizeitgestaltung. Sie berichten von einem Mangel an geeigneten attraktiven Treffpunkten, an denen sie sich in Ruhe aufhalten können, ohne ständig das Gefühl zu haben, „weggeschickt“ zu werden. In ländlichen Regionen stehen viele Sporthallen leer, doch es gibt kaum Zugang für Men-

schen ohne Vereinsbindung. Im Hinblick auf mehr Sport und Bewegung schlagen die Jugendlichen vor, Outdoor-Fitnessgeräte aufzustellen, da diese bei ihrer Altersgruppe gut ankommen würden.

Wichtig ist den Jugendlichen, dass sie sich auch bei Sport- und Bewegungsangeboten aktiv an der Planung und Durchführung beteiligen können. Auch Ausflüge und gemeinsame Aktivitäten oder ein freiwilliges Sport- und Bewegungsangebot im Schulkontext werden als notwendig erachtet, um den sozialen Austausch und die körperliche Betätigung zu fördern.

Ein häufig angesprochenes Thema war die Frage nach der Zeit, die für Sport zur Verfügung steht. Viele Jugendliche fühlen sich durch den langen und durchgetakteten Schulalltag insgesamt in ihrer Freizeitgestaltung eingeschränkt, außerdem gibt es zu wenige Pausen, die für sportliche Aktivitäten in der Schule genutzt werden könnten. Die fehlende Zeit für sportliche Betätigung und die damit verbundene Frustration ihrer körperlichen Bedürfnisse empfinden einige Jugendliche als problematisch.

Sollen die teilnehmenden jungen Menschen ihre **Ernährungsweise** bewerten, so ergibt dies bei der genutzten 11-stufigen Skala<sup>6</sup> einen Mittelwert, der weder als ungesund noch deutlich gesund (MW=5,86) interpretiert werden kann. Informationen zum Thema gesunde Ernährung beziehen die Teilnehmenden mehrheitlich *aus familiären Kontexten* (59 %). Ähnlich starke Bedeutung haben mit 51 % der Nennungen *soziale Netzwerke*. Mit deutlichem Abstand folgt die *Schule*, von der 35 % der Teilnehmenden Informationen zu gesunder Ernährung beziehen. Im Vergleich dazu haben *Websites* (26 %), *Freund:innen* (20 %) und *Bücher/Zeitschriften* (14 %) weniger bzw. kaum Bedeutung.

Auf die Frage „Was hilft dir oder würde dir helfen, dich gesund zu ernähren?“ konnten die Teilnehmenden verschiedene Aspekte, die potenziell gesundheitsfördernd sein können, auswählen. Mehr als 30 % der Teilnehmenden wählten dabei folgende Antwortmöglichkeiten aus:

- » Meine Eltern, meine Familie oder meine Freund:innen kochen mit mir (37 %)
 

Meine mutter isst viel gemüse 🍅👩🍳🥕🥦🥒🥬🥔🥒🥑🥦🥒🥑
- » Tipps für gesundes Essen mit einem geringen Budget (33 %)
- » Gesundes und günstiges Schul-/ Kantinenessen (33 %)
- » Angebote zum Kochen lernen (31 %)

Die Aussagen der Jugendlichen auf den Veranstaltungen des offenen Mitwirkungsprozesses zum Thema gesunde Ernährung machen deutlich, dass sich die Jugendlichen mehr Vielfalt, bessere Qualität und günstigere Preise beim Schulessen wünschen. Sie fordern Aufklärung über gesunde Ernährung, praxisorientierte Angebote, eine Verbesserung der Essensräume sowie mehr Mitbestimmung bei der Auswahl und Gestaltung ihres Essens.

Viele Jugendliche teilen den Unmut über schlechtes, ungenießbares oder zu teures Essen in den Schulkantinen. Deshalb wünschen sie sich kostengünstigeres und qualitativ besseres Essen für alle Schüler:innen und auch in den Kitas. Die Jugendlichen fordern eine größere Auswahl an Gerichten, idealerweise mit drei Optionen, um den unterschiedlichen Vorlieben gerecht zu werden. Zudem wird eine stärkere Berücksichtigung vegetarischer und veganer Essgewohnheiten gewünscht, da diese von vielen Jugendlichen bevorzugt werden.

<sup>6</sup> 0 = sehr ungesund, 10 = sehr gesund

<sup>7</sup> Eingabe in einem offenen Antwortfeld

Ein weiterer Punkt, den viele Jugendliche ansprechen, ist die Aufklärung über gesunde Ernährung. Sie wünschen sich mehr Informationen und Projekte, um zu lernen, was eine ausgewogene Ernährung ausmacht und wie sie diese im Alltag umsetzen können. Ein häufiger Vorschlag ist die Zubereitung von Essen direkt in der Schule, z. B. in einer Schulküche, da dies als gesündere und schmackhaftere Alternative zum standardisierten Kantinenessen wahrgenommen wird. Außerdem können die Schüler:innen dann auch besser mitbestimmen, was gekocht und wie die Mahlzeiten gestaltet werden.

Die Diskussion über die Essensversorgung geht über die Qualität des Essens hinaus. Viele Jugendliche empfinden die gestaffelten Essenszeiten als unzureichend, da sie zu wenig Zeit haben, um in Ruhe zu essen. Zudem wird die Kapazität der Kantinen als zu gering empfunden, was aus ihrer Sicht zu langen Warteschlangen und zusätzlichem Stress führt. Einige Jugendliche wünschen sich eine bessere Ausstattung der Essensräume, mit mehr Platz und einer angenehmeren Atmosphäre, die es den Schüler:innen ermöglicht, beim Essen zu entspannen. In diesem Zusammenhang wurde auch der Wunsch nach zusätzlichen Verpflegungsmöglichkeiten wie Snackautomaten oder einem Kiosk geäußert.

## Psychosoziale Belastungen und Zukunftsängste

Für die Erkundung der aktuellen **psychosozialen Belastungen und Zukunftsängste** (Abb. 4) wurden die Teilnehmenden aufgefordert, drei Themen zu markieren, die sie am meisten belasten. Fast 60 % erklären, dass der *Leistungsdruck der Schule* sie belastet. Dem folgen vier Zukunftsängste und -sorgen: *Krieg in Deutschland* (35 %), *allgemeine Zukunftsangst* (28 %), *politische Radikalisierung* (22 %) und *Folgen des Klimawandels* (14 %). Dann folgen sehr konkrete, individuell erlebte Belastungen, die in verschiedenem Maß mit gesellschaftlichen Bedingungen im Zusammenhang stehen: *gesundheitliche Probleme*, *erlebtes Trauma* (jeweils 13 %), *Schwierigkeiten in der Familie*, *Erfahrung von Mobbing/Beleidigung* (jeweils 11 %), *Überforderung durch mediale Informationen* (8 %), *verminderte Teilnahme am Konsum* (6 %).

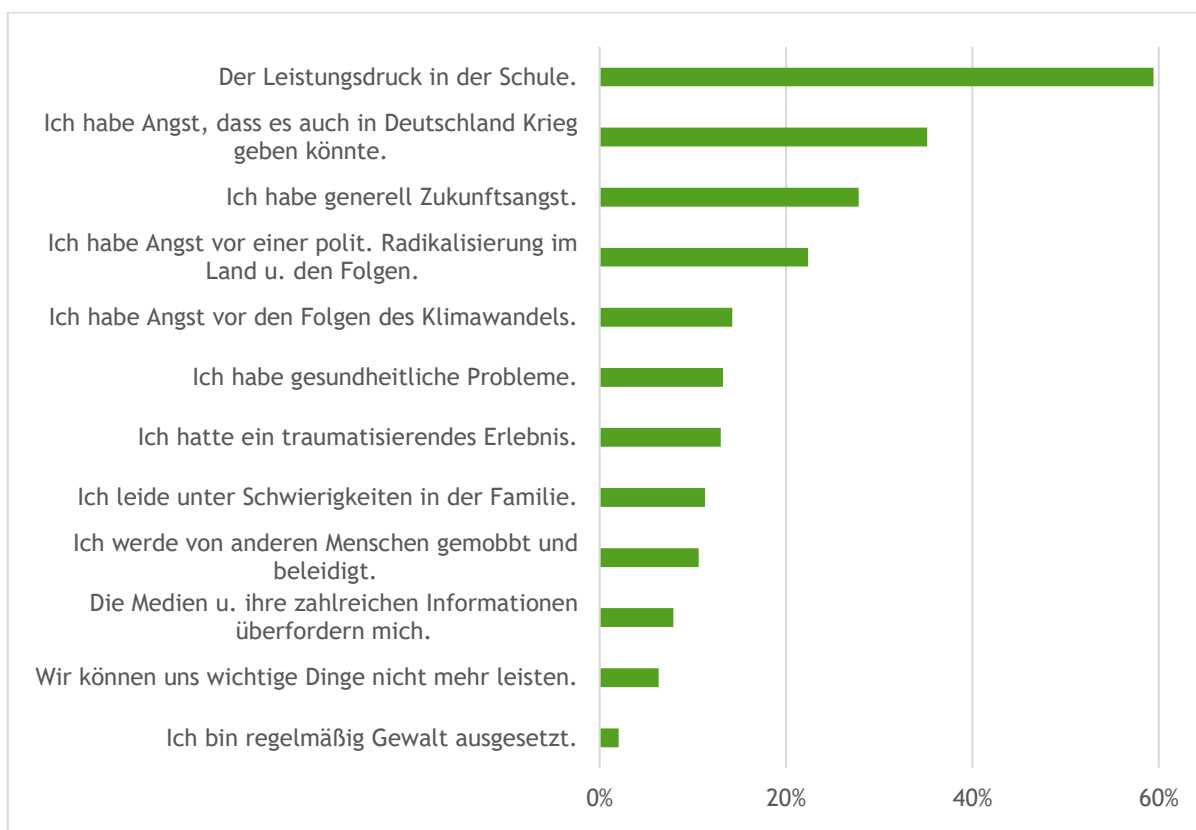


Abb. 4: Häufigkeiten für die drei stärksten Belastungen in Prozent

Insgesamt 18 Teilnehmende, also 2 % der Teilnehmenden geben in diesem Zusammenhang an, dass sie Opfer von Gewalthandlungen sind, wobei dies

- a) in 10 Fällen *Männer/Jungen*, 3 *Mädchen/Frauen* und eine *nicht-binäre* Person sind, die
- b) mehrheitlich *im Dorf* (8) und nicht *in der Stadt* (1) beheimatet sind.

An dieser Stelle laufen die Befunde dieser nichtrepräsentativen Studie gängigen Vorannahmen – wie bspw. Großstädte gelten als gefährlicher als Dörfer und Frauen werden häufiger Opfer von Gewalt – zuwider, indem auch Fälle jugendlicher männlicher Gewaltopfer in der Dorfgemeinschaft statistisch sichtbar werden.

Die Aussagen der befragten Jugendlichen im *offenen Antwortfeld* spiegeln eine Vielzahl von psychosozialen Belastungen und Zukunftsängsten wider, die sowohl persönliche als auch gesellschaftliche Aspekte betreffen. Es werden Ängste benannt, die sich auf persönliche und gesellschaftliche Veränderungen beziehen – Angst vor Veränderungen und allgemeinen Unsicherheiten im eigenen Leben, vor dem Verlust geliebter Menschen und vor den gesellschaftlichen und politischen Entwicklungen. Auch die globale Situation und die zunehmende Gewaltbereitschaft werden als Belastungsfaktoren wahrgenommen.

Ein häufig thematisierter Belastungsbereich betrifft physische und psychische Gesundheitsprobleme. Die Jugendlichen berichten von eigenen psychischen Belastungen oder Erkrankungen sowie von solchen im Freundeskreis, die sich auch auf das eigene Wohlbefinden auswirken. Darüber hinaus werden eigene körperliche Erkrankungen oder gesundheitliche Probleme nahestehender Personen als belastend beschrieben.

Ein weiteres zentrales Thema ist der Leistungsdruck, der vor allem im schulischen und universitären Kontext als stark belastend erlebt wird. Die Befragten berichten von übermäßigem Prüfungsstress, von unfreundlichen Lehrer:innen und hohen Erwartungen, die sie an sich selbst stellen oder die von außen an sie herangetragen werden. Neben den schulischen Anforderungen spielen auch berufliche Ziele eine Rolle, da sich die Jugendlichen mit dem Druck konfrontiert sehen, sowohl Karriere zu machen als auch finanzielle Unabhängigkeit zu erreichen. All dies führt häufig zu einem Gefühl der Überforderung.

Soziale Isolation und das Bedürfnis nach Akzeptanz stellen ebenfalls wichtige Belastungsfaktoren dar. Insbesondere Jugendliche, die sich nicht in traditionellen gesellschaftlichen Normen verorten, z. B. in Bezug auf ihre geschlechtliche Identität, erleben Unverständnis, Diskriminierung oder unfaire Behandlung – häufig im schulischen Umfeld. Diese Erfahrungen verstärken das Gefühl der Einsamkeit und Benachteiligung.

Die sozialen und politischen Sorgen der Befragten betreffen insbesondere Themen wie Migration, politische Instabilität und Umweltprobleme sowie deren Auswirkungen auf das persönliche Leben. Diese Ängste sind häufig mit der Wahrnehmung von gewalttätigen Konflikten und sozialer Unsicherheit verbunden.

Auch bei den Veranstaltungen im offenen Mitwirkungsprozess wurden zahlreiche psychosoziale Belastungen und Zukunftsängste der beteiligten Jugendlichen dokumentiert.

Ein zentraler Belastungsfaktor ist der schulische Leistungsdruck. Viele Jugendliche berichten, dass der ständige Druck, gute Noten zu erzielen, und der tägliche Schulstress ihre mentale Gesundheit stark belasten. Sie empfinden das Schulsystem als unflexibel und wenig rücksichtsvoll gegenüber individuellen Bedürfnissen. Ein zu früher Schulbeginn, umfangreiche Hausaufgaben und ein Mangel an Freizeit werden als besonders belastend wahrgenommen. Die Jugendlichen wünschen sich strukturelle Reformen wie bspw. längere Pausen, ein früheres Unterrichtsende oder sogar eine 4-Tage-Woche, um Stress zu reduzieren und eine bessere Balance zwischen Schule und Freizeit zu ermöglichen.

Darüber hinaus betonen die Jugendlichen die Notwendigkeit, Kindern und Jugendliche besser vor traumatischen Erfahrungen und familiären Problemen zu schützen. Sie fordern eine aktivere Rolle der Jugendämter, um Betroffene schneller und effektiver zu unterstützen.

Die überwältigende digitale Informationsflut und ein übermäßiger Medienkonsum stellen weitere Belastungen dar. Die Jugendlichen wünschen sich mehr Aufklärung über die Auswirkungen von exzessivem Medienkonsum auf die mentale Gesundheit, sowohl für sich als auch für ihre Eltern. Sie schlagen sogenannte „Digital Detox“-Initiativen vor, um einen bewussten Umgang mit digitalen Medien zu fördern.

Mobbing wird als großes Problem wahrgenommen, das viele Jugendliche stark belastet. Sie berichten von eigenen Mobbing-Erfahrungen und kritisieren, dass Lehrkräfte oft nicht ausreichend geschult sind, um Mobbing frühzeitig zu erkennen und wirksam dagegen vorzugehen. Sie fordern gezielte Präventionsmaßnahmen sowie Fortbildungen für Lehrkräfte, um ein respektvolles Miteinander zu fördern.

Einige Jugendliche berichten von individuellen Belastungen durch gesellschaftliche Barrieren oder mangelnde Chancengleichheit. Insbesondere Menschen mit Behinderungen fühlen sich häufig benachteiligt und fordern mehr Inklusion sowie Barrierefreiheit. Sie betonen die Notwendigkeit von Nachteilsausgleichen, um eine echte Gleichstellung und Teilhabe zu ermöglichen.

Darüber hinaus wird auf finanzielle Belastungen hingewiesen, die schnell auch zu sozialen Belastungen werden, insbesondere wenn es um Konsum und Zugehörigkeit geht. Jugendliche aus sozial benachteiligten Familien wünschen sich mehr Unterstützung, etwa durch finanzielle Entlastungen für Familien mit geringen Einkommen oder durch Vergünstigungen für Auszubildende und Schüler:innen.

Auch die medizinische Versorgung wird von den Jugendlichen als Belastungsmoment angesprochen. Kritisch berichten sie von langen Wartezeiten in Krankenhäusern und einem Mangel an Ärzt:innen und Apotheken, insbesondere in ländlichen Regionen.

Die Zukunftsängste der Jugendlichen betreffen politische, soziale und wirtschaftliche Unsicherheiten sowie Umweltprobleme. Besonders besorgt sind sie über die Folgen des Klimawandels, politische Radikalisierung und gesellschaftliche Instabilität.

Die Jugendlichen äußern große Sorge über die Folgen des Klimawandels und fordern verstärkte Klimaschutzmaßnahmen. Konkret schlagen sie die stärkere Nutzung erneuerbarer Energien, den Erhalt von Grünflächen und eine Reduktion der Ressourcenverschwendung vor. Bildungseinrichtungen sollen das Bewusstsein für Klimaschutz durch gezielte Aufklärung und Maßnahmen wie den Ausbau von Solaranlagen fördern.

Die Jugendlichen äußern sich auch besorgt über mögliche Kriege und politische Radikalisierung, insbesondere in Form von Rechtsextremismus. Sie fordern eine intensivere Aufklärung über die Gefahren extremer politischer Strömungen, härtere Sanktionen gegen rechtsextreme Aktivitäten und verstärkte polizeiliche Maßnahmen. Besondere Bedeutung wird auch der historischen Bildung und der Aufarbeitung der politischen Vergangenheit der DDR und der BRD beigemessen.

Für die Erkundung der **Unterstützungsbedarfe bei mentalen Problemen** wurden die Teilnehmenden gefragt: **„Was würdest du dir wünschen, damit es dir und anderen jungen Menschen mental gut geht?“** Für die Auswertung der Frage werden nun, um hier eher eine Analyse aus der Perspektive der Betroffenen zeigen zu können, die 211 Fälle ausgewählt, die auf die Frage **„Wie fühlst du dich der-**

**zeit?“** einen problematischen bzw. einen belastenden Zustand angeben.<sup>8</sup> Mehr als die Hälfte der Betroffenen wünschen sich Entlastung im Alltag durch *weniger Leistungsdruck/Prüfungsstress in Schule/Studium* und *mehr Pausen*. Auf Rang drei steht mit 43 % Zustimmung der Appell an die Gesellschaft, *mehr Verständnis für individuelle Herausforderungen und psychische Erkrankungen* zu zeigen. In ähnliche Richtung weist die Forderung an Lehrkräfte und Erwachsene, *sensibler zu sein* (5), der 35 % der Betroffenen zustimmen. Auf eine als ungünstig bzw. unzureichend eingeschätzte Struktur weisen drei weitere Aussagen zum Zugang zu Hilfsangeboten hin (4/6/7), die zwischen 37 und 29 % der Teilnehmenden wählen. 10 Teilnehmende, die deutlich mentale Belastungen markieren, geben an, dass *gar nichts*, also keines der aufgezählten Unterstützungsangebote ihnen helfen kann, was bedenklich stimmt.

Tab. 2: Relative Häufigkeiten zu den Unterstützungswünschen bei mentalen Belastungen und Problemen in der betroffenen Teilstichprobe (n=211), absteigend nach Zustimmung geordnet

Rang	Aussage	Anzahl	Häufigkeit
1	Weniger Leistungsdruck/ Prüfungsleistungen in der Schule/ im Studium.	121	58 %
2	Mehr Pausen im Alltag.	112	54 %
3	Mehr Akzeptanz in der Gesellschaft, z. B. für individuelle Herausforderungen, für psychische Erkrankungen.	90	43 %
4	Besserer Zugang zu Hilfsangeboten.	77	37 %
5	Mehr Sensibilität bei Lehrkräften und erwachsenen Ansprechpersonen.	73	35 %
6	Zeitnahe Termine bei Hilfsangeboten, Ärzten oder Therapeuten u. ä.	65	31 %
7	Ansprechpartner in der Schule/ am Arbeitsplatz/ in der Universität.	60	29 %
7	Kurse z. B. für Achtsamkeit, Umgang mit Stress.	59	29 %
8	Ein Lernpensum, das man sich selbst einteilen kann.	53	26 %
9	Mehr Aufklärung über Beratungsangebote und Hilfsmöglichkeiten.	47	23 %
10	Angebote, die gut zu erreichen sind.	38	18 %
10	Einfache Möglichkeiten, finanzielle Unterstützungen für bestimmte Angebote zu erhalten.	37	18 %
11	Gar nichts.	10	5 %

Auf den Veranstaltungen des offenen Mitwirkungsprozesses fordern die Jugendlichen eine umfassende Unterstützung zur Verbesserung ihrer mentalen Gesundheit. Dazu gehören der Ausbau des Fachpersonals an Schulen, eine bessere Aufklärung über psychische Erkrankungen, mehr Therapieplätze sowie eine gezielte Entlastung im Schulalltag.

Gerade im schulischen Kontext fordern sie eine stärkere Sensibilisierung für psychische Erkrankungen und den richtigen Umgang damit. Sie schlagen vor, das Thema durch Projektwochen oder regelmäßige Lehrer:innenfortbildungen stärker in den Schulalltag zu integrieren. Ziel sei es, Vorurteile abzubauen und einen offenen Umgang mit psychischen Belastungen zu fördern.

Darüber hinaus wünschen sich die Jugendlichen eine stärkere Präsenz von Fachkräften wie Schulsozialarbeiter:innen und Psycholog:innen für die Bearbeitung ihrer psychischen und den damit zusam-

<sup>8</sup> Das sind die Antwortmöglichkeiten 1 und 2 einer 5-stufigen Likert-Skala, bei der nur drei der fünf Antwortmöglichkeiten konkret benannt wurden: 1: *Ich fühle mich oft gar nicht gut/sehr gestresst*. 3: *Teils/teils*. 5: *Mir geht's super*. Die Kategorien 2 und 4 wurden nicht näher beschrieben, was potenziell zu Interpretationsproblemen und einer uneinheitlichen Anwendung der Skala durch die Befragten führen kann. Zudem wurden im Extrempunkt 1 zwei Fakten vermischt: das Empfinden von Stress und gar nicht so gut fühlen sind nicht identisch. Daher werden die Befunde zu dieser Skala nicht gezeigt, sondern diese wird nur als Filtervariable genutzt.

menhängenden sozialen Probleme. Mentale Belastungen der Jugendlichen müssen endlich wirklich ernst genommen werden. Ein häufig geäußelter Vorschlag ist, dass jede Schule mindestens eine:n Schulpsycholog:in und zwei Schulsozialarbeiter:innen in paritätischer Besetzung erhält. Diese Fachkräfte sollten in der Lage sein, durch eine direkte Arbeit mit den Schüler:innen sowohl präventiv als auch in akuten Situationen Unterstützung zu leisten. Zudem betonen die Jugendlichen die Notwendigkeit eines eigenen, geschützten Raums für Schulsozialarbeit, um vertrauensvolle Gespräche in einer störungsfreien Umgebung zu ermöglichen.

Ein zentrales Anliegen der Jugendlichen ist ein deutlich verbesserter Umgang mit den psychischen Folgen der Corona-Pandemie. Viele berichten von erhöhten Belastungen wie Depressionen und Angstzuständen, beklagen aber einen erheblichen Mangel an Therapieplätzen, insbesondere im ländlichen Raum. Deshalb müssen die Jugendlichen oft monatelang auf eine Behandlung warten, was sehr demotivierend ist. Sie stellen die dringende Frage: Welche Lösungen gibt es, um den hohen Bedarf an therapeutischer Unterstützung besser zu decken? Neben einem generellen Ausbau der Therapieangebote fordern sie, das Psychologiestudium attraktiver zu gestalten, um langfristig mehr Fachkräfte auszubilden und den Mangel zu beheben.

Auch das Thema häusliche Gewalt wird als Bereich mit großem Aufklärungsbedarf benannt. Die Jugendlichen kritisieren die fehlende Sichtbarkeit dieses Problems und fordern eine intensivere Auseinandersetzung damit. Sie wünschen sich mehr Informationsangebote, um das Bewusstsein für häusliche Gewalt zu erhöhen und Betroffenen passende Unterstützung zu bieten.

Ein weiteres Problem sehen die Jugendlichen in der mangelnden Sichtbarkeit von Unterstützungsangeboten. Viele wissen nicht, welche psychologischen Hilfen ihnen zur Verfügung stehen. Sie fordern daher eine bessere Bekanntmachung und eine leichtere Zugänglichkeit dieser Angebote sowie eine direktere Ansprache, damit alle Betroffenen schnell die Unterstützung erhalten, die sie benötigen.

## Wissen und Bedarfe zu Sucht und Drogen

Mit dem Begriff Sucht verbindet sich eine psychische oder physische Abhängigkeit von einem Verhalten oder einer Substanz. Diese Breite des Suchtbegriffs führt dazu, dass in der Befragung unter der Überschrift „Thema Sucht und Drogen“ eine heterogene Sammlung von gesellschaftlichen Phänomenen abgefragt wurde. In Form einer Mehrfachauswahl sollte die Frage „**Was kennst du aus deinem Umfeld?**“ beantwortet werden. Dabei bleibt offen, ob die beobachteten Dinge bzw. das beobachtete Verhalten bei jungen Menschen bzw. als Suchtverhalten wahrgenommen wurden. Die Antworten dürfen lediglich als Hinweis darauf verstanden werden, dass ein Phänomen zur Kenntnis genommen wird und den Begriffen zugeordnet werden kann. Um es an einem Beispiel zu erklären: In der nachfolgenden altersdifferenzierten Darstellung (Abb. 5) der Beobachtung von Essstörungen wird ein Anstieg der Kenntnis mit zunehmendem Alter deutlich. Ob dies allerdings eine Zunahme der Beobachtung von Essstörungen mit zunehmendem Alter bedeutet oder ob ältere junge Menschen ein solches Verhalten besser als Essstörung identifizieren, ist nicht geklärt. Die – so gerahmte – Wahrnehmung der verschiedenen Phänomene steigt in der Regel mit dem Alter an. Ob dies gleichbedeutend damit ist, dass die jungen Menschen mit zunehmendem Alter vermehrt mit Süchten konfrontiert sind, muss mit Ausnahme der *Kaufsucht*, bei der dies explizit genannt ist, offen bleiben.<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> Wobei zugleich bezweifelt werden muss, dass die jungen Menschen in den verschiedenen Altersgruppen Kaufsucht aus sich selbst heraus homogen definieren.



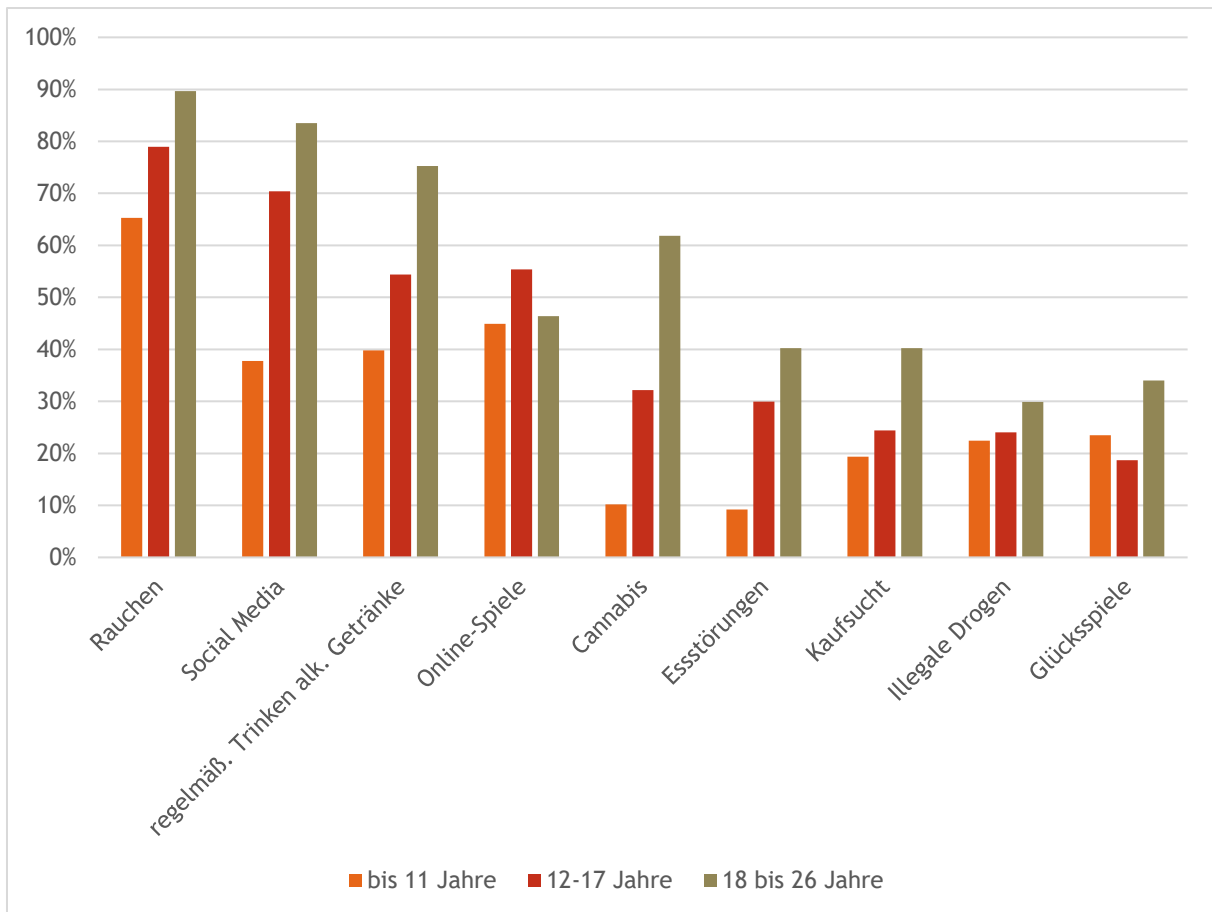


Abb. 5: Häufigkeiten Kenntniserwerb von Phänomenen der Sucht, differenziert nach Altersgruppen<sup>10</sup> in Prozent

Auf die nicht ganz eindeutige Frage „**Was wünschst du dir in Bezug auf den Umgang mit Drogen, Alkohol und Sucht?**“ antworten die jungen Menschen wie folgt: Präventive Maßnahmen wie *mehr Aufklärung an Schulen* (43 %), *mehr Kontrolle* (40 %), *mehr Verbote* (37 %) und *mehr Informationen* (25 %) stehen im Vordergrund. Darüber hinaus wünschen sich 30 % der Befragten, den – ebenfalls präventiven – *verantwortungsvollen Umgang mit süchtig machenden Dingen zu lernen*. Konkrete *Unterstützung durch Ansprechpartner:innen* nennen 17 %. Gleichzeitig sehen 19 % *gar keinen Handlungsbedarf*, was darauf hinweist, dass ein Teil der jungen Menschen das Thema als weniger dringlich oder bereits ausreichend bearbeitet wahrnimmt.

Auf den Veranstaltungen des offenen Mitwirkungsprozesses äußern die Jugendlichen große Besorgnis über den Konsum von Drogen, Alkohol und Zigaretten in ihrem Umfeld. Sie betonen, dass insbesondere der weit verbreitete Konsum von Alkohol und Zigaretten als gefährlich wahrgenommen wird. Einige berichten von einem Unsicherheitsgefühl im öffentlichen Raum, vor allem in Verbindung mit alkoholisierten Personen. Um dem entgegenzuwirken, fordern sie ein Werbeverbot für Suchtmittel und verstärkte Kontrollen, die den Konsum und die Verbreitung von Suchtmitteln, vor allem unter Jugendlichen, eindämmen. Der Alkoholkonsum sollte generell erst ab 18 Jahren rechtlich erlaubt werden. In diesem Zusammenhang wird auch die Einrichtung von anonymen Anlaufstellen vorgeschlagen. Diese sollen Jugendlichen eine sichere Möglichkeit bieten, problematische Situationen zu melden und Unterstützung zu erhalten. Insbesondere die Legalisierung von Cannabis wird von einigen kritisch gesehen, weshalb der Wunsch geäußert wird, diese Entscheidung rückgängig zu machen.

<sup>10</sup> Auf die Darstellung der Gruppe der über 26-Jährigen wird verzichtet.

Ein weiteres zentrales Anliegen der Jugendlichen ist der Kampf gegen das Rauchen. Die Jugendlichen betonen, dass Rauchen wieder „uncool“ werden müsse, und wünschen sich eine stärkere gesellschaftliche Ablehnung. Um den Einfluss des Rauchens in der Nähe von Schulen zu reduzieren, schlagen sie vor, Raucherzonen in größerer Entfernung vom Schulgelände auszuweisen. Außerdem fordern sie ein Verbot von E-Zigaretten und ein generelles Rauchverbot an Stränden, um den Konsum von Nikotinprodukten weiter einzuschränken. Sie sprechen sich für verstärkte Kontrollen aus, um sicherzustellen, dass Minderjährige nicht rauchen.

Neben der Einschränkung des Suchtmittelkonsums fordern die Jugendlichen eine verstärkte, barrierefreie Gesundheitsprävention, um Jugendliche für einen verantwortungsvollen Umgang mit Suchtmitteln zu sensibilisieren. Sie fordern eine intensivere Aufklärungsarbeit über Drogen und Sucht, um das Bewusstsein für Suchtkrankheiten und deren Auswirkungen zu schärfen. Neben Alkohol und (illegalen) Drogen wird auch die Abhängigkeit von Sozialen Medien als problematisch thematisiert. In diesem Zusammenhang wird auch den Erhalt und Ausbau von Freizeitangeboten für junge Menschen von den Jugendlichen als eine Form der Gesundheitsprävention gesehen.

Schließlich wird die Notwendigkeit des Ausbaus von Therapie- und Entzugsangeboten betont. Die Jugendlichen fordern eine bessere Verfügbarkeit von Hilfsangeboten bei Suchtfragen und einen erleichterten Zugang zu therapeutischer Unterstützung für suchtkranke Jugendliche. Dies umfasst sowohl mehr Therapieplätze als auch gezielte Entzugsprogramme, um den Betroffenen eine effektive Genesung zu ermöglichen und eine langfristige Unterstützung zu gewährleisten.

## SICHERES AUFWACHSEN

### Subjektives Sicherheitsempfinden und reale/latente Unterstützungsangebote

Das **Sicherheitsempfinden** ist eine subjektive Größe, die innerhalb der Befragung mit einer 11-stufigen Skala<sup>11</sup> abgefragt wurde. Der Mittelwert der Gesamtstichprobe liegt bei 6,7 Punkten, also im eher sicheren Bereich. Eine differenzierte Analyse des Mittelwertes zeigt, dass das Sicherheitsempfinden innerhalb der Stichprobe an die geschlechtliche Einordnung gebunden ist: *Jungen/Männer* 7,2, *Mädchen/Frauen* 6,2, *nicht binär* 4,4. Die in Abb. 6 dargestellten Häufigkeiten verdeutlichen:

a) Das Unsicherheitsempfinden von männlichen und weiblichen Teilnehmenden ähnelt sich mit leicht erhöhter Unsicherheit in der Kategorie *Mädchen/Frauen*. Vollumfängliches Sicherheitsempfinden bleibt vorwiegend den *Jungen/Männern* vorbehalten. 22 % dieser Teilgruppe bzw. 74 Personen geben dies an. Dem stehen nur 21 *Mädchen/Frauen* bzw. 2 Menschen gegenüber, die *nicht binär* markiert haben.<sup>12</sup>

b) In der mit n=23 kleinen Teilstichprobe der Menschen, die *nicht binär* gewählt haben, werden nahezu alle Sicherheitseinschätzungen gewählt, wobei sich die Werte 0 und 2, die als maximale/umfangreiche Unsicherheit gelesen werden müssen, häufen.

---

<sup>11</sup> 0 = sehr unsicher, 10 = sehr sicher

<sup>12</sup> Ob diese Angaben die Reproduktion des traditionellen männlichen Geschlechterkonstrukts im Sinne des Mannes, der keine Unsicherheit empfinden darf, sind, oder diese Angaben erfahrungsbasiert sind, bleibt offen.

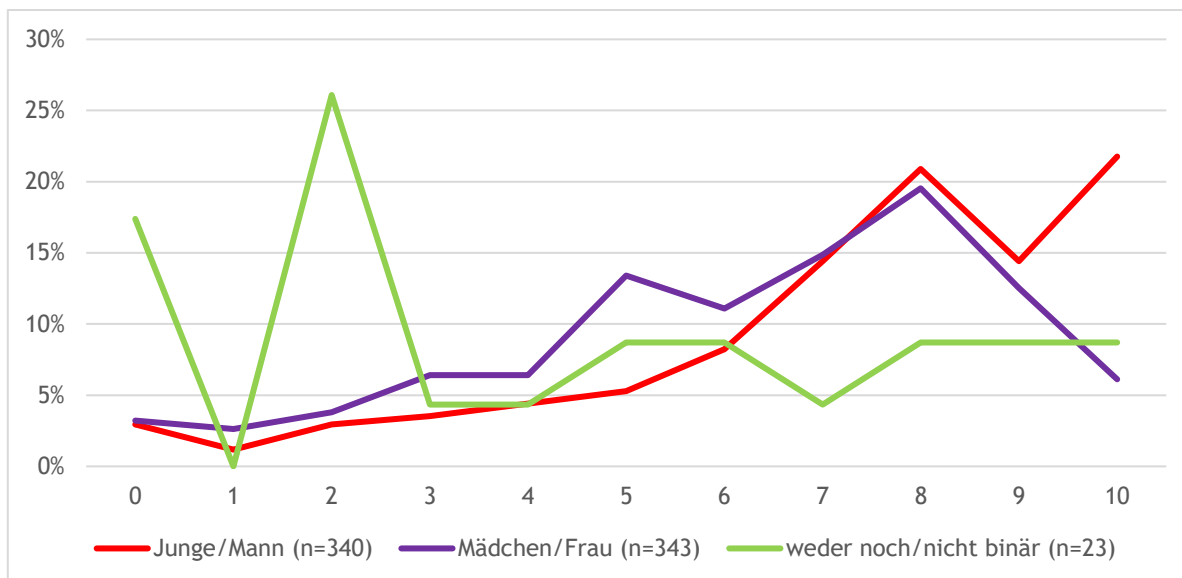


Abb. 6: Subjektives Sicherheitsgefühl auf einer 11-stufigen Likertskala, differenzierte Analyse nach Geschlecht, relative Häufigkeiten

In einer zweiten Frage zum Themenbereich Sicherheit/Unsicherheit wurden die Teilnehmenden gefragt: **„An wen wendest du dich oder würdest dich wenden, wenn du eine schlimme Situation erlebt hast?“** Damit werden zwei Sachverhalte miteinander verknüpft erkundet: a) bereits genutzte Unterstützungsangebote aufgrund von negativen Erfahrungen und b) das Wissen um/die Einschätzung von potenziell nutzbaren Angeboten, die hier als latente Unterstützungsangebote begrifflich gefasst werden. Je nachdem, ob Kinder zur Schule gehen oder junge Erwachsene einem Beruf nachgehen – um einmal zwei Beispiele zu nennen – verändert sich ihre Beziehung zu Institutionen (bspw. Schule/Schulsozialarbeit) und Familie. Um diesen Einfluss zu minimieren, werden in der nachfolgenden Tab. 3 nur die Ergebnisse der 12- bis 17-Jährigen dargestellt, die sich umfangreich in der ähnlichen Lebensphase der schulischen Bildung befinden.

Tab. 3: Relative Häufigkeiten für die Altersgruppe der 12- bis 17-Jährigen der genutzten/latenten Unterstützungsangebote bei negativen Erfahrungen

Unterstützungsangebot	Häufigkeit
Familie	70 %
Freunde	65 %
Polizei	22 %
Ich würde mich an niemanden wenden.	11 %
Schulsozialarbeiter:in	11 %
Weitere Verwandte	11 %
Ich weiß es nicht, weil ich solche Situationen bisher noch nicht erlebt habe.	10 %
Lehrkräfte	10 %
Professionelle Hilfsangebote	6 %
Andere Vertrauenspersonen aus meinem Umfeld. (Wenn ja, welche?):	5 %
Ich weiß nicht, wer mir helfen kann.	4 %
Ich weiß es nicht, weil mir bislang noch niemand geholfen hat.	2 %

Die Ergebnisse verdeutlichen, dass persönliche Beziehungen – insbesondere *Familienangehörige* und *Freund:innen* – als die wichtigsten Ansprechpersonen bei negativen Erfahrungen genutzt werden

oder genutzt werden würden. Danach folgt mit sehr großem Abstand die *Polizei* als staatliche Ansprechstelle. Ähnlich häufig, wie sich die Befragten an *niemanden wenden*, sind auch *Schulsozialarbeit, Verwandte* oder *Lehrkräfte* als (latente) Ressourcen ausgewählt.

Die *offenen Antworten* in der Online-Befragung auf die Frage, **was dazu beitragen würde, dass sich die Jugendlichen sicher oder noch sicherer zu fühlen**, zeigen ein vielschichtiges Verständnis von Sicherheit: Neben dem Wunsch nach mehr Polizeipräsenz und mehr Infrastruktur stehen auch soziale Aspekte wie Akzeptanz, Respekt und Schutz vor Diskriminierung im Mittelpunkt. Auch die Bekämpfung von Extremismus und das Vertrauen in politische Strukturen spielen eine Rolle. Gleichzeitig werden individuelle Schutzmaßnahmen als ergänzende Maßnahme gesehen, um sich im Alltag sicherer zu fühlen. Die Auswertung macht deutlich, dass Sicherheit für die Jugendlichen weit über die körperliche Unversehrtheit hinausgeht und stark mit gesellschaftlichen Entwicklungen verknüpft ist.

Viele wünschen sich mehr Polizeipräsenz im öffentlichen Raum, insbesondere in Verkehrsmitteln und an zentralen Plätzen. Die Sichtbarkeit der Sicherheitskräfte wird als wichtig erachtet, um das Sicherheitsgefühl zu erhöhen. Neben der präventiven Polizeipräsenz wird auch der Ausbau von Überwachungssystemen gefordert. Einige Jugendliche schlagen vor, mehr Kameras an öffentlichen Plätzen zu installieren. Zudem sprechen sich einige Jugendliche für härtere Strafen für Gewalt- und Sexualstraftäter aus.

Ein weiterer zentraler Punkt ist der Wunsch nach mehr Akzeptanz, gegenseitigem Respekt und weniger Vorurteilen in der Gesellschaft. Viele Jugendliche betonen, wie wichtig ein respektvoller Umgang unabhängig von Herkunft, Aussehen oder Meinung sowie Empathie und soziale Unterstützung sind, um ein sicheres Umfeld zu schaffen. Sie fordern mehr Aufklärung und Sensibilisierung zu Themen wie Mobbing und Diskriminierung. Besonderes Augenmerk wird auf den Schutz von queeren Personen gelegt. Dies zeigt, dass neben der äußeren Sicherheit auch ein inneres Gefühl der sozialen Zugehörigkeit und Wertschätzung als wichtig angesehen wird.

Viele Jugendliche gehen davon aus, dass sich ihr Sicherheitsgefühl erhöht, wenn politisch rechte Positionen und Akteur:innen weniger Platz in gesellschaftlichen Debatten einnehmen. Sie fordern eine Stärkung demokratischer Werte und eine entschlossene Haltung gegen Nationalismus, rechtsradikale Gruppen und Hassparolen, auch im schulischen Umfeld. Einige Jugendliche äußern ihre Unzufriedenheit mit der politischen Situation und wünschen sich mehr Stabilität und ein stärkeres Engagement der Politiker:innen für die Gesellschaft. Vereinzelt wird auch der Wunsch nach globalem Frieden thematisieren. Neben konstruktiven Vorschlägen gibt es auch Aussagen, die Vorurteile und gesellschaftliche Spaltungen widerspiegeln, wie z. B. fremdenfeindliche oder diskriminierende Forderungen. Diese stehen in starkem Widerspruch zu den vielen Stimmen, die sich für Akzeptanz und gesellschaftlichen Zusammenhalt aussprechen.

Auch die Verbesserung der physischen Umgebung wird von den Jugendlichen als wesentlich für ein erhöhtes Sicherheitsgefühl angesehen. Insbesondere eine bessere Straßenbeleuchtung, sichere Radwege und gut beleuchtete Wege in ländlichen Regionen werden als wichtige Maßnahmen genannt, um vor allem die Unsicherheit in den Abendstunden zu reduzieren.

Einige Jugendliche setzen auf individuelle Schutzmaßnahmen. So gibt es den Wunsch nach kostenlosen Selbstverteidigungskursen und anderen Möglichkeiten zur Stärkung des persönlichen Sicherheitsgefühls. Einzelne Forderungen gehen darüber hinaus und beinhalten den Wunsch nach Bodyguards oder sogar nach Legalisierung von Waffen zur Selbstverteidigung.

Die Jugendlichen äußern auch auf den Veranstaltungen des offenen Mitwirkungsprozesses ein starkes Bedürfnis nach mehr Sicherheit im Alltag und berichten, dass sie sich unsicher fühlen, wenn sie unterwegs sind. Sie wünschen sich Veränderungen, die ihre Ängste abbauen, und fordern gezielte Maßnahmen zur Verbesserung ihres subjektiven Sicherheitsgefühls im öffentlichen Raum, in der Nähe von Schulen und auf den Straßen.

Ein zentrales Anliegen der Jugendlichen ist die Verbesserung der Verkehrsinfrastruktur, insbesondere der Ausbau von Radwegen. Die Jugendlichen empfinden das Radfahren ohne gesicherte Radwege in einigen Bereichen als zu gefährlich und sehen hier dringenden Handlungsbedarf. Darüber hinaus fordern sie eine bessere Beleuchtung von Straßen und Wegen, um vor allem in den Abendstunden besser gesehen zu werden und sich damit sicherer zu fühlen.

Auch die Überwachung öffentlicher Räume wird von den Jugendlichen diskutiert. Einige sprechen sich für eine verstärkte Videoüberwachung aus, um Gefahrenpotenziale frühzeitig zu erkennen und Straftaten zu verhindern. Insbesondere für gefährdete Gruppen – z. B. behinderte Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund – werden zusätzliche Schutzmaßnahmen gefordert, um auch ihnen ein sicheres Umfeld zu bieten.

Neben der Sicherheit auf Straßen und Plätzen wird auch die Gefahrenabwehr im Wasser als wichtig erachtet. Die Jugendlichen betonen die Notwendigkeit von Schwimmkursen für Kinder, um die Sicherheit in Schwimmbädern und an Gewässern zu erhöhen. Sie schlagen vor, Rettungsschwimmer:innen einzusetzen, die Schwimmkurse anbieten, damit Kinder schon früh lernen, sich sicher im Wasser zu bewegen.

Schließlich wird die Bedeutung leicht zugänglicher Hilfsangebote betont. Viele Jugendliche wissen nicht, an wen sie sich in unsicheren oder bedrohlichen Situationen wenden können. Sie fordern daher eine bessere Bekanntmachung von Schutz- und Unterstützungsangeboten, damit sie im Bedarfsfall schnell und unkompliziert Hilfe erhalten.

## Diskriminierungs- und Benachteiligungserfahrungen

Um in Erfahrung zu bringen, welche Diskriminierungs- und Benachteiligungserfahrungen die jungen Menschen in Mecklenburg-Vorpommern erleben, wurden sie aufgefordert, folgende Frage zu beantworten: **„Welche Gründe für Benachteiligung erlebst du in deinem Alltag?“** Die vorgegebenen Antwortmöglichkeiten sind aus Tab. 4 entnehmbar. Diese Frageformulierung lässt offen, in welcher Form und Intensität die „Benachteiligungen“ erlebt wurden: als eigene Erfahrung oder Beobachtung bei anderen. Innerhalb der Antwortoptionen finden sich dann Items, die diese Offenheit eingrenzen und gezielt nach subjektiver Wahrnehmung fragen. In diese Kategorie fällt auch die am häufigsten gewählte Antwort zum situativen Empfinden persönlicher Minderwertigkeit. Dieses Gefühl ist jedoch eher universell und kann in unterschiedlichen Lebenssituationen auftreten. Es beschreibt eine emotionale, oft vorübergehende Unsicherheit, die viele Menschen unabhängig von objektiven Benachteiligungen erleben, womit die häufige Auswahl dieses Items wenig überrascht und in dieser unspezifischen Form keinen Hinweis auf das Selbstbild der Befragten impliziert.

Tab. 4: Relative Häufigkeiten der wahrgenommenen Gründe für Benachteiligung im Alltag.

Gründe /Anlässe für Benachteiligung	Häufigkeiten
Manchmal habe ich das Gefühl, ich bin einfach nicht gut genug.	29 %
Gar keine.	26 %
Aufgrund des Aussehens.	25 %
Freizeitangebote können nicht wahrgenommen werden, weil die Familie nicht so viel Geld zur Verfügung hat.	19 %
Aufgrund der Entfernung des Wohnortes.	18 %
Aufgrund einer Behinderung.	14 %
Aufgrund des Geschlechts.	13 %
Aufgrund der sexuellen Orientierung.	13 %
Aufgrund eines geringen Schulabschlusses.	10 %
Aufgrund einer Religion.	9 %

Aufgrund eines Migrationshintergrunds.	9 %
Etwas anderes, nämlich:	3 %

Etwa jede vierte befragte Person wählt *gar keine* Gründe für Benachteiligung und gibt somit an, auch keine Benachteiligung zu erleben.<sup>13</sup> Bei den weiteren Antwortoptionen wird deutlich, dass hier eine Sammlung von strukturellen Bedingungen bis hin zu Missachtung und Ausgrenzung in dynamischen Prozessen der Peerkultur enthalten sein kann. In die letztgenannte Kategorie fallen die Bewertung und Anerkennung *aufgrund des Aussehens*, was ein Viertel als erlebt angibt. Während *wirtschaftliche Überforderung bei der Freizeitgestaltung*, was auch auf Armut hinweisen kann, und die *Entfernung des Wohnortes* messbar und breiter verteilt zu sein scheinen (18 bis 19 %), sind die etwas weniger gewählten Antworten individuell existente oder auch kommunikativ explizierte Merkmale von Menschen: *Behinderung, Geschlecht, sexuelle Orientierung, geringer Schulabschluss, Religion, Migrationskontext*. Diese Aspekte werden zu 9 bis 14 % ausgewählt. Dies als Hinweis darauf zu verstehen, dass bspw. 14 % der Befragten eine Beeinträchtigung haben, ist allerdings aufgrund der einführenden Bemerkungen zur Frageformulierung nicht haltbar, da die eigene Betroffenheit offen bleibt.

Das Diskriminierungen oft nicht einzig auf eine Kategorie bezogen erlebt werden, sondern gleichzeitig in verschiedenen Bereichen erfolgen oder erfahren werden (intersektional), wird auch in den Befunden der Befragung deutlich: 13 % der hier Teilnehmenden wählen 5 bis 9 inhaltliche Antwortoptionen aus.<sup>14</sup>

Die Jugendlichen schildern auf den Veranstaltungen des offenen Mitwirkungsprozesses vielfältige Gründe, warum sie sich selbst oder andere als benachteiligt wahrnehmen. Benachteiligung wird auf verschiedenen Ebenen erlebt – sei es durch soziale Ausgrenzung aufgrund von Herkunft, Behinderung, sexueller Orientierung oder Krankheit, durch ökonomische Hürden oder fehlende Unterstützungssysteme. Die Jugendlichen fordern eine Gesellschaft, die Diskriminierung aktiv bekämpft, Chancengleichheit gewährleistet und wirtschaftliche Barrieren abbaut. Ihre Wünsche reichen von gezielten Bildungs- und Wohnraummaßnahmen bis hin zu einer inklusiveren und gerechteren Gesellschaft, in der alle Menschen gleich behandelt werden und Zugang zu den gleichen Möglichkeiten haben.

Ein besonders belastendes Problem für die Jugendlichen ist Rassismus, der sowohl im gesellschaftlichen Leben als auch im schulischen Umfeld erlebt wird. Rassistische Diskriminierung durch Mitschüler:innen oder sogar Lehrkräfte wird als tiefgreifendes Hindernis für das Gefühl der Zugehörigkeit empfunden. Die Jugendlichen fordern daher gezielte Maßnahmen zur Sensibilisierung und Schulung von Lehrkräften, um rassistische und diskriminierende Strukturen aktiv erkennen und bekämpfen zu können. Zudem äußern sie den Wunsch, dass die Gesellschaft nicht weggeschaut und Diskriminierung konsequent geahndet wird. Es sollten Safe Spaces für Jugendliche geschaffen werden, um ihnen den Mut zu geben, Diskriminierung und Missstände zu benennen.

Neben der sozialen Diskriminierung, die häufig dann auftritt, wenn jemand nicht in das Bild der „Mehrheitsgesellschaft“ passt, werden auch wirtschaftliche Ungleichheiten als belastend empfunden. Dabei stellt vor allem der Wohnungsmarkt für junge Menschen eine große Hürde dar. Hohe Mieten und der Mangel an bezahlbarem Wohnraum erschweren jungen Erwachsenen ein selbstständiges und selbstbestimmtes Leben. Die Jugendlichen fordern daher eine gerechtere Wohnungspolitik mit mehr bezahlbarem Wohnraum, höheren Wohngeldzuschüssen sowie speziell auf junge Menschen zugeschnittene Unterstützungsmöglichkeiten wie Azubi-Rabatte oder angepasste Gehälter.

Darüber hinaus wird mehr Unterstützung für wirtschaftlich benachteiligte Familien gefordert. Insbesondere die Kita-Situation bereitet vielen Sorgen. Die Jugendlichen wünschen sich kostenfreie Kita-

<sup>13</sup> Diese n=197 Personen wählen dann in 4 bis 6 Fällen doch noch weitere inhaltliche Antwortkategorien aus, die hier in der Auswertung enthalten sind.

<sup>14</sup> In sieben Fällen werden alle inhaltlichen Kategorien gewählt, was tendenziell eher auf ein jugendliches Spaßhandeln statt einer inhaltlichen Antwort hinweist, weshalb diese Fälle hier außen vor bleiben.

Plätze, um die finanziellen Benachteiligungen für Familien zu reduzieren und Chancengleichheit von Anfang an zu fördern<sup>15</sup>.

Ein weiteres wichtiges Anliegen ist den Jugendlichen die Inklusion von Menschen mit Behinderungen. Die Jugendlichen fordern eine barrierefreie Umwelt und weniger institutionelle Benachteiligung. Insbesondere im Schulalltag wünschen sie sich individuell angepasste Nachteilsausgleiche, die auf die spezifischen Bedürfnisse der Betroffenen abgestimmt sind. Deutlichen Verbesserungsbedarf sehen sie vor allem im Umgang mit psychischen Erkrankungen wie Angststörungen oder Soziophobie. Mehr Unterstützung und klare Regelungen könnten hier helfen, gleiche Bildungschancen für alle zu gewährleisten.

Ein von den Jugendlichen ebenfalls kontrovers diskutiertes Thema ist die wahrgenommene Ungleichbehandlung bei staatlichen Hilfsprogrammen. Einige Jugendliche haben den Eindruck, dass ausländische Mitbürger:innen mehr Unterstützung erhalten als einheimische Jugendliche. Diese Wahrnehmung führt bei einigen zu Frustration und dem Wunsch nach mehr Transparenz und Gerechtigkeit bei der Vergabe staatlicher Leistungen. Die Jugendlichen sprechen sich für eine faire Verteilung von Ressourcen aus, bei der alle Einwohner:innen unabhängig von ihrer Herkunft gleichermaßen berücksichtigt werden.

Auf die Frage „**Was würde helfen, um mehr Gerechtigkeit zu schaffen?**“ konnten die Jugendlichen in der Online-Befragung in einem *offenen Antwortfeld* ihre Ideen einbringen. Diese spiegeln ein starkes Bedürfnis nach mehr Akzeptanz, Respekt und Chancengleichheit wider, was gleichzeitig Auskunft gibt über ihr implizites Verständnis von Gerechtigkeit.

Die Jugendlichen fordern gleiche Rechte und gleiche Behandlung für alle Menschen, unabhängig von persönlichen Merkmalen oder sozialem Status. In der Schaffung von Chancengleichheit sehen sie einen entscheidenden Schritt zu mehr Gerechtigkeit. Darüber hinaus wird eine gerechtere Verteilung von Rechten und Pflichten gefordert, damit niemand benachteiligt oder bevorzugt wird, insbesondere im Geschlechterverhältnis. Um benachteiligte Gruppen zu unterstützen, halten die Jugendlichen finanzielle Hilfen für arme Menschen, sozial schwache Familien oder Migrant:innen für essenziell. Außerdem schlagen sie konkrete Maßnahmen zur sozialen Integration vor, wie kostenlose Freizeitangebote, bessere öffentliche Verkehrsanbindungen oder barrierefreie Innenstädte.

Um mehr Gerechtigkeit zu schaffen, wünschen sich die Jugendlichen eine Gesellschaft, in der Menschen unabhängig von Herkunft, Geschlecht, sexueller Orientierung oder anderen Merkmalen respektiert und akzeptiert werden. Sie betonen, dass Gerechtigkeit nur durch einen respektvollen Umgang und die Wertschätzung von Vielfalt erreicht werden kann. Ihrer Meinung nach wäre es hilfreich, Vorurteile aktiv abzubauen, mehr Empathie und Toleranz im Alltag zu fördern und den sozialen Druck, insbesondere in Bezug auf materielle Statussymbole, zu verringern.

Ein weiterer zentraler Ansatzpunkt für mehr Gerechtigkeit ist eine umfassendere Bildung und Aufklärung über Themen wie Diskriminierung, Sexismus, Rassismus und Extremismus. Die Jugendlichen sind davon überzeugt, dass der Grundstein für eine gerechtere Gesellschaft bereits im Kindesalter gelegt werden sollte. Sie schlagen vor, durch Unterrichtseinheiten mit offenem Dialog oder gezielten Informationsangeboten ein Bewusstsein für diese Themen zu schaffen. Besonders wichtig erscheint ihnen auch, dass Aufklärung nicht nur Geschlechtergerechtigkeit, sondern auch religiöse und sexuelle Vielfalt umfasst. Zudem halten sie eine klarere politische Positionierung gegen Diskriminierung für notwendig.

---

<sup>15</sup> In Mecklenburg-Vorpommern ist die Kindertagesförderung seit dem 1. Januar 2020 beitragsfrei. Die Eltern zahlen keine Beiträge für Kindertageseinrichtungen. Diese Kosten werden vom Land übernommen. Aber auch bei Berücksichtigung dieser Information, die den Jugendlichen offenbar nicht vorlag, bleibt deren Forderung nach mehr Unterstützung benachteiligter Familien bestehen oder bezieht sich im Kita-Kontext auf die Kosten für die Essensversorgung, die von den Eltern aufgebracht werden müssen.

Einige Jugendliche äußerten aber auch politisch umstrittene oder diskriminierende Positionen, die im fachlichen Sinn nicht als gerechtigkeitsorientiert verstanden werden können<sup>16</sup>. Dazu gehören Forderungen nach einem Ausstieg aus der EU, der Abschiebung von Migrant:innen oder restriktiven Sozialmaßnahmen, die im Widerspruch zu den integrativen Ideen vieler anderer Teilnehmenden stehen. Diese Aussagen verdeutlichen, dass es unter den Jugendlichen unterschiedliche Vorstellungen von Gerechtigkeit gibt. Während sich viele für eine inklusive und gleichberechtigte Gesellschaft aussprechen, sehen andere Gerechtigkeit restriktiver und ausgrenzender<sup>17</sup>.

## Mediennutzung und Medienkompetenz

### Internetnutzung

Die Lebenswelt von jungen Menschen ist mit zunehmendem Alter umfangreich durch die Nutzung von digitalen, onlinebasierten Medien geprägt und findet teilweise in virtuellen Welten statt. Online zu sein, ist mitunter der Regelzustand, was vor allem dann bemerkt wird, wenn „kein Netz“ vorhanden ist. Die jungen Menschen wurden gefragt, für welche *drei* hauptsächlichen Zwecke/Tätigkeiten sie online sind. In den Befunden (Tab. 5) zeigen sich deutliche Schwerpunkte im Bereich *Musikhören* und *Kommunikation mit Freunden* (jeweils 73 %) sowie der Nutzung von *Social Media Plattformen* (70 %). Auch *Online-Games* und *Filme schauen* werden von jeweils 51 % der Befragten häufig genannt, was auf eine vielfältige Freizeitgestaltung hinweist, wobei Online-Games auch auf gemeinsame virtuelle Freizeitaktivitäten mit (virtuellen) Freund:innen hinweisen können.

Informationsbezogene Aktivitäten wie *Nachrichten lesen bzw. schauen* (26 %) und *schulische Online-Aktivitäten* (22 %) spielen eine kleinere, aber dennoch relevante Rolle. Das *Hören von Podcasts* (20 %) ergänzt das Spektrum an inhaltlichen Angeboten. Dabei ist allerdings zu beachten, dass keinesfalls nur die Schule als Signalwort für *Bildung* verstanden werden darf: Social-Media, Podcasts sind sehr umfangreiche Bildungsorte vielfältiger Art. Das *Erstellen eigener Inhalte* (10 %) ist vergleichsweise selten.

Mit 6 % geben nur wenige an, *etwas anderes* online zu tun, was nicht durch die Auswahlmöglichkeiten abgedeckt. Hier wird im offenen Antwortfeld drauf hingewiesen, dass der Konsum pornografischer Inhalte von den jungen Menschen – adäquat zur Erwachsenenkultur – von *Filme schauen* getrennt betrachtet wird. Insgesamt verdeutlichen die Ergebnisse, dass das Internet sowohl zur Unterhaltung und sozialen Vernetzung als auch für informations- und bildungsorientierte Zwecke genutzt wird, wobei diese Nutzungszwecke zumeist gemischt sind.

Tab. 5: Relative Häufigkeiten der drei meistgenutzten Zwecke und Aktivitäten im Internet

Optionen	Häufigkeit
Ich höre Musik.	73 %
Ich kommuniziere mit meinen Freunden.	73 %
Ich bin auf Social Media Plattformen unterwegs.	70 %
Ich spiele Online-Games.	51 %
Ich schaue Filme.	51 %

<sup>16</sup> siehe dazu u.a.: Gerechtigkeitsorientierung steht „im Sinne eines *Strebens* nach mehr Gerechtigkeit, gestützt auf ein Menschenbild, das (in offensiver Abgrenzung z.B. zu rechtsextremistisch geprägten Menschenbildern) die Achtung der Würde des Menschen (prinzipiell des Menschen — und nicht abgestuft *bestimmter* Menschen) als unveräußerlichen Anspruch zugrunde legt.“ (Wippermann, C., Zarcos-Lamolda, A., Krafeld, F.J., Bundesarbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz e.V. (2002): Grundlagen gerechtigkeitsorientierter Jugendarbeit. In dies.: Auf der Suche nach Thrill und Geborgenheit. VS Verlag für Sozialwissenschaften: 195-206)

<sup>17</sup> Dieses Verständnis von Gerechtigkeit entspricht aber nicht einer fachlich begründeten Gerechtigkeitsorientierung (siehe Fußnote 16).



Optionen	Häufigkeit
Ich höre Musik.	73 %
Ich kommuniziere mit meinen Freunden.	73 %
Ich bin auf Social Media Plattformen unterwegs.	70 %
Ich spiele Online-Games.	51 %
Ich schaue bzw. lese Nachrichten.	26 %
Ich bin für die Schule online.	22 %
Ich höre Podcasts.	20 %
Ich stelle eigene Inhalte online.	10 %
Ich mache etwas anderes, nämlich:	6 %

### Medienkompetenz und deren Erwerb

Auf die Frage „**Wie und wo lernst du, wie man sich verantwortungsvoll online bewegt?**“ (Tab. 6) zeigt sich, dass der Erwerb von Medienkompetenz vor allem auf *Eigeninitiative* (57 %) unter anteiliger Nutzung von *digitalen Plattformen* (24 %) – und das *familiäre Umfeld* (42 %) und *Freundschaften* (33 %) zurückzuführen ist. *Schulen* (27 %) spielen eine nachgeordnete Rolle, während *institutionelle Angebote* und *Expertenunterstützung* kaum wahrgenommen werden. Gleichzeitig besteht bei einer kleinen Gruppe von Jugendlichen (5 bis 2 %) ein fehlender Zugang oder Unsicherheit in Bezug auf Lernmöglichkeiten.

Tab. 6: Relative Häufigkeiten der Lernorte für den verantwortungsvollen Umgang im Internet.

Optionen	Häufigkeiten
Ich bringe mir das selbst bei.	57 %
Meine Familie bringt mir viel bei.	42 %
Ich spreche mit Freunden darüber.	33 %
Ich lerne das im Unterricht.	27 %
Durch Social Media/ Websites lerne ich einiges.	24 %
Gar nicht.	5 %
Durch Expert:innen/ Kurse in den Ganztagsangeboten oder in Freizeit-treffs.	4 %
Ich weiß nicht, an wen ich mich wenden kann, um es zu lernen.	2 %

Gefragt nach den Wünschen in Bezug auf Medienkompetenz wird deutlich, dass Fake News als große Herausforderung erlebt werden. Fast die Hälfte (48 %) möchte lernen, *wie man Fakenews erkennt*. Mehr als ein Drittel der Teilnehmenden (38 %) wünscht sich *härtere Strafen für Straftäter:innen, z. B. bei Beleidigung, Stalking*. Ein Viertel der Teilnehmenden (26 %) möchte lernen, *wie man generell mit Medien verantwortungsvoll umgeht*. Neben *Interesse an Online-Verhaltensregeln* (24 %) und *Hintergrundwissen zu Social Media-Algorithmen* (23 %) wünscht sich fast jede fünfte Person *mehr Hilfsangebote bei Sucht* (19 %), was für ein starkes Problembewusstsein und eine defizitäre Angebotsstruktur spricht.

Die Jugendlichen äußern auf den Veranstaltungen des offenen Mitwirkungsprozesses große Bedenken hinsichtlich der allgegenwärtigen Nutzung digitaler Medien und fordern einen bewussteren Umgang mit diesen sowie eine bessere Regulierung digitaler Inhalte, technische Lösungen zum Schutz der Privatsphäre und eine verstärkte Aufklärung, um einen bewussten und gesunden Umgang mit

digitalen Medien zu ermöglichen. Ihr Anliegen ist es, sicher und selbstbestimmt in der digitalen Welt aufzuwachsen.

Insbesondere die übermäßige Bildschirmzeit wird als problematisch empfunden, da sie sich negativ auf die psychische Gesundheit und das soziale Leben auswirkt. Ein häufig geäußelter Wunsch ist ein „Digital Detox“, also eine gezielte Reduzierung der Bildschirmzeit, um eine bessere Balance zwischen digitaler und realer Welt zu schaffen.

Ein großes Problem sehen die Jugendlichen im ungehinderten Zugang zu bedenklichen Inhalten im Internet, insbesondere zu Gewaltvideos. Viele Jugendliche fordern strengere Richtlinien und stärkere Kontrollen auf Social-Media-Plattformen, um der Verbreitung schädlicher Inhalte entgegenzuwirken. Neben der Regulierung von Beiträgen wird auch ein verbessertes Datenschutzrecht gewünscht. Ein echtes „Recht am eigenen Bild“ soll sicherstellen, dass Jugendliche vor unerlaubtem Fotografieren und Filmen – insbesondere im schulischen Umfeld – geschützt werden. Zur Umsetzung dieser Schutzmaßnahmen schlagen die Jugendlichen technische Innovationen vor. Sie wünschen sich bspw. intelligente Apps, die ein akustisches Signal geben, sobald ein Foto gemacht wird, sowie Hinweise, wenn ein Screenshot von Bildern oder Nachrichten erstellt wird. Damit soll das Bewusstsein für den Umgang mit digitalen Inhalten geschärft und der Schutz der Privatsphäre verbessert werden.

Auch der Schutz von minderjährigen Nutzer:innen sozialer Netzwerke wird als dringend erforderlich angesehen. Viele Jugendliche wünschen sich, dass ihre Profile besser vor unbefugten Zugriffen geschützt werden – sei es durch erhöhte Sicherheitseinstellungen, wie z. B. die Reduzierung der Bildschirmzeit oder die Sperrung des Zugriffs auf bestimmte Websites, oder durch eine bessere Verschleierung der Accounts. Zudem wird gefordert, mehr Online-Hilfeangebote bereitzustellen, um Jugendlichen in problematischen Situationen im digitalen Raum schnelle und unkomplizierte Unterstützung zu bieten.

Die mangelnde Medienkompetenz der Gesellschaft, insbesondere der Eltern, bereitet den Jugendlichen Sorgen. Viele kritisieren, dass ihre Eltern nicht ausreichend über die Auswirkungen der Digitalisierung auf ihr Leben informiert sind und sie daher nicht angemessene unterstützen können. Sie fordern gezielte Aufklärungsmaßnahmen für Eltern und Kinder, um einen sicheren und reflektierten Umgang mit digitalen Technologien zu fördern.

Neben Social Media wird auch die Darstellung bestimmter gesellschaftlicher Gruppen in Fernsehformaten kritisch hinterfragt. Die TV-Serie „Hartz und herzlich“ bspw. wird von vielen Jugendlichen als problematisch empfunden, da sie ein verzerrtes Bild bestimmter gesellschaftlicher Gruppen vermitteln könnte. Hier wünschen sich die Jugendlichen eine verantwortungsvollere mediale Berichterstattung.

# FAZIT DER AUSSAGEN DER JUNGEN MENSCHEN

## FAZIT ZUM GESUNDEN AUFWACHSEN

### Sport und Bewegung im Alltag der Jugendlichen

- » Viele Jugendliche treiben außerhalb des Sportunterrichts Sport, jedoch mit großen Unterschieden im Umfang.
- » Jungen/junge Männer treiben im Durchschnitt mehr Sport als Mädchen/junge Frauen oder nicht-binäre Personen.
- » Es gibt keine nennenswerten Unterschiede bei der außerschulischen sportlichen Betätigung zwischen Stadt und Land.
- » Die bestehenden Sport- und Bewegungsangebote sind für viele junge Menschen nicht ausreichend und bedarfsgerecht vorhanden: Weniger als die Hälfte ist zufrieden, insbesondere Mädchen/junge Frauen und nicht-binäre Jugendliche fühlen sich weniger angesprochen.
- » Finanzielle Hürden, fehlende soziale Anknüpfungspunkte und mangelnde Infrastruktur erschweren die Nutzung bestehender Angebote.
- » Sportvereine verlieren an Attraktivität für junge Menschen, da die Mitgliedschaft oft zu teuer ist oder die Angebote nicht bedarfsgerecht sind.
- » Es gibt zu wenige frei zugängliche Räume für Sport und Bewegung.
- » Zeitmangel durch lange Schultage und zu wenige Pausen verhindert mehr sportliche Betätigung der Jugendlichen.

So geht es aus Sicht der Jugendlichen besser	
<b>Infrastruktur und Erreichbarkeit</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>· mehr Bewegungsangebote in der Umgebung</li><li>· mehr gut erreichbare öffentliche Sportplätze</li><li>· mehr Outdoor-Fitnessgeräte</li><li>· gut erreichbare und gepflegte Badestellen</li><li>· geöffnete Schul-Sportstätten außerhalb der Schulzeiten</li></ul>
<b>Vereinssport</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>· kostenlose Sportangebote</li><li>· günstigere Vereinsmitgliedschaften</li><li>· finanzielle Hilfe für Sportausrüstung</li></ul>
<b>Soziale Aspekte stärken</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>· inklusive Sportangebote</li><li>· mehr gemeinsame Sportangebote mit Freund:innen</li><li>· bessere Trainer:innen, die Jugendliche motivieren und unterstützen</li></ul>
<b>Jugendgerechte Angebote schaffen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>· bedarfsorientierte Angebote, die auch Mädchen/Frauen und nicht-binäre Personen ansprechen</li></ul>
<b>Zeit für Sport</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>· längere Pausen für Bewegung</li><li>· mehr Bewegung in der Schule</li><li>· bessere Verzahnung von Schule und Vereinssport</li><li>· flexiblere Freizeitmöglichkeiten</li></ul>

### Mitbestimmung

- Beteiligung der Jugendliche bei der Planung und Umsetzung von Sportangeboten
- freiwillige Sport- und Bewegungsangebote im Schulkontext

## Ernährung im Alltag der Jugendlichen

- » Jugendliche bewerten ihre Ernährung im Durchschnitt als weder besonders gesund noch ungesund.
- » Informationen zu gesunder Ernährung erhalten sie hauptsächlich aus der Familie und aus sozialen Netzwerken, während Schule, Websites, Freund:innen oder Bücher/Zeitschriften eine geringere Rolle spielen.
- » Viele Jugendliche kritisieren die Qualität und Preise des Schulessens, das oft als unzureichend oder ungenießbar empfunden wird.
- » Essensräume und Kantinen sind oft überfüllt und wenig einladend. Zeitmangel und gestaffelte Essenszeiten erschweren eine entspannte Nahrungsaufnahme.

### So geht es aus Sicht der Jugendlichen besser

<b>Schulverpflegung</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>· gesünderes, schmackhafteres und kostengünstiges Essen mit einer größeren Auswahl (z. B. vegetarische und vegane Optionen)</li></ul>
<b>Mehr Aufklärung und gemeinsames Kochen/Essen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>· Tipps für gesunde preiswerte Ernährung</li><li>· gemeinsames Kochen mit Familie oder Freund:innen</li><li>· Projekte und praxisnahe Angebote zu gesunder Ernährung, z. B. gemeinsames Kochen in der Schule</li><li>· Essen aus eigener Schulküche</li></ul>
<b>Mitbestimmung</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>· Mitentscheidung über Schulessen, z. B. durch Mitgestaltung der Speisepläne</li></ul>
<b>Essensräume und -zeiten</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>· mehr Platz und eine angenehmere Atmosphäre für entspanntes Essen</li><li>· längere Pausen für entspanntes Essen</li></ul>
<b>Zusätzliche Verpflegungsmöglichkeiten in der Schule</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>· Snackautomaten oder Kioske mit gesunden Optionen</li></ul>

## Psychosoziale Belastungen und Zukunftsängste im Alltag der Jugendlichen

- » Leistungsdruck in der Schule ist die größte Belastung für junge Menschen.
- » Als Zukunftsängste dominieren: Krieg in Deutschland, allgemeine Zukunftsangst, politische Radikalisierung und Klimawandel.
- » Individuelle Belastungen, die in verschiedenem Maß mit gesellschaftlichen Bedingungen im Zusammenhang stehen, umfassen gesundheitliche Probleme, erlebtes Trauma, familiäre Schwierigkeiten, Mobbing, mediale Überforderung und finanzielle Einschränkungen.
- » Eigene psychische Belastungen oder Erkrankungen, aber auch solche im Freundeskreis wirken sich stark auf das Wohlbefinden der Jugendlichen aus.

- » Soziale Isolation und das Bedürfnis nach Akzeptanz stellen ebenfalls wichtige Belastungsfaktoren dar.
- » Mobbing, Diskriminierung, mangelnde Inklusion und Chancengleichheit belasten besonders Jugendliche mit Behinderungen oder die, die sich nicht in traditionellen gesellschaftlichen Normen verorten, z. B. in Bezug auf ihre geschlechtliche Identität.
- » Einige Jugendliche berichten von Gewalterfahrungen, wobei männliche Jugendliche aus ländlichen Regionen überproportional betroffen sind.
- » Übermäßiger Medienkonsum und digitale Informationsflut werden als problematisch empfunden.
- » Finanzielle Belastungen können schnell auch zu sozialen Belastungen werden, insbesondere wenn es um Konsum und Zugehörigkeit geht.

So geht es aus Sicht der Jugendlichen besser	
<b>Schulischer Leistungsdruck</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Entlastung im Alltag durch weniger Leistungsdruck/Prüfungsstress in Schule/Studium</li> <li>· flexiblere Schulzeiten</li> <li>· Einführung einer 4-Tage-Woche</li> </ul>
<b>Unterstützung für psychische Gesundheit</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Ausbau des Fachpersonals an Schulen: mehr Schulpsycholog:innen, mehr Schulsozialarbeiter:innen</li> <li>· geschützte Räume für vertrauensvolle Gespräche an Schulen</li> </ul>
<b>Aufklärung über psychische Erkrankungen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· mehr Verständnis für individuelle Herausforderungen in der Gesellschaft</li> <li>· besserer Umgang mit psychischen Folgen der Coronapandemie bei Jugendlichen</li> <li>· Lehrer:innenfortbildungen zu psychischen Erkrankungen und deren Folgen</li> <li>· Projekttag zur Aufklärung über psychische Erkrankungen</li> </ul>
<b>Schutzmaßnahmen gegen Mobbing und Diskriminierung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· gezielte Präventionsprogramme</li> <li>· Fortbildungen für Lehrkräfte zu den Themen Diskriminierung und Mobbing</li> </ul>
<b>Hilfsangebote</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· bessere Bekanntmachung von Hilfsangeboten</li> <li>· leichter Zugang zu Hilfsangeboten</li> <li>· mehr Therapieplätze, insbesondere im ländlichen Raum</li> </ul>

## Sucht und Drogen im Alltag der Jugendlichen

- » Viele Jugendliche sind mit dem Konsum von Suchtmitteln – wie Alkohol, Zigaretten und Drogen – in ihrem Umfeld konfrontiert.
- » Jugendliche äußern Besorgnis über den Konsum von Suchtmitteln in ihrem Umfeld und berichten von einem erhöhten Unsicherheitsgefühl, insbesondere durch alkohol- und drogenbedingte Verhaltensweisen.
- » Die Wahrnehmung von Suchtverhalten steigt mit dem Alter.
- » Einige Jugendliche sehen die Legalisierung von Cannabis kritisch und fordern eine Rücknahme dieser Entscheidung.

So geht es aus Sicht der Jugendlichen besser	
<b>Prävention und Aufklärung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· mehr Aufklärung und präventive Maßnahmen in Schulen</li> <li>· intensivere und verständlichere Informationsvermittlung über Suchtgefahren und -ursachen</li> </ul>
<b>Gesellschaftliche Verantwortung, Kontrollen und Verbote</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· stärkere gesellschaftliche Ablehnung des Rauchens</li> <li>· Einführung von Rauchzonen weiter entfernt von Schulen</li> <li>· generelles Rauchverbot an Stränden</li> <li>· verstärkte Kontrollen im Zusammenhang mit Alkohol, Zigaretten und Cannabis</li> <li>· Alkoholkonsum erst ab 18 Jahren rechtlich erlauben</li> </ul>
<b>Verantwortungsbewusster Umgang mit Suchtmitteln</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Fokus auf verantwortungsvollen Umgang mit Suchtmitteln legen</li> <li>· mehr Präventionsprogramme, Bildung und Aufklärung zum Erlernen eines verantwortungsbewussten Umgangs</li> </ul>
<b>Gesundheitsprävention</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Ausbau der Gesundheitsprävention</li> <li>· Bewusstsein für die Gefahren von Suchtverhalten vermitteln</li> <li>· mehr Verständnis für Suchtkrankheiten und deren Auswirkungen erzeugen</li> <li>· Ausbau und Erhalt von Freizeitangeboten</li> </ul>
<b>Unterstützungsangebote</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· bessere Verfügbarkeit von anonymen Anlaufstellen, die einen vertraulichen Umgang mit Problemen rund um Suchtverhalten gewährleisten</li> <li>· Möglichkeit für Jugendliche, Probleme zu melden und Hilfe zu erhalten</li> <li>· verbesserter Zugang zu Therapie- und Entzugsangeboten für suchtkranke Jugendliche</li> </ul>

## FAZIT ZUM SICHEREN AUFWACHSEN

### Sicherheit im Alltag der Jugendlichen

- » Die Jugendlichen haben ein vielschichtiges Verständnis von Sicherheit. Es geht nicht nur um körperliche Unversehrtheit, sondern auch um gesellschaftliche Themen wie Akzeptanz, Diskriminierung und politische Stabilität.
- » Das subjektive Sicherheitsempfinden der Jugendlichen variiert stark, wobei Jungen/junge Männer sich im Durchschnitt sicherer fühlen als Mädchen/junge Frauen und besonders nicht-binäre Jugendliche.
- » Persönliche Beziehungen, vor allem zu Familienangehörigen und Freund:innen, werden als die wichtigsten Ansprechpersonen bei negativen Erfahrungen genutzt oder würden genutzt werden. Auf staatliche Institutionen wie die Polizei greifen Jugendliche nur in geringerem Maße zurück, ebenso wie auf schulische Angebote wie Schulsozialarbeit oder Lehrkräfte.

So geht es aus Sicht der Jugendlichen besser	
<b>Sichtbarkeit von Sicherheitskräften</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· verstärkte Polizeipräsenz in öffentlichen Verkehrsmitteln und an zentralen Orten</li> <li>· stärkere Videoüberwachung öffentlicher Plätze</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Erhöhung der Sicherheit und Verhinderung von Straftaten</li> </ul>
<b>Akzeptanz und Respekt</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· mehr Akzeptanz und gegenseitiger Respekt</li> <li>· weniger Vorurteile in der Gesellschaft</li> <li>· mehr Aufklärung und Sensibilisierung zu Themen wie Mobbing, Diskriminierung und Schutz von queeren Personen</li> </ul>
<b>Politische Stabilität und demokratische Werte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· mehr Engagement der Politiker:innen für die Gesellschaft</li> <li>· Stärkung demokratischer Werte</li> <li>· entschlossene Haltung gegen Nationalismus, rechtsradikale Gruppen und Hassparolen (auch in der Schule)</li> </ul>
<b>Infrastruktur</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Verbesserung der physischen Umgebung für das Sicherheitsgefühl: bessere Straßenbeleuchtung, besonders in ländlichen Gebieten, sichere Radwege</li> </ul>
<b>Individuelle Schutzmaßnahmen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Wunsch nach Selbstverteidigungskursen</li> <li>· weitere Maßnahmen zur Stärkung des persönlichen Sicherheitsgefühls</li> <li>· Forderung nach Legalisierung von Waffen zur Selbstverteidigung</li> <li>· Bereitstellung von Bodyguards</li> </ul>
<b>Bekanntmachung von Hilfsangeboten</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· besserer Bekanntmachung von Schutz- und Unterstützungsangeboten für schnelle und unkomplizierte Hilfe bei (akutem) Bedarf</li> </ul>
<b>Schwimmkurse und Gefahrenabwehr im Wasser</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· regelmäßige Schwimmkurse für Kinder</li> <li>· Einsatz von Rettungsschwimmer:innen</li> <li>· Erhöhung der Sicherheit in Schwimmbädern und an Gewässern</li> </ul>

## Diskriminierung und Benachteiligung im Alltag der Jugendlichen

- » Etwa ein Viertel der Jugendlichen gibt an, keine Benachteiligung zu erleben, während andere strukturelle Benachteiligungen und Missachtungen beobachten, besonders im Rahmen der Peerkultur, z. B. in Bezug auf das Aussehen.
- » Eine der häufigsten Form von Benachteiligung, die Jugendliche in ihrem Alltag erleben oder beobachten, ist das Gefühl von persönlicher Minderwertigkeit, das oft als vorübergehende Unsicherheit in verschiedenen Lebenssituationen auftritt und nicht unbedingt mit objektiven Benachteiligungen verbunden ist.
- » Ein besonders belastendes Problem für die Jugendlichen ist Rassismus, der sowohl im gesellschaftlichen Leben als auch im schulischen Umfeld erlebt wird. Rassistische Diskriminierung durch Mitschüler:innen oder sogar Lehrkräfte wird als tiefgreifendes Hindernis für das Gefühl der Zugehörigkeit empfunden.
- » Wirtschaftliche Benachteiligungen, die auch auf Armut verweisen können, wie zum Beispiel Schwierigkeiten bei der Freizeitgestaltung aufgrund finanzieller Engpässe, sowie die geographische Entfernung des Wohnortes werden ebenfalls häufig erfahren.
- » Einzelne Merkmale wie Behinderung, Geschlecht, sexuelle Orientierung oder Migrationshintergrund werden seltener, aber dennoch in bemerkenswerten Umfang als Benachteiligungsanlässe benannt.

- » Diskriminierungen werden oft nicht einzig auf eine Kategorie bezogen erlebt, sondern werden gleichzeitig in verschiedenen Bereichen erfahren (intersektional).
- » Einige Jugendliche äußerten aber auch politisch umstrittene oder diskriminierende Positionen, die im fachlichen Sinn nicht als gerechtigkeitsorientiert verstanden werden können. Dazu gehören Forderungen nach Abschiebung von Migrant:innen oder restriktiven Sozialmaßnahmen, die im Widerspruch zu den integrativen Ideen vieler anderer Teilnehmenden stehen.

So geht es aus Sicht der Jugendlichen besser	
<b>Gesellschaftlicher Respekt und Akzeptanz</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Gesellschaft, in der jeder Mensch unabhängig von Herkunft, Geschlecht, sexueller Orientierung oder anderen Merkmalen respektiert und akzeptiert wird</li> <li>· Betonung des respektvollen Umgangs miteinander und der Wertschätzung von Vielfalt als Grundlage für mehr Gerechtigkeit</li> </ul>
<b>Gleichbehandlung und Chancengleichheit</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· gleiche Rechte und gleiche Behandlung für alle Menschen, unabhängig von sozialen oder persönlichen Merkmalen</li> <li>· Schaffung von Chancengleichheit als wesentlicher Schritt hin zu mehr Gerechtigkeit</li> </ul>
<b>Bildung und Aufklärung, Maßnahmen zur Sensibilisierung und Schulung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· umfassendere Bildung über Diskriminierung, Rassismus, Sexismus und Extremismus</li> <li>· Sensibilisierung und Schulung von Lehrkräften, damit diese rassistische und diskriminierende Strukturen aktiv erkennen und bekämpfen zu können</li> <li>· Gesellschaft darf nicht wegschauen und muss Diskriminierung konsequent ahnden</li> <li>· Safe Spaces für Jugendliche, um ihnen den Mut zu machen, Diskriminierung und Missstände zu benennen</li> </ul>
<b>Unterstützung benachteiligter Gruppen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· finanzielle Hilfen für arme Menschen, sozial schwache Familien und Migrant:innen</li> <li>· Forderung nach Maßnahmen zur sozialen Integration, wie kostenlose Freizeitangebote, bessere öffentliche Verkehrsanbindungen und barrierefreie Innenstädte</li> </ul>
<b>Aktiver Abbau von Vorurteilen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· mehr Empathie und Toleranz im Alltag, um Vorurteile abzubauen und den sozialen Druck bezüglich materieller Statussymbole zu verringern</li> </ul>
<b>Politische Positionierung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· klarere politische Positionierung gegen Diskriminierung, um gesellschaftliche Veränderungen zu unterstützen</li> </ul>

## Mediennutzung im Alltag der Jugendlichen

- » Die Mediennutzung der Jugendlichen ist ein zentraler Bestandteil ihres Alltags, wobei das Internet eine allgegenwärtige Rolle spielt. Für viele ist „online sein“ der Standardzustand, der nur dann auffällt, wenn es kein Netz gibt.
- » Die hauptsächlichen Online-Aktivitäten der Jugendlichen umfassen das Musikhören und die Kommunikation mit Freunden sowie die Nutzung von Social Media. Weitere wichtige Aktivitäten sind Online-Games und das Schauen von Filmen.



- » Informationsorientierte Aktivitäten wie das Lesen von Nachrichten und schulische Online-Aktivitäten sind weniger ausgeprägt, aber dennoch relevant. Podcasts stellen für die Jugendlichen eine weitere Informationsquelle dar.
- » Die übermäßige Bildschirmzeit wird als problematisch empfunden, da sie sich negativ auf die psychische Gesundheit und das soziale Leben auswirkt.
- » Medienkompetenz wird größtenteils durch Eigeninitiative erlernt, unterstützt durch digitale Plattformen, das familiäre Umfeld und Freundschaften. Schulen spielen dabei nur eine nachgeordnete Rolle.
- » Ein wachsendes Problem stellt die zunehmende Unsicherheit bezüglich verantwortungsvoller Online-Nutzung dar, was sich in einer erhöhten Nachfrage nach Bildung zu Themen wie Fake News, Medienverantwortung und Suchtprävention widerspiegelt.

So geht es aus Sicht der Jugendlichen besser	
<b>Umgang mit digitalen Medien</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· bessere Regulierung digitaler Inhalte</li> <li>· verantwortungsbewusster Umgang mit Medien</li> <li>· Wunsch nach „Digital Detox“ für bessere Balance zwischen digitaler und realer Welt</li> </ul>
<b>Schutz vor schädlichen Inhalten</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· stärkere Kontrolle bedenklicher Inhalte im Internet, insbesondere von Gewaltvideos</li> <li>· strengere Richtlinien und Kontrollen auf Social-Media-Plattformen</li> <li>· verbesserter Datenschutz</li> <li>· mehr Maßnahmen zum Schutz der Privatsphäre</li> </ul>
<b>Schutz von Minderjährigen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· verstärkter Schutz von minderjährigen Nutzer:innen in sozialen Netzwerken</li> <li>· Schutz der Profile vor unbefugtem Zugriff</li> <li>· verstärkte Sicherheitsmaßnahmen wie das Sperren bestimmter Websites oder die Verbesserung der Datenschutzrichtlinien</li> </ul>
<b>Hilfsangebote und Aufklärung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· mehr Hilfsangeboten für Jugendliche in problematischen digitalen Situationen</li> <li>· mehr Unterstützung bei Themen wie Medien-Sucht</li> <li>· mehr Angebote zur Prävention</li> <li>· mehr Aufklärung zu verantwortungsvollem Umgang mit Medien</li> </ul>
<b>Eltern als wichtige Unterstützer</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· gezielte Aufklärungsmaßnahmen für Eltern und Kinder, um sicheren und reflektierten Umgang mit digitalen Technologien zu fördern</li> </ul>