



**Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf**

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

Forschungssektion Child Public Health



Jugendhilfe- und Kreisschulausschuss | 26.01.2026 | Landkreis Lüchow-Dannenberg

# Psychische Gesundheit und Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen in Zeiten von COVID-19 und globalen Krisen

## Ergebnisse der COPSY-Studie

Ann-Kathrin Napp (M.Sc.)



Universitätsklinikum  
Hamburg-Eppendorf

# Was ist Gesundheit?

Gesundheit ist ein Zustand des körperlichen, psychischen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur die Abwesenheit von Krankheit.

WHO-Definition von Gesundheit (1948)

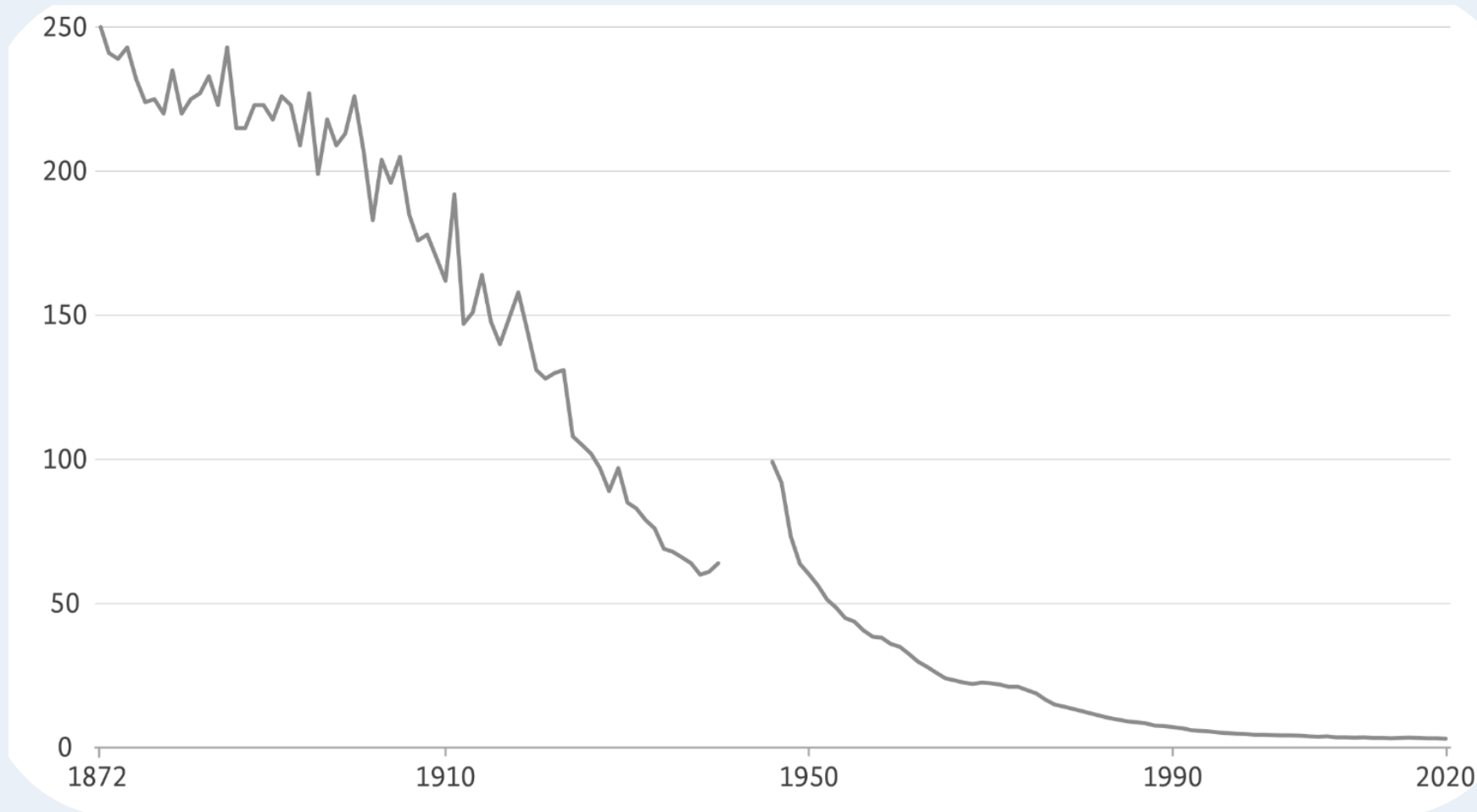


## Warum ist das Kinder und Jugendalter so relevant?

- Ausbildung zentraler kognitiver, emotionaler und sozialer Fähigkeiten
- Entwicklung gesundheitsrelevanter Verhaltensweisen und Einstellungen
- Langfristige Bedeutung der Gesundheit im Kindes- und Jugendalter
- Gesundheit als wichtige Ressource für Entwicklungsaufgaben

**→ Der Grundstein für eine gesunde Entwicklung wird in den ersten Lebensjahren gelegt**

## Erfolge in der Kindergesundheit



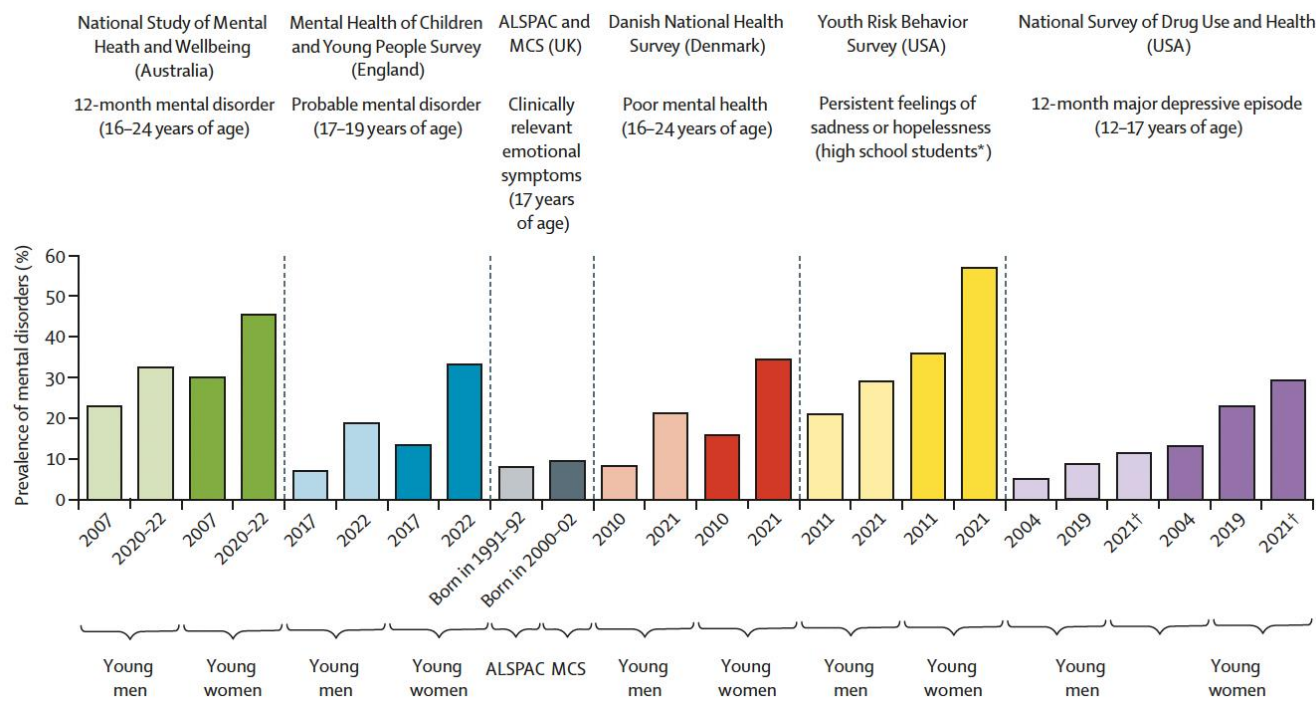
- ↓ Kindersterblichkeit
- ↓ Infektionskrankheiten
- ↓ Kinderarmut
- ↑ Bildung der Mütter

Heute sterben nur noch etwa drei von 1.000 Lebendgeborenen

Säuglingssterblichkeit in Deutschland 1872 – 2020 (Gestorbene im 1. Lebensjahr je 1.000 Lebendgeborene)

# Lancet Kommission: internationale Expert:innen für psychische Kindergesundheit

- Weltweite Zunahme psychischer Erkrankungen
- Globale Megatrends: gesellschaftliche, ökologische, soziale, wirtschaftliche, politische und technologische Veränderungen



## The Lancet Psychiatry Commission on youth mental health

Patrick D McGorry, Cristina Mei, Naeem Dalal\*, Mario Alvarez-Jimenez, Sarah-Jayne Blakemore, Vivienne Browne, Barbara Dooley, Ian B Hickie, Peter B Jones, David McDaid, Cathrine Mihalopoulos, Stephen J Wood, Fatima Azzahra El Azzouzi\*, Jessica Fazio\*, Ella Gow\*, Sadam Hanjabinam\*, Alan Hayes\*, Amelia Morris\*, Elna Pang\*, Keerthana Paramasivam\*, Isabella Quagliata Nogueira\*, Jimmy Tan\*, Steven Adelsheim, Matthew R Broome, Mary Cannon, Andrew M Chanen, Eric Y H Chen, Andrea Danese, Maryann Davis, Tamsin Ford, Pattie P Gonsalves, Matthew P Hamilton, Ja Henderson, Ann John, Frances Kay-Lambkin, Long K-D Le, Christian Kieling, Niall Mac Dhonnagáin, Ashok Malli, Dorien H Nieman, Debra Rickwood, Jo Robinson, Jai L Shah, Swaran Singh, Ian Soosay, Karen Tee, Jean Twenge, Lucia Valmaggia, Therese van Amelsvoort, Swapna Verma, Jon Wilson, Alison Yung, Sivivida N Iyer†, Eáin Killackey†

### Executive Summary

Mental ill health, which has been the leading health and social issue impacting the lives and futures of young people for decades, has entered a dangerous phase. Accumulating research evidence indicates that in many countries, the mental health of emerging adults has been declining steadily over the past two decades, with a major surge of mental ill health driven by the COVID-19 pandemic, the measures taken to contain it, and its aftermath. This alarming trend signals a warning that global megatrends (major, long-lasting societal changes such as environmental, social, economic, political, or technological changes) and changes in many societies around the world in the past two decades have harmed the mental health of young people and increased mental ill health among them.

Mental illnesses have a peak age of onset of 15 years, with 63–75% of onsets occurring by age 25 years, which represents the epidemiological inverse of physical illnesses. Unless treated effectively, mental illnesses are a major cause of premature death from physical illness and suicide. Even when these illnesses do not cause death, they are the largest and most rapidly growing cause of disability and lost human potential and productivity across the lifespan. In 2011, the World Economic Forum reported that among the non-communicable diseases, mental illness was the largest source of loss of gross domestic product (GDP) globally. These human impacts and economic losses largely stem from the timing of their onset in life, combined with worldwide neglect of mental illness due to stigma and discrimination within health care and medical research.

health and wellbeing, combined with early intervention and high-quality treatment of young people with emerging mental illness that is extended for as long as necessary. With the recognition that the cost of modern health care is becoming unsustainable, logic, rather than emotion, will need to determine how finite resources are allocated. Health care is already rationed in a covert fashion and, worldwide, mental illness is affected most by this rationing. The widespread delivery of low-value health care of many kinds should be reconsidered in relation to the value proposition of saving the lives and productive futures of young people. The rising incidence of mental ill health in young people makes continuing neglect of their needs intolerable.

### Part 1: The changing landscape of youth mental health

A new field of youth mental health is being created with a focus on individuals aged 12–25 years. This Commission examines the changing landscape and the underlying megatrends influencing this change. The damage that some of these megatrends, such as rising inter-generational inequality, unregulated social media, wage theft, insecurity of employment, and climate change, is inflicting is deep and widespread within societies. The highly correlated domains of distress, diagnosable episodes of mental ill health with a need for care, and more severe, sustained, or recurrent forms of mental illness are at an all-time high. Young people are showing the most serious warning signs and symptoms of a society and a world that is in serious trouble.

### Part 2: Conceptual frameworks and trajectories



Lancet Psychiatry 2024; 11: 731-74  
See Comment pages 671, 673, and 674  
\*Youth Commissioner  
†Joint senior authorship  
Oregon, Melbourne, VIC, Australia  
(Prof P D McGorry MD PhD, C Mei PhD, Prof M Alvarez-Jimenez PhD, V Browne BA, Prof S J Wood PhD, E Gow BPubHealthHealthProm, Prof A M Chanen PhD, M P Hamilton MSc, Prof J Robinson PhD, Prof L Valmaggia PhD, Prof A Yung MD, Prof E Killackey D Clin Psych), Centre for Youth Mental Health, The University of Melbourne, Melbourne, VIC, Australia (Prof P D McGorry, C Mei, Prof M Alvarez-Jimenez, V Browne, Prof S J Wood, Prof A M Chanen, M P Hamilton, Prof J Robinson, Prof L Valmaggia, Prof A Yung, Prof E Killackey), Lusaka, Zambia (N Dalal MD MMed), Department of Psychology, University of Cambridge, Cambridge, UK  
(Prof S J Blakemore PhD); School of Psychology, University College Dublin, Dublin, Ireland (Prof B Dooley PhD, N Mac Dhonnagáin PhD); Brain

# Rückblick: Kinder und Jugendliche in der COVID-19-Pandemie

Kinder und Jugendliche sind entwicklungsbedingt eine **vulnerable Bevölkerungsgruppe** und waren von den **Auswirkungen der Pandemie** und den **Eindämmungsmaßnahmen** besonders betroffen

- **Bildungslücken** durch Schulschließungen und eingeschränkten Unterricht (IQB, 2022)
- Wegfall **sozialer Kontakte** und **Strukturen** sowie reduzierter Zugang zu Präventions- und Gesundheitsförderungsangeboten
- Anstieg **psychischer Auffälligkeiten** (u.a. Ma et al., 2021; Racine et al., 2021, Thorisdottir et al., 2021; Houghton et al., 2022)
- Höhere **Inanspruchnahme** kinder- und jugendpsychiatrischer Angebote sowie vermehrte **Klinikeinweisungen** (Revet et al., 2021; Witte et al., 2022)

# Rückblick: Kinder und Jugendliche in der COVID-19-Pandemie...

TAGESSPIEGEL

**Mehr Angst, mehr Einsamkeit, mehr Social Media**  
Kinder und Jugendliche leiden unter den globalen Krisen

... und in Zeiten globaler Krisen.



WELT+ CORONA UND PSYCHE

**„Wir sind mittendrin in einer Welle von Belastungen,  
die auf die Kinderseelen drücken“**



tagesschau

Kriege, Krisen und Konflikte

**Die Welt im Dauerstress**



PSYCHISCHE GESUNDHEIT IN KRISENZEITEN  
**forschen und messen**



COPSY-Studie (**C**hild **O**utcomes in **PSY**chology)

## COPSY-Studie | Fragestellungen

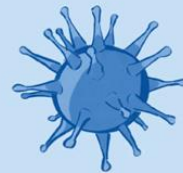
1

Wie steht es um das Wohlbefinden und die psychische Gesundheit?



2

Welche Auswirkungen haben globale Krisen auf das Wohlbefinden und die psychische Gesundheit?



3

Wer ist besonders belastet?  
(Risikofaktoren)

4

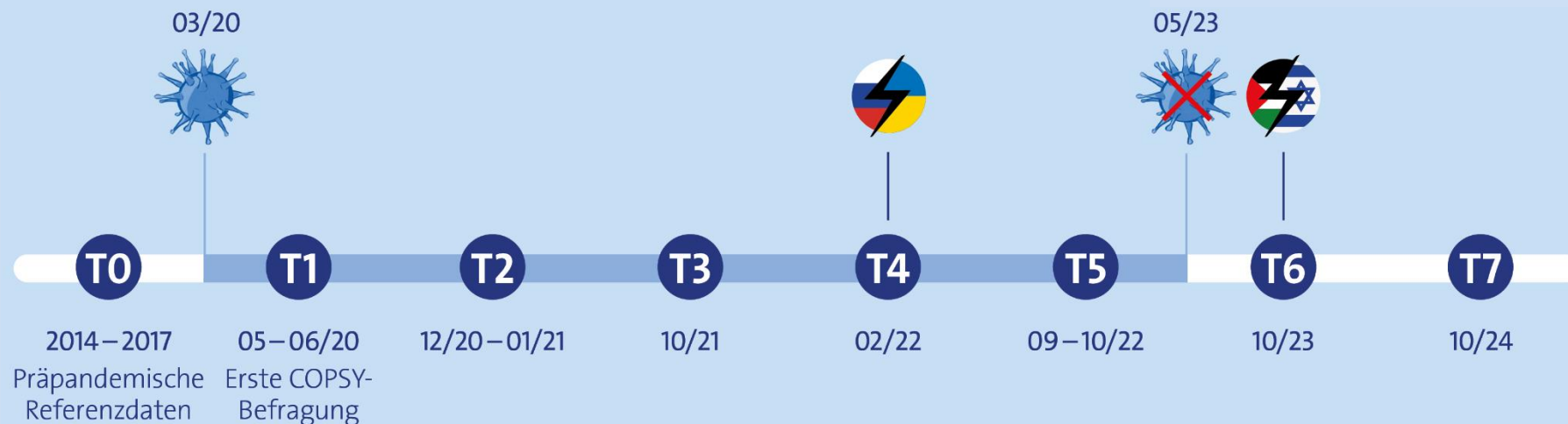
Was hilft, um besser mit Belastungen umzugehen?  
(Resilienzfaktoren)

# COPSY-Studie | Zeitachse

- Für Deutschland repräsentative Stichproben von Familien mit Kindern und Jugendlichen im Alter von 7 – 17 Jahren
- Elternbefragung & Selbstbefragung (ab 11 Jahren)

2.865

FAMILIEN MIT KINDERN/JUGENDLICHEN



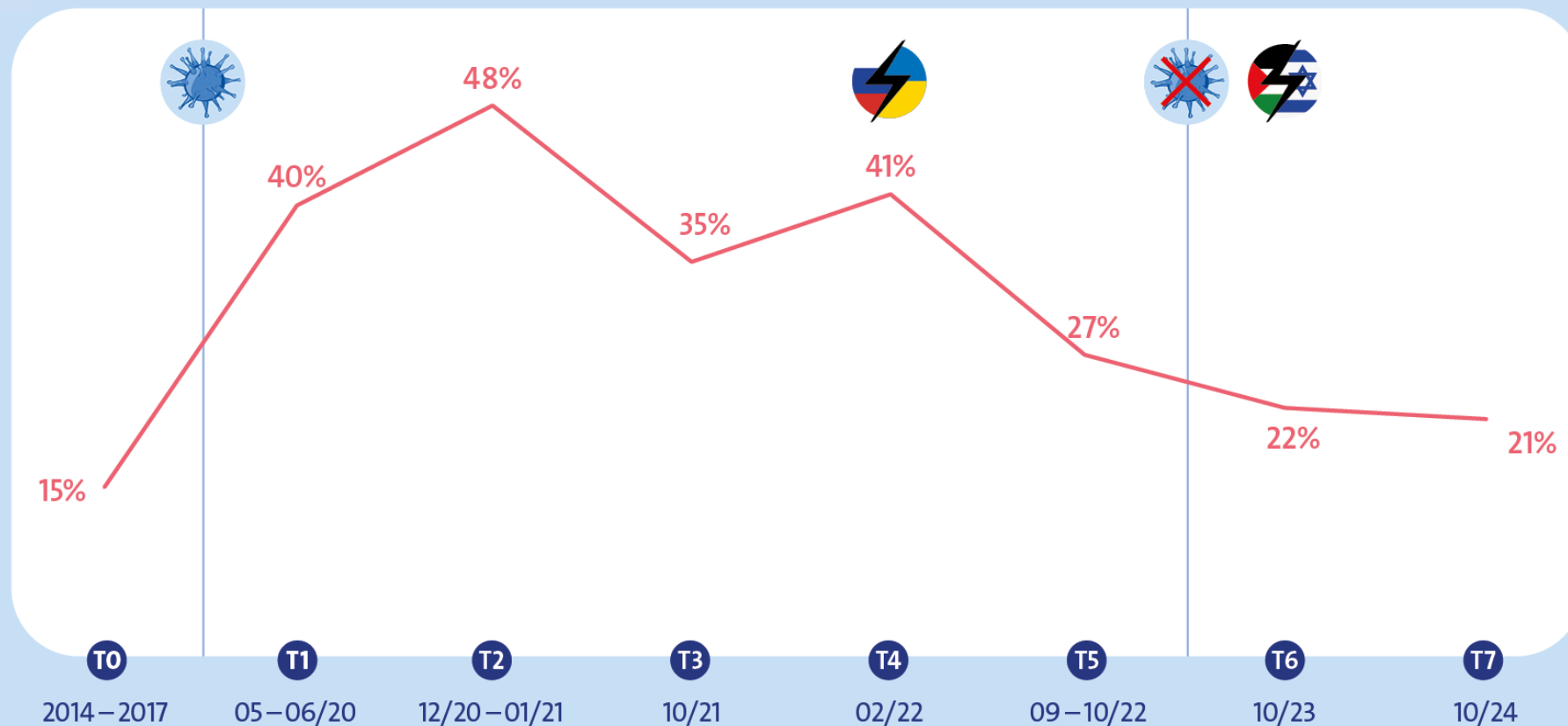
# COPSY-Studie | Fragebogen

| Konstrukt  | Instrument  |
|--|---|
| <b>Soziodemografie</b>   | Fragen zu Alter, Geschlecht, Migration, elterliche Bildung, Familienstand, Wohnsituation  |
| <b>Auswirkungen auf den Alltag</b>   | Kontextbezogene Fragen zu den Bereichen Schule, Familie und Freund:innen  |
| <b>Gesundheitsbezogene Lebensqualität</b>  | KIDSCREEN-10 (Ravens-Sieberer et al., 2006)   |
| <b>Psychische Auffälligkeiten</b> (allgemein, depressive Symptome, Ängstlichkeit, Essstörungssymptome) | SDQ (Goodmann, 1997)<br>Allgemeine Depressionsskala (Hautzinger et al., 2012)<br>SCARED (Mittenzwei, 2013)<br>SCOFF (Morgan et al., 1999) |
| <b>Einsamkeit</b>  | UCLA (Roberts et al., 1993)   |
| <b>Multiple Gesundheitsbeschwerden</b>   | HBSC Symptom Checklist (Haugland & Wold, 2001)  |
| <b>Ressourcen</b> (personale Ressourcen, Familienklima, soziale Unterstützung)                         | Personale Ressourcen Skala (KiGGS)<br>Familienklima-Skala (Schneewind et al., 1985)<br>Social Support Scale (Donald & Ware, 1984)         |
| <b>Zukunftssorgen</b> aufgrund aktueller Krisen  | Dark Future Scale (Zaleski 1996, Voltmer & Salisch, 2021)   |



PSYCHISCHE GESUNDHEIT IN KRISENZEITEN  
**Ergebnisse**

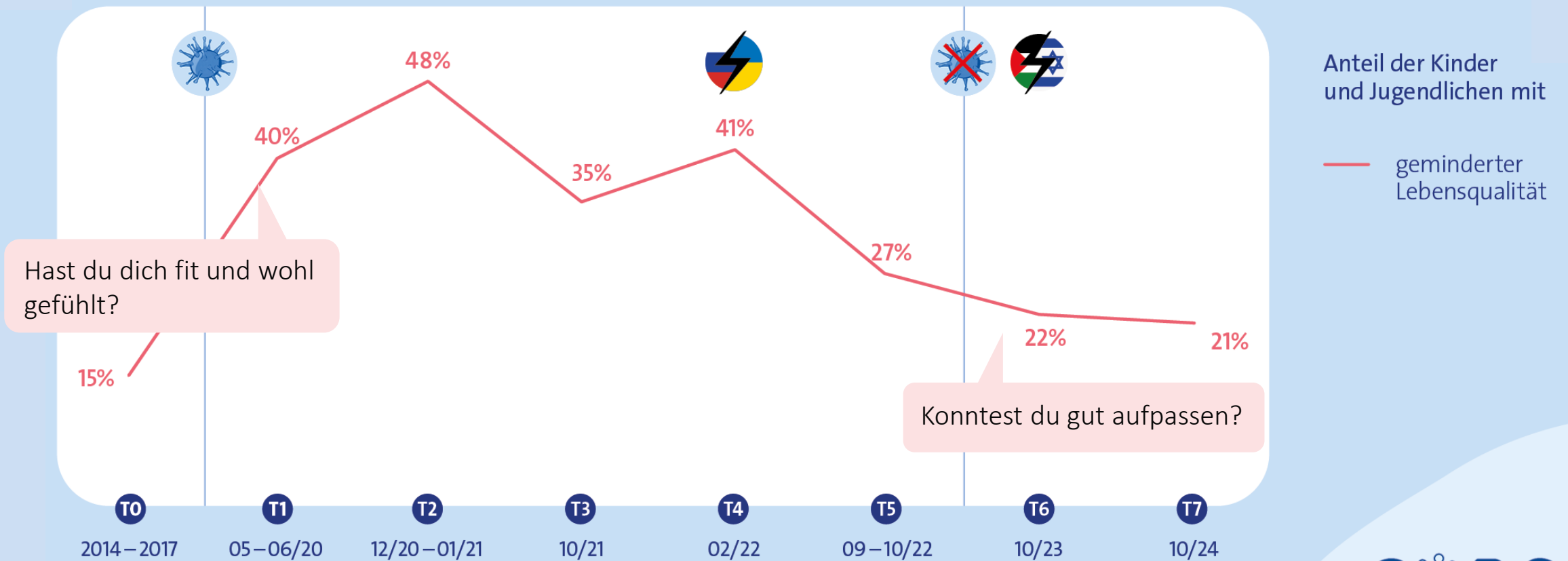
# Ergebnisse | Psychische Gesundheit im Verlauf



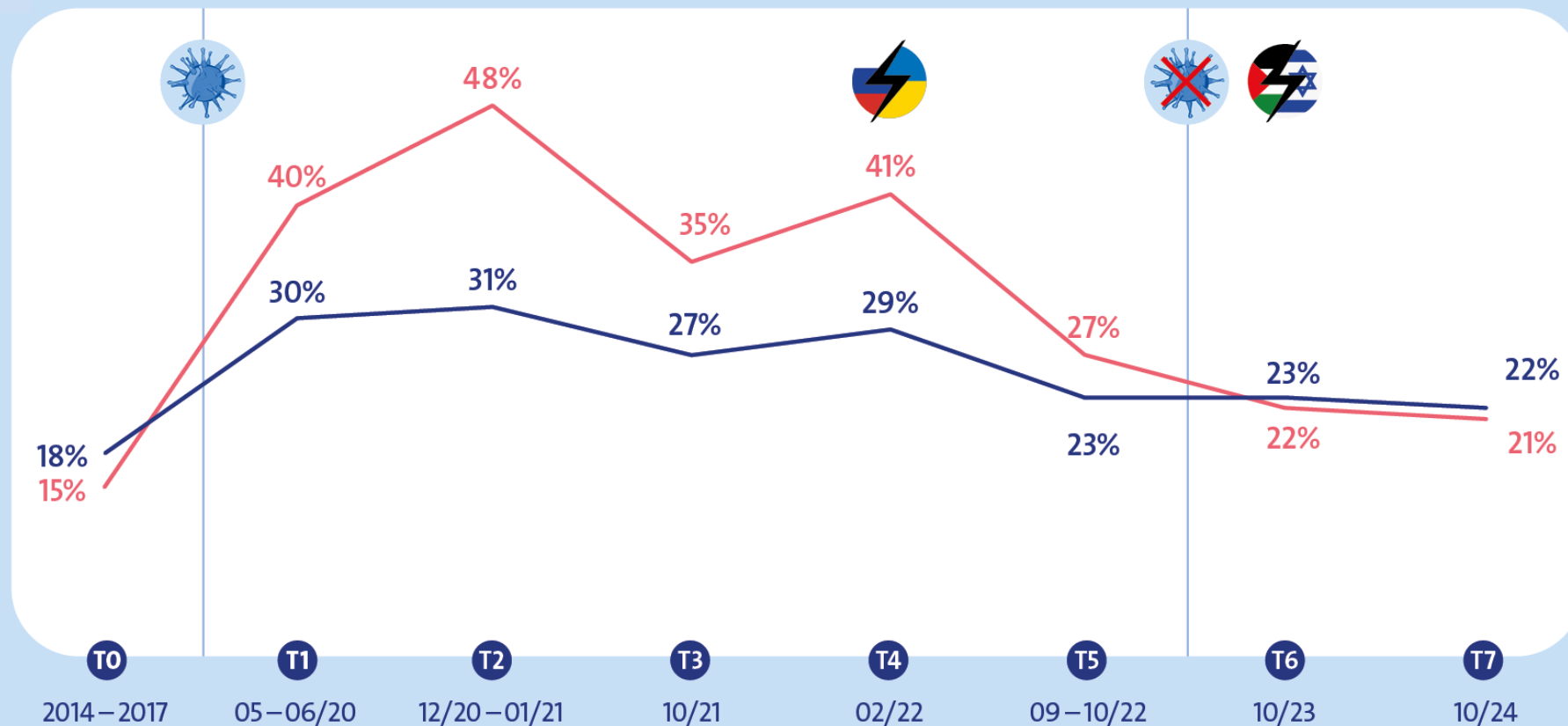
Anteil der Kinder und Jugendlichen mit

— geminderter Lebensqualität

# Ergebnisse | Psychische Gesundheit im Verlauf



# Ergebnisse | Psychische Gesundheit im Verlauf

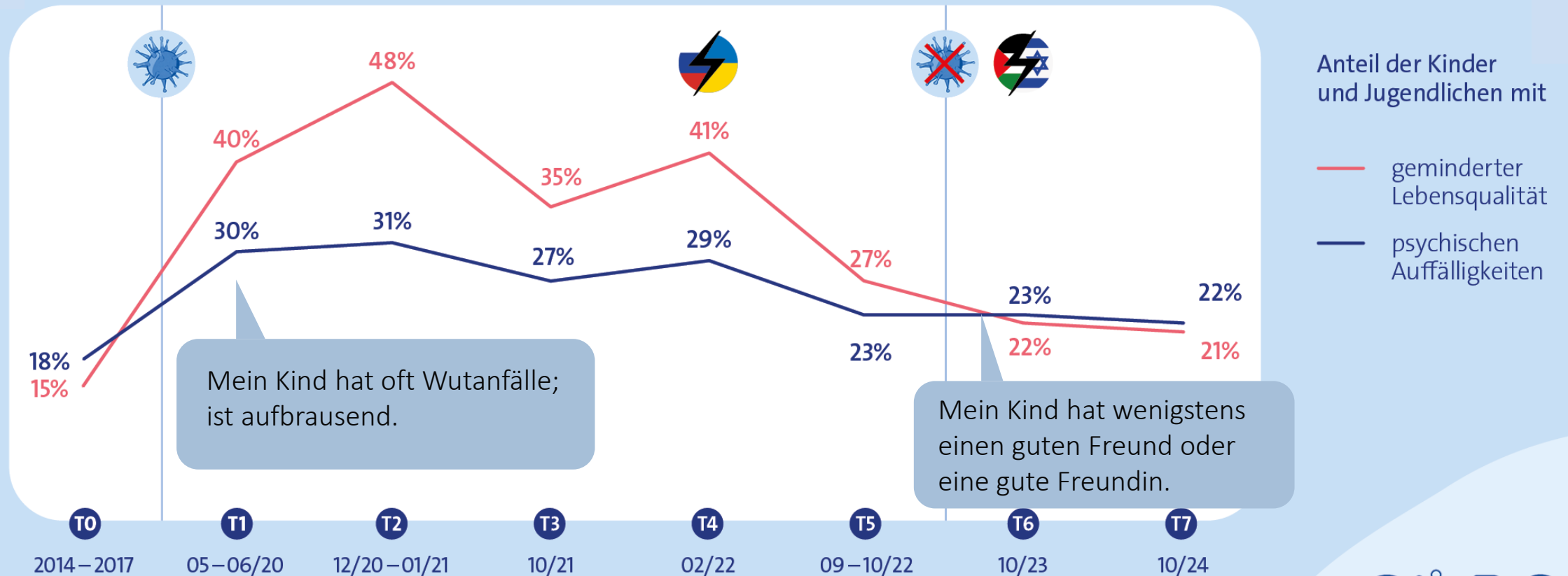


Anteil der Kinder und Jugendlichen mit

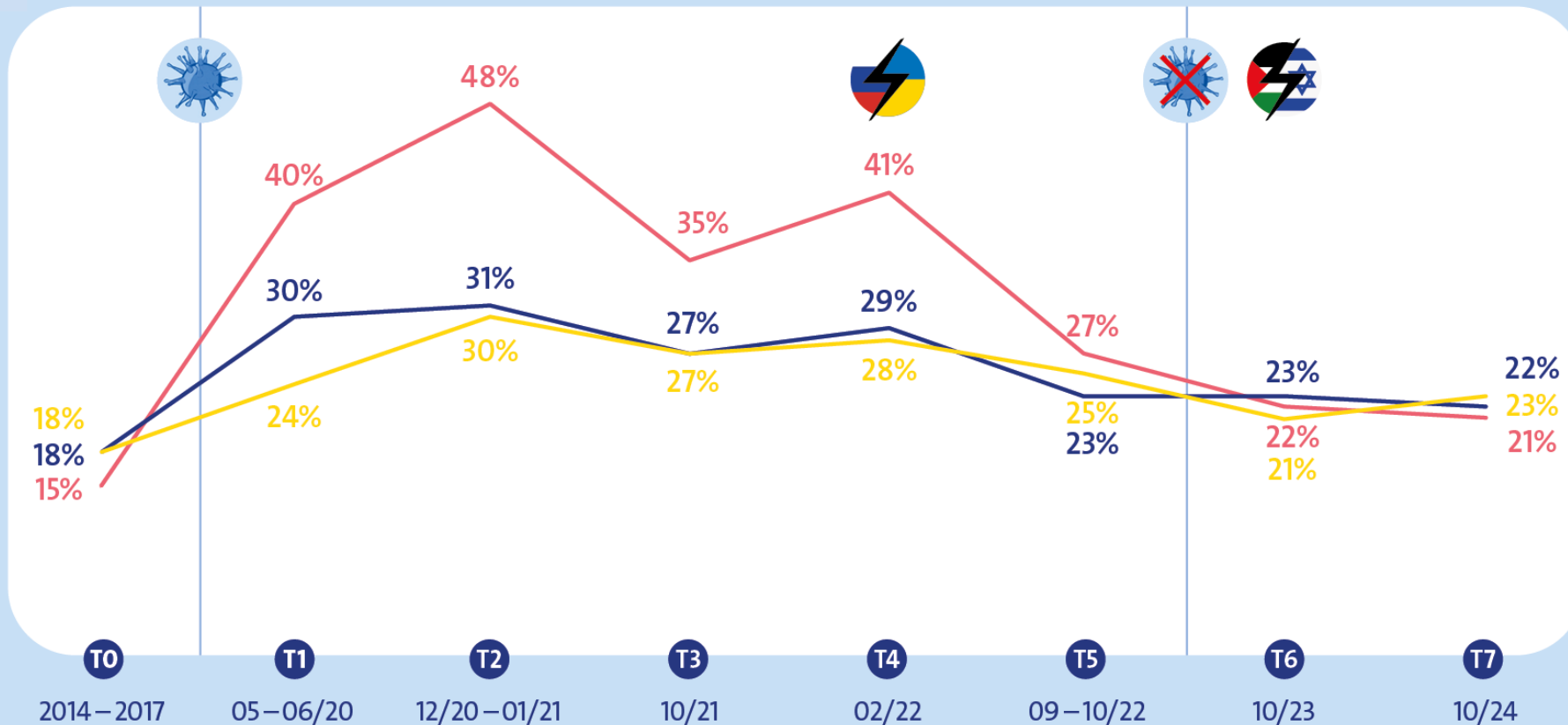
— geminderter Lebensqualität

— psychischen Auffälligkeiten

# Ergebnisse | Psychische Gesundheit im Verlauf



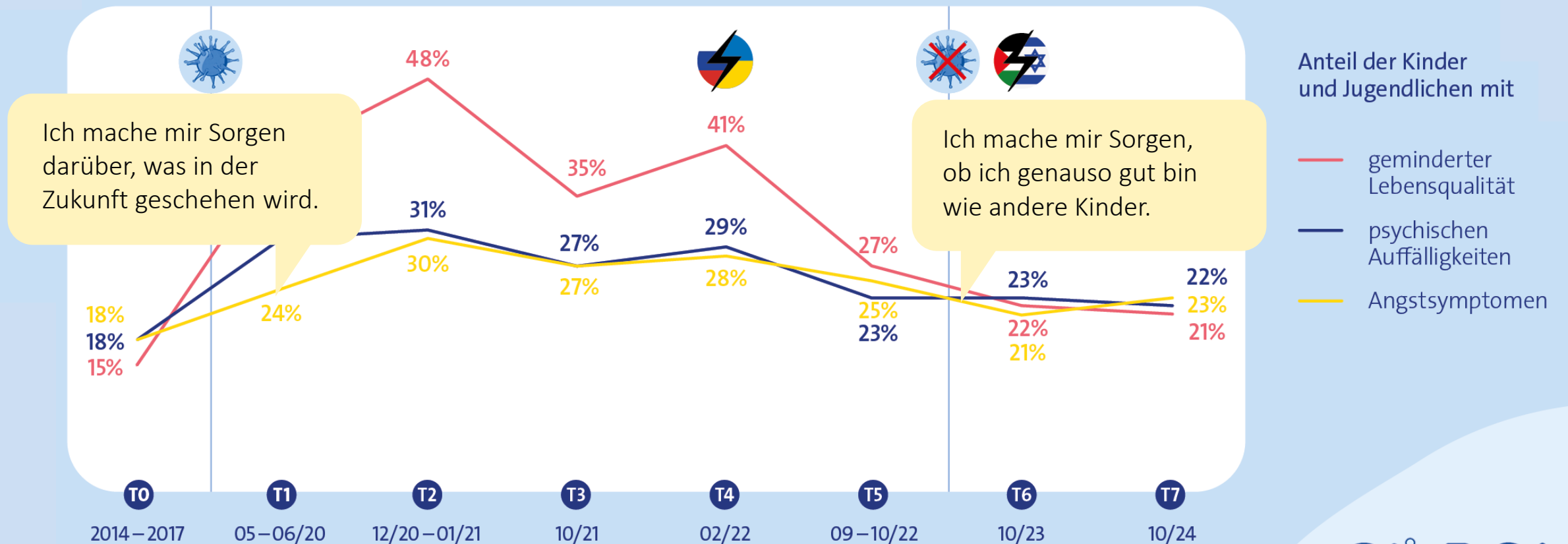
# Ergebnisse | Psychische Gesundheit im Verlauf



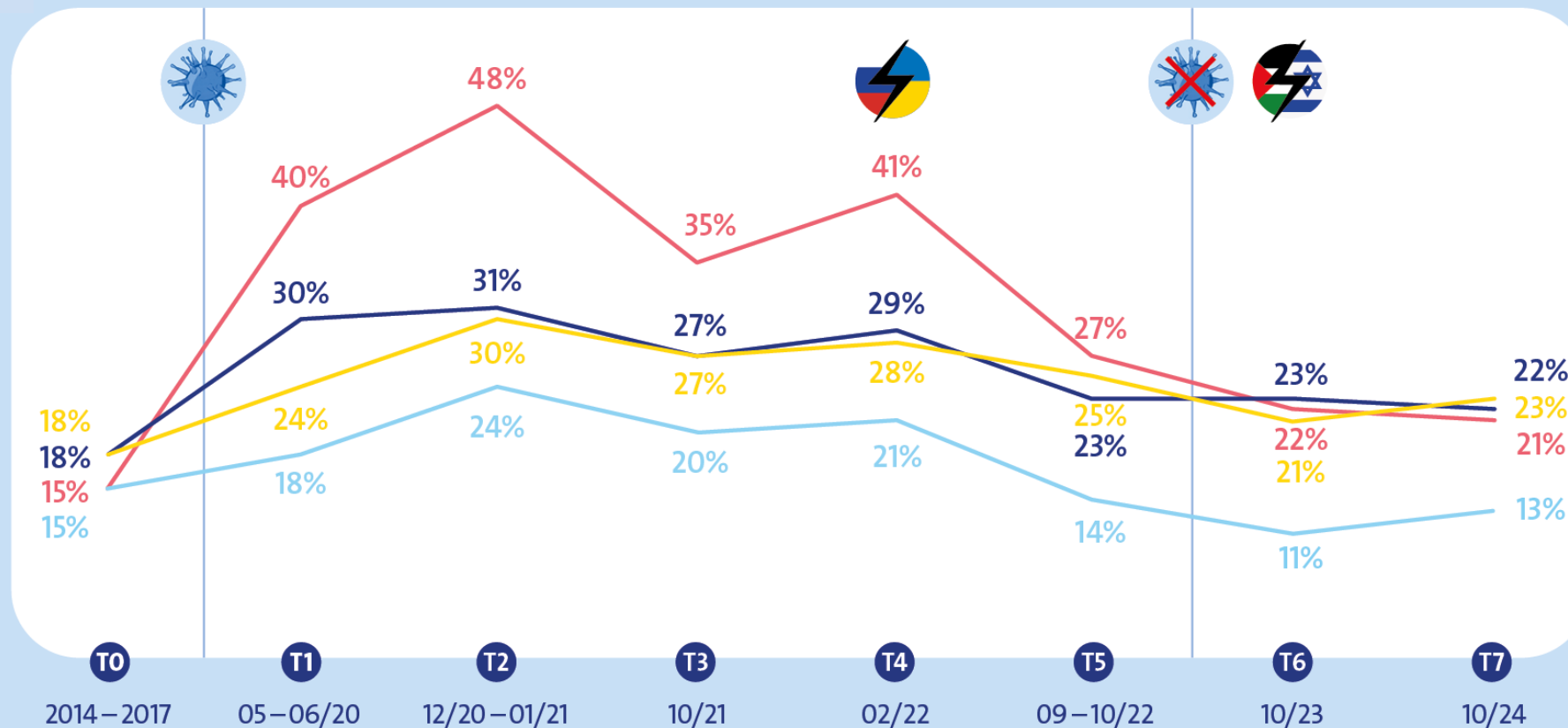
Anteil der Kinder und Jugendlichen mit

- geminderter Lebensqualität
- psychischen Auffälligkeiten
- Angstsymptomen

# Ergebnisse | Psychische Gesundheit im Verlauf



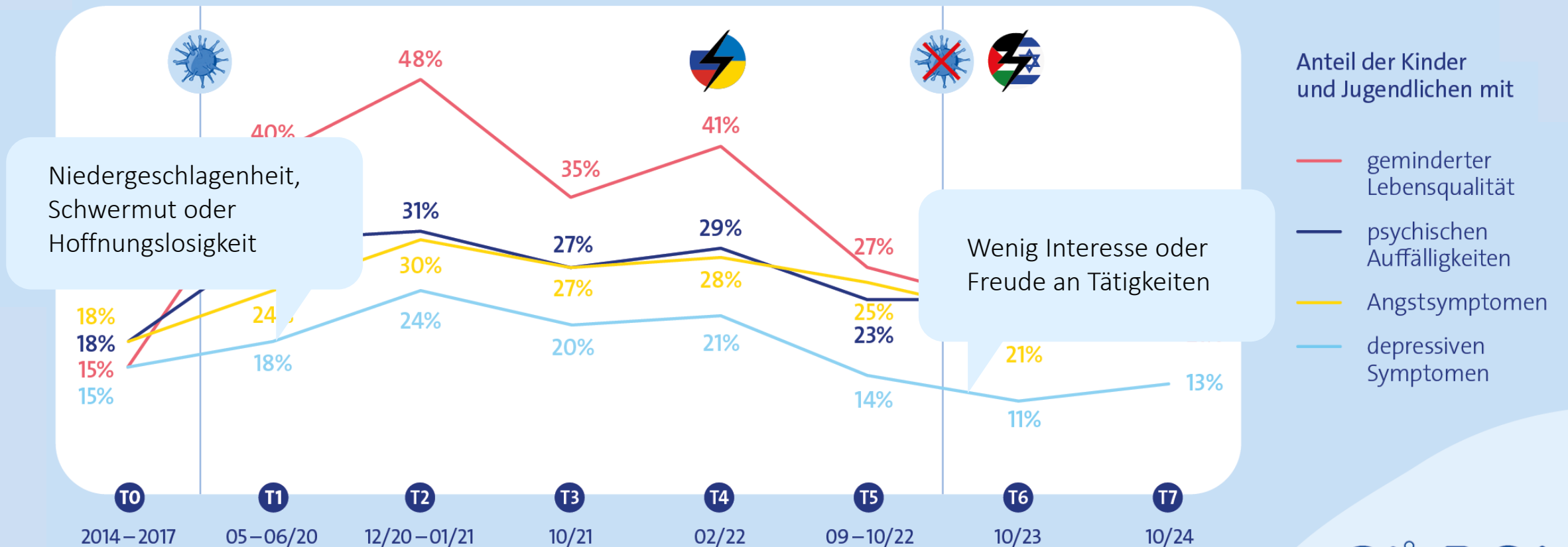
# Ergebnisse | Psychische Gesundheit im Verlauf



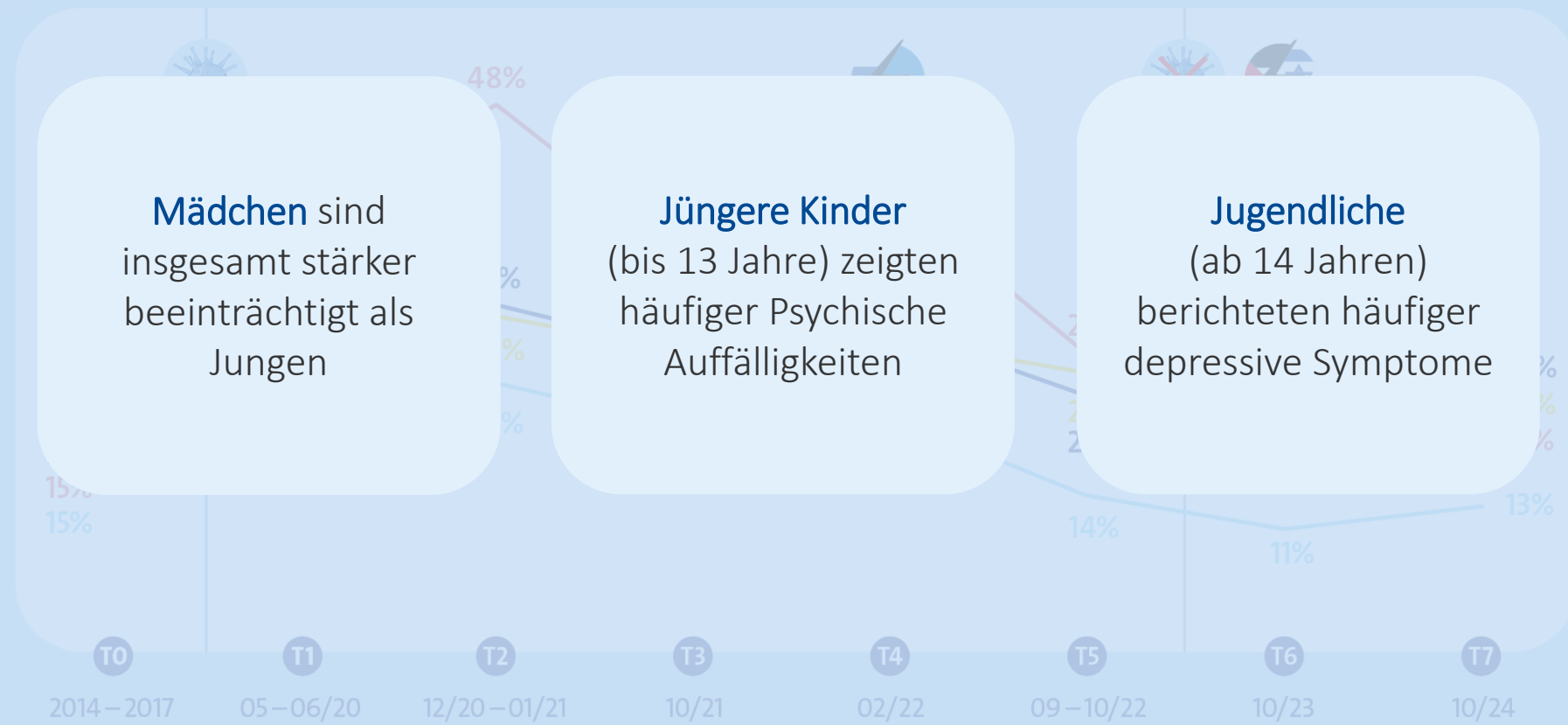
Anteil der Kinder und Jugendlichen mit

- geminderter Lebensqualität
- psychischen Auffälligkeiten
- Angstsymptomen
- depressiven Symptomen

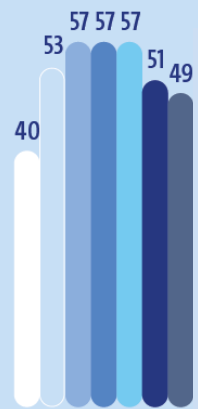
# Ergebnisse | Psychische Gesundheit im Verlauf



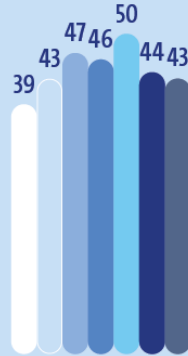
# Ergebnisse | Psychische Gesundheit im Verlauf



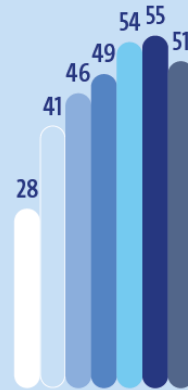
# Ergebnisse | Multiple Gesundheitsbeschwerden Angaben in %



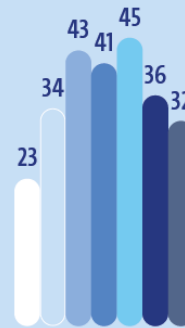
Gereiztheit



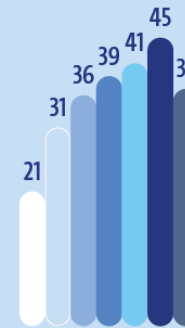
Einschlafprobleme



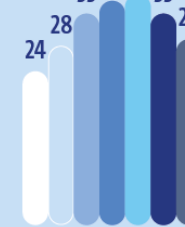
Kopfschmerzen



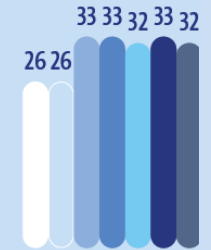
Niedergeschlagenheit



Bauchschmerzen



Nervosität



Rückenschmerzen

T0

Vor der COVID-19 Pandemie

T1

05–06/20

T2

12/20–01/21

T3

10/21

T4

02/22

T5

09–10/22

T6

10/23

## Ergebnisse | Einsamkeit

21%

der Kinder und  
Jugendlichen fühlten  
sich im Herbst 2024  
einsam



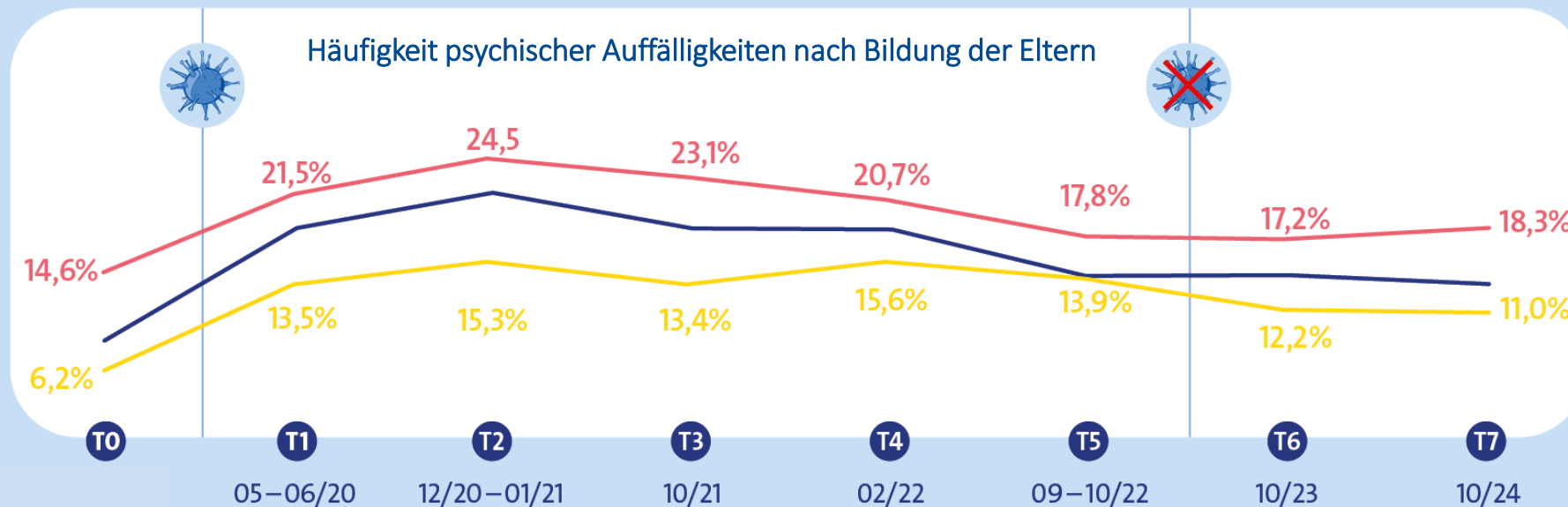
## Ergebnisse | Risikofaktoren



**1,9- bis 2,7-fach**  
ERHÖHTES RISIKO

## Ergebnisse | Sozialstatus

- Kinder und Jugendliche mit **niedrigem Sozialstatus** sind am häufigsten von psychischen Auffälligkeiten betroffen
- Während Pandemie: **Anstieg** psychischer Auffälligkeiten über alle **Statusgruppen**, aber **kein Auseinanderdriften** sozioökonomisch bedingter Unterschiede



Elterliche Bildung

- gering
- mittel
- hoch



## Ergebnisse | Schutzfaktoren

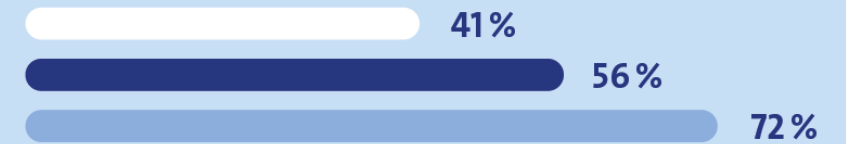
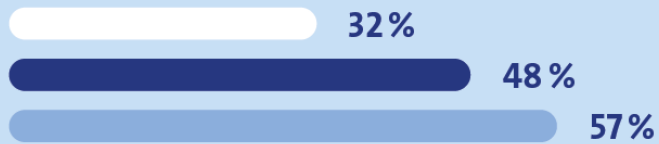
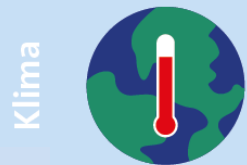
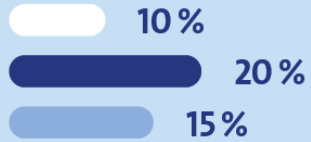
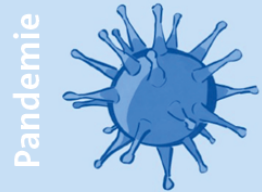
**Zuversicht und  
Selbstwirksamkeit**

**Gemeinsame  
Zeit mit der Familie**

**Soziale  
Unterstützung**

**5- bis 10-fach  
GERINGERES RISIKO**

# Ergebnisse | Sorgen aufgrund aktueller Krisen



T5

09–10/22

T6

10/23

T7

10/24

## Ergebnisse | Krisenbezogene Zukunftsängste



Kinder und Jugendliche, die unter **krisenbezogenen Zukunftsängsten** leiden, zeigen häufiger psychische Auffälligkeiten, Ängste und depressive Symptome. Das Risiko ist bis zu:

**3x**  
**ERHÖHT**

# Zusammenfassung

1. Schon vor der Pandemie zeigte jedes fünfte Kind Hinweise auf **psychische Auffälligkeiten**.
2. Während der Pandemie sind **psychische Auffälligkeiten, ängstliche und depressive Symptome** deutlich angestiegen.
3. Den Kindern und Jugendlichen geht es im Herbst 2024 immer noch **psychisch schlechter als vor der Pandemie**. Die Zahlen liegen etwa **fünf Prozentpunkte** über dem Niveau vor Corona.
4. Ein **niedriger sozioökonomischer Status** und **elterliche psychische Probleme** sind wichtige **Risikofaktoren** für das Wohlbefinden und die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen.
5. Ein **positives Familienklima, soziale Unterstützung** und **personale Ressourcen** sind wichtige **Schutzfaktoren** und können den Einfluss von Risikofaktoren abmildern.
6. Gesellschaftliche **Krisen** und **Kriege** bereiten Kinder und Jugendlichen zunehmend Sorgen und belasten ihre psychische Gesundheit.



PSYCHISCHE GESUNDHEIT IN KRISENZEITEN  
**fördern und schützen**

## Implikationen

- Ressourcenorientierte Ansätze zur Förderung der psychischen Gesundheit (Stärkung von Schutzfaktoren und Resilienz)
- Niedrigschwellige Angebote für belastete Kinder, Jugendliche und Familien
- Nachhaltige Verbesserung der psychosozialen, psychotherapeutischen und psychiatrischen Versorgungssituation von Kindern und Jugendlichen mit psychischen Belastungen und Ihren Familien
- Kontinuierliches Monitoring der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

→ Nachhaltige Rahmenbedingungen für ein gesundes Aufwachsen schaffen

# Gesundheitsförderung und Prävention im Setting Kita und Schule

- Kita und Schule sind wichtige Lern- und Entwicklungsorte für Kinder und Jugendliche
- Geeignete Kontexte für Gesundheitsförderung und Prävention
- Wir brauchen flächendeckende Angebote und entsprechende Ressourcen, dazu zählen:
  - Ausbau von Kitas und Fachkräften
  - Stärkung von Schulpsycholog:innen und -sozialarbeiter:innen
  - „Mental Health Coaches“
  - Maßnahmen zur Sensibilisierung und Entstigmatisierung

## Angebote der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e.V.



VERRÜCKT?  
NA UND!



**BEWEGTE SCHULE**  
GESUNDE SCHULE NIEDERSACHSEN



**GefaS**   
Gesundheitsfachkräfte an Schulen

# Literaturverweise & weiterführende Informationen

## Wissenschaftliche Veröffentlichungen zur COPSY-Studie

Kaman, A., Erhart, M., Devine, J., Napp, A.-K., Reiß, F., Behn, S., & Ravens-Sieberer, U. (2025). Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Zeiten globaler Krisen: Ergebnisse der COPSY-Längsschnittstudie von 2020 bis 2024. *Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz*, 68(6), 670–680.  
<https://doi.org/10.1007/s00103-025-04045-1>

Zoellner, F., Erhart, M., Schütz, R., Napp, A.-K., Devine, J., Reiss, F., Ravens-Sieberer, U., & Kaman, A. (2025). Two decades of loneliness among children and adolescents: longitudinal trends, risks and resources – Results from the German BELLA and COPSY studies. *European Child & Adolescent Psychiatry*. <https://doi.org/10.1007/s00787-025-02779-6>

Li, L.Y., Napp, A.K., Adedeji, A., Erhart, M., Kaman, A., Boecker, M., Kloster, T., Krefis, A.C., Reiß, F. & Ravens-Sieberer, U. (2024). The impact of neighborhood deprivation on mental health and quality of life in children and adolescents during the COVID-19 pandemic: Findings from the COPSY Hamburg study. *PLOS ONE* 19(11), e0313652.  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0313652>

## Medienberichte

Der Spiegel: "Deshalb geht es unseren Kindern und Jugendlichen seelisch nicht gut" (04.12.2025)

ZDF frontal: "Das teure Pandemie-Desaster: Corona-Verbote auf Kosten der Kinder" (11.03.2025)

ZEIT ONLINE: "Was der Dauerkrisenmodus mit der Jugend macht" (06.03.2025)

Deutschlandfunk: "War die Schließung von Schulen notwendig oder unfair?" (23.01.2025)

Website der  **COPSY**  
STUDIE

[www.copsy-studie.de](http://www.copsy-studie.de)



@copsy\_studie



**Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf**

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

Forschungssektion Child Public Health

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Martinistraße 52 | D-20246 Hamburg

**Ann-Kathrin Napp**

Telefon +49 (0) 40 7410-57376

Telefax +49 (0) 40 7410-55105

[a.napp@uke.de](mailto:a.napp@uke.de)

[www.child-public-health.de](http://www.child-public-health.de)

**Förderhinweis:**

Die COPSY-Studie (2021-2022) wurde von der Kroschke Kinderstiftung und der Fritz und Hildegard Berg Stiftung finanziell unterstützt. Zusätzlich wurde die COPSY-Studie 2022 vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF, Netzwerk Universitätsmedizin 2.0, Förderkennzeichen 01KX2121, coverCHILD) und 2023-2026 vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF, Förderkennzeichen 01UP2222, COMO-Studie) gefördert.