

Newsletter 1/2025

SOS-Längsschnittstudie Handlungsbefähigung

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

wir freuen uns, Ihnen den neuen Newsletter zur SOS-Längsschnittstudie präsentieren zu können. In dieser Ausgabe werfen wir einen Blick auf ausgewählte Befunde aus der Betreutenbefragung 2024, insbesondere zu den Themenbereichen Einsamkeit und Wahrnehmung multipler Krisen.

Außerdem im Fokus: die ersten Auswertungen der aktuellen Ehemaligenbefragung. Auch im vergangenen Herbst/Winter durften wir uns wieder über einen starken Rücklauf freuen. 325 Care-Leaver*innen haben unsere Fragen beantwortet, wobei 174 (53,5 %) den Printbogen ausgefüllt und 151 (46,5 %) online teilgenommen haben. In diesem Zusammenhang danken wir Ihnen herzlich für Ihre zuverlässige und tatkräftige Unterstützung der Studie.

Mit den besten Grüßen und Wünschen für eine erholsame Sommerzeit,

Ihr Team der SOS-Längsschnittstudie

Einsamkeitsgefühl der SOS-Betreuten

Einsamkeit ist in unserer Gesellschaft ein zunehmend relevantes Thema. Verschiedene Studien (Thomas 2022, Luhmann u. a. 2023, Shell Jugendstudie 2024) legen nahe, dass sich gerade Jugendliche immer häufiger einsam fühlen. Verhält es sich bei den von SOS-Kinderdorf betreuten Jugendlichen ähnlich? Im Rahmen der SOS-Längsschnittstudie werden die Betreuten u. a. regelmäßig nach ihrem Einsamkeitsgefühl gefragt. Nachfolgend betrachten wir die Ergebnisse aus den Erhebungen 2018 bis 2024 im Verlauf.

2018 hatten 19 % der Jugendlichen in der Woche vor der jeweiligen Befragung oft oder immer mit Einsamkeit zu kämpfen. Zu Beginn der Corona-Pandemie stieg der Anteil auf 24 % (2020), dann ging er kontinuierlich zurück. 2024 lag er mit 21 % immer noch leicht über dem Niveau von vor der Pandemie. Mit Ausnahme des Coronajahres 2020 gaben umgekehrt jeweils über die Hälfte der befragten Jugendlichen in SOS-Einrichtungen an, sich selten oder nie einsam zu fühlen (siehe Abbildung 1).

Themen des Newsletters

- **Einsamkeitsgefühl der SOS-Betreuten**
- **Alter der befragten Care-Leaver*innen im Verlauf**
- **Blitzlichter aus der Ehemaligenbefragung 2024**
- **Multiple Krisen in der Wahrnehmung von jungen Betreuten**

Gruppen mit ausgeprägtem Einsamkeitsgefühl

Betrachtet man die aktuellen Werte aus dem Erhebungsjahr 2024 im Detail, so stellt sich heraus, dass bestimmte Personengruppen besonders stark betroffen sind. So geben 24 % der **Mädchen** an, sich oft bis immer einsam zu fühlen, während nur 15 % der Jungen dies von sich sagen. Zudem spielt offenbar auch das Alter eine Rolle: **Jugendliche über 16 Jahre** berichten deutlich häufiger von moderater bis starker Einsamkeit als die 12- bis 15-Jährigen. Nicht zuletzt scheint Einsamkeit auch **Jugendlichen mit Migrationsgeschichte** überproportional zuzusetzen: 27 % von ihnen geben 2024 an, sich einsam zu fühlen, im Vergleich zu 17 % ohne einen Migrationshintergrund.

Einsamkeit und persönliche Ressourcen

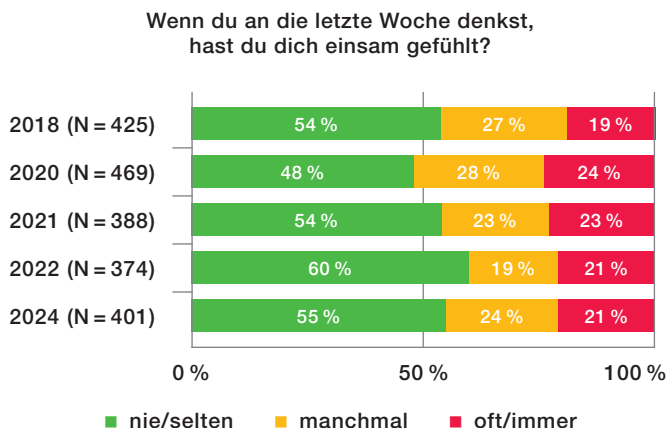
Ein zentrales Merkmal der Jugendlichen mit Einsamkeitserfahrungen ist das **Gefühl mangelnder Zugehörigkeit**. Während 45 % der einsamen Jugendlichen



SOS-Längsschnittstudie Handlungsbefähigung

1/2025

Abbildung 1: Einsamkeit unter SOS-Betreuten
(SOS-Längsschnittstudie, Betreutenbefragungen 2018–2024)



angeben, ein schwaches bis kein Zugehörigkeitsgefühl zu ihrer Herkunftsfamilie und/oder zur SOS-Einrichtung zu haben, trifft dies nur auf 13 % der nicht einsamen Jugendlichen zu. Auch Beziehungen zu Mitbewohner*innen und Bezugspersonen werden von der Gruppe der einsamen Jugendlichen häufiger als schlecht und distanziert erlebt. Sie haben oft das Gefühl, Außenseiter*in in der Wohngruppe oder Kinderdorf-familie zu sein. Einsamkeit steht zudem in engem Zusammenhang mit der **psychischen und physischen Gesundheit**: Jugendliche mit Einsamkeitserfahrungen sind deutlich unzufriedener mit dem eigenen Leben, haben ein geringeres Wohlbefinden und schätzen ihre subjektive Gesundheit schlechter ein. Außerdem klagen sie häufiger über körperliche und psychische Beschwerden. Besonders auffällig ist der Zusammenhang zwischen Einsamkeit und individuellen **Widerstandsressourcen**: 74 % der einsamen Jugendlichen weisen eine geringe Handlungsbefähigung auf, in der Vergleichsgruppe sind es nur 29 %.

Fazit

Insgesamt lässt sich über die Jahre hinweg eine moderate Zunahme der Einsamkeit unter Jugendlichen in den SOS-Einrichtungen erkennen. Besonders betroffen sind Mädchen, ältere Jugendliche sowie junge Menschen mit Migrationsgeschichte. Gerade bei Jugendlichen mit instabilen Beziehungserfahrungen können verlässliche Bezugspersonen das Gefühl von Sicherheit und Zugehörigkeit stärken. Ergänzend dazu schützen geschlechts-, alters- und kultursensible Angebote, interkulturelle Kompetenz im Team sowie gezielte integrative Maßnahmen vor Ausgrenzung. Auch regelmäßige gemeinschaftsstärkende Aktivitäten fördern tragfähige Netzwerke innerhalb der Einrichtung. Beziehungskontinuität, Zugehörigkeit sowie soziale und emotionale Verlässlichkeit können für die betreuten Jugendlichen so zu wichtigen Schutzfaktoren werden und Einsamkeitsgefühlen vorbeugen.

Quellen:

Thomas, Severine (2022): Einsamkeitserfahrungen junger Menschen – nicht nur in Zeiten der Pandemie. In: Soziale Passagen 14 (S. 97–112).

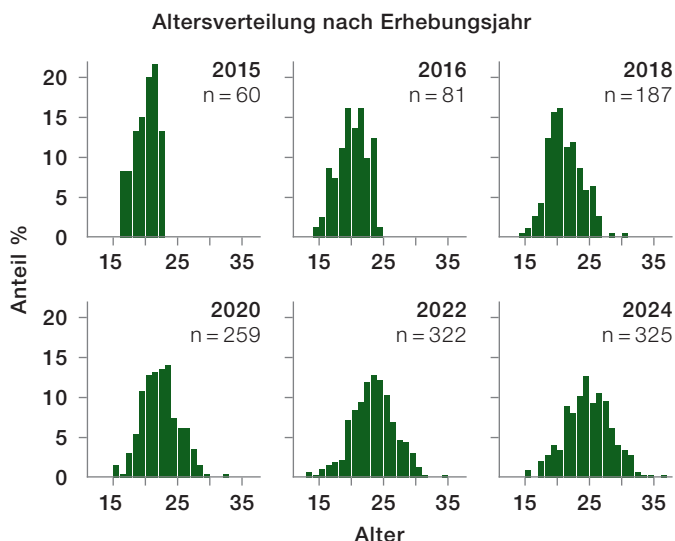
Luhmann, Maïke u. a. (2023): Einsamkeit unter Jugendlichen in Nordrhein-Westfalen nach der Pandemie. Herausgegeben von der Staatskanzlei Nordrhein-Westfalen. Düsseldorf. Abrufbar unter: www.land.nrw/media/31050 (zuletzt abgerufen am 26.06.2025)

Albert, Mathias u. a. (2025): Die 19. Shell Jugendstudie – Pragmatisch zwischen Verdrossenheit und gelebter Vielfalt. In: Diskurs Kindheits- und Jugendforschung 1 (S. 124–131).

Alter der befragten Care-Leaver*innen im Verlauf

Seit Beginn der Ehemaligenerhebungen hat sich die Altersverteilung der Teilnehmenden stark verändert. Im ersten Jahr 2015 hatten die meisten Befragten die Verselbstständigung gerade erst vollzogen, sie waren alle unter 23 Jahre alt – die Hälfte von ihnen sogar 20 Jahre oder jünger. Im Verlauf weiterer Erhebungen stieg der Altersschnitt deutlich an, nicht zuletzt, weil viele Care-Leaver*innen wiederholt teilnahmen. Im Jahr 2018 war bereits ein Viertel der Befragten älter als 23 Jahre und wir konnten sogar einzelne Ehemalige im Alter von 30 Jahren erreichen. Dieser Trend setzte sich weiter fort: 2022 waren 25 % der Care-Leaver*innen älter als 25 Jahre, weniger als 15 % waren noch unter 20 Jahre alt. 2024 war bereits mehr als ein Viertel der Befragten 27 Jahre oder älter, im Gegenzug waren nur noch 10 % im Teenageralter (siehe Abbildung 2). Unser Ziel, im Rahmen der Langzeitstudie Erkenntnisse über den Berufseinstieg der jungen Menschen zu erlangen, wird dadurch greifbarer.

Abbildung 2: Alter der befragten Care-Leaver*innen im Verlauf
(SOS-Längsschnittstudie, Care-Leaver-Befragungen 2015–2024)



Blitzlichter aus der Care-Leaver-Befragung 2024

Hier präsentieren wir Ihnen Ergebnisse aus der jüngsten SOS-Ehemaligenbefragung. Daran nahmen 325 junge Erwachsene teil, die zum Erhebungszeitpunkt im Schnitt 24,8 Jahre alt waren – 203 Frauen, 112 Männer, 5 Personen, die sich als divers bezeichnen, und 5 Personen ohne Angabe des Geschlechts.



77 %

finden: Zu SOS gekommen zu sein, war das Beste, was ihnen damals passieren konnte. **



57 %

leben in einer festen Partnerschaft.



22 %

erhalten psychosoziale Unterstützung in Form von Therapie.



29 %

sind unzufrieden mit ihrer finanziellen Situation.



58 %

sind stolz auf das, was sie schon geleistet haben.



14 %

befinden sich in schulischer oder beruflicher Ausbildung.



21 %

haben mindestens monatlich Kontakt zur Kinderdorfmutter/zum Kinderdorfvater oder zur Bezugserzieherin/zum Bezugserzieher.



19 %

haben Schulden und wissen nicht, wann und wie sie diese zurückzahlen können.



68 %

können ihre Sexualität so leben, wie sie es gerne möchten.



91 %

finden den Care-Leaver-Fragebogen gut.



17 %

fühlten sich in der Woche vor der Befragung einsam.



51 %

schauen optimistisch und zuversichtlich in ihre Zukunft.



33 %

fühlten sich im Hinblick auf den Auszug vom Jugendamt unter Druck gesetzt.*



34 %

sind mit ihrem Engagement für andere und in der Gesellschaft zufrieden.



27 %

bemühen sich, möglichst viel für ihre Gesundheit zu tun.

* Wurde nur bei der ersten Befragung als Care-Leaver*in erhoben.

** Wurde nur bei einer Folgebefragung als Care-Leaver*in erhoben.

Multiple Krisen in der Wahrnehmung von jungen Betreuten

Wir leben in einer Zeit, in der politische und wirtschaftliche Krisen junge Menschen nachhaltig beeinflussen und verunsichern können. Deshalb haben wir in der Erhebungswelle 2024 untersucht, wie SOS-Betreute zwischen 12 und 18 Jahren die aktuellen Veränderungen und Entwicklungen wahrnehmen. Orientiert haben wir uns dabei an der Shell Jugendstudie, in der junge Menschen mit ähnlicher Altersstruktur (12 bis 25 Jahre) im selben Erhebungsjahr nach ihren Sorgen auf personeller, gesellschaftlicher und globaler Ebene gefragt wurden (Shell Jugendstudie 2024). Im Folgenden nehmen wir Befunde aus beiden Studien genauer in den Blick.

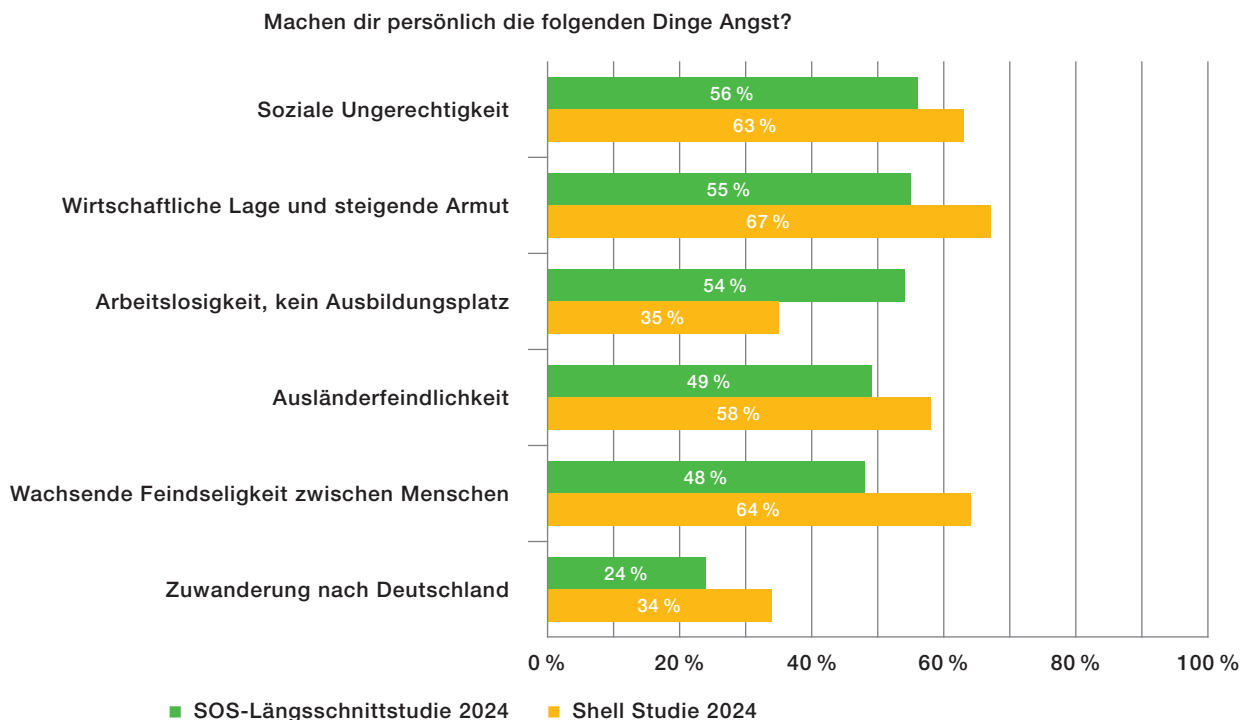
Wie Abbildung 3 zeigt, machen den SOS-Betreuten besonders die soziale Ungerechtigkeit (56 %) sowie die wirtschaftliche Lage und steigende Armut (55 %) Angst. Mehr als die Hälfte (54 %) befürchtet Arbeitslosigkeit oder sorgt sich, keinen Ausbildungsplatz zu bekommen. Dieser Wert liegt als einziger deutlich über dem der Befragten der Shell Studie (35 %). Beim Vergleich der beiden Studien zeigen sich auch hinsichtlich der Angst vor wachsender Feindseligkeit und der Sorge

vor Ausländerfeindlichkeit größere Unterschiede. Beide Befürchtungen sind bei den SOS-Befragten weniger stark ausgeprägt als bei den Teilnehmenden der Shell Studie (48 % vs. 64 % bzw. 49 % vs. 58 %). Dies gilt auch für die Angst vor Zuwanderung, die bei der SOS-Betreutenbefragung mit 24 % ebenfalls deutlich geringer ausfällt als bei der Shell Studie (34 %).

Unterschiede nach Gruppen

Betrachten wir die Ergebnisse der SOS-Betreutenbefragung 2024 im Detail, so wird erkennbar, dass die jungen Menschen die multiplen Krisen je nach Geschlecht, Alter, Bildung und Migrationshintergrund sehr verschieden wahrnehmen. Am deutlichsten sind die **Unterschiede zwischen Mädchen und Jungen**. Mit einer Ausnahme (Verlust des Arbeitsplatzes) machen sich Mädchen durchgängig mehr Sorgen als Jungen. Am größten ist die Differenz, wenn es um den Klimawandel geht – dieser belastet fast 58 % der Mädchen, während der Anteil bei ihren männlichen Altersgenossen rund 20 % niedriger liegt. Über 60 % der Mädchen befürchten außerdem, dass Deutschland in einen Krieg verwickelt wird, 17 % Prozent mehr als bei den männlichen Jugendlichen. Nicht zuletzt belasten die Folgen des Nahost-Konflikts die Hälfte der Mädchen und damit 15 % mehr als bei den Jungen. Diese geschlechtsspezifische Differenz finden wir auch in anderen Studien. Generell wird der Unterschied vor allem damit erklärt, dass Frauen offener über ihre

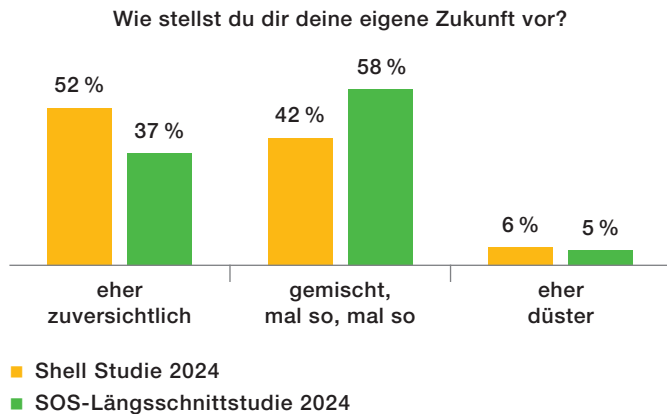
Abbildung 3: Sorgen und Ängste von Kindern und Jugendlichen, ausgewählte Ergebnisse der Shell Jugendstudie 2024 und der SOS-Betreutenbefragung 2024 (n = 396 – 402; das Item Arbeitslosigkeit wurde nur bei Jugendlichen über 16 Jahre abgefragt, n = 218)



SOS-Längsschnittstudie Handlungsbefähigung

1/2025

Abbildung 4: Zukunftsvorstellungen von Kindern und Jugendlichen, Ergebnisse aus der Shell Jugendstudie 2024 und der SOS-Betreutenbefragung 2024 (n = 211)



Ängste reden als Männer und dass Männern nach wie vor eher beigebracht wird, „stark zu sein“ und Angstgefühle zu unterdrücken.

Auch in Bezug auf den **Bildungsstand** werden einige interessante Unterschiede sichtbar. So machen sich Hauptschüler*innen mehr Sorgen als Gymnasiast*innen, wenn es um den Verlust des Arbeits- bzw. Ausbildungsplatzes (60 % vs. 33 %) oder um die Zuwanderung nach Deutschland geht (35 % vs. 15 %). Auch die Pandemie (35 % vs. 19 %) und die Angst vor weiteren Terroranschlägen (52 % vs. 38 %) beschäftigt deutlich mehr Hauptschüler*innen als Gymnasiast*innen. Umgekehrt machen sich Letztgenannte mehr Sorgen um die zunehmende Feindseligkeit zwischen Menschen, die unterschiedliche politische Meinungen vertreten (Gymnasiast*innen: 68 %, Hauptschüler*innen: 39 %). Auch das Thema soziale Ungerechtigkeit erfüllt deutlich mehr Gymnasiast*innen mit Sorge (fast 73 % vs. 52 % bei den Hauptschüler*innen).

Erwartungsgemäß machen sich **Jugendliche mit einem Migrationshintergrund** wiederum mehr Sorgen, wenn es um die Ausländerfeindlichkeit geht (58 % im Vergleich zu 43 % bei Jugendlichen ohne Migrationshintergrund). Nahezu die gleichen Werte zeigen sich auch im Hinblick auf die Angst vor einer wachsenden Feindseligkeit zwischen Menschen mit unterschiedlichen politischen Meinungen.

Generell gilt, dass sich die **älteren Jugendlichen** (16 Jahre und älter) mehr Sorgen machen als die jüngeren Jugendlichen (12 bis 15 Jahre).

Zukunftsperspektiven

Sowohl in der SOS-Längsschnittstudie als auch in der Shell Studie gaben die jeweils befragten Jugendlichen Auskunft darüber, wie sie sich ihre Zukunft vorstellen.

37 % der SOS-Betreuten sehen eher zuversichtlich in die Zukunft, 58 % gemischt und lediglich 5 % eher düster. Im Vergleich dazu beurteilen die Teilnehmenden der Shell Jugendstudie ihre Zukunft häufiger positiv (eher zuversichtlich: 52 %, gemischt/mal so, mal so: 42 %, eher düster: 6 %; siehe Abbildung 4).

Zusammenfassung

Insgesamt zeigen die Ergebnisse, dass viele Krisen und Veränderungen bei den SOS-Betreuten angekommen sind, aber je nach Alter, Geschlecht, Bildungsstand und Migrationshintergrund unterschiedlich erlebt werden. Aus einer übergreifenden Perspektive scheint die Angst, keinen Ausbildungsplatz zu finden oder arbeitslos zu werden, am stärksten ausgeprägt zu sein. Darüber hinaus blicken die Teilnehmenden der SOS-Längsschnittstudie – möglicherweise aufgrund ihrer Biografie – zwar etwas weniger optimistisch in die Zukunft als die repräsentativ befragten Jugendlichen der Shell Studie, tragen dafür aber grundsätzlich etwas weniger schwer an den aktuellen Entwicklungen. Mit Blick auf die Risiken, die multiple Krisen mit sich bringen, ist es weiterhin von besonderer Bedeutung, die Zuversicht bzw. Handlungsbefähigung junger Menschen zu stärken.

Quelle:

Shell Deutschland GmbH (Hrsg.) (2024). Jugend 2024 – 19. Shell Jugendstudie. Weinheim: Beltz

Ausblick

Die nächste Sitzung der Fallgruppe findet am 1. und 2. Dezember 2025 in München statt. Die Einladung dazu erfolgt rechtzeitig.

Für den Inhalt verantwortlich:

Dr. Kristin Teuber (SPI), Renatastr. 77, 80639 München
kristin.teuber@sos-kinderdorf.de

Dr. Florian Straus (IPP), Ringseisstr. 8, 80337 München
straus@ipp-muenchen.de



Sie wollen mehr über die SOS-Längsschnittstudie erfahren?

Dann scannen Sie den QR-Code oder besuchen Sie uns unter:
www.sos-kinderdorf.de/sos-laengsschnittstudie