

Pressemeldung 86/24.10.2018

## **Endstation Depression: Wenn Schülern alles zu viel wird**

### **KKH-Stress-Auswertung: Immer mehr Sechs- bis 18-Jährige psychisch krank**

Hannover, 24. Oktober 2018 – Kopfschmerzen, Magendrücken und am Ende erschöpft und depressiv: Immer mehr Schüler leiden an psychischen Erkrankungen und klagen über Beschwerden, die keine organischen Ursachen haben. Das geht aus einer aktuellen Datenerhebung der KKH Kaufmännische Krankenkasse hervor. Rund 26.500 Sechs- bis 18-jährige KKH-Versicherte sind demnach bundesweit betroffen. Hochgerechnet auf ganz Deutschland sind das etwa 1,1 Millionen Kinder und Jugendliche. Ein zentraler Grund: Stress. Hoher Leistungsdruck durch Schule, Eltern und eine dauerbeschleunigte Gesellschaft, digitale Reizüberflutung, Mobbing in sozialen Netzwerken, Versagensängste: Viele Kinder kommen mit ihrem Leben nicht mehr klar, weil sie überfordert und verzweifelt sind.

Die Auswertung der KKH-Daten ist alarmierend: 2017 litten allein rund 8.300 Sechs- bis 18-Jährige unter sogenannten Anpassungsstörungen, also unter depressiven Reaktionen aufgrund körperlicher und seelischer Belastungen wie sie etwa bei hohem Leistungsdruck und Mobbing entstehen. Den größten Anstieg mit 90 Prozent im Vergleich zu 2007 gab es hier bei den 13- bis 18-Jährigen. Das zeigt: Der Stress nimmt mit den Schuljahren und den Anforderungen zu. Die Symptome bei Anpassungsstörungen reichen vom Gedankenkarussell bis hin zu Frustration, Reizbarkeit und Mutlosigkeit. Von Angststörungen wie Panikattacken waren außerdem rund 3.400 Schüler betroffen. Auch hier gab es bei den Älteren den größten Anstieg mit 76 Prozent.

Nicht selten münden permanenter Stress, Druck und Mobbing Erfahrungen in eine Depression. Erschreckend: In der Altersgruppe der 13- bis 18-jährigen Schüler verzeichnete die KKH bei Depressionen von 2007 auf 2017 den größten Anstieg überhaupt – um fast 120 Prozent. Immer häufiger stellen Ärzte außerdem schon im Schulalter die Diagnose Burnout. Auch da registriert die KKH im selben Zeitraum einen enormen Anstieg – sowohl bei den Jüngeren als auch bei den Älteren um jeweils mehr als das Doppelte. Statistisch betrifft dies bisher nur eine kleine Gruppe von rund 1.000 jungen Versicherten, doch der drastische Anstieg der Fälle zeigt, dass immer mehr Schüler Schwierigkeiten bei der Lebensbewältigung haben und ausgebrannt sind. Burnout ist keine eigenständige Krankheit, sondern gilt als Vorstufe zur Depression und wird bisher als Zusatzdiagnose im Zuge anderer, meist auch psychischer Erkrankungen gestellt.

Bevor es allerdings zu diesen schwerwiegenden Erkrankungen kommt, klagen die betroffenen Jungen und Mädchen häufig zunächst über körperliche Beschwerden wie Schmerzen, Herz-

Pressemeldung 86/24.10.2018

Kreislauf- und Magen-Darm-Probleme, die sich auf keine organische Erkrankung zurückführen lassen (sogenannte somatoforme Belastungen). Auslöser sind auch hier vor allem emotionaler Stress und Konflikte. Laut KKH-Auswertung haben damit offenbar zunehmend jüngere Schüler zu kämpfen: Bei den Sechs- bis Zwölfjährigen gab es mit 36 Prozent einen größeren Anstieg als bei den 13- bis 18-Jährigen (plus 21 Prozent). Vor einer Klassenarbeit ist das völlig normal. Dies darf aber nicht zum Dauerzustand werden.

Insgesamt zeigt die Auswertung, dass unter den 13- bis 18-jährigen Schülern deutlich mehr Mädchen und junge Frauen von psychischen Erkrankungen betroffen sind. Bei den Sechs- bis Zehnjährigen sind es dagegen in etwa gleich viele Mädchen und Jungen.

#### ➤ **Die KKH-Stress-Umfrage**

##### **Schulischer Leistungsdruck und Mobbing sind die größten Stressfaktoren**

Laut einer Forsa-Umfrage im Auftrag der KKH fühlen sich Schüler offenbar nicht vorrangig durch zu viele Termine in der Freizeit gestresst. Gut jedes dritte schulpflichtige Kind im Alter von sechs bis 18 Jahren geht zwar an mindestens drei Tagen in der Woche festen außerschulischen Aktivitäten nach. Rund 56 Prozent gelingt es den Eltern zufolge aber dennoch gut, eine Balance zwischen Schule und Freizeit zu finden. Viel größere Stressfaktoren sind laut der befragten Eltern permanenter Leistungsdruck in der Schule, Mobbing sowie gesellschaftlicher Druck durch Medien, Idole und Influencer. Jeden fünften Sechs- bis Neunjährigen belastet Streit mit Freunden und Mobbing durch Mitschüler am meisten, bei den Zehn- bis 18-Jährigen steht klar Konkurrenz- und Leistungsdruck in der Schule an erster Stelle (31 Prozent). Generell stehen Kinder, deren Eltern getrennt sind, mehr unter Stress als Schüler, die mit beiden Elternteilen zusammenleben. Jedes vierte Kind getrennt lebender Eltern gerät wegen familiärer Probleme wie Scheidung oder Geldsorgen unter Stress.

##### **Ältere Schüler ziehen sich bei Stress häufiger zurück als Jüngere**

Mit steigendem Konkurrenz- und Leistungsdruck und zunehmendem Alter der Schüler vermehren sich auch die Symptome. So klagen laut der befragten Eltern fast ein Drittel der 16- bis 18-Jährigen über Müdigkeit und Erschöpfung und jeder Vierte über stressbedingte Kopfschmerzen. Die Zehn- bis Zwölfjährigen leiden dagegen stärker unter Bauch- und Magenschmerzen als die Schüler der anderen Altersklassen. Unter Stress lässt vor allem die Konzentration nach: 28 Prozent der Eltern sagen, dass ihr Kind sehr häufig bis häufig aufgrund von Stress unkonzentriert ist. Jeder fünfte Erziehungsberechtigte gibt an, dass es sehr häufig oder häufig vorkommt, dass sein Kind bei Stress schnell aggressiv wird. Mit deutlichem Abstand

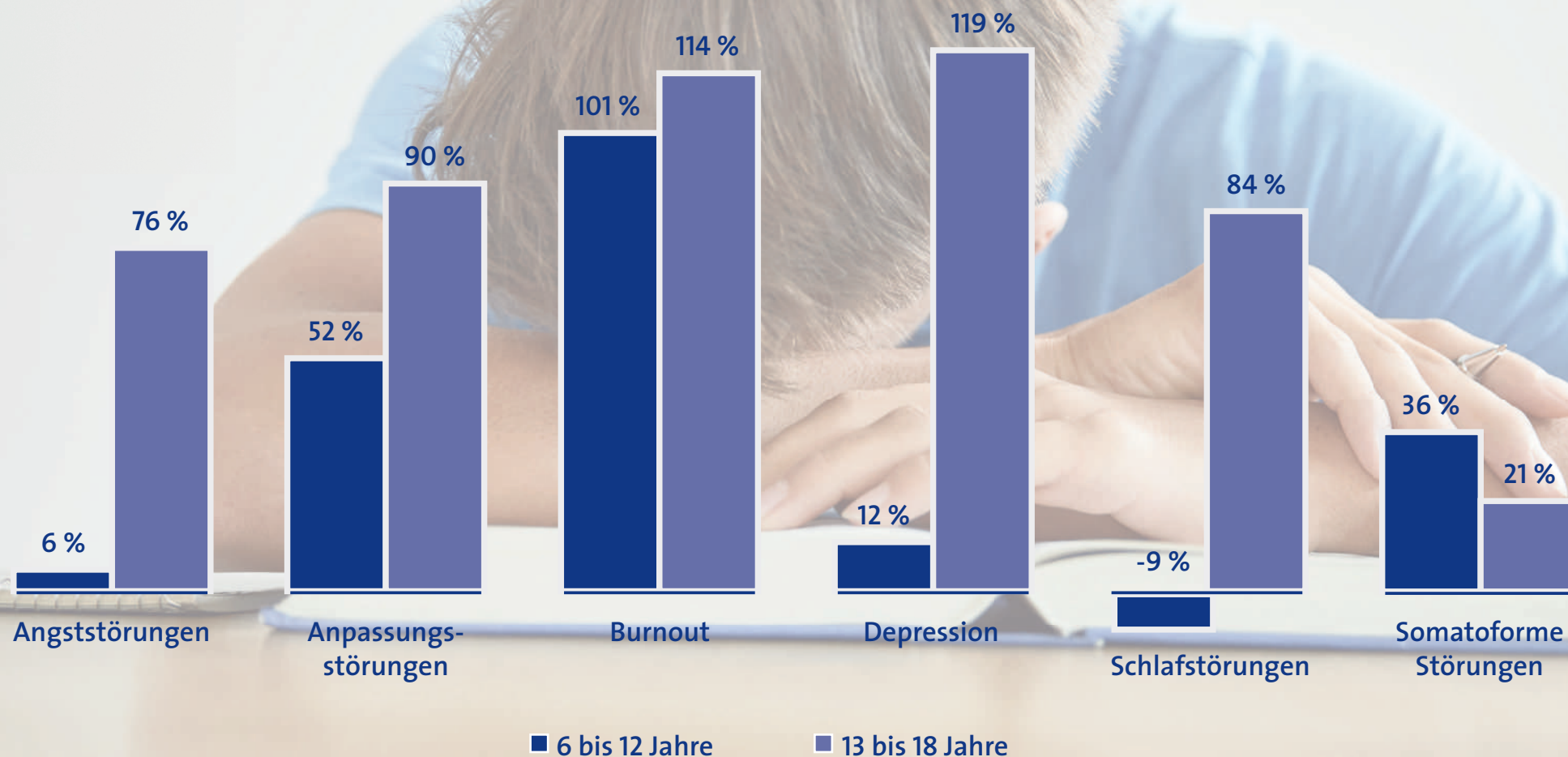
Pressemeldung 86/24.10.2018

folgen als sehr häufige oder häufige Reaktionen auf Stress Rückzug (zwölf Prozent), Traurigkeit (neun Prozent) und Angst (acht Prozent). 13- bis 18-Jährige kapseln sich bei Stress tendenziell häufiger ab als Sechs- bis Zwölfjährige.

Das Meinungsforschungsinstitut Forsa hat 1003 Eltern von Sechs- bis 18-Jährigen im Jahr 2018 repräsentativ im Auftrag der KKH befragt.

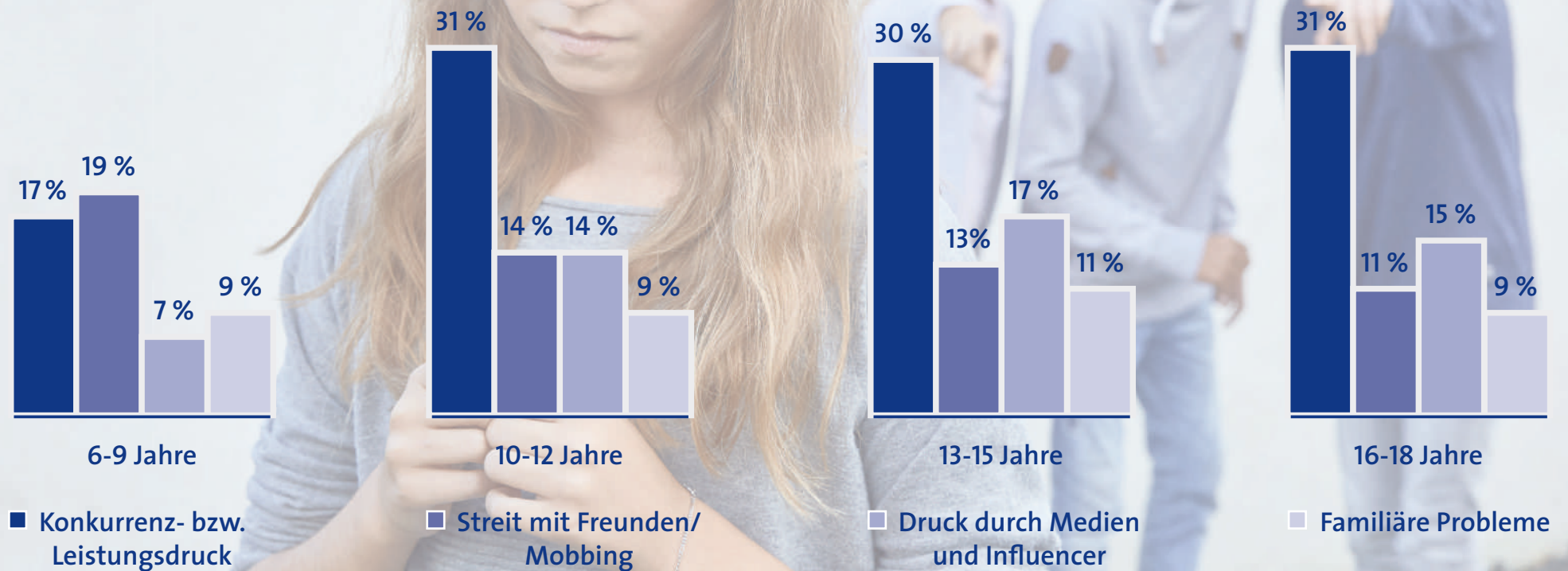
Die KKH Kaufmännische Krankenkasse ist eine der größten bundesweiten gesetzlichen Krankenkassen mit 1,7 Millionen Versicherten. Nähere Informationen erhalten Sie unter [www.kkh.de/presse/portrait](http://www.kkh.de/presse/portrait).

## Prozentuale Zunahme von psychischen Erkrankungen bei Schülern von 2007 auf 2017 (Auswertung KKH Versichertendaten)



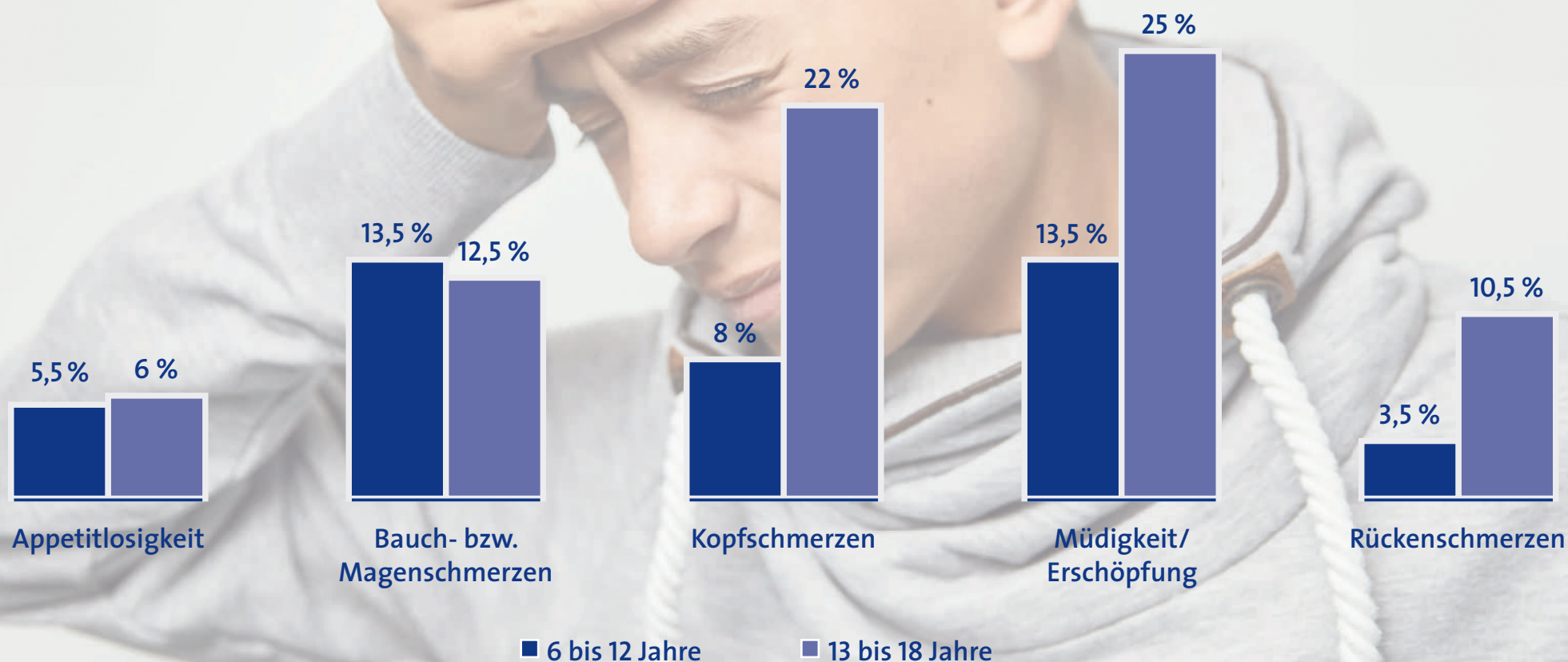
# Größte Stressfaktoren laut Forsa-Umfrage 2018

(prozentualer Anteil von 1003 Schülern)





## Prozentualer Anteil von 1003 Schülern, an denen Eltern folgende stressbedingte Beschwerden laut Forsa-Umfrage 2018 sehr häufig bzw. häufig beobachtet haben



## Prozentualer Anteil von 1003 Schülern, an denen Eltern folgende stressbedingte Verhaltensweisen laut Forsa-Umfrage 2018 sehr häufig bzw. häufig beobachtet haben

