Anmerkungen zum Covid-Lockdown, globalen Krisen und deren Auswirkungen auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

14.01.2026 von Alexander Lang



Familien konnten die Herausforderungen der Covid-19-Pandemie unterschiedlich gut bewälttigen: in hochbelasteten Familien verstärkten sich Belastungen

Menno Baumann **[1]** untersucht bereits 2022 die psychischen Folgen der Covid-19-Pandemie. Er sieht zunächst die Folgen der Erkrankung COVID-19 selbst. Dazu zählen neurologische und psychiatrische Risiken, die z. B. in Folge eines schweren Verlaufes innerhalb der Familie, eines Todesfalls oder langanhaltender Symptome, die sowohl Kinder, vor allem aber Eltern betreffen können. Gerade diese langfristigen Symptome, wie Erschöpfung, Brain-Fog, Konzentrationsprobleme und Kopfschmerzen korrelieren mit negativem psychischem Wohlbefinden sowie erheblichen wirtschaftlichen Folgen aufgrund von Arbeitsunfähigkeit (von Eltern). Viele Studien zeigen über alle Altersgruppen hinweg, dass v. a. der häufige Zusammenbruch von Tagesstruktur und eine Verschiebung des Schlaf-Wach-Rhythmus wie auch eine einseitige Verteilung der Mehrbelastung zuungunsten eines Erwachsenen (i. d. R. der Mutter) einen erheblichen Risikofaktor für die Psyche von Kindern darstellten: diese Aspekte erweisen sich als wohl stärkster Parameter für psychosoziale Entwicklungsrisiken von Kindern und Jugendlichen in der Hochpandemiezeit.

Baumann zeichnet allerdings ein differenziertes Bild und unterscheidet zwischen Ressourcen und Verbesserungen, die junge Menschen erlebten, und den psychosozialen Risiken. Aufseiten der Ressourcen zeigte sich, z. B., dass sich der Arbeits- und Lebensstil veränderte, vor allem im Sinne einer Entschleunigung. Hiervon profitierten Familien (wenn sie frei von wirtschaftlichen Risiken blieben) sogar teilweise. Gerade jüngere Kinder benannten in vielen Befragungen den Faktor als positiv, dass die Eltern viel Zeit zu Hause verbracht haben, und es zeigte sich in einigen Studien eine engere Beziehung zwischen Geschwistern. Sowohl in Elternbefragungen wie auch in Interviewstudien mit Jugendlichen zeigte sich der Aspekt der Wertschätzung von Freundschaft und sozialen Beziehungen als Stärkung des subjektiven Empfindens. Unter dem Strich zeigten sich viele Familien stolz, dass sie die pandemische Situation gut bewältigen konnten. Diese Erkenntnisse gelten vermutlich für die o. g. Schülerschaft, die bereits vor den Pandemiefolgen als hochbelastet angesehen werden kann, nicht.

Kindheit und Jugend in Zeiten globaler Krisen und quasi unbegrenzter Informationsflut in Echtzeit

Die COPSY-Studie **[2]** beschreibt die von Baumann oben benannten Folgen der Pandemie in Bezug auf die *Gesundheitsbezogene Lebensqualität, der Prävalenz psychischer Auffälligkeiten* und zusätzlich in Bezug auf das Leben in *Zeiten globaler Krisen sehr exakt,* einige der folgenden Ergebnisse werden in der Abbildung unten übersichtlich dargestellt: Bei Kindern und Jugendlichen verschlechterten sich sowohl die gesundheitsbezogene Lebensqualität als auch die psychische Gesundheit im Vergleich zu präpandemischen Daten (2014–2017) der BELLA-Studie deutlich. Die höchsten Prävalenzen wurden im Winter 2020/2021 festgestellt: Fast die Hälfte (48 %) berichtete von einer niedrigen gesundheitsbezogenen Lebensqualität, jeweils etwa ein Drittel gab psychische Auffälligkeiten (31 %) und Ängste (30 %) und ein Viertel (24 %) depressive Symptome an. In den Jahren 2022 und 2023 verbesserten sich die gesundheitsbezogene Lebensqualität und die psychische Gesundheit der Kinder und Jugendlichen. Dieser Trend der Verbesserung setzte sich im letzten Jahr bis Herbst 2024 nicht weiter fort. 21 % der Kinder und Jugendlichen gaben weiterhin eine geminderte gesundheitsbezogene Lebensqualität an, 22 % gaben psychische Auffälligkeiten und 23 % Angstsymptome an. Damit liegen die Prävalenzen weiterhin etwa 5 % über den präpandemischen Werten der BELLA-Studie. Lediglich für depressive Symptome zeigte sich eine Verbesserung gegenüber dem präpandemischen Niveau. **[3]**

Anstieg der Prävalenzraten psychischer Störungen von Kindern und Jugendlichen in Folge der Coronapandemie(-maßnahmen) und in Zeiten globaler Krisen

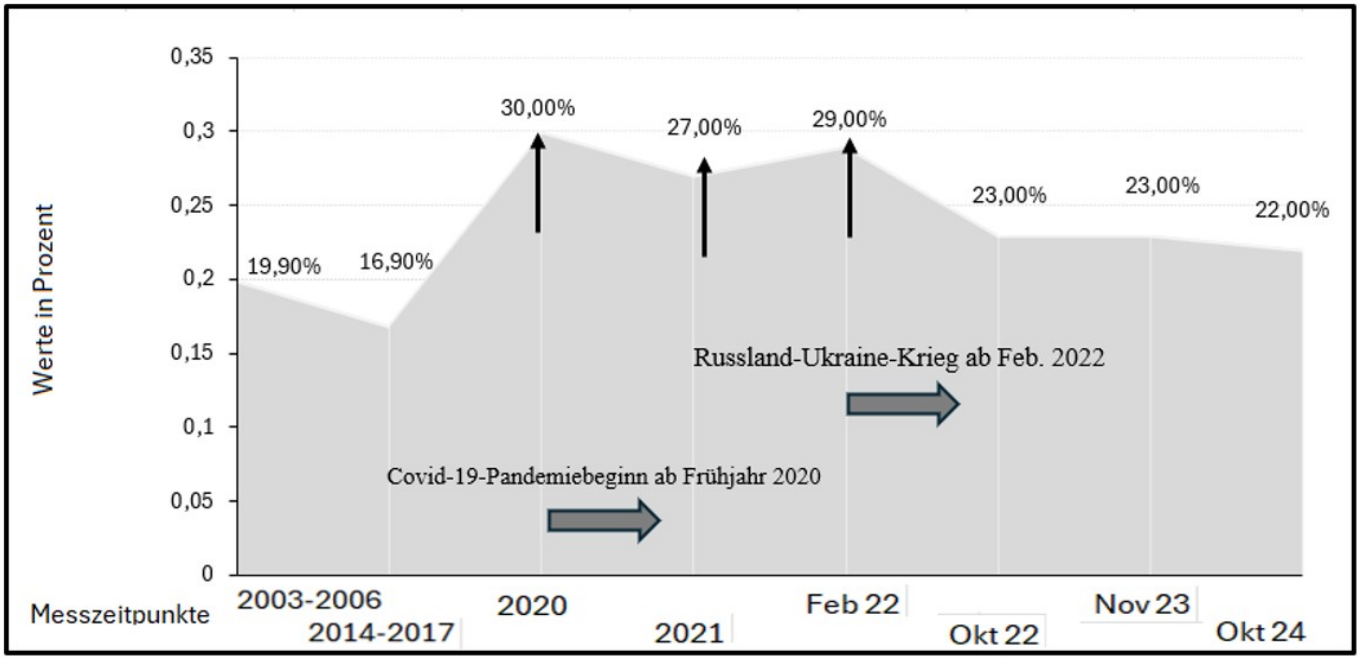


Abbildung: Anstieg der Prävalenzraten psychischer Störungen von Kindern und Jugendlichen in Folge der Coronapandemie(-maßnahmen) und in Zeiten globaler Krisen, eigene Darstellung **[4]**

Fußnoten

[1] vgl. Baumann 2022, S. 6-8

[2] vgl. Kaman 2024, S. 674

[3] vgl. ebd., S. 674

[4] vgl. Klipker et al. 2018, S. 1ff. (*KIGGS*-Studie) und vgl. Kaman et al. 2024, S. 674 (*COPSY*-Studie) und vgl. Scheer und Melzer 2020, S. 575ff.

Literatur

⇒ zum Literaturverzeichnis des Themenschwerpunkts **"Psychische Störungen bei Kindern und Jugendlichen" mit und ohne ES**

Themenschwerpunkt "Psychische Störungen von Kindern und Jugendlichen" mit und ohne ES





Dieser Text ist lizensiert unter einer Creative Commons Namensnennung - Nicht-kommerziell - Weitergabe unter gleichen Bedingungen. Bei Nutzung, auch von Auszügen, ist eine Autorennennung mit Quellenangabe nötig. www.dasistes.info, Alexander Lang 2026

NORMAL GESTÖRT