

Neue Ergebnisse Die achte Befragungsrunde der COPSY-Studie zeigt: Zukunftsängste belasten Kinder und Jugendliche. Dennoch: Sie verfügen über gute mentale Ressourcen.

Gesellschaftliche Diskussionen bereiten Kindern Sorgen

Ergebnisse der achten Befragungsrunde der COPSY-Studie (Child Outcomes in PSYchology) des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf (UKE) zeigen, dass aktuelle gesellschaftliche Diskussionen über Klimakrise, Kriege und Terrorismus bei Kindern und Jugendlichen gegenwärtig Ängste auslösen. Auch ist die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen immer noch schlechter als vor der Pandemie: Ein Fünftel berichtet von eingeschränkter Lebensqualität und psychischen Belastungen.

Aber: Nicht jedes Kind mit psychischen Belastungen müsse auch behandelt werden, so Prof. Dr. phil. Ulrike Ravens-Sieberer, Leiterin der COPSY-Studie und der Forschungssektion Child Public Health der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie und -psychosomatik des UKE: „Viele junge Menschen entwickeln starke Bewältigungsstrategien und verfügen über persönliche Ressourcen. Diese Stärken müssen wir gezielt fördern, idealerweise schon in der Schule, um ihre mentale Gesundheit nachhaltig zu stärken.“

Die Lebensqualität der Kinder und Jugendlichen hatte sich zu Beginn der Pandemie in 2020 im Vergleich zu den präpandemischen Daten (der BELLA-Studie im Zeitraum von 2014 bis 2017) deutlich verschlechtert, dann in den Jahren 2022 und 2023 wieder verbessert und stagniert jetzt auf einem stabilen Niveau. 22 Prozent der Befragten geben weiterhin eine geminderte Lebensqualität an. Damit liegt die Prävalenz noch etwa sieben Prozentpunkte über den Werten vor der Corona-Pandemie.

Neu ausgewertet wurde der Verlauf der Einsamkeit: Fühlten sich während der Pandemie rund 39 Prozent der Kinder und Jugendlichen einsam, sind es aktuell noch 18 Prozent (14 Prozent vor der Pandemie).

Auffällig ist, dass Mädchen und Frauen ab 14 Jahren stärker von allgemeinen psychischen Belastungen betroffen sind als Jungen: Ihr Anteil bei depressiven Symptomen stieg im letzten Jahr von 11 auf 17 Prozent, bei Angstsymptomen von 20 auf 31 Prozent.

Welche Themen bei den Befragten Ängste auslösen

Die COPSY-Studie zeigt, dass aktuelle gesellschaftliche Diskussionen und Krisen Kinder und Jugendliche belasten: Ihre Sorgen umfassen Kriege (70 Prozent), Terrorismus (62 Prozent), wirtschaftliche Unsicherheit (57 Prozent) und die Klimakrise (49 Prozent). Neu erhoben wurden zwei Punkte: 56 Prozent der Befragten befürchten eine Spaltung der Gesellschaft, und 51 Prozent sorgen sich aufgrund von Zuwanderung. „Kinder und Jugendliche, die unter krisenbezogenen Zukunftsängsten leiden, haben ein 3,4-mal höheres Risiko für psychische Auffälligkeiten, Ängste, depressive Symptome und Einsamkeit. Dazu trägt sicherlich auch bei, dass sie über soziale Medien häufig mit ungefilterten oder belastenden Inhalten konfrontiert werden“, sagt Erstautorin Dr. Anne Kaman, stellvertretende Leiterin der Forschungssektion Child Public Health. Die Forschenden haben



Dr. rer. biol. hum. Anne Kaman und Prof. Dr. phil. Ulrike Ravens-Sieberer, Forschungssektion Child Public Health am UKE

zudem festgestellt, dass KI bereits fest im Alltag von Kindern und Jugendlichen verankert ist. Am häufigsten wird KI zur Unterstützung beim Lernen in der Schule und bei den Hausaufgaben (77 Prozent) genutzt, zum Spaß als Spiel- und Kreativwerkzeug (66 Prozent), aus Neugier (56 Prozent) und zum Erstellen von Bildern und Videos (26 Prozent). „Wir haben mit Erleichterung festgestellt, dass nur ein sehr kleiner Teil von sieben Prozent der Kinder und Jugendlichen KI nutzt, um über persönliche Sorgen zu sprechen“, so Kaman. Kinder aus bildungsfernen Haushalten, die unter engen Wohnbedingungen lebten und deren Eltern psychisch belastet seien, zeigten häufiger Ängste, depressive Symptome und eine geringere Lebensqualität. „Für diese Kinder und Familien braucht es niedrigschwellige Angebote in Schulen und im sozialen Umfeld, um diesen sozialen und gesundheitlichen Ungleichheiten zu begegnen“, sagt Ravens-Sieberer. | UKE, h**äb**

Die COPSY-Studie untersucht Folgen der Corona-Pandemie und globaler Krisen auf die seelische Gesundheit und das Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Insgesamt haben 3.312 Familien mit Kindern und Jugendlichen von 7 bis 23 Jahren an mindestens einer Befragungswelle der COPSY-Studie von Mai 2020 bis Oktober 2025 teilgenommen, an der achten Befragungswelle nahmen 1.607 Familien teil.

Die aktuellen Forschungsergebnisse finden Sie unter <https://t1p.de/ku3xt>, mehr zur Studie unter <https://t1p.de/xvsw>.

