

# Kinder in Zeiten von Krisen, Kriegen, Terror und Katastrophen – Warum ist das auch für die PSNV relevant?

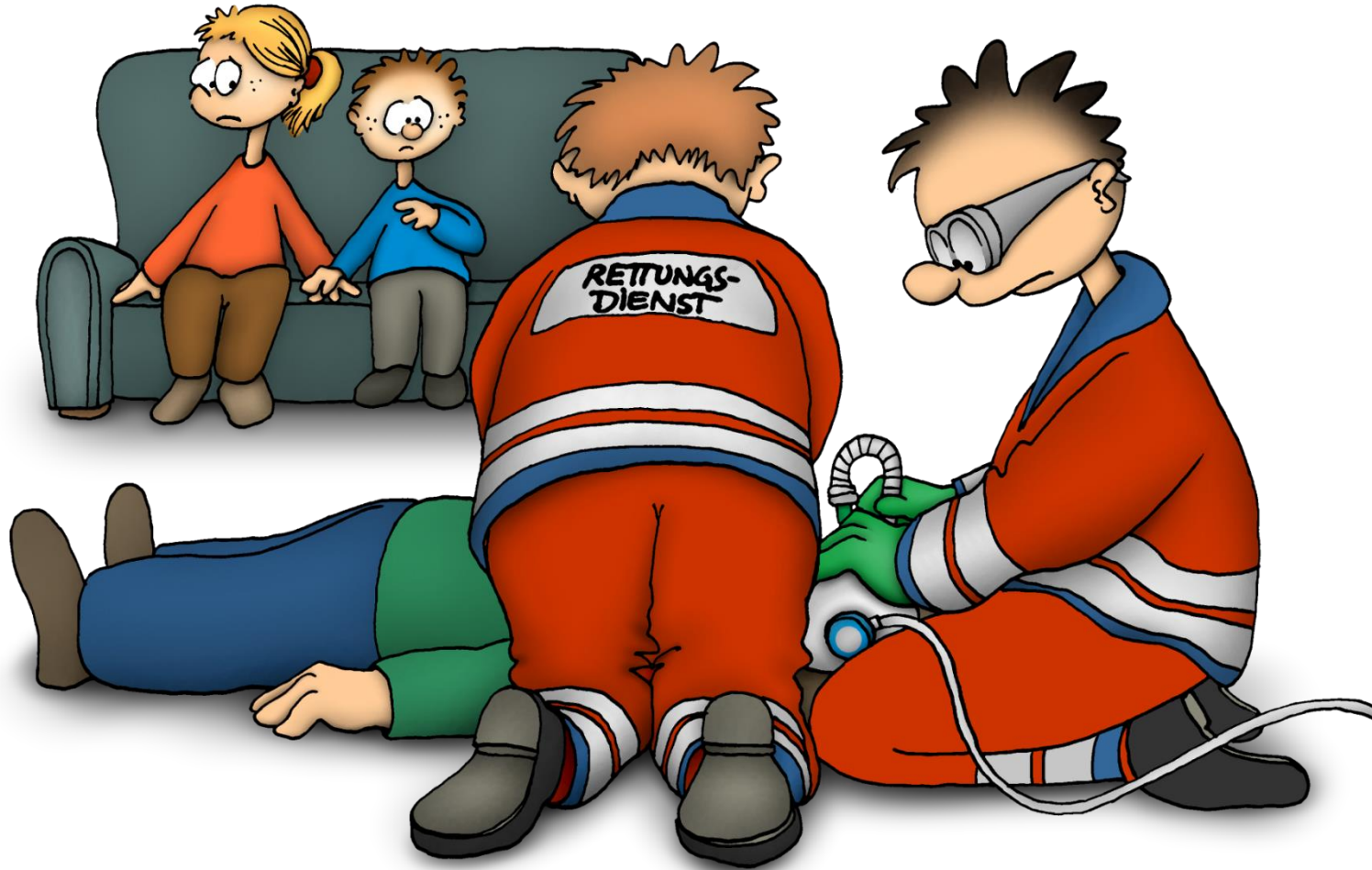
Prof. Dr. Harald Karutz, Diplom-Pädagoge  
Professur für Psychosoziales Krisenmanagement

# Persönliches

- Diplom-Pädagoge, Dr. phil.
- Professor für Psychosoziales Krisenmanagement an der Medical School Hamburg (MSH)
- Notfallsanitäter, Notfallseelsorger, L und FB PSNV
- Fachlicher Leiter des PSU-Teams der Feuerwehr Mülheim
- Leiter „MINI“-Projekt zur mittelfristigen Notfallnachsorge
- Mitglied im wissenschaftlichen Beirat des BBK



# Mülheim an der Ruhr, 2001



# Forschungsprojekte seit 2003 (Auswahl)





# Gliederung

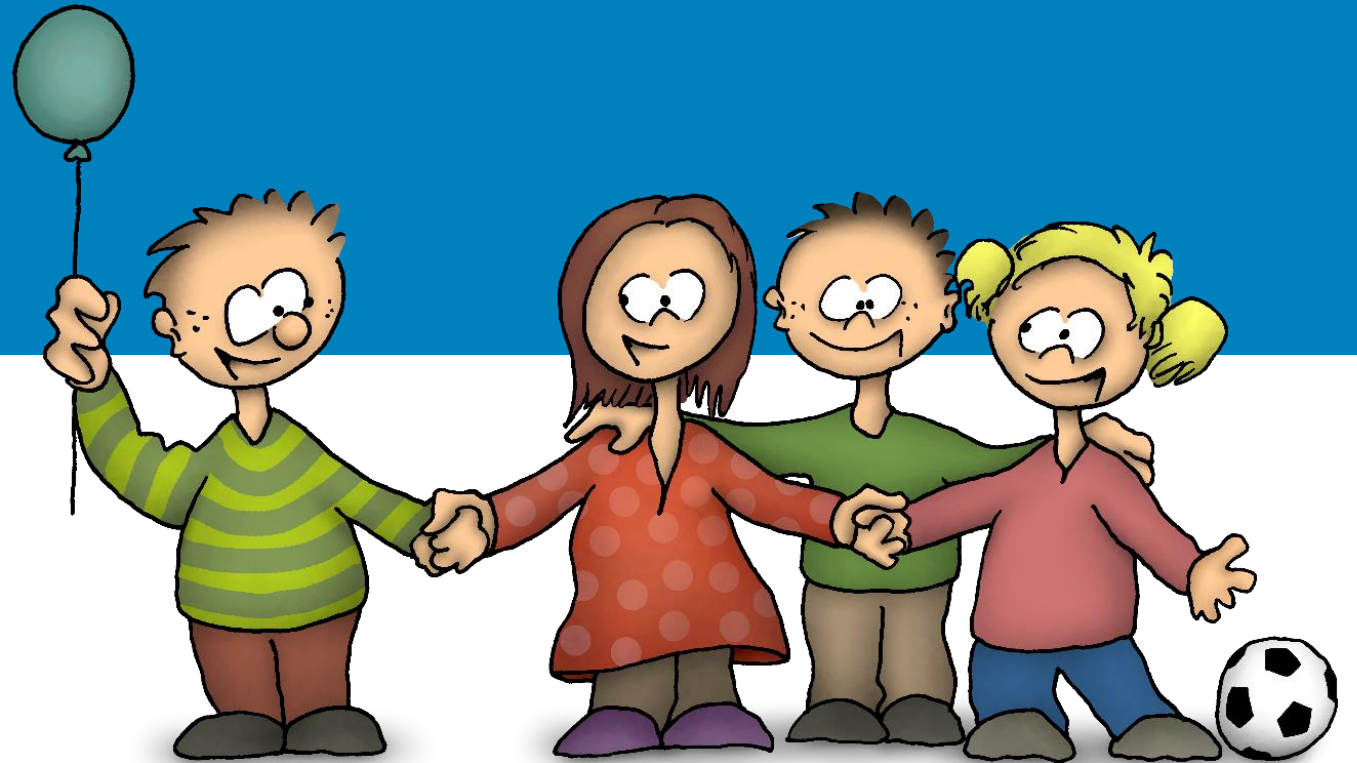
1. Einführung
2. Coronavirus-Pandemie
3. Kriege, Terror und andere Gewalttaten
4. Klimakrise
5. Medienwirkungen
6. Psychische Auswirkungen
7. Psychosoziale (Notfall-) Versorgung
8. Ausblick
9. Zusammenfassung und Abschluss



# 1. Einführung



**Medical School Hamburg**  
University of Applied Sciences  
and Medical University



## Kriege bereiten Jugendlichen die größte Sorge

Kriege, Extremismus, Klimawandel, Migration: Die Sorgenliste der Jugendlichen ist lang. Doch beim Blick in ihre persönliche Zukunft sind sie deutlich optimistischer, zeigt die neue Sinus-Jugendstudie.

10.02.2025, 16.31 Uhr



COPSY-Studie

# Neue Krisen schüren Ängste unter Kindern und Jugendlichen



## Pandemie, Krieg, Klimakrise – Schulpsychologin: Kinder leiden unter Anspannung

**INTERVIEW** INFLATION, KRIEG UND KLIMAKRISE

## Warum Kinder und Jugendliche am meisten unter Krisen leiden – und was ihnen hilft

PSYCHISCHE GESUNDHEIT

## UKE-Studie: Neue Krisen für Kinder psychisch belastend

Schulbildung | Nachrichten & Infos | Praxis | Tagesscheine | Wissen

### Motorische Leistungsfähigkeit: Schüler sind seit Corona weniger ausdauernd

21. März 2025 54

[Teilen](#) [f](#) [x](#) [p](#) [wh](#) [in](#) [m](#) [b](#)

KARLSRUHE. Viel Rumhängen macht schlapp: Die Jahre der Corona-Pandemie haben Folgen für Ausdauer, Kraft und Fitness bei Kindern und Jugendlichen. Das legen vorläufige Berechnungen einer großen Studie nahe.



# Aktuell!

## Bundesschülerkonferenz

### BSK sieht Krise der mentalen Gesundheit an Schulen

Die Bundesschülerkonferenz hat in Berlin einen 10-Punkte-Plan für mehr Resilienz vorgelegt.

31.10.2025



Es müsse mehr für die psychische Gesundheit von Jugendlichen getan werden, verlangen Quentin Gärtner, (links) Generalsekretär der Bundesschülerkonferenz, und der Chef des Instituts der deutschen Wirtschaft, Michael Hüther. (Jörg Ratzsch / dpa)

## Krise der mentalen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen: Lehrerverbände stellen sich geschlossen hinter die Schülerschaft

3. November 2025

0



BERLIN. Deutschlands große Lehrerverbände ziehen an einem Strang – gemeinsam mit der Bundesschülerkonferenz (BSK). Deren Generalsekretär Quentin Gärtner hat den „Notruf einer Generation“ ausgesandt: „Wir befinden uns in einer schweren Krise der psychischen Gesundheit junger Menschen.“ Unterstützt wird er nun von Deutschem Lehrerverband (DL), Verband Bildung und Erziehung (VBE) und der Gewerkschaft Erziehung und Wissenschaft (GEW). Der gemeinsame Tenor: Es braucht endlich mehr Unterstützungspersonal an Schulen – und eine nationale Strategie, um die mentale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zu sichern.



# Stopp! Wichtige Fragestellungen vorweg!

- Ist Kindheit im Augenblick nicht eigentlich sicherer als jemals zuvor?!
- Es gibt doch SO viel Aufmerksamkeit für Kinderschutz und Kindersicherheit!
- Ist es nicht womöglich eine Art „Overprotection“ bzw. eine Überreaktion, wenn man so sehr auf „Krisen“ und potenziell Traumatisches fokussiert?

Hört doch mal auf rum zu heulen. Alter Vadder. Is ja unerträglich.

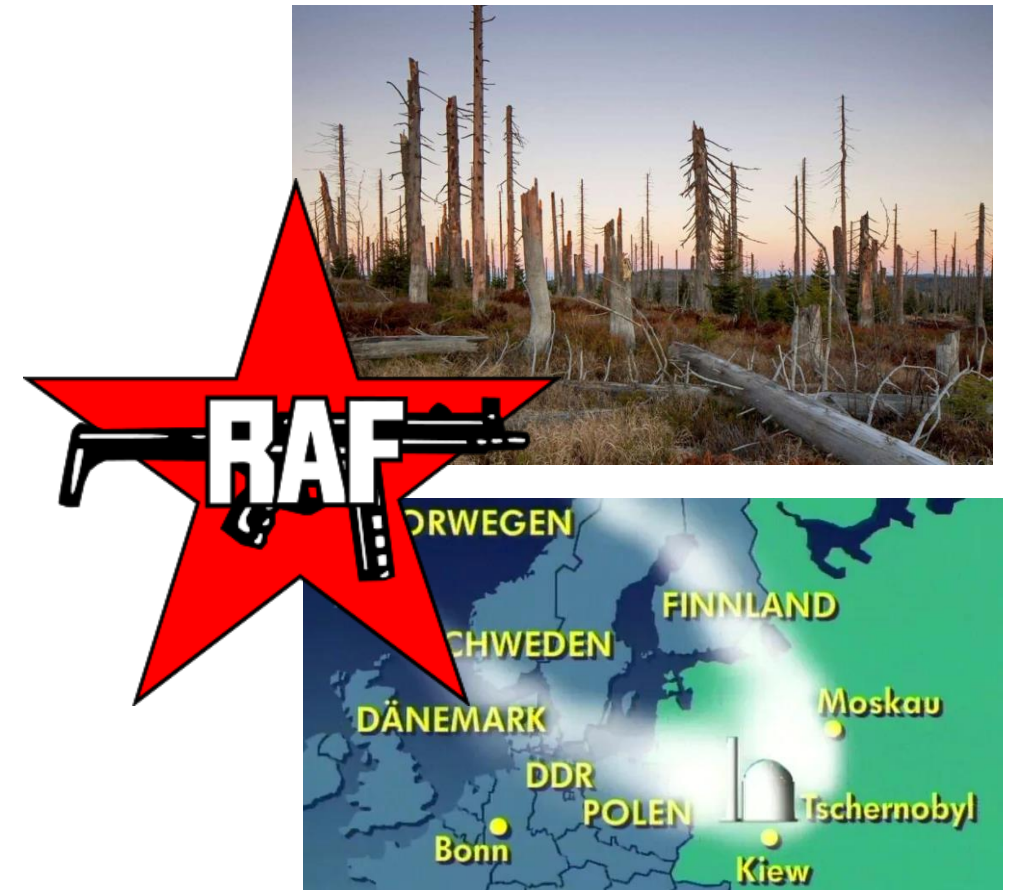
Antworten  29 

Hört endlich auf immer alles auf Corona zu schieben.

Antworten  22 

# Grundsätzlich berechnigte Überlegungen

- Hat nicht **jede Generation** ihre „Krisen“?
- **Eigene (persönliche) Erinnerungen:**
  - Saurer Regen
  - Waldsterben
  - SMOG-Alarm
  - Ozonloch
  - Terror durch die RAF
  - Irak-Krieg
  - Reaktorkatastrophe in Tschernobyl usw.



# Bei der Bewertung der Thematik bitte bedenken!

1. Veränderung der familiären und gesellschaftlichen Rahmenbedingungen
2. Dynamik und Geschwindigkeit des Alltags
3. Globalisierung: Alles betrifft zunehmend alle?
4. Probleme werden immer komplexer – Lösungen (und auch Erklärungen!) werden immer schwieriger
5. Veränderte Medienwirkung (insbesondere soziale Medien)

**Das bedeutet: Veränderte „Ausgangslage“,  
aus der heraus Kinder und Jugendliche heute  
mit Kriegen, Krisen und Katastrophen konfrontiert werden!**



## Außerdem:

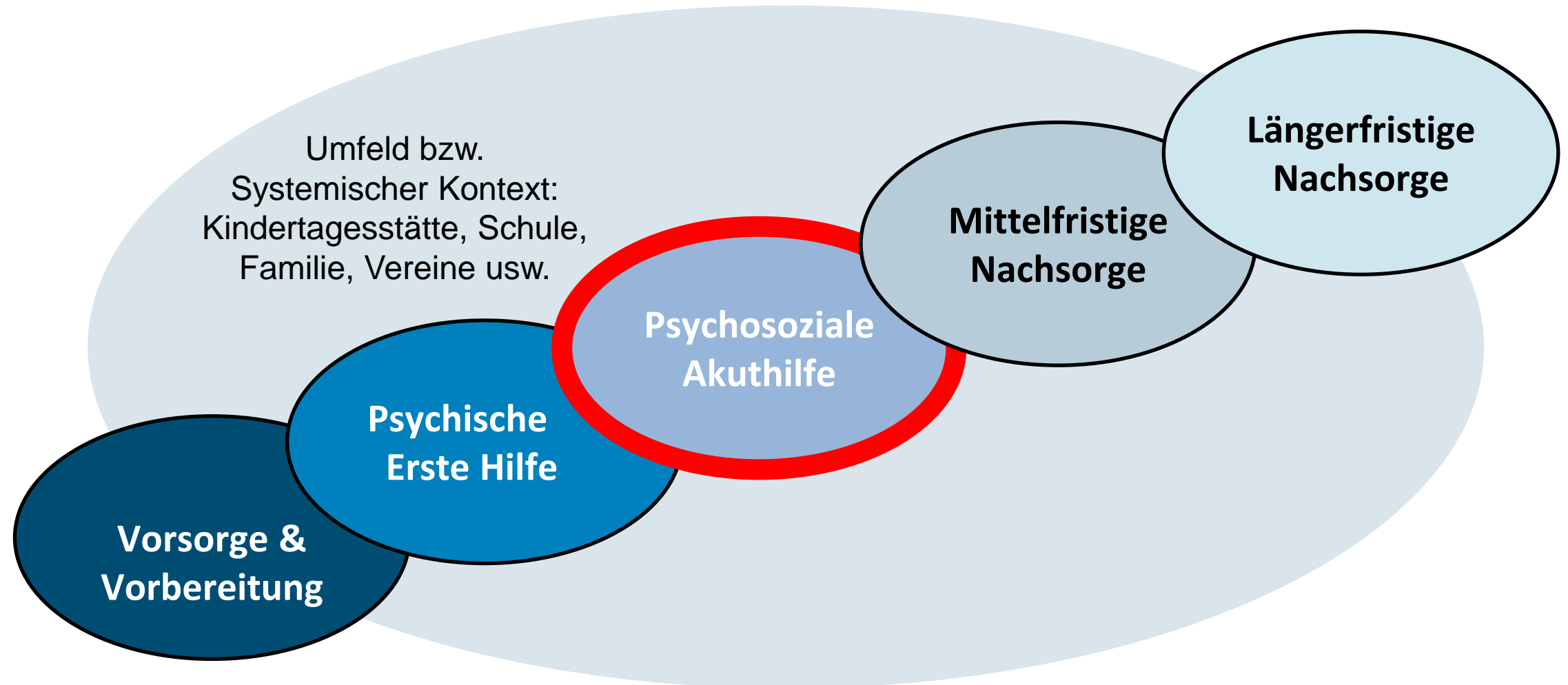
- Viele Initiativen zum Kinderschutz sind kurzfristig angelegte „Projekte“
- Manches (viele?! ) ist „medienwirksam“, aber eben nicht *wirklich* wirksam
- Manches ist „halbherzig“ bzw. nicht zu Ende gedacht (und finanziert)!
- Manches wird als „Erfolg“ gefeiert – es ist aber keiner!
- usw.



# Warum ist dies ALLES für PSNV-Akteure relevant?

- Weil „übergeordnetes“ Krisenerleben ein akutes Notfallenerleben „moderiert“
- Weil die „übergeordnete“ Situation auch zu akuten Notfällen führen bzw. mit solchen Notfällen „in Verbindung stehen“ kann, z. B. einem Suizid - oder einer Gewalttat...!
- Weil auch die Hilfeleistung – gerade bei Kindern – in größeren Zusammenhängen gesehen und gedacht werden muss: „Welchen Effekt erzielen „Insellösungen“?

# PSNV bzw. PSAH im größeren Zusammenhang...



# Warum ist dies ALLES für PSNV-Akteure relevant?

- Weil „übergeordnetes“ Krisenerleben ein akutes Notfallereleben „moderiert“
- Weil die „übergeordnete“ Situation auch zu akuten Notfällen führen bzw. mit solchen Notfällen „in Verbindung stehen“ kann, z. B. einem Suizid - oder einer Gewalttat...!
- Weil auch die Hilfeleistung – gerade bei Kindern – in größeren Zusammenhängen gesehen und gedacht werden muss: „Welchen Effekt erzielen „Insellösungen“?“
- Weil PSNV-Akteure vielleicht auch um Rat zum Umgang mit diesen Themen gebeten werden
- Weil viele PSNV-Akteure nicht zuletzt auch selbst Kinder haben
- Weil die Zeiten auch in Zukunft sicherlich nicht weniger „krisenhaft“ sein werden

# ... weil Kinder mitunter sogar *gezielt* angegriffen werden!

	A	B	C	D	E	F	G	H
1			Betroffene					
2	Datum	Ereignis	Gemeinde	Land	Ereignisort	G	KJ	Erw
3	01.09.2004	Geiselnahme	Beslan	Russland	Schule	614		
4	13.12.2010	Geiselnahme	Besancon	Frankreich	Kindergarten	21	20	1
5	10.11.2014	Bombenanschlag	Damatru	Nigeria	Schule			
6	16.12.2014	Bombenanschlag	Peschawar	Pakistan	Schule			
7	14.04.2014	Entführung	Chibok	Nigeria		276	276	0
8	27.03.2016	Bombenanschlag	Lahore	Pakistan	Spielplatz			
9	14.07.2016	Terrorfahrt	Nizza	Frankreich		400		
10	00.11.2016	Geplantes Attentat	Essen	BRD	Kindergarten	0	0	0
11	22.05.2017	Bombenanschlag	Manchester	GB	Konzerthalle			
12	17.08.2017	Terrorfahrt	Barcelona	Spanien				
13	15.08.2018	Selbstmordattentat	Kabul	Afghanistan	Schule			
14	26.10.2018	Messerangriff	Chonquing	China	Kindergarten			
15	20.12.2018	Bombenanschlag	Hässleholm	Schweden	Beruf	0	0	0
16	07.02.2019	Bombenanschlag	Newcastle	GB	Grund	0	0	0
17	20.03.2019	Geiselnahme und Brandanschlag	Donato Milanese	Italien		51	51	0
18	03.04.2019	Geplantes Attentat	Seine-et-Marne	Frankreich	Kindergarten	0	0	0
19	08.05.2019	Bombendrohung	Mehrere Gemeinden	Belgien	Verschiedene	20000		0
20	17.10.2018	Bombenanschlag und Schusswaffengebrauch	Kertsch	Krim	Beruf			
21	21.04.2019	Selbstmordattentat	Sri Lanka	Sri Lanka	Kirchen und Hotels			
22	29.05.2019	Messerangriff	Kawasaki	Japan	Schulbushaltestelle			
23	04.01.2020	Bombenanschlag	Sourou	Burkina Faso	Schulbus	160		
24								



# Aktuelle Beispiele

Israel

## Getötet zwischen Spielfeld und Schutzraum

28. Juli 2024, 15:54 Uhr | Lesezeit: 5 min | 35 Kommentare

Taylor Swift völlig geschockt  
Auch Neunjährige stirbt bei Messerangriff in England

30.07.2024, 14:04 Uhr

Artikel anhören

Der Tanzkurs richtete sich an Kinder im Alter zwischen sechs und elf Jahren.  
(Foto: picture alliance / empics)

Feuer nach russischem Angriff  
Drohne trifft Kindergarten in Charkiw und tötet einen Menschen

22.10.2025, 13:36 Uhr

Artikel anhören

unicef for every child

What we do Research and reports Stories Who we are Take action

Statement

## UNICEF statement on reported death of children after brutal attack on school in Rakhine State, Myanmar

12 September 2025

**NEW YORK/BANGKOK/YANGON, 12 September 2025** – UNICEF is extremely concerned by reports of an overnight attack on a boarding school in Kyauktaw Township, Rakhine State, Myanmar, that reportedly killed and injured children as they slept.

The attack adds to a pattern of increasingly devastating violence in Rakhine State, with children and families paying the ultimate price. Relentless attacks are sowing terror, uprooting families and deepening their suffering. Children are losing their lives in the way.

Media contacts

Ricardo Pires  
Communication Manager & Deputy Spokesperson  
UNICEF Geneva  
Tel: +41 22 481 6051

## No child should risk death to learn: Attacks on schools surge by 44%

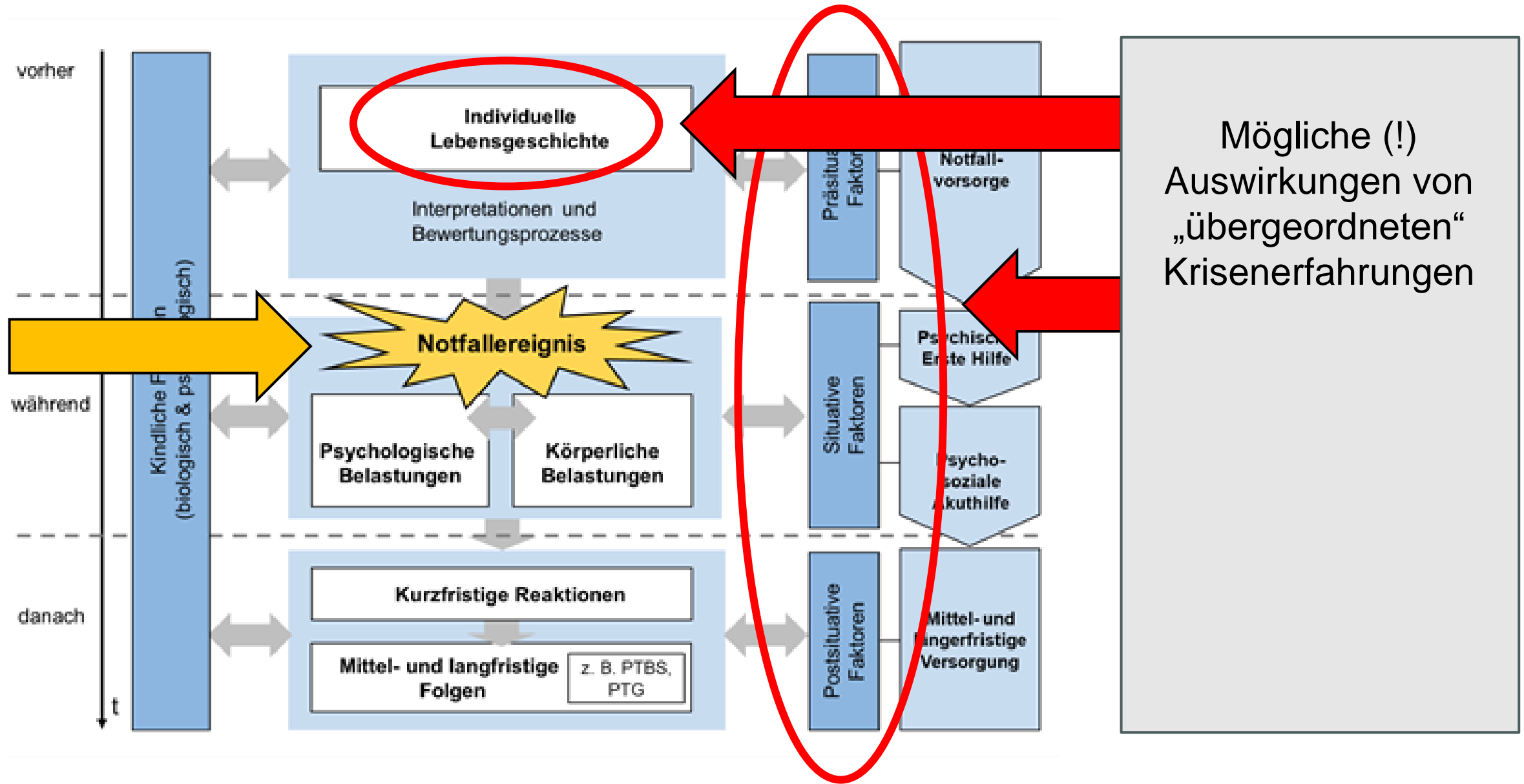
In 2025, six years after the first observance of the International Day to Protect Education from Attack, violence against education continues to escalate. Between 2022 and 2023, there were around 6,000 attacks targeting students, educators, and educational institutions. The use of schools for military purposes rose by 20%, and over 10,000 students were killed, abducted, arrested, or harmed.

Attacks on education in conflict zones have reached alarming levels. Over the past year, there was a **44% increase in attacks on schools**, leading to the death, abduction, and trauma of thousands of students and teachers. These violations threaten not only individual lives but the future of entire communities.

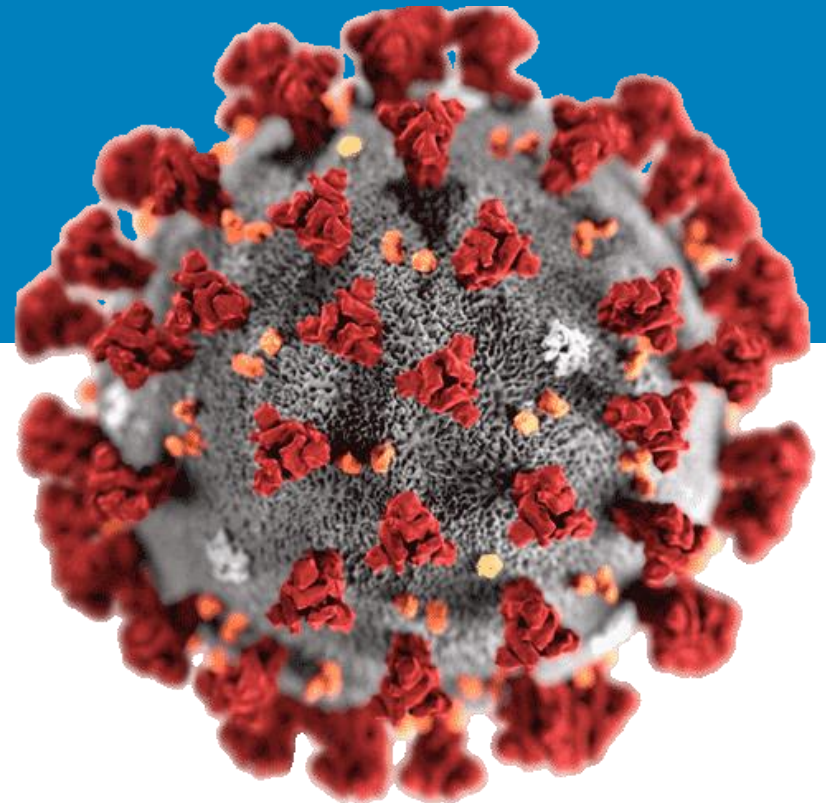
The UN continues to advocate for safe access to education, urging countries to invest in resilient education systems and fully implement the **Safe Schools Declaration**.

To mark the day, UNESCO and partners will host a high-level event in Geneva under the theme “Challenging Narratives, Reshaping Action.”

# Kindliches Erleben von Notfällen (Karutz, Fegert & Blank-Gorki, 2020)



## 2. Coronavirus-Pandemie



**Medical School Hamburg**  
University of Applied Sciences  
and Medical University

# Aspekte des Erlebens (1)

- Angst zu erkranken – und davor, andere anzustecken
- Notwendigkeit, mit vielen Veränderungen umzugehen (Homeschooling ist lediglich *ein* Beispiel!)
- Einschränkung von Freizeitmöglichkeiten und all dessen, was eigentlich einen üblichen Alltag von Kindern ausmacht!
- Fehlende „Abschlüsse“ im Lebensweg („Zeigarnik-Effekt“)
- Unverständnis (!): Warum ist dieses erlaubt, jenes aber nicht?
- Verlust der vertrauten Tagesstruktur, Langeweile
- Kriminalisierungserfahrungen bei Verstößen gegen Schutzvorschriften



## Aspekte des Erlebens (2)

- Reduktion auf bloßes „Schüler- bzw. Prüflingsdasein“
- Betrachtung (und Selbstwahrnehmung) als „krankmachende Virenschleudern“ („Wie gefährlich (!) sind Kinder?“)
- Gefühl, geringgeschätzt und vernachlässigt zu werden
- Gefühl, „einen Teil des Lebens zu verpassen“

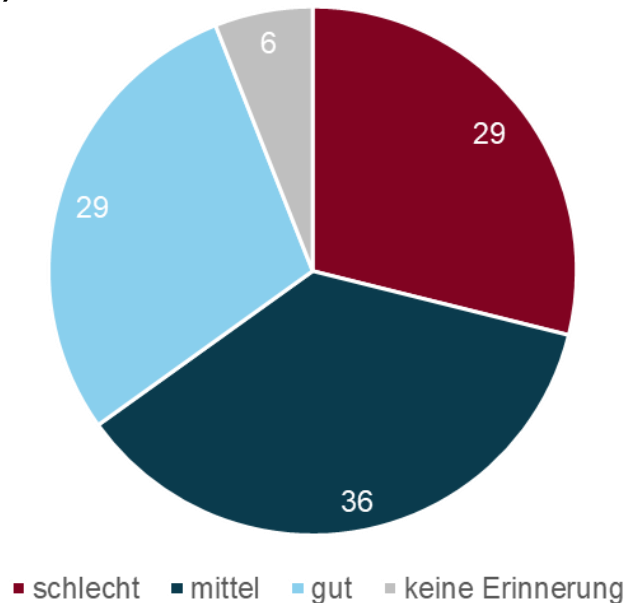
**Wichtig: Aufgrund der kürzeren Lebenszeit hat die Pandemie für Kinder einen ganz anderen „Impact“ als für Erwachsene!**

# Schule und Corona (SchuCo)

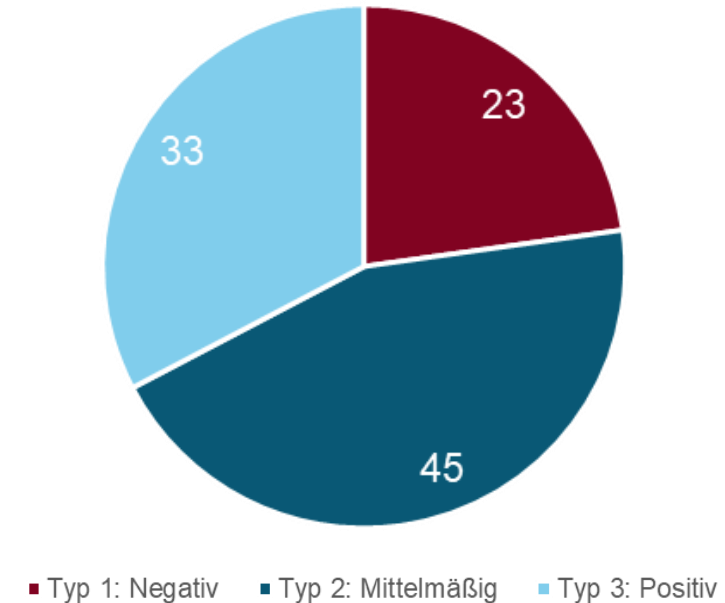
(Nonte, Reintjes, Grommé & Karutz, 2025)

- **N = 915 Schülerinnen und Schüler aus Grund-, Real- und Gesamtschulen sowie Gymnasien in Mülheim an der Ruhr**

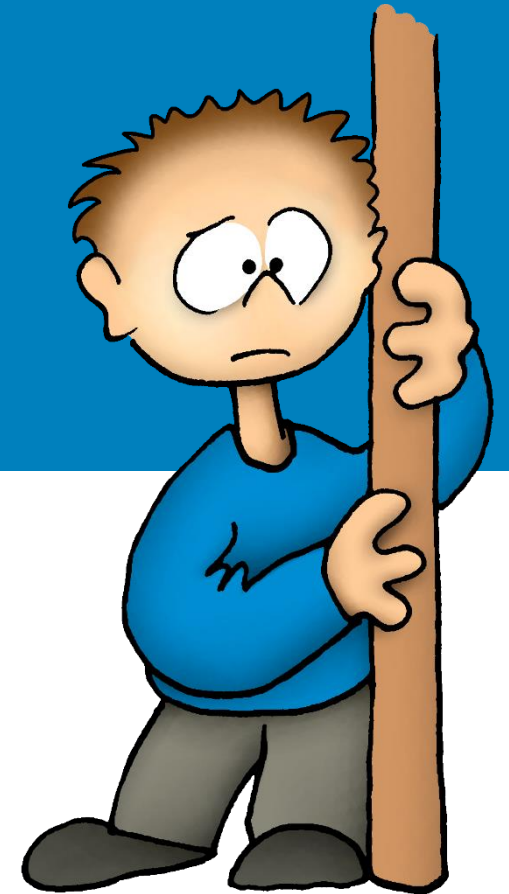
Wie ging es dir damit, dass du wegen Corona nicht in die Schule durftest?  
(N = 894)



Wie ging es dir mit Quarantäne zu Hause? (N = 545)



# 3. Kriege, Terror und andere Gewalttaten



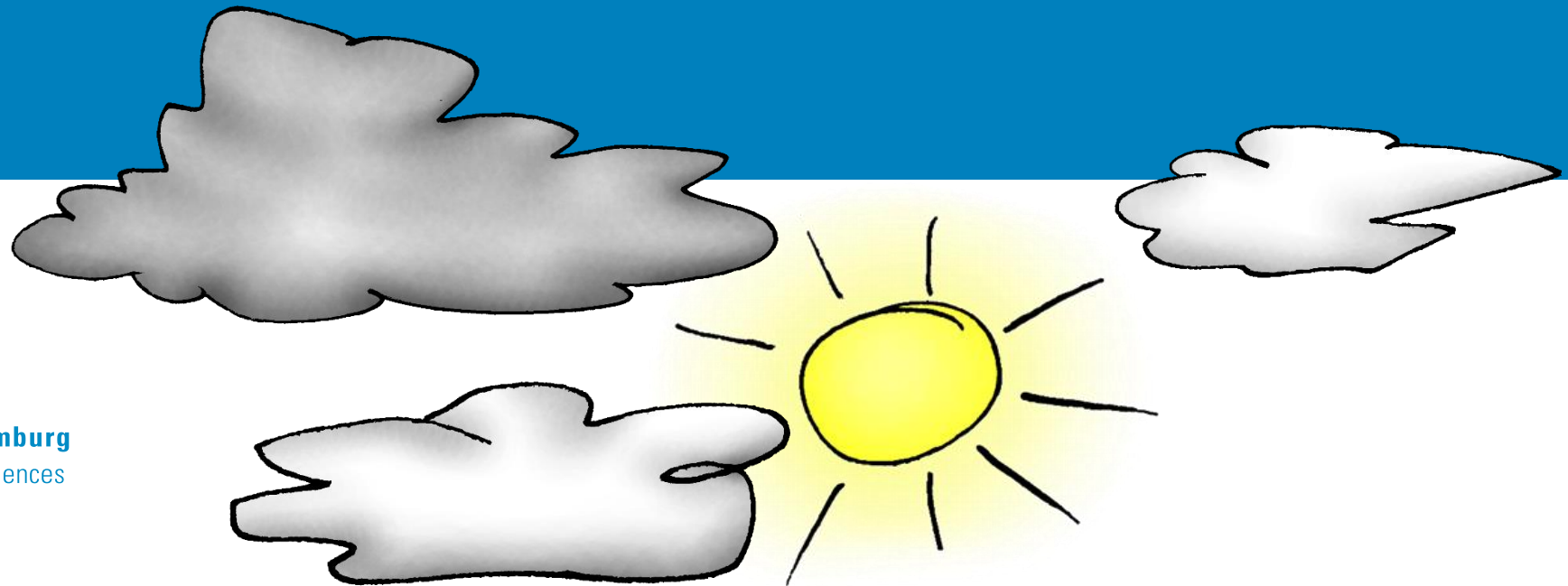
# Aspekte des Erlebens

- Von Menschen verursachtes („man made“) Gewalterleben
- Fehlendes Verständnis („Warum macht der Putin das?“)
- „Verstehenswunsch“ (Suche nach Erklärungen und Zusammenhängen!)
- „Friedenswunsch“ (der nicht ohne Weiteres erfüllbar scheint!)
- Empathie (Verbundenheit mit Betroffenen, v. a. anderen Kindern)
- Überlegungen: „Kommt der Krieg jetzt auch zu uns?“, „Was ist, wenn Putin eine Atombombe wirft?“ (Angabe von 81 %; Liz Mohn Center, 2023)
- Persönliche Bezüge: Kontakt zu Kindern aus Kriegsgebieten, Elternteil ist Soldat usw. (bis 1. Quartal 2025: 223.830 Kinder aus der Ukraine an Schulen in Deutschland!)

# 4. Klimakrise



**Medical School Hamburg**  
University of Applied Sciences  
and Medical University



# Aspekte des Erlebens

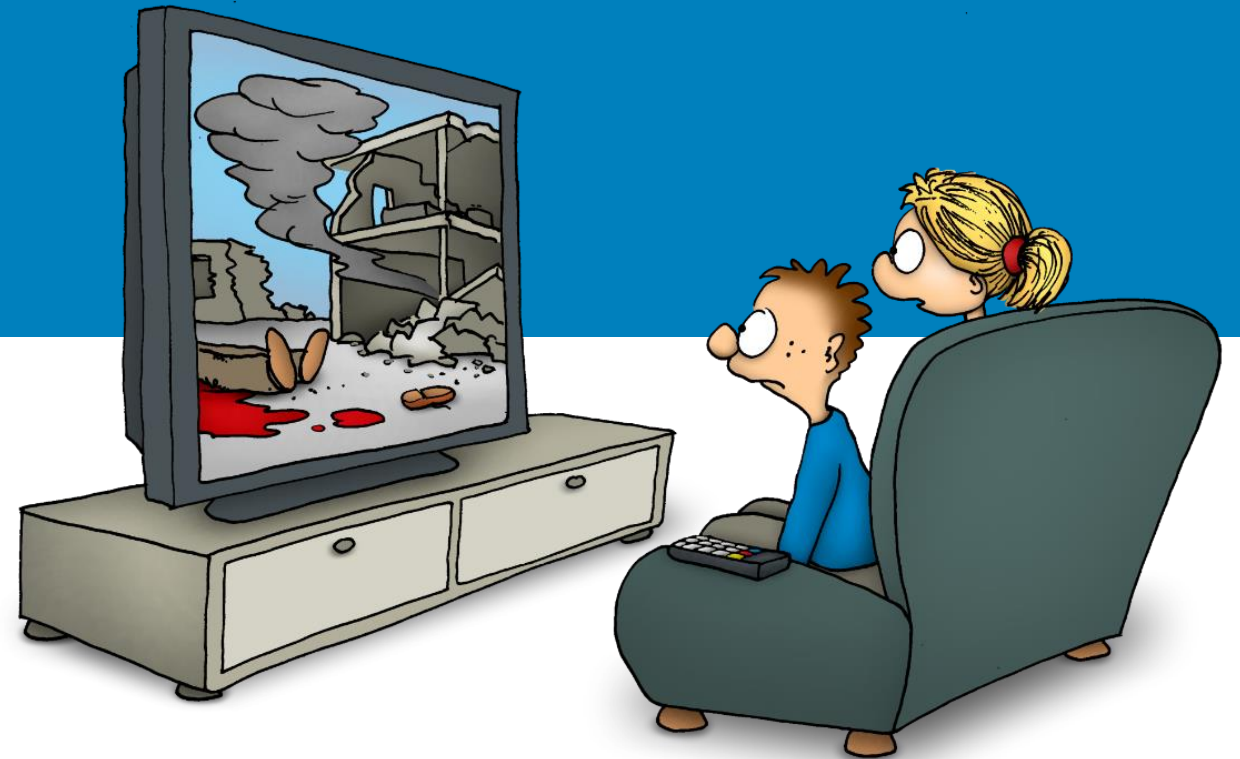
- Tatsächliche Zunahme von Extremwetterereignissen (Hochwasser, Starkregen, Bergrutsche usw.)
- Überlagerung des Alltags (ein warmer Sommertag wird als beunruhigend erlebt?!)
- Moralische Aufladung („Wer hat Schuld?“; „Wer trägt Verantwortung?“)
- Politische Aufladung – Konflikte!
- Zukunftsängste (Trinkwasserversorgung, Lebensqualität, Bedrohungsgefühle)
- Ohnmachtsgefühle
- Fatalistische Resignation (Klimaziele unerreichbar?!)



**Begriff  
„Klimaangst“!**



# 5. Medienwirkungen



**Medical School Hamburg**  
University of Applied Sciences  
and Medical University

# Was ist besonders kritisch? (1)

## Generelles

- Unvorbereitete Konfrontation mit belastenden Bildern
- Nicht verstehbare Gewalt, „Gräueltaten“ (Antonovsky!)
- Häufige Wiederholungen ohne neuen Inhalt („einbrennen“)
- Social Media: Echokammern, Filterblasen & Algorithmen verstärken Negatives

## Speziell in Bezug auf Worte

- Besondere Formulierungen (Katastrophisierungen: „Blutbad“, „Jahrhundertereignis“, „Klimakatastrophe“ usw.)
- Unverständliches (Fachbegriffe: „Defensivwaffen“)
- Orakeln, Bedrohliches („Wer weiß, was da noch alles kommt!“ „... und das ist ja erst der Anfang...!“)

# Was ist besonders kritisch? (2)

## Speziell in Bezug auf Bilder und Filme

- Generell: Bilder von Zerstörungen, Verletzungen (Blut!), Verstümmelungen, Leichen – aber auch von Ohnmacht und Hilflosigkeit
- Details, insbesondere: Betroffene (weinende, leidende Gesichter in Großaufnahme!
- Ratlose, verzweifelte Erwachsene
- Bilder von anderen Kindern (Blutverschmierte Kinderzimmer: Nähe zu sich selbst!)

**Besonderes Problem in den sozialen Medien:  
„Echokammern“ und „Filterblasen“!**

# 6. Psychische Auswirkungen (?)



**Medical School Hamburg**  
University of Applied Sciences  
and Medical University



# Hinweise zur folgenden Darstellung!

- Cave: Durchweg exemplarische und stark vereinfachende Darstellung – jede einzelne Studie müsste differenzierter betrachtet werden!
- Teilweise kann man auch die gewählte Methodik in Frage stellen, z. B.
  - Selbsteinschätzungen?
  - Einschätzungen von Bezugspersonen?
  - Operationalisierungen von Begriffen bzw. Begriffsverständnisse?
- Kausalzusammenhänge (!) lassen sich kaum belegen, aber „annehmen“ – zugleich sind durchaus auch ganz andere ursächliche Zusammenhänge denkbar, beispielsweise Medieneinflüsse, gesellschaftliche Entwicklungen usw.
- Teilweise (aber nur teilweise!) können Angaben evtl. auch mit gesteigerter Sensibilität und Aufmerksamkeit für Psychosoziales erklärt werden

# Belastungsfolgen durch „übergeordnete“ Krisen (1)

## Wichtig zu wissen:

- Weltbild, Grundüberzeugungen und mentale Modelle entstehen in der Kindheit. Möglich (!) beispielsweise:
  - „Die Welt ist gefährlich“, „Die Welt ist bedroht“
  - „Menschen sind grausam“, „Menschen sind böse“
  - „Bestimmt passiert bald etwas Schlimmes“
  - „Es lohnt sich sowieso nicht“
  - „Ich kann ja ohnehin nichts ändern“

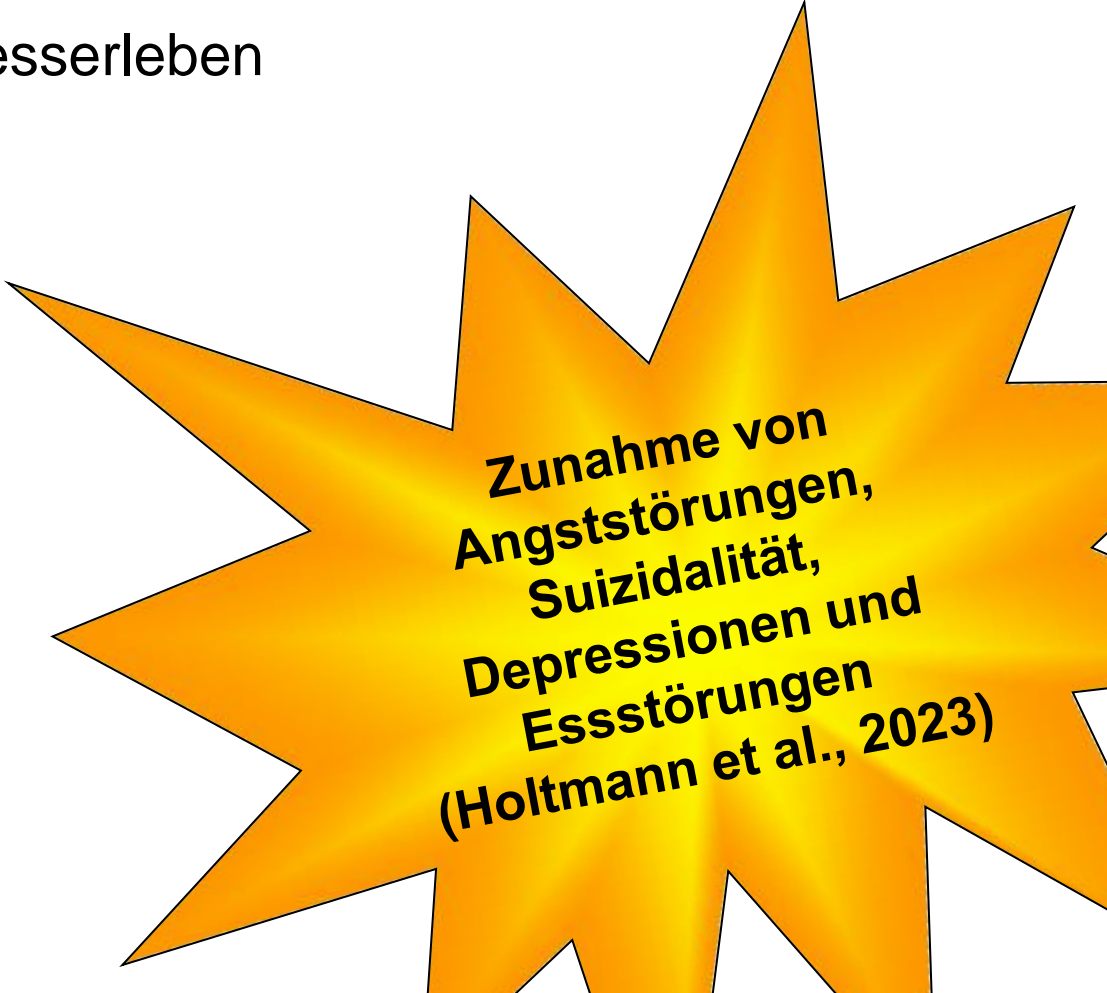




# Belastungsfolgen durch „übergeordnete“ Krisen (2)

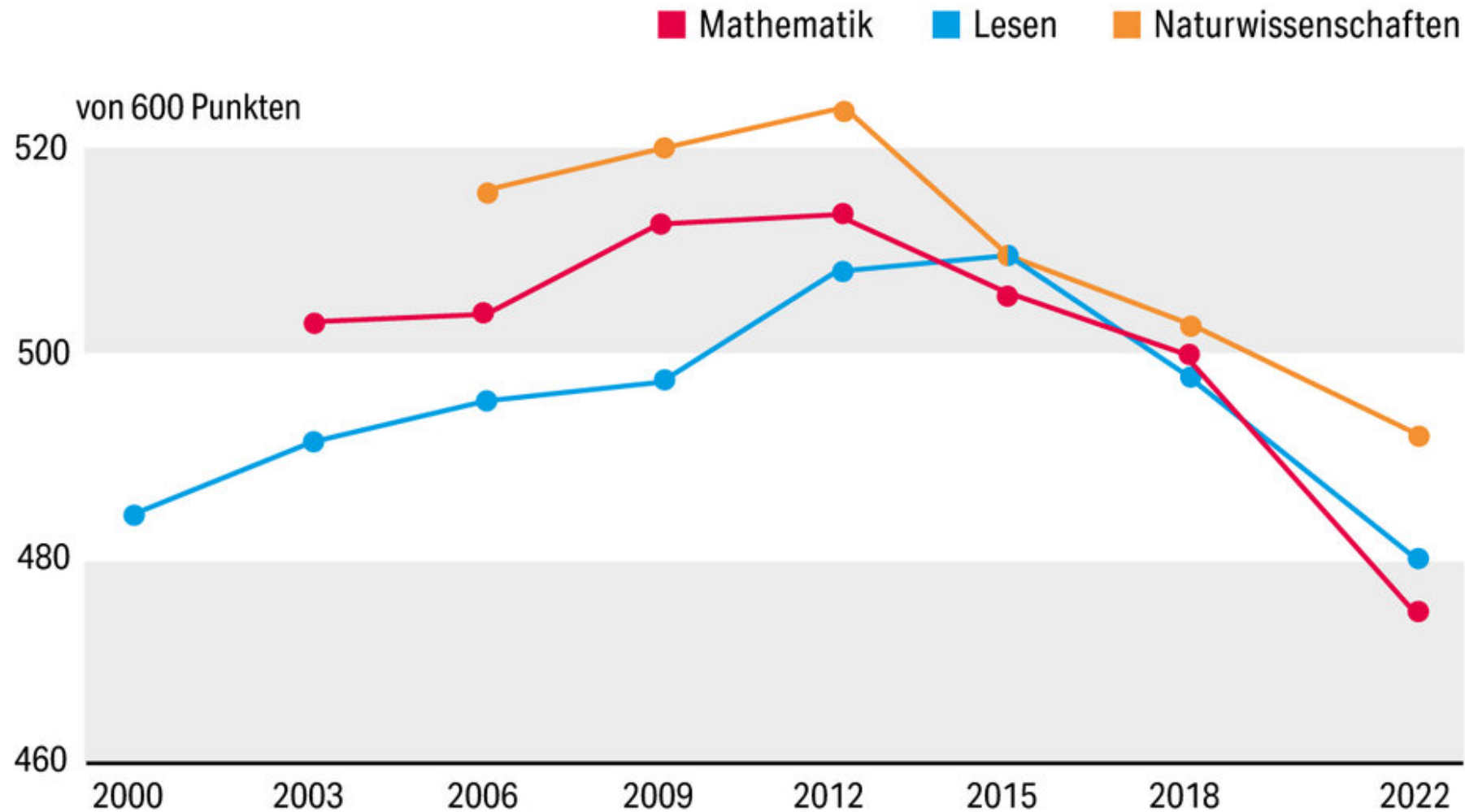
## Allgemein, generell:

- Ressourcen bindendes, Kräfte zehrendes Stresserleben
- Verunsicherung
- Konzentrationsstörungen
- Gereiztheit, Aggression
- Geringere Belastbarkeit für „daily hassles“
- Psychosomatik: Kopf- und Bauchschmerzen
- Bildungsdefizite



**Zunahme von  
Angststörungen,  
Suizidalität,  
Depressionen und  
Essstörungen  
(Holtmann et al., 2023)**

# Leistungstrend der deutschen Schüler\*innen bei PISA-Studien



Quelle: OECD, PISA 2022 Database

# IQB-Bildungstrend 2024

(Institut für Qualitätsentwicklung im Bildungswesen, 2025)

- **N = 48.000 Schülerinnen und Schüler der 9. Jahrgangsstufe aus allen 16 Bundesländern**
- 34 % verfehlen die Mindeststandards für den mittleren Schulabschluss in Mathematik (Anstieg um 10 % im Vergleich zu 2018)
- 9 % verfehlt die Mindeststandards für den ersten Schulabschluss in Mathematik
- Von denen, die den mittleren Schulabschluss anstreben, erreichen 25 % die Mindestanforderungen in Chemie, 16 % in Physik und 10 % in Biologie nicht.



Petra Stanat, Stefan Schipolowski, Sarah Gentrup,  
Karoline A. Sachse, Sebastian Weirich, Sofie Henschel (Hrsg.)

## **IQB-Bildungstrend 2024**

Mathematische und naturwissenschaftliche  
Kompetenzen am Ende der 9. Jahrgangsstufe  
im dritten Ländervergleich

**WAXMANN**

# Studien zu Medienkonsum und Bewegungsmangel

## Mediennutzung

- Durchschnittliche Mediennutzung 5,2 Stunden pro Tag (Wößmann et al., 2020)
- Gerechnet wird mit 700.000 Kindern, bei denen von einem riskanten bzw. Pathologischen Mediennutzungsverhalten (Gaming, Social Media) auszugehen ist (Forsa Politik und Sozialforschung, 2020)

## Bewegungsmangel

- Im 2. Lockdown 63 Min. statt 189 Min. pro Tag
- Gerechnet wird mit 500.000 übergewichtigen Kindern zusätzlich, von denen etwa 70 % auch als Erwachsene übergewichtig bleiben werden (Wunsch et al., 2021)

# Studien zur Kinder- und Jugenddelinquenz

(Özsöz & Meyer, 2025; Kroneberg et al., 2025)



Als mögliche Ursachen für den Anstieg von Gewalttaten bei jungen Menschen hat Clemens Kroneberg sechs Faktoren identifiziert: schulische und familiäre Erfahrung, psychische Belastung, niedrige Selbstkontrolle, Normbindung und Sanktionserwartungen.

Insbesondere bei der schulischen und familiären Erfahrung sowie der psychischen Belastung spiele die Corona-Pandemie eine große Rolle. So hätten Kinder, die nur über Bildschirme mit anderen interagierten, soziales Verhalten in großen Gruppen nicht erlernen können. Daraus folge auch, dass Kinder heute insgesamt impulsiver seien als noch vor zehn Jahren. „Die Zündschnur ist kürzer geworden“, sagte Reul.

Eine monokausale Erklärung von Delinquenz ist nicht möglich. Vielmehr resultiert sie aus einem Zusammenspiel verschiedener Faktoren, die sich häufig wechselseitig beeinflussen. Die Hypothesen vereinfachen das komplexe Ursachengefüge von Delinquenz entsprechend.

Der Einfluss der Pandemie sollte Prätor und Baier (2024, S. 112) zufolge jedoch nicht überschätzt werden: „Die negativen Trends waren bereits Jahre vor der Pandemie sichtbar; und auch in der Schweiz, in der deutlich weniger rigide Maßnahmen umgesetzt wurden, ergeben sich Anstiege der Jugendkriminalität. Die Erklärungsfigur ‚Die Pandemie ist schuld‘ beinhaltet die Gefahr, dass die Ursachensuche zu früh abgebrochen wird“.



# Health-Behaviour in School-Aged Children (HBSC)

- **N = 3801, Brandenburger Jugendliche der Jahrgangsstufen 5, 7 und 9**
- **Vergleich einer Erhebung von 2018 mit einer Erhebung von 2023**
- Rauchen: Zunahme von 8 auf 12 %
- Alkoholrausch in den letzten 30 Tagen: Zunahme von 7 auf 13 %
- Cannabiskonsum: Zunahme von 2 auf 4 %
- Erfahrungen von Mobbing: Zunahme von 9 auf 13 %
- Erfahrungen von Cybermobbing : Zunahme von 2 auf 7 %
- Psychosomatische Beschwerden: Zunahme von 31 auf 42 %
- Suchtähnlicher Medienkonsum: Zunahme von 6 auf 10 %

# **Corona und Psyche (COPSY)** (Ravens-Sieberer et al., 2022)

- **N = 1.000 Kinder und Jugendliche im Alter von 11 bis 17 sowie 1.500 Eltern von 7- bis 17-Jährigen Kindern**
- **Insgesamt 6 Erhebungen, nachfolgend Zahlen aus der 5. Folgerhebung**
- 23 % der Befragten mit psychischen Auffälligkeiten
- 27 % der Befragten geben ein vermindertes Wohlbefinden im Vergleich zur Zeit vor der Pandemie an (in der 1. Erhebung waren dies 71 %, in der zweiten Erhebung sogar 82 %)
- 32 bis 44 % der Befragten geben Ängste und Sorgen bezüglich der aktuellen Krisen an

# Barmer-Jugendstudie (Sinus-Institut, 2023)

- **N = 2001, Jugendliche im Alter von 14 bis 17**
- 26 % zeichnen einer eher negatives Bild der eigenen Zukunft (Angabe „eher“ oder „sehr pessimistisch“)
- Bezogen auf die Zukunft Deutschlands sind nur 4 % uneingeschränkt optimistisch
- Mehr als die Hälfte der Befragten blickt pessimistisch in die Zukunft
- Zukunft der gesamten Welt wird von 12 % „sehr pessimistisch“ gesehen, von 54 % „eher pessimistisch“

# Trendstudie Jugend in Deutschland (Schnetzer et al., 2023)

- **N = 1012, im Alter von 14 bis 29 Jahren**
- 63 % Sorge vor der Inflation
- 59 % Sorge vor Krieg in Europa
- 53 % Sorge vor dem Klimawandel
- 45 % Sorge wegen der wirtschaftlichen Situation
- Auch: Sorge vor Spaltung der Gesellschaft, Zusammenbruch des Rentensystems

# Mental Health-Bericht 2025 (YEP, 2025)

- **N = 5107, im Alter von 14 bis 25 Jahren (Deutschland und Österreich)**
- Nur 7 % sind glücklich und zufrieden
- 63 % geht es nicht gut – 20 % sagen: „Mir geht es wirklich schlecht“
- Mädchen belasteter als Jungen, genderqueere Jugendliche besonders stark
- 89 % fühlen sich häufig machtlos und erleben regelmäßig Ohnmachtsgefühle
- 28 % wissen nicht, an wen sie sich wenden sollten, wenn es ihnen nicht gut geht
- 97 % sehen bei der Inanspruchnahme von Hilfen größere Hürden (Wartezeiten, Unverständnis der Eltern, Tabuthema)



# Weitere relevante Studien



# Zusammenfassung



Je nach Studie bzw. Methode und Item können bzw. sollten (!)  
1/4 bis 1/3 der Kinder in Deutschland  
aktuell als „belastet“ betrachtet werden!

# Welche Kinder sind besonders gefährdet bzw. geschützt?

(Bengel et al., 2009; Ravens-Sieberer et al., 2022; Funcke & Menne, 2023; BMFSFS, 2020)

Protektive Faktoren	Risikofaktoren
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Stabile soziale Bindungen, Anwesenheit bzw. Verfügbarkeit mindestens einer stabilen Bezugsperson</li> <li>➤ Positives Familienklima</li> <li>➤ Funktionale Copingstrategien</li> <li>➤ Resiliente Persönlichkeit</li> <li>➤ Kindliches Wissen, Verständnis und „differenzierte Reflexionsfähigkeit“ (Bildung!)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Weibliches Geschlecht</li> <li>➤ Instabile soziale Bindungen</li> <li>➤ Dysfunktionale Copingstrategien</li> <li>➤ Vorbelastungen / frühere (nicht gut bewältigte!) Verlust- bzw. traumatische Erfahrungen</li> <li>➤ Ungünstige Elternreaktionen</li> <li>➤ Kinder von Alleinerziehenden</li> <li>➤ Niedrige sozioökonomische Schicht</li> <li>➤ Migrationshintergrund, Sprachbarrieren</li> <li>➤ Niedriger Bildungsstand</li> </ul>

# Relevanz für die alltägliche PSNV?

- Ältere Kinder können auf einem Entwicklungsstand sein, den sie eigentlich überwunden haben sollten
- Kinder, die sonst mit einem Notfallereignis zurecht gekommen wären, schaffen dies jetzt möglicherweise nicht (mehr)
- Vermeintlich „kleinere“ Notfallereignisse können bereits an Belastbarkeitsgrenzen bringen und massiv überfordern
- (Noch) höhere Vulnerabilität von Kindern
- (Noch) höhere Aufmerksamkeit und Achtsamkeit ist erforderlich!

# Gibt es auch positive Aspekte?

- Entlastung (!) einzelner durch „Entschleunigung“ des familiären Alltags und Wegfall zahlreicher „Verpflichtungen“
- Durch die Coronavirus-Pandemie: *Mehr* Zeit mit und Nähe zu Bezugspersonen?
- Bei einigen: Auch Vorteile (!) durch Homeschooling
- Reifung, Wachstum, besondere Lernerfahrungen, mehr „Tiefe“ und Ernsthaftigkeit in Gesprächen (Angabe von 72 %; Wenter et al., 2022)
- Auch: Verstärktes Engagement (Frust und Sorgen setzen Kräfte frei?!)



# Gibt es auch positive Aspekte?

„Wir wollen unsere Schüler stark machen“

## Erste deutsche Schule führt Fach Zivilschutz ein



Die Gemeinschaftsschule Bruchwiese in Saarbrücken hat bereits Schülersanitäter, jetzt kommt noch ein neues Fach hinzu

## Mehr Kinder und Jugendliche engagieren sich bei der Freiwilligen Feuerwehr

Foto: imago images/Funke Foto Service/  
Stefan Arend, Symbolbild

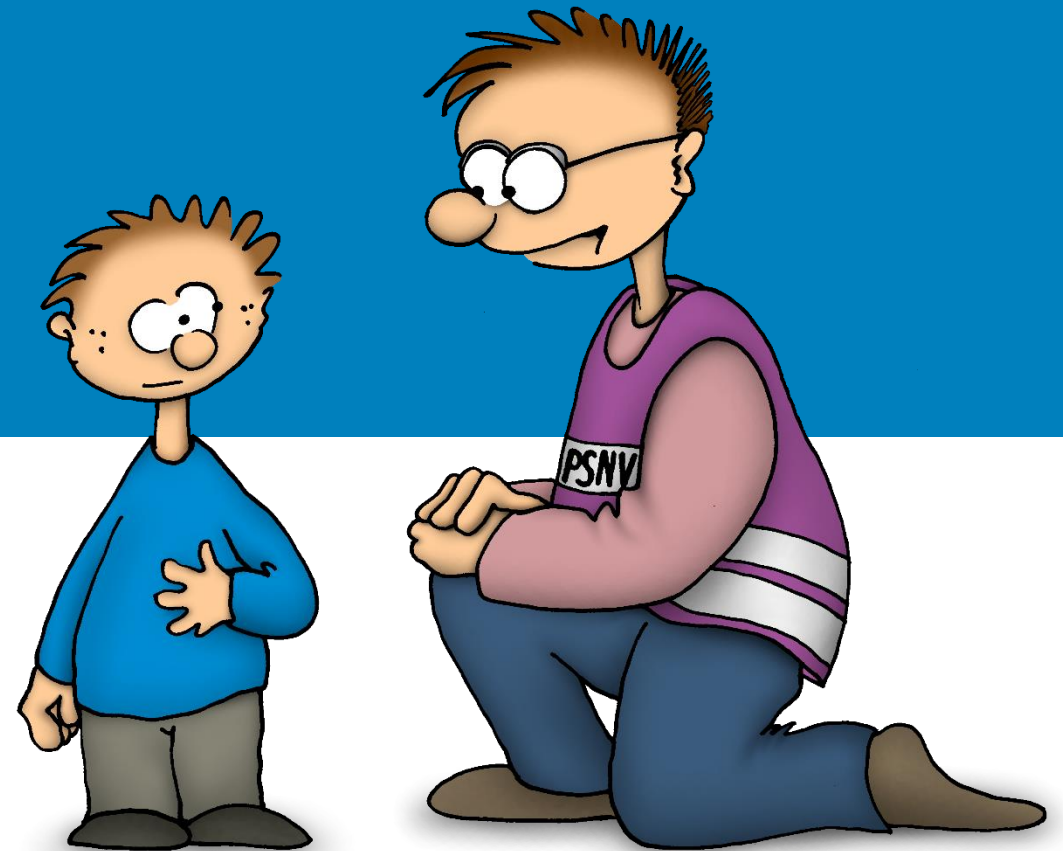


Die Zahl der Kinder und Jugendlichen, die sich bei einer Freiwilligen Feuerwehr engagieren, ist gestiegen, wie die Deutsche Jugendfeuerwehr im Deutschen Feuerwehrverband mitteilt. Im Vergleich zum Vorjahr betrug der Anstieg 4,3 Prozent.

Quelle: Deutsche Jugendfeuerwehr

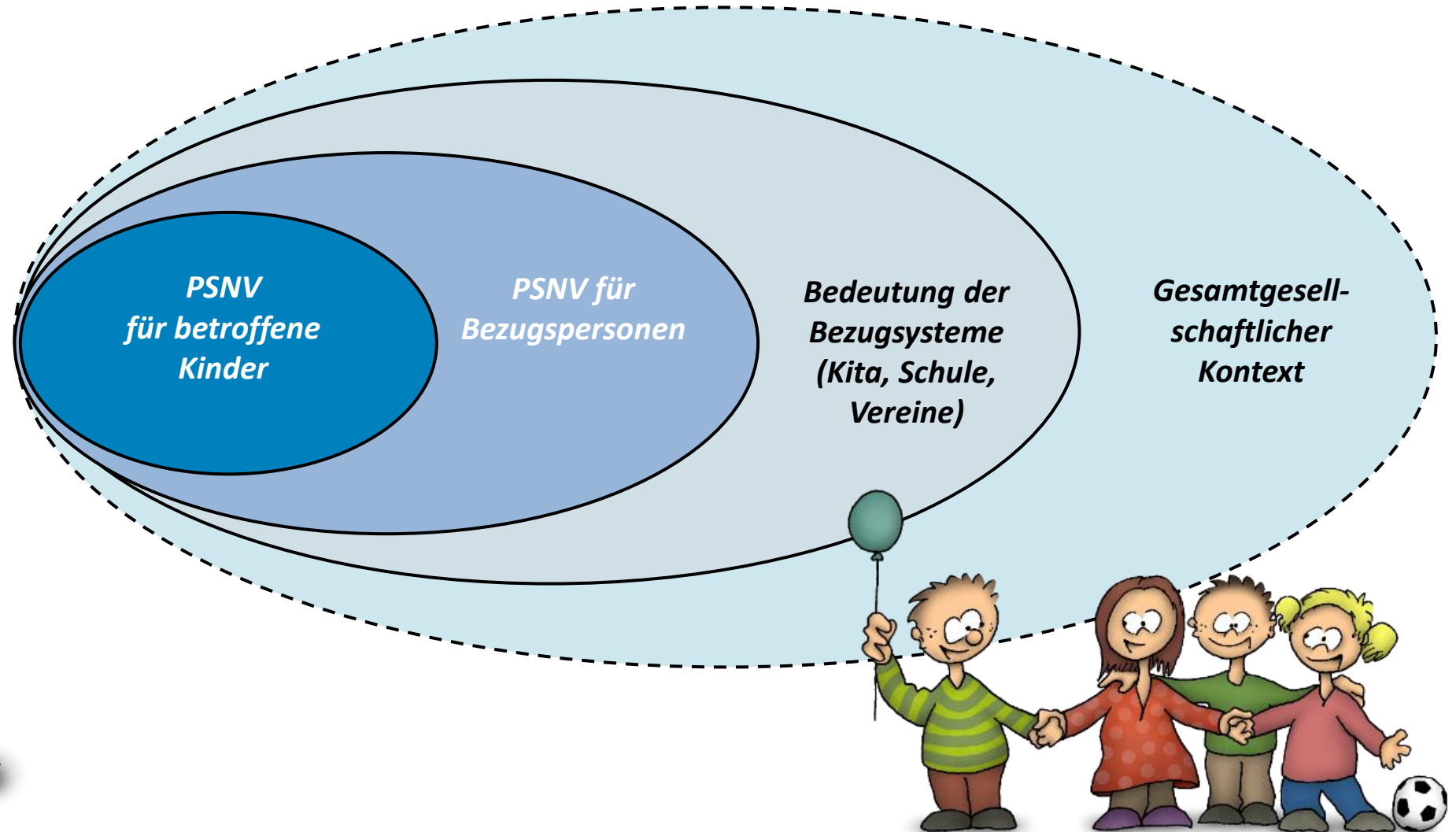
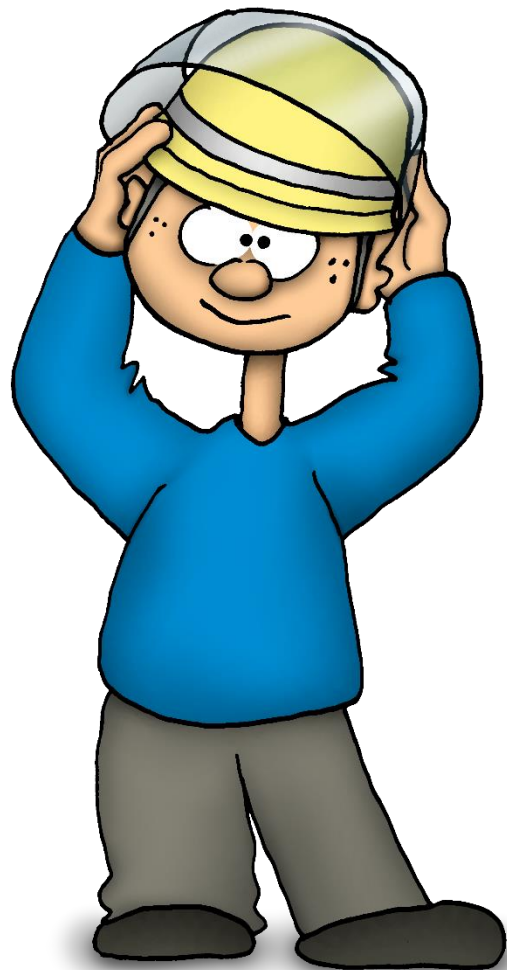


# 7. Hilfen!



**Medical School Hamburg**  
University of Applied Sciences  
and Medical University

# Generell: In größeren Zusammenhängen denken!

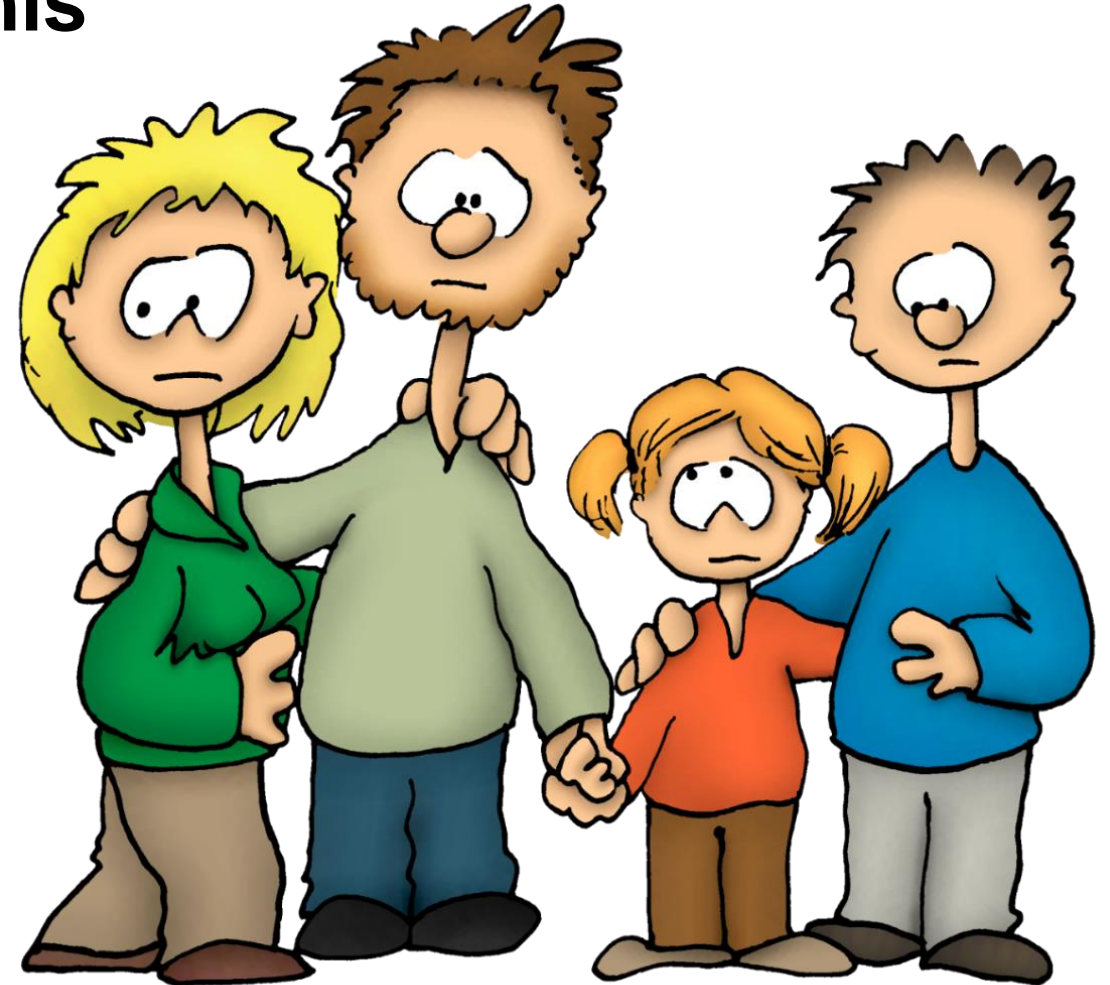


# Didaktisches Gesamtkonzept (Karutz, 2024)





# Psychosoziale Notfallversorgung von Kindern und Jugendlichen: *Systemisches (!) Hilfeverständnis*



# Merkfiguren (Karutz, 2021)



Individuelle  
Bedarfs- und  
Bedürfnis-  
analyse



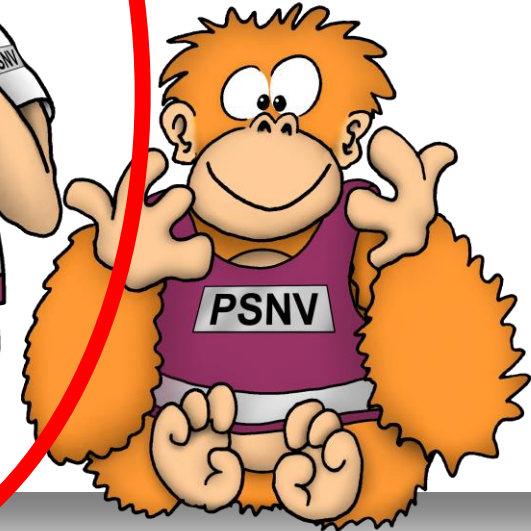
Vermittlung  
von  
Informationen  
und Psycho-  
edukation



Stärkung  
der  
Selbst-  
wirksamkeit



Nähe zu  
und  
Stabilisierung  
von Bezugs-  
personen



Vermittlung  
von Schutz  
und Sicherheit



# Nähe zu und Stabilisierung von Bezugspersonen

Merke: Wer selbst nicht stabil ist, kann kaum stabilisieren!





# Hintergrund: Studien zur Situation von Eltern

- Rund 20 % der Eltern geben an, keine ausreichende Zeit zu haben, um ihren Kindern ihre Aufmerksamkeit zu widmen (AOK, 2022)
- Zeit für gemeinsame Zeit nimmt (gefühlte und tatsächliche) ab (AOK, 2022)
- Schwierige Vereinbarkeit von Familie und Beruf – bei gleichzeitigem „Erfolgsdruck“ in beiden Bereichen (Schneider, 2023)
- Jede fünfte Familie kann als „psychosozial hoch belastet“ betrachtet werden (NZFH & DJI, 2023)

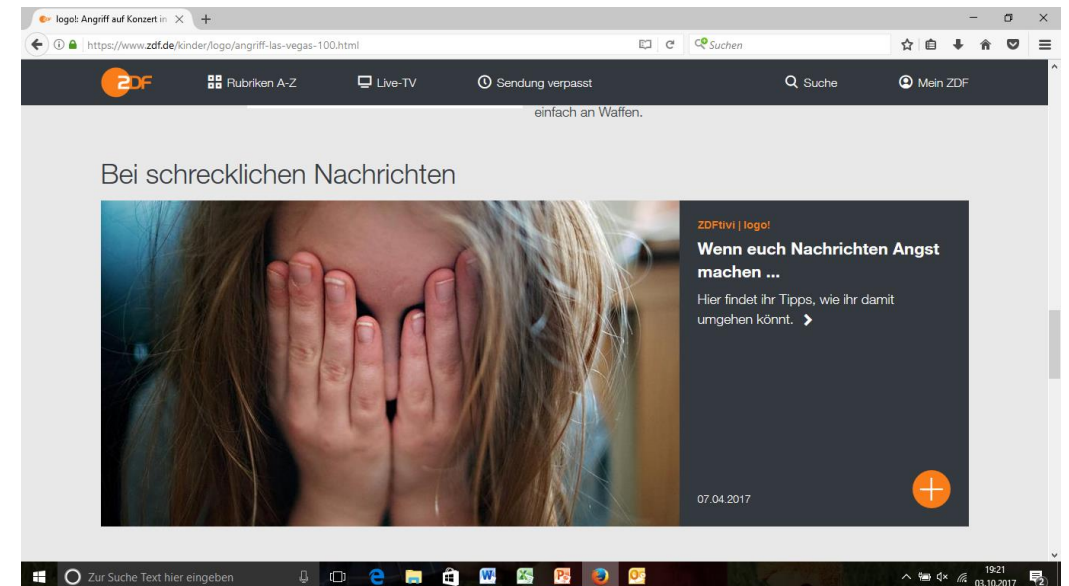
**Deshalb – auch in der PSNV – besonders wichtig:  
Unterstützung von Eltern, v. a. von Alleinerziehenden!**

# Merkfiguren (Karutz, 2021)



# Spezifische Informationen und Hilfehinweise

- <https://www.bundesumweltministerium.de/kids/start>
- <https://www.hanisauland.de/wissen/spezial/politik/klimaschutz>
- <https://www.kindersache.de/>
- [www.logo.de](http://www.logo.de)



# Spezifische Informationen und Hilfehinweise

Wie soll man mit Kindern über eine schwere Gewalttat sprechen?

## Informationen für Eltern

Schwere Gewalttaten wie Anschläge und Terrorakte machen fassungslos und betroffen. Eltern stehen deshalb vor einer schwierigen Herausforderung: Wie sollen sie mit ihren Kindern über das Geschehene sprechen? Wie soll auf Fragen geantwortet werden? Und wie geht man mit Reaktionen von Kindern angemessen um? Zu diesen Fragen gibt dieses Merkblatt einige Informationen.



### Ängste und Sorgen ernst nehmen

Machen Sie sich bewusst, dass viele Kinder auch in den vergangenen Jahren bereits mit einigen schwierigen Situationen konfrontiert worden sind: Die Coronavirus-Pandemie sowie Medienberichte über Kriege, Terrorakte und Naturkatastrophen können ohnehin schon einige Spuren hinterlassen haben. Umso wichtiger ist es jetzt, dass Kinder besondere Aufmerksamkeit erfahren und man sich angemessen um sie kümmert.

### Sachlich informieren

Generell gilt: Die Wahrheit wird nicht dadurch besser, dass man sie verschweigt! Auf den unterschiedlichsten Wegen werden Kinder früher oder später sowieso erfahren, was passiert ist. Vielleicht bekommen sie auch nur Gerüchte, „bruchstückhafte“ Informationen oder Meldungen aus fragwürdigen Quellen mit. Und manchmal können auch Postings in den Sozialen Medien problematisch sein.

- Vor diesem Hintergrund sollten Kinder – etwa ab dem Grundschulalter – durchaus darüber informiert werden, was passiert ist. Versuchen Sie dabei auch nicht, das Geschehene „klein zu reden“ oder „herunterzuspielen“, um Ihre Kinder vermeintlich zu schützen: Was passiert ist, ist passiert.
- Äußern Sie aber nichts, was zusätzliche Ängste auslösen könnte. Spekulationen zu etwaigen Befürchtungen oder besonders grausame Einzelheiten zum Verlauf eines Tatgeschehens sollten z.B. nicht angesprochen werden.

### Sicherheit vermitteln

Von einer schweren Gewalttat zu erfahren, kann für eine starke Verunsicherung sorgen und viele Ängste verursachen. Deshalb ist es wichtig, das Sicherheitsgefühl von Kindern zu stärken – vor allem durch Nähe, Aufmerksamkeit und Verlässlichkeit.

- Absprachen und Zusagen sollten sehr sorgfältig eingehalten werden.
- Alltagsroutinen, gemeinsame Aktivitäten und immer gleiche Rituale, z. B. zum Einschlafen, vermitteln ebenfalls Halt und Geborgenheit.
- Betonen Sie, dass schwere Gewalttaten insgesamt sehr, sehr selten sind.
- Begrenzen Sie den Medienkonsum; schützen Sie Ihre Kinder vor einer zu intensiven, sich ständig wiederholenden oder sehr detaillierten Berichterstattung. Empfehlenswert sind spezielle Kindernachrichten, die sie am besten gemeinsam mit Ihren Kindern anschauen können.
- Wenn kleinere Kinder dies wünschen und ihnen dies in besonderer Weise Geborgenheit vermittelt, können Sie sie vorübergehend auch in Ihrem Bett schlafen lassen.

### Auf Trost und Hilfe hinweisen

- Weisen Sie darauf hin, dass die Polizei genau aufklärt, wie es zu der Gewalttat kommen konnte und dass es für die Betroffenen viele Hilfsangebote gibt.
- Lenken Sie die Aufmerksamkeit Ihrer Kinder darauf, dass viele Menschen Anteil nehmen und in Gedanken bei den Betroffenen sind: Verdeutlichen Sie, dass Zusammenhalt stärkt und dabei hilft, das Geschehene gemeinsam zu bewältigen.

Dieses Merkblatt wurde erstellt von Prof. Dr. Harald Karutz, Quellenangabe: www.harald-karutz.de – erstellt am 27.08.2024

## Wie soll man mit Kindern über Krieg sprechen?



Medienberichte über den Krieg in der Ukraine erreichen in diesen Tagen auch viele Kinder. Fotos, Videos und viele andere Informationen aus dem Kriegsgebiet können Kinder verstören und verängstigen. Eltern stehen deshalb vor einer schwierigen Herausforderung: Wie sollen sie mit ihren Kindern über das Geschehene sprechen? Und welcher Umgang mit der Medienberichterstattung ist angebracht? Zu solchen Fragen werden mit diesem Merkblatt einige Hinweise gegeben.

### Ernst nehmen

Nehmen Sie die Sorgen und Ängste von Kindern ernst. Machen Sie sich bewusst, dass Kinder auch in den letzten Jahren schon mit sehr vielen Belastungen konfrontiert worden sind: Die Coronavirus-Pandemie und mehrere Naturkatastrophen haben ohnehin schon deutliche Spuren hinterlassen. Umso wichtiger ist es jetzt, dass Kinder besondere Aufmerksamkeit erfahren und man sich gut um sie kümmert.

### Sprechen und Zuhören

Drängen Sie Kindern zunächst einmal keine Gespräche über den Krieg oder ihr Befinden auf. Zeigen Sie sich jedoch gesprächsbereit. Achten Sie auf mögliche Signale, die verdeutlichen, dass ein Kind etwas „mit sich herumträgt“ oder „loswerden möchte“ – und hören Sie aufmerksam zu, wenn Kinder von sich aus über den Krieg reden.

Beantworten Sie Fragen möglichst sachlich, offen und ehrlich. Antworten Sie aber „dosiert“, mit eher kurzen und einfachen Aussagen. Weitschweifende Vorträge können rasch überfordern, es sei denn, ein Kind fragt explizit immer weiter nach.

Versuchen Sie mit Ihren Ausführungen nicht, das Kriegsgeschehen „herunterzuspielen“, um Kinder vermeintlich zu schützen. Dass der Krieg tatsächlich eine sehr bedrohliche Situation ist, haben viele Kinder ohnehin längst erkannt.

Äußern Sie aber auch nichts, was unnötig zusätzliche Ängste auslösen könnte. Spekulationen über etwaige Folgen des Krieges oder eine befürchtete Ausbreitung des Krieges sind Kindern gegenüber z. B. unangebracht.

### Sicherheitsgefühl stärken

Nach Möglichkeit sollte das Sicherheitsgefühl von Kindern gestärkt werden, beispielsweise durch gemeinsame Aktivitäten sowie noch mehr Zeit als sonst für liebevolle Zuwendung, Nähe und vertrauensvolles Miteinander.

Ganz in Ruhe aus einem Kinderbuch vorzulesen, vermittelt Geborgenheit und lenkt auch ein wenig ab. Ebenso könnte es hilfreich sein, wenn ein Kind mit seinen vertrauten Bezugspersonen einen besonders schönen Ausflug unternehmen kann.

Darüber hinaus kann jeder Tag mit einem Mut machenden Ritual begonnen und auch abgeschlossen werden, etwa einem Segensspruch, einem kurzen Gebet oder einer anderen, Halt gebenden Aktivität.

Dieses Merkblatt wurde erstellt von Prof. Dr. Harald Karutz, www.harald-karutz.de (Version 5 vom 25.02.2022)

<https://www.harald-karutz.de/veroeffentlichungen/>

# Längerfristig: Maßnahmen zur Resilienzförderung

(Rönnau-Böse, 2023)

- Aufbau und Stärkung von stabilen Bindungen
- Erfahrung von Wertschätzung und Respekt
- Erfahrung eines unterstützenden Familienklimas
- Stärkung sozialer Ressourcen
- Entwicklung funktionaler Bewältigungsstrategien
- Förderung von Selbstwirksamkeit und positivem Selbstkonzept

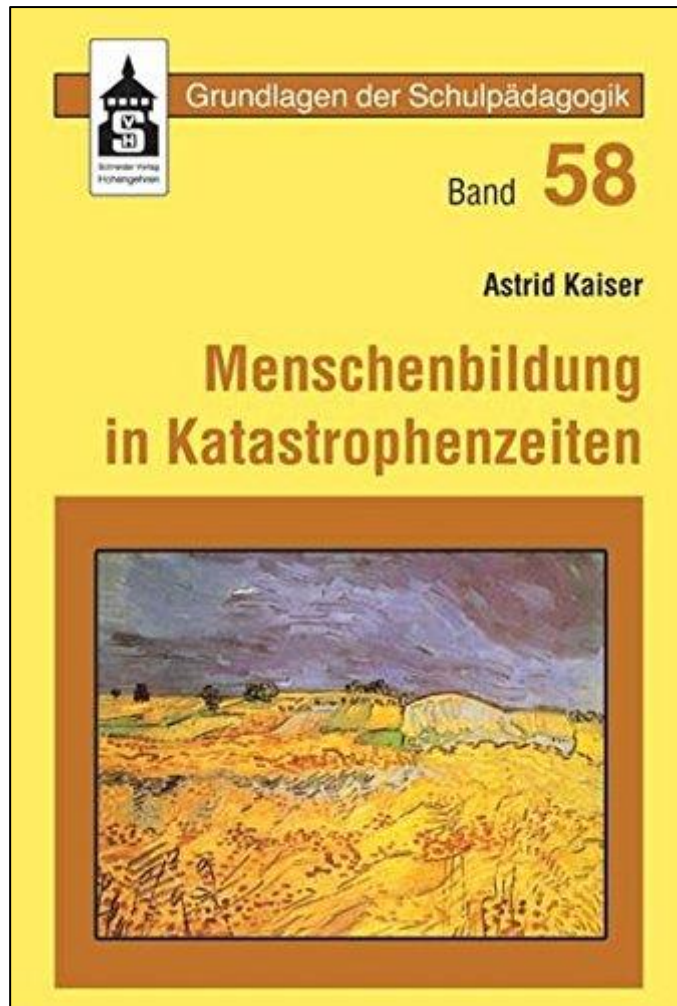


# Krisenvorsorge als Bildungsaufgabe (Karutz, 2024)





# Menschenbildung in Katastrophenzeiten (Kaiser, 2007)



- Konzepte aus anderen Ländern: „Disaster action hero“, „Family preparedness“ (FEMA, 2017) usw.
- Mediennutzungskompetenz
- Improvisationsfähigkeit und Flexibilität
- Kritisches Denken
- Gemeinschaftssinn
- Verantwortungsübernahme
- Glücks- und Hoffungsfähigkeit
- Historisches Denken
- Liebe zur Natur (!)

# Krisenzeiten auch als Bildungschance?



Kurt Hahn  
(1886-1974)



Otto-Friedrich  
Bollnow  
(1903-1991)



Bijan Amini  
(\*1943)

# Bildungseinrichtungen als „Safe Havens“ (GTZ, 2005)

- Schule als sicherer, besonders geschützter Ort (KRITIS, Karutz et al., 2022)
- Selbst resiliente und krisenkompetente Lehrkräfte (Posingies, 2025)
- Umfassendes (!) Bildungsverständnis (eben *nicht* (!) nur „Kernfächer“)
- Traumasensible Unterrichtsgestaltung
- „Mind Matters“-Programm (Paulus, 2022)
- Fokussierung auf Menschen und Beziehungen (!) vs. „Digitalisierung“ (Zierer, 2023)

**Besonders Wichtig: ,  
Der Zusammenhang von psychischer Gesundheit und schulischer Leistung!**

# PSNV-relevante Zusammenhänge

## Originalarbeit

Präz. Gesundheitsf. 2025; 20:607–614  
<https://doi.org/10.1007/s11553-024-01166-4>  
 Eingegangen: 10. Mai 2024  
 Angenommen: 11. September 2024  
 Online publiziert: 9. Oktober 2024  
 © The Author(s) 2024



Michaela Trompke<sup>1,2</sup> · Leonie Träger<sup>2</sup> · Carl-Walter Kohlmann<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Universitätsklinikum Augsburg, Augsburg, Deutschland

<sup>2</sup> Telefonica Germany, München, Deutschland

<sup>3</sup> Pädagogische Hochschule Schwäbisch Gmünd, Schwäbisch Gmünd, Deutschland

## Schulerfahrungen und Gesundheitsverhalten von Grundschulkindern

### Hintergrund und Fragestellung

#### Hinführung

Ein zentrales Ziel der Gesundheitsförderung ist es, an bestehenden sozioökonomischen, kulturellen und physischen Strukturen anzusetzen, diese nachhaltig zu verändern sowie verhaltens- und verhältnispräventive Strategien miteinander zu kombinieren [24], weshalb auch Rahmenbedingungen alltäglicher Lebenswelten in den Blick zu nehmen sind. Dabei ist der Sozialraum Schule als gesundheitsförderliches Setting anzusehen, in dem Kinder einen beachtlichen Teil ihres Alltags verbringen und der für die Gesundheitsförderung und -forschung bei Heranwachsenden eine wichtige Rolle spielt [18].

Die Gesundheitsförderung und -forschung fokussieren vorrangig die körperliche, psychische und soziale Gesundheit sowie zugehörige Gesundheitsverhaltensweisen verschiedener Zielgruppen.

Die genannte Studie wurde im Rahmen einer Masterarbeit zur Erlangung des Master of Science in Gesundheitsförderung und Prävention an der Pädagogischen Hochschule Schwäbisch Gmünd von Michaela Trompke unter der Betreuung von Carl-Walter Kohlmann durchgeführt. Die Pädagogische Hochschule Schwäbisch Gmünd ist dem DEAL-Vertrag mit Springer Nature beigetreten. Die APCs für Publikationen mit Open-Access-Option („Open Choice“) sind seit dem 1.1.2020 über die Jahresbeiträge des DEAL-Vertrags abgedeckt. Die Bearbeitungsgebühr der Publikation wird damit von der Pädagogischen Hochschule Schwäbisch Gmünd im Rahmen des Förderprogramms Open Access Publishing finanziert.

Erklärt werden Gesundheitsverhaltensweisen bei Heranwachsenden bisher häufig anhand demografischer Variablen, wie beispielsweise dem sozialen oder biologischen Geschlecht, dem familiären Umfeld und dem sozioökonomischen Status (SES) der Eltern [13, 16]. In Abgrenzung zu bisherigen Studien war das Ziel der vorliegenden Untersuchung daher, Gesundheitsverhalten von Grundschulkindern hinsichtlich ihrer Zusammenhänge mit Variablen des Schulkontextes zu analysieren.

#### Stand der Forschung

##### Schule und Schulerfahrungen

Die Schule als gesellschaftliche Institution ist ein Ort des Lernens und Lebens [9], an dem die Schulkinder mit Lehrkräften und Mitschülerinnen und Mitschülern interagieren [5]. Grundlegend haben Schulen einen Förder- und Weiterentwicklungsauftrag an Kinder [23]. Ab dem Alter von 6 Jahren steigt die Bedeutung des Kontakts mit gleichaltrigen Personen an [32]. Bereits 1 bis 2 Jahre später entwickeln Kinder daraus vermehrt eigene Einstellungen und Überzeugungen bezüglich ihrer Lebenswelten, wie der Schule und ihren sozialen Interaktionsmöglichkeiten [4, 24].

Erfahrungen, die Kinder im schulischen Kontext machen, finden demnach nicht nur auf inhaltlicher, sondern auch auf sozialer Ebene statt. Das äußert sich bei Kindern u. a. im Gefühl der sozialen Integration in Schule und Klasse, dem wahrgenommenen Klassenklima und dem Selbstkonzept der Schulfähig-

keit [28]. Die soziale Integration ist ein Konzept des sozialen Rückhalts und der Zusammengehörigkeit [31], während das Klassenklima den Umgang miteinander, das Wir-Gefühl und die Qualität sozialer Beziehungen fokussiert [2]. Das Selbstkonzept der Schulfähigkeit umfasst das Vertrauensgefühl in die Bewältigung schulischer Aufgaben und das eigene Können [28].

##### Gesundheitsverhalten

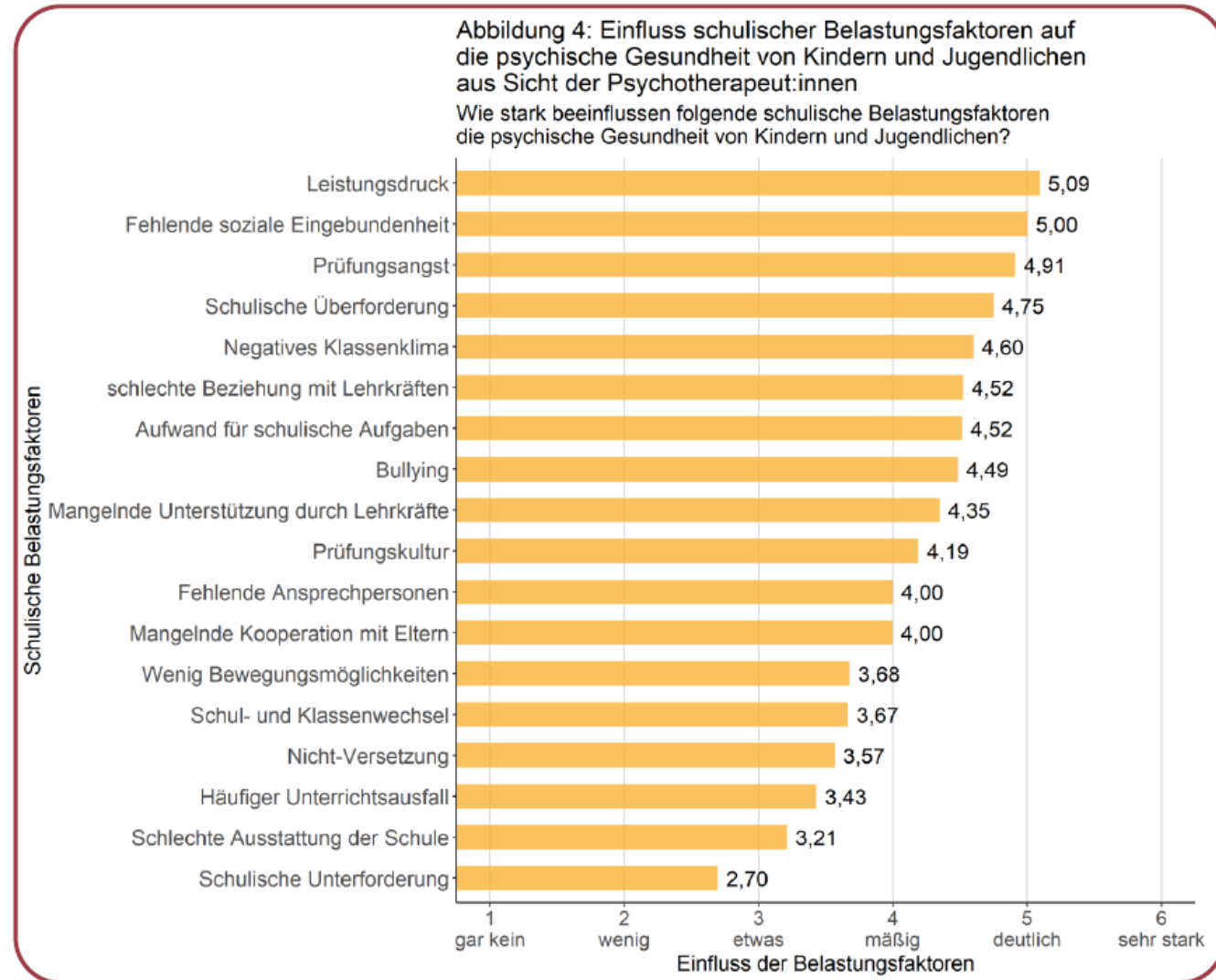
Das Gesundheitsverhalten von Heranwachsenden setzt sich aus unterschiedlichen Teilaspekten, wie beispielsweise dem Ernährungs-, Bewegungs-, Stress-, Schlaf- oder Schutzverhalten, zusammen [8]. Im Rahmen dieser Studie wurde sich auf die zwei Teilaspekte des Schutz- und Ernährungsverhaltens konzentriert: Schutzverhaltensweisen dienen der Gewährung der persönlichen Sicherheit und umfassen verschiedene alltägliche Verhaltensweisen, wie den Sonnenschutz und die Zahn- bzw. Mundhygiene [36]. Ernährungsverhaltensweisen umfassen u. a. die Beschaffung, die Auswahl und den Konsum bestimmter Lebensmittel [31]. Beide Teilaspekte sind bei Grundschulkindern als ausbaufähig bis mittelmäßig einzustufen [3, 14, 20, 21].

##### Ableitung der Fragestellung und der Forschungsfragen

Bislang wird das Gesundheitsverhalten vorrangig bei Erwachsenen anhand sozialer Netzwerke und alltäglicher Lebenswelten untersucht [27] – bei Kindern zeigt sich eine Forschungslücke. Es exis-

- Fokus liegt auf schulischen Leistungen (auch wenn von „Kompetenzen“ die Rede ist)
- Reaktion auf unzureichende Leistungen: Leistungsmonitoring (durch weitere Tests) – dann ggf. noch mehr „Förderung“, um die Leistungen zu erzielen
- Ergebnis: Druck nimmt weiter zu – Leistungen verschlechtern sich weiter... (Abwärtsspirale!)
- Vorschlag: Stärkerer Fokus auf Gesundheits- statt auf Leistungsmonitoring
- PSNV-relevant: Ein betroffenes Kind ist (natürlich!) eingeschränkt leistungsfähig – dadurch zusätzliche Drucksituation usw.

# PSNV-relevante Zusammenhänge



## Problematik

- 1.) Belastungsfaktoren im Vorfeld erschweren die Bewältigung von Notfallverfahren –
- 2.) Durch die erschwerte Bewältigung von Notfallverfahren werden die ohnehin bestehenden Belastungsfaktoren weiter verstärkt...

(Bauch, Rodney-Wolf & Schmitz, 2024)



# Stärkung des psychosozialen Versorgungssystems

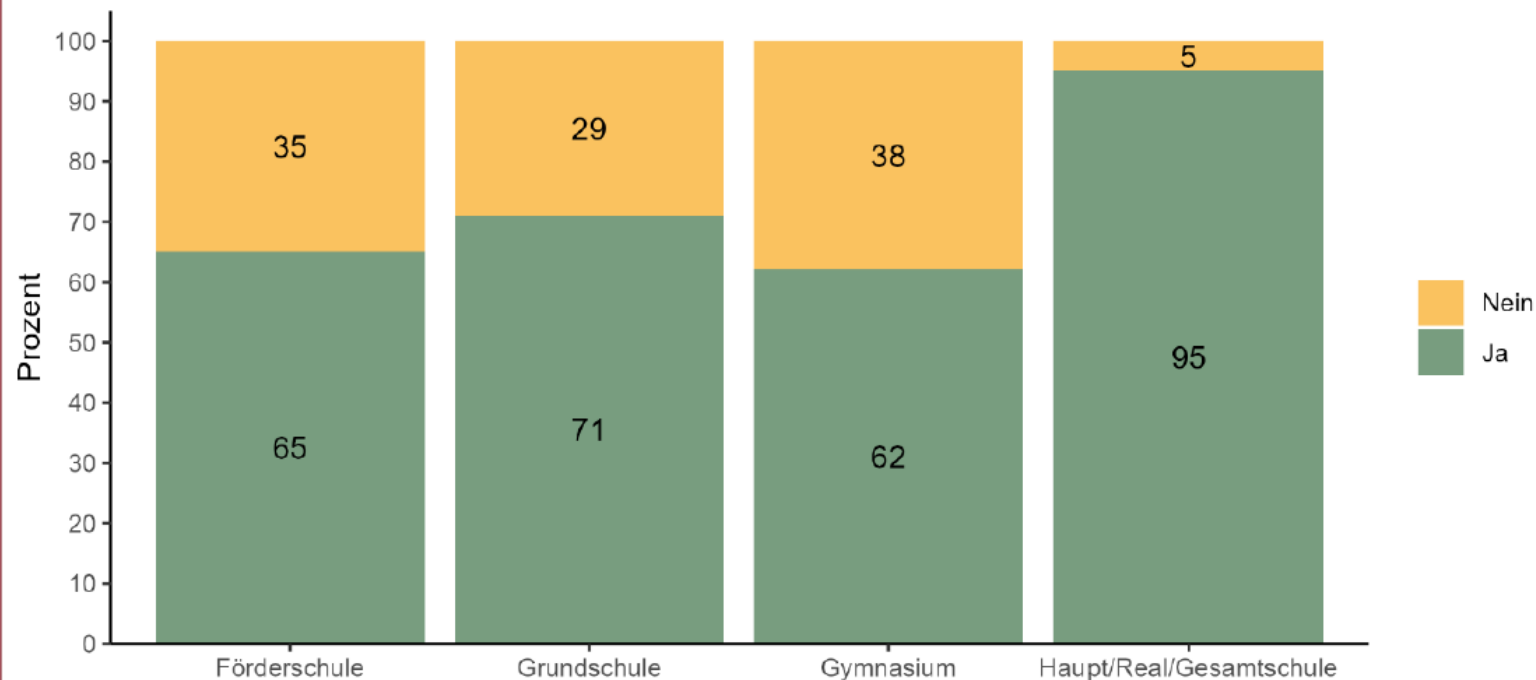
- Einführung von „Mental Health Coaches“ bzw. Gesundheitslotsen
- Verbesserung der psychologisch- /psychotherapeutischen Versorgung, vor allem des Zugangs in das Versorgungssystem durch Abbau von (individuellen) Hemmschwellen und (systemisch-organisationalen) Hürden
- Maßnahmen gegen Fachkräftemangel
- Stärkung der Jugendarbeit in (Sport-) Vereinen
- Stärkung von Schulsozialarbeit, Schulseelsorge, Schulpsychologie (aktueller Versorgungsschlüssel im bundesweiten Durchschnitt: 1:6300!)





# Zahlen, Daten, Fakten: Verfügbarkeit von Schulsozialarbeit (Bauch, Rodney-Wolf & Schmitz, 2024)

Abbildung 2: Verfügbarkeit von Schulsozialarbeit nach Schulform  
Gibt es an Ihrer Schule Stellen der Schulsozialarbeit?



- Von den Schulleitungen, die prinzipiell Schulsozialarbeit haben, gaben 68 % an, dass diese nicht den Bedarf decken würde.
- In Bezug auf Schulpsychologie gaben 77 % der Schulleitungen an, dass der Bedarf nicht gedeckt sei.

# **Zahlen, Daten, Fakten:**

## **Evaluation der traumatherapeutischen Versorgung**

**(Müller, Klewer und Karutz, 2018a und 2018b)**

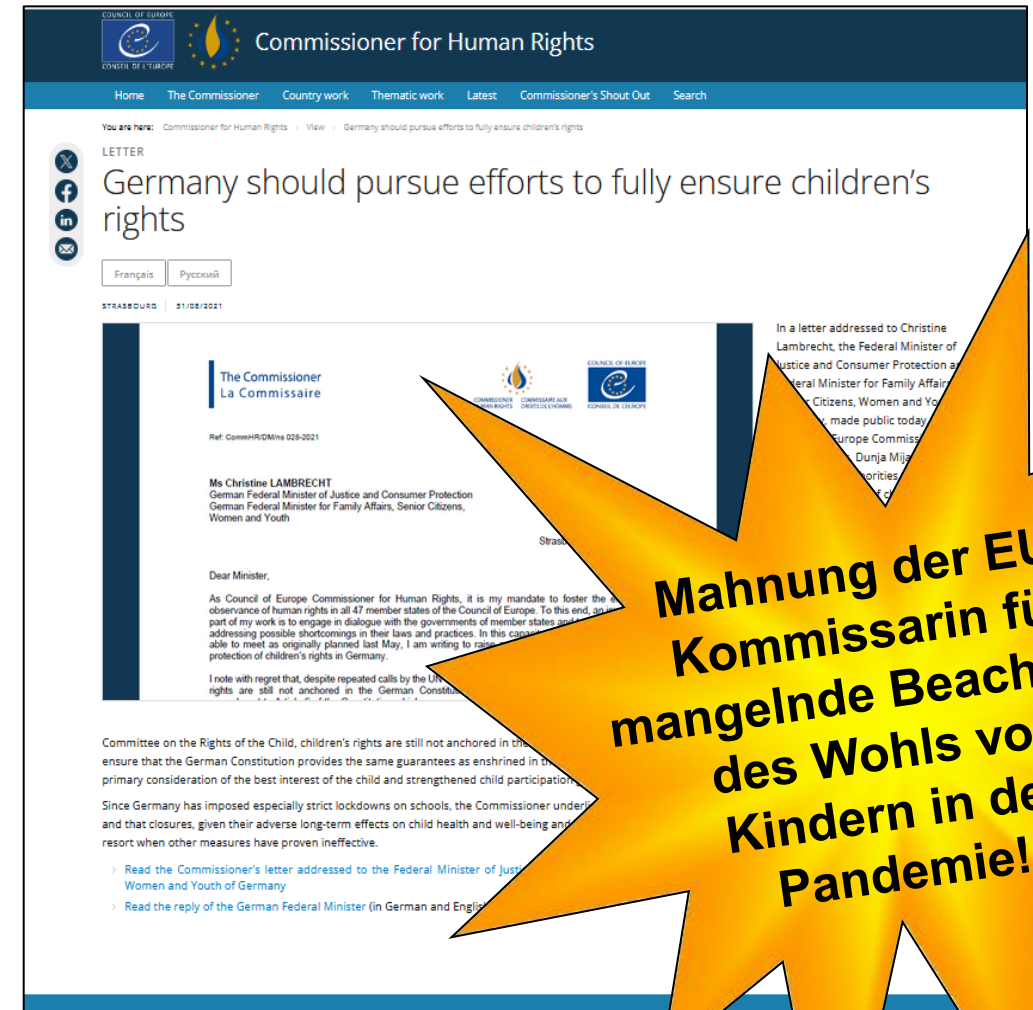
- Durchschnittliche Wartezeit bis zum Erstgespräch: 11 Wochen (2018!)
- Durchschnittliche Wartezeit bis zum Therapiebeginn: 17 Wochen (2018!)
- Innerhalb von 4 Wochen erhielten die befragten KJP durchschnittlich 17,7 Anfragen, konnten aber nur 4,2 bedienen
- Nur 8 von 91 KJP sind nach eigenen Angaben mit PSNV-Akteuren vernetzt
- Achtung: Studie von 2024 (Bauch, Rodney-Wolf & Schmitz, 2024): Durchschnittliche Wartezeit von 28 Wochen!

# Ausdifferenzierung der Psychosozialen Notfallversorgung

- Spezialisierte Kinder-PSNV (?) – siehe z. B. das KIT K/J in Lüneburg
- Etablierung von Elternkoordinatoren und „Disaster Child Care Volunteers“ für Großschadenslagen
- Einrichtung von kinderfreundlichen Schutz- und Spielräumen („Child friendly spaces“ (wäre z. B. im Ahrtal wünschenswert gewesen)
- Etablierung von Konzepten für die mittelfristige (!) Notfallnachsorge – siehe z. B. MINI-Projekt in Mülheim an der Ruhr, Essen und Oberhausen
- Etablierung anlassbezogener Koordinierungsstellen für die Weitervermittlung
- Spezialisierte Fachberatung: „Child protection in emergencies advisors“

# Cave: Aktuelle „Kinderfreundlichkeit“ des Landes?!

- Problematische Finanzierungsregelungen im Gesundheitswesen
- Kinderrechte nicht im Grundgesetz (ausführliche siehe: <https://www.lpb-bw.de/kinderrechte-im-gg>)
- OECD-Studie zur Lebenszufriedenheit von Kindern: BRD auf Platz 16 von 26 (Betram, 2021)
- UNICEF-Studie zu Wohlbefinden und Lebenszufriedenheit von Kindern: BRD auf Platz 25 von 43 (Innoceti, 2025)



# Cave: Systemische (!) Belastungen der Fachkräfte!



Christian Reintjes  
Gabriele Bellenberg  
Till Kaiser  
Isabelle Winter

Frühjahrsreport 2025:  
Psychische Gesundheit an Schulen  
in Nordrhein-Westfalen

Studie  
im Auftrag  
der  
GEW NRW

**Dennoch:  
Immer  
differenziert  
betrachten!**

- Moral distress
- Compassion fatigue
- Vorzeitiger Berufsausstieg
- Nachwuchsmangel
- Aktuelle Kürzungen (!?)





# Gesamtgesellschaftliche Aufmerksamkeit!

- Politik, Medien, Bürger, Wirtschaft: *Alle* sind gefordert!
- Veränderte Prioritätensetzung: Was jetzt nicht beachtet wird, fällt später „auf die Füße“
- Vorbildfunktion (eigener Umgang mit den Krisenzeiten!?)
- Stärkere und frühzeitigere Beachtung wissenschaftlicher Expertise
- Wertschätzung von sozialer und pädagogischer Arbeit!
- **Partizipation!**





# Forderungen der Jugend selbst

(YEP, 2025)!

## 1 Ohnmacht als ernste Bedrohung wahrnehmen und Selbstwirksamkeit fördern

Jugendliche brauchen echte Mitbestimmung und müssen Selbstwirksamkeitserfahrungen machen („Ich kann etwas verändern.“). Es muss sichergestellt werden, dass sie – trotz der Krisen in der Welt – in ihrem Alltag Handlungsspielräume erkennen und nutzen können. Das ist für alle jungen Menschen relevant, aber ganz besonders für weibliche und Jugendliche, die sich als divers identifizieren.

## 4 Stress im Schulalltag reduzieren

Viele Stressfaktoren für die mentale Gesundheit der Jugendlichen sind in der Schule zu verorten. Diese sollten spezifisch für jede Schule/Klasse erhoben, identifiziert und abgebaut werden. Ein großes Bedürfnis besteht darin, dass Lehrkräfte die Leistungsfeststellungen besser koordinieren und Schüler\*innen in die Planung einbinden. Zudem sollten mehr Ruheräume und „Safe Spaces“, in der Schule geschaffen werden.



## 2 Zugehörigkeit stärken

Ein starkes Belonging-Gefühl ist essentiell für die mentale Gesundheit junger Menschen. Deshalb müssen gezielt Räume geschaffen werden, die das Gefühl von Zugehörigkeit und die soziale Vernetzung fördern. Auch muss die Beziehungsfähigkeit junger Menschen gefördert werden, damit sie enge Verbindungen zu ihren Mitmenschen aufbauen können.

## 5 Jugend als Entwicklungsphase anerkennen

Jugendliche brauchen Freiräume zur persönlichen Entwicklung. Der zunehmende Leistungsdruck verdrängt Erholungsphasen, soziale Interaktion und kreative Entfaltung. Es sollte bewusst regelmäßig Zeit für Entspannung, Hobbys und Zeit mit Familie und Freund\*innen eingeräumt werden. Idealerweise werden die Jugendlichen dabei unterstützt, sich die Zeit für diese Pausen zu nehmen. Für die gesunde Entwicklung braucht es ganz einfache Aktivitäten wie Sozialisieren („abhängen“) oder „einfach zur Ruhe kommen“.

## 7 Vertrauensvolle Bezugspersonen stärken

Erwachsene müssen Jugendlichen mit Vertrauen begegnen, ihnen zuhören und sichere Räume für offene Gespräche schaffen. Ein unterstützendes Umfeld ist entscheidend für die mentale Gesundheit, hierzu zählen vor allem Familie, Freund\*innen und Lehrkräfte. Deshalb ist es wichtig, ihnen klare Informationen zum Umgang mit der mentalen Gesundheit Jugendlicher zu vermitteln und sie in ihrer Rolle als unterstützende Bezugspersonen zu stärken.

## 3 Information über mentale Gesundheit verankern

Wissen über mentale Gesundheit muss für alle Jugendlichen zugänglich sein, vor allem wird die Schule hierbei als zentraler Lernort gefordert. An zweiter Stelle steht Social Media, gefolgt von Filmen, Serien und Dokumentationen über mentale Gesundheit. Aber auch Arbeitgeber\*innen und die außerschulische Jugend- bzw. Bildungsarbeit sowie öffentliche Stellen sollen hier gezielt informieren. Insbesondere für männliche Jugendliche sollten Informationsangebote ansprechender und zugänglicher gestaltet werden.

## 6 Angebote für Persönlichkeitsbildung und soziales Lernen ausbauen

Junge Menschen möchten lernen, wie sie mit Konflikten, dem Einfluss von Social Media und gesellschaftlichen Erwartungen umgehen können. Es sollten mehr Angebote geschaffen werden, welche das Selbstbewusstsein und die Resilienz der Jugendlichen stärken.

## 8 Umgang mit Stress und Emotionen lernen

Jugendliche brauchen praxisnahe Strategien, um Stress zu bewältigen und ihre Gefühle besser zu verstehen. Entspannungstechniken und konkrete Anleitungen zur Stressbewältigung sollten vermittelt werden.

## 11 Prävention durch verpflichtende Angebote in Schulen ausbauen

Präventionskurse und Workshops zur mentalen Gesundheit dürfen nicht von der individuellen Motivation von Schulleitungen oder Lehrkräften abhängen. Sie müssen flächendeckend und verpflichtend in Schulen implementiert werden, um soziale Ungleichheiten zu reduzieren.

## 14 Zentrale Plattform für Mentale Gesundheit für die Zielgruppe Jugend

Jugendliche fordern eine zentrale, leicht zugängliche und mehrsprachige Website, die alle Hilfsangebote bündelt – inklusive Angaben zu Kosten, Ablauf, Rahmeninformationen (z.B. Anonymität) und Erreichbarkeit. Hilfsangebote sollten online und offline präsent sein, verständlich formuliert und in mehreren Sprachen verfügbar sein.



## 9 Wartezeiten bei Hilfsangeboten verkürzen

Der Zugang zu professioneller Hilfe muss schneller und unbürokratischer erfolgen, da „zu lange Wartezeiten“ als größte Hürde empfunden werden. Solange noch lange Wartezeiten bestehen, sollen sinnvolle Übergangslösungen geschaffen werden.

## 12 Mehr Möglichkeiten für soziales Engagement und Freizeitangebote

Jugendliche wollen mehr Möglichkeiten haben, sich sozial zu engagieren und anderen zu helfen. Kostenlose Freizeitangebote mit Freund\*innen haben ebenfalls eine präventive Wirkung und sollten gefördert werden.

## 15 Große Kampagne zur Enttabuisierung von mentaler Gesundheit

Jugendliche fordern eine große öffentliche Kampagne, um das Thema mentale Gesundheit sichtbarer zu machen. Medienkooperationen, Plakate in Verkehrsmitteln und Informationsmaterialien sollen das Tabu brechen und breite Bevölkerungsschichten sensibilisieren. Wichtig ist dabei, dass die Kampagne offiziellen Charakter hat, damit sie ernst genommen wird und mehr Aufmerksamkeit bekommt. Außerdem wünschen sich Jugendliche, dass die Kampagne vor allem Erwachsene konkret adressiert (Eltern, Lehrende, Auszubildende), um mehr Verständnis und Offenheit zu schaffen und damit das Thema mentale Gesundheit zu entstigmatisieren.

## 10 Niederschwellige und transparente Kommunikation von Hilfsangeboten

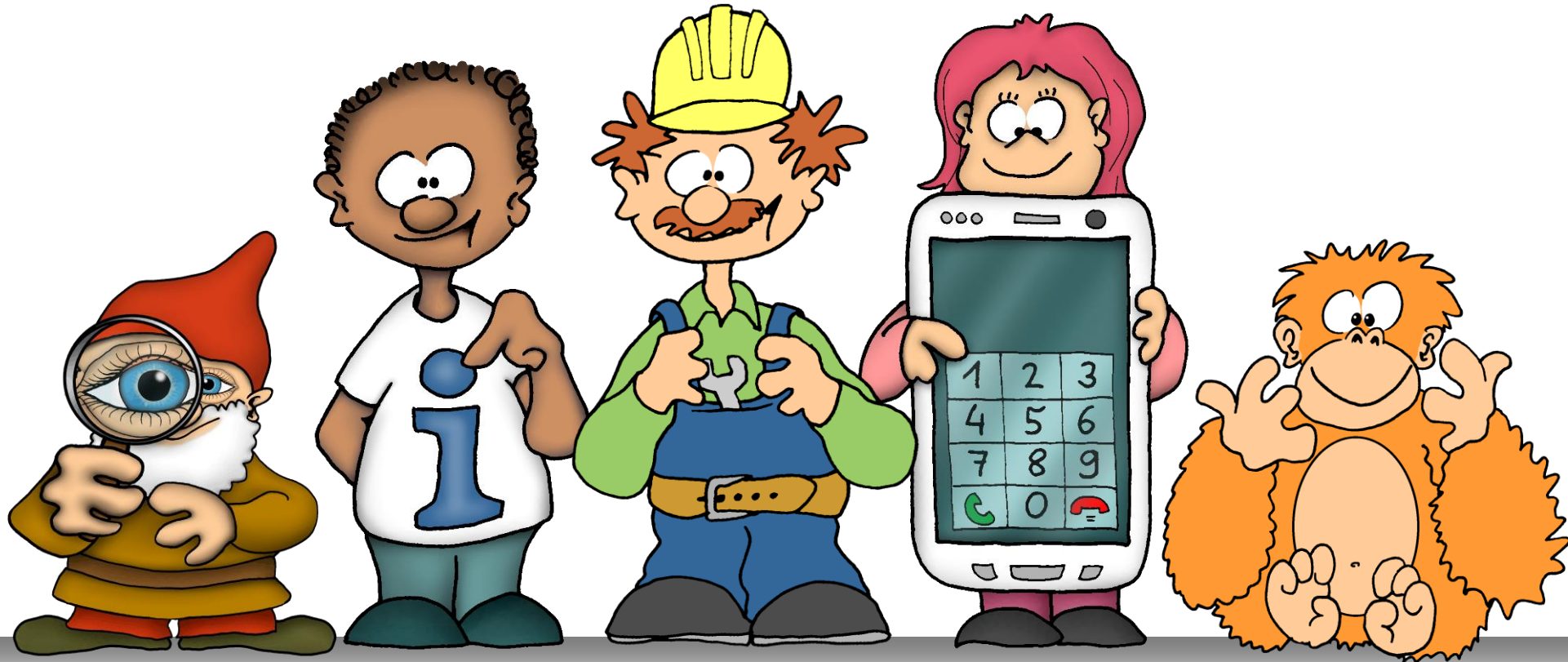
Jugendliche brauchen eine klare, mehrsprachige und transparente Information darüber, was sie bei Hilfsangeboten erwartet, in unterschiedlichen Formaten (analog/digital). Die Unsicherheit, dass junge Menschen nicht wissen, was sie erwartet, ist oft eine große Barriere bei der Suche nach Hilfe, gerade für Jugendliche mit nicht-deutscher Erstsprache.

## 13 Professionelle Anlaufstellen an Schulen ausbauen

Schulsozialarbeiter\*innen und Schulpsycholog\*innen müssen präsenter sein und als feste Ansprechpersonen an den Schulen fungieren. Nur wenn sie regelmäßig im Schulalltag sichtbar sind, nehmen Jugendliche sie wahr und ihre Angebote an.



# Eigenes (!) Engagement zur Bewältigung (Karutz, 2024)



Achte gut  
auf Dich selbst!

Stell Deine  
Fragen und lass  
Dir Antworten  
geben!

Sei aktiv,  
helf mit und  
tue Dir Gutes!

Wende Dich  
an vertraute  
Bezugspersonen!

Suche Dir  
einen sicheren Ort  
und schütze Dich!



# Eigenes (!) Engagement zur Bewältigung (Karutz, 2024)



Achte gut  
auf Dich selbst!

Stell Deine  
Fragen und lass  
Dir Antworten  
geben!

Sei aktiv,  
hilf mit und  
tue Dir Gutes!

Wende Dich  
an vertraute  
Bezugspersonen!

Suche Dir  
einen sicheren Ort  
und schütze Dich!

# 8. Ausblick

Aladin El-Mafaalani  
Sebastian Kurtenbach  
Klaus Peter Strohmeier

## KINDER MINDERHEIT OHNE SCHUTZ

Kiepenheuer  
& Witsch

Aufwachsen  
in der alternden  
Gesellschaft

# Kindheit im Wandel – Aufwachsen in Unsicherheit?

Zukünftig: Weitere Krisenhäufung in „VUKA“-Zeiten

- **Volatilität:** Schnelle, unvorhersehbare Veränderungen.
- **Unsicherheit:** Ungewissheit, was eigentlich passieren wird
- **Komplexität:** Es gibt keine einfachen Lösungen mehr, sondern Interdependenzen und Kaskadeneffekte
- **Ambiguität:** Zunehmende Mehrdeutigkeiten, Unklarheiten
- Zu befürchten: Zunahme von Extremwetterereignissen, Konflikten usw.



# Kindheit im Wandel – erwartbare „Trends“?

- Weitere Digitalisierung und Technisierung, auch von Spielzeug; Kinderspiel verändert sich (Praxisbeleg: Es gibt immer weniger Spielzeuggeschäfte!)
- Weiter zunehmende Medieneinflüsse, insbesondere Wirkung der Sozialen Medien
- Tradierte Familienstrukturen werden immer seltener, häufiger sind dafür Patchwork-Familien, Alleinerziehende, gleichgeschlechtliche Eltern
- Eltern haben immer weniger Zeit, gleichzeitig aber zunehmende „Bildungsanxiety“
- Weitere Verschärfung sozialer Ungleichheiten – zunehmende Kinderarmut
- Weiterhin Migration
- Freundschaften zunehmend „hybrid“ und online, nur noch teilweise analog
- Individualisierung, Superdiversität und Fragmentierung von Kindheit

# Kindheit im Wandel – Auswahl seltsamer Paradoxien?

## ➤ Sicherheitsparadox:

- Einerseits wurde noch nie so viel Wert auf Kinderschutz gelegt wie heute. Andererseits gibt es globale und multiple Krisenzeiten, die zunehmende Verunsicherung erzeugen.
- Einerseits wird verstärkt auf den Schutz von Kindern geachtet (Beispiel: Kontrolle von Bussen vor der Abfahrt). Andererseits bleiben zentrale Bedürfnisse von Kindern unbeachtet.
- Einerseits werden Kinder überbehütet (Elterntaxi), gleichzeitig werden sie aber auch allein gelassen (zum Beispiel in der Pandemie).

## ➤ Informationsparadox:

- Einerseits gibt es ein überforderndes Überangebot von Informationen mit Zugang zu allem (!), andererseits gibt es einen Mangel an den richtigen und wirklich relevanten Informationen.
- Weil man an Wissen immer leichter herankommt, hat jeder einzelne immer weniger Wissen.

## ➤ Möglichkeitenparadox:

- Einerseits ist theoretisch alles möglich; andererseits haben immer weniger Kinder Zugriff auf all diese Möglichkeiten

# Kindheit im Wandel – Auswahl seltsamer Paradoxien?

## ➤ Horizontparadox:

- Einerseits bekommen Kinder immer mehr mit, andererseits verengt sich die Welt, die sich oftmals nur noch in den Sozialen Medien abspielt und eben nicht die Realität abbildet, sondern ein *Zerrbild* dessen, was man für die Wirklichkeit hält. *Wirkliche* Erfahrungen nehmen ab.

## ➤ Kommunikations- und Beziehungsparadox:

- Einerseits gibt es mehr (und ständige) Kommunikation, andererseits gibt es eine Verflachung und Abnahme von Kommunikation, auch zunehmende Einsamkeit

## ➤ Verantwortungsparadox:

- Einerseits wird immer mehr Verantwortung übertragen (Wahlrecht, Führerschein) und zunehmende Partizipation eingefordert, andererseits wird Kinder immer mehr abgenommen (morgens sagt eine App, was für ein Tag es ist und wie man sich anziehen muss). Kinder sollen mitbestimmen und überall einbezogen werden – aber der selbständige Schulweg wird ihnen nicht zugetraut.

# Kindheit im Wandel – Grenzen bisheriger Strategien?

## (Begründet) eher skeptische Sichtweise?

- Schulen: Bedingt durch die Gesamtsituation im Bildungswesen und die bildungspolitischen Rahmenbedingungen ist es fast illusorisch anzunehmen, dass Schulen zukünftig eine bessere Unterstützung bieten könnten als bisher
- Eltern: Bedingt durch weitere Arbeitsverdichtung, weiter zunehmenden Wettbewerb und ökonomische Zwänge ist es auch illusorisch anzunehmen, dass Eltern zukünftig besser unterstützen können als bisher
- Fachkräfte: Bedingt durch den Fachkräftemangel ist es wiederum illusorisch anzunehmen, dass sich die Verfügbarkeit professioneller Hilfen in absehbarer Zeit verbessern wird

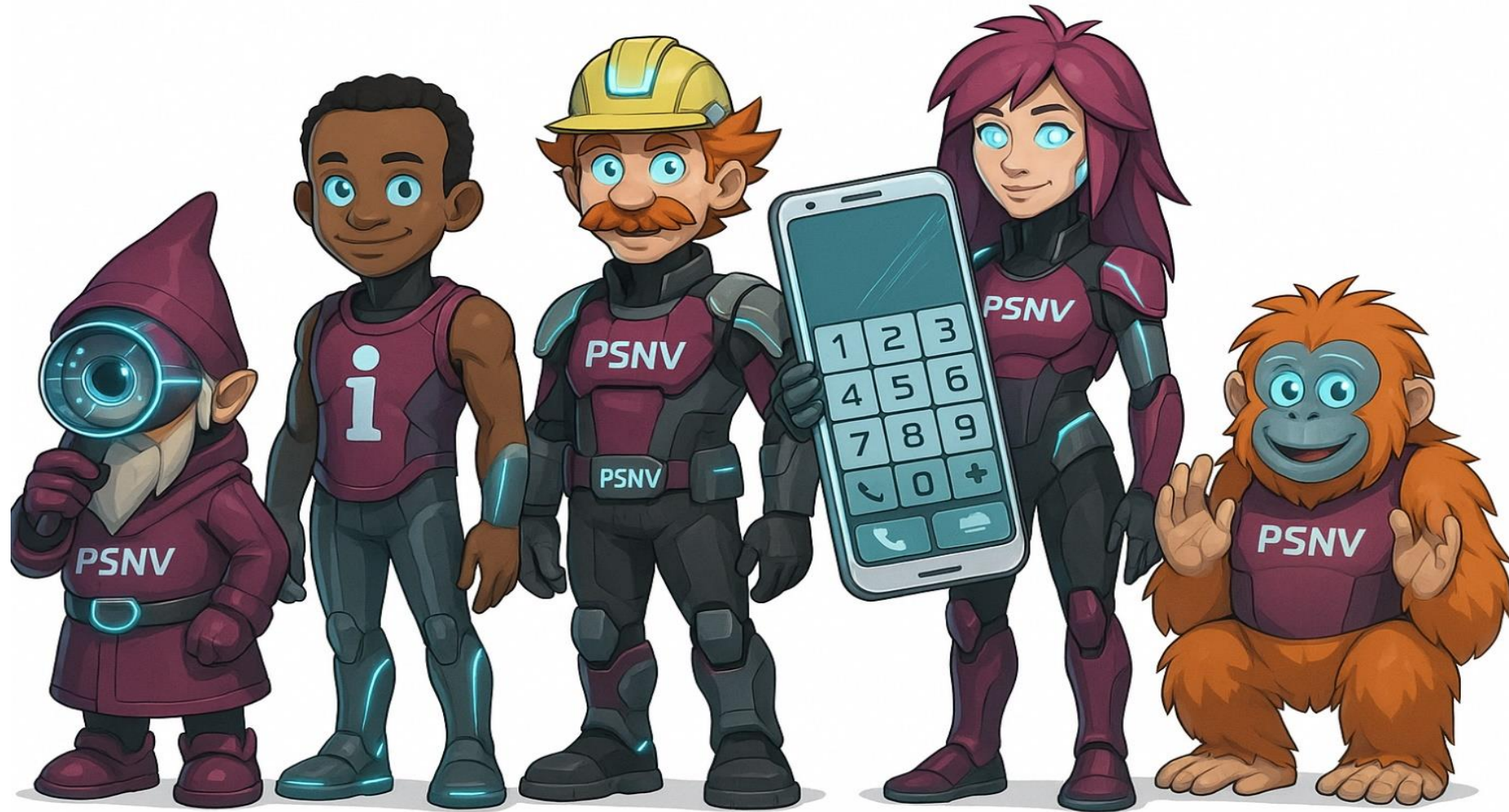
# Kindheit im Wandel – Perspektiven für künftige Hilfe?

- Nutzung von KI, um Hilfebedarfe automatisiert zu identifizieren („Anton“)?
- E-Learning-Programme, Apps, Chatforen, Youtube-Videos, zur Psychoedukation und zur Stärkung der Selbstregulation („Igor“)?
- Serious Games zur Stärkung der Selbstwirksamkeit („Hans“)?
- Nutzung von KI und Social Media, aber auch Online-Peer-Support für Hilfegespräche („Heidi“)?
- Virtual Reality zur Vermittlung von Sicherheit („Äffchen“)?

**Bedeutung für PSNV-Akteure: „Digitalkompetenz“ und „Mediennutzungskompetenz“ wird immer wichtiger!**



# Zukünftige Merkfiguren?! (Karutz, 2025)

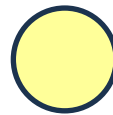


# 9. Zusammenfassung und Abschluss



Foto: 20th Century Fox / Disney / Matt Groening

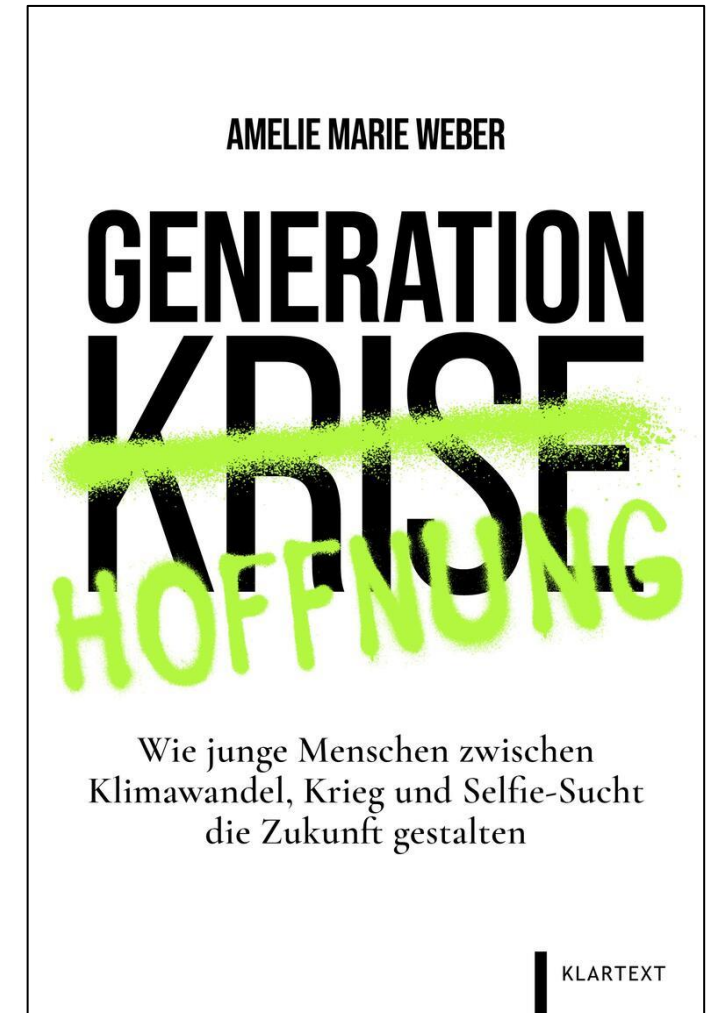
Wie ist die Situation von  
Kindern und Jugendlichen  
zusammenfassend zu  
bewerten?



Wir müssen  
differenzieren!

# Wichtig

- Bei weitem NICHT ALLE Kinder sind in Notfällen und Krisen zwingend stark stark belastet!
- „Generation Corona“ ist eine (schädliche!) Pauschalisierung und Stigmatisierung (Gravelmann, 2022)
- Aber: Belastungen sind bei einer Vielzahl von Kindern vorhanden und sollten ernst genommen werden!
- Kinder brauchen psychosoziale Akuthilfe – UND eine andere gesamtgesellschaftliche und (bildungs- und familienpolitische) Aufmerksamkeit als bisher!





3



Altersspezifisch differenzierte  
Psychosoziale Notfallversorgung

2



Auf Salutogenese  
(Ressourcen) und  
Resilienzförderung  
(Kompetenzen) ausgerichtetes  
Erziehungs- bzw. Bildungs-,  
Sozial- und Gesundheitswesen

1



Kinderfreundliche,  
zukunftsorientierte  
Gesellschaft mit den  
Handlungsfeldern

- Raumplanung,
- Infrastruktur,
- Umweltschutz,
- Kultur und Medien,
- Wirtschaft,
- Recht und
- Politik





# Zusammenfassung



Psychische  
Situation bzw.  
Auswirkungen  
anerkennen und  
ernst nehmen



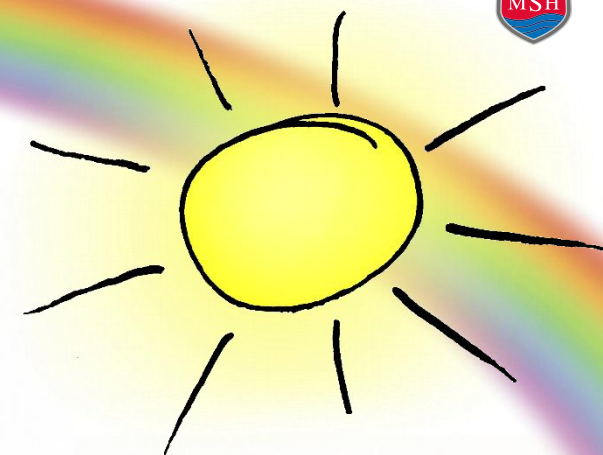
Dosierter Umgang mit  
(sozialen) Medien  
Hoffnung vermittelnde, positive  
Informationen; Aufzeigen  
alternativer Möglichkeiten  
Einordnende Informationen  
zum historischen Kontext



Ermöglichung von  
Mitbestimmung und  
hilfreichem Engagement  
Kritische Reflexion  
und Diskussion  
Nutzung von Phantasie und  
Kreativität für musisch-  
künstlerische Aktivität



Entlastung und Stärkung  
von Unterstützungs-  
personen, -systemen  
und Netzwerken  
Förderung hilfreicher  
Gemeinschaften und  
Gemeinschaftserfahrung



Vermittlung von  
Schutz und  
Sicherheit  
Schaffung von  
Schutzzräumen  
Vermittlung von Liebe und  
Geborgenheit

# Ebenso wichtig: Vertrauen auf die Stärke von Kindern!



Foto: Corinna Posingies, 2021

Kindheit ist letztlich  
**IMMER** Wandel,  
Veränderung und auch  
Anpassung!



# Vertrauen auf die Stärke von Kindern!

**DAK-  
Präventionsradar**  
(Hanewinkel et al., 2023)

**Nachhaltige  
Wirkung oder doch  
rasche Erholung?**

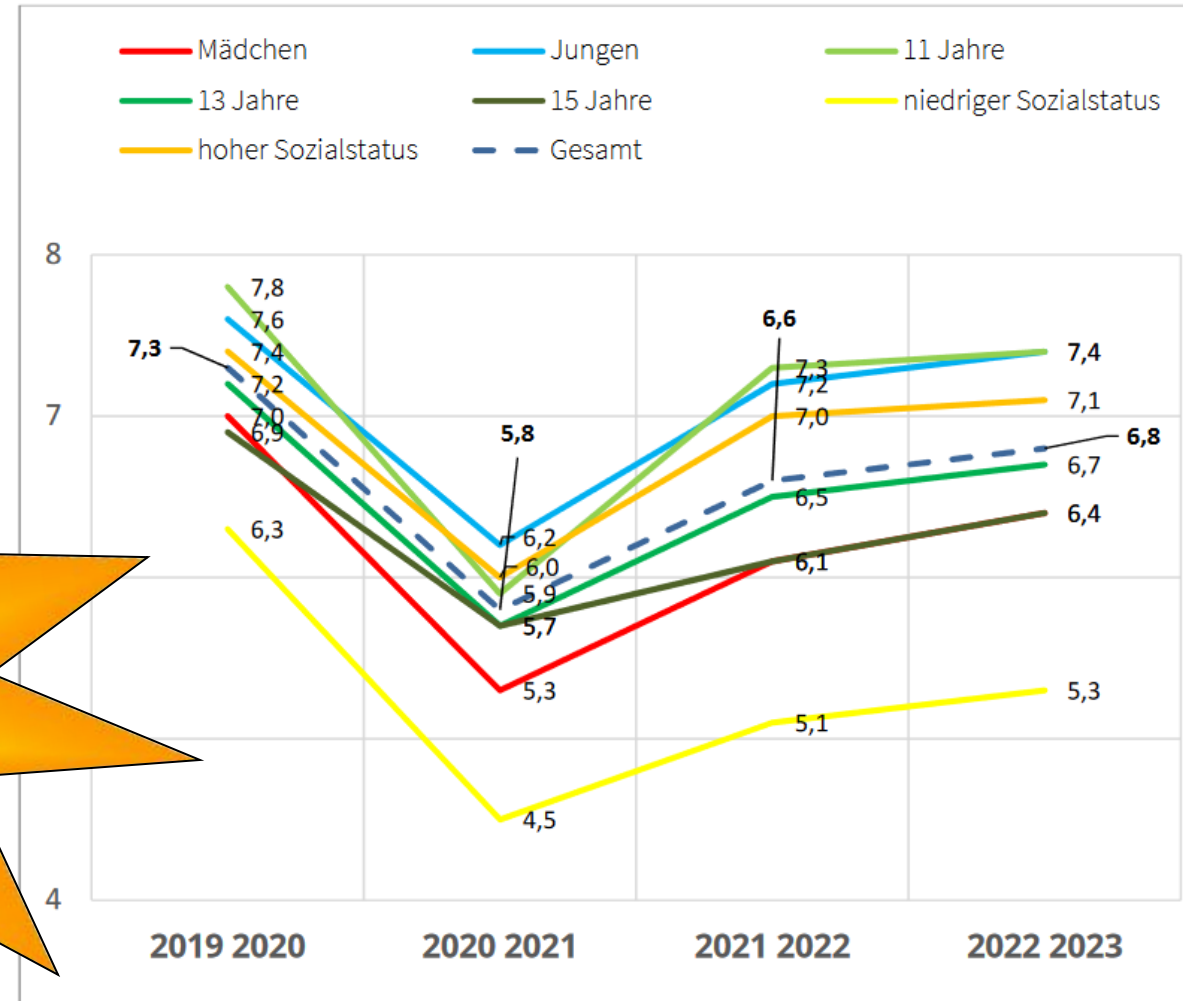


Abbildung 6. Lebenszufriedenheit; Mittelwerte auf einer Skala 0 (niedrig) bis 10 (hoch) im wiederholten Querschnitt von 2019 bis 2023.

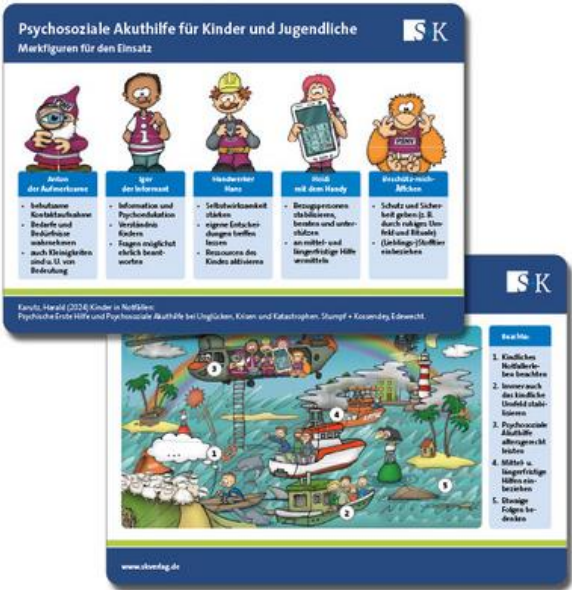


unicef  
**FOTO**  
DES JAHRES

seit 2000



# Weiterführende Literatur





**www.harald-karutz.de**



STARTSEITE

PERSÖNLICHES

VERÖFFENTLICHUNGEN

BERATUNG

FORSCHUNG

SEMINARE

AKTUELLES

# Prof. Dr. Harald Karutz

## Notfallvorsorge & Psychosoziales Krisenmanagement

# Zum Abschluss – Eva Strittmatter

In dieser Welt zu leben,  
Die so gewaltig ringt und schreit  
Vor Hass und Hunger, Lüge und Neid,  
Und sich drüber hinwegzuheben,  
So dass man vertrauensvoll sprechen kann  
Zu einem Kind: das Leben ist gut,  
Ist eigentlich mehr, als man leisten kann.  
Dazu gehört ein Über-Mut.  
Oder Glaube, den ich in nichts besitze.  
Ich fürchte des Wahnsinns Vernichtungsblitze.  
Und doch sage ich: Das Leben ist gut.



# Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!

[www.medicalschool-hamburg.de](http://www.medicalschool-hamburg.de)  
[www.harald-karutz.de](http://www.harald-karutz.de)

MSH Medical School Hamburg GmbH  
University of Applied Sciences and Medical University  
[harald.karutz@medicalschool-hamburg.de](mailto:harald.karutz@medicalschool-hamburg.de)