



Wie geht es Kindern und Jugendlichen aktuell?

Ergebnisse aus der bundesweiten COMO-Studie

Zur Befragung

5.240

Kinder und Jugendliche im Alter
von 4 bis 17 Jahren

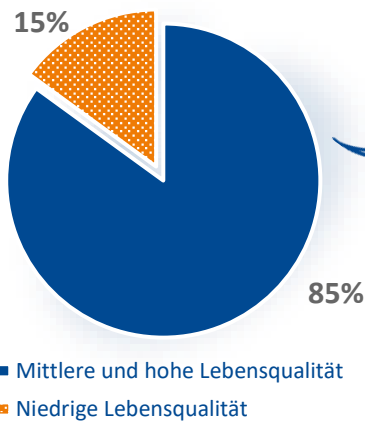
Online-Fragebogen

für Eltern und Kinder

Herbst 2023 bis Frühjahr 2024

So lange lief die erste COMO-Befragung

Unsere Ergebnisse



Mehr als 3/4 der Heranwachsenden
berichten eine mittlere oder hohe
Lebensqualität.



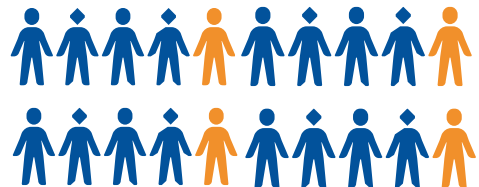
Kinder geben im Vergleich zu Jugendlichen
häufiger eine hohe Lebensqualität an.



Jeder fünfte Heranwachsende zeigt Hinweise
auf seelische Belastungen.



Heranwachsende aus sozial benachteiligten
Familien sind dreimal so häufig seelisch belastet.



Was bedeuten die Ergebnisse?

- Ein Großteil der Heranwachsenden in Deutschland zeigt insgesamt eine gute Lebensqualität.
- Gleichzeitig ist es wichtig, früh aufmerksam zu werden, wenn Kinder über längere Zeit häufiger traurig, ängstlich, unruhig oder zurückgezogen sind.
- Unterstützungsangebote für Kinder und Jugendliche (z. B. Beratung, Schulsozialarbeit, Kinder- und Jugendpsychotherapie) sind nötig, insbesondere für Heranwachsende aus sozial benachteiligten Familien.

Quelle:

ReiB, F., Volk, C., Behn, S., Kaman, A., Klos, L., Burchartz, A., Hinz, T., Hanssen-Doose, A., Woll, A., Niessner, C. & Ravens-Sieberer, U. (2025). Psychische Gesundheit und körperliche Aktivität von Heranwachsenden unterschiedlicher sozialer Herkunft. *Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie*, 53(6), 304–316. <https://doi.org/10.1024/1422-4917/a001045>



Weiterführende Links

Homepage: www.como-studie.de

Instagram: [@como_studie](https://www.instagram.com/como_studie)