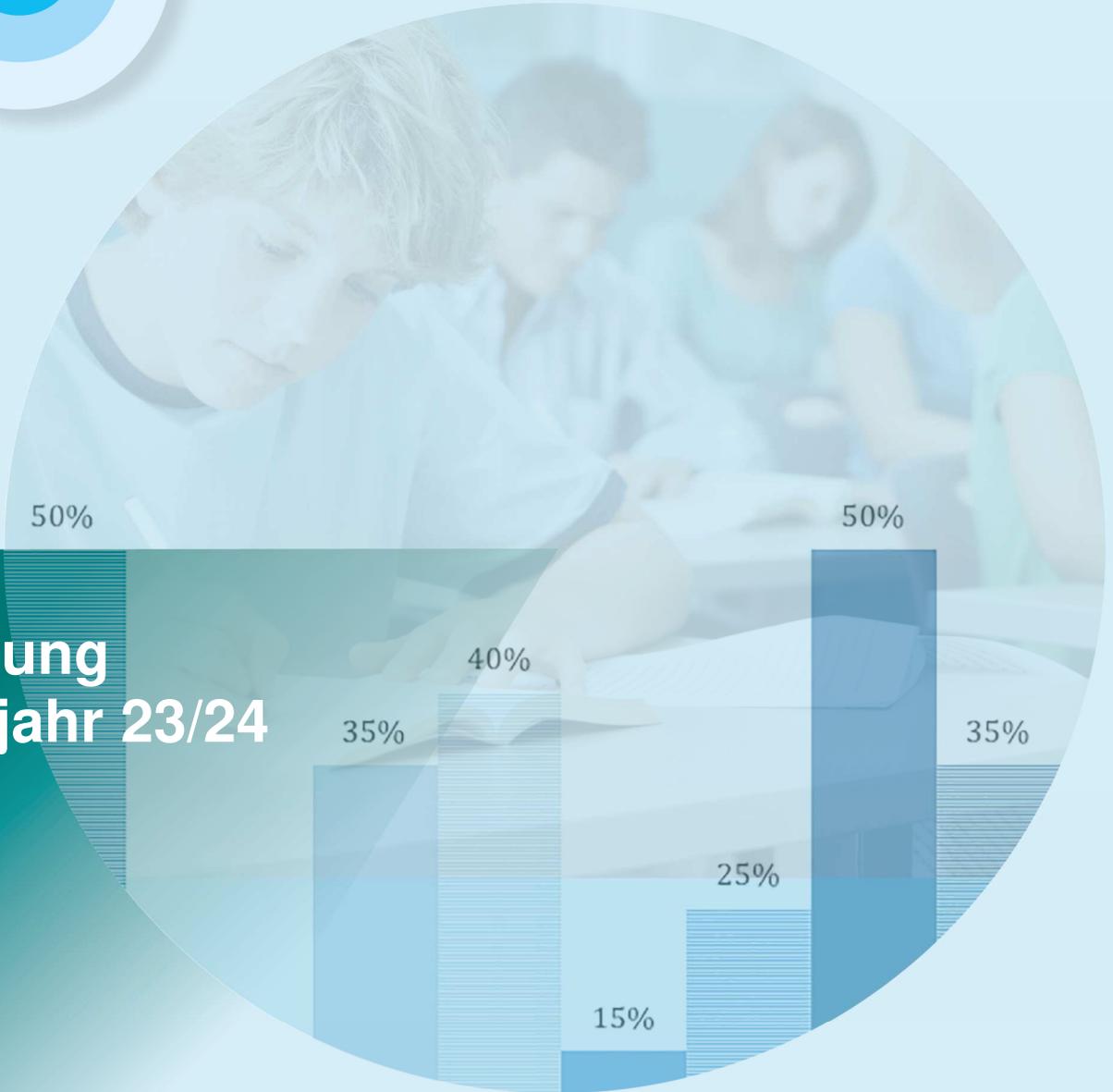




Präventionsradar



**Erhebung
Schuljahr 23/24**

Kinder- und Jugendgesundheit in Schulen

**Ergebnisbericht für die
Max-Mustermann-Schule in Musterhausen**

Verantwortlich für den Inhalt:

 **IFT-NORD**

Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung
IFT-Nord gGmbH
Harmsstraße 2, 24114 Kiel

Autor/innen:

Dr. Julia Hansen
Clemens Neumann
Prof. Dr. Reiner Hanewinkel

IFT-Nord, Kiel, 2024

Der Präventionsradar wird gefördert
durch die DAK-Gesundheit.


DAK
Gesundheit
Ein Leben Lang

23.154

beteiligte Kinder und Jugendliche
aus den Jahrgangsstufen 5 bis 10
im Schuljahr 2023/2024, im
Durchschnitt 13 Jahre alt

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser,

wir freuen uns sehr, Ihnen auf den folgenden Seiten die Ergebnisse des Präventionsradars für das Schuljahr 2023/2024 vorstellen zu können. Die Befragungen fanden von November 2023 bis Februar 2024 in mehr als 1000 Klassen statt.

Wir möchten an dieser Stelle allen Schülerinnen und Schülern sowie ihren Lehrkräften danken, die an der Studie teilgenommen haben.

Für jede der über 100 teilnehmenden Schulen wurde ein individueller Schulbericht erstellt. Darin finden sich Ergebnisse zum Wohlbefinden im schulischen Umfeld, zu Mobbing und schulbezogenen Ängsten, zu Schlaf und körperlichen Beschwerden, zu Ernährung, Bewegung und Substanzkonsum. Wie in den Vorjahren machten die Schülerinnen und Schüler Angaben zur täglichen Nutzungsdauer digitaler Medien.

Der Schulbericht ist kompakt aufgebaut. Das bedeutet, dass Sie zu jedem Thema sowohl die Ergebnisse Ihrer Schule als auch die Ergebnisse der Gesamtstichprobe (aller befragten Schülerinnen und Schüler) in einer Abbildung finden.

Sollten Sie Fragen zu den dargestellten Ergebnissen, Anregungen oder Rückmeldungen haben, sprechen Sie uns gerne an. Vielen Dank!

Mit freundlichen Grüßen
Ihr Präventionsradar-Team vom IFT-Nord



Prof. Dr. Reiner Hanewinkel
Geschäftsführender Direktor



Dr. Julia Hansen
Projektleiterin



Clemens Neumann
Wissenschaftlicher Mitarbeiter



Inhaltsverzeichnis

1	Allgemeine Informationen zur Studie.....	1
2	Der vorliegende Schulbericht	3
3	Die Teilnehmenden.....	4
3.1	Die Stichprobe der Max-Mustermann Schule.....	4
3.2	Die Gesamtstichprobe	5
4	Ergebnisse zum Wohlbefinden im schulischen Umfeld.....	6
4.1	Wohlbefinden in der Schule.....	7
4.2	Wohlbefinden in der Klasse	8
4.3	Mobbing/Cybermobbing.....	9
4.4	Schulbezogene Ängste	13
4.5	Schulstress	19
4.6	Zukunftsperspektiven	21
4.7	Essensangebot in der Schule.....	22
5	Ergebnisse zur körperlichen und psychischen Gesundheit	23
5.1	Allgemeiner Gesundheitszustand	24
5.2	Körperliche Beschwerden	25
5.3	Essverhalten	26
5.4	Emotionale Probleme und Verhaltensprobleme	31
5.5	Stress.....	34
5.6	Lebenszufriedenheit	35
5.7	Einsamkeit.....	36
5.8	Wohlbefindensindex.....	37
5.9	Schlaf.....	38
5.10	Krisenbezogene Zukunftsängste	41
6	Ergebnisse zu Aktivitätslevel und Mediennutzung.....	42
6.1	Aktivitätslevel.....	43
6.2	Mediennutzungsdauer	45
6.3	Influencer in den sozialen Medien	46
7	Ergebnisse zu Substanzkonsum	49
7.1	Überblick über den aktuellen Substanzkonsum	50
7.2	Energydrinks	51
7.3	Alkohol	52
7.4	Zigaretten.....	54
7.5	E-Zigaretten und E-Shishas	55
7.6	Shishas/Wasserpfeifen	56
7.7	Cannabis.....	57
8	Nächste Schritte.....	58
9	Präventionsradar 2024/2025.....	59



1 Allgemeine Informationen zur Studie

Seit dem Schuljahr 2016/2017 wird die schulbasierte Fragebogenstudie zur Kinder- und Jugendgesundheit in Deutschland („Präventionsradar“) jährlich an Schulen durchgeführt. Schüler/innen aus 14 Bundesländern können an den Befragungen teilnehmen, mit Ausnahme von Bayern und dem Saarland.

Ziel

Das Ziel des Präventionsradars ist es, die Präventionsarbeit in Schulen stärker an die Bedürfnisse der Schüler/innen anzupassen. Der Schulbericht bietet Schulen einen Überblick über das Verhalten ihrer Schülerschaft. So können Handlungsfelder für die Präventionsarbeit leichter identifiziert werden

Studiendesign

Kombination aus Quer- und Längsschnitt
Aufgrund des Längsschnittes erfolgt eine Kodierung mittels siebenstelligen Codes, den sich die Schüler/innen nach einem bestimmten Schema selbst geben.

Wiederholte Befragungen

Es ist erwünscht, dass Schulen sich über mehrere Jahre an der Studie beteiligen. Allerdings nehmen nicht alle Schulen wiederholt teil, sodass die Stichproben der Befragungswellen aufgrund der Fluktuation nicht identisch sind. Eine direkte Vergleichbarkeit im Sinne einer Verbesserung oder Verschlechterung verschiedener Ergebnisbereiche ist daher nicht eindeutig gegeben.

Ablauf

Allgemeinbildende, weiterführende Schulen können Klassen der Jahrgangsstufen 5 bis 10 online auf www.praeventionsradar.de zur Teilnahme anmelden. Schüler/innen der angemeldeten Klassen füllen einmal jährlich im Klassenverband einen Fragebogen zu verschiedenen Gesundheits- und Schulthemen aus. Die Ausfülldauer beträgt in der Regel nicht länger als 45 Minuten pro Schuljahr und wird in den meisten Fällen online durchgeführt.

Fragen

Die Teilnehmenden beantworteten im Schuljahr 2023/2024 u.a. Fragen zu:

Wohlbefinden in der Schule (u.a. Mobbing, Ängste, Schulstress, Schulesen), körperlichem und psychischem Wohlbefinden (u.a. Stress, Lebenszufriedenheit), Bewegung und Medien sowie Substanzkonsum (u.a. Alkohol, Zigaretten, E-Zigaretten, Cannabis (ab Stufe 7), Shisha).



Gewichtung der Gesamtstichprobe

Den Berechnungen liegt ein Gewichtungsfaktor zugrunde, der möglichen Verzerrungen der Ergebnisse entgegenwirkt. Verzerrungen können auftreten, wenn bestimmte Gruppen in der Stichprobe stärker vertreten sind als in der Bundesrepublik Deutschland üblich, beispielsweise ein höherer Anteil an Gymnasiasten. Die Berechnung des Gewichtungsfaktors basiert auf Daten des Statistischen Bundesamtes. Der Gewichtungsfaktor wird für das Alter, das Geschlecht und den Schultyp angepasst. Es werden ausschließlich die Ergebnisse der Gesamtstichprobe gewichtet. Die Ergebnisse für die einzelnen Schulen werden ungewichtet berichtet.

Verwendung der Ergebnisse

Auswertungen für den Schulbericht erfolgen auf Jahrgangsebene. Die Ergebnisse werden in der Regel für zwei Jahrgänge zusammengefasst dargestellt (Klassenstufen 5+6, 7+8, 9+10).

Die Daten der Studie werden zu Forschungszwecken weiterverwendet. In den letzten Jahren wurden Artikel in verschiedenen Fachzeitschriften publiziert. Im Jahr 2023 wurden Publikationen zu den Trends des Rauchens, Rauschtrinkens und Kiffens bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland von 2016 bis 2023 veröffentlicht. Eine Publikationsliste ist einzusehen unter:

<https://www.ift-nord.de/de/publikationen/projektbezogene-publikationsliste#praeventionsradar>



Sie möchten wissen, wie die Daten wissenschaftlich weiterverwendet werden?

Die entstandenen Publikationen sind unter folgendem Link gelistet:

<https://www.ift-nord.de/de/publikationen/projektbezogene-publikationsliste#praeventionsradar>

Rechtliches

Die Teilnahme ist freiwillig.

Die Studie wurde von den Aufsichtsbehörden der Bundesländer genehmigt und von der Ethikkommission der Deutschen Gesellschaft für Psychologie als ethisch unbedenklich bewertet.

Es gilt grundsätzlich, dass einzelne Schüler/innen zu keinem Zeitpunkt anhand der Ergebnisse von Schulpersonal oder Dritten identifiziert werden können.

2 Der vorliegende Schulbericht

In dem vorliegenden Bericht finden Sie ausgewählte deskriptive Ergebnisse der Befragung im Schuljahr 2023/2024. In der Regel werden relative Häufigkeiten berichtet.

Die Ergebnisse sind in folgende übergeordnete Themenfelder untergliedert:

- Wohlbefinden im schulischen Umfeld
- Körperliche Beschwerden und psychische Gesundheit
- Aktivität und Mediennutzung
- Substanzkonsum



Gesamtstichprobe = alle Schüler/innen der Studie

Schulstichprobe = Schüler/innen der
Max-Mustermann-Schule

Wenn Sie Gegenüberstellungen mit der Gesamtstichprobe vornehmen, sollten Sie beachten, dass die Zusammensetzung der Schulstichprobe von der Gesamtstichprobe der Studie abweichen kann. Dies ist insbesondere dann der Fall, wenn nur bestimmte Klassenstufen der Sekundarstufe 1 Ihrer Schule teilnehmen. Das Kapitel 3 gibt Auskunft über die Zusammensetzung der Gesamtstichprobe sowie der Schulstichprobe.

Um die Ergebnisse übersichtlicher darzustellen, wurden in einigen Abbildungen nur ausgewählte Prozentbereiche gezeigt. Die Balkenlängen basieren auf ungerundeten Werten, die Prozentwerte sind gerundet und ohne Nachkommastellen dargestellt. Daher kann es vorkommen, dass Balkenlängen bei gleichen Dezimalzahlen innerhalb einer Grafik variieren.

Wenn ein „k.A.“ vorliegt, bedeutet dies, dass keine Auswertungen gemacht wurden. Dies ist dann der Fall, wenn die Anzahl der Befragten zu gering und somit eine Auswertung nicht möglich war.

Bitte beachten Sie: Die Erläuterungen in Textform zu den einzelnen Ergebnissen beziehen sich immer auf die Gesamtstichprobe und nicht auf die Schulergebnisse. Die Ergebnisse Ihrer Schule können Sie den Abbildungen entnehmen.



3

Die Teilnehmenden

507

Schüler/innen
im Schuljahr 2023/2024
Anteil an der Gesamtstichprobe
2,2%

3.1 Die Stichprobe der Max-Mustermann Schule

Im Schuljahr 2023/2024 beteiligten sich insgesamt 507 Schüler/innen am Präventionsradar. Die nachfolgende Tabelle gibt einen Überblick über die Anzahl der teilnehmenden Schüler/innen und die Anzahl der Klassen in den Jahrgangsstufen, das Geschlechterverhältnis und das mittlere Alter. Alle Befragungszeitpunkte seit dem Beginn der Studie im Schuljahr 2016/2017 bis zur aktuellen Befragung im Schuljahr 2023/2024 sind aufgeführt.

Tabelle 1. Allgemeine Angaben zur Schulstichprobe

Schuljahr	Jahrgangsstufen	Anzahl SuS*	Anzahl Klassen	Anteil Mädchen	Mittleres Alter (Jahre)
Welle 1 2016/2017	Gesamt	-	-	-	-
Welle 2 2017/2018	Gesamt	-	-	-	-
Welle 3 2018/2019	Gesamt	-	-	-	-
Welle 4 2019/2020	Gesamt	-	-	-	-
Welle 5 2020/2021	Gesamt	-	-	-	-
Welle 6 2021/2022	Gesamt	332	23	50%	13,0
Welle 7 2022/2023	Gesamt	441	25	49%	13
Welle 8 2023/2024	5 und 6	155	11	46%	11,0
	7 und 8	171	8	46%	13,1
	9 und 10	181	8	49%	15,1
	Gesamt	507	27	48%	13,3

*SuS= Schülerinnen und Schüler



3.2 Die Gesamtstichprobe

Im Schuljahr (2023/2024) beteiligten sich 107 Schulen mit 23.154 Schüler/innen aus 1.449 Klassen am Präventionsradar.

Im Mittel waren die Schüler/innen 13,2 Jahre alt. In der Stichprobe vertretene Schulformen sind Gemeinschaftsschulen, (integrierte/ kooperative) Gesamtschulen, Gymnasien, (verbundene) Haupt-, Mittel- und Realschulen, Oberschulen, (erweiterte) Realschulen, Realschulen plus, Regelschulen, regionale Schulen, (integrierte) Sekundarschulen.

62 Prozent der Schüler/innen besuchten ein Gymnasium. Die nachfolgende Tabelle gibt einen Überblick über die Stichprobe im Schuljahr 2023/2024 sowie zum Vergleich die Angaben zu den Stichproben aus den vorherigen Erhebungswellen.

23.154

Schüler/innen
wurden im Schuljahr 2023/2024 befragt

Tabelle 2. Allgemeine Angaben zur Gesamtstichprobe der acht Befragungswellen

Schuljahr	Jahrgangsstufen	Anzahl SuS*	Anzahl Klassen	Anteil Mädchen	Mittleres Alter (Jahre)
Welle 1 2016/2017	Gesamt	6.902	408	49%	13,0
Welle 2 2017/2018	Gesamt	9.271	528	49%	12,9
Welle 3 2018/2019	Gesamt	14.242	918	49%	13,0
Welle 4 2019/2020	Gesamt	16.843	1.053	49%	13,1
Welle 5 2020/2021	Gesamt	14.287	898	49%	13,0
Welle 6 2021/2022	Gesamt	17.877	1.102	50%	13,1
Welle 7 2022/2023	Gesamt	14.702	927	49%	13,2
Welle 8 2023/2024	5 und 6	6.074	397	51%	11,1
	7 und 8	8.915	546	52%	13,0
	9 und 10	8.165	506	53%	15,0
Gesamt		23.154	1.449	52%	13,2

*SuS= Schülerinnen und Schüler



4

Ergebnisse zum Wohlbefinden im schulischen Umfeld



4.1 Wohlbefinden in der Schule

Die Schüler/innen wurden gefragt, ob sie sich in ihrer Schule wohlfühlen. Die Antworten sind in der nachfolgenden Grafik einzusehen.

Die Mehrheit der Befragten gab an, dass sie sich in ihrer Schule wohlfühlen. Allerdings fühlten sich auch einige Schüler/innen im schulischen Umfeld unwohl. Insgesamt gaben 22 Prozent der Befragten an, sich unwohl zu fühlen. Bei älteren Befragten war dieser Anteil höher (28 Prozent) als bei Schüler/innen der siebten und achten Klasse (24 Prozent) sowie der fünften und sechsten Klasse (17 Prozent).

Fühlst du dich in deiner Schule wohl?

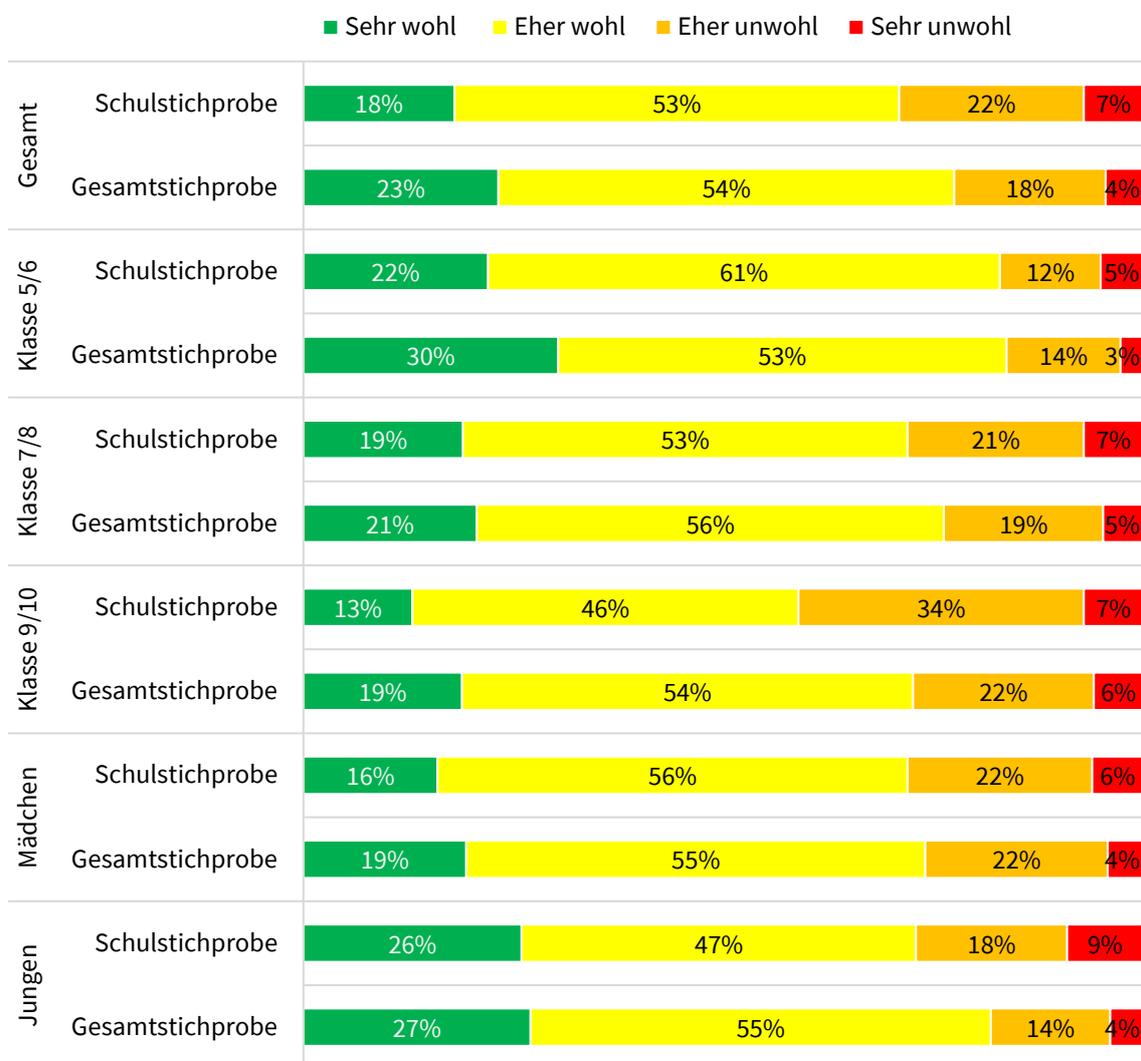


Abbildung 1. Prozentuale Anteile -> Wohlfühlen in der Schule



4.2 Wohlbefinden in der Klasse

Neben der Frage nach dem Wohlbefinden in der Schule wurden die Schüler/innen auch gefragt, ob sie sich in ihrer Klasse wohlfühlen. Die Antworten sind in der nachfolgenden Grafik einzusehen.

Die Mehrheit der Befragten fühlte sich wohl, was sich in der Gesamtstichprobe für alle Altersstufen zeigte. Allerdings fühlten sich nicht alle Befragten gleich wohl in ihrer Klasse. Die roten Balken kennzeichnen die Anteile derjenigen, die sich sehr unwohl fühlten, während die orangefarbenen Balken die Anteile derjenigen kennzeichnen, die sich eher unwohl fühlten.

Fühlst du dich in deiner Klasse wohl?

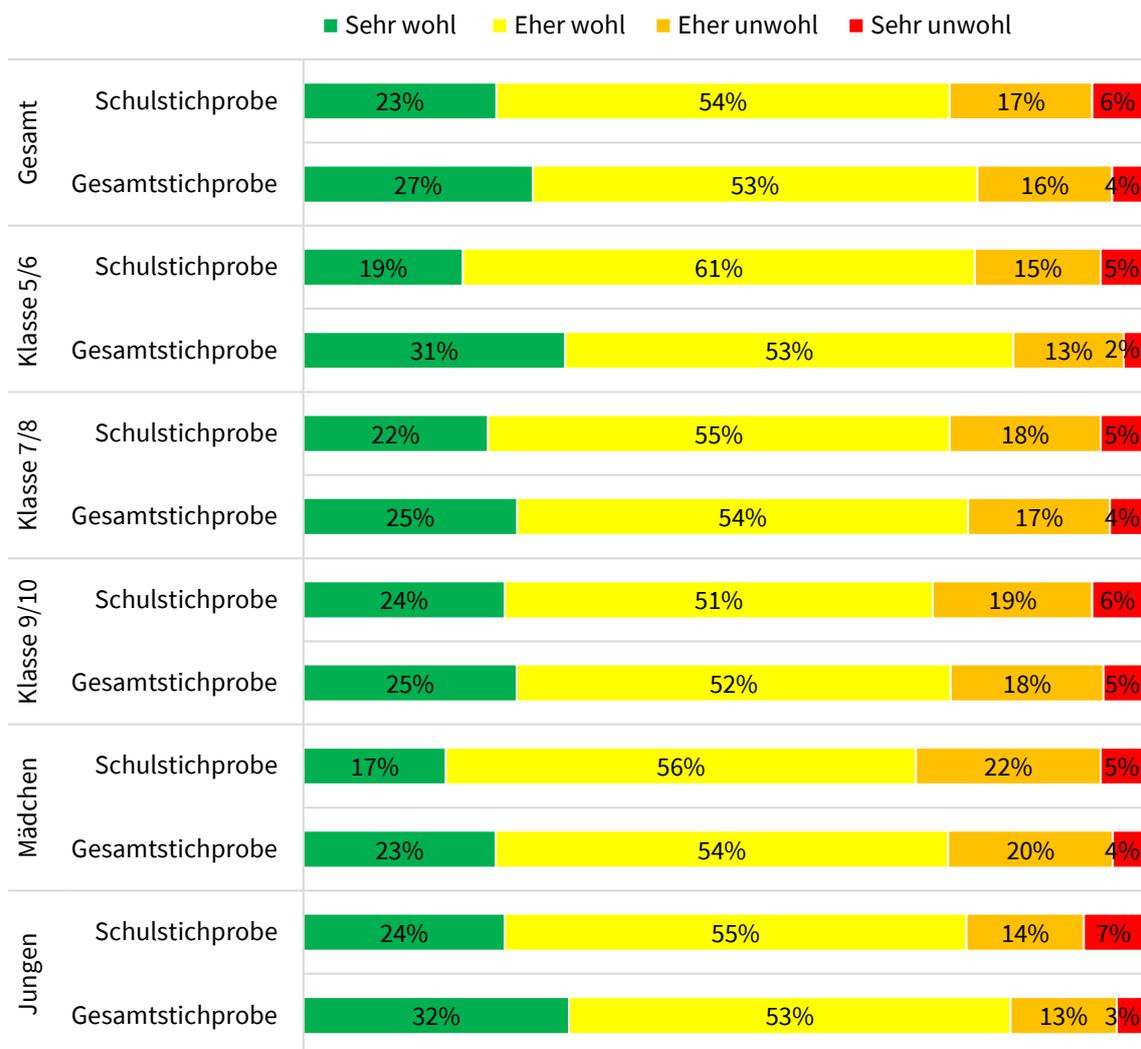


Abbildung 2. Prozentuale Anteile -> Wohlfühlen in der Klasse



4.3 Mobbing/Cybermobbing

Die Schüler/innen wurden befragt, wie oft sie in den letzten drei Monaten absichtlich in der Schule geärgert, angegriffen oder ausgegrenzt wurden und wie oft sie im Internet von anderen belästigt oder bloßgestellt wurden (Cybermobbing). Der Großteil der befragten Schüler/innen gab an, dies nicht erlebt zu haben. Allerdings haben 41 Prozent der Befragten angegeben, dass sie in der Schule Gewalt erlebt haben. 15 Prozent der Befragten wurden regelmäßig in der Schule geärgert, angegriffen oder ausgegrenzt - mindestens einmal pro Woche. 7 Prozent gaben an, dass sie dies täglich innerhalb der Schule erleben.

Rund 20 Prozent aller Befragten gaben an, im Internet bloßgestellt oder belästigt worden zu sein. 9 Prozent der Befragten erlebten Cybermobbing mindestens einmal in drei Monaten. Rund 5 Prozent machten diese Erfahrung etwa einmal im Monat. 3 Prozent berichteten, dies mindestens einmal pro Woche zu erleben und weitere 3 Prozent der Schüler/innen machten diese Erfahrungen täglich.

Die nachfolgende Grafik zeigt die Anteile für die Gesamt- und Schulstichprobe.

Gewalterfahrung in der Schule und Internet

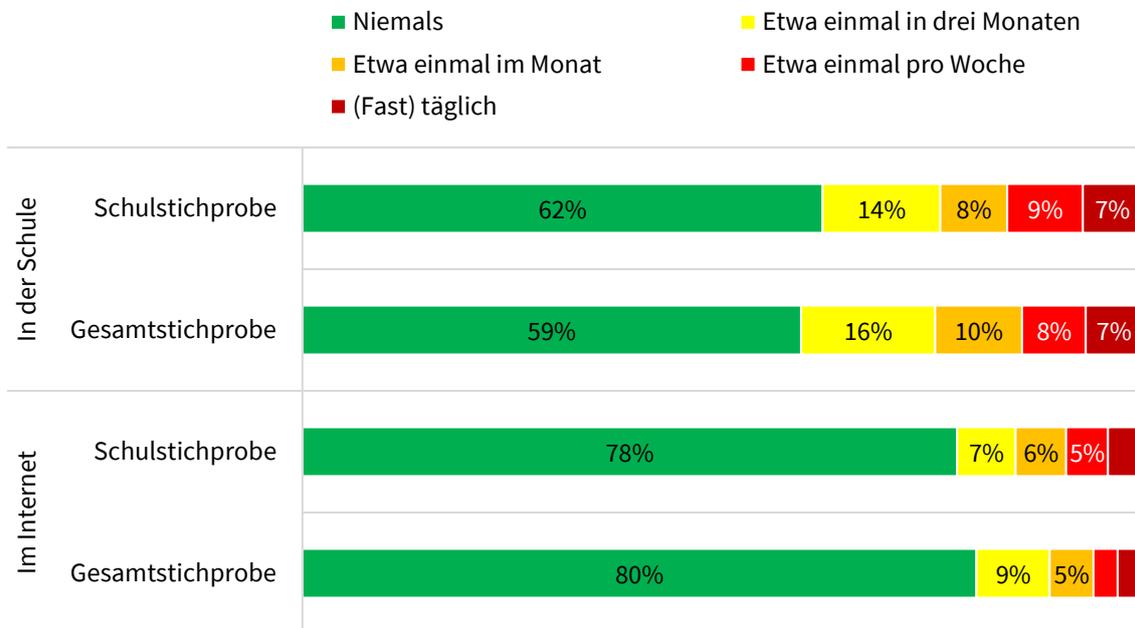


Abbildung 3. Prozentuale Anteile -> Befragte, die Gewalt in der Schule oder im Internet erfahren haben (Felder ohne Prozentangaben entsprechen 4 Prozent oder weniger)



Die nachfolgende Grafik zeigt den Anteil der Schüler/innen, die berichteten, mindestens einmal pro Monat in der Schule geärgert, angegriffen oder ausgegrenzt worden zu sein. Dies betrifft 25 Prozent, d. h. jede/n vierten Befragte/n.

Die Ergebnisse werden nach Klassenstufen und Geschlecht detailliert dargestellt. Es zeigen sich wenig Unterschiede in den Subgruppen der Gesamtstichprobe. Es deutet sich jedoch an, dass Jüngere etwas häufiger von Mobbing berichteten (27 Prozent).

Erlebtes Mobbing in der Schule (mindestens einmal pro Monat)

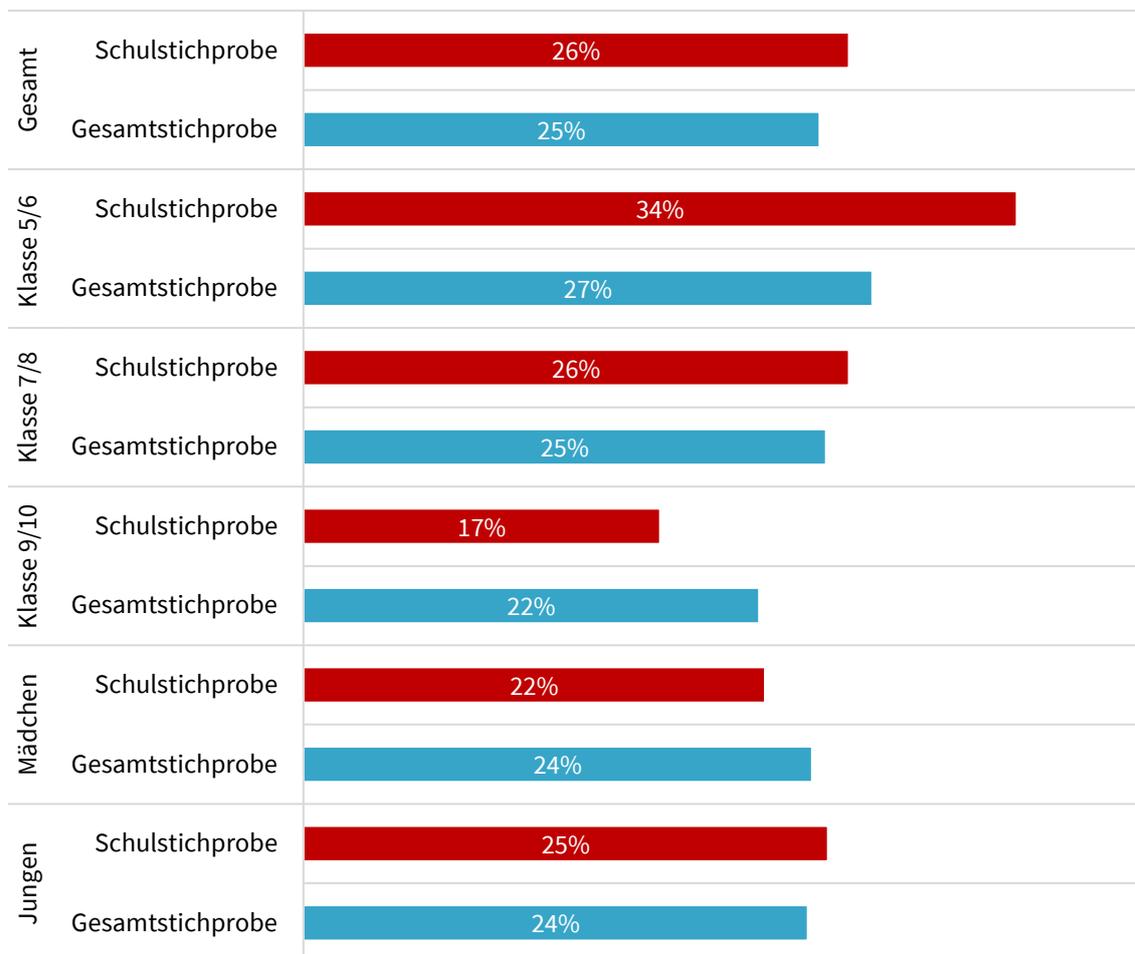


Abbildung 4. Prozentuale Anteile -> Befragte, die berichten mindestens einmal pro Monat Gewalt in der Schule erfahren zu haben



Die Grafik zeigt den Anteil der Schüler/innen, die mindestens einmal pro Monat im Internet be-
lästigt oder bloßgestellt wurden. Dies betrifft 11 Prozent der Schüler/innen. Ähnlich wie beim
Mobbing im Schulumfeld gibt es in der Gesamtstichprobe keine eindeutigen Unterschiede zwi-
schen den dargestellten Subgruppen.

Erlebtes Mobbing im Internet (mindestens einmal pro Monat)

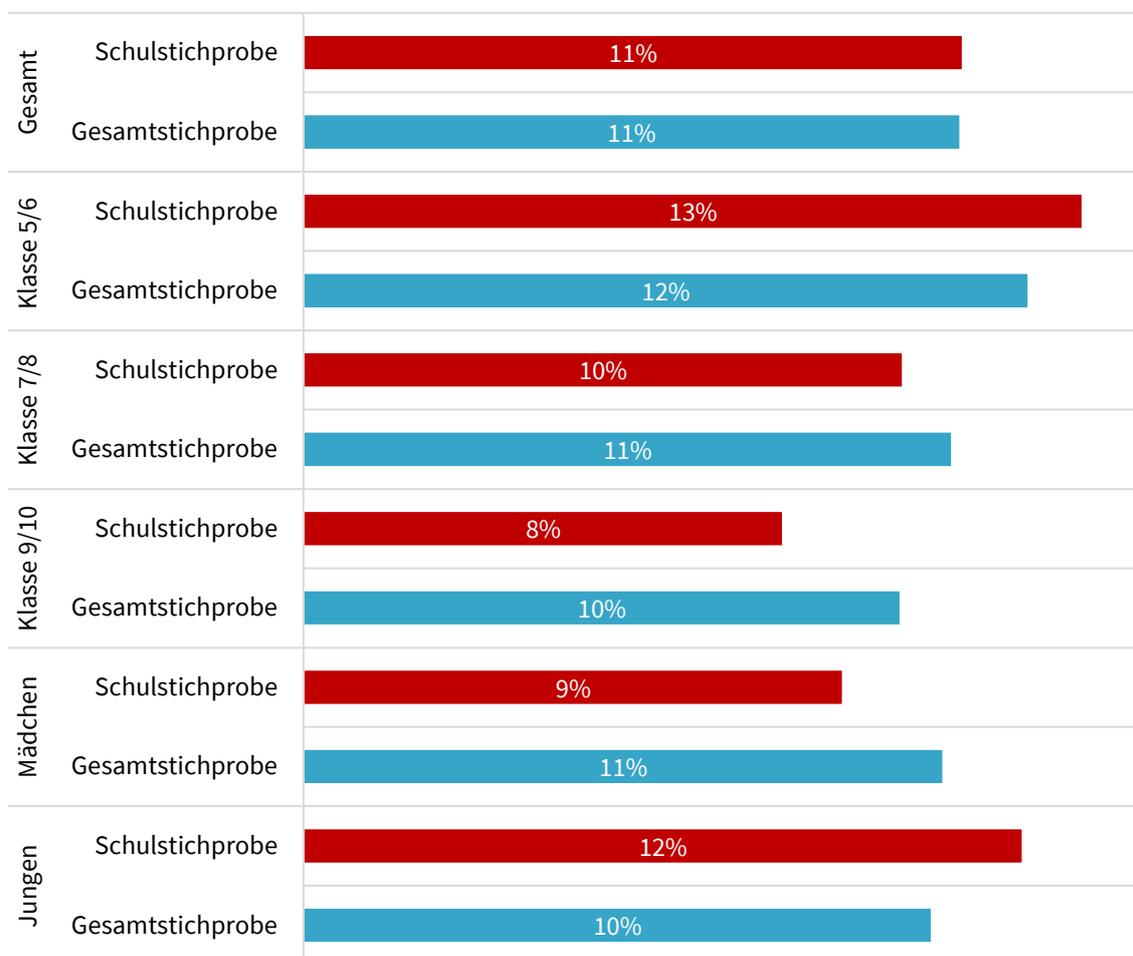


Abbildung 5. Prozentuale Anteile -> Befragte, die berichten mindestens einmal pro Monat über das Inter-
net bloßgestellt oder ausgegrenzt worden zu sein



Die Schüler/innen wurden gefragt, ob sie wissen, an wen sie sich in ihrer Schule wenden können, wenn sie Mobbing beobachten oder selbst davon betroffen sind. Hier ging es vor allem darum, zu erfassen, ob die Schüler/innen entsprechende Ansprechpersonen in der Schule kennen (z. B. Schulsozialarbeitende, Mobbingbeauftragte, Vertrauenslehrkräfte).

Insgesamt gaben rund drei Viertel aller Schüler/innen an, zu wissen, an wen sie sich im Fall von Mobbing an ihrer Schule wenden können.

Wenn Ihre Schule bereits im letzten Schuljahr teilgenommen hat ...

... finden Sie einige Abbildungen wieder und können den aktuellen Stand vergleichen.

Kenntnis über Ansprechpersonen in der Schule bei Mobbingvorkommen

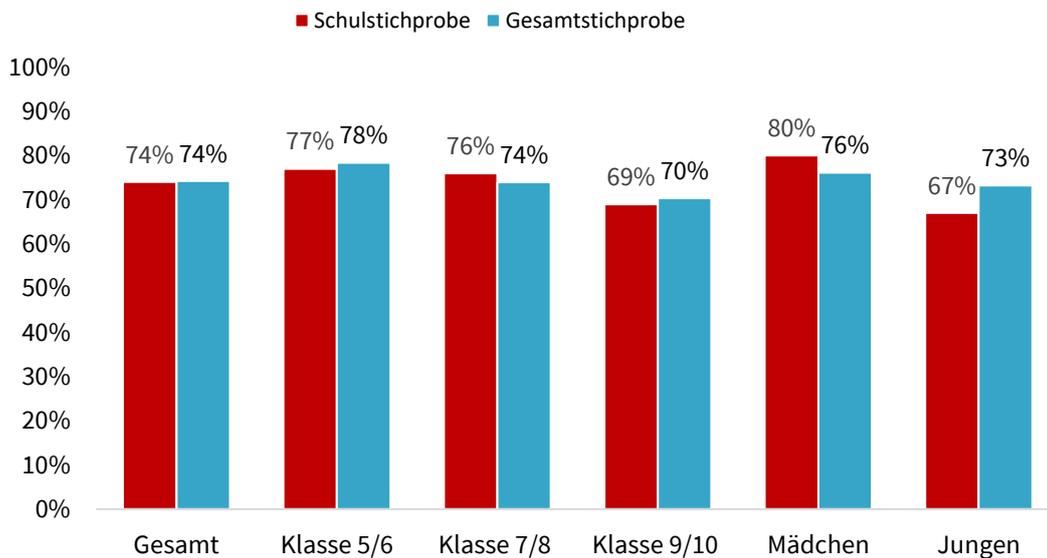


Abbildung 6. Prozentuale Anteile -> Befragte, die wissen, an wen sie sich in der Schule wenden können, wenn sie Mobbing erleben/beobachten



4.4 Schulbezogene Ängste

Die Schüler/innen wurden gefragt, ob es an der Schule andere Schüler/innen gibt, vor denen sie Angst haben. Die allermeisten Befragten verneinten dies, was in etwa drei Viertel der Befragten einschließt. Allerdings gab es auch Schüler/innen, die diese Art von Angst mitteilten. Die Anteile derjenigen mit Angst vor Mitschüler/innen im Schulumfeld waren größer unter den Jüngeren und unter Mädchen.

Angst vor anderen an der Schule

- Nein, keine Angst
- Ja, Angst vor eine/r Mitschüler/in
- Ja, Angst vor zwei Mitschüler/innen
- Ja, Angst vor mehr als zwei Mitschüler/innen

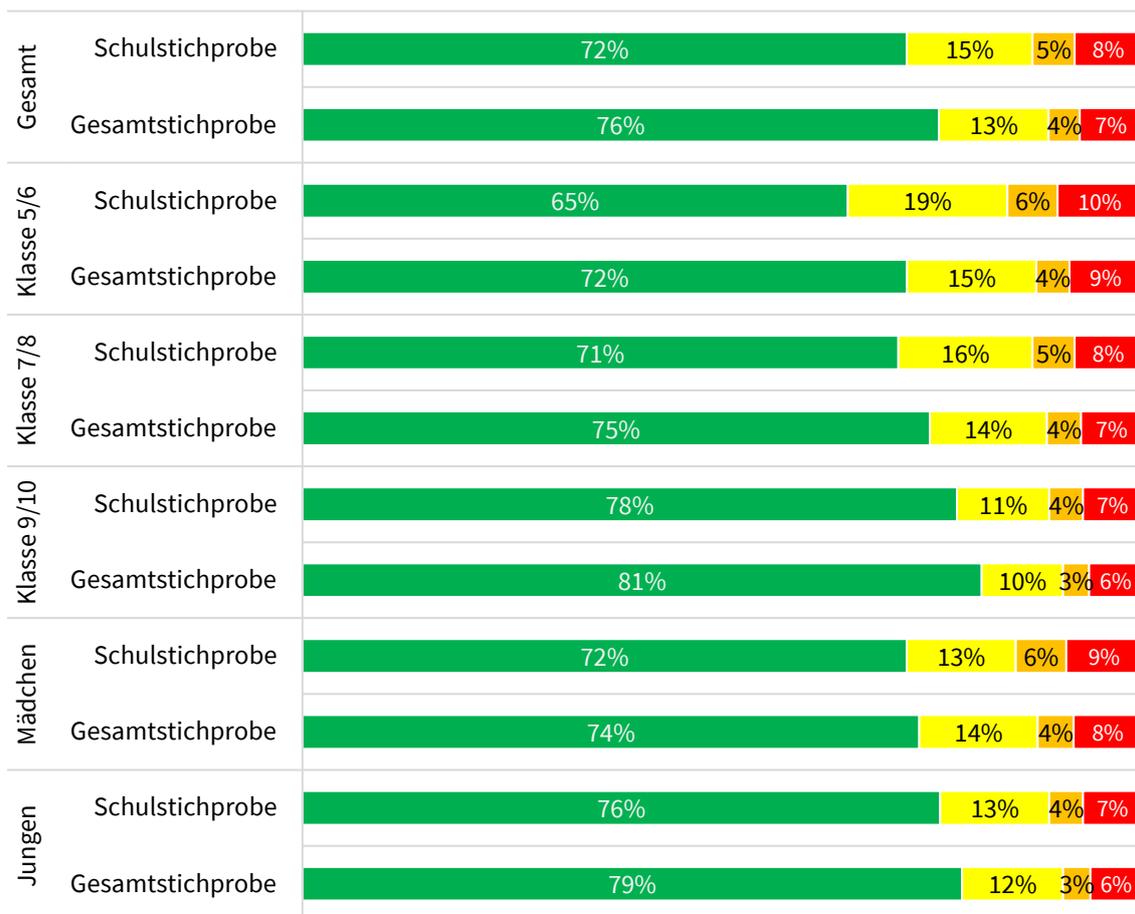


Abbildung 7. Prozentuale Anteile -> Angst vor anderen Schüler/innen



Schulbezogene Leistungsängste sind oft situationsgebundene Ängste. Die Schüler/innen wurden gefragt, ob sie in Prüfungssituationen Ängste erleben. Die nachfolgende Grafik zeigt den Anteil der Schüler/innen, die keine Angst, eher keine Angst, eher Angst oder Angst in Prüfungssituationen erleben. Insbesondere Mädchen zeigten Leistungsangst. In der Gesamtstichprobe von mehr als 23.000 Schüler/innen gaben 50 Prozent an, von Ängsten betroffen zu sein.

Angst vor Klassenarbeiten und Tests

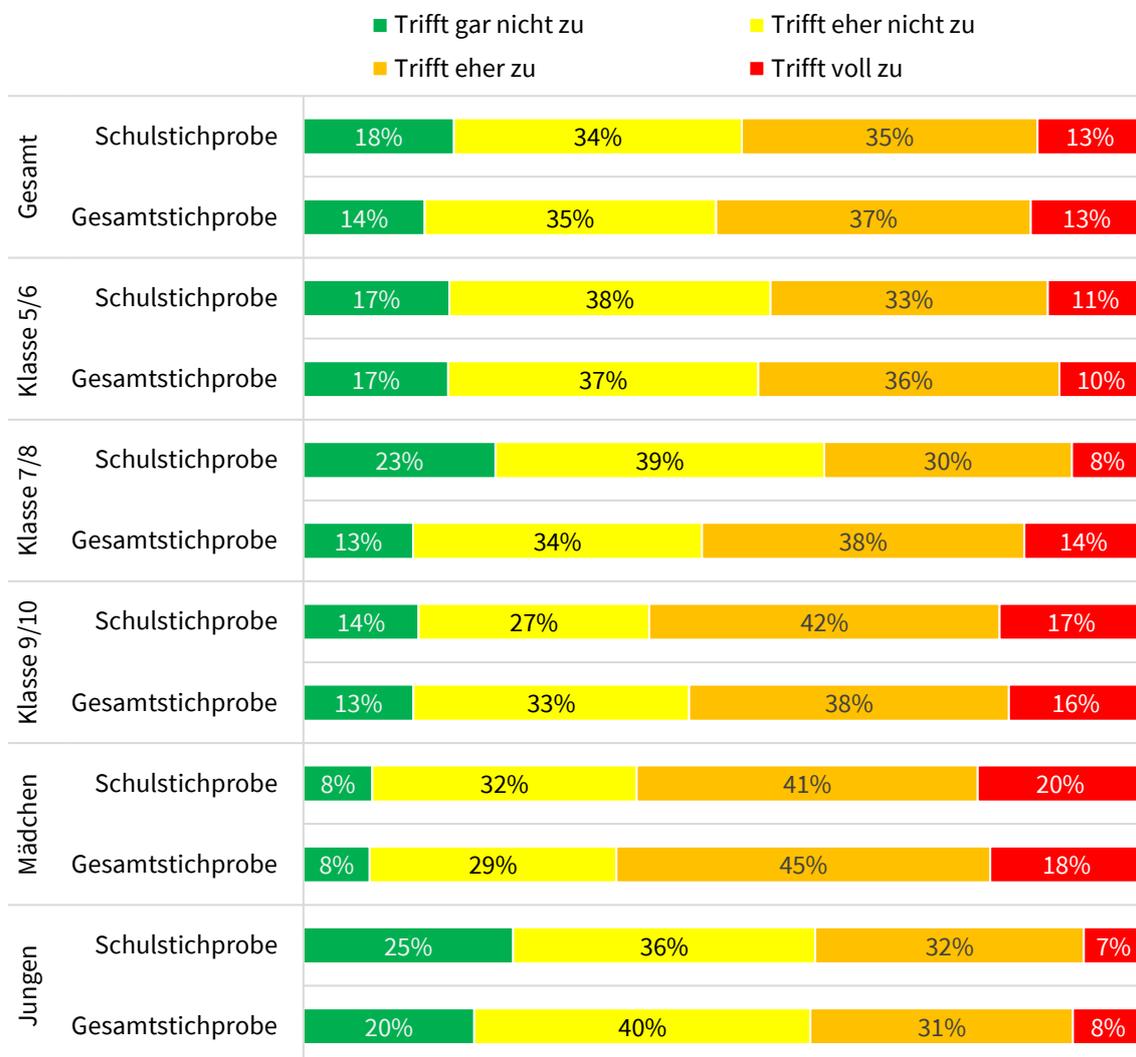


Abbildung 8. Prozentuale Anteile -> Angst vor Klassenarbeiten und Tests



Die Schüler/innen wurden nicht nur nach ihrer Angst vor Mitschüler/innen, Klassenarbeiten und Tests befragt, sondern auch nach ihrer Angst vor mündlicher Mitarbeit. Konkret wurde gefragt, ob sie Angst davor haben, im Unterricht drangenommen zu werden und etwas Falsches zu sagen. Auch hier zeigte sich deutlich, dass Schüler/innen Ängste haben: 52 Prozent aller Befragten bejahten die Frage nach Angst vor mündlicher Mitarbeit. Die Angst der Mädchen, sich mündlich am Unterricht zu beteiligen, war im Vergleich der Subgruppen am stärksten ausgeprägt (66 Prozent vs. 39 Prozent (Jungen)).

Angst vor mündlicher Mitarbeit

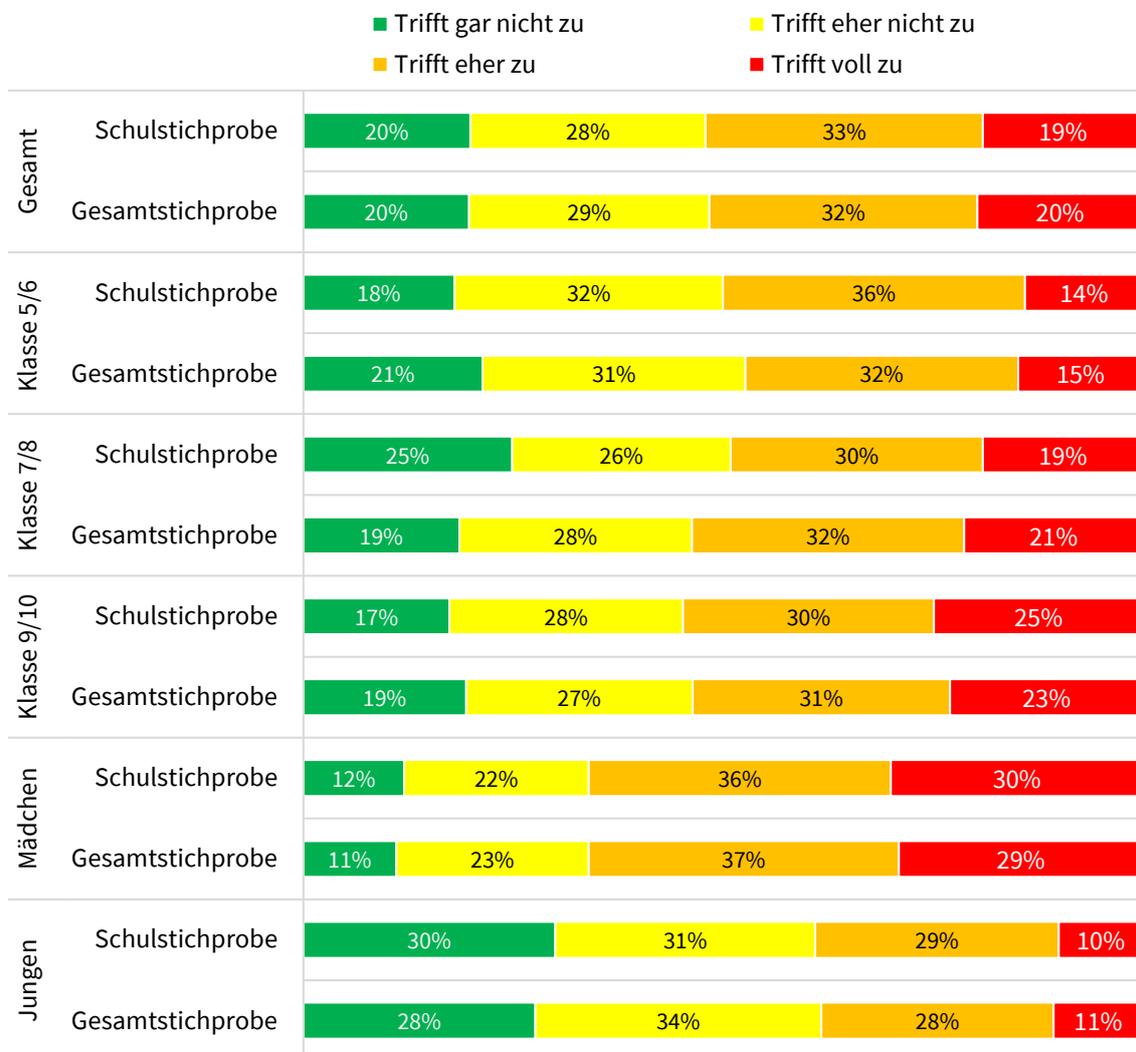


Abbildung 9. Prozentuale Anteile -> Angst vor mündlicher Mitarbeit

Es wurde auch erfragt, ob die Schüler/innen, die Angst vor mündlicher Mitarbeit hatten, sich aufgrund ihrer Angst etwas Falsches zu sagen, gar nicht meldeten.

Mehr als die Hälfte der Schüler/innen (56 Prozent) meldete sich aufgrund von Ängsten nicht mündlich im Unterricht. Mädchen waren davon häufiger betroffen als Jungen (60 Prozent vs. 48 Prozent), ebenso Ältere im Vergleich zu Jüngeren (62 Prozent vs. 48 Prozent).

Ich melde mich gar nicht erst, weil ich Angst davor habe, etwas Falsches zu sagen.

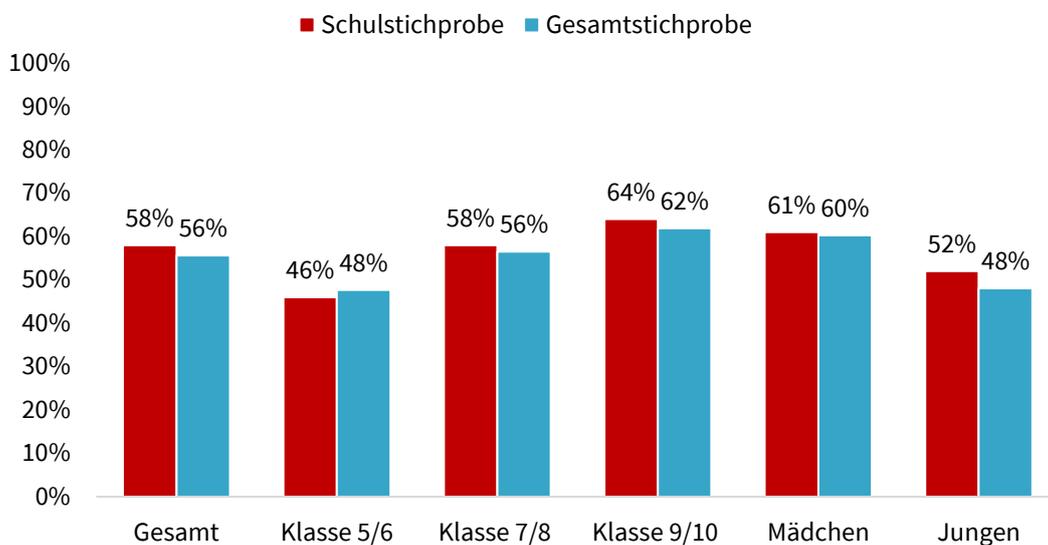


Abbildung 10. Prozentualer Anteil -> Befragte, die angaben Angst vor mündlicher Mitarbeit zu haben und sich aufgrund dessen gar nicht erst mündlich am Unterricht beteiligen

In diesem Schuljahr wurden die Schüler/innen erstmals nach ihren Ängsten in Bezug auf bestimmte Schulfächer befragt. Es wurde die Frage gestellt, ob es ein Schulfach gibt, vor dem sie besonders große Angst haben. Zur Auswahl standen verschiedene Fächer, wovon nur eins ausgewählt werden konnte. Die Befragten sollten das Fach wählen, vor dem sie besonders große Angst haben oder alternativ angeben, dass sie keine Angst empfinden. Die nachfolgenden Abbildungen zeigen die Ausprägung von schulfachbezogenen Ängsten, getrennt nach Geschlecht.



Schulfachbezogene Ängste von Mädchen

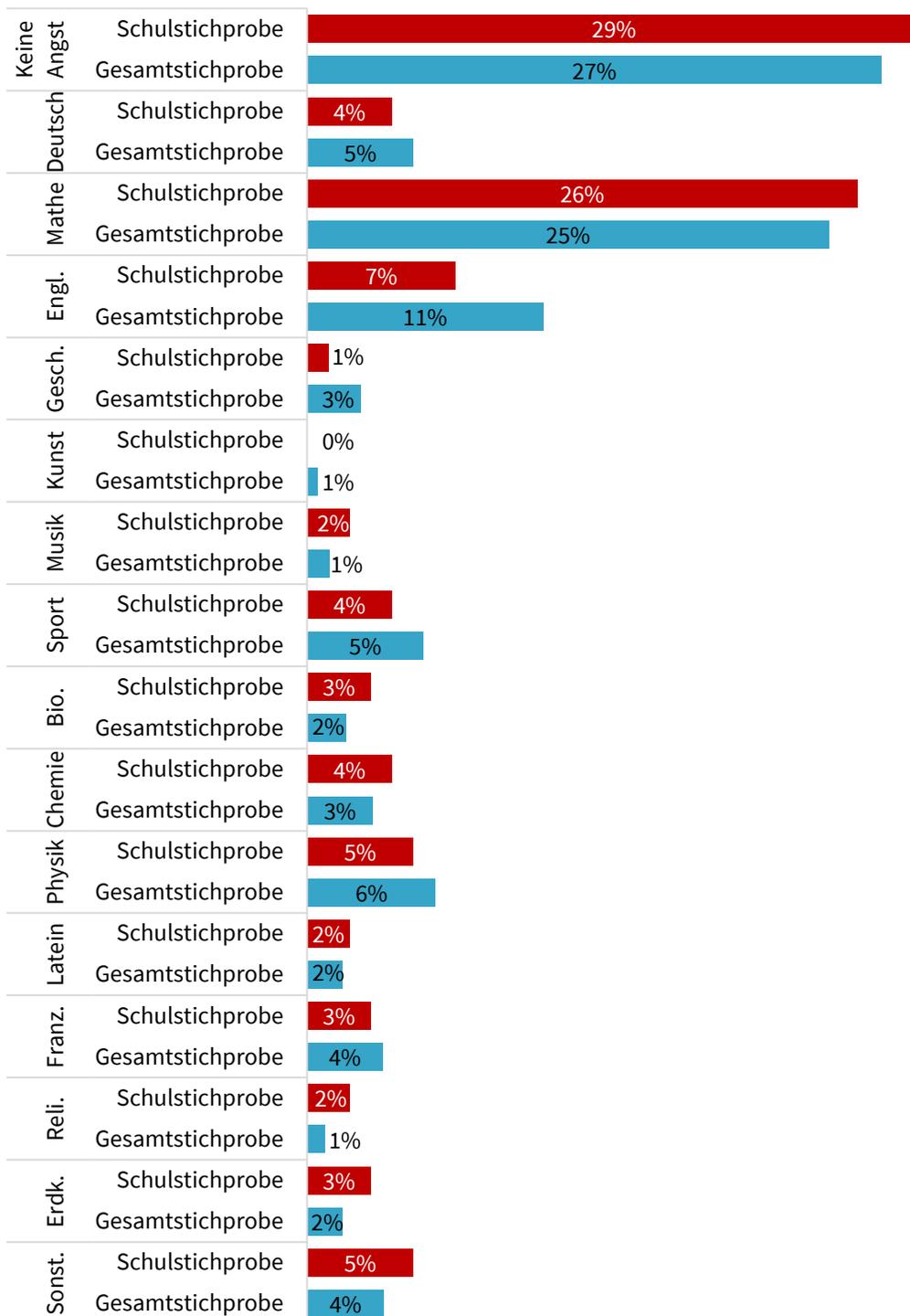


Abbildung 11. Prozentualer Anteil -> Schulfachbezogene Ängste von Mädchen (Hinweis: Engl. = Englisch, Bio.= Biologie, Reli. = Religion, Erdk. = Erdkunde, Franz. = Französisch, Gesch. = Geschichte, Sonst. = Sonstige Fächer)

Schulfachbezogene Ängste von Jungen

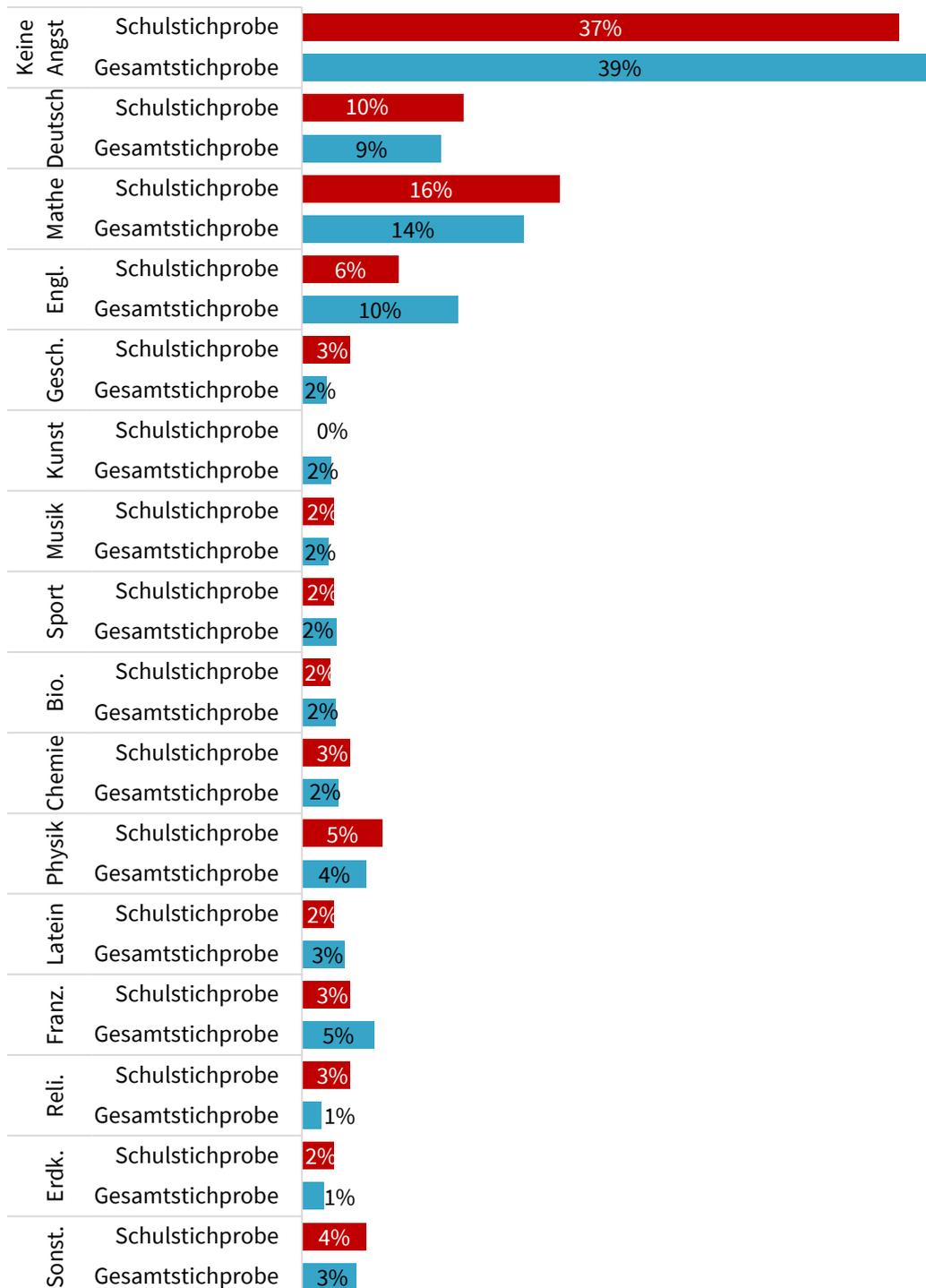


Abbildung 12. Prozentualer Anteil -> Schulfachbezogene Ängste von Jungen (Hinweis: Engl. = Englisch, Bio.= Biologie, Reli. = Religion, Erdk. = Erdkunde, Franz. = Französisch, Gesch. = Geschichte, Sonst. = Sonstige Fächer)



4.5 Schulstress

Etwa 14 Prozent der befragten Schüler/innen erlebten sehr starken schulbedingten Stress, der durch Leistungsdruck, Versetzungsangst und Probleme im sozialen Miteinander verursacht sein kann. Weitere 27 Prozent nahmen Stress durch die Schule als eher stark wahr.

Die Hälfte empfand nur ein bisschen Schulstress und etwa 10 Prozent gar keinen. Mit steigendem Alter nahm der Schulstress zu. Mehr Mädchen als Jungen berichteten davon. Gymnasiast/innen berichteten häufiger von Schulstress als Schüler/innen anderer Schularten.

Schulbedingter Stress

■ Gar nicht ■ Ein bisschen ■ Eher stärker ■ Sehr stark

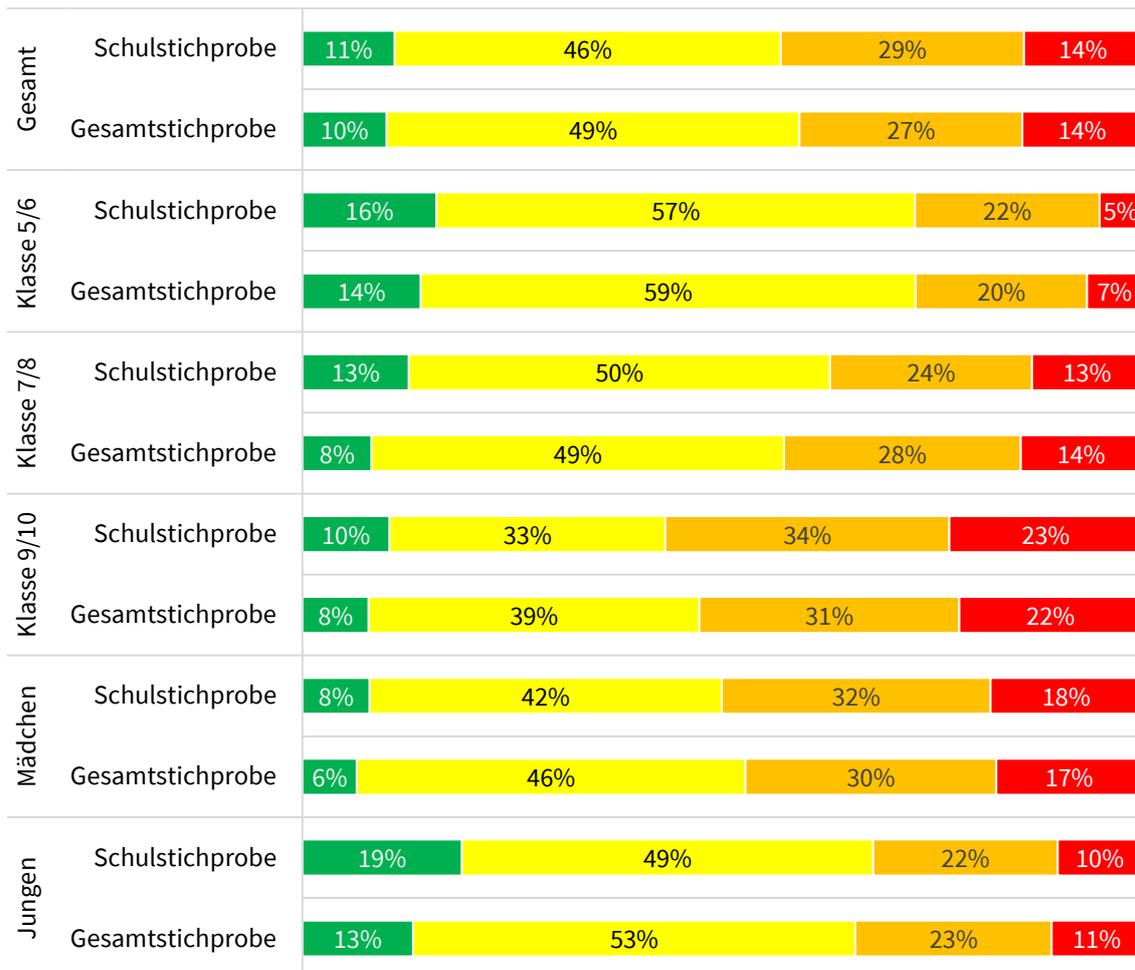


Abbildung 13. Prozentuale Anteile -> Schulbedingter Stress



Die häufigsten Gründe für Schulstress sind Tests und Klassenarbeiten (86%) sowie Hausaufgaben (54%). Auch der Druck der Eltern (22%), Probleme mit der Lehrkraft (21%) und Mitschüler/innen (18%) wurden genannt. Die Auswirkungen der Pandemie führten noch bei 8% der Befragten zu schulischem Stress, dieser Anteil ist jedoch geringer als im Vorjahr (12%).

Gründe für schulbedingten Stress

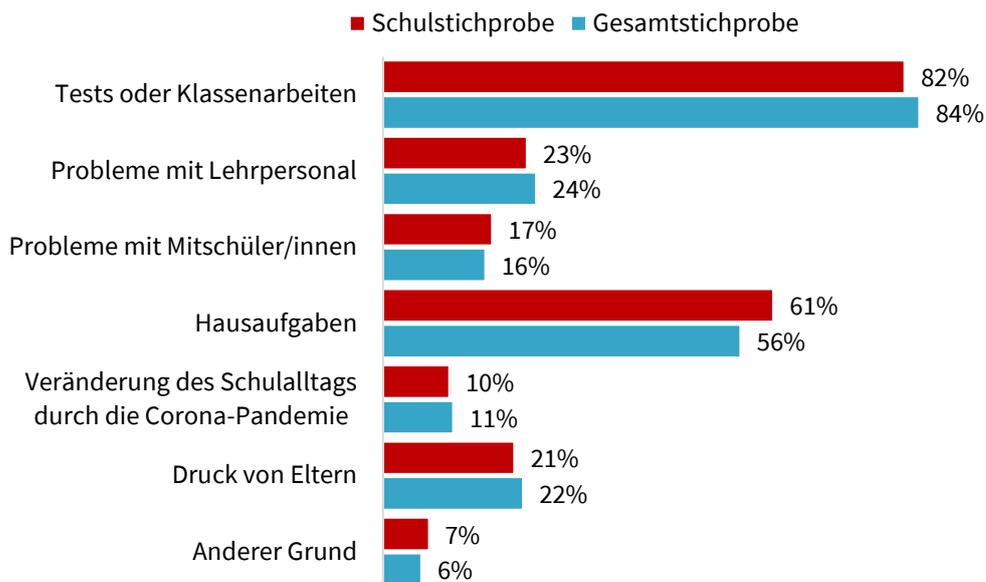


Abbildung 14. Prozentuale Anteile -> Gründe für schulbedingten Stress



4.6 Zukunftsperspektiven

Die Schüler/innen wurden gebeten, ihre Aussichten für die Zukunft zu beurteilen. Gefragt wurde: „Wenn du mal an deine persönliche Zukunft denkst, also wie es bei dir mit der Schule weitergeht: Wie blickst du im Augenblick in die Zukunft?“ Dabei standen drei Antwortmöglichkeiten zur Auswahl: „Eher positiv/optimistisch“ „Eher zurückhaltend/skeptisch“, „Eher negativ/pessimistisch“. Trotz aller Krisen blicken die meisten Befragten positiv in die Zukunft.

Die nachfolgende Abbildung zeigt die Verteilungen der Antworten.

Wie beurteile ich meine Zukunft nach der Schule?

■ positiv/optimistisch ■ zurückhaltend/skeptisch ■ negativ/pessimistisch

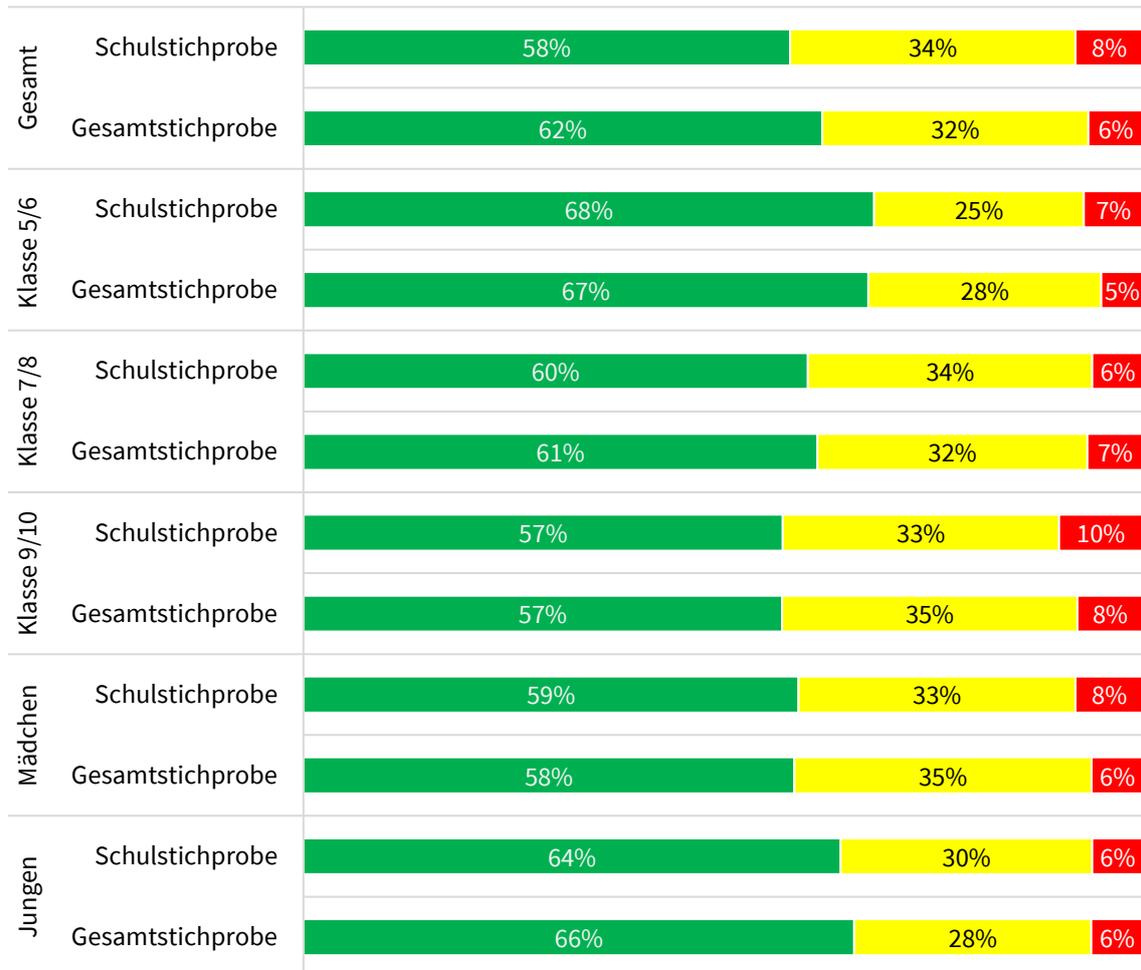


Abbildung 15. Prozentuale Anteile -> Beurteilung der eigenen Zukunft

4.7 Essensangebot in der Schule

Viele Schulen haben eine Mensa, in der Schüler/innen ein Mittagessen bekommen können. Schüler/innen, die das Mensa-Angebot nutzen, wurden gefragt, ob sie das Mittagessen in ihrer Schulkantine als überwiegend gesund oder ungesund empfinden.

Anteile derjenigen, die Mittagessen als gesund bewerten

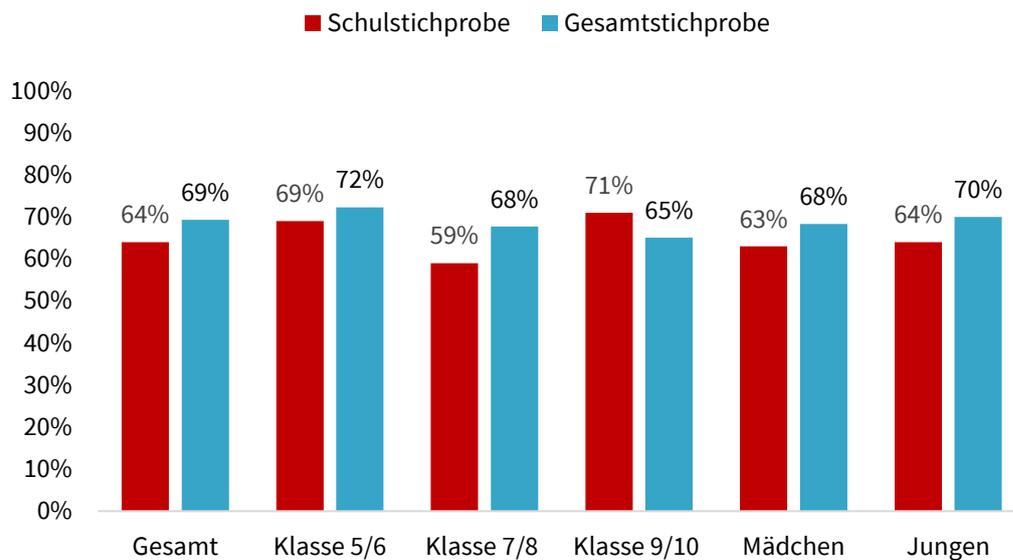


Abbildung 16. Prozentuale Anteile -> Beurteilung des Mittagessens als gesund

Die Schüler/innen wurden auch nach der Geschmacksqualität des angebotenen Mittagessens befragt. Dabei vergaben sie Schulnoten von 1 (sehr lecker) bis 6 (nicht lecker).

Bewertung der Geschmacksqualität des Mittagessens in Schulnoten

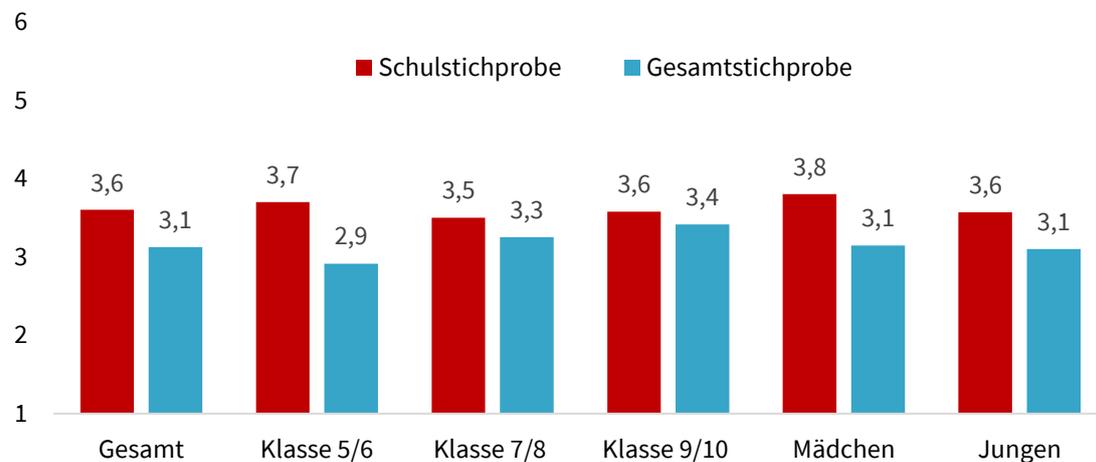


Abbildung 17. Geschmackliche Beurteilung des Mittagessens (in Schulnoten)



5

Ergebnisse zur körperlichen und psychischen Gesundheit



Gesundheitszustand
Körperliche Beschwerden
Essverhalten
Emotionale Probleme
Stress
Lebenszufriedenheit
Einsamkeit
Wohlbefinden
Schlafdauer
Krisen



5.1 Allgemeiner Gesundheitszustand

Die Schüler/innen sollten ihren eigenen Gesundheitszustand bewerten. Zur Auswahl standen fünf Antwortmöglichkeiten von sehr schlecht bis sehr gut.

Die Mehrheit der Befragten bescheinigte sich einen guten oder sehr guten Gesundheitszustand (69 Prozent). Rund 23 Prozent beurteilten ihre Gesundheit als mittelmäßig und 8 Prozent als schlecht oder sehr schlecht.

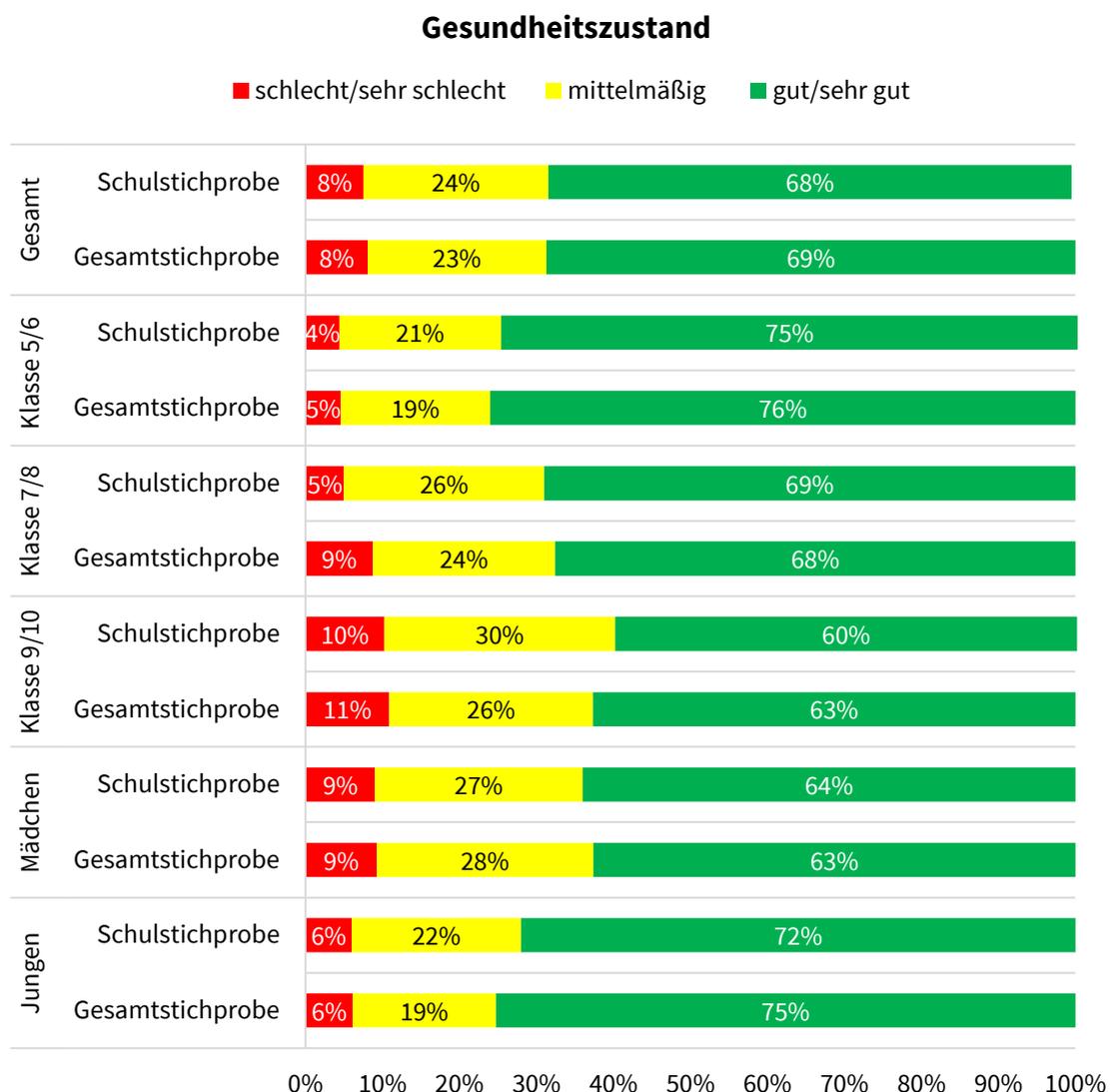


Abbildung 18. Prozentuale Anteile -> Einschätzung des eigenen allgemeinen Gesundheitszustands



5.2 Körperliche Beschwerden

Die Schüler/innen wurden nach körperlichen Beschwerden befragt. Dazu zählen vor allem Bauch-, Kopf- und Rückenschmerzen sowie Erschöpfung und Schlafprobleme.

Die meisten Befragten gaben an, seltener als einmal pro Woche Beschwerden zu haben. Allerdings erlebte mehr als die Hälfte (55 Prozent) Erschöpfung mindestens einmal pro Woche, und ein Drittel fühlte sich mehrmals pro Woche erschöpft. Fast jede/r vierte Befragte berichtete von mehrmals pro Woche auftretenden Schlafproblemen wie Ein- und Durchschlafstörungen. Rund 27 Prozent gaben an, mindestens einmal pro Woche Kopf- und Rückenschmerzen zu haben.

Somatische Beschwerden

■ seltener als jede Woche ■ jede Woche ■ mind. mehrmals pro Woche

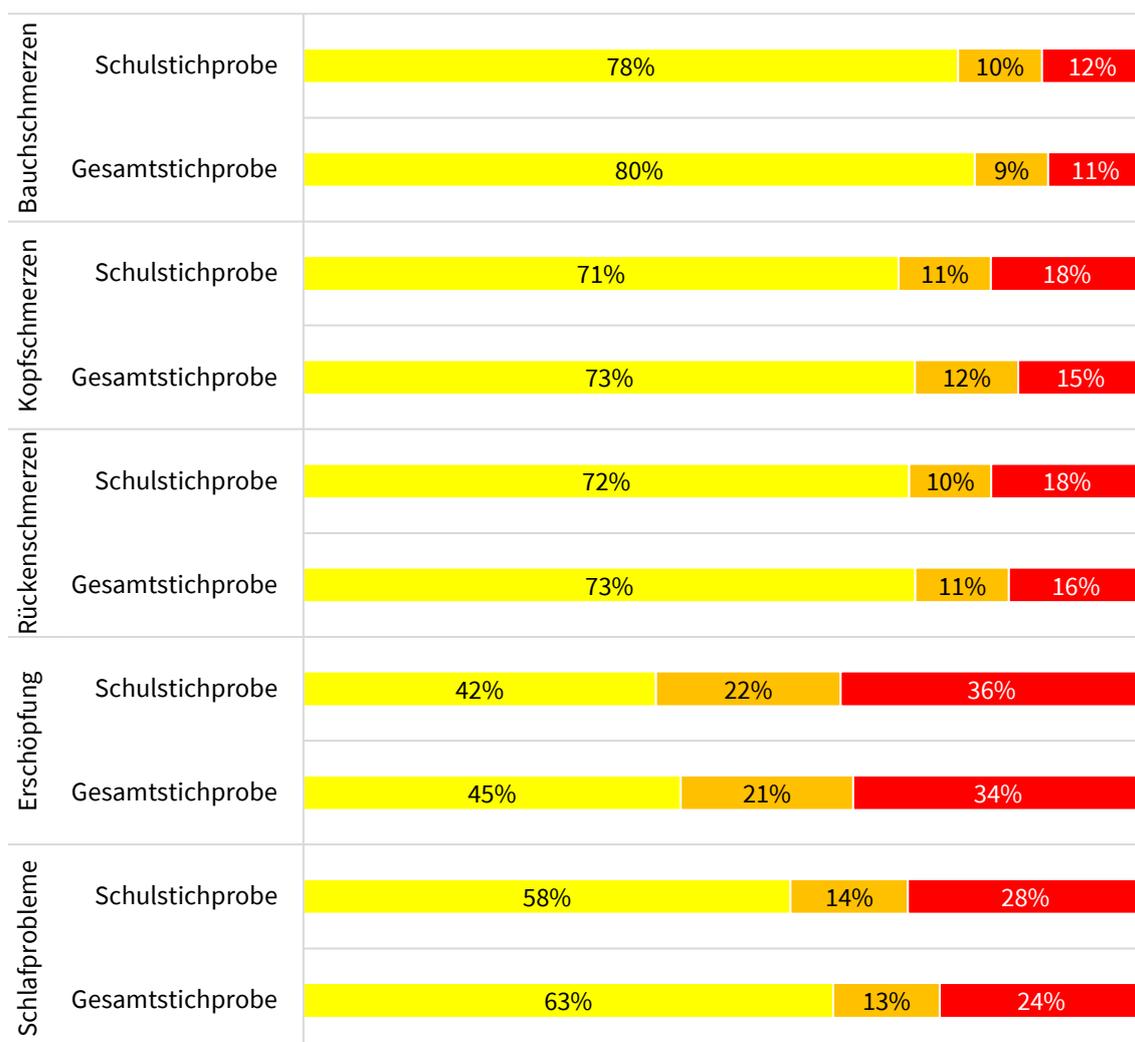


Abbildung 19. Prozentuale Anteile -> Somatische Beschwerden



5.3 Essverhalten

In diesem Schuljahr wurden die Schüler/innen nach ihren Essgewohnheiten befragt. Sie wurden gefragt, wie oft sie in der Woche Süßigkeiten, Junk-Food und Softdrinks konsumieren. Die Anteile der Schüler/innen, die an mindestens fünf Tagen in der Woche Süßigkeiten essen, sind in der nachfolgenden Abbildung dargestellt.

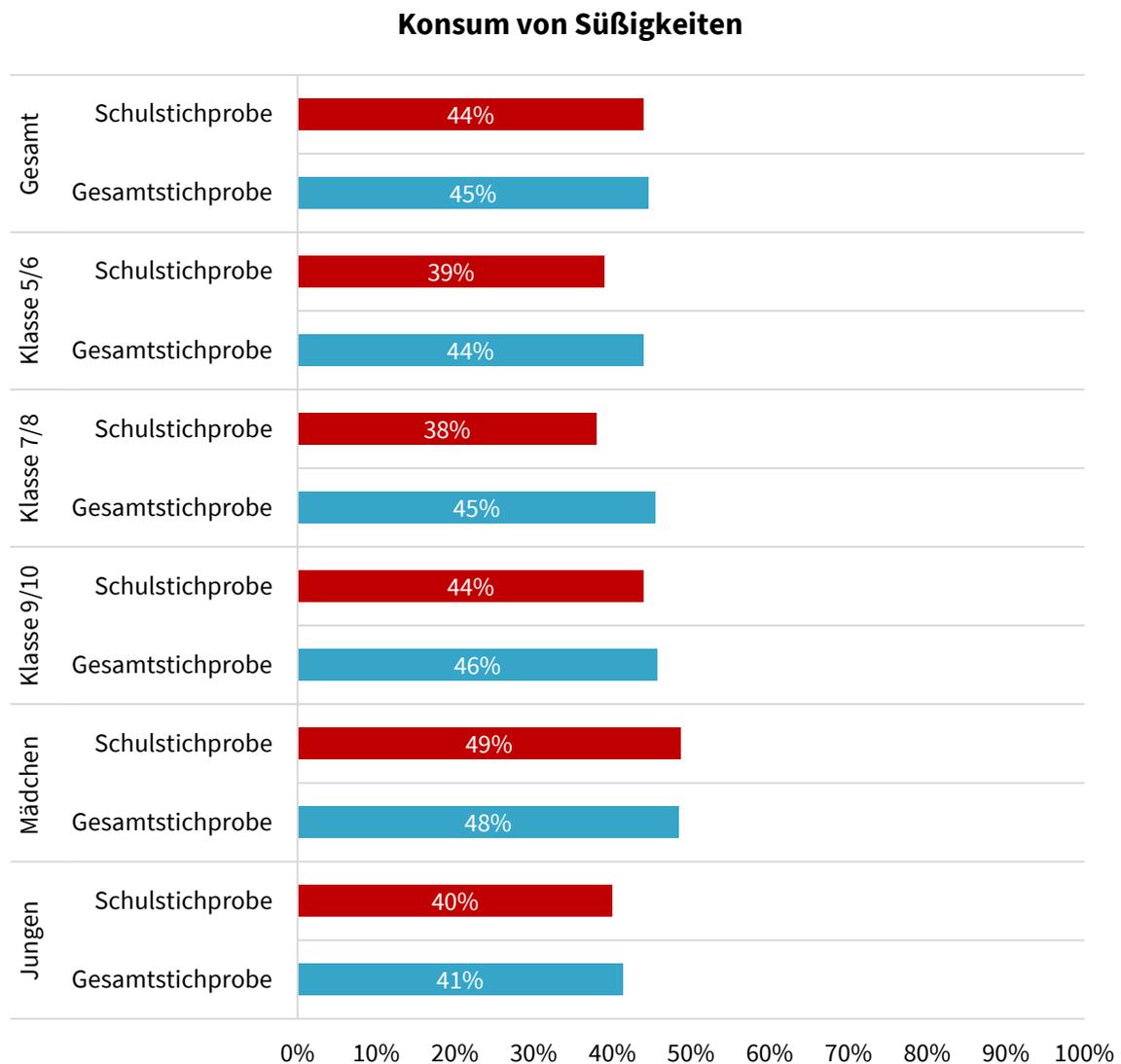


Abbildung 20. Prozentualer Anteil → Regelmäßiger Konsum von Süßigkeiten



Die Schüler/innen wurden ebenfalls gefragt, wie häufig sie in der Woche Junk-Food (z. B. Hamburger, Döner oder Tiefkühl-Pizza) essen. Die Grafik stellt den prozentualen Anteil der Schüler/innen dar, die an mindestens fünf Tagen der Woche Junk-Food konsumieren.

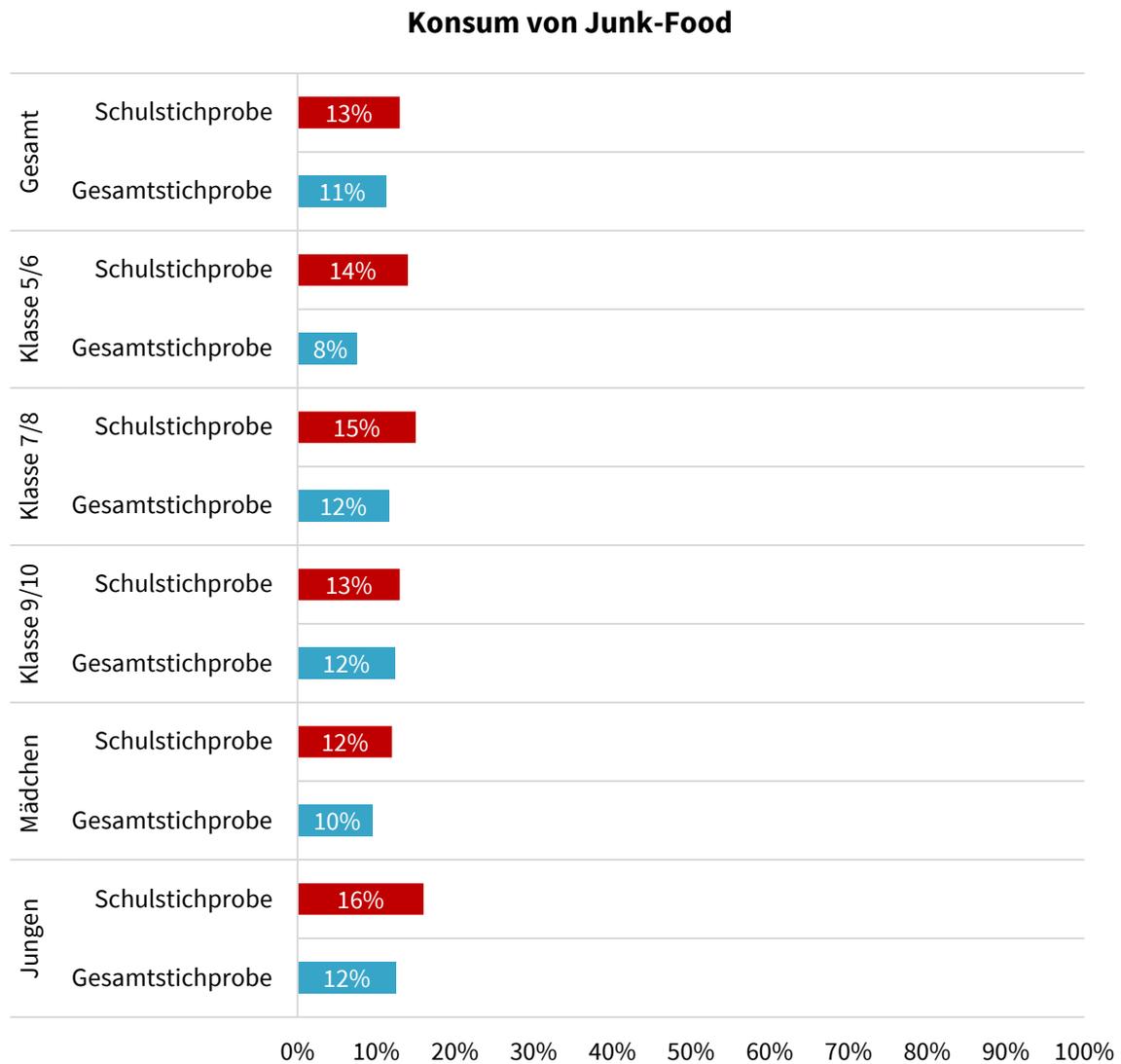


Abbildung 21. Prozentualer Anteil → Regelmäßiger Konsum von Junk-Food



Die nachfolgende Abbildung zeigt die prozentualen Anteile der Schüler/innen, die an mindestens fünf Tagen der Woche Softdrinks (z. B. Cola, Cola light/zero, Fanta oder Schweppes) trinken.

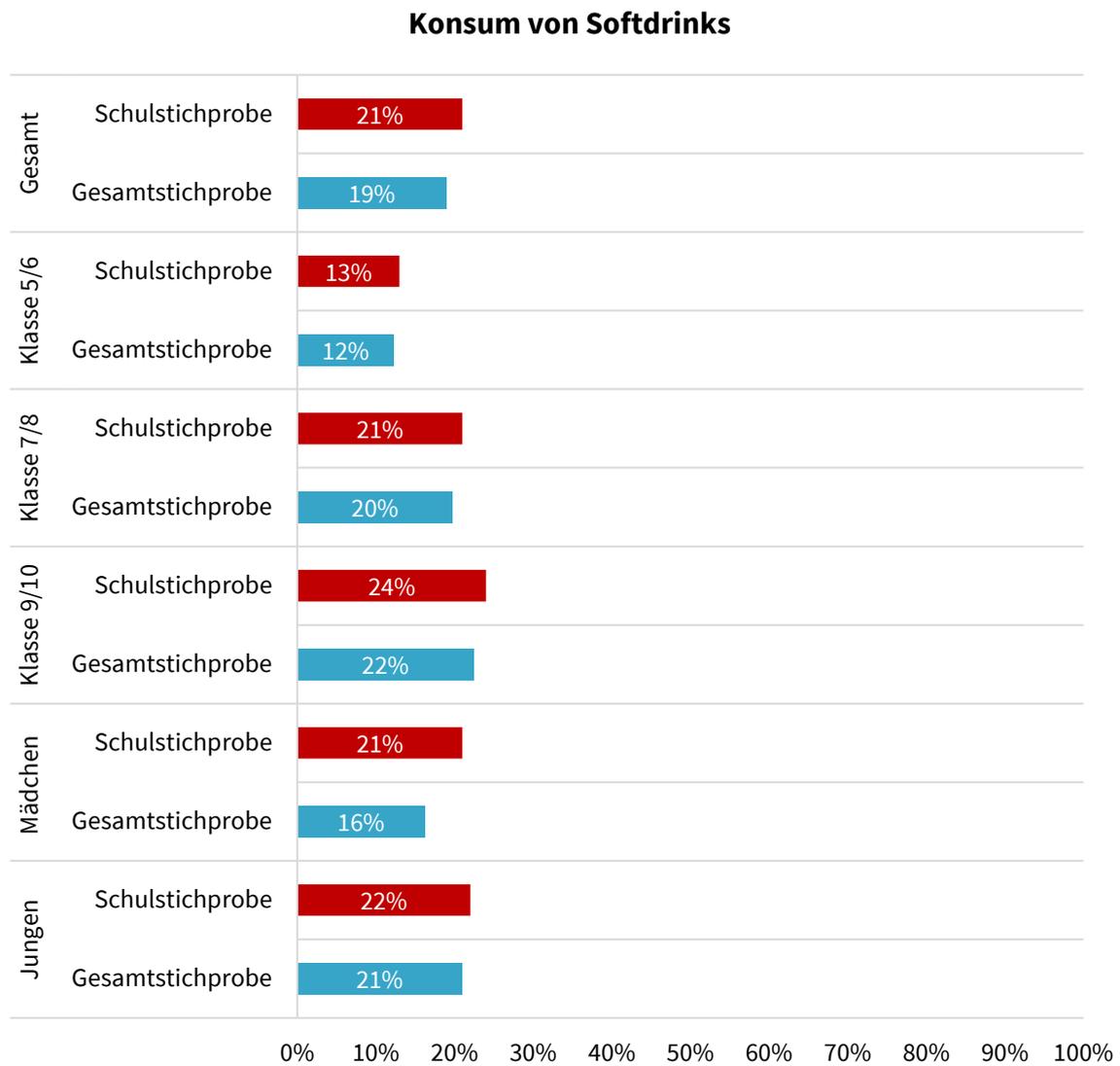


Abbildung 22. Prozentualer Anteil → Regelmäßiger Konsum von Softdrinks



Essstörungen entstehen häufig bereits in der Jugend. Daher ist es wichtig, frühzeitig zu erkennen, ob jemand an einer Essstörung leidet oder gefährdet ist, diese zu entwickeln. Die nachfolgende Grafik zeigt die Anteile der Schüler/innen, die angaben, sich Sorgen zu machen, weil sie manchmal nicht mit dem Essen aufhören können.

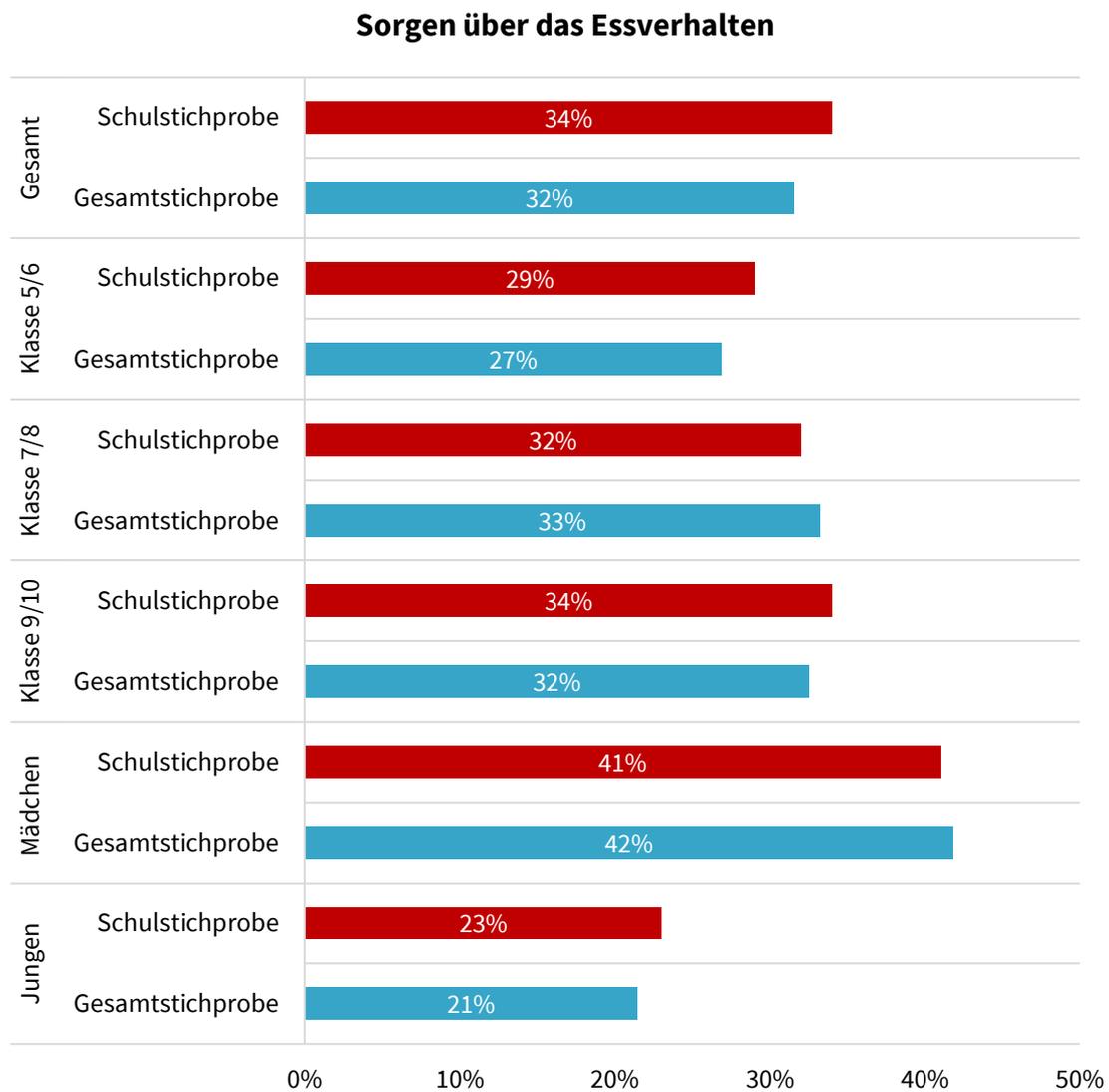


Abbildung 23. Prozentualer Anteil -> Sorgen über das eigene Essverhalten



Die nachfolgende Grafik zeigt die Anteile der Schüler/innen, die angaben, sich zu dick zu fühlen, während andere sie zu dünn finden. Dies trifft insbesondere auf Mädchen zu sowie auf Schüler/innen der Klassenstufe 7 und 8.

Findest du dich zu dick, während andere dich zu dünn finden?

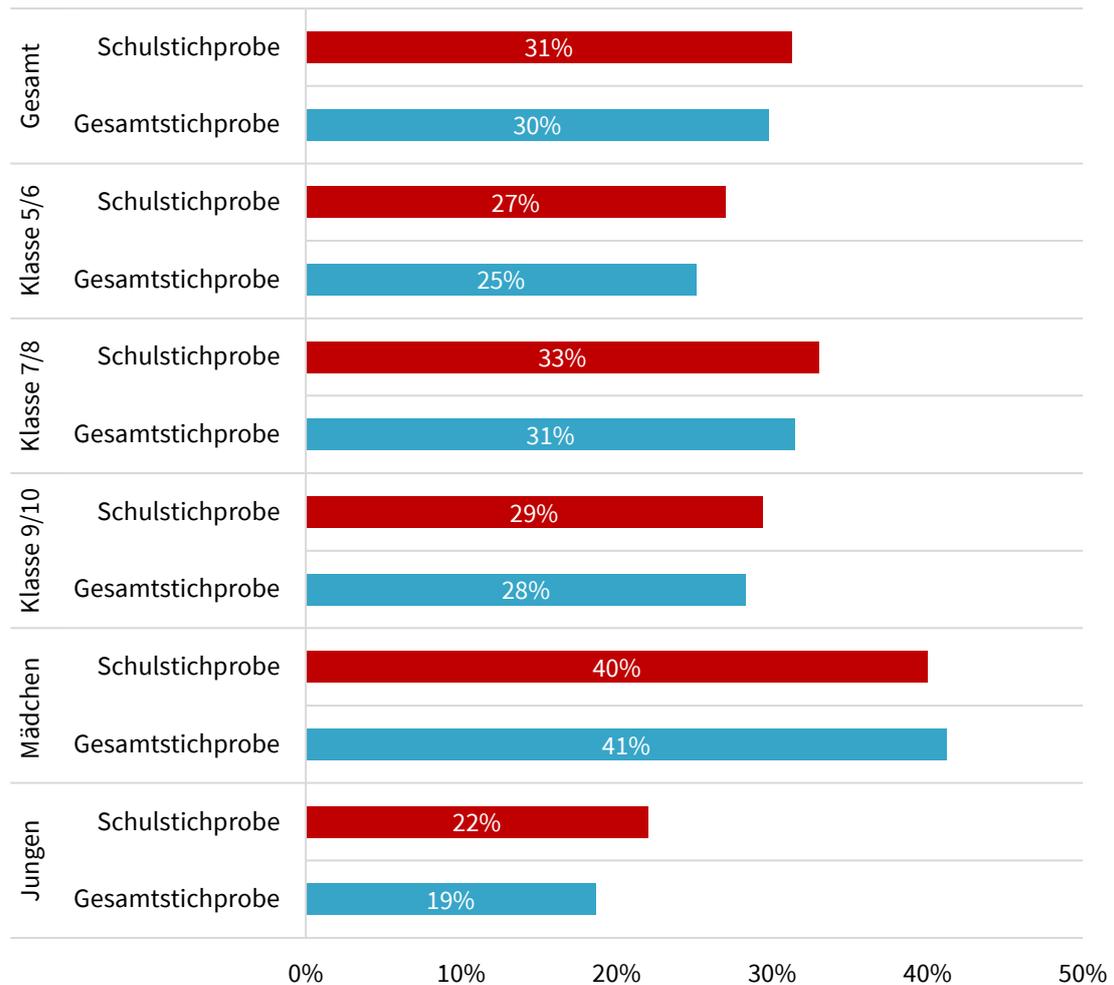


Abbildung 24. Prozentualer Anteil -> Körperwahrnehmung

5.4 Emotionale Probleme und Verhaltensprobleme

Den Schüler/innen wurden Fragen zur psychischen Gesundheit gestellt. Eine Aussage, die das Ausmaß von emotionalen Problemen und depressiven Verstimmungen verdeutlichen soll, lautet: „Ich fühle mich unglücklich, bin niedergeschlagen und habe oft das Bedürfnis zu weinen“.

Etwa 60 Prozent der Mädchen stimmten der Aussage zu, wobei dies 40 Prozent teilweise und 20 Prozent eindeutig taten. Im Gegensatz dazu traf dies bei der Mehrheit der Jungen (74 Prozent) nicht zu. In der Gesamtstichprobe zeigte sich zudem, dass sich etwas mehr ältere Personen im Vergleich zu jüngeren niedergeschlagen und unglücklich fühlten.

Emotionale Probleme - Ich bin unglücklich, niedergeschlagen, muss häufig weinen

■ Nicht zutreffend ■ Teilweise zutreffend ■ Eindeutig zutreffend

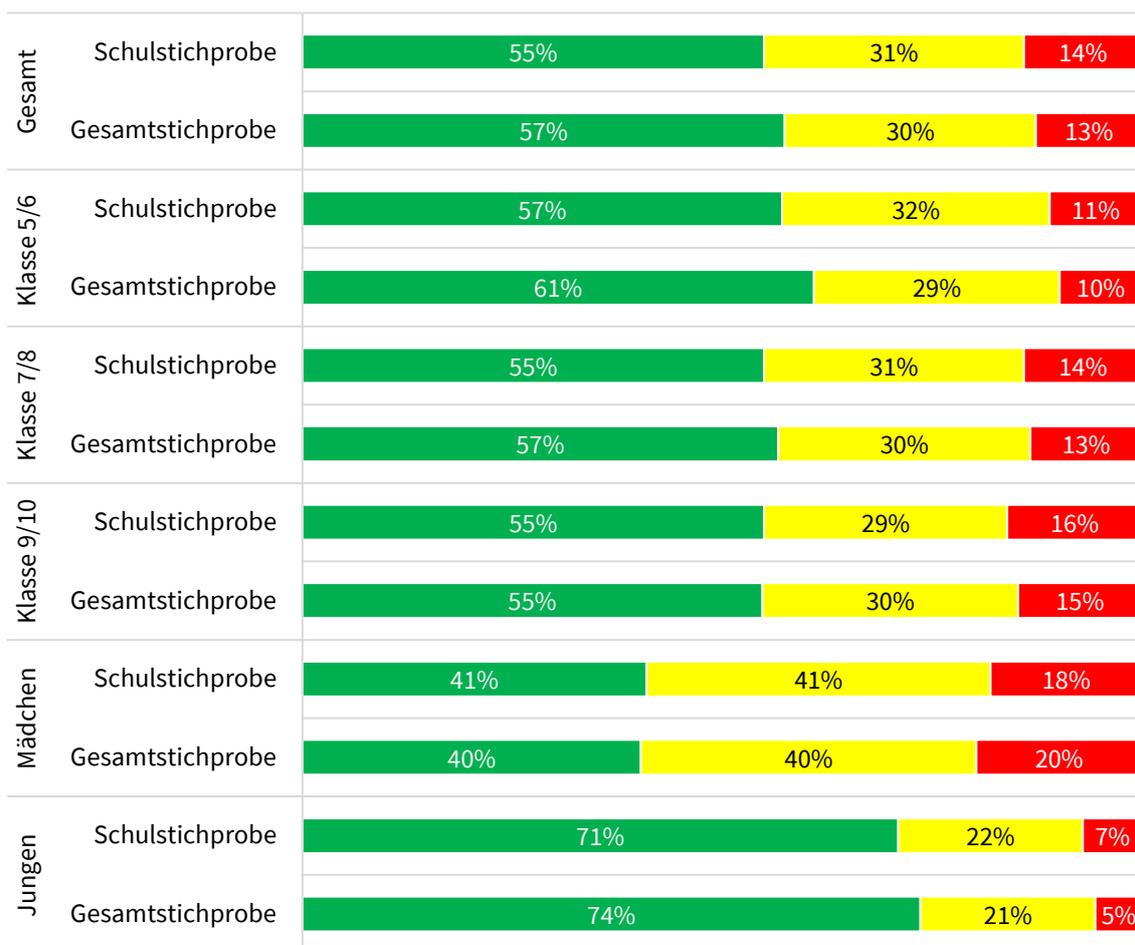


Abbildung 25. Prozentuale Anteile -> Niedergeschlagenheit



Neben emotionalen Problemen wurde auch nach Hyperaktivitäts- und Aufmerksamkeitsproblemen gefragt. Ein Beispiel für das Ausmaß an Hyperaktivitäts- und Aufmerksamkeitsproblemen ist die Aussage: "Ich lasse mich leicht ablenken, ich finde es schwer, mich zu konzentrieren."

In der Gesamtstichprobe (siehe nachfolgende Grafik) gaben 17 Prozent an, dass sie sich leicht ablenken lassen und Schwierigkeiten haben, sich zu konzentrieren. Es wurde nicht deutlich, welche Subgruppe besonders betroffen war. Fast zwei Drittel (63%) der Befragten berichteten von Konzentrationsproblemen.

Aufmerksamkeitsprobleme - Ich kann mich schlecht konzentrieren

■ Nicht zutreffend ■ Teilweise zutreffend ■ Eindeutig zutreffend

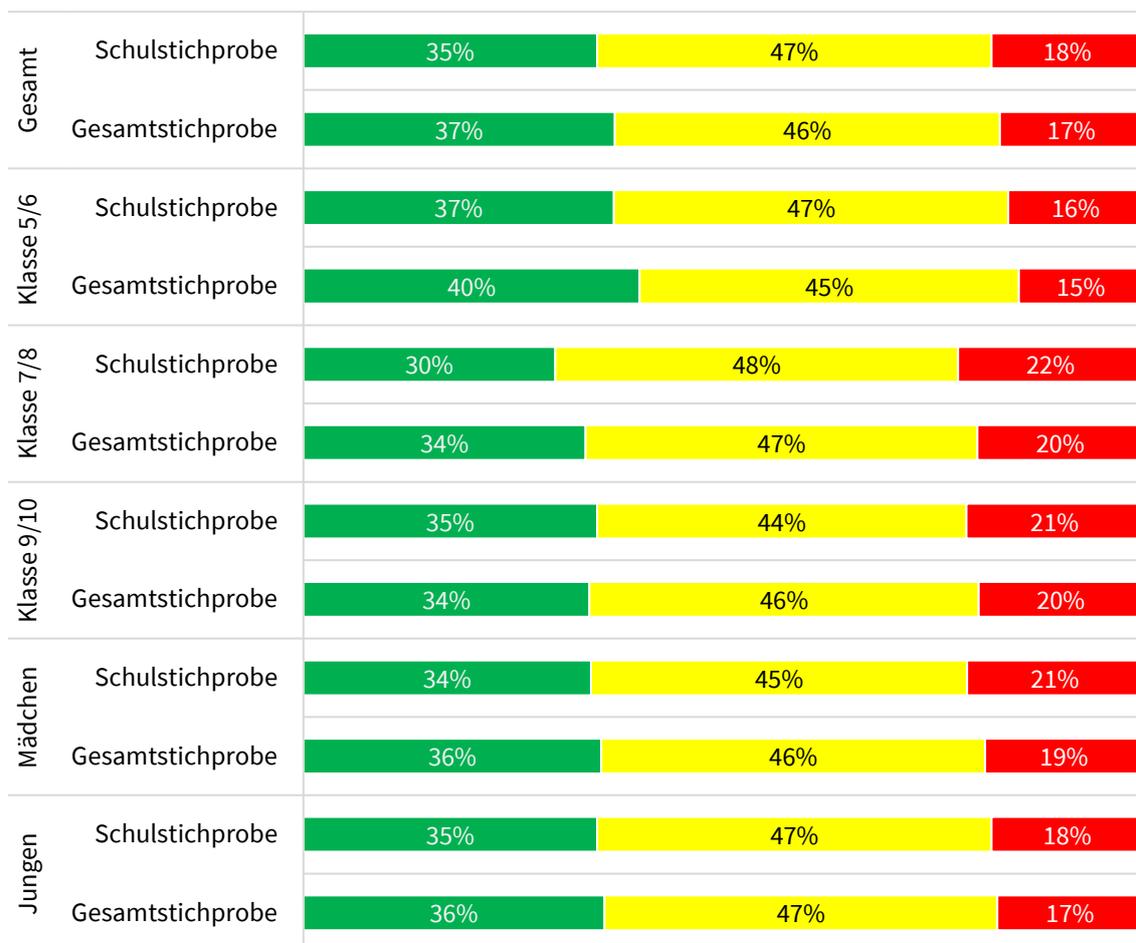


Abbildung 26. Prozentuale Anteile -> Konzentrationsschwierigkeiten



Bei der Befragung wurden neben emotionalen Problemen, Hyperaktivitäts- und Aufmerksamkeitsprobleme auch Verhaltensprobleme erfasst. Als Beispiel für Verhaltensprobleme wurde die Aussage "Ich werde leicht wütend, ich verliere oft meine Beherrschung" genannt.

Von den Befragten gaben 15 Prozent an, dass sie leicht wütend werden, bei 37 Prozent traf dies teilweise zu und bei 48 Prozent nicht. 17 Prozent der Mädchen und 13 Prozent der Jungen gaben an, dass die Aussage „Ich werde leicht wütend, ich verliere oft meine Beherrschung“ eindeutig auf sie zutrifft. Die Antworten sind in den Subgruppen ähnlich verteilt.

Verhaltensprobleme - Ich werde leicht wütend

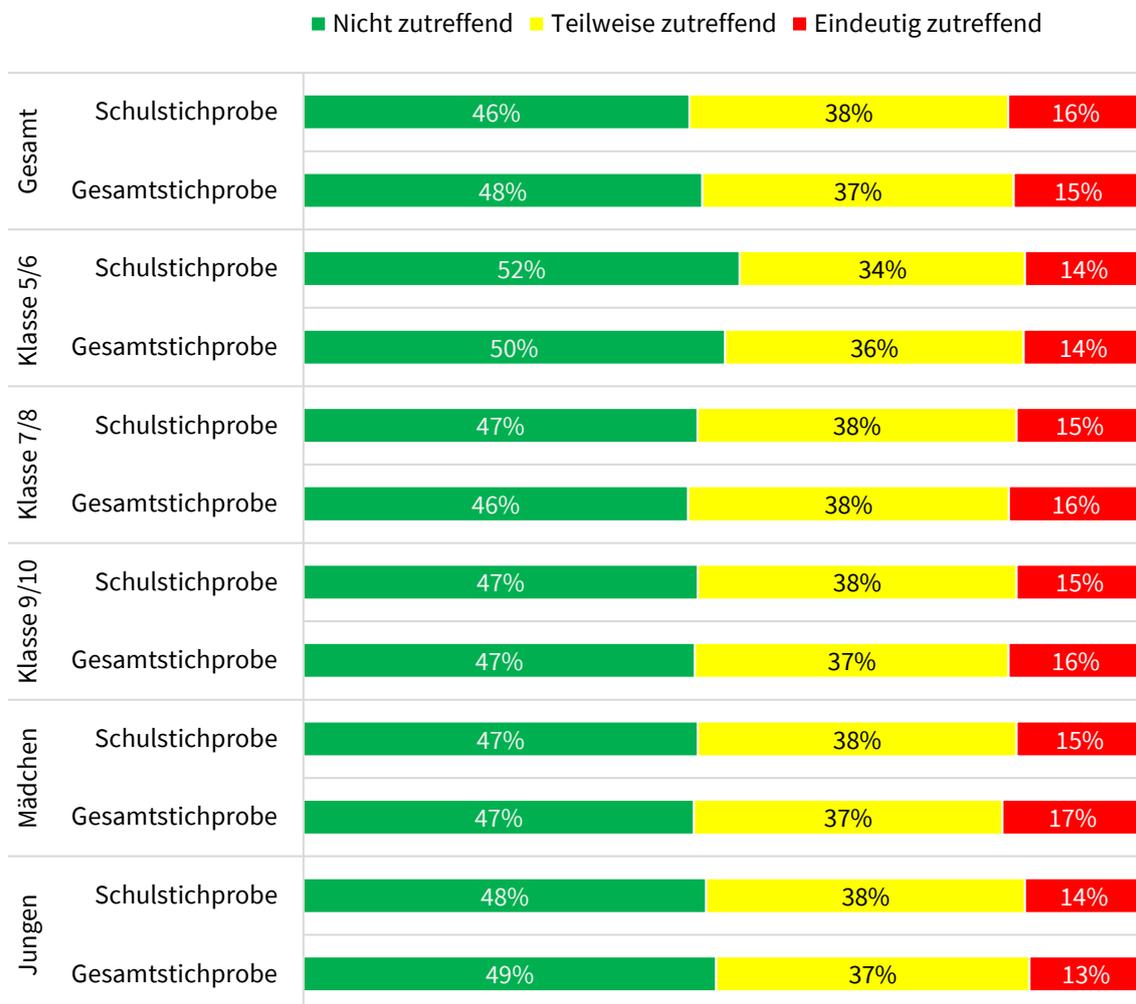


Abbildung 27. Prozentuale Anteile -> Verhaltensprobleme



5.5 Stress

In jeder Welle des Präventionsradars wurde das Stressempfinden der Heranwachsenden erfasst. Die Frage lautete: „Wie häufig hast du Stress?“ Die orangen/roten Balken in der nachfolgenden Grafik kennzeichnen diejenigen, die oft/sehr oft Stress erlebten.

In der Gesamtstichprobe berichteten 7 Prozent, nie in Stress zu geraten. 48 Prozent erlebten selten Stress, 33 Prozent oft und 13 Prozent sehr oft. Vor fünf Jahren im Schuljahr 2018/2019 lag der Anteil derjenigen, die sehr oft Stress empfinden, mit 8 Prozent etwas niedriger.

Mädchen (17 Prozent) und ältere Schüler/innen (18 Prozent) empfinden häufiger Stress als Jungen (8 Prozent) und Fünft- und Sechstklässler/innen (7 Prozent). In Gruppen, in denen Stress sehr oft empfunden wird, sind Mädchen und ältere Schüler/innen überrepräsentiert.

Stresserleben

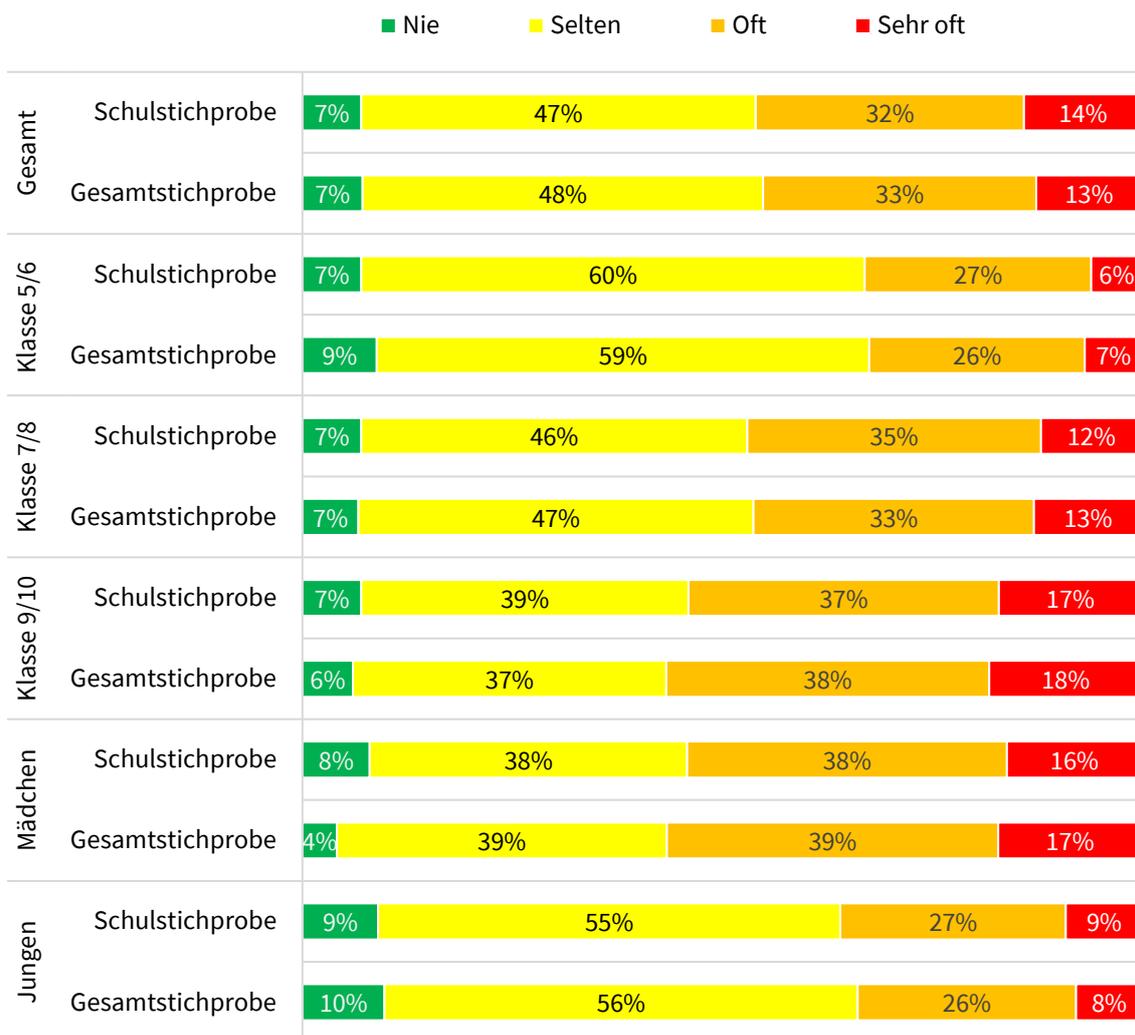


Abbildung 28. Prozentuale Anteile -> Stresserleben



5.6 Lebenszufriedenheit

Wie zufrieden die Schüler/innen mit ihrem Leben im Allgemeinen sind, wurde auf einer Skala von 0-10 erfasst. Der Wert 10 steht für die höchste Lebenszufriedenheit, der Wert 0 für die niedrigste.

Im Mittel lag die allgemeine Lebenszufriedenheit in diesem Schuljahr bei 6,7 und war bei Jungen (7,2) höher ausgeprägt als bei Mädchen (6,2). Fünft- und Sechstklässler/innen (7,0) gaben eine höhere Zufriedenheit als Neunt- und Zehntklässler/innen (6,4) an.

In den vergangenen Befragungswellen wurde die Lebenszufriedenheit in gleicher Weise erfasst. Sie war im COVID-19 geprägten Schuljahr 2020/2021 am geringsten ausgeprägt (5,7). Im Schuljahr 2021/2022 lag sie bei 6,6, im letzten Schuljahr 2022/2023 bei 6,8.

Die roten Balken zeigen die Werte für die Schule, die blauen die der Gesamtstichprobe.

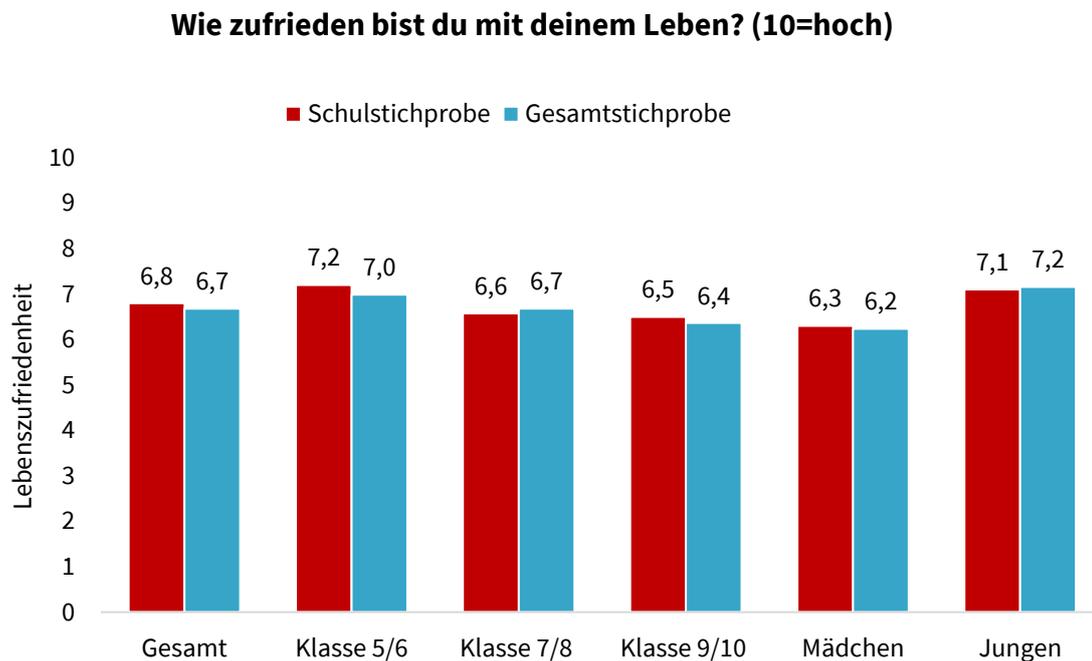


Abbildung 29. Mittelwerte -> Lebenszufriedenheit (Skala 0-10 (0=niedrig, 10=hoch)).



5.7 Einsamkeit

Den Schüler/innen wurden Fragen zum Erleben von Einsamkeit gestellt. Zum Beispiel wurde gefragt, wie oft sie sich allein und ausgeschlossen fühlen und wie oft sie das Gefühl haben, dass ihnen Freunde fehlen. Die Antworten umfassten drei Möglichkeiten: von "kaum" über "manchmal" bis zu "oft".

Von allen Befragten wiesen knapp ein Drittel (31 Prozent) eine moderate bis ausgeprägte Einsamkeit auf. Bei Mädchen war der Anteil höher: 39 Prozent berichteten von Einsamkeit, während dieser Anteil bei Jungen mit 24 Prozent deutlich niedriger lag.

Die roten Balken zeigen den Anteil einsamer Schüler/innen der Schule, während die blauen Balken den Anteil bezogen auf die Gesamtstichprobe zeigen.

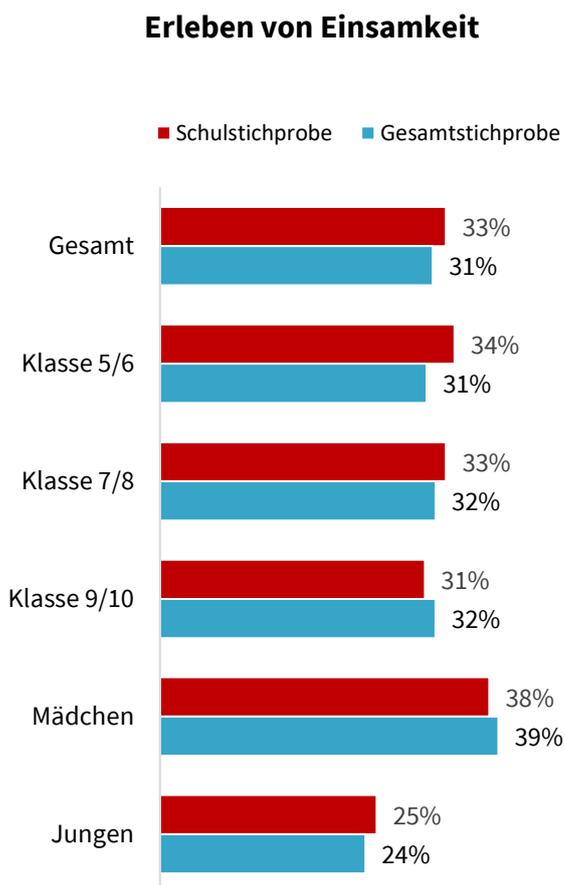


Abbildung 30. Prozentualer Anteil -> Erlebte Einsamkeit

5.8 Wohlbefindensindex

Den Schüler/innen wurden verschiedene Fragen zum psychischen Wohlbefinden gestellt. Der Prozentwert 0 bezeichnet das schlechteste Befinden, der Wert 100 das beste. Werte von ≤ 50 deuten auf ein vermindertes psychisches Wohlbefinden hin, während Werte von ≤ 28 einem deutlich verminderten psychischen Wohlbefinden entsprechen (Topp, Ostergaard, Sondergaard, & Bech, 2015).

Die meisten Schüler/innen wiesen im Mittel ein normales psychisches Wohlbefinden auf, vor allem Jungen und Jüngere. Mädchen berichteten von einem geringeren psychischen Wohlbefinden, gleiches galt für Neunt- und Zehntklässler/innen im Vergleich zu Jüngeren.

Die roten Balken zeigen das mittlere Ausmaß des Wohlbefindens der Schülerschaft der Schule, die blauen Balken das der Gesamtstichprobe.

Wohlbefindensindex (100% = bestes Befinden)

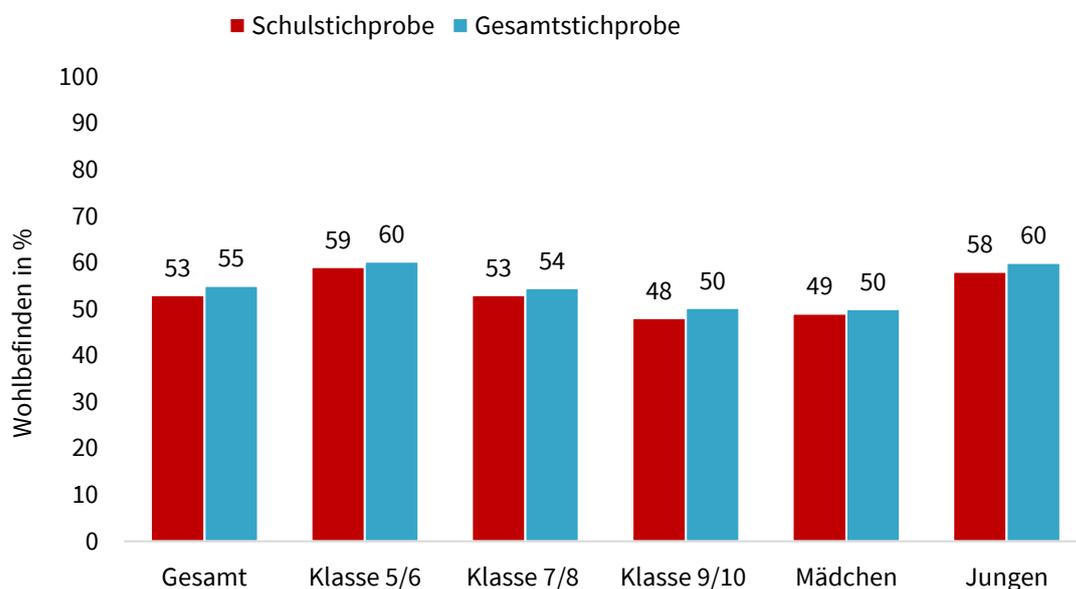


Abbildung 31. Prozentualer Anteil -> Wohlbefindensindex (0% = schlechtes Befinden, 100% bestes Befinden)

5.9 Schlaf

Obwohl die optimale Schlafdauer von Mensch zu Mensch variiert, gibt es Empfehlungen, wie lange Kinder und Jugendliche durchschnittlich pro Nacht schlafen sollten. Schulkinder sollten zwischen 9 und 11 Stunden schlafen, während Teenager zwischen 8 und 10 Stunden pro Nacht schlafen sollten.

Die Befragten (13 Jahre) schliefen im Durchschnitt acht Stunden pro Nacht, was den Empfehlungen entspricht. Bei Betrachtung der einzelnen Subgruppen zeigt sich, dass Mädchen im Durchschnitt 12 Minuten weniger schliefen als Jungen. Neunt- und Zehntklässler/innen kamen auf eine Schlafdauer von 7 Stunden und 18 Minuten pro Nacht. Bei den jüngeren Schüler/innen der Stufe 5/6 betrug die durchschnittliche Schlafdauer 8 Stunden und 54 Minuten, was etwas unterhalb der Empfehlungen liegt.

Die roten Balken zeigen die Schlafdauer aus den Schuldaten, die blauen Balken die aus der Gesamtstichprobe.

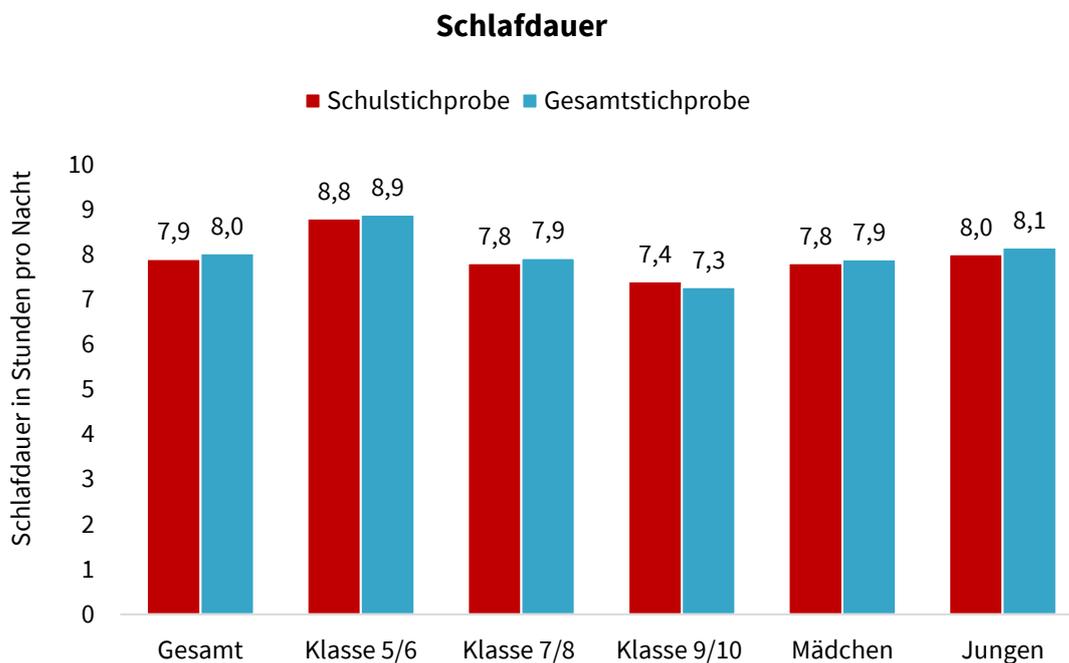


Abbildung 32. Mittelwert -> Schlafdauer pro Nacht (wochentags)



Es wurde erfasst, ob die Nutzung des Smartphones den Schlaf beeinträchtigt. Die Schüler/innen wurden gebeten anzugeben, ob sie der Meinung sind, dass ihr Handy sie vom Schlafen abhält.

Ein Drittel der Gesamtstichprobe (36 Prozent) bejahte diese Aussage und sah somit die Schlafdauer durch die eigene Handynutzung eingeschränkt. Bei den Jüngeren waren es etwa jeder fünfte Befragte, bei den Älteren (Stufe 9/10) sogar jede/r zweite.

Die Ergebnisse für die Schule sind in Rot und die der Gesamtstichprobe in Blau dargestellt.

Hält die Handynutzung vom Schlafen ab?

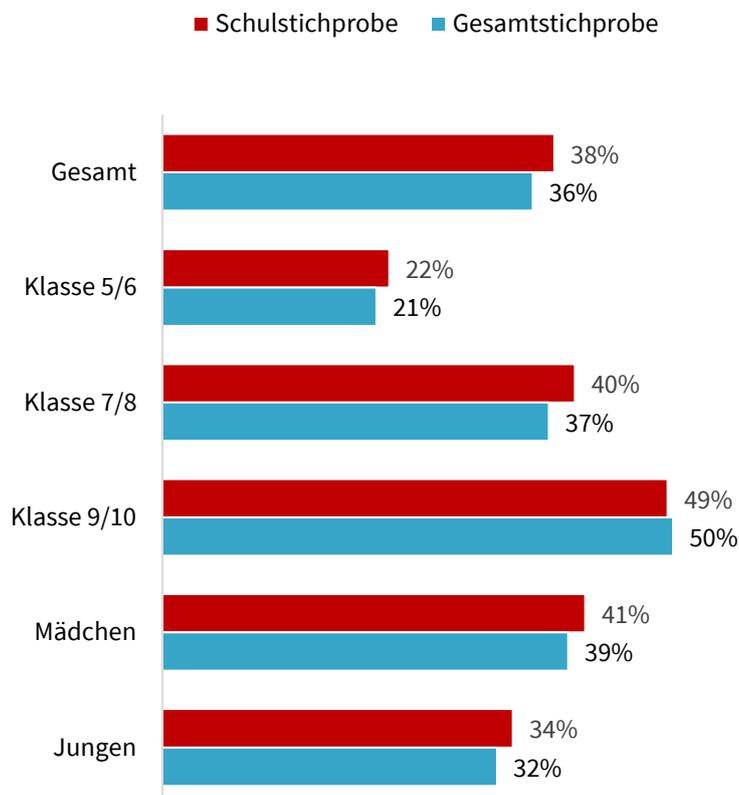


Abbildung 33. Prozentualer Anteil -> Handynutzung hält vom Schlafen ab



Nicht nur die Dauer des Schlafs ist wichtig für ein gesundes Aufwachen, sondern auch seine Qualität.

Die Mehrheit der Befragten (61 Prozent) bewertete ihren Schlaf als gut oder sehr gut. Jungen scheinen besser zu schlafen als Mädchen. Während zwei Drittel der Jungen gut oder sehr gut schliefen, lag der Anteil bei den Mädchen mit rund 55 Prozent niedriger. Befragte, die angaben, dass ihr Handy sie von Schlafen abhält, wiesen eine schlechtere Schlafqualität auf.

Ein erheblicher Teil der Befragten gab jedoch an, nicht gut zu schlafen. Diese Befunde decken sich mit den Ergebnissen zu Einschlaf- und Schlafproblemen.

Schlafqualität

■ gut/sehr gut ■ mittelmäßig ■ schlecht/sehr schlecht

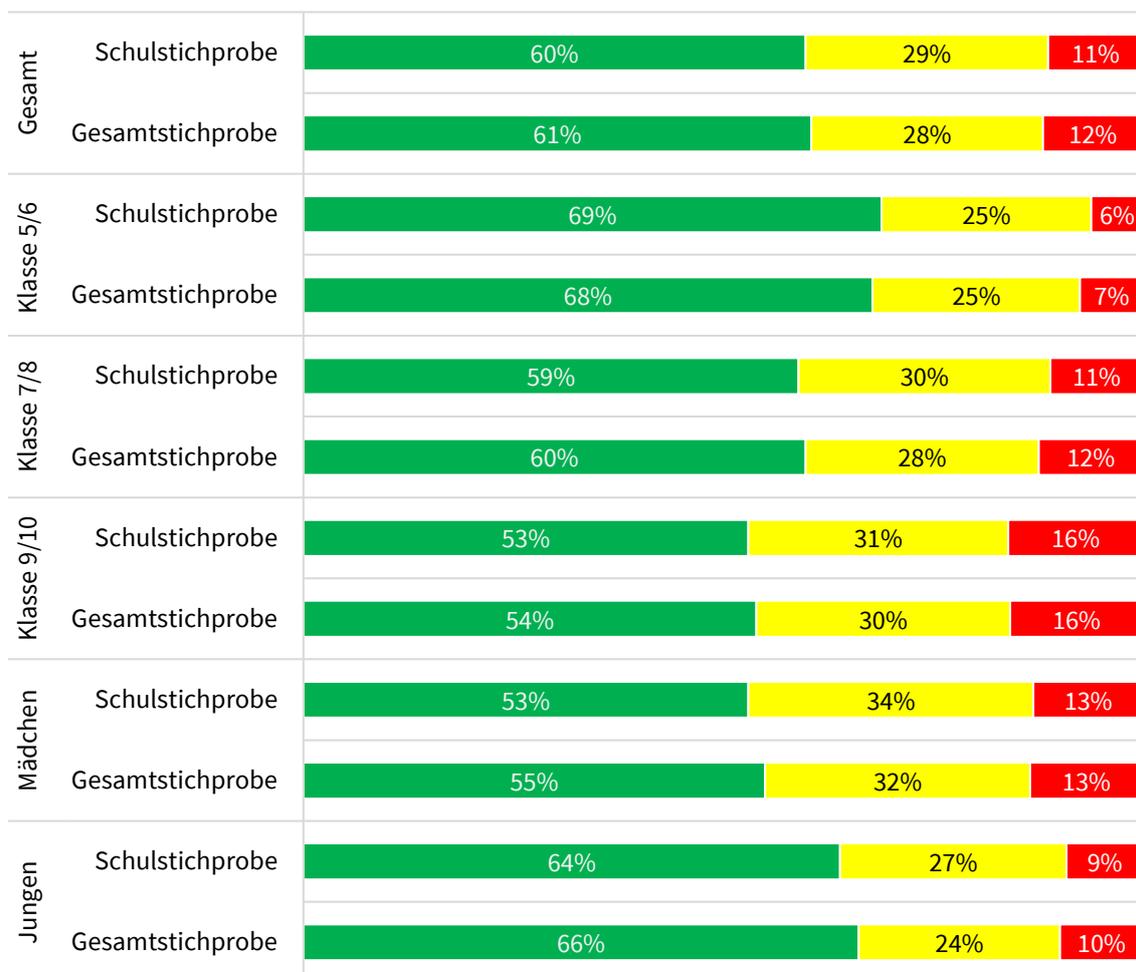


Abbildung 34. Prozentuale Anteile -> Schlafqualität

5.10 Krisenbezogene Zukunftsängste

Den Schüler/innen wurden vier Fragen gestellt, die sich auf ihre Zukunftsängste in Bezug auf Krisen wie die Klimakrise, den Krieg in der Ukraine und die COVID-19-Krise bezogen. Es wurde gefragt, ob sie befürchten, dass die Krisen noch lange andauern werden, ob sie ihr Leben durch die Krisen beeinträchtigt sehen, ob sich ihre Familie aufgrund der Krisen weniger leisten kann und ob sie aufgrund der Ereignisse der letzten Jahre Ängste entwickelt haben, zukünftig ihre Hobbys, ihren Schulabschluss oder ihren Wunschberuf nicht mehr ausüben zu können. Je höher der Wert in der nachfolgenden Grafik, desto häufiger traten krisenbezogene Zukunftsängste auf.

Krisenbezogene Zukunftsängste

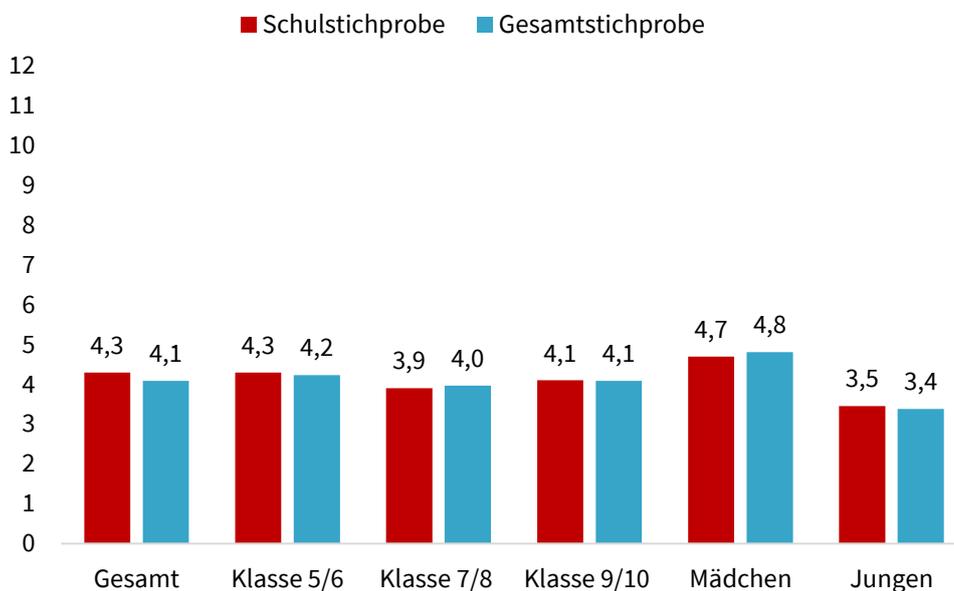


Abbildung 35. Mittelwert der Skala „Krisenbezogene Zukunftsängste“ (Skalenwerte 0(=keine) bis 12 (=oft))



6

Ergebnisse zu Aktivitätslevel und Mediennutzung



Bewegung
Mediennutzungsdauer
Influencer



6.1 Aktivitätslevel

Die mittlere Anzahl an Tagen mit mindestens 60 Minuten Sport/Bewegung wurde erfasst und wird in der nachfolgenden Grafik dargestellt. Empfohlen wird den Heranwachsenden, jeden Tag körperlich aktiv zu sein. Im Mittel waren die Befragten an knapp vier Tagen pro Woche für mindestens 60 Minuten körperlich aktiv. Jungen waren aktiver als Mädchen (3,9 bzw. 3,5 Tage), Jüngere aktiver als Ältere (4,02 bzw. 3,5 Tage).

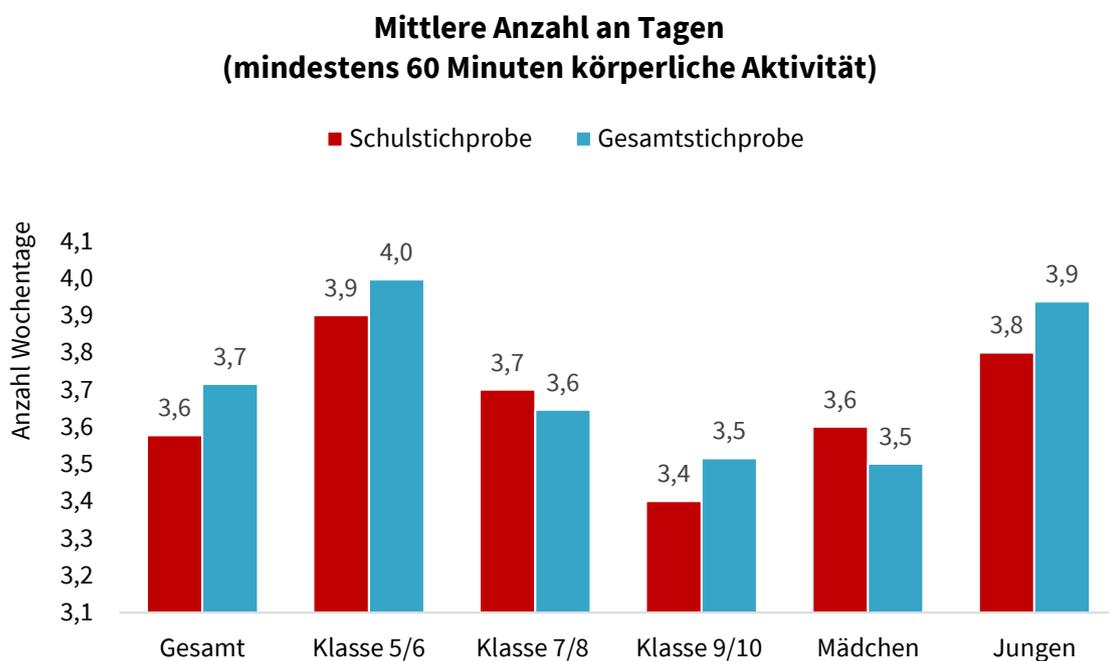


Abbildung 36. Mittelwert -> Mittlere Anzahl an Tagen in einer Woche, an denen die Befragten mindestens 60 Minuten körperlich aktiv waren



Die nachfolgende Grafik veranschaulicht die Anteile der Schüler/innen, die den nationalen Bewegungsempfehlungen entsprechen (Pfeifer & Rütten, 2017).

Jungen waren aktiver als Mädchen und entsprachen eher den Empfehlungen als Mädchen, Jüngere eher als Ältere. Insgesamt ist zu schlussfolgern, dass das Aktivitätslevel der Heranwachsenden bei der Mehrheit zu niedrig war und die Verbreitung von körperlicher Inaktivität demnach zu groß ist. Dies lässt sich auch in den vergangenen Befragungswellen der Studie beobachten.

Anteil der Schülerinnen und Schüler, deren Aktivitätslevel den nationalen Bewegungsempfehlungen wochentags entspricht

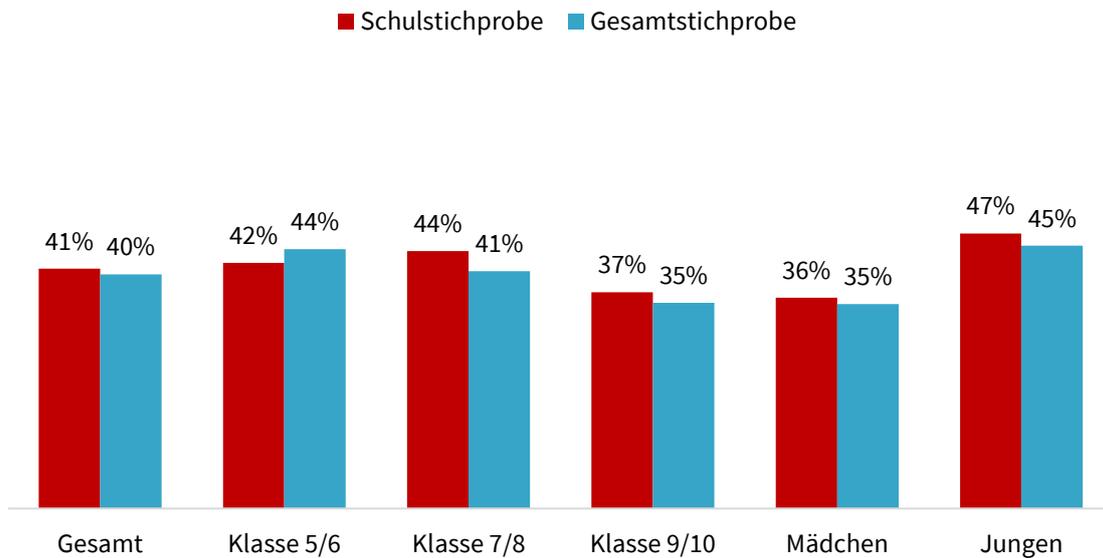


Abbildung 37. Prozentuale Anteile -> Bewegung gemäß den Bewegungsempfehlungen



6.2 Mediennutzungsdauer

Die Mediennutzungsdauer lag wochentags im Mittel bei 4,1 Stunden, an Wochenenden und schulfreien Tagen bei 5,4 Stunden (5 Stunden und 24 Minuten). Dazu zählten Gaming, soziale Medien, Videos und Filme, also jede Form der digitalen Mediennutzung. Die mit digitalen Medien am Wochenende verbrachte Zeit ist im Vergleich zum Vorjahr um etwa 12 Minuten gestiegen.

Die Mediennutzungsdauer stieg mit dem Alter an: Jüngere der Stufen 5/6 kamen an Schultagen auf 3,0 Stunden, Schüler/innen der Stufen 7/8 auf 4,3 Stunden (4 Stunden und 18 Minuten), Ältere der Stufen 9/10 auf 4,9 Stunden (4 Stunden und 54 Minuten).

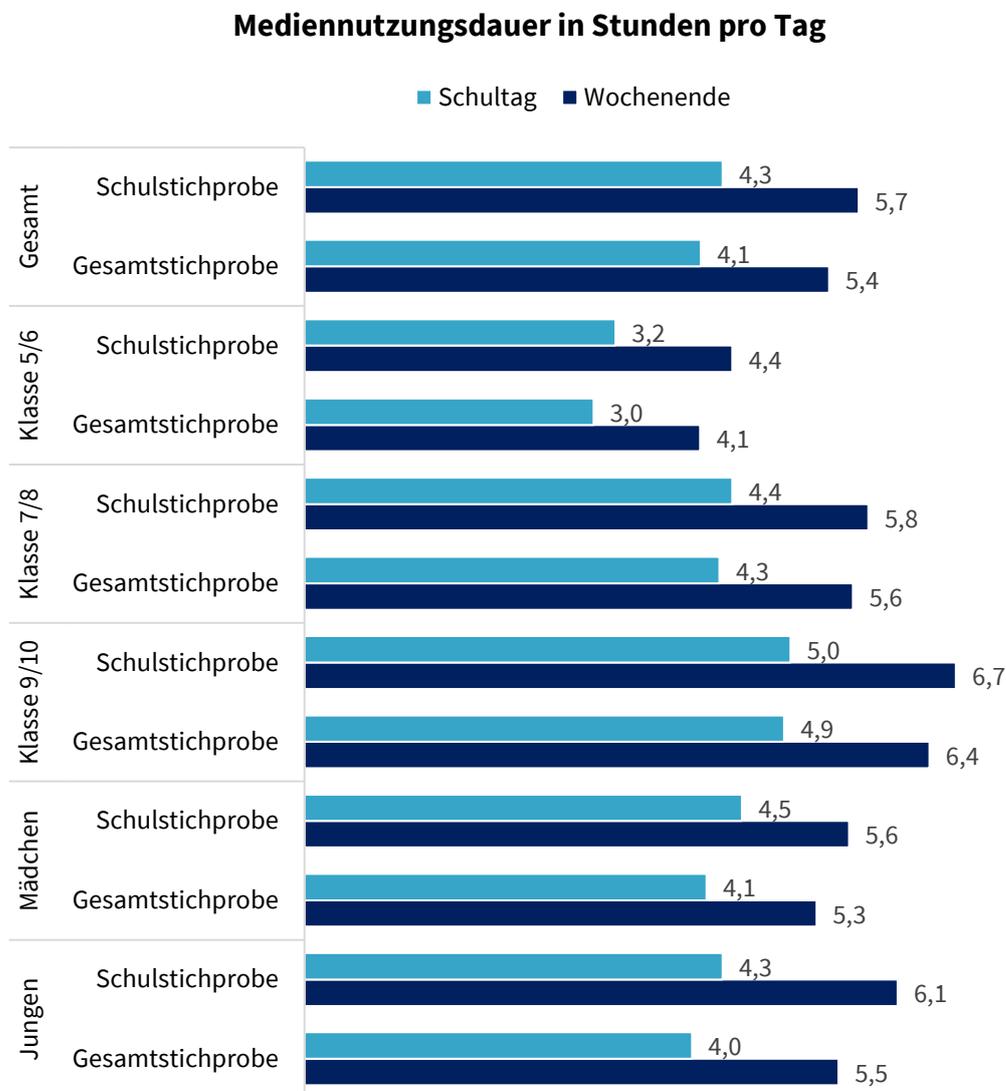


Abbildung 38. Mittelwerte -> Mediennutzungsdauer in Stunden am Schultag und am Wochenende



6.3 Influencer in den sozialen Medien

Heranwachsende messen heutzutage der Meinung von Influencern große Bedeutung bei. Dabei nutzen Influencer ihre Reichweite, um für Produkte zu werben, die für Jugendliche nicht immer geeignet sind. Die Schüler/innen wurden gefragt, ob sie regelmäßig Influencern in den sozialen Medien folgen. Zwei Drittel aller Befragten bejahten dies.

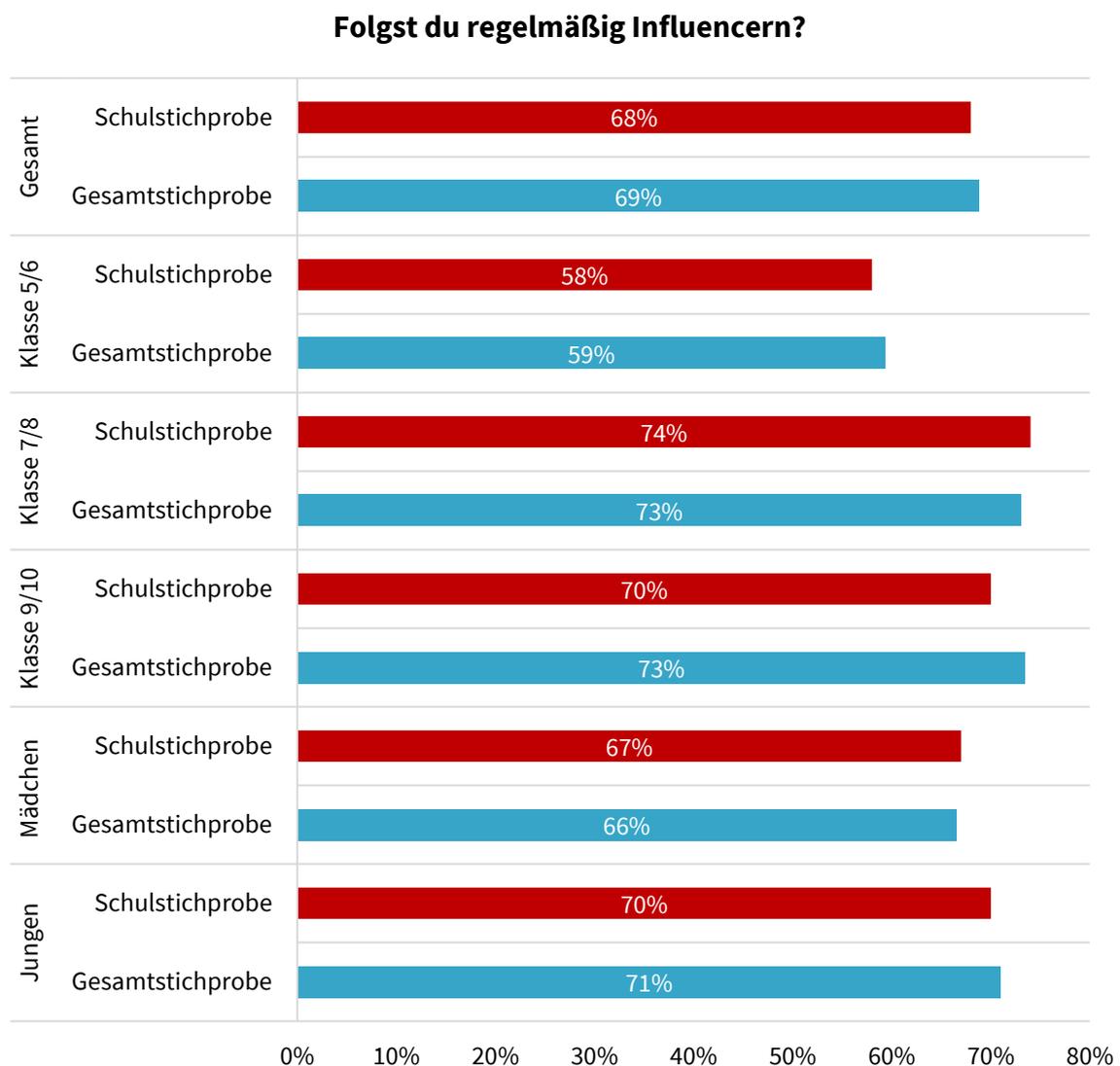


Abbildung 39. Prozentuale Anteile -> Schüler/innen, die mindestens einem Influencer folgen



Schüler/innen, die angaben, dass sie regelmäßig Influencern in den sozialen Medien folgen, wurden gefragt, wie oft sie Reels, Clips oder Videos von ihnen ansehen. Die Abbildung zeigt den Anteil derjenigen, die dies mehrmals pro Woche oder häufiger tun.

Anteil derjenigen, die mehrmals pro Woche oder häufiger Influencer-Reels ansehen

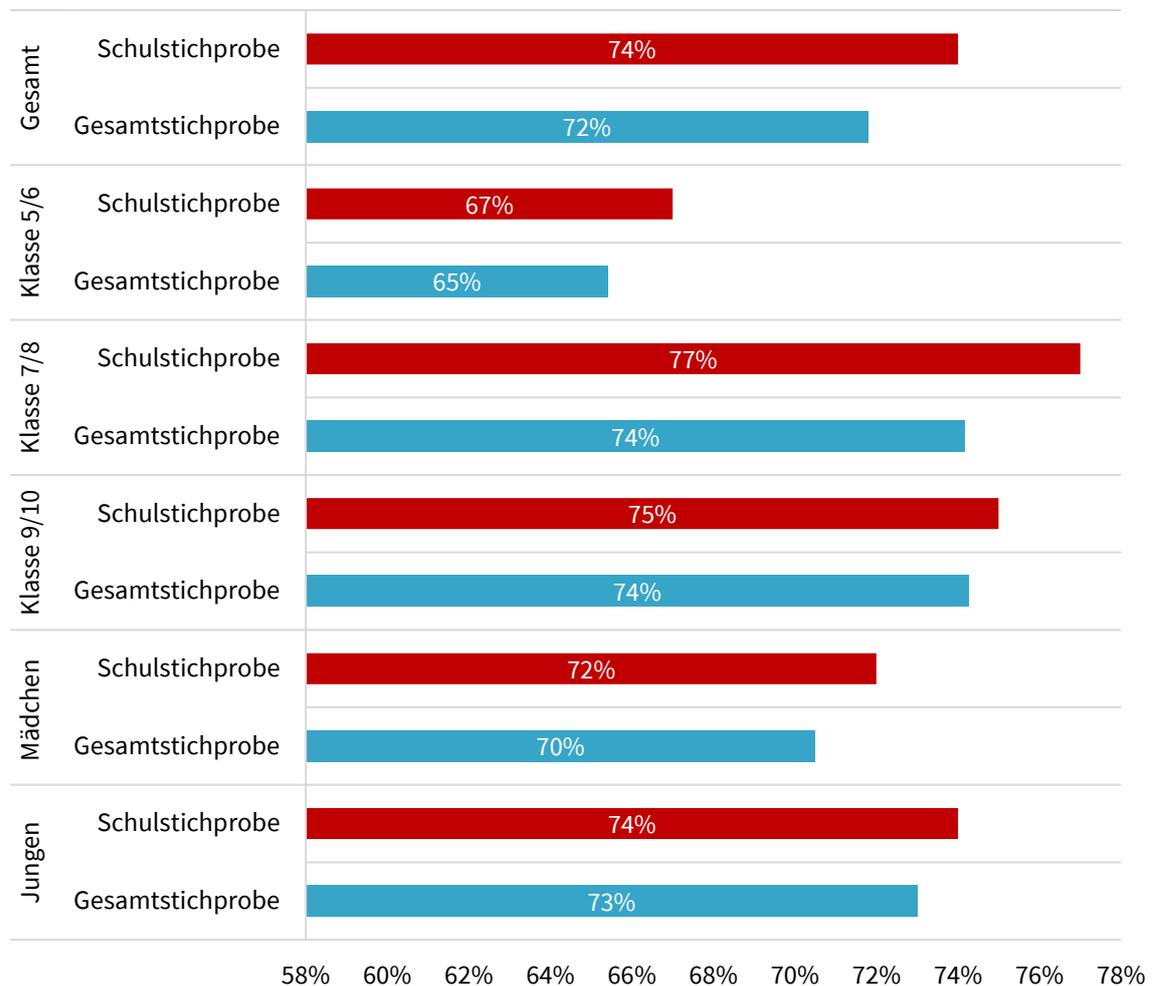


Abbildung 40. Prozentuale Anteile -> Konsum von Influencer-Reels mehrmals pro Woche oder häufiger



Die nachfolgende Grafik zeigt, wie viele der Schüler/innen bereits gesehen haben, dass Influencer E-Zigaretten, Zigaretten, Alkohol, Energydrinks oder Cannabis (ab Jahrgangsstufe 7) in ihren Reels/Clips/Videos konsumierten.

Insbesondere den Konsum von Energydrinks scheinen Heranwachsende bei Influencern zu beobachten. Zwei Drittel gaben an, bereits in Reels gesehen zu haben, wie Influencer Energydrinks trinken. Auch der Konsum von Alkohol und herkömmlichen oder elektronischen Zigaretten bei Influencern wird von Heranwachsenden wahrgenommen. Etwa jeder fünfte Befragte hat bereits Cannabiskonsum bei Influencern beobachtet.

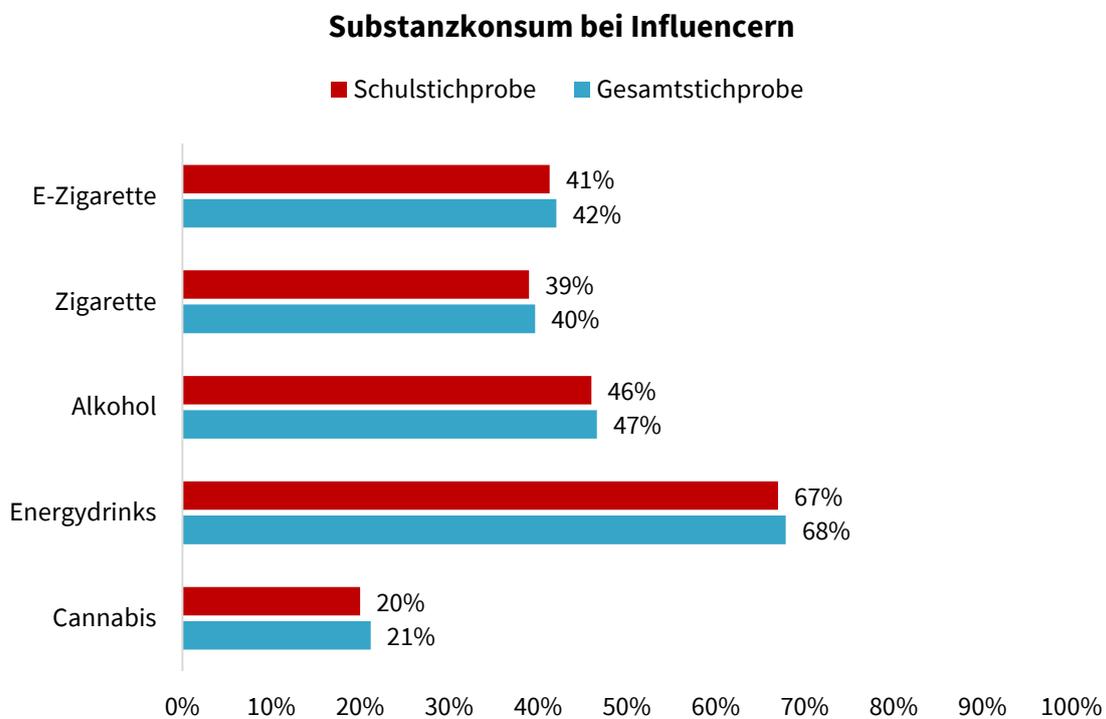


Abbildung 41. Prozentuale Anteile -> Häufigkeit des wahrgenommenen Substanzkonsums in Influencer-Reels



7

Ergebnisse zu Substanzkonsum



Energy Drinks
Alkohol
Zigaretten
E-Zigaretten
Wasserpfeife
Cannabis

7.1 Überblick über den aktuellen Substanzkonsum

Wie bereits in den vorangegangenen Erhebungen haben die Schüler/innen auch in diesem Jahr wieder Fragen zum Konsum von Energydrinks, Alkohol, Zigaretten, E-Zigaretten, Shisha und Cannabis (ab der 7. Klasse) beantwortet. Die Abbildung gibt einen allgemeinen Überblick über den aktuellen Substanzkonsum zum Zeitpunkt der Befragung. Sie zeigt nur den Anteil der Konsumierenden. Schüler/innen, die seltener als einmal im Monat oder gar nicht konsumieren, sind nicht dargestellt. Der Konsum von Energydrinks ist verbreitet (23 Prozent), 4 Prozent trinken die Getränke täglich. Alkohol ist die am zweithäufigsten konsumierte Substanz.

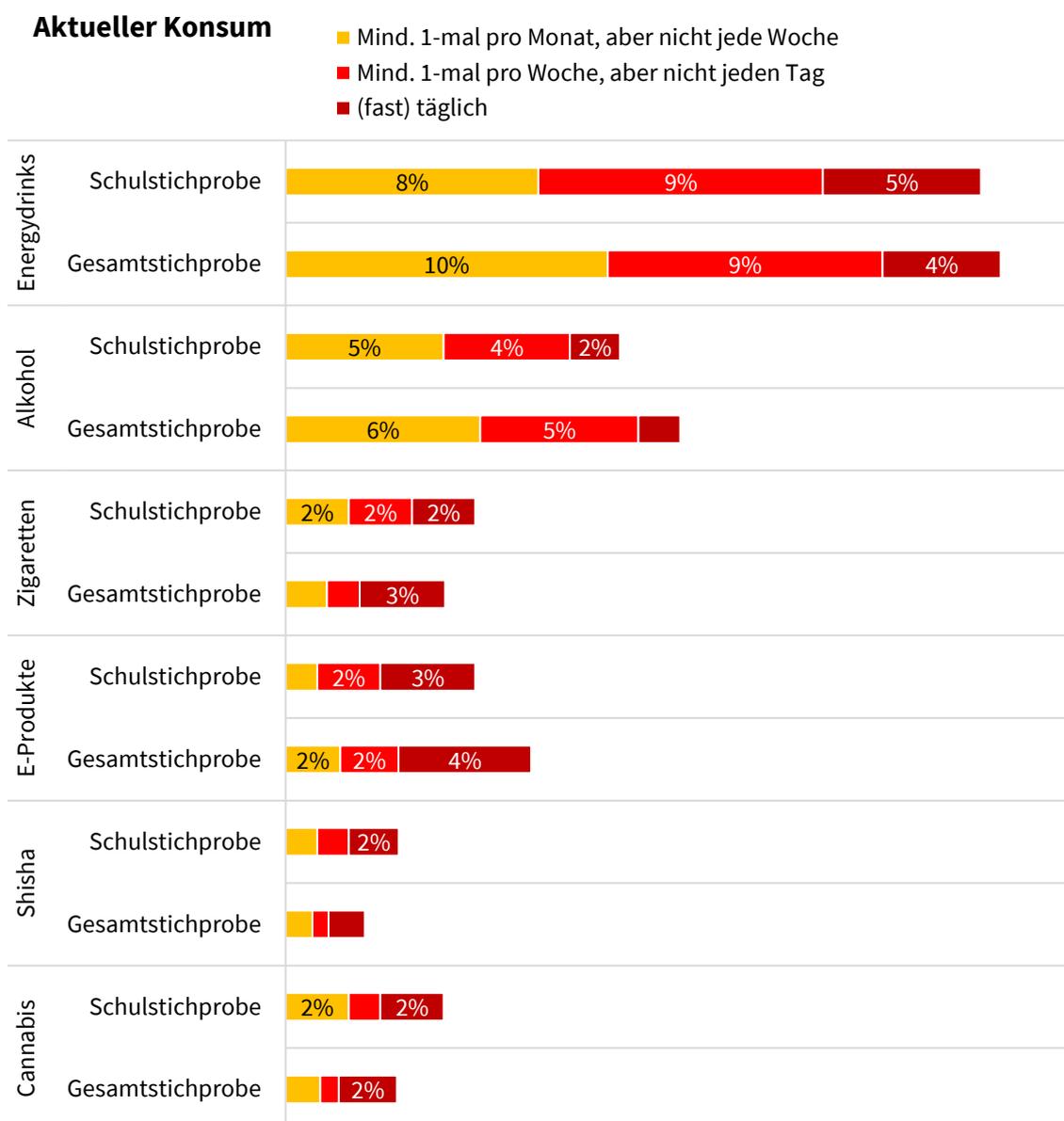


Abbildung 42. Prozentuale Anteile -> Überblick über den aktuellen Substanzkonsum (Felder ohne Prozentangaben entsprechen 1 Prozent oder weniger)



7.2 Energydrinks

Energydrinks bestehen aus Wasser und verschiedenen (ungesunden) Zusatzstoffen. Ihr Konsum ist umstritten: Forscher und Verbraucherschützer in Deutschland warnen seit langem vor gesundheitlichen Folgen durch die Kombination der Inhaltsstoffe. Rund 4 Prozent der Gesamtstichprobe trank täglich Energydrinks, 9 Prozent mindestens einmal pro Woche und 10 Prozent mindestens einmal pro Monat. Die Werte für die Schule sowie der Gesamtstichprobe sind in der nachfolgenden Grafik veranschaulicht.

Energydrinks - aktueller Konsum

- Mind. 1-mal pro Monat, aber nicht jede Woche
- Mind. 1-mal pro Woche, aber nicht jeden Tag
- (fast) täglich

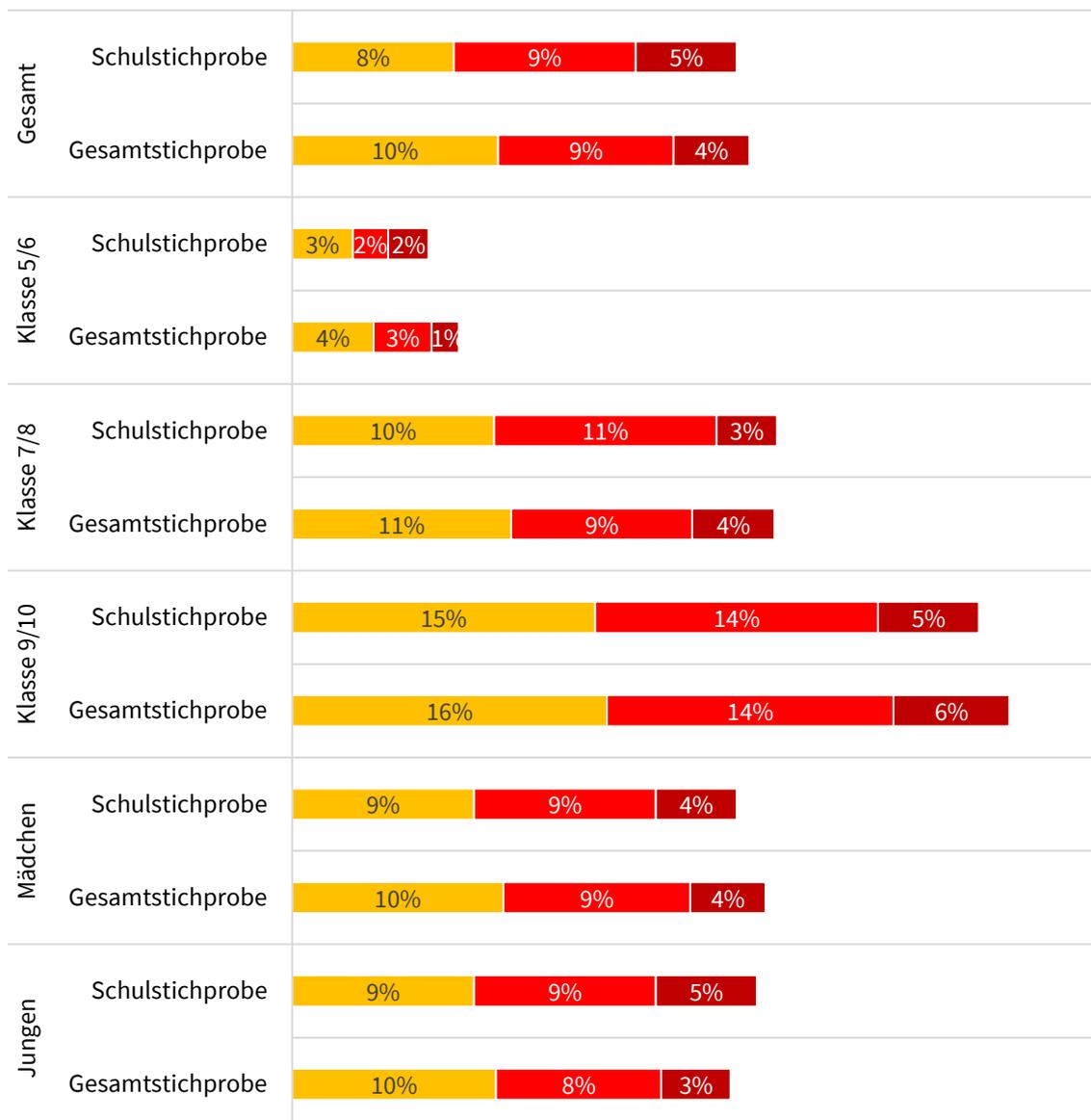


Abbildung 43. Prozentuale Anteile -> Aktueller Konsum von Energydrinks



7.3 Alkohol

Rund 6 Prozent der befragten Schüler/innen tranken einmal pro Monat Alkohol, aber nicht jede Woche. 6 Prozent, davon 1 Prozent täglich, trank mindestens 1-mal pro Woche, bei den Älteren (Stufe 9/10) waren dies 13 Prozent.

Alkohol - aktueller Konsum

- Mind. 1-mal pro Monat, aber nicht jede Woche
- Mind. 1-mal pro Woche, aber nicht jeden Tag
- (fast) täglich

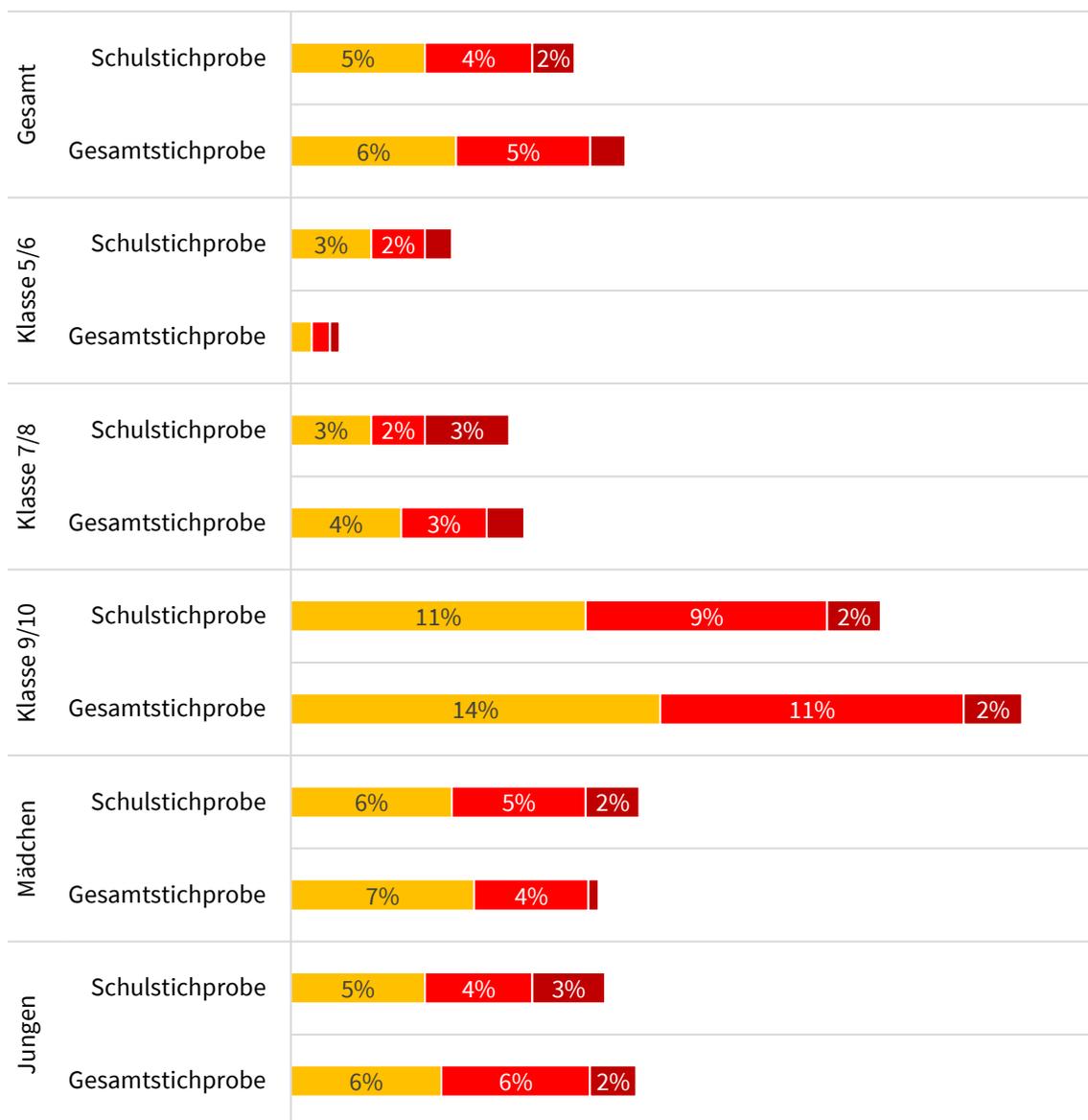


Abbildung 44. Prozentuale Anteile -> Aktueller Alkoholkonsum (Felder ohne Prozentangaben entsprechen 1 Prozent oder weniger)

Schüler/innen ab Klassenstufe 7 wurden darüber hinaus gefragt, wie häufig sie sich betrinken. Das sogenannte Rauschtrinken kennzeichnet sich dadurch, dass binnen kürzester Zeit eine große Menge an Alkohol getrunken wird. In der Regel ist das Ziel, schnell angeheitert oder betrunken zu werden. Bei Mädchen spricht man ab vier Getränken zu einer Trinkgelegenheit von Rauschtrinken, bei Jungen ab fünf Getränken.

In der Gesamtstichprobe gaben 12 Prozent an, sich in den letzten 30 Tagen mindestens einmal betrunken zu haben, 6 Prozent taten dies mehr als dreimal in den letzten 30 Tagen vor der Befragung. In Stufe 9/10 lag der Anteil mit 19 Prozent bzw. 9 Prozent erwartungsgemäß über denen der Siebt- und Achtklässler/innen (5 Prozent bzw. 3 Prozent). In den unteren Klassenstufen 5 und 6 wurde diese Frage nicht gestellt.

Rauschtrinken in den letzten 30 Tagen

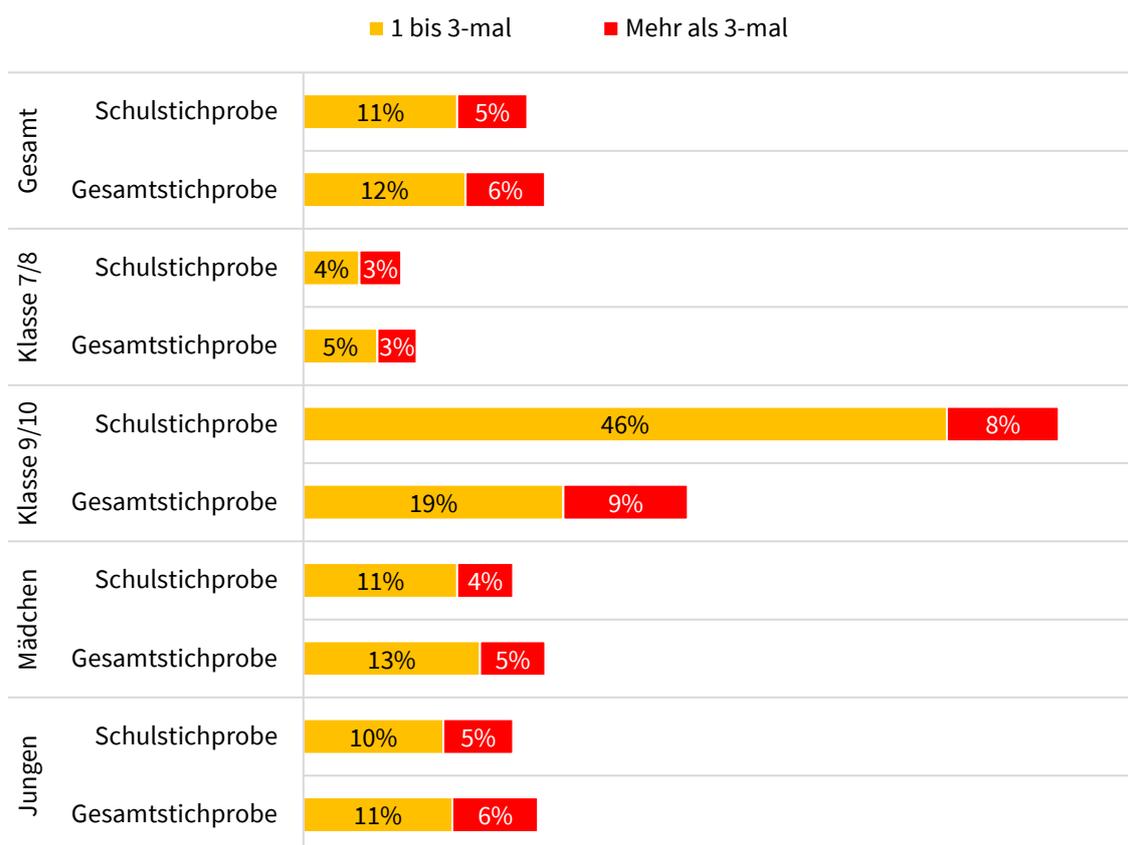


Abbildung 45. Prozentuale Anteile -> Rauschtrinken in den letzten 30 Tagen vor der Befragung (die Frage zum Rauschtrinken richtete sich nur an Klassenstufen 7 bis 10)



7.4 Zigaretten

Herkömmliche Zigaretten rauchten zum Zeitpunkt der Befragung 3 Prozent aller Befragten täglich (Stufe 5/6: weniger als 1 Prozent, Stufe 7/8: 2 Prozent, Stufe 9/10: 6 Prozent), die Anteile der Gelegenheitsraucher/innen (einmal pro Monat/einmal pro Woche) waren geringer ausgeprägt (1 bis 2 Prozent).

Zigaretten - aktueller Konsum

- Mind. 1-mal pro Monat, aber nicht jede Woche
- Mind. 1-mal pro Woche, aber nicht jeden Tag
- (fast) täglich

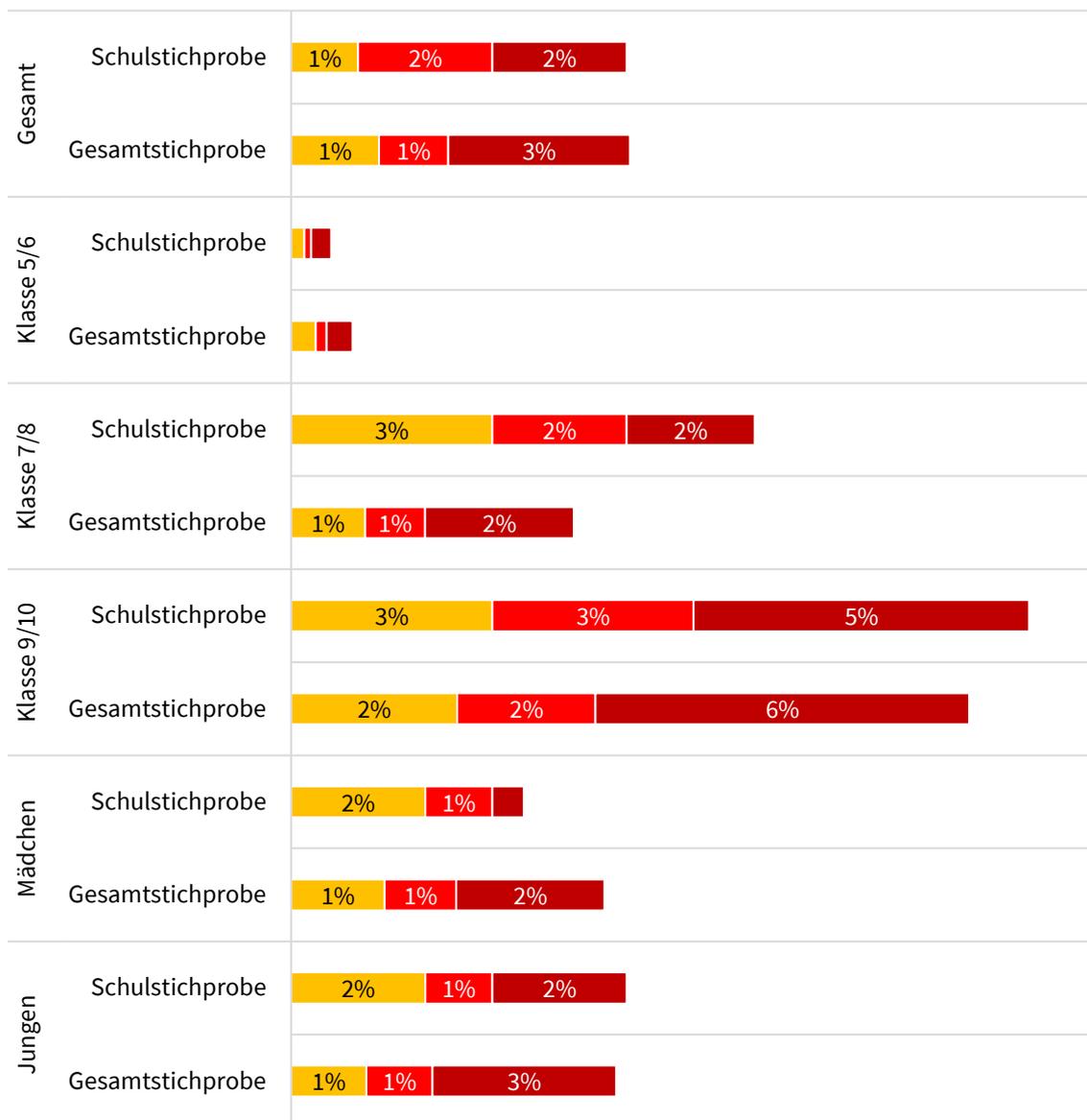


Abbildung 46. Prozentuale Anteile -> Aktueller Konsum von Zigaretten (Felder ohne Prozentangaben entsprechen weniger als 1 Prozent)



7.5 E-Zigaretten und E-Shishas

Während das Rauchen von herkömmlichen Zigaretten bei Kindern und Jugendlichen im Vergleich zu früher an Beliebtheit verloren hat, ist der Anteil der E-Zigaretten-Konsument/innen in den letzten Jahren gestiegen. Rund 24 Prozent aller Schüler/innen haben bereits E-Zigaretten geraucht, rund 17 Prozent herkömmliche Zigaretten.

In den Klassenstufe 9 und 10 haben bereits 40 Prozent E-Zigaretten geraucht. Zum Zeitpunkt der Befragung rauchten 16 Prozent der Neunt- und Zehntklässler/innen mindestens einmal im Monat E-Zigaretten, 9 Prozent täglich.

E-Zigaretten - aktueller Konsum

- Mind. 1-mal pro Monat, aber nicht jede Woche
- Mind. 1-mal pro Woche, aber nicht jeden Tag
- (fast) täglich



Abbildung 47. Prozentuale Anteile -> Aktueller Konsum von E-Zigaretten/E-Shishas (Felder ohne Prozentangaben entsprechen weniger als 1 Prozent)



7.6 Shishas/Wasserpfeifen

Aktueller Shisha- bzw. Wasserpfeifenkonsum ist wie im Vorjahr auch im Schuljahr 2023/2024 ein eher selten gezeigtes Verhalten. Lediglich 3 Prozent aller Befragten rauchten die Produkte mindestens einmal im Monat. Unter den Schüler/innen der Stufen 9/10 waren es 2 Prozent, die täglich Wasserpfeife konsumierten.

Shisha - aktueller Konsum

- Mind. 1-mal pro Monat, aber nicht jede Woche
- Mind. 1-mal pro Woche, aber nicht jeden Tag
- (fast) täglich

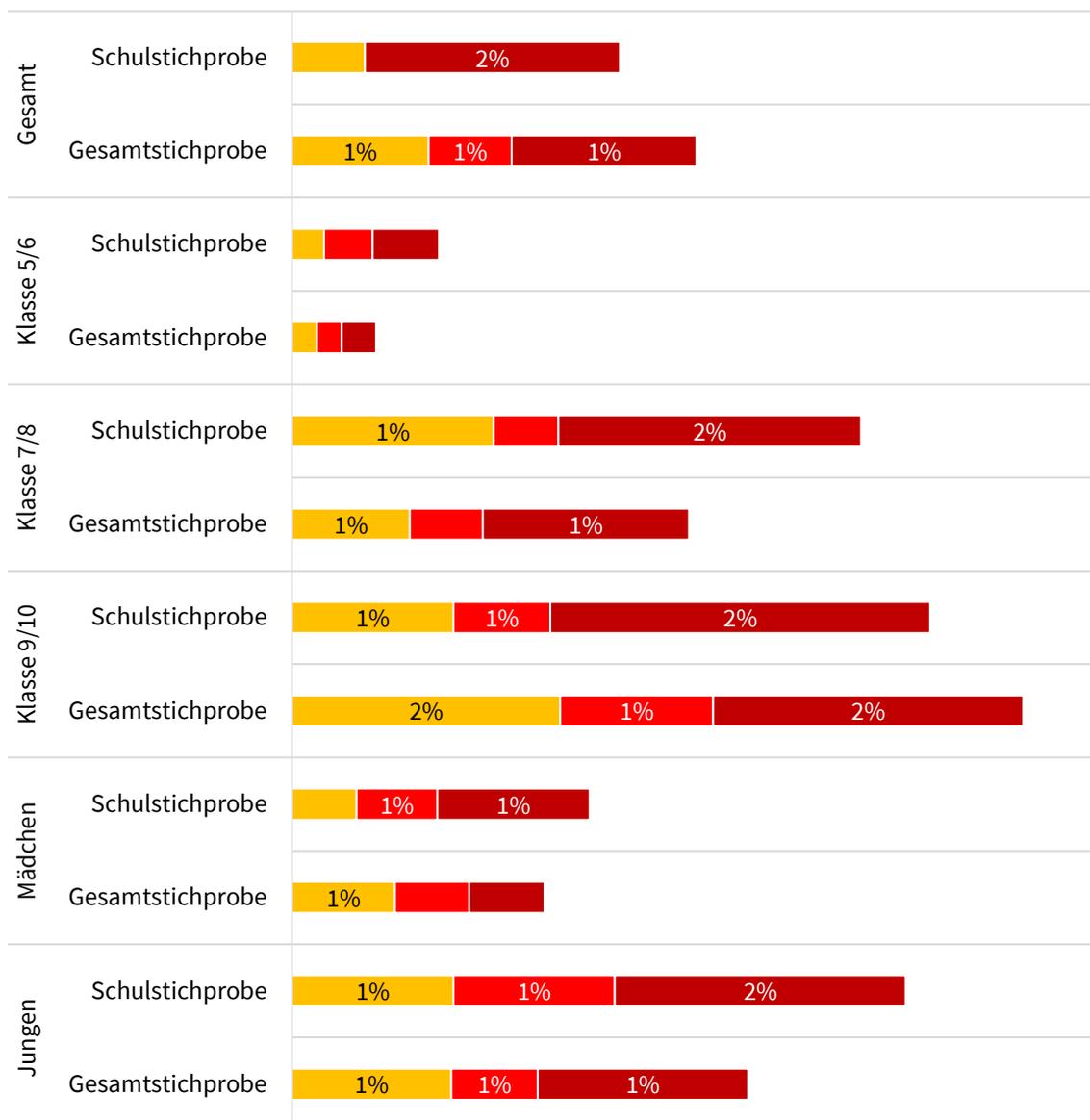


Abbildung 48. Prozentuale Anteile -> Aktueller Konsum von Shisha/Wasserpfeife (Felder ohne Prozentangaben entsprechen weniger als 1 Prozent)

7.7 Cannabis

Der Konsum von Cannabis birgt Gesundheitsgefahren insbesondere für Kinder und Jugendliche, da THC als psychoaktiver Stoff hirnschädigend wirken kann und das menschliche Gehirn bis zur Reife im Alter von 25 Jahren besonders vulnerabel ist. Im Zuge der Cannabislegalisierung liegt auf den Konsumraten der Jugendlichen ein besonderer Fokus.

In der folgenden Grafik sind die Anteile derer, die mindestens einmal pro Monat Cannabis konsumieren. Die Lebenszeitprävalenz betrug 10 Prozent. Rund 2 Prozent der Befragten konsumierten täglich Cannabis, Jungen etwas häufiger als Mädchen.

Cannabis - aktueller Konsum

- Mind. 1-mal pro Monat, aber nicht jede Woche
- Mind. 1-mal pro Woche, aber nicht jeden Tag
- (fast) täglich

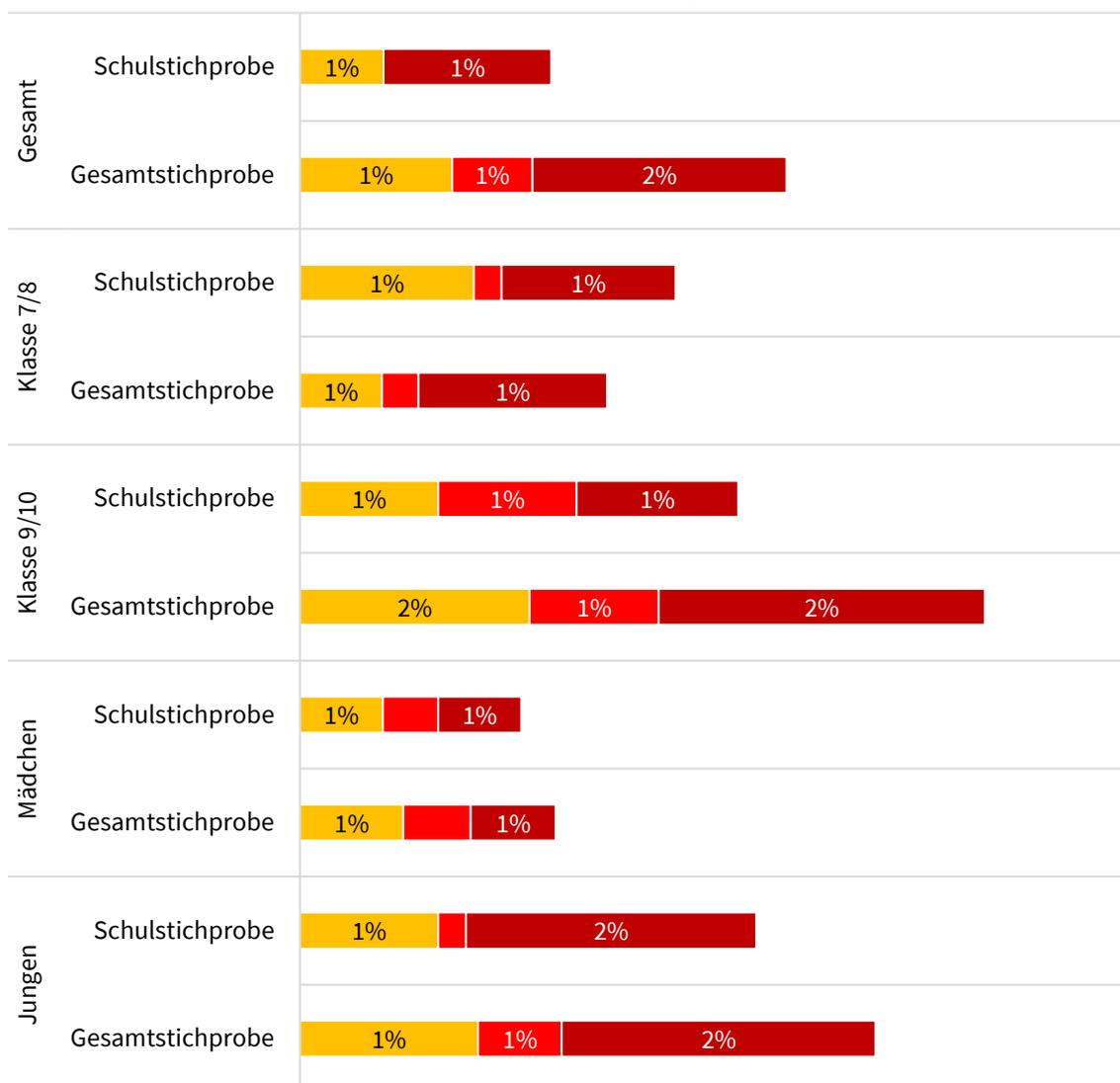


Abbildung 49. Prozentuale Anteile -> Aktueller Konsum von Cannabis (Felder ohne Prozentangaben entsprechen weniger als 1 Prozent; die Frage richtete sich nur an Klassenstufen 7 bis 10)



8

Nächste Schritte

Sie haben nun den Schulbericht erhalten, der verschiedene Themenbereiche des Gesundheitsverhaltens der Schülerschaft beleuchtet. Es wäre von großem Vorteil, wenn an Ihrer Schule eine Arbeitsgruppe gebildet würde, die sich mit dem Thema Prävention beschäftigt. Diese Gruppe kann aus verschiedenen Personenkreisen bestehen, wie zum Beispiel Eltern, Schüler/innen, Lehrpersonal und Schulsozialarbeitenden. Vielleicht gibt es eine solche Gruppe bereits, dann sind Sie schon einen guten Schritt weiter!

Zunächst ist es wichtig, dass die Arbeitsgruppe sich ein Bild von den bereits bestehenden Präventionsangeboten an der Schule macht. Gibt es eine Übersicht darüber, welche Programme in welcher Klassenstufe angeboten werden? Falls nicht, wäre der erste Schritt, eine Übersicht zu erstellen.

Anschließend können Stärken und Schwächen der Schulgemeinschaft identifiziert werden. Der Schulbericht kann als Ausgangspunkt dienen. Beispiel: Der Schulbericht zeigt, dass Schüler/innen einen sehr hohen Medienkonsum haben. Im Rahmen ihrer Präventionsarbeit könnte demnach das Thema „Mediennutzung“ intensiver behandelt werden.

Wenn Sie bereits in den Vorjahren teilgenommen haben, werden Sie ähnliche Themen in den Schulberichten der Vorjahre finden und Vergleiche anstellen können. Wir versuchen einheitliche Grafiken zu verwenden, um den Vergleich zu erleichtern. Bitte überprüfen Sie, ob die Stichproben an Ihrer Schule ähnlich sind, um falsche Schlüsse zu vermeiden. Es ist daher sinnvoll, dass möglichst alle Schüler/innen der Sekundarstufe 1 an den Befragungen teilnehmen.

Das Angebot an Präventionsprogrammen in Deutschland ist groß, aber oft undurchsichtig. Wenn Sie sich fragen, welches Programm das richtige ist und wo Sie ein geeignetes Programm finden können, das zum Schulalltag passt und den Bedürfnissen der Schülerinnen und Schüler entspricht, dann schauen Sie in der „Grünen Liste Prävention“ nach.

Die "Grüne Liste Prävention" gibt einen Überblick über in Deutschland angebotene Präventionsprogramme und deren Wirksamkeit. Die Seite beinhaltet eine Suchfunktion, die es erlaubt, gezielt nach Themen zu suchen. Weitere Informationen dazu finden Sie unter:

<https://www.gruene-liste-praevension.de/nano.cms/datenbank/information>



9

Präventionsradar 2024/2025

Die nächste Erhebungswelle findet im kommenden Schuljahr 2024/2025 in den gewohnten Zeitfenstern statt. Das wird dann die neunte Befragungswelle der Schulstudie sein. Wir freuen uns, wenn Ihre Schule daran teilnimmt.

Der Präventionsradar erfreut sich bei den Schulen großer Beliebtheit. Die Teilnehmerzahlen sind derzeit sehr hoch. Das bedeutet für Sie, dass Sie sich schnellstmöglich bei uns melden sollten, wenn Sie eine Teilnahme im Schuljahr 2024/2025 planen. Um Ihren Platz zu reservieren, müssen Sie sich mit Ihren Daten auf www.praeventionsradar.de einloggen und Ihre Schule zurückmelden.

Die Teilnahme an der Studie wird in Zukunft ausschließlich **online** möglich sein. Eine Teilnahme per Papierfragebogen wird aus verschiedenen Gründen nicht mehr möglich sein.

Falls Sie Fragen oder Anregungen zur Befragung oder zum Schulbericht haben oder sich persönlich für die kommende Befragung anmelden möchten, melden Sie sich gerne bei uns.

Wir bedanken uns bei Ihnen für die Teilnahme an der Studie.



IFT-NORD
Institut für Therapie- und
Gesundheitsforschung

Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung gemeinnützige GmbH, Harmsstr. 2 in 24114 Kiel

Zuständig für den Präventionsradar

Herr Clemens Neumann
E-Mail: neumann@ift-nord.de
Telefon: 0431 - 57029-71

E-Mail: praeventionsradar@ift-nord.de

Frau Dr. Julia Hansen
E-Mail: hansen@ift-nord.de
Telefon: 0431 - 57029-45

Datenschutzbeauftragte

Frau Diana Schulz
E-Mail: schulz@ift-nord.de
Telefon 0431 - 57029-44

Geschäftsführender Direktor

Herr Prof. Dr. Reiner Hanewinkel
E-Mail: hanewinkel@ift-nord.de
Telefon: 0431 - 57029-20

Weitere Informationen zum gemeinnützigen IFT-Nord unter www.ift-nord.de Unter der Webadresse können Sie auch die zum Präventionsradar zugehörigen Publikationen sowie Information zu weiteren von uns durchgeführten Studien einsehen.

www.ift-nord.de

Kontakt:

 **IFT-NORD**

Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung
IFT-Nord gGmbH

Ansprechpartner für Rückfragen:

Prof. Dr. Reiner Hanewinkel

Harmsstraße 2, 24114 Kiel

Telefon: 0431 / 570 29-20

E-Mail: praeventionsradar@ift-nord.de

Web: www.praeventionsradar.de