



**hbsc**

HEALTH BEHAVIOUR IN  
SCHOOL-AGED CHILDREN

WORLD HEALTH ORGANIZATION  
COLLABORATIVE CROSS-NATIONAL STUDY

# PSYCHISCHES WOHLBEFINDEN VON KINDERN UND JUGENDLICHEN IN DEUTSCHLAND

Ergebnisse der HBSC-Studie 2009/10 – 2022

## Dr. Franziska Reiß

Steven Behn | Michael Erhart | Lisa Strelow | Anne Kaman | Veronika Ottová-Jordan | Ludwig Bilz | Irene Moor | Ulrike Ravens-Sieberer |  
HBSC Studienverbund Deutschland\*

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf | Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie und -  
psychosomatik | Forschungssektion Child Public Health

f.reiss@uke.de | Website: [www.hbsc-germany.de](http://www.hbsc-germany.de)

\*HBSC Studienverbund: Brandenburgische Technische Universität Cottbus-Senftenberg (Prof. Dr. Ludwig Bilz), Hochschule Heidelberg (Prof. Dr. Jens Bucksch); Hochschule Fulda (Prof. Dr. Katharina Rathmann, Prof. Dr. Kevin Dadaczynski), Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg (Dr. Irene Moor, Co-Leitung), Technische Universität München (Prof. Dr. Matthias Richter, Leitung), Universität Tübingen (Prof. Dr. Gorden Sudeck), Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (Prof. Dr. Ulrike Ravens-Sieberer).

# Hintergrund



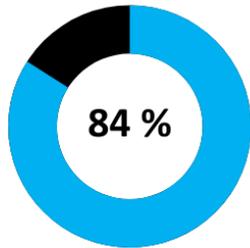
## Psychische Gesundheit

- Zustand des Wohlbefindens
- Einzelne seine Fähigkeiten ausschöpfen kann
- Lebensbelastungen bewältigen
- produktiv arbeiten kann
- **Gemeinschaftsbeitrag** (WHO, 2019)
- **Subjektives Wohlbefinden, Lebenszufriedenheit und psychosomatische Beschwerden**

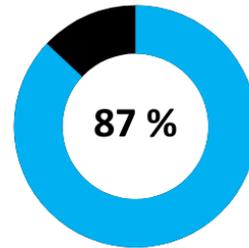
- Von 2002-2010 insgesamt positive Einschätzung und Verbesserung des psychischen Wohlbefindens (Ottova et al. 2012)
- vermehrt beeinflussen multiple gesellschaftliche Krisen die Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen (Schnitzer & Hurrelmann, 2022)
- Gesundheit und Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen während der COVID-19-Pandemie beeinträchtigt (Orban et al. 2023)

## Ergebnisse | Psychisches Wohlbefinden

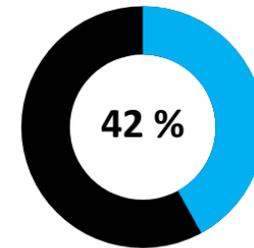
Gesamtergebnisse zeigen:



gute subjektive Gesundheit



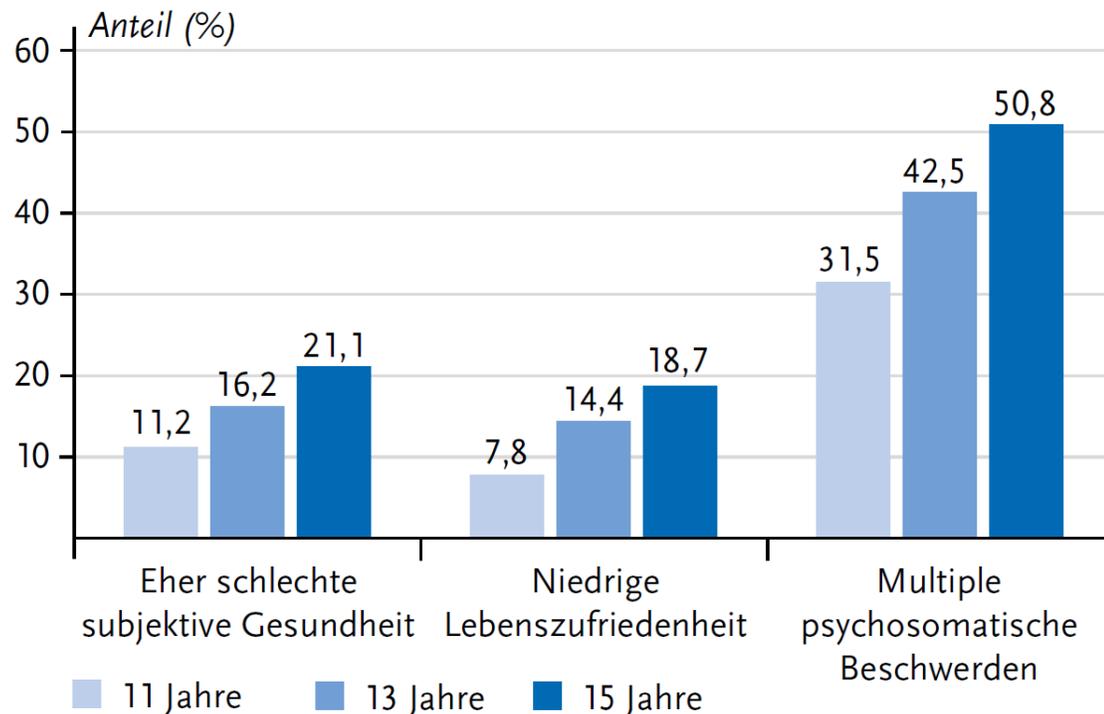
hohe Lebenszufriedenheit



multiple psychosomatische  
Beschwerden

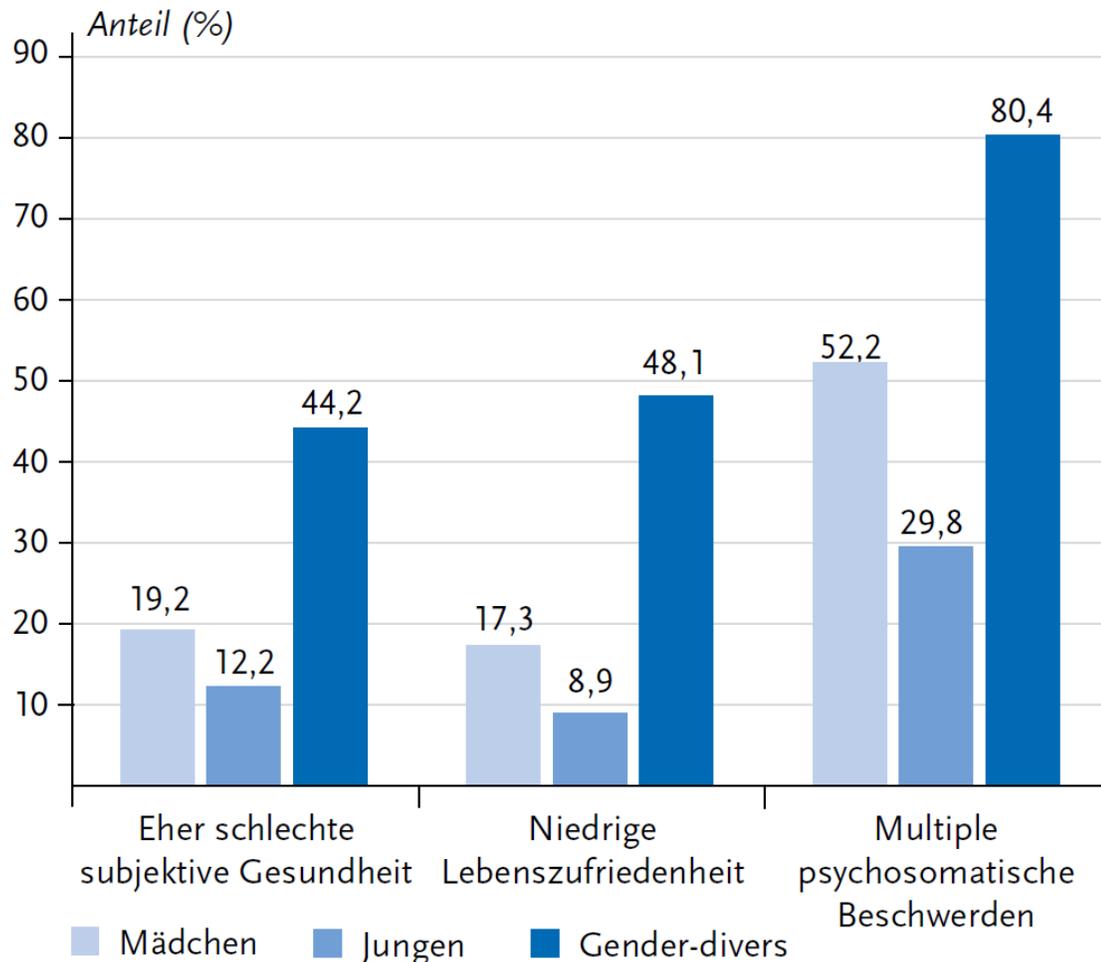
- deutliche Unterschiede nach **Alter**, **Geschlecht** und im **zeitlichen Verlauf**
- geringe Unterschiede nach **Migrationshintergrund**, hier v.a. geringere Lebenszufriedenheit

## Ergebnisse | Psychisches Wohlbefinden nach Alter



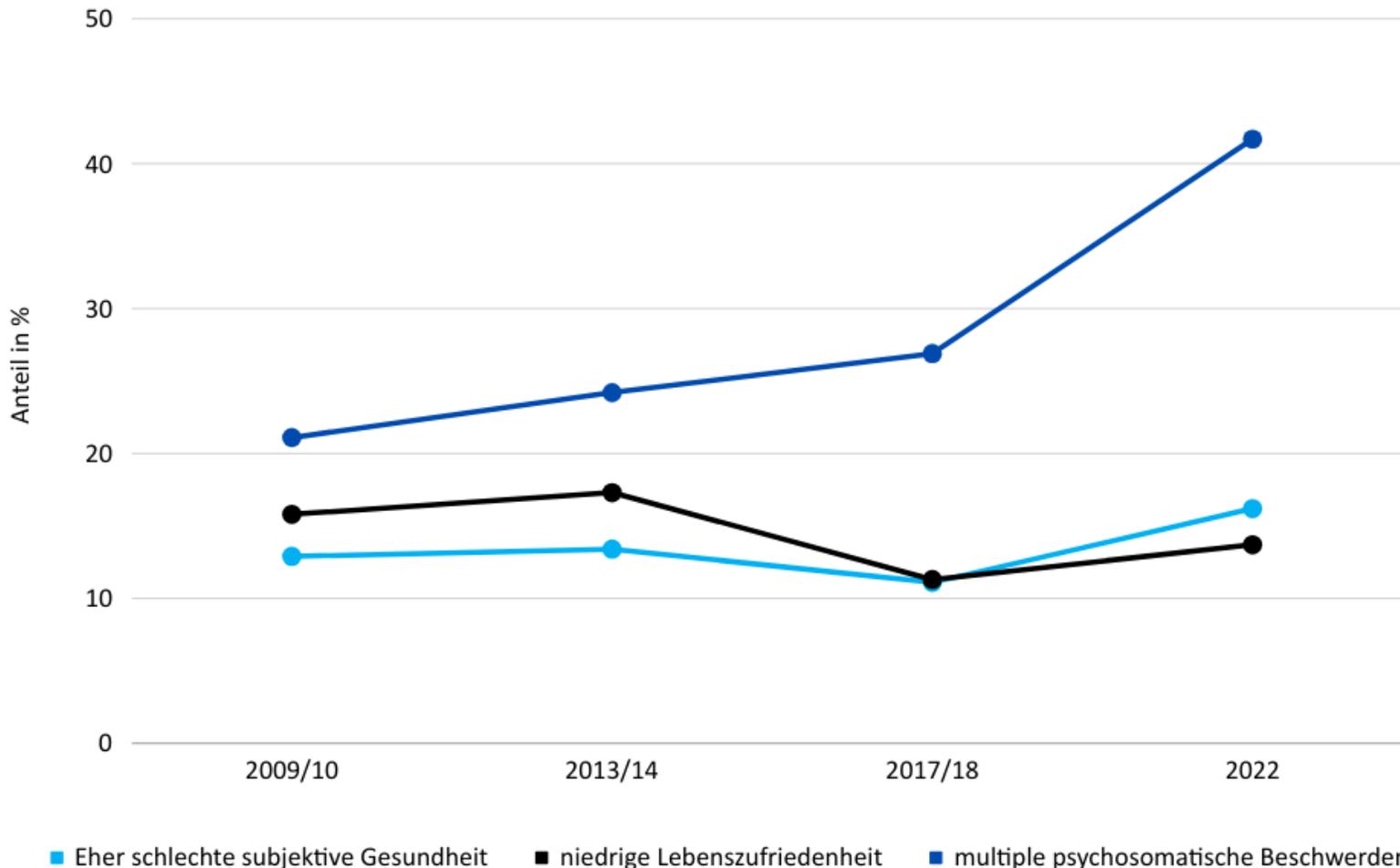
- **Ältere Jugendliche** berichten eine eher schlechte subjektive Gesundheit, niedrigere Lebenszufriedenheit und häufiger multiple psychosomatische Beschwerden
- 15- Jährige haben im Vergleich zu den 11-Jährigen **2,0- bis zu 2,5-fach höheres Risiko** für geringeres Wohlbefinden

## Ergebnisse | Psychisches Wohlbefinden nach Geschlecht



- **Mädchen** und **Gender-diverse** berichten eine eher schlechte subjektive Gesundheit, niedrigere Lebenszufriedenheit und häufiger multiple psychosomatische Beschwerden
- **Mädchen** haben im Vergleich zu den Jungen **1,7- bis zu 2,6-fach höheres Risiko** für geringeres Wohlbefinden
- Lebenszufriedenheit von Mädchen nimmt mit steigendem Alter ab (bei Jungen stabil)

# Ergebnisse | Gesundheitliche Trends von 2010 bis 2022



- bis 2017/18 Verbesserung der subjektiven Gesundheit und Lebenszufriedenheit, dann leichte Verschlechterung im Jahr 2022
- konstanter Anstieg der psychosomatischen Beschwerden seit 2010

## Zusammenfassung und Fazit

- Großteil der Kinder und Jugendlichen weist insgesamt eine **gute subjektive Gesundheit** und **eine hohe Lebenszufriedenheit** auf

### ABER

- deutliche **Alters- und Geschlechtsunterschiede**, wobei Mädchen und ältere Jugendliche häufiger von einer eher schlechten Gesundheit, niedrigen Lebenszufriedenheit oder multiplen psychosomatischen Beschwerden berichten
- zum Jahr 2022 Verschlechterung in allen drei Gesundheitsindikatoren
- seit 2010 ein **kontinuierlicher Anstieg von multiplen psychosomatischen Beschwerden** zu beobachten, der 2022 ein neues hohes Niveau erreichte

→ **Zielgruppenspezifische Prävention und Gesundheitsförderung notwendig**  
→ **kontinuierliches Gesundheitsmonitoring**

## Subjektive Gesundheit und psychosomatische Beschwerden von Kindern und Jugendlichen in Deutschland: Ergebnisse der HBSC-Studie 2010–2022

### Abstract

**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 2010 und 2022.

**Methode:** Die Health-Behavior-in-School-Aged-Children-Studie (HBSC) 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 2010.

**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 2010 und 2022 variierten die subjektive Gesundheit und die Lebenszufriedenheit mit einer deutlichen Verschlechterung von 2018 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.

KINDER · JUGENDLICHE · PSYCHISCHE GESUNDHEIT · SUBJEKTIVE GESUNDHEIT · LEBENSZUFRIEDENHEIT · PRÄVALENZEN · PSYCHOSOMATISCHE BESCHWERDEN · SCHULEN · HBSC · SURVEY · DEUTSCHLAND

### 1. Einleitung

Für ein gesundes Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen ist nicht nur die körperliche Gesundheit bedeutsam, sondern auch das seelische Wohlbefinden. Ein Blick auf das vergangene Jahrzehnt und die Gegenwart zeigt, dass

multiple gesellschaftliche Krisen, wie die COVID-19-Pandemie, die Finanz- und Energiekrise und der Krieg in der Ukraine, das gesellschaftliche Zusammenleben (temporär) verändert haben. Davon beeinflusst ist auch die alltägliche Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen mit Auswirkungen auf deren Gesundheit und Wohlbefinden [1].

## Kontakt

**Dr. Dipl. Soz. Franziska Reiß**  
Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf  
Zentrum für Psychosoziale Medizin  
Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie,  
-psychotherapie und -psychosomatik  
Forschungssektion "Child Public Health"  
Martinistraße 52  
20246 Hamburg

E-Mail: [f.reiss@uke.de](mailto:f.reiss@uke.de)  
Tel.: +49 (40) 7410-57332