

SINUS-Jugendforschung

Ergebnisse einer Repräsentativ-Umfrage unter Jugendlichen 2024/2025

Eine SINUS-Studie im Auftrag der
BARMER

Heidelberg, Oktober 2024



sinus:

Teil der INTEGRAL-SINUS-OPINION Gruppe



Kapitel 1

Anlage der Studie



Anlage der Studie
Forschungsthemen &
Studiendesign

Forschungsthemen und Studiendesign



Themen der Befragung

- Zukunftsoptimismus und Lebenszufriedenheit
- Cyber-Mobbing
- Klimawandel & Gesundheit
- Künstliche Intelligenz
- HPV-Impfungen
- Mental Health - Erste Mentale Hilfe
- Mediennutzungsverhalten: Gesundheitsinformation
- Berufliche Informationen



Zielgruppe

Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren, repräsentativ für Deutschland nach Alter, Geschlecht, Bildung und Region

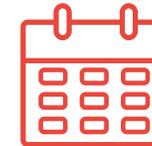


Methode

- Onlineinterviews (CAWI)
- Deskriptive demografische Analysen und Betrachtung nach Sinus-Jugendmilieus



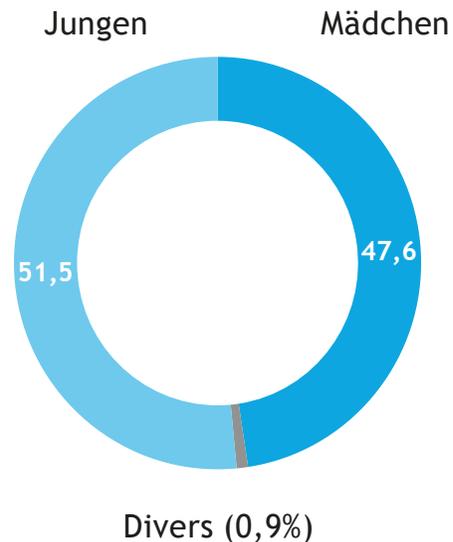
Sample
n= 2.000



Feldarbeit
16.09.2024 bis 04.10.2024

Demografische Struktur der Stichprobe

Geschlecht

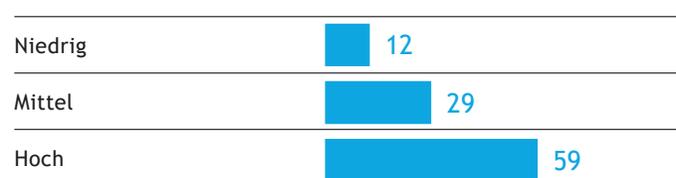


Basis: 2.000 Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren
Angaben in %

Alter



Schulabschluss*



Nach Schulabschluss angestrebt**

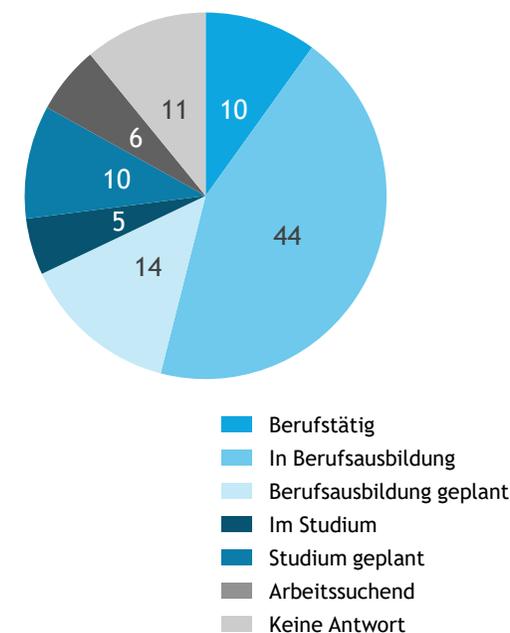


Basis: 2.000 Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren
Angaben in %

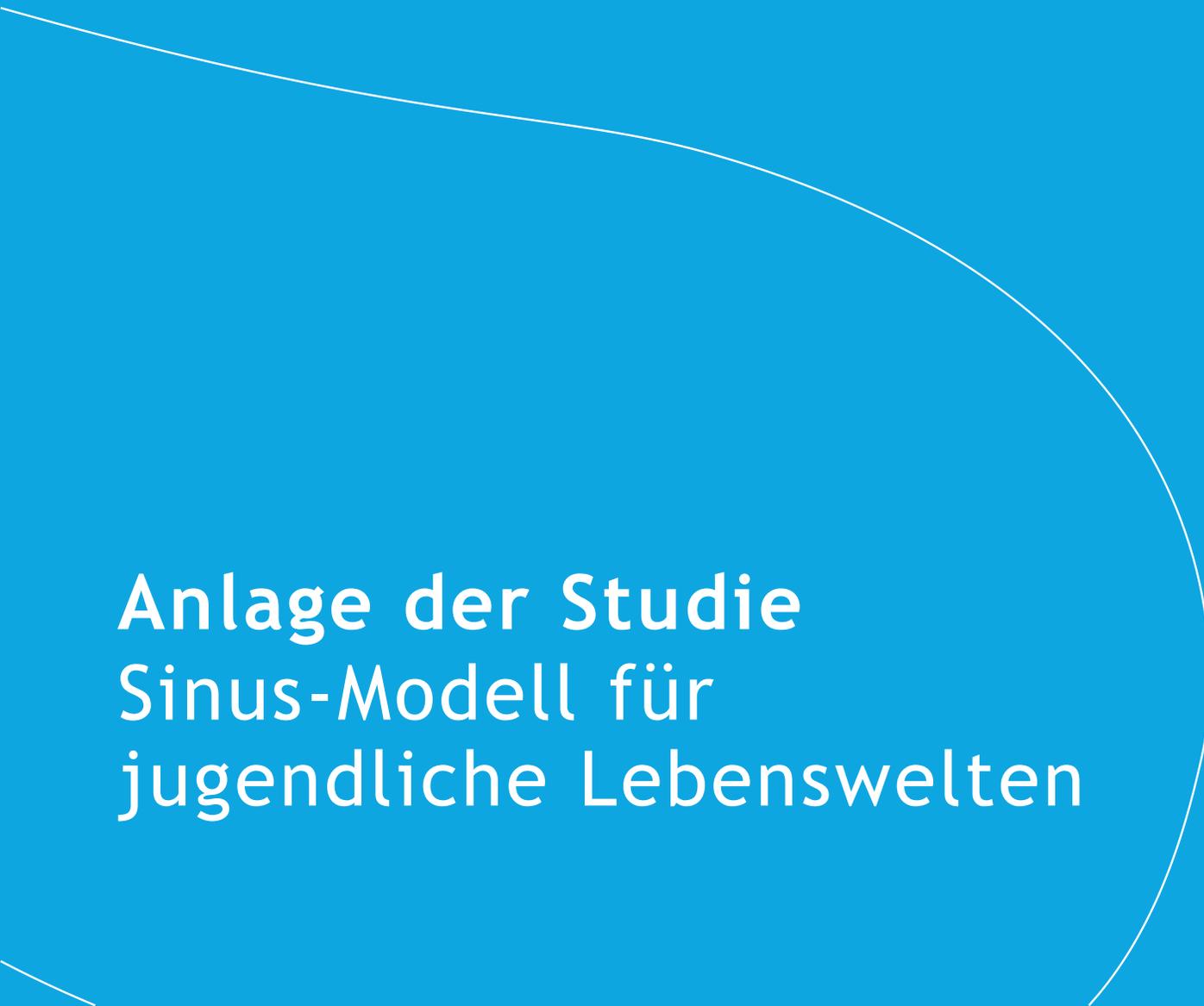
* Antworten der Fragen „Welchen allgemeinbildenden Schulabschluss hast du?“ und „Welchen Schulabschluss strebst du an?“ wurden zusammengeführt

** Basis: 1.615 Jugendliche, die noch Schüler*innen sind

„Bist du berufstätig oder in Berufsausbildung oder was strebst du an?“



Basis: 385 Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren, die nicht mehr zur Schule gehen
Angaben in %



Anlage der Studie
Sinus-Modell für
jugendliche Lebenswelten

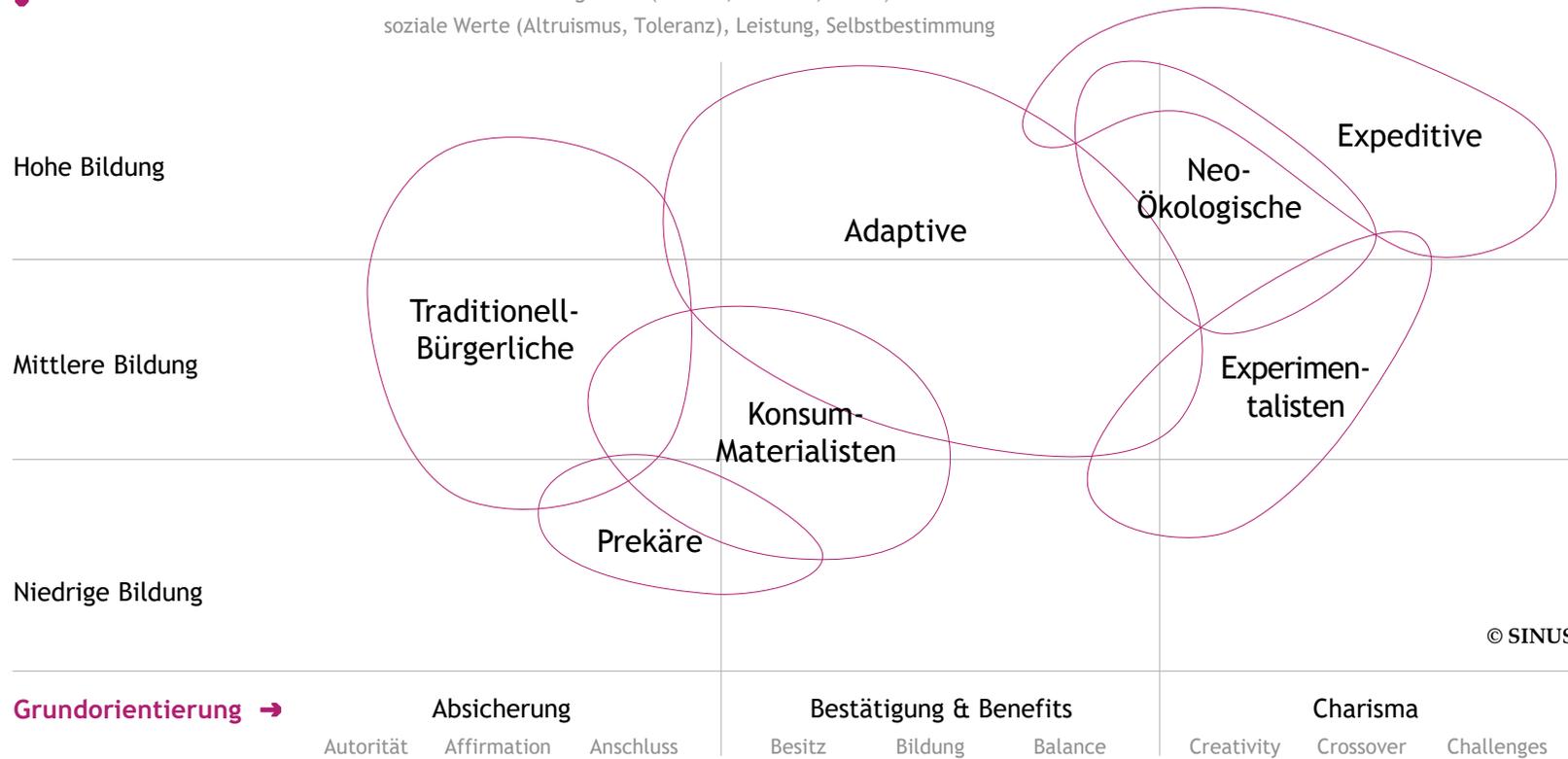
SINUS-Lebensweltenmodell u18 (2024)

Bildungsniveau



Universelle Werte

Soziale Geborgenheit (Familie, Freunde, Treue) und soziale Werte (Altruismus, Toleranz), Leistung, Selbstbestimmung



TRADITIONELL-BÜRGERLICHE

Die bescheidenen, traditions- und heimatorientierten Familienmenschen mit starker Bodenhaftung

PREKÄRE

Die um Orientierung und Teilhabe bemühten Jugendlichen mit schwierigen Startvoraussetzungen und Durchbeißermentalität

KONSUM-MATERIALISTEN

Die freizeit- und familienorientierte untere Mitte mit ausgeprägten markenbewussten Konsumwünschen

ADAPTIVE

Der leistungs- und familienorientierte moderne Mainstream mit hoher Anpassungsbereitschaft

NEO-ÖKOLOGISCHE

Die nachhaltigkeits- und gemeinwohlorientierten Jugendlichen mit kosmopolitischem Mindset und intellektuellen Interessen

EXPEDITIVE

Die erfolgs- und lifestyleorientierten Networker auf der Suche nach neuen Grenzen und unkonventionellen Erfahrungen

EXPERIMENTALISTEN

Die spaß- und szeneorientierten Nonkonformisten mit Fokus auf Leben im Hier und Jetzt

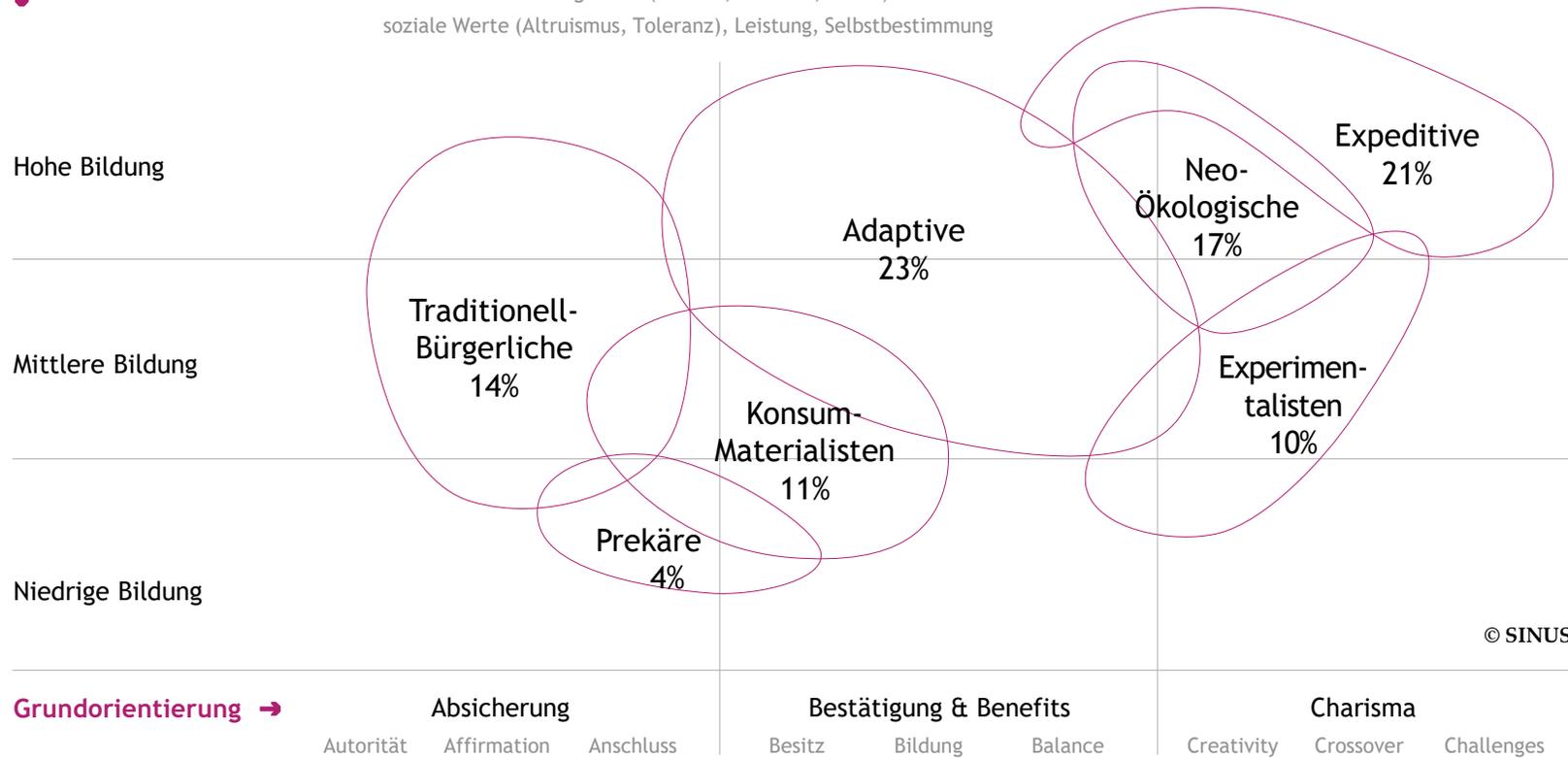
Anteile der Lebenswelten in der Stichprobe 2024

Bildungsniveau



Universelle Werte

Soziale Geborgenheit (Familie, Freunde, Treue) und soziale Werte (Altruismus, Toleranz), Leistung, Selbstbestimmung



Grundorientierung →

Absicherung

Autorität Affirmation Anschluss

Bestätigung & Benefits

Besitz Bildung Balance

Charisma

Creativity Crossover Challenges

Adaptive

Der leistungs- und familienorientierte moderne Mainstream mit hoher Anpassungsbereitschaft



Kombinieren **bürgerliche Grundwerte** mit **(post)modernen, materialistischen** und **hedonistischen** Werten

Starke Anpassungs- und Kompromissbereitschaft. Orientierung am **Machbaren**.

Konsuminteresse ist **ausgeprägt**, unterliegt aber meist der **rationalen Kontrolle**

Abgrenzung von ideologischen Extremen und überkommenen Wertvorstellungen

Adaption aufkommender Trends, aber kein Trendsetting

Streben nach **Familienleben** mit gehobenem Lebensstandard bei guter **Work-Life-Balance**

Expeditive

Die erfolgs- und lifestyleorientierten Networker auf der Suche nach neuen Grenzen und unkonventionellen Erfahrungen



Bei aller „**Ich-Zentriertheit**“
und „**Ego-Taktik**“ betonen
sie auch **humanistische** bzw.
postmaterielle **Werte**

Selbstentfaltung, Kreativität,
Leistung und Erfolg,
Zielstrebigkeit, Ehrgeiz, Fleiß,
Geringe Kontroll- bzw.
Autoritätsorientierung

Auf der Suche nach
vielfältigen **kulturellen**
Erfahrungsräumen

Distanz zu Fügsamkeits- bzw.
Unterordnungswerten und
asketischen Werten

Optimistisch-entspannter
Blick in die Zukunft.

Man möchte im Leben nicht
an-, sondern weiterkommen.

Neo-Ökologische

Die nachhaltigkeits- und gemeinwohlorientierten Jugendlichen mit kosmopolitischem Mindset und intellektuellen Interessen



Demokratie, Freiheit,
Pazifismus, Toleranz,
Gerechtigkeit, Bildung,
Gleichberechtigung

Nachhaltigkeit ist eine
Leitlinie im Leben,
recht starkes
Sendungsbewusstsein

Neo-Ökologische sind
keine Asket*innen oder
Anhänger*innen einer
Entsagungsästhetik

Großes **Interesse an anderen
Ländern** bzw. Kulturen und
globalen Zusammenhängen

Selbstbewusst-entspannter
Blick in die Zukunft.
Zeitsouveränität ist ihnen
wichtig.

Experimentalisten

Die spaß- und szeneorientierten Nonkonformisten mit Fokus auf Leben im Hier und Jetzt



Freiheit, Individualität,
Spontaneität, Kreativität,
Risiko, Spaß und
Abenteuer

Interesse an
**unterschiedlichen
Kulturen** und
Lebensweisen

Das Subkulturelle,
„Undergroundige“
beeindruckt und
zieht viele an

Hohes Maß an
szenebezogenem bzw.
popkulturellem
Expertenwissen

Vorfreude auf eine **selbstständige
Gestaltung** des eigenen Lebens
als junge Erwachsene

Wichtiger als Karriere
ist **Selbstentfaltung**,
beruflich wie privat

Konsum-Materialisten

Die freizeit- und familienorientierte untere Mitte mit ausgeprägten markenbewussten Konsumwünschen



Luxus, Status
und Prestige

Loyalität,
Zusammenhalt,
Respekt

Starke
Markenorientierung
(Anerkennung!)

Ausgehen, Shoppen
und Urlaub machen
am meisten Spaß

Bewunderung für Stars der
Entertainment- und
Sportbranche
(v.a. soziale Aufsteiger*innen)

Orientierung am
popkulturellen
Mainstream

Prekäre

Die um Orientierung und Teilhabe bemühten Jugendlichen mit schwierigen Startvoraussetzungen und Durchbeißermentalität



Stammen oft aus sozioökonomisch **benachteiligten Verhältnissen**



Wahrnehmung **geringer Aufstiegsperspektiven** (Leistungsfatalismus)

Selfmade-Vorbilder, die es „von unten nach ganz oben“ geschafft haben



Zukunftsträume: **Dach über dem Kopf** und harmonisches Familienleben

Einerseits **Unauffälligkeit** als Überlebensstrategie, andererseits Wunsch nach exzentrischem **Luxus**



Traditionell-Bürgerliche

Die bescheidenen, traditions- und heimatorientierten Familienmenschen mit starker Bodenhaftung



Anpassungs- bzw. Ordnungswerte sowie soziale Werte sind wichtig

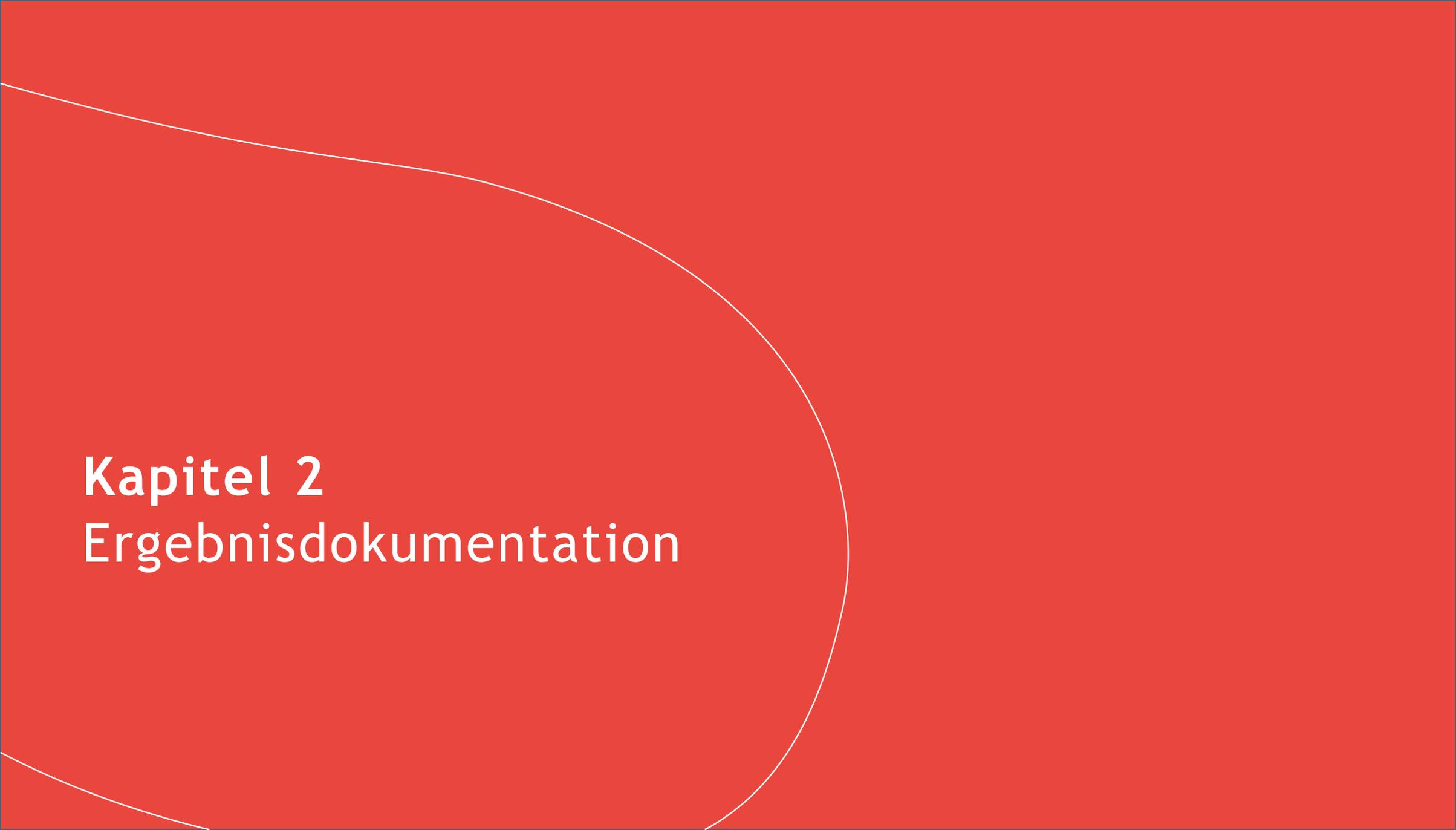
Bedürfnis nach **Beständigkeit, Ordnung, Balance** und **Geborgenheit**

Lifestyleambitionen und **Konsumneigung** sind eher schwach ausgeprägt

Selbstbild: unauffällig, zurückhaltend, häuslich, gesellig, ruhig und geerdet

Pflege **familiärer** Beziehungen ist ihnen wichtig

Zukunftswunsch: anständiges Leben ohne Not in harmonischen familiären Verhältnissen



Kapitel 2

Ergebnisdokumentation



Ergebnisdokumentation
Mental Health -
Erste Mentale Hilfe

Erste Mentale Hilfe 2024: Persönliche Einschätzungen (1/3)

Psychische Belastung ist den allermeisten Jugendlichen nicht fremd und sie meinen, sowohl Anzeichen als auch Ursachen (bei sich) erkennen zu können. Vielen sind zudem (niedrigschwellige) Coping-Strategien grundsätzlich bekannt.

- Die überwältigende Mehrheit der Jugendlichen (78%) bekundet, eine Vorstellung davon zu haben, wie sich psychische Erkrankungen äußern können. Und fast drei von zehn sind sich dabei sehr sicher.
 - Mädchen (84%) trauen sich die Beurteilung deutlich häufiger zu als Jungen (72%).
 - Formal Niedriggebildete (70%) und insbesondere Prekäre (57%) sind deutlich skeptischer.
- Im Fall des Falles die eigene psychische Belastung erkennen zu können, meinen 77% der Jugendlichen.
 - Auch hier sind Mädchen (80%) etwas stärker sensibilisiert als Jungen (72%), formal Hochgebildete (80%) stärker als formal Niedriggebildete (68%) und Adaptive (84%) stärker als Konsum-Materialist*innen (68%) und Prekäre (58%).
- Eine psychische Belastung haben 61% auch schon einmal konkret bei sich erlebt.
 - Auch dies äußern Mädchen (70%) deutlich häufiger als Jungen (52%), Ältere (65%) öfter als Jüngere (55%) und postmoderne Lebenswelten stärker als traditionelle. Ein Bildungsschwerpunkt besteht dagegen nicht.
- Ein Bild davon zu haben, woher Belastungen kommen könnten bzw. was gut oder schlecht für die eigene psychische Gesundheit ist, bekunden drei Viertel der Jugendlichen (75%).
 - Hier setzt sich der bereits beschriebene Bildungs- und Lebensweltbias fort: Formal Niedriggebildete (61%) wissen es seltener als formal Hochgebildete (79%), Adaptive (81%) öfter als Konsum-Materialist*innen (65%) und Prekäre (45%).
- Was guttut bei eigener psychischer Belastung, wissen 72% - ob sie es umsetzen können, ist eine andere Frage.
 - Auch hier sind formal Niedriggebildete (63%), Konsum-Materialist*innen (63%) und Prekäre (54%) weniger gut gerüstet als formal Hochgebildete (74%), Adaptive (77%) oder Traditionell-Bürgerliche (78%).

Erste Mentale Hilfe 2024: Persönliche Einschätzungen (2/3)

Auch die Sensibilisierung für die psychische Belastung anderer ist hoch. Psychische Gesundheit ist für viele kein Tabu-Thema mehr - und auch Anlaufstellen sind mehrheitlich bekannt.

- Im eigenen Umfeld haben bereits 75% erlebt, dass jemand psychisch belastet war oder ist.
 - Dies bemerken Mädchen (82%) deutlich häufiger als Jungen (68%).
 - Expeditiv (84%) kommen überdurchschnittlich häufig damit in Kontakt, Prekäre (59%) sehen es vergleichsweise selten.
- 69% trauen sich auch zu, eine psychische Belastung bei anderen zu erkennen. Erleben und Erkennen scheint also in Bezug auf andere nicht ganz kongruent zu sein.
 - Der Geschlechtereffekt kommt auch hier zum Tragen: Mädchen reagieren sensibler auf entsprechende Signale als Jungen (76% vs. 62%).
 - Lebensweltlich sind es wieder insbesondere Expeditiv (78%), die meinen, eine psychische Belastung bei anderen erkennen zu können, während Prekäre (52%) sich deutlich schwerer tun.
- Anlaufstellen für sich oder andere bei psychischer Belastung sind 67% der Jugendlichen bekannt. Auf wen oder was genau sich die Jugendlichen dabei beziehen, muss an dieser Stelle offen bleiben.
 - Hier gibt es keine Alters-, Geschlechts- oder Bildungsschwerpunkte.
- 60% der Jugendlichen würden sich auch trauen oder trauen sich, psychisch belastete Personen anzusprechen.
 - Dies bekunden Expeditiv (67%) und Adaptive (66%) sowie Mädchen (65%) überdurchschnittlich häufig.
 - Neo-Ökologische (54%) und vor allem Prekäre (36%) sind dagegen eher zögerlich.
- Unabhängig von Alter, Geschlecht und Bildung erklären zudem 57%, dass in ihrem Umfeld offen über das Thema Psychische Gesundheit gesprochen wird.

Erste Mentale Hilfe 2024: Persönliche Einschätzungen (3/3)

Wenn es aber ums Offenlegen eigener psychischer Belastungen sowie den Selbstschutz bei der Begleitung psychisch Belasteter geht, zeigen sich die meisten noch relativ hilflos. Es fehlen für viele auch unterstützende Materialien.

- Im Fall des Falles über die eigene psychische Belastung zu sprechen, fällt den Jugendlichen allerdings dann doch deutlich schwerer. Nur eine Minderheit von 38% hat hier (eher) keine Hemmungen.
 - Formal Niedriggebildeten fällt es überdurchschnittlich leicht (45%), während Neo-Ökologische (30%) und Prekäre (25%) sich eher schwertun.
- Strategien, wie man mit den bedrückenden Umständen bei der Begleitung psychisch Belasteter umgeht, hat auch keine Mehrheit der Jugendlichen (46%).
 - Lediglich Konsum-Materialist*innen (57%) und Adaptive (55%) sind mehrheitlich der Ansicht, dass sie über solche Strategien verfügen.
- Und auch die Aussage, dass es genügend Informationen und Lernangebote zum Thema Psychische Gesundheit gibt, stimmen nur 39% aller befragten Jugendlichen zu.
 - Hier gibt es keine Alters-, Geschlechts- oder Bildungsschwerpunkte. Allerdings sind besonders wenige Experimentalist*innen (25%) und Neo-Ökologische (28%) von einer Fülle des Angebots überzeugt, eine Mehrheit der Konsum-Materialist*innen dagegen schon (52%).
- Insgesamt bleibt festzuhalten:
 - Mädchen sind sensibilisierter als Jungen und bekunden größere Kenntnisse und (eigene) Erfahrungen.
 - Formal Hochgebildete sind zumindest in der Theorie besser mit den Anzeichen und Ursachen von psychischer Belastung vertraut als formal Niedriggebildete und verfügen häufiger über Coping-Strategien.
 - Prekäre sind für alle Aspekte am wenigsten sensibilisiert und haben die geringsten Kenntnisse / Erfahrungen, meinen aber gleichzeitig mit am häufigsten, dass die vorhandenen Informationen und Lernangebote ausreichen.

Erste Mentale Hilfe 2024: Persönliche Einschätzungen

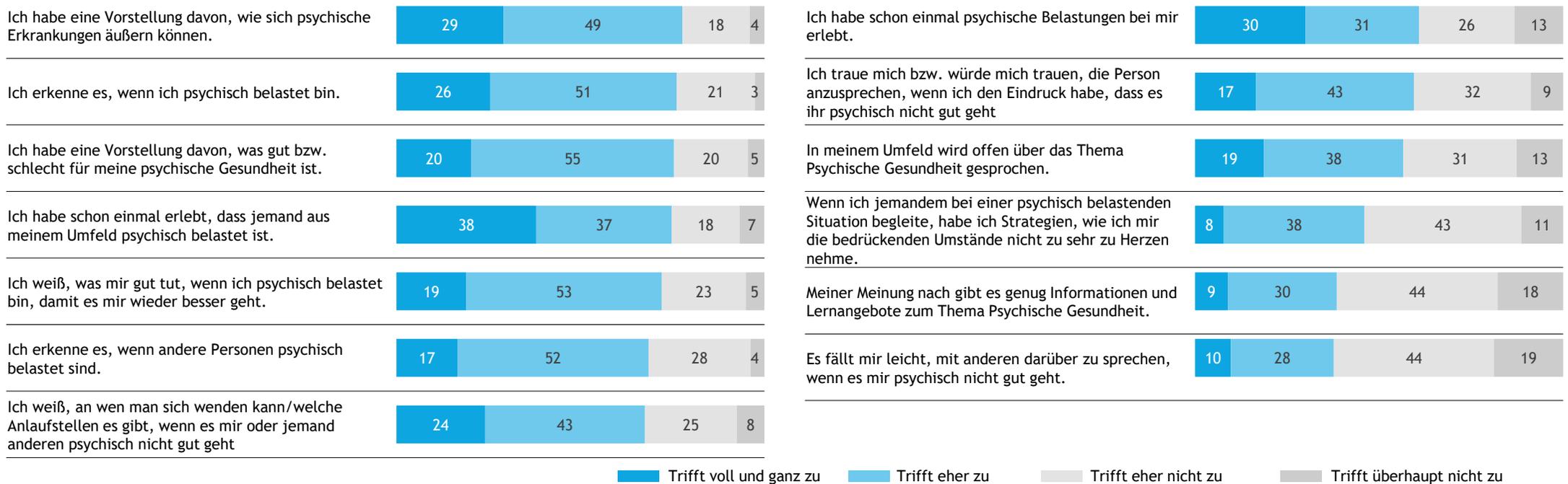
Inwieweit treffen die folgenden Aussagen in Bezug auf die Psyche für dich zu? (Ranking nach „Trifft voll und ganz zu“)



Basis: 2.000 Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren
Angaben in %

Erste Mentale Hilfe 2024: Persönliche Einschätzungen

Inwieweit treffen die folgenden Aussagen in Bezug auf die Psyche für dich zu? (Ranking nach „Trifft voll und ganz / eher zu“)



Basis: 2.000 Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren
Angaben in %

Erste Mentale Hilfe 2024: Persönliche Einschätzungen

	Gesamt	Geschlecht		Bildung			SINUS-Lebenswelt						Alter		
		Weiblich	Männlich	Niedrig	Mittel	Hoch	ADA	EPE	NÖK	EXP	KMAT	PRE	TRB	14-15	16-17
Inwieweit treffen die folgenden Aussagen in Bezug auf die Psyche für dich zu? (Trifft voll und ganz / eher zu)															
Ich habe eine Vorstellung davon, wie sich psychische Erkrankungen äußern können.	78	84	72	70	77	80	80	83	75	79	79	57	73	74	80
Ich erkenne es, wenn ich psychisch belastet bin.	76	80	72	68	72	80	84	81	72	76	68	58	72	75	77
Ich habe eine Vorstellung davon, was gut bzw. schlecht für meine psychische Gesundheit ist.	75	77	74	61	75	79	81	80	72	77	65	45	79	77	75
Ich habe schon einmal erlebt, dass jemand aus meinem Umfeld psychisch belastet ist.	75	82	68	70	75	76	75	84	74	80	75	59	63	71	78
Ich weiß, was mir gut tut, wenn ich psychisch belastet bin, damit es mir wieder besser geht.	72	69	75	63	71	74	77	75	71	64	63	54	78	75	70
Ich erkenne es, wenn andere Personen psychisch belastet sind.	69	76	62	65	67	70	71	78	67	65	66	52	61	64	71
Ich weiß, an wen man sich wenden kann/welche Anlaufstellen es gibt, wenn es mir oder jemand anderen psychisch nicht gut geht.	68	71	64	65	66	69	71	70	69	69	63	48	64	68	68
Ich habe schon einmal psychische Belastungen bei mir erlebt.	61	70	52	64	59	61	60	66	58	75	69	45	45	55	65
Ich traue mich bzw. würde mich trauen, die Person anzusprechen, wenn ich den Eindruck habe, dass es ihr psychisch nicht gut geht.	60	65	55	59	57	61	66	67	54	57	56	36	57	58	61
In meinem Umfeld wird offen über das Thema Psychische Gesundheit gesprochen.	57	57	56	59	53	58	56	60	59	59	50	37	59	59	55
Wenn ich jmd. bei einer psych. belastenden Situation begleite, habe ich Strategien, wie ich mir die Umstände nicht zu sehr zu Herzen nehme.	46	47	45	47	49	45	55	46	39	34	57	41	43	43	48
Meiner Meinung nach gibt es genug Informationen und Lernangebote zum Thema Psychische Gesundheit.	39	38	39	43	39	37	46	41	28	25	52	49	32	35	41
Es fällt mir leicht, mit anderen darüber zu sprechen, wenn es mir psychisch nicht gut geht.	38	38	38	45	36	37	42	43	30	34	42	25	36	38	38

Basis: 2.000 Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren
Angaben in %

ADA = Adaptive
EPE = Expeditive
NÖK = Neo-Ökologische
EXP = Experimentalisten

KMAT = Konsum-Materialisten
PRE = Prekäre
TRB = Traditionell-Bürgerliche

überdurchschnittlich
unterdurchschnittlich

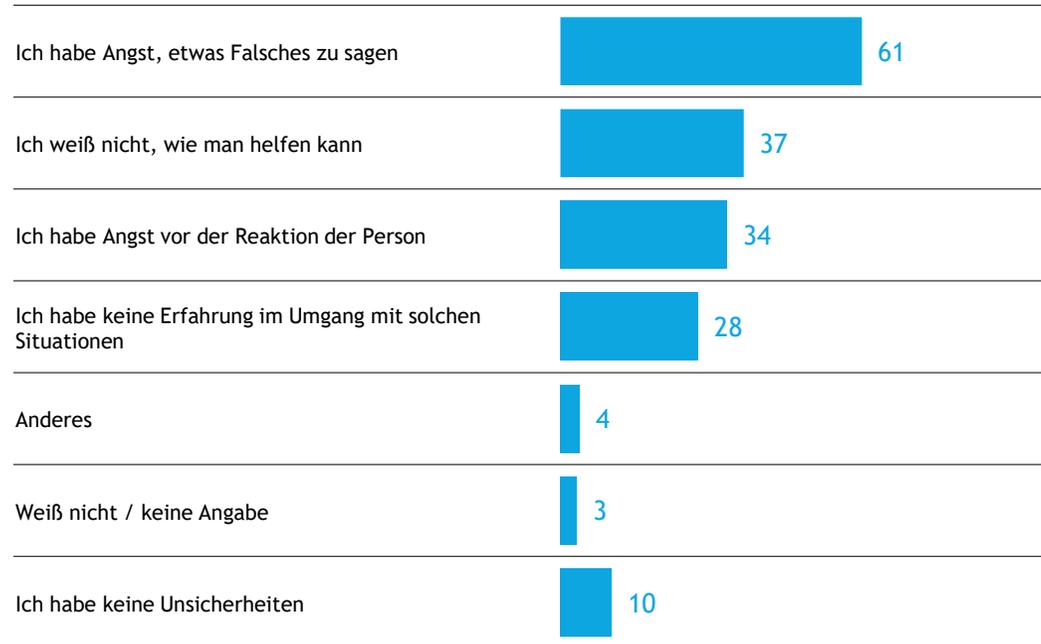
Erste Mentale Hilfe 2024: Umgang und Informationen

Das richtige Kommunizieren mit psychisch Belasteten wird als größte Schwierigkeit wahrgenommen, weshalb Informationen dazu auch am häufigsten gewünscht werden.

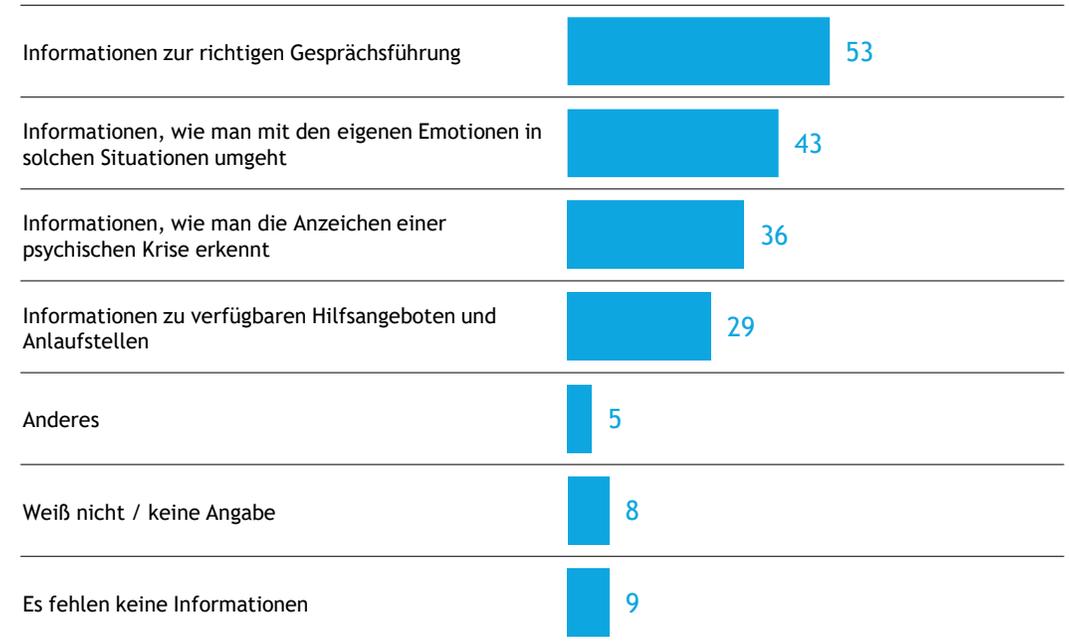
- Unsicherheit im Umgang mit Menschen, denen es gerade nicht gut geht, entsteht vor allem dadurch, dass Jugendliche Angst haben, etwas Falsches zu sagen (61%).
 - Allerdings fürchten sich formal Niedriggebildete deutlich seltener davor als formal Hochgebildete (50% vs. 62%).
- Genuine Unsicherheit bzw. Nicht-Wissen, wie man überhaupt helfen kann, verspüren 37% der Jugendlichen.
 - Auch hier zeigen sich formal Niedriggebildete (31%) robuster als formal Hochgebildete (41%).
- 34% haben Angst vor der Reaktion der betroffenen Person, und 28% macht ihr Mangel an Erfahrung im Umgang mit solchen Situationen unsicher.
 - Hier sind es neben den formal Niedriggebildeten die Mädchen, denen solche Situationen anscheinend vertrauter sind: Nur 22% (vs. 34% bei den Jungen) sind aus Mangel an Erfahrung verunsichert.
- Keine Unsicherheit im Umgang mit betroffenen Personen bekunden 10% der Jugendlichen.
- Entsprechend der Angst, etwas Falsches zu sagen, fehlen den Jugendlichen zuvorderst Informationen zur richtigen Gesprächsführung, um besser helfen zu können (53%).
 - Dies bekunden noch einmal deutlich häufiger formal Hochgebildete (58%) als formal Niedriggebildete (39%).
- 43% hätten auch gern Informationen dazu, wie man mit den eigenen Emotionen in solchen Situationen umgeht.
- In Einklang mit der hohen Anzahl von Jugendlichen, die psychische Belastungen bei sich und anderen meinen erkennen zu können, fehlen auch „nur“ 36% Informationen, wie man eine psychische Krise erkennt. Ähnliches gilt für Informationen zu verfügbaren Hilfsangeboten und Anlaufstellen, die 29% fehlen, um besser helfen zu können.
- Überhaupt keine Informationen fehlen aber nur 9% der Jugendlichen.
 - Formal Niedriggebildete verspüren insgesamt die wenigsten Unsicherheiten und sind am seltensten an Informationen interessiert.

Erste Mentale Hilfe 2024: Umgang und Informationen

Was macht dich unsicher im Umgang mit Menschen, denen es gerade gar nicht gut geht?



Welche Informationen fehlen dir, um besser helfen zu können?



Erste Mentale Hilfe 2024: Umgang und Informationen

	Gesamt	Geschlecht		Bildung			ADA	EPE	SINUS-Lebenswelt				Alter		
		Weiblich	Männlich	Niedrig	Mittel	Hoch			NÖK	EXP	KMAT	PRE	TRB	14-15	16-17
Was macht dich unsicher im Umgang mit Menschen, denen es gerade gar nicht gut geht?															
Ich habe Angst, etwas Falsches zu sagen	61	64	58	50	62	62	64	66	60	60	48	55	59	62	60
Ich weiß nicht, wie man helfen kann	37	33	41	31	31	41	35	38	38	45	30	34	38	38	37
Ich habe Angst vor der Reaktion der Person	34	36	31	31	36	33	32	34	35	32	34	37	35	36	32
Ich habe keine Erfahrung im Umgang mit solchen Situationen	28	22	34	23	24	31	24	24	32	31	26	27	34	32	25
Anderes	4	4	3	6	4	3	3	4	5	6	5	10	1	3	5
Weiß nicht / keine Angabe	3	3	4	4	5	3	2	3	3	4	7	5	4	4	3
Ich habe keine Unsicherheiten	10	11	10	11	11	10	14	11	10	12	8	-	10	9	12
Welche Informationen fehlen dir, um besser helfen zu können?															
Informationen zur richtigen Gesprächsführung	53	56	50	39	49	58	54	57	53	52	42	40	55	53	53
Informationen zum Umgang mit eigenen Emotionen in solchen Situationen	43	44	41	36	39	46	36	42	46	51	39	37	47	45	41
Informationen, wie man die Anzeichen einer psychischen Krise erkennt	36	34	38	31	32	38	35	34	37	32	31	36	42	40	33
Informationen zu verfügbaren Hilfsangeboten und Anlaufstellen	29	30	28	26	28	30	26	32	28	31	27	30	29	29	29
Anderes	5	6	4	7	5	4	6	3	3	6	8	14	2	4	5
Weiß nicht / keine Angabe	8	7	10	11	11	7	6	7	11	10	8	12	10	10	7
Es fehlen keine Informationen	9	8	9	9	9	8	9	10	8	7	7	9	8	7	10

Basis: 2.000 Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren
Angaben in %

ADA = Adaptive
EPE = Expeditive
NÖK = Neo-Ökologische
EXP = Experimentalisten

KMAT = Konsum-Materialisten
PRE = Prekäre
TRB = Traditionell-Bürgerliche

überdurchschnittlich
unterdurchschnittlich

3 Ansprechpartner*innen

Ihre Ansprechpartner*innen



Heide Möller-Slawinski

Senior Research & Consulting

heide.moeller-slawinski@sinus-institut.de

+49 6221 8089-56



BARMER:

Dirk Weller (Dipl.Psych.)

dirk.weller@barmer.de

0800 333004 99-1938