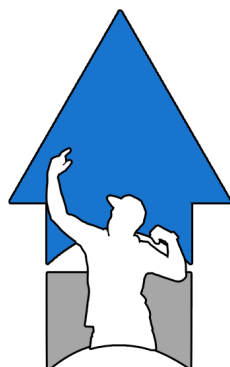


M-POWER TOUR 2025 „TDSG“



Auswertung Fragebögen und Abschlussbericht

Von Marco Weßling & Dr. Stephan Wackerle



Empowerment e.V.
Innovation für Bildung, Soziales & Kultur

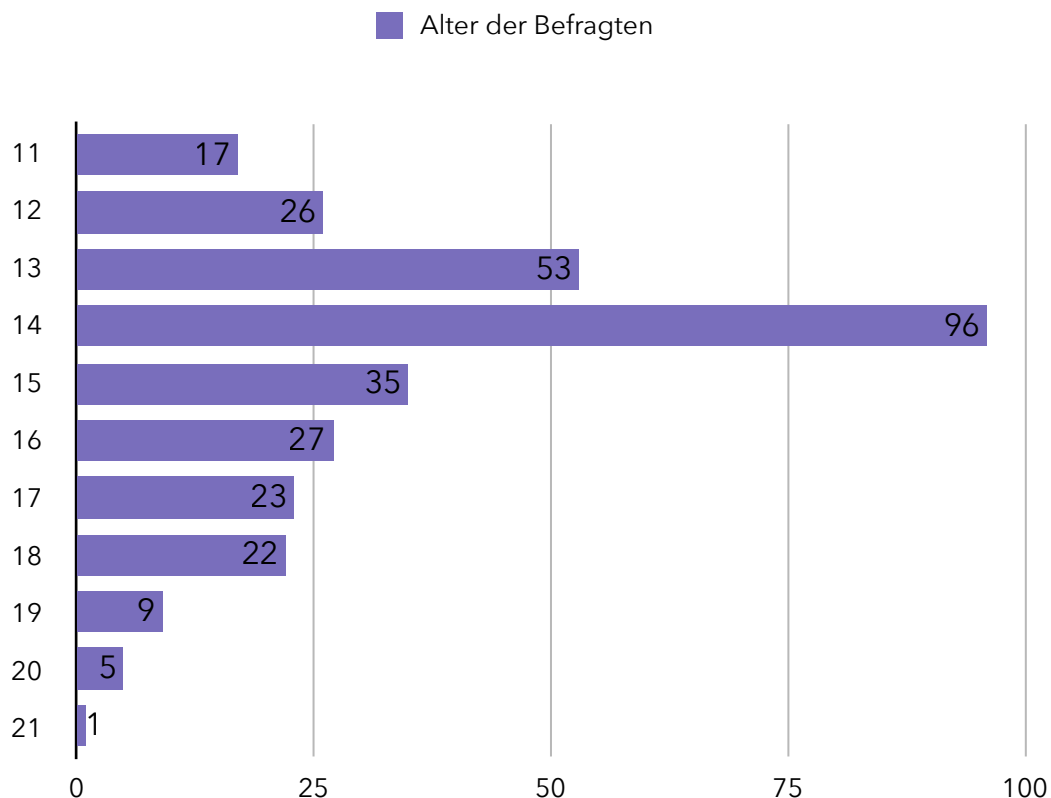
Einleitung

Im Rahmen der **M-Power Tour** ist es dem Empowerment e.V. gelungen, Jugendliche aktiv in einen Dialog über ihre Bedürfnisse, Belastungen und Visionen für wirksame Unterstützung einzubinden. Es wurden insgesamt **311 ausgefüllte Fragebögen** gesammelt und ausgewertet, die ein differenziertes Bild der Lebensrealitäten junger Menschen zeichnen. Die Umfrage fokussierte sich auf vier zentrale Aspekte: aktuelle Stressfaktoren, bevorzugte Vertrauenspersonen, die Kenntnis über Hilfsangebote sowie konkrete Ideen der Jugendlichen, wie Hilfe für sie „*ansprechend und funktionierend*“ gestaltet werden muss.

Die Ergebnisse liefern nicht nur Einblicke in die Herausforderungen der Zielgruppe, sondern auch klare Handlungsempfehlungen für Politik, Schulen und Sozialeinrichtungen. Dieser Bericht strukturiert die Erkenntnisse und verknüpft sie mit praxisnahen Lösungsansätzen, mit dem Ziel, Jugendliche in ihrer eigenen Lebenswelt ernst zu nehmen.

Empowerment e.V. | Projektleitung: Marco Weßling & Dr. Stephan Wackerle

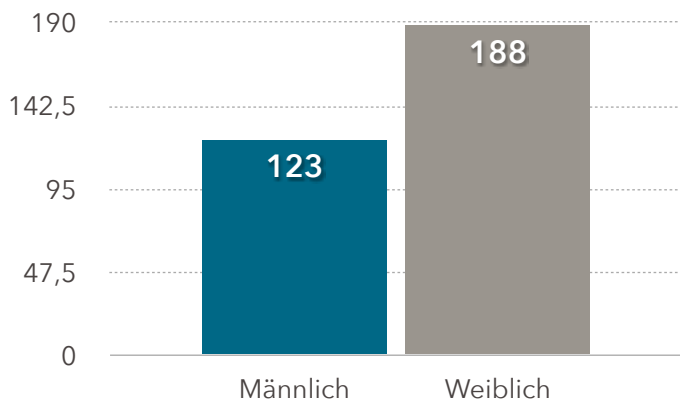
Hinweis: Die anonymisierte Befragung fand im Zeitraum vom 19.08.2025 bis 29.08.2025 statt und richtete sich an Jugendliche zwischen 11 und 21 Jahren.



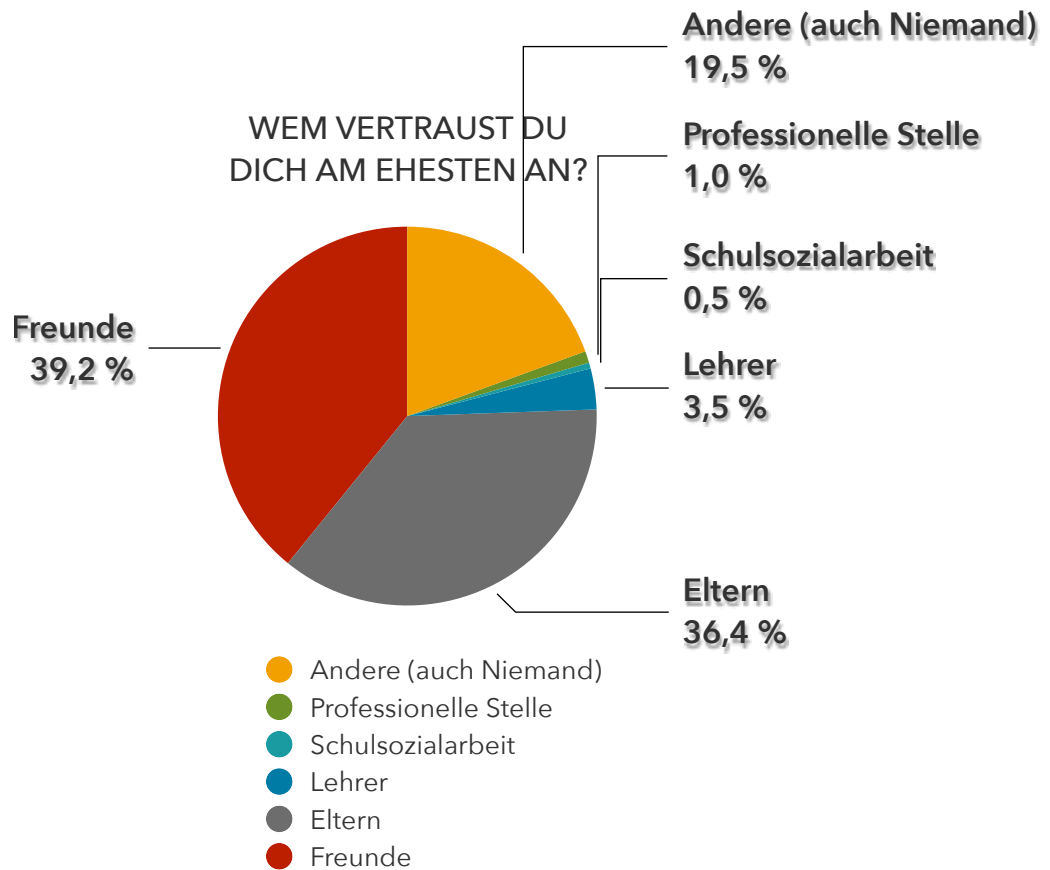
311 AUSGEWERTETE FRAGEBÖGEN (MEHRFACHANTWORTEN WAREN MÖGLICH)

Wem vertraust du dich am ehesten an?	Männlich	Weiblich	SUMME
Freunde	36	121	157
Eltern	64	82	146
Lehrer	3	11	14
Schulsozialarbeit	0	2	2
Professionelle Stelle	0	4	4
Andere (auch Niemand)	27	51	78
Gesamt (Niemand hat Divers angegeben)	123	188	0

MÄNNLICH / WEIBLICH



■ Männlich
■ Weiblich



Im Rahmen der Befragung wurde erhoben, an wen sich Jugendliche bei Problemen am ehesten wenden. Die Auswertung basiert auf **311 ausgewerteten Fragebögen**, wobei Mehrfachantworten möglich waren. Die zentralen Ergebnisse sind nachfolgend zusammengefasst:

1. Vertrauenspersonen im Überblick

Die häufigsten Anlaufstellen bei Problemen sind:

- **Freunde** (39,2 % der Nennungen),
- **Eltern** (36,4 %),
- Andere (inkl. „Niemand“) (19,5 %).

Lehrkräfte (3,5 %), die Schulsozialarbeit (0,5 %) und professionelle Stellen (1,0 %) spielen eine deutlich geringere Rolle.

2. Geschlechtsspezifische Unterschiede

Hinweis: Die Abfrage nach Geschlecht hat „Divers“ mit einbezogen. Die Option „Divers“ wurde von keinem Teilnehmer angegeben.

- **Freunde:** Weibliche Befragte vertrauen Freunden häufiger (121 Nennungen) als männliche (36).
- **Eltern:** Hier zeigen sich ähnliche Werte (64 männlich, 82 weiblich).
- **Andere:** Unter „Andere“ gaben männliche Teilnehmer häufig „Niemand“ an. (23 mal)
 - Weibliche Teilnehmer gaben hier 22 mal Partner an, 18 mal Großeltern und 11 mal Haustier (Hund, Katze) an.

3. Antwortmöglichkeit „Andere“

In dieser offenen Antwortoption wurden neben „Niemand“ folgende Vertrauenspersonen handschriftlich genannt:

- Partner:in
- Haustiere
- Großeltern
- Tante
- Trainer (Sportverein)

4. Fazit

Die Ergebnisse zeigen, dass informelle Bezugspersonen (Freunde, Familie) die zentralen Anlaufstellen bei Problemen darstellen. Institutionelle Angebote wie Schulsozialarbeit oder professionelle Beratungsstellen werden hingegen selten genutzt. Geschlechtsspezifisch fällt auf, dass weibliche Jugendliche sich stärker an Freunde wenden, während männliche Befragte öfter „Niemand“ angaben.

Die detaillierte Auswertung steht für weiterführende Analysen zur Verfügung.

Im Rahmen der Befragung wurde untersucht, was Jugendliche aktuell am meisten belastet oder als größten Stressfaktor wahrnehmen. Die Auswertung basiert auf **311 ausgewerteten Fragebögen** mit Mehrfachantwortmöglichkeit. Die Kernbefunde sind wie folgt zusammengefasst:

1. Stressfaktoren im Überblick

Die häufigsten Belastungen sind:

- **Familie** (26,8 % der Nennungen),
- Leistungsdruck (19 %),
- **Lehrer:innen** (21,7 %).

Weitere Nennungen umfassen **Geldsorgen** (11,3 %), **Mitschüler:innen** (6,3 %), **Einsamkeit** (6,1 %) und **Anderes** (9,2 %).

2. Geschlechtsspezifische Unterschiede

- **Leistungsdruck:** Weibliche Befragte nannten diesen Faktor deutlich häufiger (93 Nennungen) als männliche (42).
- **Familie:** Auch hier zeigen weibliche Jugendliche höhere Werte (109 weiblich, 86 bei männlichen Befragten).
- **Geldsorgen:** Männliche Teilnehmer gaben diese Belastung etwas öfter an (44 männlich, 38 weiblich).
- **Anderes (inkl. „Nichts“):** Die Kategorie wurde von weiblichen Befragten häufiger genutzt (45 mal gegenüber 22 mal bei männlichen Befragten).

3. Kategorie „Anderes (inkl. Nichts)“

In den offenen Antworten wurden folgende Stressfaktoren handschriftlich ergänzt:

- Mobbing
- Verbote der Eltern
- Neue Schule
- Fehlende Freunde
- Traurigkeit
- **Soziale Ängste**

Hinweis: Die Option „Nichts“ wurde vereinzelt genannt, dominiert jedoch nicht die Kategorie.

4. Fazit

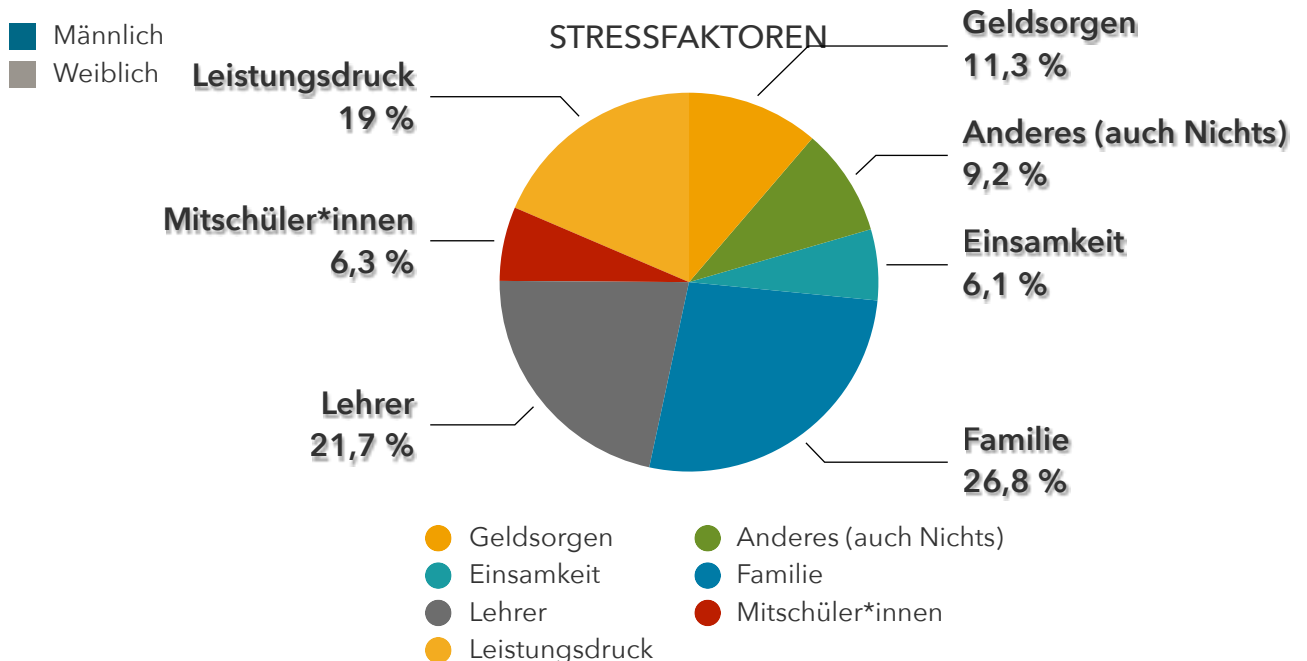
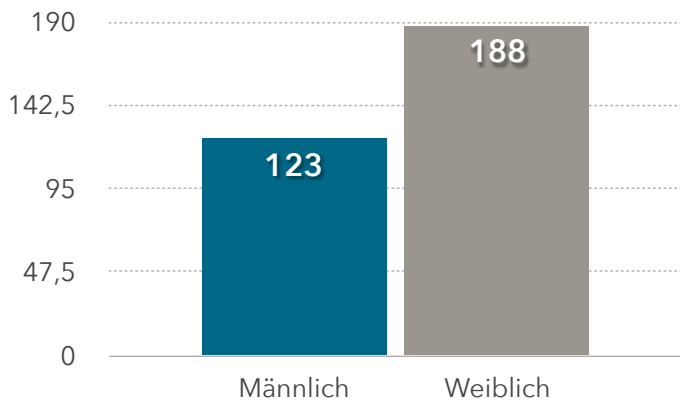
Die Ergebnisse verdeutlichen, dass **familiäre Konflikte** und **schulischer Leistungsdruck** die größten Belastungen darstellen. Auffällig ist der geschlechtsspezifische Unterschied bei Leistungsdruck, der weibliche Jugendliche stärker zu betreffen scheint. Die offenen Antworten unter „Anderes“ zeigen zudem versteckte Stressfaktoren wie Mobbing und soziale Ängste, die in standardisierten Kategorien nicht abgebildet wurden.

Institutionelle Unterstützungsangebote sollten vor allem auf die Entlastung in familiären und schulischen Kontexten abzielen, während geschlechterspezifische Präventionsmaßnahmen (z. B. Stressbewältigung für Mädchen) ergänzend wirken könnten.

311 AUSGEWERTETE FRAGEBÖGEN (MEHRFACHANTWORTEN WAREN MÖGLICH)-1

Was belastet dich im Moment am meisten oder ist dein größter Stressfaktor?	Männlich	Weiblich	SUMME
Leistungsdruck	42	93	135
Mitschüler*innen	15	31	46
Lehrer	77	81	158
Familie	86	109	195
Einsamkeit	6	38	44
Geldsorgen	38	44	82
Anderes (auch Nichts)	45	22	67
Gesamt (Niemand hat Divers angegeben)	123	188	0

MÄNNLICH / WEIBLICH



Im Rahmen der Befragung wurde erhoben, wie gut Jugendliche über vorhandene Hilfsangebote informiert sind (Skala 1-10). Die Auswertung basiert auf **311 gültigen Antworten** und ergänzt die vorherigen Berichte zu *Vertrauenspersonen* und *Stressfaktoren*. Die Kernbefunde:

1. Übersicht der Informiertheit

Die Verteilung der Selbsteinschätzung zeigt eine deutliche Polarisierung:

- **36 % (112 Stimmen)** stufen ihre Informiertheit als "*sehr schlecht*" (1) ein.
- 15 % (47 Stimmen) bewerten sie mit "*okay*" (5).
- 11 % (34 Stimmen) geben "*sehr gut*" (10) an.

Die restlichen **38 % (118 Stimmen)** verteilen sich wie folgt auf die Skala:

- **2:** 10 % (31)
- **3:** 10 % (31)
- **4:** 8 % (25)
- **6:** 5 % (16)
- **7:** 3 % (9)
- **8:** 1 % (3)
- **9:** 1 % (3).

2. Geschlechtsspezifische Unterschiede

- **Sehr geringe Informiertheit (1-4):** Bei männlichen Befragten etwas stärker ausgeprägt (68 % männlich, 63 % weiblich)
- **Mittlere Werte (5-7):** Weibliche Teilnehmer*innen nennen diese etwas häufiger (22 % weiblich, 18 % männlich)
- **Hohe Informiertheit (8-10):** Keine signifikanten Unterschiede (12 % weiblich, 10 % männlich)

3. Fazit: Integration aller Berichte

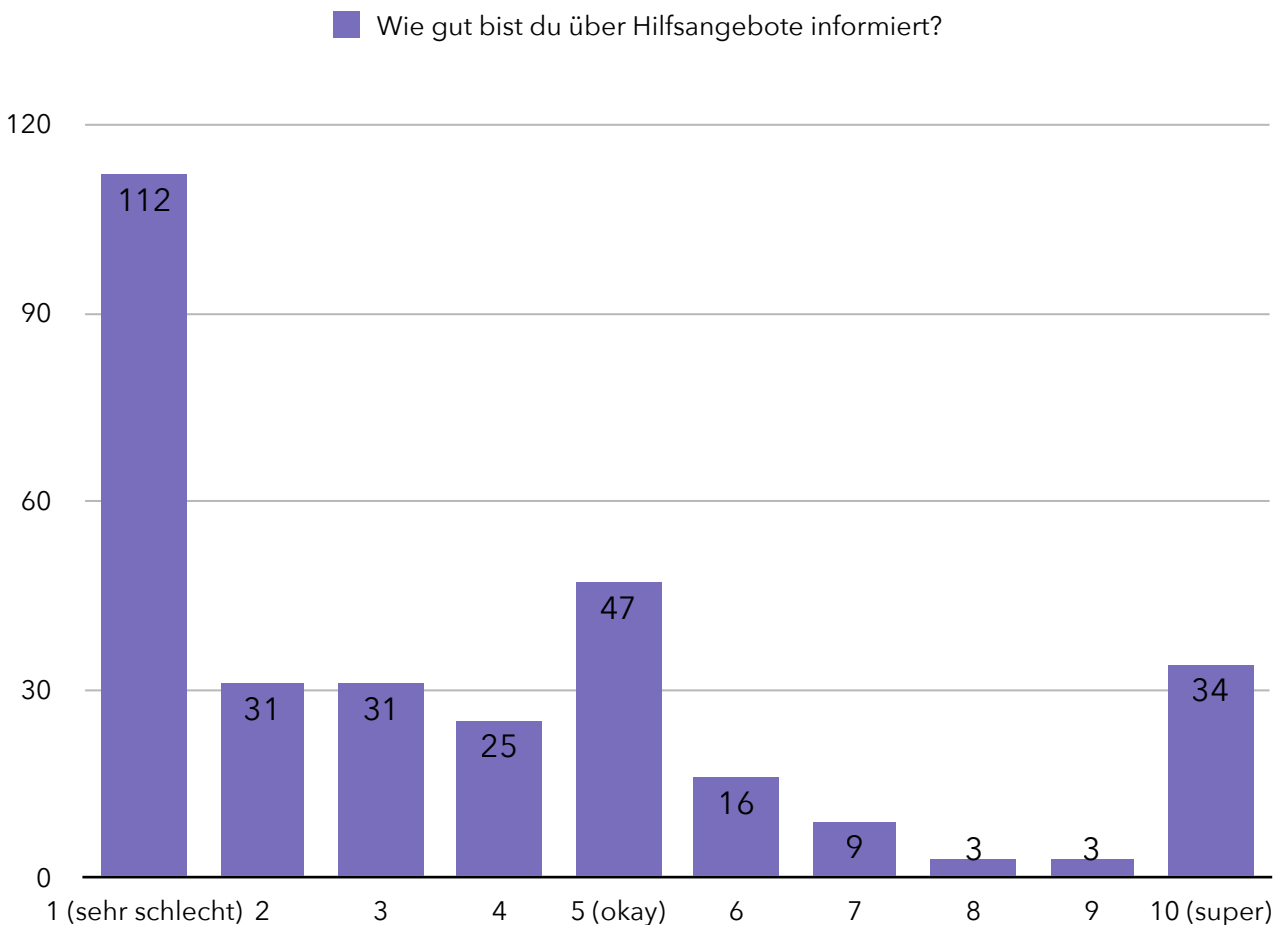
Die drei Umfragen verdeutlichen folgendes Gesamtbild:

1. **Stressfaktoren:** Familiäre Konflikte, Leistungsdruck und versteckte Belastungen wie Mobbing oder soziale Ängste dominieren.
2. **Vertrauenspersonen:** Betroffene wenden sich primär an Freunde oder Familie, nicht an professionelle Stellen.
3. **Informationslücken:** Die mangelnde Kenntnis über Hilfsangebote (36 % „sehr schlecht“) erklärt die evtl. geringe Nutzung institutioneller Unterstützung.

Empfehlungen:

- **Zielgruppenspezifische Aufklärung:** Kampagnen in Schulen zu Themen wie Mobbing, psychischer Gesundheit und sozialen Ängsten, die auch niedrigschwellige Anlaufstellen vorstellen (z. B. Online-Beratung, Workshops mit Musik und jugendlichen Themen).
- **Eltern und Lehrkräfte einbinden:** Sensibilisierung für Stresssignale und Vermittlung von Hilfsangeboten.
- **Geschlechtersensible Ansätze:** Gezielte Angebote für männliche Jugendliche, die sich häufiger „niemandem“ anvertrauen.

Zentrale Erkenntnis: Die Kombination aus hohen Belastungen, informellen Coping-Strategien und unzureichender Kenntnis über Hilfsstrukturen unterstreicht den dringenden Handlungsbedarf. Institutionen müssen sichtbarer werden und Vertrauen aufbauen – insbesondere bei vulnerablen Gruppen.



Wie Hilfe aussehen muss - Perspektiven der Jugendlichen

Die abschließende Frage der Umfrage – „*Wie müsste Hilfe für dich aussehen, dass sie ansprechend ist und für dich funktioniert?*“ – offenbart konkrete Erwartungen der Jugendlichen an wirksame Unterstützung. Ihre Antworten lassen sich zu folgenden Kernprinzipien verdichten:

1. Haltung und Rahmenbedingungen

- **Authentizität:** Hilfe muss „ernst gemeint“ sein, „ohne Vorurteile und Schubladendenken“ stattfinden und „gut zuhören“.
- **Vertrauen und Diskretion:** Viele fordern, dass „*Eltern nichts davon wissen*“ und Hilfe „ohne Konsequenzen“ bleibt. Gleichzeitig wünschen sie sich, dass „*Eltern erklärt wird, wie sie helfen können*“.
- **Respektvolle Grenzen:** Hilfe soll „*Raum lassen, nicht aufdringlich sein*“ und zugleich klare Strukturen bieten („*Grenzen setzen*“).

2. Praktische Umsetzung

- Ansprechpersonen auf Augenhöhe:
 - „*Sollte eine Frau sein*“ (von mehreren Mädchen betont),
 - „in meinem Alter“,
 - „kein Lehrer oder ähnliches“,
 - „Gespräche mit jemandem, dem man vertraut“.
- Methoden und Tools:
 - „*Mit sinnvollen Lösungen*“, die direkt umsetzbar sind,
 - „Medien zum Anschauen oder Nachlesen“ (z. B. Videos, Guides),
 - Angebote, „*die man ausprobieren kann*“ (praxisorientiert und interaktiv).

3. Vernetzung mit den Gesamtergebnissen

Die Forderungen spiegeln die zuvor erhobenen Befunde wider:

- **Stressfaktoren:** Da familiäre Konflikte, Leistungsdruck und soziale Ängste dominieren, braucht es diskrete, elternunabhängige Räume.
- **Vertrauenspersonen:** Die Ablehnung institutioneller Figuren („*kein Lehrer*“) erklärt, warum Freunde prioritär genutzt werden.
- **Informationslücken:** Medien als Hilfsmittel könnten die Wissenslücken schließen, die 36 % der Jugendlichen als „sehr schlecht“ bewerten.

Empfehlung für die Praxis

Um Jugendliche zu erreichen, sollten Hilfsangebote:

1. **Peer-basiert** und **geschlechtersensibel** gestaltet sein (z. B. junge Frauen als Ansprechpartnerinnen).
2. **Digital und analog verzahnen**: Nutzung von Medienformaten kombiniert mit persönlicher Beratung.
3. **Elternarbeit integrieren**: Workshops, die Eltern sensibilisieren, ohne die Privatsphäre der Jugendlichen zu verletzen.
4. **Schulstrukturen umgehen**: Angebote außerhalb des „Lehrer-Kontexts“ schaffen, z. B. über externe Träger oder digitale Plattformen.

Abschließende Erkenntnis: Hilfe wird dann angenommen, wenn sie nicht nur *funktioniert*, sondern auch die **emotionale und soziale Realität** der Jugendlichen anerkennt – frei von Bevormundung, voller Respekt und mit dem Mut, Neues auszuprobieren.

Empowerment e.V.
Sinsheimer Straße 6
67067 Ludwigshafen



Marco Weßling



Dr. Stephan Wackerle