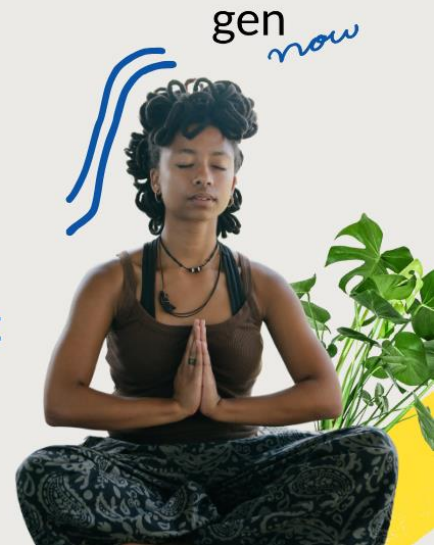


MentalHealthNow: Immer mehr junge Menschen leiden an psychischen Problemen

Vertrauen in die Politik hängt zusammen mit mentaler Gesundheit. Junge Engagierte fordern Teilhabe für effektive Lösungen.



Krise der mentalen Gesundheit eine Herausforderung für die Gesellschaft

46 Prozent der jungen Menschen sind einsam und jede:r fünfte:r Schüler:in vermutet psychische Probleme bei sich selbst. Das Jugendalter ist zentral für Prävention und Intervention zur mentalen Gesundheit, besonders zwischen 11 und 25 Jahren, denn dort entstehen Essstörungen, OCD, Substanzmissbrauch und affektive Störungen.

Mentale Gesundheit ist eine Herausforderung, welche den gesellschaftlichen Zusammenhalt und die Demokratieeinstellung beeinträchtigt. Beispielsweise hängt Einsamkeit mit einem verstärkten Glauben an Verschwörungserzählungen und autoritären und extremistischen Einstellungen zusammen.

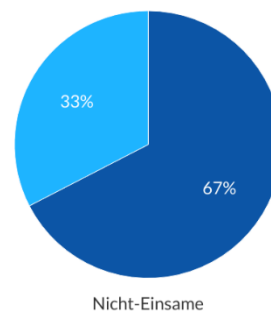
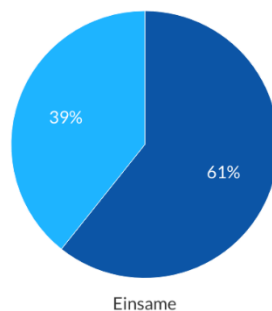
Zusätzlich gibt es einen niedrigeren Glauben an die eigenen Fähigkeiten und damit auch ein geringeres Vertrauen in andere Menschen, Politik und das demokratische System.

Gleichzeitig gibt es einen Mangel an Therapieplätzen, Finanzierungslücken bei Projekten und eine verschobene Priorisierung der Problematik. Auch Stigmatisierung und geringere Forschung zu jungen Menschen vor allem Schüler:innen ist ein Problem. Die Ansätze gegen die Krise der mentalen Gesundheit junger Menschen werden jedoch oft ohne ihre Beteiligung erarbeitet, dies führt zu ineffektiven Maßnahmen, wie Telefonhotlines gegen Einsamkeit, welche von jungen Menschen nicht angenommen werden.

Demokratie ist die beste Staatsform.

"Inwiefern stimmst du den folgenden Aussagen zu?"

■ Zustimmung
■ Ablehnung



Quelle: Studie "Extrem einsam?" von Das Progressive Zentrum auf Basis einer Umfrage von pollytix; Befragungszeitraum: 31. Mai bis 10. Juni 2022; 1.008 Befragte im Alter von 16 bis 23 Jahren

100 junge Engagierte erarbeiten Lösungsvorschläge

Im Youth Empowerment Hub treffen sich junge Engagierte aus ganz Deutschland. Ziel ist es, die junge Generation als aktive Mitgestalterin einer nachhaltigen Zukunft zu positionieren und ihre Fähigkeit zur Einflussnahme auf gesellschaftliche, demokratische und politische Prozesse zu stärken. Etwa 100 junge Engagierte aus mehr als 56 Organisationen erarbeiteten fünf Lösungswege, die zu einer nachhaltigen Verbesserung führen:

1. Mehr Teilhabe für effektive Lösungen

Zahlreiche junge Menschen und Betroffene engagieren sich für eine Verbesserung der mentalen Gesundheit junger Menschen. Sie sind Expert:innen ihrer Lebensrealität, wissen wie sie erreicht werden und was wirkt. Um ihre Expertise effektiv einzubringen und effizient zu nutzen, benötigt es auf Bundesebene strukturierte Partizipationsmöglichkeiten in Form eines Jugendbeirats im Bundesministerium für Gesundheit und darüber hinaus.

2. Nachhaltige Strukturen zur Jugendbeteiligung schaffen

Teilhabe junger Menschen im Mehrebenensystem Deutschlands sollte nicht mehr abhängig sein von Finanzierungen und dem Wohlwollen einzelner Politiker:innen. Politische Teilhabe ist nach UN-Kinderrechtskonvention, ein Recht junger Menschen. Dies sollte nachhaltig finanziert und gesetzlich verankert werden mit Antrags- und Anfragerechten. Finnland kann hier ein Vorbild sein.

3. Jugendengagement ohne Leistungsdruck, aber mit Wertschätzung

Engagement und Ehrenamt ist eine finanzielle und psychische Belastung für alle

Altersgruppen. Doch Vereinbarkeit von Engagement mit Schule und Beruf sowie Aufwandsentschädigungen für Kommissionen oder Veranstaltungen sind häufig nicht möglich. Es braucht neue Konzepte für eine Förderung von jungem Engagement auf Augenhöhe.

4. Partizipation von Kommunal- bis Bundesebenen verbinden

Für wirkungsvolle Partizipation braucht es niederschwellige Vernetzungs- und Austauschangebote auf lokaler, regionaler und letztlich Bundesebene: „Vernetzung ist essenziell für nachhaltige Projekte“, so ein Teilnehmer. Dies kann beispielsweise durch jährliche Vernetzungskongresse oder interministerielle Vernetzung der Jugendbeteiligungsformate geschehen.

5. Jugendbeteiligung diversitätssensibel gestalten

Um *allen* jungen Menschen die Beteiligung zu ermöglichen, muss sie inklusiv und diskriminierungssensibel gestaltet werden. Das beinhaltet z.B. Inklusionsfördertöpfe für Jugendgremien, hauptamtliche pädagogische Begleitung, Mehrsprachigkeit.

Ansprechpartnerin:

Jessica Gerke, Project Manager

Nicole Kleeb, Project Manager

www.gennow.de

www.bertelsmann-stiftung.de/de/unsere-projekte/junge-menschen-und-gesellschaft

Literaturhinweise:

Steinmayr, Ricarda, Miriam Schmitz, Maïke Luhmann (2024).

Wie einsam sind junge Erwachsene im Jahr 2024? Ergebnisse einer repräsentativen Umfrage. Hrsg. Bertelsmann Stiftung, Gütersloh.

Das Progressive Zentrum (2024). Extrem einsam? Die demokratische Relevanz von Einsamkeitserfahrungen unter Jugendlichen in Deutschland.

Asbrand, J., Michael, T., Christiansen, H., & Reese, G. (2023).

Growing (up) in times of multiple crises – A call for mental health (research) action. *Clinical Psychology in Europe*, 5(3).