Landesjugendring
Mecklenburg-Vorpommern

38. Vollversammlung | 5. April 2025

Beschluss

Mentale Gesundheit junger Menschen in Krisenzeiten

Die aktuellen gesellschaftlichen, wirtschaftlichen und globalen Krisen 1 – von der COVID-19-Pandemie über den Klimawandel bis hin zu geopolitischen Konflikten und deren Folgen – stellen junge Menschen vor enorme Herausforderungen. Diese Entwicklungen haben tiefgreifende Auswirkungen auf die psychische Gesundheit der jungen Generation. In Zeiten von Unsicherheit und Veränderung ist es daher unsere Verantwortung, auf diese Problematik aufmerksam zu machen und konkrete Handlungsansätze zu formulieren.

Junge Menschen sind besonders anfällig für die negativen Folgen von Krisen. Studien zeigen, wie beispielsweise die COPSY-Studie (COrona und PSYche) des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf oder die Trendstudie "Jugend in Deutschland 2024", dass die Häufigkeit von psychischen Erkrankungen wie Depressionen, Angststörungen und Stress in den letzten Jahren stark zugenommen hat. Ursachen dafür sind unter anderem die Unsicherheiten in Bezug auf die Zukunft, sei es in Bezug auf den Klimawandel, den Arbeitsmarkt oder die aktuellen gesellschaftlichen Entwicklungen. Die Trendstudie 2024 dokumentiert eine tiefsitzende mentale Verunsicherung mit Verlust des Vertrauens in die Beeinflussbarkeit der persönlichen und gesellschaftlichen Lebensbedingungen.

Die soziale Isolation während der Pandemie hat zu einem Verlust von zwischenmenschlichen Beziehungen und Strukturen geführt, die sich noch nicht in Gänze wiederhergestellt haben und gesellschaftlich neue Herausforderungen stellen sowie einen angemessenen Umgang erfordern. Außerdem herrscht durch soziale Medien ein großer Druck auf junge Menschen, den hohen gesellschaftlichen Erwartungen zu entsprechen. Diese Faktoren beeinträchtigen die Entwicklung von Resilienz und Selbstbewusstsein und führen dazu, dass sich viele junge Menschen überfordert und allein gelassen fühlen.

Inmitten dieser Herausforderungen bietet die Jugendverbandsarbeit einen wichtigen Anker punkt. Die Jugendverbände in M-V leisten durch ihre ehrenamtlichen Strukturen,

Gemeinschaftsangebote und partizipativen Ansätze einen wertvollen Beitrag zur Stärkung der mentalen Gesundheit junger Menschen. Jugendverbandsarbeit hat das Potenzial, junge Menschen in mehrfacher Hinsicht zu unterstützen:

- durch die Übernahme von Verantwortung in ehrenamtlichen Projekten erfahren junge Menschen, dass sie selbst aktiv Veränderungen bewirken können;
- die Begegnungen in Gruppen und gemeinsame Erlebnisse schaffen soziale Netzwerke und fördern das Gefühl von Zugehörigkeit;
- junge Menschen erhalten die Möglichkeit, ihre Anliegen und Ideen einzubringen und so Einfluss auf Entscheidungen zu nehmen, die sie betreffen;
- die Jugendverbandsarbeit bietet niedrigschwellige Angebote zur Prävention und kann Brücken zu professioneller Hilfe schlagen.

Vor diesem Hintergrund fordert der Landesjugendring M-V:

- gesundheitspolitisch bedarf es einer flächendeckenden Versorgung was Therapieplätze und Angebote niedergelassener Therapeut*innen angeht;
- Anerkennung der Jugendverbandsarbeit als wichtigen Beitrag zur Förderung der mentalen Gesundheit: Politik und Gesellschaft müssen die Bedeutung ehrenamtlicher Strukturen für die psychische Gesundheit stärker würdigen und unterstützen;
- den Ausbau finanzieller und struktureller Unterstützung: Jugendverbände benötigen ausreichende Ressourcen, um ihre Angebote weiterzuentwickeln und auf die Bedürfnisse junger Menschen einzugehen;
- die Förderung von Bildungsangeboten zur mentalen Gesundheit: Schulungen und Workshops zu Themen wie Resilienz, Stressbewältigung und psychischer Gesundheit sollten verstärkt in die Arbeit der Jugendverbände integriert werden;
- die Stärkung der Partizipation junger Menschen: Junge Menschen müssen in Entscheidungsprozesse auf kommunaler, regionaler und nationaler Ebene eingebunden werden, um ihre Perspektiven und Bedürfnisse zu berücksichtigen.

Die psychische Gesundheit junger Menschen ist ein zentrales Anliegen, das in Krisenzeiten besondere Aufmerksamkeit erfordert. Die Jugendverbände sehen es als ihre Aufgabe, junge Menschen zu stärken, ihnen Rückhalt zu geben und sie in ihrer Entwicklung zu unterstützen. Gemeinsam können wir dazu beitragen, eine Gesellschaft zu schaffen, in der junge Menschen Hoffnung und Perspektiven finden.

Einstimmig beschlossen mit 28 Ja-Stimmen am 5. April 2025 in Schwerin.