

Einsamkeit unter Jugendlichen in NRW nach der Pandemie

LUHMANN, Maike et al. (2023)

Methode

Repräsentative Befragung über *Online Fragebogen kantar & Papierfragebögen*, 2.201

Befragte im Alter von 12-20 Jahren aus NRW

Zeitraum 01.09.-01.11.'24, Veröffentlichung November 2023

Zentrale Ergebnisse der Befragung

Erkenntnisse

Die Covid-19-Pandemie hat vermutlich zu einem Anstieg der Jugendlichen geführt, die sich einsam fühlen. Zwischen 3,7% und 11,1% der Jugendlichen U16 sowie zwischen 16,3% und 18,5% der Jugendlichen Ü16 sind stark einsam. Dabei wurde ein Zusammenhang von Einsamkeit und finanziellen Problemen und auch mit Mediennutzung festgestellt. Eine wichtige Bewältigungsstrategie gegen Einsamkeit sind enge Freundschaften. Nur 0,4% geben den Glauben als eine Form der Bewältigung an. Allerdings reagieren Jugendliche auf akute Einsamkeit auch mit Verhaltensweisen, die langfristig unwirksam oder schädlich sein können.

Handlungsempfehlungen

1. Kampagne zur Aufklärung und Sensibilisierung
2. Ansprechen der Jugendlichen in ihren Lebenswelten (großes Potential institutionalisierter Angebote, wenn sie denn angenommen werden)
3. Förderung von evidenzbasierten, zielgruppengerechten, partizipativen und skalierbaren Programmen
4. Risikogruppen (Jugendliche aus Haushalten mit finanziellen Einschränkungen, arbeitslose Jugendliche, Jugendliche mit besonderen Belastungen) besonders in den Blick nehmen
5. Stärkung von emotionalen und sozialen Kompetenzen
6. Vermittlung von gesundem und angemessenem Umgang mit digitalen Medien
7. Freizeitangebote und Aufenthaltsorte für Jugendliche, die Begegnung und Gemeinschaft ermöglichen
8. Maßnahmen und Bündnisse gegen Diskriminierung und Vorurteile und für Toleranz und Integration
9. niedrigschwellige und schnelle Hilfen für Jugendliche mit psychischen Belastungen
10. Forschungsbedarf bezüglich der kausalen Mechanismen und zu Wirksamkeit von Bewältigungsstrategien – „Einsamkeitsmonitoring“

Impulse für die evangelische Arbeit mit Kindern und Jugendlichen

Welche Handlungsempfehlungen sind besonders für die Jugendarbeit interessant?

- Risiko-Gruppen z.B. durch offene Arbeit und sozialraumorientierte Arbeit einschließen, besonders benachteiligte Kinder und Jugendliche ansprechen und in Teilnahme ermöglichen
- Stärkung von sozialen und emotionalen Kompetenzen durch Gruppenübungen und Zugehörigkeitserfahrungen
- Angebote für Kinder und Jugendliche attraktiv gestalten, z.B. die Offene Tür, die Räumlichkeiten der Jugend, aber auch eine einladende Atmosphäre, spannende und interessante Aktionen anbieten, Begegnung in Peer-Groups zulassen
- Das Ermöglichen von Resonanz-Erfahrungen in der evangelischen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen – Der Glaube an einen liebenden Gott als Resilienzfaktor

Die Studie zum Nachlesen



RZ_DIGITAL_Luhma
nn_Einsamkeit_NRW