

Jugendstudie 2026: Zwischen Leistungsbereitschaft und Abwanderung – Deutschlands Jugend verliert die Geduld

Kempten, Konstanz, Potsdam, 25. März 2026. Der Druck auf die junge Generation steigt und die Chancen, diesen gerecht zu werden, schwinden. Dauerkrisen, unsichere berufliche Perspektiven, Schulden und mentaler Stress prägen die Lebenslage vieler junger Menschen. Als Reaktion wenden sie sich den politischen Rändern zu oder denken sogar daran, Deutschland zu verlassen. Das ist die zentrale Botschaft der neunten Trendstudie „Jugend in Deutschland“ von Simon Schnetzer, Kilian Hampel und Nina Kolleck.

Die Trendstudie „Jugend in Deutschland 2026“ basiert auf einer soziografisch repräsentativen Befragung von 2.012 jungen Menschen im Alter von 14 bis 29 Jahren, die im Zeitraum vom 09.01.2026 bis 09.02.2026 durchgeführt wurde.

Psychische Belastung erreicht neuen Höchststand

Die Studie wirft einen konkreten Blick auf aktuelle Lebensrealitäten junger Menschen. Insgesamt wird deutlich, dass der seit Jahren anhaltende Krisenmodus, geprägt von Krieg, Inflation, steigenden Wohnkosten und neuerdings auch von US-Präsident Trump, immer mehr junge Menschen überfordert.

„Die Ergebnisse der Trendstudie zeigen auf dramatische Weise, wie sehr die Belastungen der letzten Jahre den jungen Menschen zusetzen – in Form von Stress, Erschöpfung und wachsender Perspektivlosigkeit“, betont Studienleiter Simon Schnetzer.

Der Anteil junger Menschen, die angeben, psychologische Unterstützung zu benötigen, erreicht mit 29 Prozent einen neuen Höchstwert. Noch höher ist dieser Wert bei jungen Frauen (34%), Studierenden (32%) und Erwerbslosen (42%). Auffällig ist zudem, dass 60 Prozent der jungen Menschen eine suchtähnliche Smartphonennutzung aufweisen und viele bei persönlichen Problemen zunehmend auf KI-gestützte Beratungsangebote zurückgreifen.

Leistungsbereit – aber ohne klare Perspektive

Trotz der schwierigen Lage bleibt die Leistungsbereitschaft der jungen Generation hoch. Die große Mehrheit ist bereit, zu arbeiten und Verantwortung zu übernehmen. Gleichzeitig wachsen jedoch Zweifel, ob sich Leistung in Deutschland noch lohnt.

Gerade in der Arbeitswelt zeigen sich bemerkenswerte Verschiebungen: Aufgrund wirtschaftlicher Unsicherheiten und des voranschreitenden Einflusses von KI bewerten junge Menschen ihre beruflichen Chancen deutlich schlechter als noch zuvor. Dies führt auch dazu, dass die berufliche Ausbildung gegenüber einem Studium deutlich an Attraktivität gewinnt. Viele junge Menschen setzen stärker auf praxisnahe Qualifikationen und sichere Berufsperspektiven, weil die Sorge vor Arbeitslosigkeit zunimmt.

Währenddessen bleibt die wirtschaftliche Situation angespannt. Der Anteil junger Menschen, die Schulden haben, erreicht mit 23 Prozent einen neuen Höchststand. Junge Menschen wünschen sich neben finanzieller Bildung insbesondere stabile Zukunftsperspektiven, um sich langfristig abzusichern. Das Thema Wohnen verschärft diese Entwicklung: Teure Mieten und knapper Wohnraum erschweren die Lebenssituation für viele junge Menschen.

Die Folgen sind enorm: „Mit 21 Prozent plant jede fünfte junge Person konkret, Deutschland zu verlassen, um im Ausland bessere Lebensbedingungen zu finden“, hebt der Autor Kilian Hampel, Universität Konstanz, hervor. Noch deutlicher fällt der langfristige Trend aus: 41 Prozent können sich grundsätzlich vorstellen, auszuwandern. „Die Studie unterstreicht, wie dringend junge Menschen verlässliche Perspektiven für Arbeit, Wohnen und finanzielle Sicherheit benötigen“, so Hampel.

Politische Polarisierung nimmt zu

Parallel zur wachsenden wirtschaftlichen Unsicherheit verschärft sich die politische Polarisierung unter jungen Menschen. Die Studie zeigt eine deutliche Verschiebung hin zu den politischen Rändern. Die Linke ist derzeit die beliebteste Partei unter jungen Menschen (Sonntagsfrage: 25%), besonders unter jungen Frauen. Gleichzeitig gewinnt die AfD vor allem bei jungen Männern an Zustimmung.

Damit öffnet sich eine immer stärkere politische Kluft zwischen den Geschlechtern. Junge Frauen orientieren sich zunehmend an linken politischen Positionen, während junge Männer überdurchschnittlich häufig Parteien am rechten Rand unterstützen.

„Der Protest der Jugend ist nicht laut, aber unter der Oberfläche braut sich etwas zusammen, was langfristig Wirtschaft, Regionen und soziale Sicherungssysteme gefährden kann“, betont Studienautorin Nina Kolley, Universität Potsdam.

Forderung nach stärkerer Beteiligung der jungen Generation

Für den Jugendforscher Klaus Hurrelmann, Hertie School Berlin, zeigt die Studie vor allem eines: Die junge Generation fühlt sich in gesellschaftlichen Zukunftsfragen zu wenig beteiligt. Um das Vertrauen der jungen Generation zurückzugewinnen, plädiert er für neue Formen der gesellschaftlichen und politischen Beteiligung in Form von Generationendialogen zu allen kritischen Fragen, die in der Studie von den jungen Menschen aufgerufen werden. Das Ziel müsse sein, der jungen Generation mehr Vertrauen und mehr Verantwortung zu geben, und damit die Leistungsbereitschaft zu stärken, die viele von ihnen weiterhin deutlich artikulieren.

Information zur Trendstudie

Die neunte Trendstudie „Jugend in Deutschland 2026 – Zukunft unter Druck“ basiert auf einer repräsentativen Befragung von 2.012 Personen im Alter von 14 bis 29 Jahren. Die Längsschnittstudie wurde 2010 gegründet und wird seit dem Jahr 2020 in regelmäßigem Abstand wiederholt. Dialogische Validierung der Studienergebnisse erfolgt durch Schul- und Zukunftsworkshops sowie durch Fachkommentare von Expert:innen.

Die Trendstudie wird vom Datajockey Verlag (Kempten) unter der Leitung des Jugendforschers Simon Schnetzer herausgegeben und fachlich von Dr. Kilian Hampel, Prof. Dr. Nina Kolley und Prof. Dr. Klaus Hurrelmann begleitet. Der Verlag finanziert die Durchführung der Studie durch den Studienverkauf.

Die Studienautoren

Simon Schnetzer (Studienleitung) ist Jugendforscher, Speaker und Leadership-Coach. Er erforscht die generationenübergreifende Zusammenarbeit in Teams und die demografische Transformation in Unternehmen. Mit der Schnetzer Leadership Academy fördert er das Verständnis zwischen Generationen in Unternehmen und qualifiziert Führungskräfte, um junge Mitarbeitende zu führen sowie ein produktives Generationenmiteinander zu gestalten. Er ist Autor der Trendstudien Jugend in Deutschland, Österreich und der Schweiz. Sein Motto: Generation Gemeinsam.

Weitere Informationen und Kontakt: www.simon-schnetzer.com/team/simon-schnetzer

Dr. Kilian Hampel ist Senior Research Fellow am Future of Work Lab der Universität Konstanz. Der promovierte Sozialforscher ist Experte für die Transformation der Arbeitswelt durch demografischen Wandel und Digitalisierung. Zu seinen Forschungsschwerpunkten zählen insbesondere altersdiverse Teams, digitale Kompetenzen und New Work. Er ist Mitautor der jährlich erscheinenden Konstanzer Homeoffice-Studie und berät als Speaker und Seminarleiter Organisationen dabei, sich auf unterschiedliche Altersgruppen und den Wandel der Arbeitswelt einzustellen.

Weitere Informationen und Kontakt: www.kilian-hampel.com

Prof. Dr. Nina Kolleck ist Professorin für Erziehungs- und Sozialisationstheorie an der Universität Potsdam und forscht zu den Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen, politischer Bildung, Demokratieentwicklung und Bildungsungleichheit. Für ihre wissenschaftliche Arbeit wurde sie mehrfach ausgezeichnet, darunter mit einem ERC Grant des Europäischen Forschungsrats. Neben ihrer Forschung engagiert sich Nina Kolleck als Mitglied im wissenschaftlichen Beirat der bundesweiten Steuerungsgruppe zur „Feststellung der Leistungsfähigkeit des Bildungswesens im internationalen Vergleich“ und wurde als Expertin in die „Initiative für einen handlungsfähigen Staat“ unter der Schirmherrschaft von Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier berufen.

Weitere Informationen und Kontakt: www.nina-kolleck.com/

Senior Expert Prof. Dr. Dr. h.c. Klaus Hurrelmann wurde 1944 geboren. Seine Arbeitsschwerpunkte liegen in der Jugend-, Bildungs- und Gesundheitsforschung. Seit dem Jahr 2009 arbeitet er als Senior Professor of Public Health and Education an der Hertie School, Berlin. Er ist Senior Expert am Forschungsinstitut für Bildungs- und Sozialökonomie (FiBS).

Weitere Informationen:

<https://www.hertie-school.org/de/research/faculty-and-researchers/profile/person/hurrelmann>

Generationenwissen: Generationen X, Y, Z, Alpha – Wie tickt die junge Generation?

Weiterführende Informationen unter: <https://www.simon-schnetzer.com/wissen>

Pressekontakt für die Trendstudie aus organisatorischen Gründen bitte nur bei

Ulrike Propach, Kommunikationsmanagement (freie Journalistin BJV e.V.)

presse@simon-schnetzer.com

Mobil: +49 178 41 55 391