

Pressemitteilung

AOK-Kindergesundheitsatlas: 8 Prozent der Eltern im Rheinland und in Hamburg vermuten bei ihren Kindern eine psychische Erkrank- kung

Psychische Gesundheit im Fokus: Eltern beschäftigen sich intensiv mit der psychischen Gesundheit ihrer Kinder. Jedes 12. Kind zeigt aus ihrer Sicht psychische Auffälligkeiten, ohne bereits eine Diagnose zu haben. Die Woche der seelischen Gesundheit soll Aufmerksamkeit schaffen.

Düsseldorf/Hamburg, 13. Oktober 2026

Vom 10. bis 20. Oktober 2026 findet bundesweit die Woche der seelischen Gesundheit statt. Sie steht unter dem Motto „Miteinander statt nebeneinander - für eine Gesellschaft, in der Psyche zählt“. Ein Thema, das auch viele Familien im Rheinland und in Hamburg betrifft.

Der Kindergesundheitsatlas der AOK Rheinland/Hamburg zeigt: 4 Prozent der Eltern von 0- bis 17-jährigen Kinder und Jugendlichen aus Hamburg und dem Rheinland berichten, dass ihre Kinder eine diagnostizierte psychische Erkrankung, Persönlichkeits- oder Verhaltensstörung haben. Doppelt so viele (8 Pro-

zent) der befragten Eltern vermuten, dass ihr Kind unter einer psychischen Erkrankung leiden könnte oder bereits daran erkrankt ist. Die Ergebnisse weisen darauf hin, dass psychische Erkrankungen für Eltern häufig vor einer gesicherten Diagnose sichtbar werden. Sie nehmen psychische Auffälligkeiten ihrer Kinder damit bereits wahr, bevor eine gesicherte Diagnose vorliegt. Auch ein Vergleich mit den AOK-Routinedaten von 2024 zeigt eine deutliche Lücke: Die in der Studie ermittelten Diagnosequoten von 4 Prozent liegen weit unter den tatsächlichen Prävalenzen, die in den Routinedaten bei 14 Prozent liegen.

Fast jedes 10. Elternteil befürchtet psychische Erkrankung seines Kindes

Der doppelt so hohe Anteil an Vermutungen spiegelt die hohe öffentliche Aufmerksamkeit für Entwicklungsauffälligkeiten wider. Da psychische Erkrankungen gegenwärtig stark im Fokus der Öffentlichkeit stehen und viele verschiedene Informationsquellen verfügbar sind, suchen Eltern gezielt nach Antworten, um Warnsignale frühzeitig erkennen und einordnen zu können.

Unter die vermuteten Erkrankungen der 0- bis 17-Jährigen fallen laut Elternangaben Angst- oder Anpassungsstörungen, Depressionen, Störungen des Sozialverhaltens, starke emotionale Instabilität sowie Bindungs- oder Beziehungsstörungen (jeweils 3 Prozent). Weitere jeweils 2 Prozent der Eltern vermuten Essstörungen, Zwangsverhalten, Tic-Störungen oder Schlafstörungen.

Steigende Zahlen mit zunehmendem Alter

Die Auswertungen im AOK-Kindergesundheitsatlas 2026 zeigen, dass die Diagnosehäufigkeit laut Elternangaben mit dem Alter zunimmt: Von 1 Prozent bei den Kleinsten (0 bis 2 Jahre) bis zu 7 Prozent bei den 14- bis 17-Jährigen. Zwischen Jungen und Mädchen bestehen keine signifikanten Unterschiede.

Laut Elternangaben variiert der Anteil vermuteter psychischer Erkrankungen weniger stark zwischen den Altersgruppen, von 5 Prozent bei 0- bis 2-Jährigen bis 9 Prozent bei 11- bis 13-Jährigen. Psychische Auffälligkeiten werden zwar mit zunehmendem Alter häufiger von Eltern berichtet, sind aber bereits bei Kleinkindern (ab 0–2 Jahren) mit einem Anteil von 5 Prozent präsent.

Ein Blick auf die Lebensumfelder der Kinder macht deutlich, dass hier ein Zusammenhang besteht: Kinder und Jugendliche verbringen einen großen Teil ihres Alltags nicht nur im Elternhaus, sondern auch in Kita, Schule oder Freizeitgruppen. Dort sind sie mitunter zusätzlichen Belastungen wie Stress, Leistungsdruck, Mobbing oder Zukunftsangst ausgesetzt, die ihr psychisches Wohlbefinden beeinflussen können.

Bei 14 Prozent der Kinder und Jugendlichen zeigt sich mindestens ein negatives Anzeichen für geringes Wohlbefinden in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen. Tendenziell nehmen die Beschwerden auch mit zunehmendem Alter zu. So zeigt laut Elternangaben bei den 14- bis 17-Jährigen rund jeder 5. Jugendliche (21 Prozent) mindestens ein Belastungsanzeichen.

Psychische Erkrankungen belasten Kinder und Eltern

Im Vergleich zu anderen Erkrankungen berichten Eltern bei psychischen Auffälligkeiten oder Diagnosen am häufigsten von starken Belastungen. Fast die Hälfte (47 Prozent) sieht starke Belastungen für das Kind, wenn eine psychische Erkrankung vermutet wird. Bei bereits diagnostizierten Fällen sind es sogar drei Fünftel (61 Prozent). Eltern betroffener Kinder berichten noch häufiger von starken eigenen Belastungen: Bei vermuteten Erkrankungen sind es 56 Prozent, bei diagnostizierten Fällen sogar über zwei Drittel (69 Prozent), deutlich mehr als bei den Kindern selbst.

Die Ergebnisse verdeutlichen, dass Kindergesundheit in verschiedenen Lebensumfeldern beeinflusst wird. Bildungs- und Betreuungseinrichtungen nehmen dabei eine besondere Rolle ein: Kindergarten und Schule liefern bei psychischen Erkrankungen, Persönlichkeits- oder Verhaltensstörungen wichtige Hinweise für elterliche Krankheitsvermutungen. Dabei geht es vor allem um frühes Wahrnehmen, Begleiten und Sensibilisieren. Zudem dienen sie auch als Lernort, an dem Kinder von klein auf Achtsamkeit und Resilienz erlernen können.

„Damit Kinder gesund aufwachsen können und Familien im Alltag die Unterstützung erhalten, die sie brauchen, müssen alle relevanten Akteure, von Kitas und Schulen über Krankenkassen bis hin zu kommunalen Einrichtungen, eng zusammenarbeiten. Entscheidend sind dabei klare Zuständigkeiten und ein gemeinsames Verständnis davon, wie wir Kindergesundheit durch Prävention und Gesundheitsförderung nachhaltig stärken können“, sagt Sabine Deutscher, Vorstandsmitglied der AOK Rheinland/Hamburg. „Wie das bereits bei den Jüngsten gelingen kann, zeigt unser Präventionsprogramm JolinchenKids. Es vermittelt Kindern auf spielerische Weise, was sie gesund und stark macht, und unterstützt Kitas dabei, Gesundheit fest im Alltag zu verankern. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf dem seelischen Wohlbefinden. Kinder lernen, ihre sozialen Kompetenzen zu stärken, Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu entwickeln und ein positives Selbstbild aufzubauen. Gleichzeitig nimmt das Programm auch die Gesundheit der Erziehenden in den Blick.“

Kindergesundheitsatlas

Der Kindergesundheitsatlas der AOK Rheinland/Hamburg beruht auf einer repräsentativen Online-Befragung von 5.000 Eltern im Rheinland und in Hamburg. Durchgeführt wurde die Befragung von der IMK GmbH – Institut für angewandte Marketing- und Kommunikationsforschung. Weitere Informationen finden Sie unter: [Kindergesundheitsatlas für Rheinland & Hamburg](#)