

WakeUp Jugenddialog Echte Verbindung statt digitaler Isolation - Jugendliche und Politik fordern Taten gegen Einsamkeit

9.7.2026 - | Telefónica Deutschland

Statistisch gesehen ist die jüngste Altersgruppe heute die einsamste - trotz permanenter digitaler Vernetzung. Um über die Ursachen, die Gefahr von Radikalisierung und echte politische Lösungen zu diskutieren, brachte der WAKE UP! Jugenddialog am 7. Juli 2026 Jugendliche und Politik im BASECAMP von Telefónica Deutschland in Berlin zusammen.

Drei Berliner Schulklassen sowie hunderte weitere Teilnehmerinnen und Teilnehmer per Livestream diskutieren mit Newsfluencer Fabian Grischkat, Luise Meergans vom Deutschen Kinderhilfswerk (DKHW), Lilli Berthold (stellvertretende Generalsekretärin der Bundesschülerkonferenz) und den politischen Vertreterinnen Tamara Lüdke (SPD), Anne-Mieke Bremer (Die Linke) und Anna Auerbach (Volt).

„Es gibt keine einfachen Antworten auf die Frage, wie digitale Technologien und Social Media auf junge Menschen wirken“, ordnete Deniz Taskiran, Projektleiterin der Initiative WAKE UP! bei Telefónica Deutschland, den Tag ein. „WAKE UP! will genau hinschauen, wann digitale Räume verbinden und wann sie Isolation verstärken, um Jugendlichen das Werkzeug für einen selbstbestimmten Alltag an die Hand zu geben.“

Wenn ständige Vernetzung einsam macht

„Wir sind immer gut connected, wir haben alle Social-Media-Plattformen durchgespielt und trotzdem läuft da irgendwas schief“, gibt Moderator Jan Schipmann zu bedenken. Dass Einsamkeit im Alltag dominiert, zeigt die erste Mentimeter-Umfrage: Knapp ein Viertel der Jugendlichen (23 Prozent) erlebt Einsamkeit direkt bei sich selbst, weitere 26 Prozent beobachten das Phänomen im engsten Freundeskreis. Luise Meergans definiert: „Einsamkeit ist das subjektive, negative Gefühl, das entsteht, wenn die gewünschten und tatsächlichen sozialen Beziehungen eines Menschen nicht übereinstimmen.“ Im Netz fehle oft die emotionale Tiefe. Bei der Frage, wie Social Media dieses Gefühl beeinflusst, geben 15 Prozent der Befragten an, sich durch Plattformen einsamer zu fühlen, während 19 Prozent das Gegenteil erleben und sich weniger einsam fühlen. Lilli Berthold ergänzt, dass Social Media im ländlichen Raum oft „überlebensnotwendig“ sei, um überhaupt Gleichgesinnte zu finden, weil reale Räume fehlen.

Die Gefahr von KI und Radikalisierung

Kritisch beleuchtet die Runde „AI-Companions“ – KI-Anwendungen, die emotionale Nähe simulieren, aber keine echte Gegenseitigkeit bieten. Fabian Grischkat warnt vor extremistischen Akteuren und „Alpha-Coaches“, die die Verunsicherung einsamer junger Männer im Netz gezielt ausnutzen: „Wir dürfen nicht eine ganze Generation an Typen im Netz verlieren. Die können ein noch viel größeres Problem für die Gesamtgesellschaft werden, wenn sie sich isolieren und radikalieren.“ Die tägliche Flut an Krisennachrichten belastet die Jugendlichen. Auf die Frage nach ihrem Umgang damit zeigen sich die Teilnehmenden via Mentimeter zwar kommunikativ, 43 Prozent tauschen sich aktiv

mit anderen darüber aus, aber politisch eher zurückhaltend: Nur 12 Prozent engagieren sich tatsächlich aktiv (z. B. in Vereinen oder auf Demos), während 38 Prozent zwar informiert bleiben, aber selbst nicht aktiv werden. Lilli Berthold appelliert: „Holt euch diesen Raum im Netz zurück und wartet nicht auf Wahlen!“

Jugendliche fordern mehr Mitsprache und reale Begegnungsorte

Junge Menschen wünschen sich nicht nur sichere digitale Räume, sondern vor allem echte Teilhabe und Orte für persönliche Begegnungen. In Arbeitsgruppen formulieren die Jugendlichen konkrete Forderungen an Politik und Gesellschaft. Im Mittelpunkt stehen mehr Mitsprachemöglichkeiten, bezahlbare Freizeit- und Kulturangebote sowie der Erhalt von Jugendzentren als wichtige Begegnungsorte. Der 20-jährige Emmanuel fordert mehr direkte Entscheidungskraft bei Zukunftsthemen und kritisiert drohende Kürzungen bei Jugendclubs. Dass digitale Isolation oft durch fehlende, finanzielle Mittel im echten Leben erzwungen wird, machte ein weiterer Schüler deutlich: „Wenn grundlegende Dinge wie Kinobesuche so teuer werden, dass man mit einem kleineren Budget nichts mehr machen kann, geht man auch nicht mehr raus. Es braucht bezahlbare Angebote im echten Leben.“

https://www.telefonica.de/news/corporate/2026/07/wakeup-jugenddialog-echte-verbinding-statt-digitaler-isolation-jugendliche-und-politik-fordern-taten-gegen-einsamkeit.html?type=news%3Bstate%3Donline%3Bmessage_id%3D10887