



BAG EJSA-Online-Fachtag | 22.04.2026

Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Krisenzeiten - Ergebnisse der COPSYS-Studie

Ann-Kathrin Napp (M.Sc.)



Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie und -psychosomatik

Forschungssektion Child Public Health

Weitere Informationen zur COPSY-Studie: www.copsy-studie.de



@copsy_studie

Ann-Kathrin Napp

Telefon +49 (0) 40 7410-58863

Telefax +49 (0) 40 7410-55105

a.napp@uke.de

www.child-public-health.de

Förderung:

Kroschke Kinderstiftung, Fritz und Hildegard Berg Stiftung, Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF), DZKJ Deutsches Zentrum für Kinder- und Jugendgesundheit (BMFTR)

Quellen

- Herrmann L., Bindt C., Schweizer, K., Micheel, J., Nieder, T.O., Haaß, J., Schööttele, D. & Becker-Hebly, I. (2020)., Autism Spectrum Disorders and Gender Dysphoria Among Children and Adolescents: Systematic Review on the Co-Occurrence. *Psychiatrische Praxis*, 47(06): 300-307. <https://doi.org/10.1055/a-1148-4873>
- Houghton, S., Kyron, M., Lawrence, D., Hunter, S. C., Hattie, J., Carroll, A., Zadow, C., & Chen, W. (2022). Longitudinal trajectories of mental health and loneliness for Australian adolescents with-or-without neurodevelopmental disorders: The impact of COVID-19 school lockdowns. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 63(11), 1332–1343. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13579>
- Kaman, A., Devine, J., Erhart, M., Napp, A.-K., Reiß, F., Freitag, CM, & Ravens-Sieberer, U. (2025). Current Global Crises and Youth Mental Health in Germany: The Role of Media Use, Coping and Resources. December 2025, Preprint available at Research Square: <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-8260872/v1>
- McGorry, P. D., Mei, C., Dalal, N., Alvarez-Jimenez, M., Blakemore, S.-J., Browne, V., Dooley, B., Hickie, I. B., Jones, P. B., McDaid, D., Mihalopoulos, C., Wood, S. J., El Azzouzi, F. A., Fazio, J., Gow, E., Hanjabam, S., Hayes, A., Morris, A., Pang, E., ... Killackey, E. (2024). The Lancet Psychiatry Commission on youth mental health. *The Lancet Psychiatry*, 11(9), 731–774. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(24\)00163-9](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(24)00163-9)
- Price-Feeney, M., Green, A. E., & Dorison, S. (2020). Understanding the Mental Health of Transgender and Nonbinary Youth. *Journal of Adolescent Health*, 66(6), 684–690. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2019.11.314>
- Racine, N., McArthur, B. A., Cooke, J. E., Eirich, R., Zhu, J., & Madigan, S. (2021). Global Prevalence of Depressive and Anxiety Symptoms in Children and Adolescents During COVID-19: A Meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 175(11), 1142. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2021.2482>
- Reiß, F., Behn, S., Erhart, M., Strelow, L., Kaman, A., Ottová-Jordan, V., Bilz, L., Moor, I., & Ravens-Sieberer, U. (2024). Subjektive Gesundheit und psychosomatische Beschwerden von Kindern und Jugendlichen in Deutschland: Ergebnisse der HBSC-Studie 2009/10 – 2022. Robert Koch-Institut. <https://doi.org/10.25646/11867>
- Revet, A., Hebebrand, J., Anagnostopoulos, D., Kehoe, L. A., Gradl-Dietsch, G., COVID-19 Child and Adolescent Psychiatry Consortium, Anderluh, M., Armando, M., Askenazy, F., Banaschewski, T., Bender, S., Bernardon, A., Brunner, R., Cortese, S., Delorme, R., Deschamps, P., Dodig-Ćurković, K., Drobnic Radobuljac, M., Dubicka, B., ... Klauser, P. (2023). Perceived impact of the COVID-19 pandemic on child and adolescent psychiatric services after 1 year (February/March 2021): ESCAP CovCAP survey. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 32(2), 249–256. <https://doi.org/10.1007/s00787-021-01851-1>
- Stanat, P., Schipolowski, S., Schneider, R., Weirich, S., Henschel, S., & Sachse, K. A. (Hrsg.). (2023). *IQB-Bildungstrend 2022. Sprachliche Kompetenzen am Ende der 9. Jahrgangsstufe im dritten Ländervergleich*. Waxmann Verlag GmbH. <https://doi.org/10.31244/9783830997771>
- Steininger, J., & Knaus, S. (2025). Psychische Gesundheit, Wohlbefinden und Körperbild bei Transgender- und geschlechtsdiversen Jugendlichen in Österreich: Eine prospektive Querschnittsstudie. *Journal für Endokrinologie, Diabetologie und Stoffwechsel*, 18(1), 31–36. <https://doi.org/10.1007/s41969-025-00264-8>
- Surace, T., Fusar-Poli, L., Voza, L., Cavone, V., Arcidiacono, C., Mammano, R., Basile, L., Rodolico, A., Bisicchia, P., Caponnetto, P., Signorelli, M. S., & Aguglia, E. (2021). Lifetime prevalence of suicidal ideation and suicidal behaviors in gender non-conforming youths: A meta-analysis. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 30(8), 1147–1161. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01508-5>
- Thorisdottir, I. E., Asgeirsdottir, B. B., Kristjansson, A. L., Valdimarsdottir, H. B., Jonsdottir Tolgyes, E. M., Sigfusson, J., Allegrante, J. P., Sigfusdottir, I. D., & Halldorsdottir, T. (2021). Depressive symptoms, mental wellbeing, and substance use among adolescents before and during the COVID-19 pandemic in Iceland: A longitudinal, population-based study. *The Lancet Psychiatry*, 8(8), 663–672. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(21\)00156-5](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00156-5)
- Witte, J., Zeitler, A., Diekmannshemke, J., Hasemann, L., & Batram, M. (2023). *Kinder- und Jugendreport 2022: Gesundheitsversorgung von Kindern und Jugendlichen in Deutschland während der COVID-19-Pandemie* (A. Storm, Hrsg.; 1. Auflage). medhochzwei Verlag.
- Wittlin, N. M., Kuper, L. E., & Olson, K. R. (2023). Mental Health of Transgender and Gender Diverse Youth. *Annual Review of Clinical Psychology*, 19(1), 207–232. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-072220-020326>
- World Health Organization. (1948). Constitution of the World Health Organization. <https://www.who.int/about/governance/constitution>

https://www.uke.de/allgemein/presse/pressemitteilungen/detailseite_174656.html

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

04.12.2025 AKTUELLES

Zukunftsängste belasten Kinder und Jugendliche, aber sie verfügen über gute mentale Ressourcen

Die Ergebnisse der achten Befragungsrunde der COPSY-Studie (Child Outcomes in PSYchology) des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf (UKE) zeigen, dass aktuelle gesellschaftliche Diskussionen bei Kindern und Jugendlichen eine große Rolle spielen. Neu ist, dass sich die junge Generation neben ihren Ängsten vor Kriegen und Terrorismus auch Sorgen um die Spaltung der Gesellschaft und Zuwanderung macht. 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, besonders häufig betroffen sind Mädchen und junge Frauen ab 14 Jahren. Die Studie zeigt aber auch, dass Kinder und Jugendliche über gute Bewältigungsstrategien verfügen, um die momentanen Krisen zu meistern.

„Unsere COPSY-Studie zeigt immer noch eine Verschlechterung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen im Vergleich zu den präpandemischen Daten. Aber nicht jedes Kind mit psychischen Belastungen muss auch behandelt werden – 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“, fasst Prof. Dr. Ulrike Ravens-Sieberer, Leiterin der COPSY-Studie und Leiterin der Forschungssektion Child Public Health der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie und -psychosomatik des UKE, die aktuellen Studienergebnisse zusammen. (Abbildung 5.)

Lebensqualität und psychische Gesundheit nicht weiter verbessert

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 jungen Menschen 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. Hier ist das Ergebnis ähnlich wie bei der Lebensqualität: Fühlten sich während der Pandemie rund 39 Prozent der Kinder und Jugendlichen einsam, sind es aktuell noch 18 Prozent. Auch hier ist noch nicht wieder das präpandemische Niveau von 14 Prozent erreicht. (Abbildung 1.)

Ängste und depressive Symptome stärker ausgeprägt bei jungen Frauen

Die allgemeinen psychischen Belastungen sind ähnlich wie in den Vorjahren stabil geblieben. Allerdings ist es auffällig, dass Mädchen und Frauen ab 14 Jahren stärker von psychischen Belastungen betroffen sind als Jungen. Vor allem jugendliche Mädchen und junge Frauen berichten deutlich häufiger von depressiven Symptomen, hier stieg der Anteil im letzten Jahr von 11 auf 17 Prozent, sowie von Angstsymptomen, hier konnte ein signifikanter Anstieg von 20 auf 31 Prozent festgestellt werden.

Deutliche Zunahme der Besorgnis über globale Themen und gesellschaftliche Diskurse

Die COPSY-Studie zeigt auch, dass aktuelle gesellschaftliche Diskussionen und Krisen einen spürbaren Einfluss auf Kinder und Jugendliche haben. Während die Folgen der Pandemie kaum noch eine Rolle spielen, setzen sie sich nun intensiv mit Themen wie Kriegen (70 Prozent), Terrorismus (62 Prozent), wirtschaftlicher Unsicherheit (57 Prozent) und der Klimakrise (49 Prozent) auseinander und erleben diese Entwicklungen als belastend. Neu erhoben wurden jetzt Fragen nach gesellschaftlicher Uneinigkeit und migrationspolitischen Herausforderungen: 56 Prozent der Befragten sorgen sich um eine Spaltung der Gesellschaft und 51 Prozent aufgrund von Zuwanderung. (Abbildung 2.) „Diese globalen Sorgen und gesellschaftlichen Diskussionen führen bei vielen jungen Menschen zu mehr Ängsten und Belastungen. 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, was diese Entwicklungen weiter verstärken. Kinder und Jugendliche brauchen eine gute Medienkompetenz, um Inhalte einzuordnen und ihre Nutzung regulieren zu können“, sagt Erstautorin Dr. Anne Kaman, Stellvertretende Leiterin der Forschungssektion Child Public Health der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie und -psychosomatik des UKE.

Nutzung von Künstlicher Intelligenz (KI) für Schule und zum Spiel

Ebenso haben die Forschenden festgestellt, dass KI bereits fest im Alltag von Kindern und Jugendlichen verankert ist. Am häufigsten wird KI zur Unterstützung beim Lernen im Bereich der Schule und bei den Hausaufgaben (77 Prozent) genutzt. Kinder und Jugendliche sehen KI aber nicht nur als Arbeitsmittel, sondern auch als Spiel- und Kreativwerkzeug: Spaß (66 Prozent), Neugier (56 Prozent) und Erstellen von Bildern/Videos (26 Prozent). Der soziale oder emotionale Einsatz spielt nur eine untergeordnete Rolle. „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. Das deutet darauf hin, dass KI bisher nicht als emotionaler oder sozialer Ansprechpartner angesehen wird“, sagt Dr. Kaman. (Abbildung 3.)

Intaktes soziales Umfeld schützt vor psychischen Beeinträchtigungen

Kinder, die Selbstwirksamkeit erleben, in stabilen sozialen Verhältnissen leben und von unterstützenden familiären Strukturen profitieren, zeigen in der Regel eine robustere psychische Gesundheit und berichten seltener von Angst- oder Depressionssymptomen. Im Gegensatz dazu tragen Kinder aus bildungsfernen Haushalten, die unter engen Wohnbedingungen leben und deren Eltern psychisch belastet sind, ein deutlich erhöhtes Risiko für psychische Beeinträchtigungen. „Unsere Daten zeigen, dass diese Kinder häufiger Ängste, depressive Symptome und eine geringere Lebensqualität haben. Für diese Kinder und Familien braucht es niedrigschwellige Angebote in Schulen und im sozialen Umfeld, um diesen sozialen und gesundheitlichen Ungleichheiten zu begegnen“, sagt Prof. Ravens-Sieberer. (Abbildung 4.)

Über die Studie

In der COPSY-Studie untersuchen die UKE-Forschenden die Auswirkungen und Folgen der Corona-Pandemie und globaler Krisen auf die seelische Gesundheit und das Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Es ist das einzige langfristige Gesundheitsmonitoring in Deutschland, das sich mit der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen befasst. Insgesamt haben 3.312 Familien mit Kindern und Jugendlichen im Alter 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 11- bis 23-Jährigen füllten ihre Online-Fragebögen selbst aus. Für die 7- bis 10-Jährigen antworteten die Eltern. Die Mehrheit der Eltern hatte einen mittleren Bildungsabschluss. Etwa ein Fünftel der Kinder und Jugendlichen hatte einen Migrationshintergrund und ein Fünftel der Eltern war alleinerziehend.

Weitere Informationen:

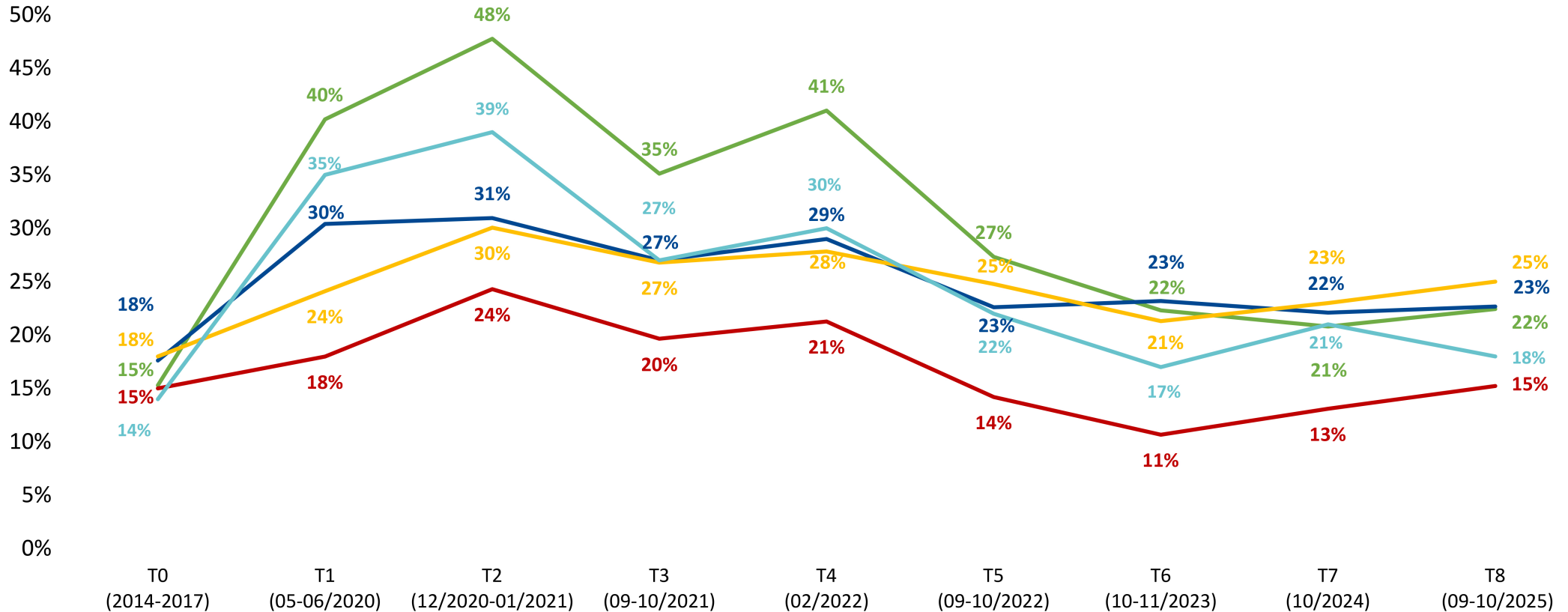
[Ausgefragt?! Dr. Anne Kaman zu den neuen Ergebnissen der COPSY-Studie](#)

[UKE Talk](#) : Prof. Dr. Christian Gerloff, Ärztlicher Direktor des UKE, spricht mit Prof. Dr. Ulrike Ravens-Sieberer über die COPSY-Studie

Literatur

Kaman, A, Ravens-Sieberer, U, et. al. Current Global Crises and Youth Mental Health in Germany: The Role of Media Use, Coping and Resources. December 2025, Preprint available at Research Square. DOI: <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-8260872/v1>

Psychische Gesundheit im Verlauf



— Geminderte Lebensqualität

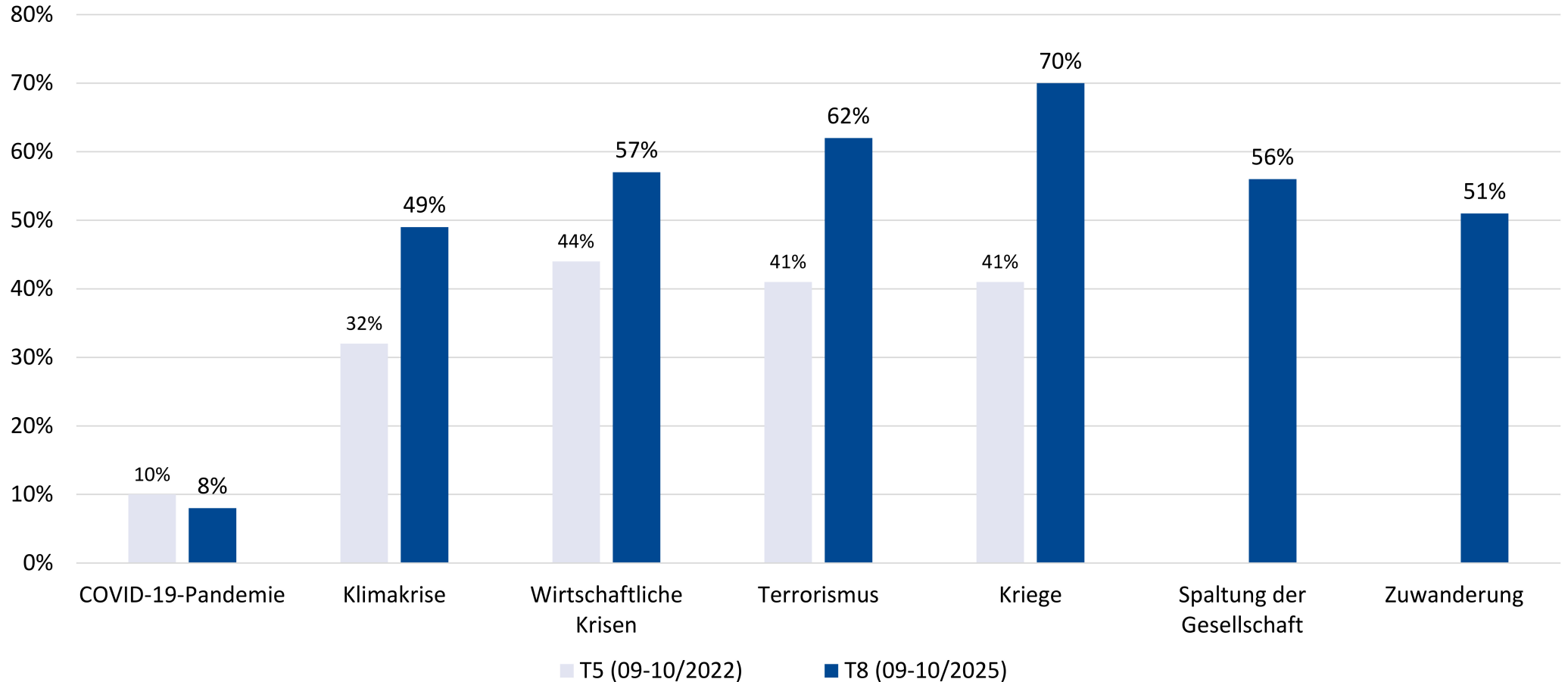
— Psychische Auffälligkeiten

— Angstsymptome

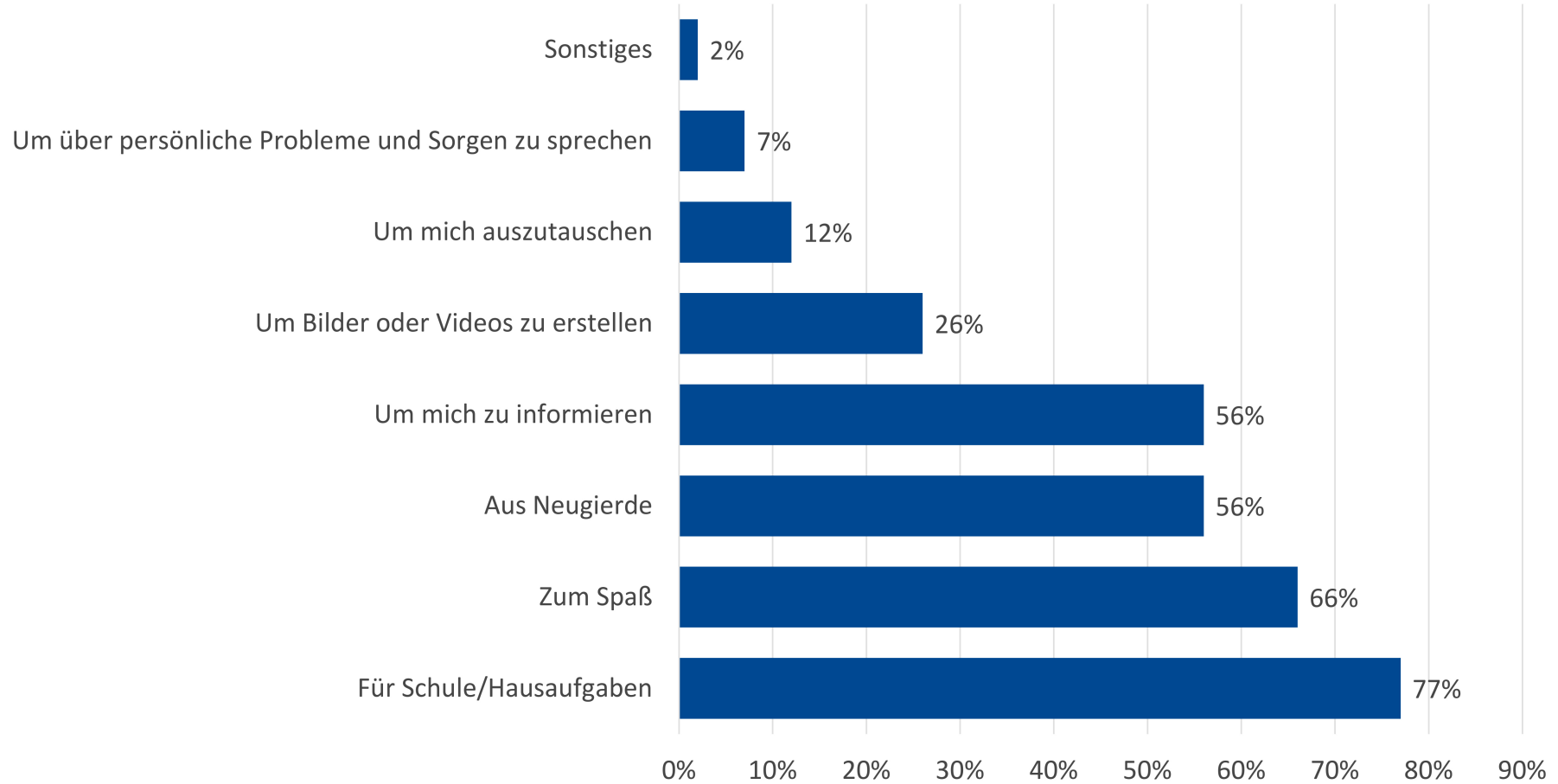
— Depressive Symptome

— Einsamkeit

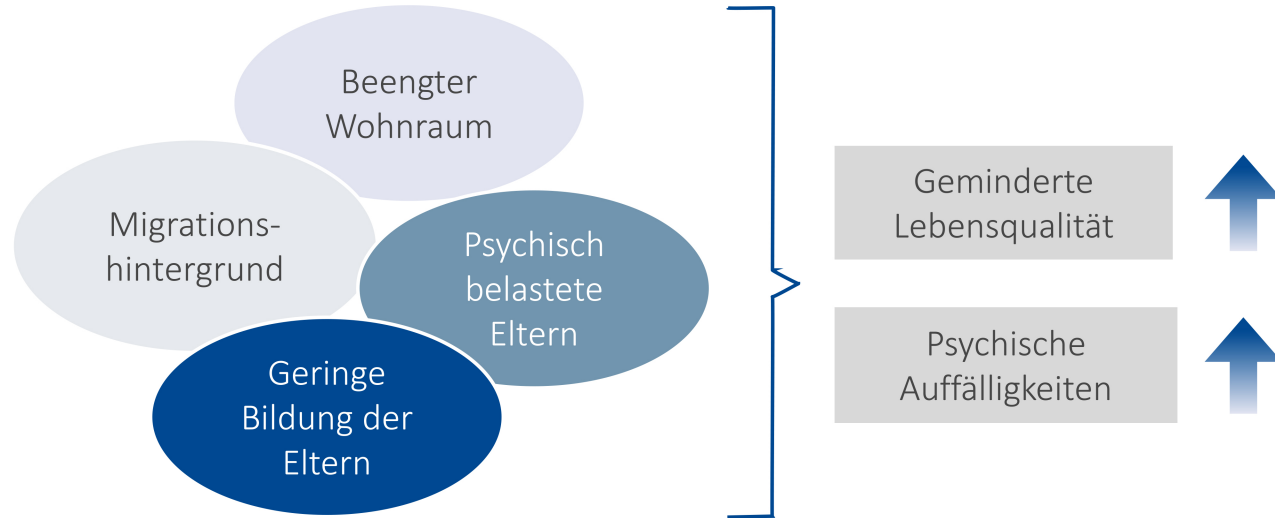
Sorgen aufgrund aktueller Krisen



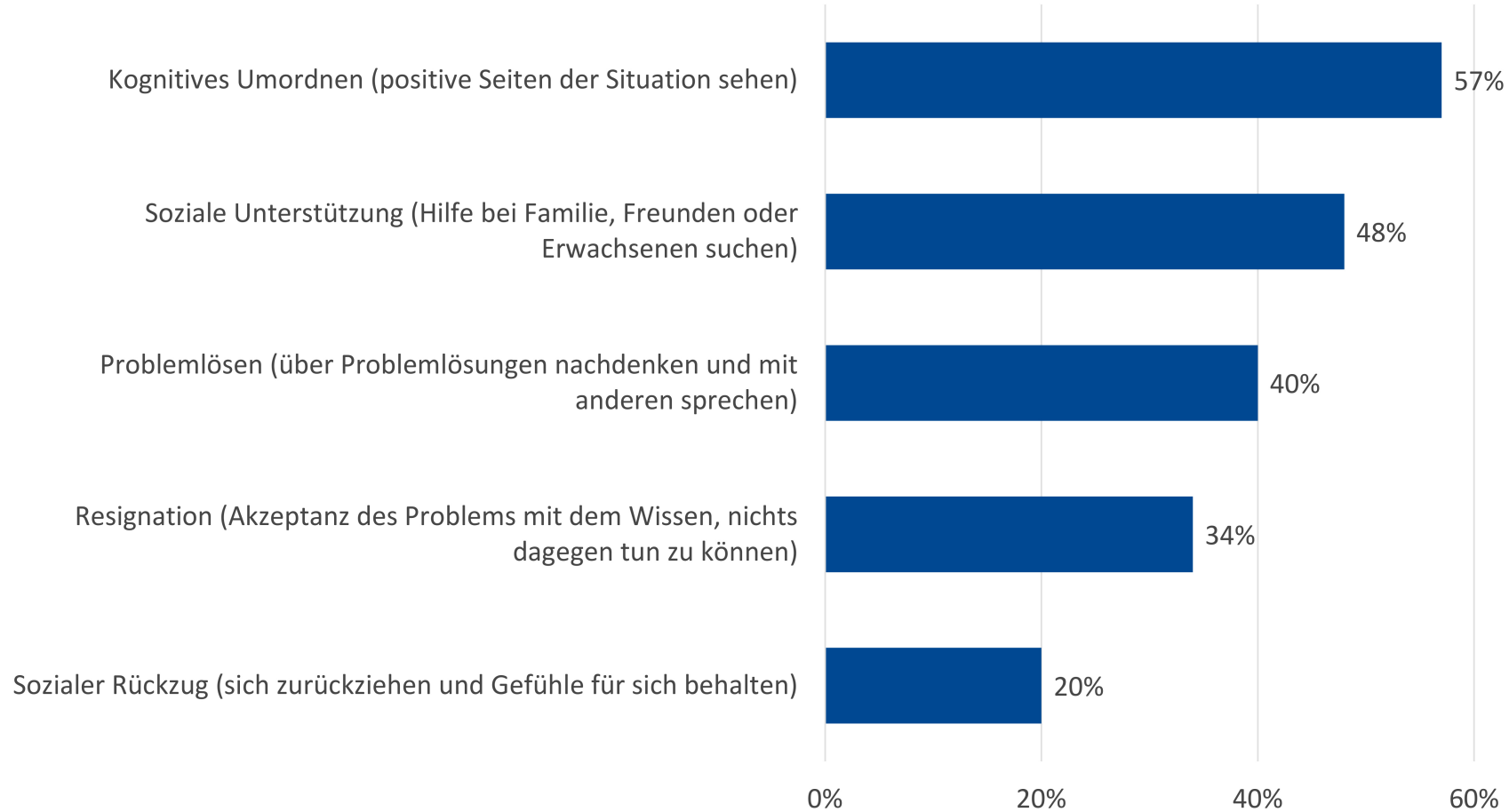
Nutzung Künstlicher Intelligenz



Risikofaktoren für die psychische Gesundheit



Coping / Umgang mit Krisen



<https://edoc.rki.de/handle/176904/11543>

ROBERT KOCH INSTITUT

2024-03-04 Zeitschriftenartikel DOI: [10.25646/11867](https://doi.org/10.25646/11867)

Subjektive Gesundheit und psychosomatische Beschwerden von Kindern und Jugendlichen in Deutschland: Ergebnisse der HBSC-Studie 2009/10 – 2022

Reiß, Franziska - Behn, Steven - Erhart, Michael - Strelow, Lisa - Kaman, Anne - Ottová-Jordan, Veronika - Bilz, Ludwig - Moor, Irene - Ravens-Sieberer, Ulrike

Hintergrund: Die subjektive Gesundheit und das Wohlbefinden stellen wichtige Gesundheitsindikatoren im Kindes- und Jugendalter dar. Der vorliegende Beitrag zeigt aktuelle Ergebnisse sowie zeitliche Trends zwischen 2009/10 und 2022. Methode: Die „Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)“-Studie erfasste in den Schuljahren 2009/10, 2013/14, 2017/18 und im Kalenderjahr 2022 bei N = 21.788 Schülerinnen und Schülern im Alter von 11 bis 15 Jahren deren subjektive Gesundheit, Lebenszufriedenheit und psychosomatische Beschwerden. Multivariate Regressionsanalysen zeigen die Zusammenhänge zwischen soziodemografischen Merkmalen und dem Wohlbefinden für 2022 sowie Trendverläufe seit 2009/10. Ergebnisse: Der Großteil der Kinder und Jugendlichen berichtet eine gute subjektive Gesundheit und eine hohe Lebenszufriedenheit. Etwa die Hälfte der Mädchen und ein Drittel der Jungen berichten multiple psychosomatische Gesundheitsbeschwerden, mit einem deutlichen Anstieg im zeitlichen Verlauf. Ältere Jugendliche, Mädchen und Genderdiverse haben ein erhöhtes Risiko für ein geringes Wohlbefinden. Zwischen 2009/10 und 2022 variierten die subjektive Gesundheit und die Lebenszufriedenheit mit einer deutlichen Verschlechterung von 2017/18 zu 2022. Schlussfolgerungen: Der hohe Anteil von Kindern und Jugendlichen mit psychosomatischen Beschwerden sowie die aufgezeigten Geschlechts- und Altersdiskrepanzen verdeutlichen den Bedarf an zielgruppenspezifischer Prävention, Gesundheitsförderung und einem kontinuierlichen Gesundheitsmonitoring.

Dateien zu dieser Publikation



[JHealthMonit 2024 01 Subjektive Gesundheit.pdf — PDF — 341.2 Kb](#)

[MD5: 28348d52809ec79cff218469042ddf80](https://doi.org/10.25646/11867)

Abbildung 1 (oben)

Anteil der SchülerInnen und Schüler mit einer eher schlechten subjektiven Gesundheit, niedriger Lebenszufriedenheit und multiplen psychosomatischen Beschwerden nach Altersgruppe (N = 6.465, n = 2.164 11-Jährige, n = 2.177 13-Jährige, n = 2.124 15-Jährige)

Quelle: HBSC Deutschland 2022

Abbildung 2 (unten)

Anteil der SchülerInnen und Schüler mit einer eher schlechten subjektiven Gesundheit, niedriger Lebenszufriedenheit und multiplen psychosomatischen Beschwerden nach Geschlecht (N = 6.444, n = 3.258 Mädchen, n = 3.074 Jungen, n = 112 Gender-diverse)

Quelle: HBSC Deutschland 2022

