

Euregionale Jugendbefragung 2023

Bericht



Impressum

Kreis Euskirchen – Der Landrat
Abteilung 53 - Gesundheit
Jülicher Ring 32
53879 Euskirchen

Kontakt:

Kommunale Gesundheitsberichterstattung
Lea Hemkentokrax
Tel.: 02251/15-476
E-Mail: lea.hemkentokrax@kreis-euskirchen.de

Stand: August 2025

Inhaltsverzeichnis

1. Die Euregionale Jugendbefragung 2023 (Youth Euregional Scan – YES)	3
2. Ergebnisse für den Kreis Euskirchen	4
2.1 Merkmale der Stichprobe.....	4
2.2 Gesundheit und Wohlbefinden	4
2.2.1 Mentale Gesundheit	5
2.2.2 Körperliche Gesundheit	10
2.3 Lebensstilfaktoren	11
2.3.1 Bewegung und Ernährung.....	11
2.3.2 Suchtmittelkonsum	12
2.4 Behandlung verschiedener Themen in der Schule	16
3. Ergebnisse nach Geschlecht	17
3.1 Gesundheit und Wohlbefinden	17
3.1.1 Mentale Gesundheit	17
3.1.2 Körperliche Gesundheit	19
3.2 Lebensstilfaktoren	20
3.2.1 Bewegung und Ernährung.....	20
3.3 Behandlung verschiedener Themen in der Schule	20
3.2.2 Suchtmittelkonsum	21
4. Ergebnisse nach Klassenstufe	23
4.1 Gesundheit und Wohlbefinden	23
4.2 Lebensstilfaktoren	24
4.2.1 Bewegung und Ernährung.....	24
4.2.2 Suchtmittelkonsum	24
5. Fazit und Empfehlungen.....	27
Literaturverzeichnis	30
Anhang	34

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Wahrgenommener Gesundheitszustand	5
Abbildung 2: Alkoholkonsum im Zeitvergleich	13
Abbildung 3: Rauchen von Tabakzigaretten im Zeitvergleich	15
Abbildung 4: Behandlung verschiedener Themen in der Schule.....	17
Abbildung 5: Leistungsdruck Erwartungen zu erfüllen nach Geschlecht.....	18
Abbildung 6: Sorgen und Stressfaktoren nach Geschlecht	18
Abbildung 7: Ansprechpartner (-innen) bei Problemen nach Geschlecht	19
Abbildung 8: Umgang mit Sexualität an der Schule nach Geschlecht	20
Abbildung 9: Behandlung verschiedener Themen in der Schule nach Geschlecht	21
Abbildung 10: Konsum von Tabak- und E-Zigaretten nach Geschlecht im Zeitvergleich	22
Abbildung 11: Alkoholkonsum nach Klassenstufe	25
Abbildung 12: Meinung der Eltern zum Alkoholkonsum ihres Kindes nach Klassenstufe	26

1. Die Euregionale Jugendbefragung 2023 (Youth Euregional Scan – YES)

YES 2023 erfasst die gesundheitliche Lage und die gesundheitsrelevanten Verhaltensweisen der Jugendlichen in den Grenzregionen zwischen Deutschland, Belgien und den Niederlanden. Insbesondere nach der COVID-19-Pandemie und den damit einhergehenden Kontaktbeschränkungen ist es wichtig zu schauen, wie es um die Gesundheit der Jugend im Kreis Euskirchen steht.

Die Befragung, die in Zusammenarbeit von 14 Organisationen aus dem Gesundheitswesen der drei Länder durchgeführt wurde, untersucht seit dem Jahr 2000 die Gesundheit von Jugendlichen in der Euregio Maas-Rhein und wurde 2023 erstmals auf die Euregio Rhein-Maas-Nord ausgeweitet.

Im Herbst/Winter 2023 wurden 27.712 Schülerinnen und Schüler im Alter von 13 bis 17 Jahren anonym während einer Unterrichtsstunde befragt. Die Teilnahme an der Befragung war freiwillig und der Fragebogen konnte online ausgefüllt werden.

Neben Schülerinnen und Schülern aus dem Kreis Euskirchen stammten die Befragten aus dem Kreis Düren, aus den belgischen Provinzen Lüttich und Limburg, aus Ostbelgien sowie aus Süd-Limburg und Nord-Limburg in den Niederlanden.

Erstmals nahmen der Rhein-Kreis Neuss, der Kreis Viersen, die Stadt Krefeld, die Stadt Mönchengladbach, die Stadt Düsseldorf (Euregio Rhein-Maas-Nord), der Oberbergische Kreis und der Rhein-Erft-Kreis teil.

Tabelle 1: Teilnahme an YES 2023

Region	Schülerinnen und Schüler
Grenzregion Niederlande	12.852 (46%)
Nord-Limburg	6.881
Süd-Limburg	5.971
Grenzregion Deutschland	11.895 (43%)
Kreis Euskirchen	2.009
Kreis Düren	1.883
Kreis Viersen	1.772
Stadt Krefeld	1.714
Rhein-Erft-Kreis	1.558
Stadt Düsseldorf	1.106
Stadt Mönchengladbach	695
Rhein-Kreis Neuss	636
Oberbergischer Kreis	522
Grenzregion Belgien	2.965 (11%)
Provinz Limburg	1.437
Ostbelgien	1.257
Provinz Lüttich	271
Gesamt	27.712

Ziel von YES 2023 ist es, gesundheitsbezogene Daten Jugendlicher auf kommunaler Ebene zu sammeln, um Hinweise auf Bedarfslagen zu erhalten und Präventionsmaßnahmen und -projekte für Jugendliche zielgerichtet gestalten zu können.

2. Ergebnisse für den Kreis Euskirchen

In diesem Bericht werden die zentralen Ergebnisse von YES 2023 für die befragten Schülerinnen und Schüler des Kreises Euskirchen beschrieben. Die Ergebnisse werden auch im Vergleich von Mädchen und Jungen und im Vergleich der Klassenstufen (8. Klasse vs. 10. Klasse) berichtet. Zudem werden relevante Vergleiche mit den Grenzregionen (siehe Anhang 1) und den vergangenen Befragungsjahren 2013 und 2019 dargestellt.

Für die länderübergreifenden Vergleiche waren die Methodik und der Fragebogen bis auf einzelne zusätzliche Fragen, die jede teilnehmende Region stellen konnte, für alle identisch.

Zur besseren Einordnung der Ergebnisse wurden zudem nach Möglichkeit ähnliche Studien herangezogen. Unterschiede unter anderem in den Methodiken und Merkmalen der Stichproben sind dabei mit Blick auf die Vergleichbarkeit der Ergebnisse jedoch zu berücksichtigen.

Während sich einige Fragen von YES 2023 mit denen aus vergangenen Befragungsjahren gleichen, wurden auch neue Themenfelder und Fragen aufgenommen.

Zu den Themenfeldern von YES 2023 gehören unter anderem die mentale und körperliche Gesundheit, Bewegung, Ernährung und der Suchtmittelkonsum (Alkohol, Rauchen, Drogen etc.).

Eine umfassende Übersicht über die Themenfelder ist auf dem Euregionalen Gesundheitsatlas unter folgendem Link zu finden: <https://euregionalhealthatlas.eu/mosaic/dashboard/euregional-youth-scan--yes->.

2.1 Merkmale der Stichprobe

Im Kreis Euskirchen beteiligten sich insgesamt 15 Schulen mit 2.009¹ Schülerinnen und Schüler an der Befragung. Damit stammt der größte Anteil der Befragten der Grenzregion Deutschland aus dem Kreis Euskirchen (ca. 17%) (s. Tabelle 1). Innerhalb des Kreises Euskirchen waren die meisten befragten Jugendlichen zum Zeitpunkt der Befragung wohnhaft in der Stadt Euskirchen (31%), gefolgt von Zülpich (14%) und Mechernich (9%). 27% der Befragten verteilen sich auf die übrigen Städte und Gemeinden des Kreises Euskirchen. 19% wohnen außerhalb des Kreises, besuchen jedoch eine Schule im Kreis Euskirchen.

Nach Schulform haben sechs Gymnasien (46% der Befragten), vier Realschulen (25% der Befragten), drei Gesamtschulen (25% der Befragten) und zwei Hauptschulen (4% der Befragten) teilgenommen.

Schon in den vergangenen Befragungsjahren war das Gymnasium die am stärksten vertretene Schulform. Auch das Klassenstufen- und Geschlechterverhältnis war in YES 2023 erneut ausgeglichen.

Nach Klassenstufe gingen 54% in die 8. Klasse und 46% in die 10. Klasse. Das durchschnittliche Alter der Befragten lag bei 14 Jahren.

49% waren Mädchen, 48% Jungen und 3% gaben divers an. Auf eine Darstellung der Ergebnisse von Jugendlichen mit diverser Geschlechtsidentität wird aufgrund der geringen Fallzahl verzichtet.

2.2 Gesundheit und Wohlbefinden

Auf die Frage, wie sie ihre Gesundheit insgesamt einschätzen, antwortete die deutliche Mehrheit der Befragten (75%) mit gut oder sehr gut. Ein Viertel der Befragten schätzt sie als mittelmäßig,

¹Da die Beantwortung der Fragen freiwillig war, gibt es pro Frage meist auch Personen, von denen keine Antwort vorlag (fehlende Werte). Diese fehlenden Werte werden nicht berücksichtigt, sodass die Prozentzahlen jeweils auf der Anzahl an gültigen Werten basieren, die bei jeder Frage angegeben wird (von n=...) (s. Tabellen im Anhang).

schlecht oder sehr schlecht ein (Grenzregionen: Belgien: 19%, Niederlande: 20%) (s. Abb. 1). Dieser Anteil ist seit 2019 mit 18% (von n=1.972) angestiegen.

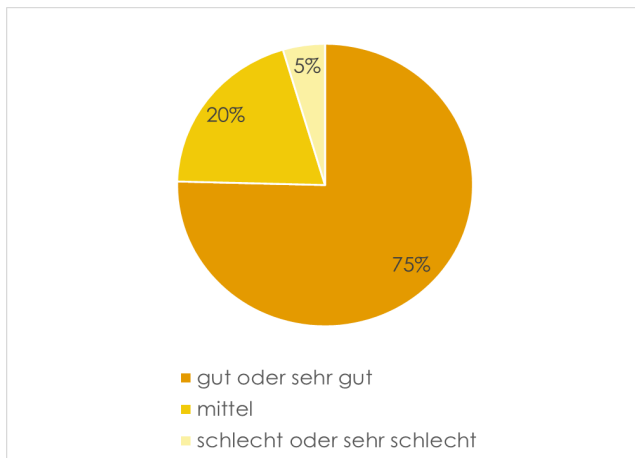


Abbildung 1: Wahrgenommener Gesundheitszustand

Schlafqualität

Guter Schlaf ist wichtig für die mentale Gesundheit, die kognitive Entwicklung sowie die Leistungsfähigkeit im Alltag (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), 2022; Shochat, Cohen-Zion & Tzischinsky, 2014).

Die Mehrheit der Jugendlichen (73%) schlafen angemessen oder sehr gut. 27% der Befragten gaben an, dass sie im Allgemeinen nicht so gut oder überhaupt nicht gut schlafen (Grenzregion Niederlande: 22%).

2.2.1 Mentale Gesundheit

Die mentale Gesundheit wird von dem Umgang mit Stress, Emotionen und den Herausforderungen des Alltags beeinflusst. Zu diesen Herausforderungen zählen die Erfüllung gesellschaftlicher Erwartungen und der damit einhergehende Leistungsdruck. Auch gesellschaftliche Entwicklungen oder Ereignisse außerhalb der eigenen Kontrolle können eine Rolle spielen.

Zu einer guten mentalen Gesundheit trägt neben dem Fehlen psychischer Störungen auch ein gutes Wohlbefinden bei, das durch Glück, Stabilität und Belastbarkeit beeinflusst wird (World Health Organisation (WHO), 2022).

Psychische Beschwerden

Psychische Beschwerden wurden in YES 2023 mit dem „Mental Health Inventory 5“ (MHI-5) erfasst. Die folgenden Fragen wurden zur Beurteilung herangezogen und beziehen sich darauf, wie sich die Befragten in den letzten vier Wochen vor der Befragung gefühlt haben:

- „Hast du dich sehr nervös gefühlt?“
- „Hast du dich ruhig und gelassen gefühlt?“
- „Hast du dich entmutigt und traurig gefühlt?“
- „Warst du glücklich?“
- „Warst du so niedergeschlagen, dass dich nichts aufheitern konnte?“

Die Fragen wurden bezüglich der Häufigkeit des Vorkommens auf einer Skala von „immer“ bis „nie“ eingestuft. Je höher das Testergebnis des MHI-5 ist, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit für das

Vorliegen einer oder mehrerer psychischer Störungen/Beschwerden. Der Test zeigt aber keine Diagnose auf, sondern lediglich eine Tendenz.

Demnach weisen fast 40% der Jugendlichen psychische Beschwerden auf (Grenzregionen: Niederlande: 29%, Belgien: 34%). Dabei handelt es sich vorwiegend um milde psychische Beschwerden (23%).

Glücks- und Einsamkeitsempfinden

Das Wohlbefinden junger Menschen hängt damit zusammen, wie glücklich sie sich fühlen. Dabei spielt das Ausmaß der Zufriedenheit mit den eigenen Lebensumständen eine Rolle. Die meisten Befragten fühlen sich normalerweise glücklich oder sehr glücklich (65%) (Grenzregionen: Niederlande: 77%, Belgien: 74%). 12% sind normalerweise (sehr) unglücklich (Grenzregionen: Niederlande: 6%, Belgien: 7%), was eine Verdopplung des Anteils im Vergleich zu 2019 (6%) darstellt.

Wichtig für ein gutes Wohlbefinden sind auch die Zugehörigkeit und Verbundenheit mit dem sozialen Umfeld. Ist dies nicht der Fall, kann ein Gefühl der Einsamkeit entstehen.

40% der Befragten fühlten sich in den letzten vier Wochen vor der Befragung mind. manchmal einsam (Grenzregionen: Niederlande: 31%, Belgien: 35%). Der Anteil ist seit 2013 mit 29% (von n=2.605) angestiegen.

Schädlich wird Einsamkeit vor allem, wenn sie oft oder (fast) immer auftritt, was 2023 bei 18% der Befragten im Kreis Euskirchen der Fall war (Grenzregionen: Niederlande: 11%, Belgien: 14%).

Die Studie „Health Behaviour in School-aged Children“ (HBSC) 2022 zeigt mit 17% einen ähnlich hohen Anteil an Jugendlichen im Alter zwischen 11 und 15 Jahren, die sich meistens oder immer einsam fühlen (Schütz & Bilz, 2023).

Die HBSC-Studie hat 3.819 Kinder und Jugendliche der Klassenstufen 5 (27% der Befragten), 7 und 9 (73% der Befragten) an allgemeinbildenden Schulen in Brandenburg befragt. Teilgenommen haben etwas mehr Mädchen (54%) als Jungen (44%) (2% divers), die wie beim Kreis Euskirchen größtenteils auf ein Gymnasium gingen (44%) (Schütz & Bilz, 2023).

Suizidgedanken

Verschiedene gravierend negative Einflussfaktoren auf die mentale Gesundheit können letztlich zu Suizidgedanken führen.

Bei ca. einem Drittel (34%) der befragten Schülerinnen und Schüler im Kreis Euskirchen traten diese in den letzten zwölf Monaten vor der Befragung auf (Grenzregionen: Niederlande: 23%, Belgien: 28%). Bei 11% der Jugendlichen war dies oft oder sehr oft der Fall (Grenzregionen: Niederlande: 5%, Belgien: 7%), bei 9% manchmal und bei 14% selten.

Der Anteil an Jugendlichen mit Suizidgedanken ist seit 2013 mit 24% (von n=2.603) angestiegen.

Zu berücksichtigen ist jedoch, dass es sich zunächst um entsprechende Gedanken handelt, aber noch kein Suizidversuch vorliegt. Zudem ist die Jugendphase durch hormonelle Umstellungen und eine oft hohe Emotionalität geprägt. Dennoch ist dieses Ergebnis sehr ernst zu nehmen und signalisiert Handlungsbedarf.

Mobbing

Ein Einflussfaktor für das Auftreten solcher Gedanken kann Mobbing sein. Beim Mobbing wird eine Person auf eine Art und Weise belästigt, die ihr nicht gefällt (zum Beispiel durch Fluchen, Tratschen, böse Nachrichten schicken, beleidigen, etwas wegnehmen, spucken oder jemanden ausschließen). Mobbing kann persönlich oder auch online mit einer besonders großen Reichweite stattfinden.

30% der befragten Schülerinnen und Schüler gaben an, dass sie in den letzten drei Monaten vor der Befragung in der Schule gemobbt wurden (Grenzregionen: Niederlande: 15%, Belgien: 15%), was dazu beitragen mag, dass es fast einem Viertel der Befragten (23%) in der Schule nicht gut oder überhaupt nicht gut gefällt (Grenzregion Belgien: 18%).

Die Anteile des schulischen Mobblings und der Abneigung gegenüber der Schule sind seit 2019 mit 19% (von n=1.843) bzw. mit 14% (von n=1.859) jeweils angestiegen.

Dies mag unter anderem ursächlich dafür sein, dass 17% der Befragten in den letzten vier Wochen vor der Befragung die Schule für mind. eine Unterrichtsstunde geschwänzt haben (Grenzregionen: Belgien: 9%, Niederlande: 12%).

Über das Internet oder die sozialen Medien wurden 12% in den letzten drei Monaten vor der Befragung gemobbt (Grenzregionen: Niederlande: 9%, Belgien: 9%). Dieser Anteil ist seit 2019 mit 8% (von n=1.847) ebenfalls angestiegen.

Mind. einmal pro Woche wurden 10% der Jugendlichen im Kreis Euskirchen in der Schule (Grenzregionen: Belgien: 4%, Niederlande: 5%) und zwei Prozent im Internet gemobbt.

Eine Art des Mobblings kann das Versenden von Nacktfotos oder -videos (z. B. über das Internet oder soziale Medien) gegen den eigenen Willen sein, was 6% der Befragten erleben mussten (Grenzregion Niederlande: 2%).

Eine weitere negative Erfahrung, die 39% der befragten Jugendlichen in sozialen Medien gemacht haben, ist, dass sie in sozialen Netzwerken wie Instagram oder dem Chat von Online-Spielen schon mal auf sexuelle Art angesprochen wurden, die ihnen unangenehm war. 2019 lag der Anteil mit 46% (von n=1.793) noch bei fast der Hälfte und ist somit mittlerweile gesunken.

Im Vergleich zu den Ergebnissen der „Jugend, Information, Medien (JIM)“ Studien 2023 und 2024, die jeweils 1.200 Jugendliche im Alter von 12 bis 19 Jahren in Deutschland befragt haben (ausgeglichenes Geschlechterverhältnis), liegen die Ergebnisse für den Kreis Euskirchen jedoch noch darüber und das, obwohl die Befragten im Kreis jünger sind und die Erfahrung mit sexueller Belästigung im Internet laut der JIM-Studie 2024 tendenziell häufiger ab 14 Jahren gemacht wird (Feierabend, Rathgeb, Kheredmand & Glöckler, 2023; Feierabend, Rathgeb, Gerigk & Glöckler, 2024).

So hat bei der JIM-Studie 2023 mit 30% ein geringerer Anteil an Jugendlichen bereits sexuelle Belästigung im Internet erfahren, obwohl 75% der Befragten der JIM-Studie 2023 zum Befragungszeitpunkt mind. 14 Jahre alt waren und 63% im Kreis Euskirchen. Gerade die Altersgruppe ab 16 Jahren war bei der JIM-Studie 2023 mit 50% vertreten und bei den Befragten des Kreises Euskirchen mit nur 12% (Feierabend et al., 2023; Feierabend et al., 2024).

Für den Umgang mit solchen Erfahrungen ist es wichtig, dass sich die Betroffenen Unterstützung holen und für sich selbst eintreten können.

Jeweils die Mehrheit der Befragten findet es nicht schwierig, um Hilfe zu fragen, wenn sie jemand belästigt (54%) (24% weder noch, 22% schwierig) und steht für sich selbst ein, wenn sie jemand beschimpft, beleidigt oder bedroht (67%) (20% weder noch, 12% stehen nicht für sich ein).

Stress, Leistungsdruck und Sorgen

Stress ist ein fester Bestandteil des Lebens, der mit den alterstypischen Herausforderungen einhergeht. Allerdings ist es wichtig, regelmäßig und rechtzeitig für Erholung (z. B. durch Sport) zu

sorgen, damit der Stress nicht dauerhaft anhält und gesundheitsschädlich wird (Bundesministerium für Gesundheit (BMG), 2022).

Fast die Hälfte der Befragten (47%) fühlen sich oft oder sehr oft durch die Schule oder Hausaufgaben gestresst (Grenzregion Niederlande: 36%), gefolgt von allem, was sie zu tun haben (35%), der Vorstellung, was andere von ihnen halten (31%) (Grenzregionen: Niederlande: 23%, Belgien: 26%), den eigenen Problemen (28%) (Grenzregionen: Niederlande: 18%, Belgien: 20%) und der häuslichen Situation (21%) (Grenzregionen: Niederlande: 12%, Belgien: 15%) (Mehrfachantworten möglich). Deutlich über die Hälfte der Jugendlichen (65%) fühlen sich durch mind. einen der genannten Faktoren oft oder sehr oft gestresst (Grenzregionen: Niederlande: 52%, Belgien: 57%).

Laut des Präventionsradars 2022/2023, bei dem von November 2022 bis Februar 2023 14.702 Schülerinnen und Schüler (Klassenstufe 5 bis 10) befragt wurden, waren Tests oder Klassenarbeiten die am häufigsten genannte Ursache für Schulstress, gefolgt von Hausaufgaben (Hanewinkel et al., 2023). Wie erfolgreich die Schülerinnen und Schüler in dem Zusammenhang sind, kann die Wahrnehmung beeinflussen, wie sinnvoll sie es finden, zur Schule zu gehen. Die Mehrheit der Befragten im Kreis Euskirchen (83%) findet es nicht sinnlos, zur Schule zu gehen (Grenzregion Niederlande: 78%).

Zudem fühlen sich 30% der Befragten regelmäßig oder oft unter Druck, die eigenen Erwartungen zu erfüllen. Dies gilt bei 26% der Jugendlichen bezüglich der Erwartungen anderer Personen (z. B. Eltern/Erziehungsberechtigte, Lehrende, Freundinnen und Freunde, soziale Medien etc.) (Grenzregion Niederlande: 21%).

Des Weiteren wurden die Schülerinnen und Schüler gefragt, über welche der Krisensituationen (Klima-, Energie- und Coronakrise, den Ukraine Krieg und finanziellen Probleme der Familie) sie sich Sorgen machen (Mehrfachantworten möglich).

Über die Hälfte der Befragten (52%) sorgen sich über mind. eine der genannten Krisensituationen (Grenzregionen: Niederlande: 41%, Belgien: 44%). 29% fühlen sich von den finanziellen Problemen der Familie (Grenzregionen: Niederlande: 20%, Belgien: 24%), 19% von der Klimakrise, 18% von dem Ukrainekrieg (Grenzregionen: Niederlande: 12%, Belgien: 14%) und 13% von der Energiekrise (Grenzregionen: Niederlande: 8%, Belgien: 9%) belastet. Nur 4% sorgen sich noch um die Coronakrise (Grenzregion Niederlande: 2%).

Diese gesellschaftlichen Entwicklungen können das Vertrauen in die eigene Zukunft beeinflussen.

Die meisten Befragten haben viel oder sehr viel Vertrauen in ihre Zukunft (42%) und 28% der Schülerinnen und Schüler haben wenig bis kein Vertrauen in ihre Zukunft (Grenzregionen: Niederlande: 14%, Belgien: 19%). Die restlichen Befragten pendeln sich dazwischen ein.

Beim Vertrauen in die eigene Zukunft geht es darum, dass junge Menschen positiv und hoffnungsvoll in die Zukunft blicken und darum, dass sie glauben, dass trotz aller Herausforderungen und Unsicherheiten Gutes passieren wird. Es geht darum, Angstgefühle loszulassen und sich selbst zu erlauben, optimistisch zu sein. Zuversicht in die Zukunft kann junge Menschen dazu motivieren, Ziele zu verfolgen und in schwierigen Zeiten widerstandsfähig zu bleiben.

Mit schwierigen und stressigen Ereignissen umzugehen, empfinden 28% der Schülerinnen und Schüler als schwierig. 29% empfinden dies als neutral und 43% als nicht schwierig.

Wichtig für den Umgang mit stressigen Ereignissen ist die Resilienz (innere Widerstandskraft). Je stärker diese ausgeprägt ist, desto weniger belastend empfindet eine Person mögliche Stress auslösende Faktoren (z. B. Krisensituationen) (BMG, 2022).

Ob die Befragten ausreichend resilient sind, wurde anhand des Ausmaßes an Zustimmung auf einer fünfstufigen Skala von „Ich stimme überhaupt nicht zu“ bis „Ich stimme voll und ganz zu“ zu den folgenden Aussagen beurteilt:

- „Ich weiß, was ich will und nicht will.“
- „Ich sage es, wenn jemand etwas tut, was ich nervig finde.“
- „Ich bin leicht zu überreden, Dinge zu machen, die ich nicht machen will.“
- „Ich kann zu meinen Freundinnen und Freunden sehr gut „nein“ sagen.“
- „Ich finde es schwierig, um Hilfe zu fragen, wenn mich jemand belästigt.“
- „Ich mache nur Dinge, die ich selbst wirklich will.“
- „Ich stehe für mich selbst ein, wenn mich jemand beschimpft, beleidigt oder bedroht.“
- „Wenn meine Freundinnen und Freunde etwas machen, was ich nicht wirklich will, mache ich trotzdem mit.“

Demnach ist die Mehrheit der Befragten (80%) ausreichend resilient. 20% der Befragten sind dies nicht (Grenzregion Niederlande: 13%).

Soziale Unterstützung

Ein wichtiger Schutzfaktor für die mentale Gesundheit ist die Unterstützung durch das soziale Umfeld innerhalb und außerhalb der Schule, da es bei dem Umgang mit Stressfaktoren und Problemen helfen kann.

Die Mehrheit der Befragten (87%) gaben an, dass sie sich an jemanden wenden können, wenn sie ein Problem haben oder sich Sorgen machen (Grenzregionen: Niederlande: 95%, Belgien: 91%). Die meisten Schülerinnen und Schüler können sich an ihre Eltern/Erziehungsberechtigten (66%) wenden (Grenzregionen: Niederlande: 80%, Belgien: 72%), gefolgt von Freundinnen und Freunden (63%), anderen Familienmitgliedern (34%), Erwachsenen in der Schule (z. B. Lehrende oder Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeiter) (7%), professionellen Hilfsstellen (z. B. Ärztin/Arzt oder Psychologin oder Psychologe) (5%) und anderen Personen (z. B. aus der Nachbarschaft) (5%) (Mehrfachantworten möglich).

Hohe soziale Unterstützung durch Freundinnen und Freunde erhalten ca. ein Drittel (34%) der Befragten aus dem Kreis Euskirchen (Grenzregionen: Niederlande: 51%, Belgien: 46%). Die restlichen Befragten erhalten eine moderate bis geringe soziale Unterstützung von diesen.

Diese Beurteilung des Niveaus sozialer Unterstützung durch Freundinnen und Freunde wurde anhand der folgenden Fragen getroffen, bei denen die Befragten an die letzte Woche vor der Befragung denken sollten:

- „Hast du Zeit mit deinen Freundinnen und Freunden verbracht?“
- „Hast du etwas mit anderen jungen Leuten außerhalb deines Freundeskreises unternommen?“
- „Hattest du Spaß mit deinen Freundinnen und Freunden?“
- „Haben du und deine Freundinnen und Freunde euch gegenseitig geholfen?“
- „Konntest du mit deinen Freundinnen und Freunden offen über alles reden?“
- „Konntest du deinen Freund*innen vertrauen?“

Die Antwortmöglichkeiten lauteten „nie“, „selten“, „manchmal“, „oft“, „immer“.

2.2.2 Körperliche Gesundheit

Die körperliche Gesundheit ist ein zentraler Grundstein für eine gesunde Entwicklung und gesellschaftliche Teilhabe von Kindern und Jugendlichen. Die körperliche Gesundheit setzt sich aus verschiedenen Komponenten zusammen, von denen im Folgenden einzelne wichtige dargestellt werden.

Sexualverhalten und Akzeptanz verschiedener sexueller Orientierungen

Ein wichtiger Einflussfaktor auf die körperliche Gesundheit der Jugendlichen ist das Sexualverhalten, das im Jugendalter an Bedeutung gewinnt. Die Erkundung der eigenen Sexualität kann mit ungewollten Schwangerschaften oder Geschlechtskrankheiten einhergehen, wenn keine entsprechenden Verhütungsmaßnahmen ergriffen werden. Deshalb sollten die Jugendlichen vor Beginn des ersten Geschlechtsverkehrs ausreichend über Verhütungsmethoden aufgeklärt werden. Von den befragten Jugendlichen hatten 15% bereits Geschlechtsverkehr, aber nur 45% hat immer ein Kondom verwendet. Dieses gilt jedoch als wichtigster Schutz, um die Ansteckung mit sexuell übertragbaren Infektionen zu vermeiden (BMG, 2020a).

Die Aufklärungsarbeit sollte sich dabei auch mit verschiedenen sexuellen Orientierungen beschäftigen, um mehr Akzeptanz für diese zu schaffen. Denn nur ein sehr kleiner Anteil von 8% (von n=1.915) glaubt, dass Schülerinnen und Schüler, die sich als LGBTQ+ (Lesbisch, Schwul, Bisexuell, Transgender und Queer, Intersex, Asexuell oder Pansexuell) identifizieren, dies jeder Person an der Schule ehrlich erzählen können. Jeweils ca. ein Drittel der Befragten denken, dass dies nicht (34%) bzw. nur gegenüber Freundinnen und Freunden (32%) möglich ist. 26% konnten diese Frage nicht beantworten.

Körpergewicht

Übergewicht kann die Entstehung von Krankheiten (z. B. Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen) oder Gelenk- und Rückenprobleme fördern und sich auch negativ auf die psychische Gesundheit auswirken (BMG, 2020b). Das Körpergewicht wird anhand des Body-Mass-Index (BMI) beurteilt und grob klassifiziert. Dabei wird das Körpergewicht (in kg) durch das Quadrat der Körpergröße (in Metern) geteilt. Dieser Wert wird bei Kindern und Jugendlichen mit Wachstumskurven verglichen, die das Alter und das Geschlecht berücksichtigen (BZgA, o.J.).

Es ist jedoch zu beachten, dass der BMI nicht alle Facetten zur Beurteilung des Körpergewichts berücksichtigt (wie z. B. den Anteil und die Verteilung von Muskel- und Fettgewebe), was für die Krankheitsentstehung jedoch von zentraler Bedeutung ist. Dadurch kann eine Person mit viel Muskelmasse einen hohen BMI haben und als übergewichtig gelten, was jedoch nicht gesundheitsschädlich wäre (BZgA, o.J.).

Auch wenn der BMI auf individueller Ebene nicht immer zur Gewichtsbeurteilung geeignet ist, ist er auf Gruppenebene ein verlässliches Maß dafür, ob das Gewicht einer Person gesund ist.

Ihr Gewicht und ihre Größe haben die Schülerinnen und Schüler in der Befragung selbst angegeben. Dadurch ist eine gewisse Verzerrung möglich.

Gemäß den Angaben der Befragten sind 18% übergewichtig oder stark übergewichtig (Grenzregion Niederlande: 10%) und 10% untergewichtig oder stark untergewichtig (Grenzregion Niederlande: 15%). Von denjenigen, die ein gesundes Gewicht aufweisen, fühlen sich 29% der Jugendlichen zu dick und 14% zu dünn.

2.3 Lebensstilfaktoren

Im Folgenden werden die Ergebnisse zu ausgewählten Lebensstilfaktoren dargestellt, die Einfluss auf die Gesundheit und das Wohlbefinden nehmen.

2.3.1 Bewegung und Ernährung

Die Entstehung von Übergewicht wird von der erblichen Veranlagung beeinflusst, aber meist vor allem von einer fett- und zuckerreichen Ernährung und mangelnder Bewegung. Ein Bewegungsmangel kann früher oder später auch zu Problemen des Muskel-Skelett-Apparats oder Bluthochdruck führen. Ein aktiver Lebensstil hingegen wirkt sich positiv auf die (mentale) Gesundheit aus (Robert Koch-Institut (RKI), 2020; BMG, 2020b).

Die WHO empfiehlt für Kinder und Jugendliche zwischen 5 und 17 Jahren unter anderem über die Woche verteilt durchschnittlich mind. eine Stunde moderate bis intensive körperliche Aktivität pro Tag (WHO, 2020). Dabei geht es nicht nur um Sport im Sportstudio oder sportliche Vereinsaktivitäten (z. B. Schwimmen, Fußball, Tennis, Tanzen), sondern auch um alle Arten von Sport oder Bewegung im Freien (z. B. Inlineskaten, Laufen, Zeitungen ausliefern oder Radfahren).

Nur 11% der Befragten machen in einer normalen Woche täglich mind. eine Stunde Sport oder bewegen sich (Grenzregionen: Belgien: 6%, Niederlande: 15%).

In einem Sportstudio oder einem Verein treiben 68% der Jugendlichen wöchentlich Sport (Grenzregionen: Niederlande: 77%, Belgien: 76%).

Auch eine gesunde Ernährung ist wichtig für das Körpergewicht und die Entwicklung (RKI, 2022). Das Frühstück dient dabei als Energiequelle für den Tag. Es frühstücken jedoch nicht einmal die Hälfte der Befragten täglich (42%) (Grenzregionen: Niederlande: 52%, Belgien: 49%). Im Jahr 2019 lag der Anteil noch bei 48%.

Zudem empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) sowie die WHO den täglichen Verzehr von Obst und Gemüse (WHO, 2023). Dies erreichen ebenfalls bei weitem nicht alle Befragten im Kreis Euskirchen. Denn nur jeweils etwa ein Drittel essen täglich Gemüse bzw. Obst (34% bzw. 33% (Grenzregion Niederlande: 44% bzw. 27%)). Der Anteil an Befragten, die täglich Gemüse essen, liegt bei der Grenzregion Belgien sogar nur bei 18%.

Im Bereich der Flüssigkeitsaufnahme ist der Anteil an Jugendlichen, die Energy Drinks (z. B. Red Bull, Rockstar, Power oder Monster) trinken von 2019 mit 25% (von n=1.917) auf 42% in 2023 angestiegen. 73% aller Befragten trinken diese jedoch max. an einem Tag in der Woche und 88% trinken dann pro Tag max. eine Dose. Diese Anteile lagen 2019 mit 82% bzw. 90% jedoch noch höher.

Zu beachten ist, dass Energy Drinks heutzutage auch in bis zu 500-ml-Dosen oder Flaschengröße (ein bis eineinhalb Liter) gekauft werden können. Da Energy Drinks eine hohe Dosis an Koffein und Zucker enthalten und dies bei Kindern und Jugendlichen schwere gesundheitliche Einschränkungen (wie Schlafstörungen oder allgemeine Verhaltensänderungen) verursachen kann, sind sie für Kinder und Jugendliche nicht zu empfehlen (Rempe, Thielking & Maschkowski, 2023).

Des Weiteren trinken 23% der Befragten täglich zuckerhaltige Getränke (z. B. Erfrischungsgetränke mit Zucker, Energy Drinks, Sportgetränke, Fruchtsäfte, Joghurtdrinks, Kaffee oder Tee mit Zucker oder Honig) (Grenzregion Niederlande: 29%).

2.3.2 Suchtmittelkonsum

Suchtmittel wirken anregend oder entspannend und können bei regelmäßigem Konsum zur psychischen und/oder körperlichen Abhängigkeit führen (Berufsgenossenschaft Nahrungsmittel und Gastgewerbe (BGN), 2025; Bartsch, Kreider & Raiser, 2016).

Alkoholkonsum

Regelmäßiger und exzessiver Alkoholkonsum kann die körperliche und geistige Entwicklung und Leistungsfähigkeit im Jugendalter beeinträchtigen. Wenn bereits in der Jugend ein riskantes Konsumverhalten vorliegt, ist die Wahrscheinlichkeit höher, dass dieses auch im Erwachsenenalter auftritt und ggf. in einer Abhängigkeit mündet. Gründe für den Alkoholkonsum können unter anderem persönliche Probleme, Gruppendruck oder das Austesten von Grenzen sein (Bartsch, Kreider & Raiser, 2016).

Vor diesem Hintergrund dürfen laut dem Jugendschutz Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren in Deutschland in der Öffentlichkeit keinen Alkohol trinken. Ab dem 16. Geburtstag ist das Trinken von Bier, Wein oder Sekt erlaubt. Jugendliche ab 14 Jahren dürfen dies nur, wenn die Eltern anwesend sind (Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ), 2023).

Im Kreis Euskirchen hat die Mehrheit der befragten Jugendlichen bereits Alkohol getrunken (68%) (mind. ein paar Schlucke) (Grenzregion Deutschland: 62%). 2019 lag dieser Anteil noch bei 76% (von n=1.920). Dennoch zeigt die Studie „Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2023“ bei den 12- bis 17-jährigen Jugendlichen einen etwas geringeren Anteil von 63%, die irgendwann im Leben bereits Alkohol getrunken haben (sog. Lebenszeitprävalenz). Bei der Studie wurden 2023 7.001 Personen zwischen 12 und 25 Jahren befragt (BZgA, 2024a).

Die Jugendlichen im Kreis Euskirchen, die bereits mind. ein ganzes Glas Alkohol getrunken haben (45%) erhalten diesen normalerweise vor allem von den Eltern bzw. Erziehungsberechtigten (51%) (Grenzregionen: Belgien: 41%, Deutschland: 45%), gefolgt von Freundinnen und Freunden oder Bekannten (49%) (Grenzregion Belgien: 40%). 24% bekommen den Alkohol von anderen Erwachsenen (Grenzregion Deutschland: 18%). 27% kaufen sich den Alkohol selbst (Grenzregionen: Niederlande: 17%, Belgien: 33%) (Mehrfachantworten möglich).

Der Konsum von Alkohol lag in den letzten vier Wochen vor der Befragung bei 39%, was im Vergleich zu 2019 mit 49% (von n=1.914) eine Reduktion darstellt (Grenzregionen: Deutschland 33%, Niederlande: 33%). Dahingehend ähneln sich die Ergebnisse mit denen der Drogenaffinitätsstudie 2023, da 37% der 12- bis 17-jährigen Jugendlichen in den letzten 30 Tagen vor der Befragung mind. einmal Alkohol konsumierten (sog. 30-Tage-Prävalenz) (BZgA, 2024a).

Betrunken oder stark angetrunken waren in ihrem Leben bereits ca. ein Drittel aller befragten Jugendlichen im Kreis Euskirchen (32%) (Grenzregion Deutschland: 28%) und 20% in den letzten vier Wochen vor der Befragung.

Exzessiver Alkoholkonsum in Form von „Binge-drinking“ (mind. fünf Gläser Alkohol bei einer Gelegenheit (z. B. auf einer Party oder an einem Abend)) kam in den letzten vier Wochen vor der Befragung bei ca. einem Viertel aller Befragten im Kreis Euskirchen (26%) vor (Grenzregion Deutschland: 20%). 2019 lag dieser Anteil noch bei 31% (von n=1.918) (s. Abb. 2).

Damit liegt der Anteil deutlich über dem der Drogenaffinitätsstudie 2023, da lediglich 15% der 12- bis 17-jährigen Jugendlichen in den letzten 30 Tagen vor der Befragung mind. vier (weiblich) bzw. mind. fünf (männlich) Gläser Alkohol bei einer Gelegenheit getrunken haben (sog. 30-Tage-

Prävalenz des Rauschtrinkens) (BZgA, 2024a). Diese Unterscheidung bei der Anzahl an Gläsern Alkohol nach Geschlecht kann getroffen werden, da sich der Alkoholkonsum bei Frauen stärker auswirken kann als bei Männern. Denn Frauen haben einen geringeren Anteil an Körperflüssigkeit, auf den sich der konsumierte Alkohol verteilen kann. Bei der gleichen Menge an Alkohol ist die Blutalkoholkonzentration bei Frauen dadurch höher als bei Männern. Dennoch sind auch die individuellen Bedingungen (Körpergewicht und -größe, vorherige Nahrungs-/Medikamenteneinnahme etc.) entscheidend (Rummel & Kreider; BZgA, 2021).

Gäbe es bei der Drogenaffinitätsstudie wie bei YES 2023 keine Unterscheidung des Rauschtrinkens nach Geschlecht, wäre diese 30-Tage-Prävalenz noch geringer.

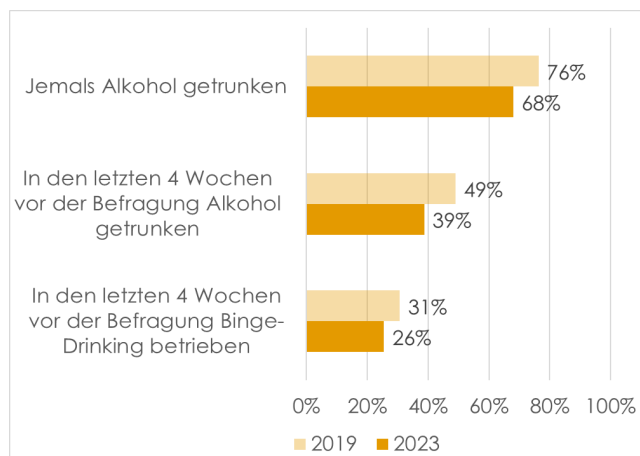


Abbildung 2: Alkoholkonsum im Zeitvergleich

Schülerinnen und Schüler, die bisher mind. ein Glas Alkohol getrunken haben, wurden auch gefragt, was ihre Eltern/Erziehungsberechtigten von ihrem Alkoholkonsum halten.

Die meisten Befragten (49%) gaben an, dass ihre Eltern/Erziehungsberechtigten diesen akzeptieren (Grenzregionen: Niederlande: 37%, Belgien: 38%), 18%, dass sie ihrem Kind vom Alkoholkonsum abraten (Grenzregion Niederlande: 25%) und 12%, dass die nichts davon wissen. Laut jeweils 8% der Schülerinnen und Schüler meinen ihre Eltern/Erziehungsberechtigten, dass ihr Kind weniger Alkohol trinken sollte bzw. sagen nichts dazu (Grenzregionen: Belgien: 19%, Niederlande: 15%). 4% der Befragten gaben an, dass ihre Eltern/Erziehungsberechtigten den Alkoholkonsum verbieten.

Rauchen

„Nikotin ist ein starkes Gift [...]“ (Lindinger & Friedl, 2024, S. 13), das das Herz-Kreislaufsystem und die Lunge belastet. Raucherinnen und Raucher haben ein ca. doppelt so hohes Risiko an Krebs zu erkranken als Nicht-Raucherinnen und Nicht-Raucher. Solche gravierenden Folgen für die Gesundheit zeigen sich jedoch meist erst nach mehreren Jahren des Rauchens. Bis dahin machen sich die gesundheitlichen Folgen, anders als z. B. bei einem Alkoholrausch, kaum bemerkbar. Sobald sich eine Rauchgewohnheit entwickelt hat, fällt es auch deshalb oft sehr schwer, wieder mit dem Rauchen aufzuhören. Raucherinnen und Raucher neigen dazu auch andere Drogen auszuprobieren und sich daran zu gewöhnen (Lindinger & Friedl, 2024; Batra, Lindinger, Hanewinkel, Pankow & Ulbricht, 2024).

E-Zigaretten stellen eine neuere und beliebte Form des Rauchens dar. „E Zigaretten sind batterie- oder akkubetriebene Geräte, mit denen eine Flüssigkeit (Liquid) mittels einer elektrischen Herzspirale erhitzt wird. Dabei wird ein Aerosol erzeugt, das inhaliert wird.“ (Batra et al., 2024, S. 25).

In dem Liquid befinden sich Aromen (z. B. Fruchtaromen), die für Jugendliche sehr attraktiv sind. E-Zigaretten enthalten ebenfalls schädliche und süchtig machende Stoffe (oft Nikotin) und durch die neueren Nikotinsalze kann viel Nikotin aufgenommen werden (Batra et al., 2024).

Dennoch sind die Anzahl und Konzentrationen der toxischen Substanzen niedriger als im Tabakrauch (Goniewicz et al., 2018).

Der Kauf und Konsum von Tabak in der Öffentlichkeit sind in Deutschland ab 18 Jahren erlaubt. Dies gilt auch für nikotinhaltige und nikotinfreie E-Zigaretten und E-Shishas (BMFSFJ, 2023).

31% aller Schülerinnen und Schüler haben bereits Tabakzigaretten geraucht (mind. ein paar Züge) (Grenzregionen: Niederlande: 19%, Belgien: 20%). Damit ist dieser Anteil seit 2019 mit 41% (von n=1.888) gesunken, nachdem er bereits seit 2013 bei 41% lag. Eine ganze Zigarette oder mehr haben bereits 18% der Befragten geraucht (Grenzregionen: Niederlande: 11%, Belgien: 11%).

Der Anteil an Raucherinnen und Rauchern von Tabakzigaretten (raucht weniger als einmal pro Woche/mind. einmal pro Woche/jeden Tag) ist hingegen halb so groß (15%) (Grenzregion Niederlande: 8%) und seit 2019 mit 20% (von n=1.889) ebenfalls gesunken (s. Abb. 3). 11% rauchen Tabakzigaretten mind. einmal pro Woche (Grenzregionen: Niederlande: 5%, Belgien: 6%) und 7% tun dies täglich (Grenzregionen: Niederlande: 3%, Belgien: 4%).

In der Deutschen Befragung zum Rauchverhalten 2023 (DEBRA) entspricht der Anteil an Rauchenden (mind. gelegentlich) im Alter von 14 bis 17 Jahren genau dem des Kreises Euskirchen. Damit ist dieser Anteil im Gegensatz zu dem des Kreises Euskirchen seit 2019 (10%) jedoch angestiegen (Kotz & Klosterhalfen, 2024).

In der Drogenaffinitätsstudie 2023 ist der Anteil an 12- bis 17-Jährigen, die in den letzten 30 Tagen vor der Befragung mind. einmal Tabakzigarette geraucht haben mit 7% jedoch geringer als beim Kreis Euskirchen und hat sich im Vergleich zu 2019 nicht verändert (BZgA, 2024b).

E-Zigaretten wurden von 39% der Jugendlichen im Kreis Euskirchen schon einmal geraucht (Grenzregionen: Belgien: 30%, Niederlande: 32%). Zum Zeitpunkt der Befragung taten dies aber nur 19%. 13% rauchen E-Zigaretten mind. einmal pro Woche (Grenzregion Belgien: 8%). Bei dem täglichen Konsum ist seit 2019 ein Anstieg von 2% auf 8% (Grenzregion Belgien: 5%) zu verzeichnen. Das Rauchen von E-Zigaretten bei jungen Menschen im Kreis Euskirchen hat somit mittlerweile das Rauchen von Tabakzigaretten anteilmäßig überholt.

Der Anteil an Raucherinnen und Rauchern von E-Zigaretten (mind. gelegentlich) liegt bei den 14- bis 17-jährigen Jugendlichen der DEBRA-Studie bei lediglich 2% (Kotz & Klosterhalfen, 2024). Auch im Vergleich zu der Drogenaffinitätsstudie 2023 schneidet der Kreis Euskirchen schlechter ab, da in den letzten 30 Tagen vor der Befragung 4% mind. einmal Mehrweg-E-Zigarette und 7% mind. einmal Einweg-E-Zigarette geraucht haben (BZgA, 2024b).

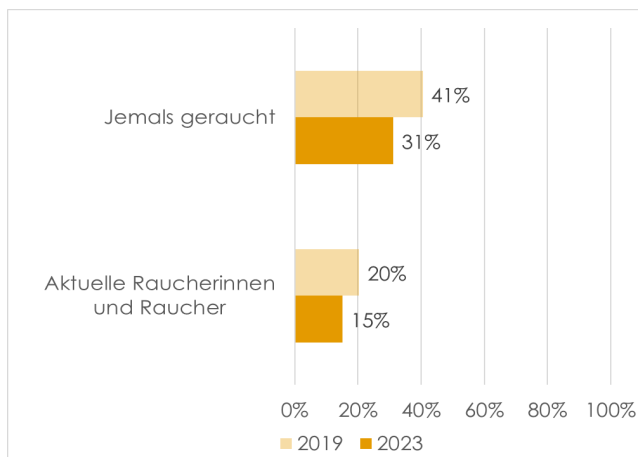


Abbildung 3: Rauchen von Tabakzigaretten im Zeitvergleich

Drogenkonsum

Drogen sind Substanzen, die das Bewusstsein einer Person beeinflussen und abhängig machen können. „Langfristiger Cannabiskonsum ist mit psychischen, sozialen und körperlichen Risiken verbunden.“ (Soellner, Osterkamp & Multhaus, 2024, S.18). Zu möglichen körperlichen Folgen zählen eine beeinträchtigte kognitive Leistungsfähigkeit und Lungenfähigkeit. Psychische und soziale Folgen können eine geringere Lebenszufriedenheit, sozialer Rückzug sowie bei Abhängigkeit, Ängstlichkeit und Depressionen sein (Soellner et al., 2024c).

Für den Cannabiskonsum ist ein vergleichbares Muster wie beim Alkoholkonsum erkennbar. Der Anteil an Befragten, die Cannabis bereits konsumiert haben, ist mit 10% (Grenzregion Belgien: 7%) doppelt so groß wie der Anteil derjenigen, die dies in den letzten vier Wochen vor der Befragung taten (5%). Im Vergleich zu 2019 ist der Anteil an Befragten, die schon mal Cannabis zu sich genommen haben, mit 14% (von n=1.870) gesunken.

Diese Ergebnisse ähneln denen der Drogenaffinitätsstudie 2023. Laut dieser haben 8% der 12- bis 17-jährigen Jugendlichen zumindest einmal in ihrem Leben Cannabis konsumiert und 3% in den letzten 30 Tagen vor der Befragung (BZgA, 2024c).

Soziale Medien

Soziale Medien (z. B. Snapchat, TikTok, Youtube, Instagram und WhatsApp) sind vor allem bei jungen Menschen ein fester Bestandteil des Alltags geworden. Sie können einen positiven Einfluss haben, indem sie Verbindungen zwischen jungen Menschen stärken. Eine exzessive Mediennutzung kann sich jedoch gegenteilig auswirken und einen Bewegungsmangel sowie Konzentrationsstörungen fördern. Auch die mentale Gesundheit und die schulischen Leistungen können davon negativ beeinflusst werden (Deutsches Kinderhilfswerk 2021; Hermann et al., 2024). Außerdem können junge Menschen online „leichter“ gemobbt werden und einen Druck zur optimalen Selbstdarstellung verspüren (Hermann et al., 2024).

Soziale Medien wurden von 57% der Jugendlichen mind. drei Stunden am Tag genutzt. 2019 waren es noch 48% (von n=1.842).

Zur Feststellung, ob ein sogenannter „problematischer Gebrauch“ vorliegt, wurden den Jugendlichen die folgenden sieben Fragen der „Compulsive Internet Use Scale“ (CIUS) gestellt:

- „Wie oft fällt es dir schwer, soziale Medien zu beenden?“
- „Wie oft sagen andere (z.B. Eltern oder Freunde), dass du weniger Zeit mit sozialen Medien verbringen solltest?“
- „Wie oft nutzt du lieber soziale Medien als Zeit mit anderen (z.B. Freunden oder Eltern) zu verbringen?“
- „Wie oft wirst du unruhig, gestresst oder gereizt, wenn du keine sozialen Medien nutzen kannst?“
- „Wie oft ratterst du schnell deine Hausaufgaben herunter, damit du soziale Medien nutzen kannst?“
- „Wie oft nutzt du soziale Medien, weil du dich schlecht fühlst?“
- „Wie oft schläfst du durch soziale Medien zu wenig?“

Unter Berücksichtigung dieser Fragen sind ca. ein Fünftel (21%) der Befragten gefährdet für einen problematischen Gebrauch (Grenzregionen: Niederlande: 15%, Belgien: 16%). Sie zeigen Anzeichen für eine mögliche Suchtentwicklung in Bezug auf soziale Medien (z. B. Vernachlässigung anderer Aktivitäten und Pflichten, Konsum als Gegenmittel zu negativen Gefühlen, Unruhe, wenn nicht konsumiert werden kann, etc.).

Gaming

Das Spielen von Videospielen über Smartphones, Konsolen (wie Playstation, Xbox, Nintendo), Computer, Laptops und Tablets ist bei den Jugendlichen sehr beliebt.

71% der Befragten spielen Videospiele. Jeweils 26% tun dies (fast) täglich und spielen mehr als drei Stunden am Tag (Grenzregionen: Belgien: 22%, Niederlande: 23%).

Eine übermäßige Nutzung kann ähnliche gesundheitliche und soziale Folgen haben wie die der exzessiven Nutzung sozialer Medien (Hermann et al., 2024).

7% der Befragten sind gefährdet für einen problematischen Gebrauch (Grenzregion Niederlande: 3%). Sie zeigen Anzeichen für eine mögliche Suchtentwicklung (s. o.) in Bezug auf das Spielen von Videospielen. Auch dies wurde anhand der o. g. sieben Fragen der CIUS festgestellt, die sich in diesem Fall auf das Spielen von Videospielen bezogen.

2.4 Behandlung verschiedener Themen in der Schule

Die Schule ist eine zentrale Lebenswelt der Jugendlichen, die Einfluss auf deren Entwicklung nimmt. Somit ist es wichtig, dort ein gesundheitsförderliches Umfeld für die Schülerinnen und Schüler zu schaffen.

Zur Priorisierung von Handlungsbedarfen wurden die Schülerinnen und Schülern auch direkt gefragt, welche Themen in der Schule mehr Aufmerksamkeit erhalten sollten. Die Themen „Mobbing, Diskriminierung und aggressives Verhalten“ liegen bei den 1.905 Jugendlichen, bei denen eine Antwort vorlag, dahingehend vorne (Mehrfachantworten möglich) (s. Abb. 4).

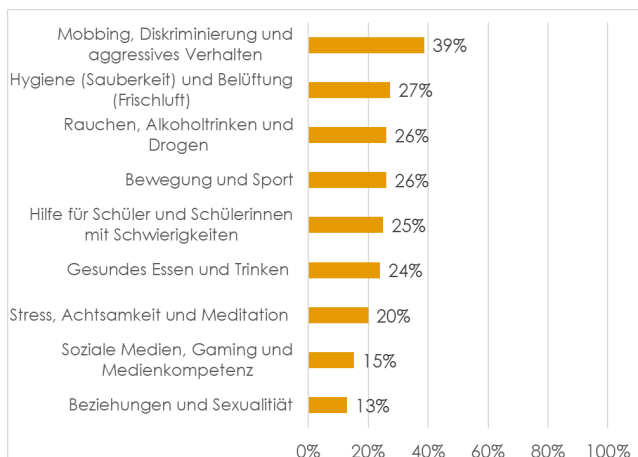


Abbildung 4: Behandlung verschiedener Themen in der Schule

3. Ergebnisse nach Geschlecht

Im Folgenden werden die zentralen Ergebnisse nach Geschlecht (Mädchen vs. Jungen) dargestellt².

3.1 Gesundheit und Wohlbefinden

Der Anteil an Mädchen, die ihre Gesundheit als mittelmäßig, schlecht oder sehr schlecht bewertet (30%) (Grenzregion Niederlande: 25%), ist fast doppelt so hoch wie bei den Jungen (17%). Dieser Anteil ist bei den Mädchen seit 2019 mit 21% (von n=1.013) deutlich angestiegen.

Bezüglich der Schlafqualität fällt diese ebenfalls bei mehr Mädchen (30%) (Grenzregion Niederlande: 25%) als Jungen (22%) im Allgemeinen nicht so gut oder überhaupt nicht gut aus.

3.1.1 Mentale Gesundheit

Mehr Mädchen (53%) (Grenzregion Niederlande: 40%) als Jungen (24%) (Grenzregion Niederlande: 17%) weisen psychische Beschwerden auf und haben in den letzten zwölf Monaten vor der Befragung Suizidgedanken gehabt (41% der Mädchen (Grenzregion Niederlande: 27%) zu 25% der Jungen (Grenzregion Niederlande: 18%). Der Anteil an Suizidgedanken ist bei den Mädchen seit 2013 mit 29% (von n=1.355) stärker angestiegen als bei den Jungen mit 17% (von n=1.244).

Auch die Gefühle von Einsamkeit, Stress und Sorgen sind bei den Mädchen deutlich stärker vertreten. So fühlten sich jeweils fast doppelt so viele Mädchen mit 53% (Grenzregion Niederlande: 41%) in den letzten vier Wochen vor der Befragung mind. manchmal einsam als Jungen mit 26%. 23% der Mädchen (Grenzregion Niederlande: 13%) zu 12% der Jungen (Grenzregion Niederlande: 7%) fühlten sich oft oder (fast) immer einsam.

Außerdem ist der Anteil an Mädchen, die regelmäßig oder oft Druck empfinden, die eigenen Erwartungen zu erfüllen mit 38% höher als bei den Jungen mit 20%. Dies gilt auch für die Erwartungen anderer Personen (34% der Mädchen (Grenzregion Niederlande: 27%) zu 17% der Jungen), die in Abbildung 5 differenziert dargestellt sind. Dabei liegen die Mädchen stets vorne.

² Auf eine Darstellung der Ergebnisse von Jugendlichen mit diverser Geschlechtsidentität wird aufgrund der geringen Fallzahl verzichtet.

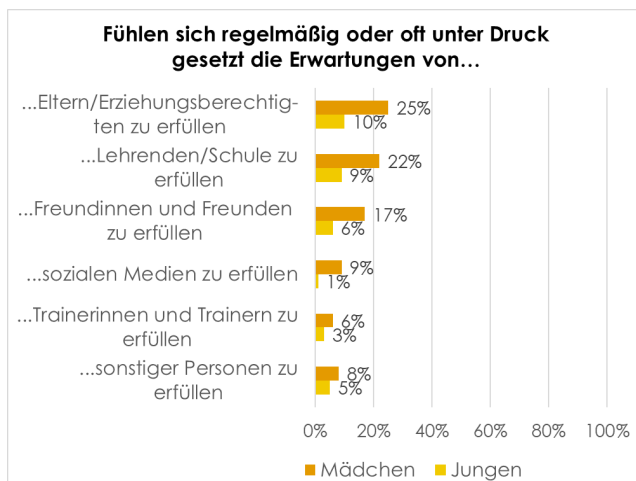


Abbildung 5: Leistungsdruck Erwartungen zu erfüllen nach Geschlecht

Im Vergleich zu der niederländischen Grenzregion fühlen sich jeweils weniger Mädchen des Kreises Euskirchen von den Eltern, den Lehrenden/der Schule bzw. den Freundinnen und Freunden unter Druck gesetzt, deren Erwartungen zu erfüllen (Grenzregion Niederlande: 18%, 16% bzw. 11%). Bezüglich der dargestellten Krisensituationen sorgen sich fast ausschließlich mehr Mädchen und mehr von ihnen fühlen sich von den genannten Stressfaktoren oft oder sehr oft gestresst im Vergleich zu den Jungen (s. Abb. 6).

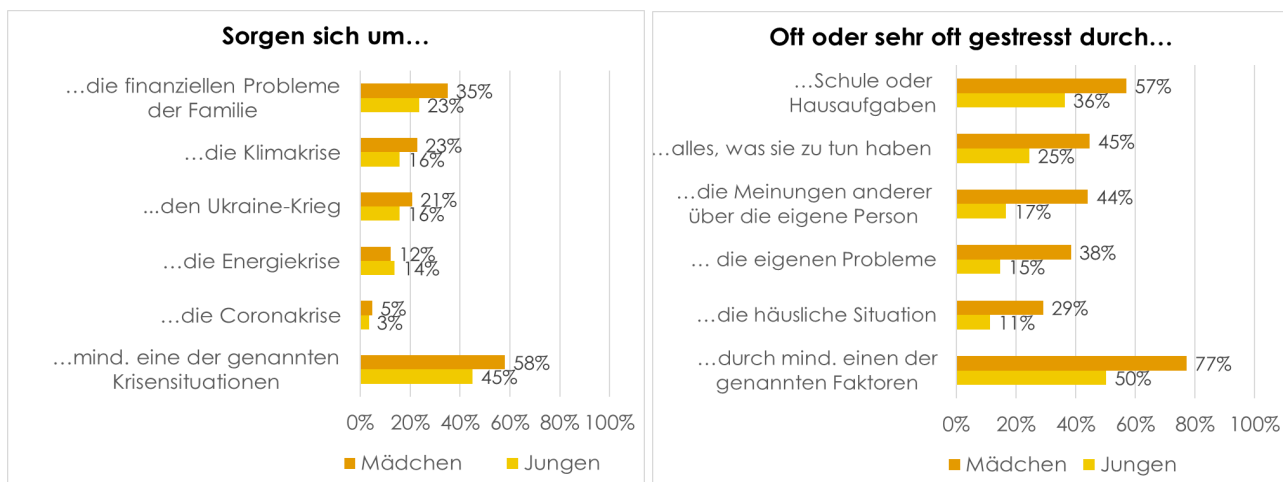


Abbildung 6: Sorgen und Stressfaktoren nach Geschlecht

Während sich mehr Mädchen von der Schule oder den Hausaufgaben oft oder sehr oft gestresst fühlen, finden es mehr Jungen (21%) (Grenzregion Niederlande: 26%) als Mädchen (13%) (Grenzregion Niederlande: 18%) sinnlos zur Schule zu gehen. Mit stressigen Ereignissen umzugehen, finden auch mehr Mädchen (36%) als Jungen (18%) (Grenzregion Belgien: 24%) schwierig und mehr Mädchen sind nicht ausreichend resilient (27%) (Grenzregion Niederlande: 18%) zu 13% der Jungen (Grenzregion Niederlande: 8%). Zudem ist der Anteil an Mädchen, die wenig bis kein Vertrauen in ihre Zukunft haben, mit 35% (Grenzregionen: Niederlande: 17%, Belgien: 25%) höher als bei den Jungen mit 20% (Grenzregionen: Niederlande: 9%, Belgien: 13%). Viel oder sehr viel Vertrauen haben deutlich mehr Jungen (51%) als Mädchen (34%).

Mobbing

Mobbing ist ebenfalls bei den Mädchen stärker verbreitet.

In der Schule wurden 33% der Mädchen (Grenzregionen: Niederlande: 15%, Belgien: 16%, Deutschland: 24%) und 25% der Jungen (Grenzregionen: Belgien: 14%, Niederlande: 15%) gemobbt und über das Internet oder die sozialen Medien 15% der Mädchen (Grenzregion Niederlande: 10%) und 8% der Jungen.

Der Umgang damit scheint insbesondere den Mädchen schwer zu fallen, da es mehr von ihnen schwierig finden um Hilfe zu fragen, wenn sie jemand belästigt (29% der Mädchen (Grenzregion Niederlande: 21%) zu 16% der Jungen).

Diese Fähigkeiten sind auch für den Umgang mit sexueller Belästigung wichtig. Davon waren erneut vor allem die befragten Mädchen betroffen. So gaben mehr Mädchen (47%) als Jungen (29%) an, dass sie in sozialen Netzwerken wie Instagram oder dem Chat von Online-Spielen auf sexuelle Art angesprochen wurden, die ihnen unangenehm war. Dieser Anteil ist bei den Jungen seit 2019 mit 40% (von n=856) deutlich gesunken.

Soziale Unterstützung

Bezüglich der Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner bei Problemen sind dies bei den Mädchen mit 70% vor allem die Freundinnen und Freunde. Die Jungen können sich bei Problemen vor allem an die Eltern/Erziehungsberechtigten wenden (74%) (s. Abb. 7).

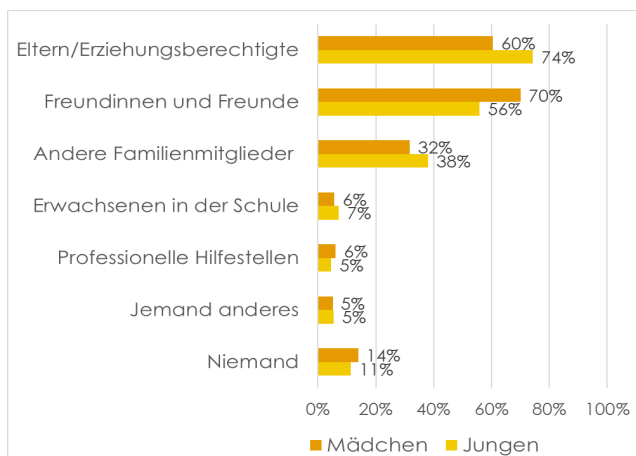


Abbildung 7: Ansprechpartner (-innen) bei Problemen nach Geschlecht

3.1.2 Körperliche Gesundheit

Auf Grundlage der Angaben der Schülerinnen und Schüler zu ihrem Gewicht und ihrer Größe ist fast jeder vierte Junge übergewichtig oder stark übergewichtig (23%) (Grenzregionen: Niederlande: 11%, Belgien: 15%), aber nur 13% der Mädchen (Grenzregion Niederlande: 8%).

Mit 12% sind hingegen mehr Mädchen als Jungen (7%) (Grenzregionen: Belgien: 11%, Niederlande: 13%) untergewichtig oder stark untergewichtig.

Die Einschätzung des eigenen Gewichts unter den Jugendlichen, die ein gesundes Gewicht haben, zeigt jedoch, dass sich deutlich mehr der Mädchen mit 43% für zu dick halten (Grenzregion Niederlande: 35%). Dies tun 15% der Jungen. Mehr Jungen halten sich mit 20% für zu dünn. 7% sind es bei den Mädchen.

Die sexuelle Identität scheint vor allem von den Jungen als ein brisanteres Thema angesehen zu werden, da weitaus mehr Jungen (43%) als Mädchen (24%) denken, dass Jugendliche, die sich als LGBTQ+ identifizieren, dies niemanden an der Schule ehrlich erzählen können. Deutlich mehr Mädchen (40%) als Jungen (24%) denken, dass dies zumindest gegenüber Freundinnen und Freunden möglich ist (s. Abb. 8).

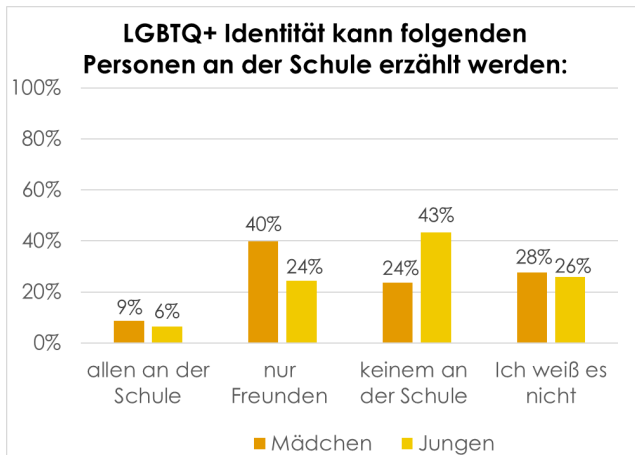


Abbildung 8: Umgang mit Sexualität an der Schule nach Geschlecht

3.2 Lebensstilfaktoren

Im Folgenden werden die zentralen Ergebnisse zu ausgewählten Lebensstilfaktoren, die Einfluss auf die Gesundheit und das Wohlbefinden nehmen, nach Geschlecht dargestellt.

3.2.1 Bewegung und Ernährung

Jeweils mehr Jungen (14%) als Mädchen (9%) bewegen sich jeden Tag mind. eine Stunde und treiben wöchentlich Sport in einem Sportstudio oder Verein (72% der Jungen (Grenzregionen: Niederlande: 81%, Belgien: 79%) zu 64% der Mädchen (Grenzregionen: Niederlande: 74%, Belgien: 71%)).

Auch im Bereich der Ernährung frühstücken mehr Jungen mit 49% (Grenzregion Niederlande: 60%) als Mädchen mit 36% (Grenzregion Niederlande: 44%) täglich, aber mehr Jungen (26% (Grenzregion Niederlande: 32%)) trinken auch täglich zuckerhaltige Getränke als Mädchen mit 20% (Grenzregion Niederlande: 26%).

3.3 Behandlung verschiedener Themen in der Schule

Zwischen den beiden Geschlechtern gibt es bezüglich der Meinung, welche Themen in der Schule mehr Aufmerksamkeit erhalten sollten, Unterschiede.

Entsprechend den o. g. Ergebnissen (s. 2.2.1) liegen insbesondere die Themen „Mobbing, Diskriminierung und aggressives Verhalten“ sowie der Aspekt „Hilfe für Schüler und Schülerinnen mit Schwierigkeiten“ und die Themen „Stress, Achtsamkeit und Meditation“ bei den 947 Mädchen, deren Antworten vorlagen, vorne. Deutlich mehr der 910 Jungen, die auf diese Frage antworteten, meinen hingegen, dass die Themen „Bewegung und Sport“ mehr Aufmerksamkeit in der Schule erhalten sollten (s. Abb. 10).

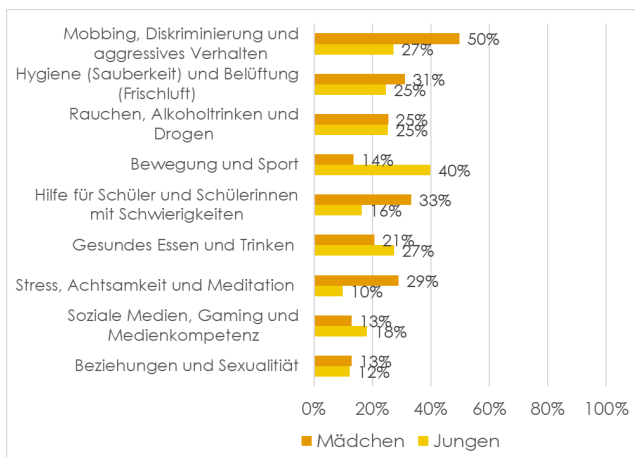


Abbildung 9: Behandlung verschiedener Themen in der Schule nach Geschlecht

3.2.2 Suchtmittelkonsum

Bezüglich des Alkoholkonsums ist die Lebenszeitprävalenz bei den Jungen mit 80% von 2019 auf 67% in 2023 deutlich gesunken.

Bei der Drogenaffinitätsstudie hat sich dieser Anteil bei den 12- bis 17-jährigen Jungen von 2019 (64%) auf 2023 (65%) hingegen kaum verändert. Es ist jedoch zu erkennen, dass die Lebenszeitprävalenz des Alkoholkonsums vor allem bei den Mädchen im Kreis Euskirchen mit 69% höher ist als bei den 12- bis 17-jährigen Mädchen der Drogenaffinitätsstudie 2023 mit 61% (BZgA, 2024a).

Die 30-Tage-Prävalenz des Alkoholkonsums ist bei der Studie der BZgA mit 39% bei den Jungen und 36% bei den Mädchen fast identisch zu der des Kreises Euskirchen mit jeweils 38% bei den Mädchen und Jungen (BZgA, 2024a).

Erneut zeigt sich, dass sich die 30-Tage-Prävalenz des Alkoholkonsums bei der Drogenaffinitätsstudie 2023 im Vergleich zu 2019 bei den Jungen mit 37% und bei den Mädchen mit 34% kaum verändert hat (BZgA, 2024a). Beim Kreis Euskirchen ist die 30-Tage-Prävalenz des Alkoholkonsums nun jedoch deutlich geringer, da sie 2019 bei den Jungen noch bei 52% und bei den Mädchen bei 46% lag.

Deutliche Abweichungen zeigen sich beim „Binge-Drinking“. Während dies im Kreis Euskirchen bei 27% der Jungen und 23% der Mädchen in den letzten vier Wochen vor der Befragung vorkam, lagen diese Anteile bei der Drogenaffinitätsstudie 2023 bei 17% bzw. 13% (BZgA, 2024a).

Wie bereits beschrieben, beginnt das Rauschtrinken in dieser Studie bei den Mädchen bereits bei mind. vier Gläsern Alkohol bei einer Gelegenheit und bei YES 2023 bei mind. fünf Gläsern Alkohol bei einer Gelegenheit (BZgA, 2024a). Daher wäre bei den Mädchen der Drogenaffinitätsstudie 2023 gem. der Definition von YES 2023 sogar ein noch etwas geringerer Anteil zu erwarten.

Wie zuvor zeigen sich bei der Studie der BZgA im Vergleich zu 2019 bei den Jungen mit 16% und bei den Mädchen mit 11% keine starken Veränderungen (BZgA, 2024a). Beim Kreis Euskirchen sanken die Anteile wiederum, da 2019 noch 35% der Jungen und 27% der Mädchen in den letzten vier Wochen vor der Befragung „Binge-Drinking“ betrieben.

Es zeigen sich auch vereinzelt Geschlechterunterschiede darin, wie die Schülerinnen und Schüler, die bereits mind. ein Glas Alkohol getrunken haben, normalerweise an den Alkohol gelangen. Deutlich mehr Mädchen gaben an, den Alkohol von Freundinnen und Freunden zu erhalten (58%

(Grenzregion Belgien: 49%) zu 40% der Jungen (Grenzregion Belgien: 33%). Mehr Jungen mit 32% (Grenzregion Niederlande: 21%) als Mädchen mit 19% (Grenzregion Niederlande: 13%) kaufen sich den Alkohol selbst.

Rauchen

Mit Blick auf den Konsum von E-Zigaretten ist der Anteil an Mädchen, die schon mal eine E-Zigarette geraucht haben, von 2019 mit 34% (von n=927) auf 41% in 2023 (Grenzregion Niederlande: 35%) angestiegen und bei den Jungen von 44% (von n=1.874) auf 37% (Grenzregion Niederlande: 28%) gesunken.

Auch der Anteil an Raucherinnen und Raucher von E-Zigaretten zum Befragungszeitpunkt ist bei den Mädchen seit 2019 mit 13% (von n=970) auf 21% in 2023 deutlich angestiegen. Ähnlich stark gesunken ist bei den Jungen der Anteil an Raucherinnen und Rauchern von Tabakzigaretten zum Zeitpunkt der Befragung von 2019 mit 23% (von n=909) auf 14% in 2023 (s. Abb. 9).

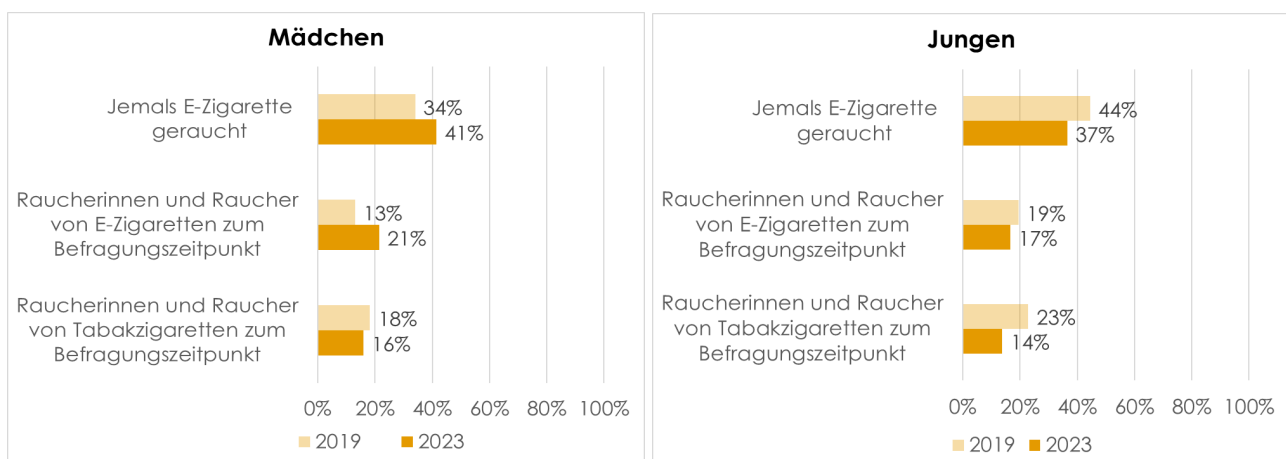


Abbildung 10: Konsum von Tabak- und E-Zigaretten nach Geschlecht im Zeitvergleich

Drogenkonsum

Beim Cannabiskonsum zeigt sich, dass die Ergebnisse des Kreises Euskirchen bei der Lebenszeitprävalenz ähnlich zu denen der Drogenaffinitätsstudie 2023 ausfallen. Bei Letzterer haben 9% der Jungen und 7% der Mädchen zumindest einmal im Leben Cannabis konsumiert (BZgA, 2024c). Diese Anteile lagen beim Kreis Euskirchen bei 12% bzw. 8%.

Seit 2019 ist die Lebenszeitprävalenz des Cannabiskonsums bei den Jungen des Kreises Euskirchen mit 17% gesunken. Bei den Jungen der Drogenaffinitätsstudie 2023 ist dieser Anteil seit 2019 (13%) ähnlich stark gesunken (BZgA, 2024c).

Soziale Medien und Gaming

Bezüglich der Gefährdung für einen „problematischen Gebrauch“ sozialer Medien liegen die Mädchen mit 23% vorne (18% der Jungen (Grenzregion Niederlande: 10%)).

Beim Gaming zeigt sich ein anderes Bild. Fast jeder Junge (92%), aber „nur“ die Hälfte der Mädchen (50%) spielt Videospiele.

44% der Jungen spielen (fast) täglich Videospiele (Grenzregionen: Belgien: 34%, Niederlande: 36%) und nur 8% der befragten Mädchen.

Bei der Drogenaffinitätsstudie 2023 haben deutlich mehr Jungen (61%) und Mädchen (32%) in den letzten 12 Monaten vor der Befragung täglich digitale Spiele gespielt. Diese Anteile sind im

Vergleich zu 2019 bei den Jungen mit 50% und bei den Mädchen mit 23% stark angestiegen (BZgA, 2024d). Beim Kreis Euskirchen haben sich diese Anteile mit 43% bei den Jungen und 9% bei den Mädchen hingegen kaum verändert.

Bezüglich der Nutzungsdauer von Videospielen werden diese mit 41% von deutlich mehr Jungen (Grenzregionen: Niederlande: 30%, Belgien: 32%) als Mädchen (9%) täglich mehr als drei Stunden gespielt.

Auch der Anteil an Jungen, die für einen „problematischen Gebrauch“ von Videospielen gefährdet sind, ist mit 11% (Grenzregion Niederlande: 5%) im Vergleich zu den Mädchen mit 2% höher.

4. Ergebnisse nach Klassenstufe

Im Folgenden werden die zentralen Ergebnisse nach Klassenstufe (8. vs. 10. Klassenstufe) dargestellt.

4.1 Gesundheit und Wohlbefinden

Bezüglich der subjektiven Gesundheit schätzen 23% der Achtklässlerinnen und Achtklässler ihre eigene Gesundheit als mittelmäßig, schlecht oder sehr schlecht ein und 26% der Zehntklässlerinnen und Zehntklässler.

Im Vergleich zu den Ergebnissen des Präventionsradars 2023/2024 schneidet der Kreis Euskirchen damit besser ab, da dieser Anteil beim Präventionsradar bei den 12- bis 13-Jährigen bei 31%, bei den 14- bis 15-Jährigen bei 36% und bei den 16- bis 17-Jährigen bei 40% lag (Hanewinkel et al., 2024). Beim Präventionsradar 2023/2024 wurden von November 2023 bis Februar 2024 23.154 Schülerinnen und Schüler der Klassenstufen 5 bis 10 (größtenteils von Gymnasien) in Deutschland befragt. Das Geschlechterverhältnis war wie beim Kreis Euskirchen ausgeglichen (Hanewinkel, Hansen & Neumann, 2024).

Bereits Geschlechtsverkehr gehabt zu haben, wurde mit 20% erwartungsgemäß von mehr Befragten der 10. Klassen angegeben (11% der Achtklässlerinnen und Achtklässler). Ansonsten liegen lediglich bei der mentalen Gesundheit und den Lebensstilfaktoren zwischen den Klassenstufen bedeutende Unterschiede vor.

Mentale Gesundheit

Mehr Zehntklässlerinnen und Zehntklässler (44%) wurden in sozialen Netzwerken schon einmal auf sexuelle Art angesprochen, die ihnen unangenehm war (34% der Achtklässlerinnen und Achtklässler).

Wie in Kapitel 2.2.1 bereits beschrieben, zeigt auch die JIM-Studie 2024, dass die Erfahrung mit sexueller Belästigung häufiger in höherem Alter gemacht wird. So haben 16% der 12- bis 13-Jährigen diese Erfahrung bereits gemacht. Bei den 14- bis 15-Jährigen steigt dieser Anteil auf 30% stark an und bleibt bei den 16- bis 17-Jährigen auf diesem Niveau (Feierabend et al., 2024).

Mit Blick auf diese Ergebnisse schneidet der Kreis Euskirchen schlechter ab, besonders da die Achtklässlerinnen und Achtklässler im Kreis Euskirchen vorwiegend 13 Jahre alt sind (67%) (gefolgt von 14 Jahren (26%)) und die Befragten der 10. Klassenstufen überwiegend 15 Jahre (72%) alt (gefolgt von 16 Jahren (21%)).

Des Weiteren ist der Anteil an Zehntklässlerinnen und Zehntklässlern, die sich normalerweise unglücklich oder sehr unglücklich fühlen, mit 14% (Grenzregionen: Niederlande: 6%, Belgien: 7%) höher als bei den Achtklässlerinnen und Achtklässler mit 10% (Grenzregion Niederlande: 5%).

Damit ist dieser Anteil bei den Befragten der 10. Klassen seit 2019 (6%) (von n=1.274) angestiegen.

Beim Mobbing lassen sich keine bedeutenden Unterschiede nach der Klassenstufe feststellen, da 9% der Befragten der 8. Klassen und 10% der Befragten der 10. Klassen in den letzten drei Monaten vor der Befragung mind. einmal in der Woche in der Schule gemobbt wurden. Unterschiede nach dem Alter der Befragten lassen sich auch bei dem Präventionsradar 2023/2024 nicht feststellen, da dieser Anteil bei den 12- bis 13-Jährigen und den 14- bis 15-Jährigen jeweils bei 14% liegt und bei den 16- bis 17-Jährigen bei 13% (Hanewinkel et al., 2024). Erkennbar ist jedoch, dass der Kreis Euskirchen etwas besser abschneidet.

Bezüglich des Leistungsdrucks fühlen sich deutlich mehr Befragte der 10. Klassen (36%) als 8. Klassen (24%) regelmäßig oder oft von den eigenen Erwartungen unter Druck gesetzt.

Der Umgang mit Drucksituationen mag vor allem den Achtklässlerinnen und Achtklässler schwerfallen, da mehr von ihnen (24% (Grenzregionen: Niederlande: 15%, Belgien: 18%)) nicht ausreichend resilient sind (16% der Zehntklässlerinnen und Zehntklässler (Grenzregion Niederlande: 11%)).

4.2 Lebensstilfaktoren

Im Folgenden geht es um ausgewählte Lebensstilfaktoren, die Einfluss auf die Gesundheit und das Wohlbefinden nehmen.

4.2.1 Bewegung und Ernährung

Es zeigen sich nur mit Blick auf das Ernährungsverhalten bedeutende Unterschiede. So werden Energy Drinks mit 46% von mehr Zehntklässlerinnen und Zehntklässlern (Grenzregion Niederlande 38%) als Achtklässlerinnen und Achtklässlern mit 37% (Grenzregionen: Niederlande: 28%, Belgien: 30%) getrunken. Mehr Befragte der 8. Klassen (77% (Grenzregionen: Niederlande: 83%, Belgien: 83%)) als Befragte der 10. Klassen (68% (Grenzregionen: Belgien: 80%, Niederlande: 76%)) trinken diese auch max. an einem Tag pro Woche.

4.2.2 Suchtmittelkonsum

Auch bei dem Suchtmittelkonsum zeigen sich erwartungsgemäß deutliche Unterschiede zwischen den Klassenstufen.

Alkoholkonsum

Bezüglich des Alkoholkonsums ist der Anteil derjenigen, die schon mal Alkohol getrunken haben, bei den Zehntklässlerinnen und Zehntklässlern mit 81% (Grenzregionen: Deutschland: 72%, Niederlande: 75%, Belgien: 76%) höher als bei den Achtklässlerinnen und Achtklässlern mit 58% (Grenzregion Deutschland: 51%).

Auch der Anteil an Zehntklässlerinnen und Zehntklässlern, die bereits mind. ein Glas Alkohol getrunken haben, liegt mit 65% (Grenzregionen: Deutschland: 54%, Niederlande: 57%, Belgien: 58%) höher als bei den Befragten der 8. Klassen mit 27% (Grenzregionen: Niederlande: 18%, Deutschland: 19%, Belgien: 21%).

Unter den Jugendlichen, die zum Befragungszeitpunkt max. 13 Jahre alt waren (von n=696) und somit laut dem Jugendschutz auch im Beisein der Eltern/Erziehungsberechtigten in der Öffentlichkeit noch keinen Alkohol hätten trinken dürfen, haben 58% mind. ein paar Schlucke Alkohol und 23% bereits mind. ein Glas Alkohol getrunken.

Mit Blick auf den aktuellen Alkoholkonsum haben ebenfalls deutlich mehr Zehntklässlerinnen und Zehntklässler mit 56% (Grenzregionen: Deutschland: 48%, Niederlande: 49%) als Achtklässlerinnen

und Achtklässler mit 23% (Grenzregionen: Niederlande: 17%, Deutschland: 18%) in den letzten vier Wochen vor der Befragung Alkohol getrunken.

Betrunken oder stark angetrunken waren schon einmal in ihrem Leben bzw. in den letzten vier Wochen vor der Befragung erneut jeweils deutlich mehr Zehntklässlerinnen und Zehntklässler mit 51% (Grenzregionen: Deutschland: 42%, Belgien: 43%) bzw. 34% (Grenzregionen: Deutschland: 26%, Belgien: 29%). Bei den Achtklässlerinnen und Achtklässler lagen diese Anteile bei 16% bzw. 8%.

Nicht zuletzt kam auch das „Binge-Drinking“ in den letzten vier Wochen vor der Befragung vor allem bei den Zehntklässlerinnen und Zehntklässlern mit 43% (Grenzregionen: Deutschland: 32%, Niederlande: 36%, Belgien: 36%) im Verhältnis zu den Achtklässlerinnen und Achtklässlern mit 10% vor (s. Abb. 11).



Abbildung 11: Alkoholkonsum nach Klassenstufe

Die Angaben der Jugendlichen zur Meinung der Eltern/Erziehungsberechtigten zu ihrem Alkoholkonsum unterscheiden sich zwischen den beiden Klassenstufen. Wie bereits beschrieben, wurde diese Frage nur den Schülerinnen und Schülern gestellt, die bereits mind. ein Glas Alkohol getrunken haben.

Deutlich mehr Befragte der 10. Klassen (58%) (Grenzregionen: Belgien: 38%, Niederlande: 43%) gaben an, dass ihre Eltern/Erziehungsberechtigten ihren Alkoholkonsum akzeptieren (32% der Achtklässlerinnen und Achtklässler (Grenzregion Niederlande: 23%)).

Mehr Achtklässlerinnen und Achtklässler (21%) (Grenzregion Niederlande: 29%) als Zehntklässlerinnen und Zehntklässler (16%) (Grenzregionen: Niederlande: 24%, Belgien: 23%) meinen, dass ihre Eltern/Erziehungsberechtigten von diesem abraten. Mit 20% geben ebenfalls ein deutlich höherer Anteil an Achtklässlerinnen und Achtklässlern an, dass ihre Eltern/Erziehungsberechtigten nichts von ihrem Alkoholkonsum wissen (8% der Zehntklässlerinnen und Zehntklässler) (s. Abb. 12).

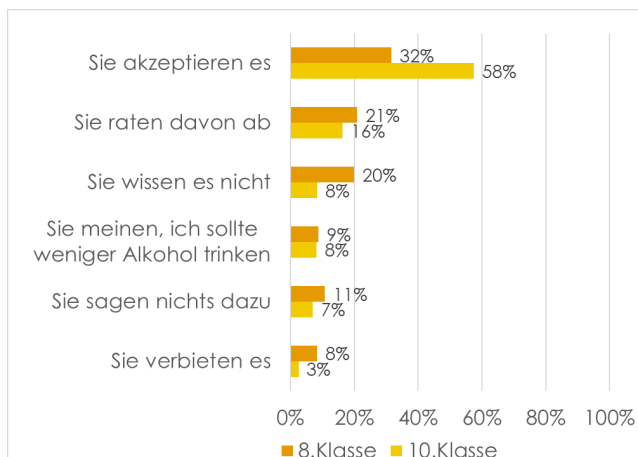


Abbildung 12: Meinung der Eltern zum Alkoholkonsum ihres Kindes nach Klassenstufe

Es zeigen sich auch Unterschiede darin, wie die Befragten den Alkohol erhalten. Mit 56% (Grenzregionen: Belgien: 45%, Deutschland: 47%) bekommen die meisten Achtklässlerinnen und Achtklässler den Alkohol von ihren Eltern (49% der Zehntklässlerinnen und Zehntklässler (Grenzregion Belgien: 40%). Die Zehntklässlerinnen und Zehntklässler hingegen erhalten diesen vor allem von Freundinnen und Freunden mit 52% (Grenzregion Belgien: 43%) bzw. kaufen ihn sich selbst mit 34% (Grenzregion Niederlande: 21%). Diese Anteile lagen bei den Achtklässlerinnen und Achtklässler bei 40% (Grenzregion Belgien: 31%) bzw. 10% (Grenzregion Belgien: 29%).

Unter den Befragten, die zumindest in der Öffentlichkeit auch unter Aufsicht der Eltern noch keinen Alkohol hätten trinken dürfen, aber bereits mind. ein Glas Alkohol getrunken haben, bekommen 61% diesen normalerweise über ihre Eltern/Erziehungsberechtigten, gefolgt von Freundinnen und Freunden oder Bekannten (38%) und anderen Erwachsenen (28%). 9% kaufen sich den Alkohol selbst.

Zudem gaben 34% dieser Gruppe an Befragten an, dass ihre Eltern/Erziehungsberechtigten den Alkoholkonsum akzeptieren, 21%, dass diese nichts von ihrem Alkoholkonsum wissen, nur 19%, dass die Eltern/Erziehungsberechtigten von dem Alkoholkonsum abraten und 12%, dass diese nichts zu dem Alkoholkonsum ihres Kindes sagen. 8% gaben an, dass ihre Eltern/Erziehungsberechtigten diesen verbieten und 6%, dass sie denken, dass ihr Kind weniger trinken sollte.

Rauchen

Beim Rauchen zeigen sich ebenfalls Klassenstufenunterschiede. Mit 39% (Grenzregionen: Belgien: 26%, Niederlande: 28%) haben bereits deutlich mehr Zehntklässlerinnen und Zehntklässler Tabakzigaretten geraucht (25% der Achtklässlerinnen und Achtklässler (Grenzregionen: Deutschland: 10%, Belgien: 15%)).

Insbesondere die Befragten aus den 10. Klassen haben mit 25% (Grenzregionen: Belgien: 15%, Niederlande: 17%) bereits eine ganze Zigarette oder mehr geraucht (11% der Achtklässlerinnen und Achtklässler (Grenzregionen: Deutschland: 19%, Niederlande: 5%)).

Die Anteile an aktuellen Raucherinnen und Rauchern ist bezüglich Tabak- und E-Zigaretten bei den Zehntklässlerinnen und Zehntklässler ebenfalls jeweils höher. 26% dieser haben zum Zeitpunkt der Befragung E-Zigaretten geraucht (Grenzregionen: Belgien: 17%, Niederlande: 20%) und 21%

Tabakzigaretten. Diese Anteile lagen bei den Achtklässlerinnen und Achtklässlern bei 14% bzw. 10% (Grenzregion Niederlande: 4%).

Bei den E-Zigaretten ist der Anteil an aktuellen Raucherinnen und Rauchern bei den Befragten der 10. Klassen seit 2019 mit 19% (von n=964) angestiegen.

Auch beim mind. wöchentlichen Rauchen von Tabak- bzw. E-Zigaretten liegen die Befragten der 10. Klassen mit 16% (Grenzregionen: Belgien: 6%, Niederlande: 8%) bzw. 18% (Grenzregion Belgien: 12%) vorne, da die Anteile der Befragten der 8. Klassen 7% bzw. 8% betragen.

Die Anteile derjenigen, die täglich Tabak- bzw. E-Zigaretten rauchen, sind bei den Zehntklässlerinnen und Zehntklässlern etwa dreimal bzw. doppelt so hoch wie bei den Achtklässlerinnen und Achtklässlern. Denn während 11% der Befragten der 10. Klassen täglich Tabakzigaretten rauchen (Grenzregionen: Niederlande: 4%, Belgien: 4%), tun dies 4% der Befragten der 8. Klassen. Diese Anteile liegen bei den E-Zigaretten bei 11% bzw. 5%.

Drogenkonsum

Auch der Anteil derjenigen, die bereits Cannabis genommen haben, ist bei den Zehntklässlerinnen und Zehntklässlern dreimal so hoch (15% zu 5% der Achtklässlerinnen und Achtklässler). In den letzten vier Wochen vor der Befragung taten dies 8% der Zehntklässlerinnen und Zehntklässler und 3% der Achtklässlerinnen und Achtklässler.

Gaming

Bezüglich des Gamings spielen mehr der Achtklässlerinnen und Achtklässler (74%) als Zehntklässlerinnen und Zehntklässler (67%) Videospiele.

Auch die JIM-Studie 2024 zeigt, dass das Spielen von Videospielen bei den jüngeren Jugendlichen etwas verbreiteter ist, da 97% der 12- bis 13-Jährigen, 94% der 14- bis 15-Jährigen und 91% der 16- bis 17-Jährigen digitale Spiele spielen (Feierabend et al., 2024). Zudem sind die Anteile des Kreises Euskirchen erfreulicherweise niedriger.

5. Fazit und Empfehlungen

Die Ergebnisse von YES 2023 geben einen Überblick über die gesundheitliche Situation der Jugendlichen im Kreis Euskirchen sowie in den teilnehmenden Regionen der Grenzländer Deutschland, Niederlande und Belgien.

Konkret zeigt sich für den Kreis Euskirchen, dass sich die subjektive Gesundheit seit 2019 bei den Mädchen verschlechtert hat und schlechter ausfällt als bei den Jungen. Letzteres gilt auch für die mentale Gesundheit.

Auch wenn den Jugendlichen die Corona-Pandemie selbst keine Sorgen mehr bereitet, zeigen Studien, dass das psychische Befinden von Kindern und Jugendlichen vor der Pandemie konstant (2002-2018) besser war als danach (Reiß et al., 2023).

Mit Blick auf die Ergebnisse zum Stressempfinden, den Umgang mit Stress, das Mobbing vor allem in der Schule und der sexuellen Belästigung online, erscheint die Förderung der Resilienz vor allem bei den Mädchen im Kreis Euskirchen als relevant.

Auch wenn das Mobbing in sozialen Medien zahlenmäßig deutlich geringer ausfällt als in der Schule, ist die Reichweite besonders groß und Betroffene können sich aufgrund der hohen Präsenz, die soziale Medien im Alltag der Jugendlichen haben, nur schwer davon distanzieren.

Entsprechend den dargestellten Ergebnissen zum Thema Mobbing sollten auch nach Meinung der meisten Schülerinnen und Schüler vor allem die Themen „Mobbing, Diskriminierung, aggressives

Verhalten" in der Schule mehr Aufmerksamkeit erhalten. In die Umsetzung sollten die Schülerinnen und Schüler selbst sowie weitere wichtige Ressourcen in der Schule, wie z. B. die Schulsozialarbeit einbezogen werden.

Gesundheitsbezogene Themen in der Schule zu behandeln, erscheint zielführend, da es ein zentraler Ort des Lernens ist, wo die Jugendlichen viel Lebenszeit verbringen und niedrigschwellig erreicht werden können.

Vor allem die mentale Gesundheit sollte zum Gesprächsthema im Klassenverbund gemacht und ein toleranter und offener Umgang bezüglich verschiedener sensibler Themen gefördert werden. Dabei gilt es zu vermitteln, dass es kein Zeichen von Schwäche ist, sich auch bei professionellen Hilfsstellen, insbesondere bei bereits vorliegenden Suizidgedanken, Unterstützung zu suchen. Zudem sollten neben den Lehrenden und Schülerinnen und Schülern auch die Eltern/Erziehungsberechtigten als wichtige Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner bei Problemen darüber informiert werden, wie mentale Beschwerden bei Jugendlichen erkannt werden könnten, um frühzeitig Unterstützung leisten und/oder vermitteln zu können.

Positiv hervorzuheben ist im Bereich der (mental) Gesundheit hingegen, dass jeweils die Mehrheit der Befragten ihre eigene Gesundheit insgesamt als gut oder sehr gut einschätzt, sich normalerweise glücklich oder sehr glücklich fühlt und bei Problemen eine Ansprechpartnerin oder einen Ansprechpartner hat. Zudem sind die meisten Befragten ausreichend resilient, was bei der Stressbewältigung hilft.

Bezüglich der Themen Ernährung und Bewegung werden die dargestellten Empfehlungen von dem Großteil der Befragten nicht erfüllt, sodass dahingehend ebenfalls Handlungsbedarf besteht.

Durch die Förderung der Teilnahme an Angeboten des Gruppensports kann nicht nur der Entstehung von Übergewicht und dem Gefühl von Einsamkeit entgegengewirkt, sondern auch die mentale Gesundheit gefördert werden.

Den Jugendlichen sollten gesunde und realistische Körperbilder aufgezeigt werden, die oft von denen abweichen, die in den sozialen Medien als Schönheitsideale präsentiert werden, damit die Jugendlichen ihr Gewicht richtig einschätzen können. So kann auch ungesunden Ernährungsgewohnheiten und -störungen vorgebeugt werden.

Bei solchen Bemühungen im Bereich der Bewegungsförderung sollte auch eine exzessive, suchtanfällige Mediennutzung der Jugendlichen mitgedacht werden, da diese die körperliche Inaktivität unterstützen kann.

Die Nutzungszeit sozialer Medien lag 2023, wie auch in anderen Studien, in Folge der fehlenden alternativen Freizeitaktivitäten und der sozialen Isolation während der Corona-Pandemie über dem prä-pandemischen Niveau (Deutsches Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters (DZSKJ), 2024).

Die Jugendlichen sollten die Gefahren des Internets auch mit Blick auf Cybermobbing kennen, Inhalte kritisch hinterfragen und ihr Mediennutzungsverhalten reflektieren und regulieren können.

Auch hier ist der Einbezug der Eltern/Erziehungsberechtigten wichtig, da sie direkten Einfluss auf den Medienkonsum ihres Kindes im häuslichen Umfeld nehmen können.

Bei dem Konsum von Alkohol, Drogen und Tabakzigaretten zeigen sich zum Teil erfreuliche Entwicklungen, auch wenn weiterhin Handlungsbedarf besteht. So gibt es im Vergleich zu 2019 bei den Jugendlichen im Kreis Euskirchen Rückgänge im Konsum und die Anteile derjenigen, die diese

Suchtmittel in den letzten vier Wochen vor der Befragung konsumiert haben, sind jeweils deutlich geringer als die Anteile derjenigen, die sie schon einmal in ihrem Leben konsumiert haben.

Dass die Anteile von den Achtklässlerinnen und Achtklässlern zu den Zehntklässlerinnen und Zehntklässlern ansteigen, stellt eine alterstypische Entwicklung dar. Um diesen Anstieg abzdämpfen, sollten Präventionsmaßnahmen bereits frühzeitig ansetzen. Entsprechende Präventionsangebote wie z. B. das HaLT („Hart am Limit“) - Projekt zur Alkoholprävention bei Jugendlichen leisten dazu einen zentralen Beitrag.

Während die Ergebnisse der Befragten des Kreises Euskirchen in den o. g. Themenfeldern stets vergleichbar mit denen der Teilnehmenden aus dem gesamten Grenzgebiet Deutschland sind, heben sie sich bei dem Alkoholkonsum jedoch durch jeweils höhere Anteile hervor und das vor allem bei den Befragten der 10. Klassen. Dies zeigt, dass noch Verbesserungspotenzial besteht, welches mit Präventionsprojekten wie „HaLT“ ausgeschöpft werden sollte.

Dabei ist vor dem Hintergrund, wie die Jugendlichen den normalerweise Alkohol bekommen, auch ein Einbezug der Eltern/Erziehungsberechtigten ratsam.

Beim Rauchen sollte der Konsum von E-Zigaretten bei der Präventionsarbeit ebenfalls im Fokus stehen, da dieser im Kreis Euskirchen das Rauchen von Tabakzigaretten anteilmäßig mittlerweile überholt hat. Gerade die Mädchen sind dabei ins Auge zu fassen, da der Konsum seit 2019 angestiegen ist.

Wichtige Handlungsfelder sind mit Blick auf die Ergebnisse für den Kreis Euskirchen auch das Sexualverhalten und die Förderung der Akzeptanz verschiedener sexueller Identitäten.

Insgesamt zeigen die Ergebnisse, dass im Vergleich zu den Grenzregionen Niederlande und Belgien in einigen Bereichen noch Verbesserungspotenzial vorliegt und die Möglichkeit besteht, voneinander zu lernen.

Für viele Bereiche, die in YES 2023 thematisiert wurden, gibt es bereits einige Projekte und Kampagnen unterschiedlicher regionaler und überregionaler Anbieter, die zum Teil speziell für Schulen entwickelt wurden. Eine Auswahl solcher Unterstützungs- und Beratungsangebote für Jugendliche finden Sie anbei (Anhang 2).

Literaturverzeichnis

- Bartsch, G., Kreider, C. & Raiser, P. (2016). Alkohol und Jugendliche. Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS) (Hrsg.). Verfügbar unter: https://www.aktionswoche-alkohol.de/fileadmin/user_upload/factsheets/2016-12-14-Factsheet_Alkohol_und_Jugendliche.pdf (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Batra, A.; Lindinger, P.; Hanewinkel, R.; Pankow, W. & Ulbricht, S. (2024). Tabak- und Nikotinabhängigkeit. Suchtmedizinische Reihe (Band 2). Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS) (Hrsg.). Verfügbar unter: https://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/BZGA-24-05893_DHS_Suchtmedizinische_Reihe_2_Tabakabha%CC%88ngigkeit_BFREI.pdf (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Berufsgenossenschaft Nahrungsmittel und Gastgewerbe (BGN) (2025). Suchtmittel und Suchtgefährdung. Verfügbar unter: <https://www.bgn.de/praevention-arbeitshilfen/sicher-und-gesund/themenseite-suchtpraevention/suchtmittel-und-suchtgefaehrung> (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) (2023). Jugendschutz – verständlich erklärt. Verfügbar unter: <https://www.bmfsfj.de/resource/blob/94070/308331c38b8d46d7150987f80d4306c8/jugendschutz-verstaendlich-erklaert-broschuere-data.pdf> (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) (2020a). Sexuell übertragbare Infektionen: Wie man sich schützen kann. Verfügbar unter: <https://gesund.bund.de/sexuell-uebertragbare-infektionen-sti> (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) (2020b). Gesund leben. Übergewicht: Gesundheitlich und emotional belastend. Verfügbar unter: <https://gesund.bund.de/uebergewicht> (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) (2022). Stress: Auswirkungen auf Körper und Psyche. Verfügbar unter: <https://gesund.bund.de/stress> (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (2021). Der kleine Unterschied: Gesundheitsrisiken von Alkoholkonsum für Frauen gravierender. Verfügbar unter: https://www.bioeg.de/fileadmin/user_upload/PDF/pressemittelungen/2021/21_03_05_PM_BZgA_Internationaler_Frauentag.pdf (zuletzt aufgerufen am 07.05.2025).
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (2022). Gesunder Schlaf. Verfügbar unter: <https://shop.bzga.de/pdf/download-20221222-1440.pdf> (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (2024a). „Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2023“. Ergebnisse zum Alkoholkonsum. Verfügbar unter: https://www.bioeg.de/fileadmin/user_upload/PDF/pressemittelungen/daten_und_fakten/Infoblatt_DAS_Alkoholkonsum_final.pdf (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).

- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (2024b). „Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2023“. Ergebnisse zum Rauchen. Verfügbar unter: https://www.bioeg.de/fileadmin/user_upload/PDF/pressemitteilungen/daten_und_fakten/Infoblatt_Drogenaffinit%C3%A4tsstudie_2023_Rauchverhalten.pdf (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (2024c). „Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2023“. Ergebnisse zum Cannabiskonsum. Verfügbar unter: https://www.bioeg.de/fileadmin/user_upload/PDF/pressemitteilungen/daten_und_fakten/Infoblatt_Drogenaffinit%C3%A4tsstudie_2023_Cannabis.pdf (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (2024d). „Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2023“. Ergebnisse zum zur Computerspiel- und Internetnutzung. Verfügbar unter: https://www.bioeg.de/fileadmin/user_upload/PDF/pressemitteilungen/daten_und_fakten/24_08_21_Infoblatt_Drogenaffinit%C3%A4tsstudie_2023_Computerspiel-Internetnutzung.pdf (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (o.J.). Body-Mass-Index. Verfügbar unter: <https://www.bzga-essstoerungen.de/was-sind-essstoerungen/glossar/zeige/body-mass-index/> (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Deutsches Kinderhilfswerk e. V. (Hrsg.) (2021). Kinderreport Deutschland 2021. Mediensucht und exzessive Mediennutzung im Spannungsfeld von gesundem Aufwachsen und medialer Teilhabe von Kindern.
- Deutsches Zentrum für Suchtfragen des Kindes- und Jugendalters (DZSKJ) (2024). Problematische Mediennutzung im Kindes- und Jugendalter in der postpandemischen Phase. Ergebnisbericht 2023. Ausgewählte Ergebnisse der sechsten Erhebungswelle im August/ September 2023. Verfügbar unter: <https://caas.content.dak.de/caas/v1/media/57130/data/1e99c74f76c82194594692bcf2e2337d/dzskj-dak-mediensuchtstudie-2023-24-ergebnisbericht.pdf> (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Feierabend, S.; Rathgeb, T.; Kheredmand, H. & Glöckler, S. (2023). JIM-Studie 2023. Jugend, Information, Medien. Basisuntersuchung zum Medienumgang 12- bis 19-Jähriger. Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (mpfs) (Hrsg.). Verfügbar unter: https://mpfs.de/app/uploads/2024/10/JIM_2023_web_final_kor.pdf (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Feierabend, S.; Rathgeb, T.; Gerigk, Y. & Glöckler, S. (2024). JIM-Studie 2024. Jugend, Information, Medien. Basisuntersuchung zum Medienumgang 12- bis 19-Jähriger. Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (mpfs) (Hrsg.). Verfügbar unter: https://mpfs.de/app/uploads/2024/11/JIM_2024_PDF_barrierearm.pdf (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).

- Goniewicz, M. L.; Smith, D. M.; Edwards, K. C.; Blount, B. C.; Caldwell, K. L.; Feng, J.; Wang, L.; Christensen, C. et al. (2018). Comparison of Nicotine and Toxicant Exposure in Users of Electronic Cigarettes and Combustible Cigarettes. *JAMA Network Open*, 1(8), e185937; doi:10.1001/jamanetworkopen.2018.5937.
- Hanewinkel, R.; Hansen, J. & Neumann, C. (2023). Präventionsradar. Erhebung Schuljahr 22/23. Ergebnisbericht 2022/2023. Wohlbefinden und Gesundheitsverhalten von Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Ausgewählte Ergebnisse des Präventionsradars 2022/2023. Verfügbar unter: <https://caas.content.dak.de/caas/v1/media/40840/data/a9018013330bc9ade945734aeb266476/praeventionsradar-ergebnisbericht-2022-2023.pdf> (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Hanewinkel, R.; Hansen, J. & Neumann, C. (2024). Präventionsradar. Erhebung Schuljahr 23/24. Ergebnisbericht 2023/2024. Wohlbefinden und Gesundheitsverhalten von Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Ausgewählte Ergebnisse des Präventionsradars 2023/2024. Verfügbar unter: <https://caas.content.dak.de/caas/v1/media/77380/data/52da8fbc93cf8d65b021463d306bf470/praeventionsradar-ergebnisbericht-2023-2024.pdf> (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Hermann, R; Immel-Sehr, A.; Rumpf, H.-J.; Claßen, S.; Eckhardt, S.; Füchtenschnieder, I.; Hinze, K.; Kreider, C.; Müller, K.; Noack, M.; Pauly, J.; Rehbein, F. & Schneider, K. (2024). Digitale Medien. Basisinformationen. Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS) (Hrsg.). Verfügbar unter: https://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/BZGA-24-05874_DHS_Basisinformation_Digitale_Medien_BFREI.pdf (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Kotz, D. & Klosterhalfen, S. (2024). Deutsche Befragung zum Rauchverhalten (DEBRA). <https://www.debra-study.info/> (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Lindinger, P. & Friedl (2024). Tabak. Basisinformationen. Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS) (Hrsg.). Verfügbar unter: https://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/BZGA-24-05707_DHS_Basisinfo_Tabak_BFREI.pdf (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Reiß, F.; Kaman, A.; Napp, A.-K.; Devine, J.; Li, L.Y.; Strelow, L.; Erhart, M.; Höllin, H.; Schlack, R. & Ravens-Sieberer, U. (2023). Epidemiologie seelischen Wohlbefindens von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Ergebnisse aus 3 Studien vor und während der COVID-19-Pandemie. *Bundesgesundheitsbl* 2023 · 66:727–735. <https://doi.org/10.1007/s00103-023-03720-5>.
- Rempe, C.; Thielking, H. & Maschkowski, G. (2023). Energydrinks. Unermüdlich aufgeputscht. Verfügbar unter: <https://www.bzfe.de/lebensmittel/trendlebensmittel/energydrinks/> (zuletzt aufgerufen am 06.12.2024).
- Robert Koch-Institut (RKI) (2020). AdiMon-Themenblatt: Körperliche Aktivität. Verfügbar unter: https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Studien/Adipositas_Monitoring/Verhalten/PDF_Themenblatt_Koerperliche_Aktivitaet.pdf?__blob=publicationFile (zuletzt aufgerufen am 06.12.2024).

- Robert Koch-Institut (RKI) (2022). Themenschwerpunkt: Ernährung. Verfügbar unter: <https://www.rki.de/DE/Themen/Nichtuebertragbare-Krankheiten/Lebensweise-und-Gesundheit/Ernaehrung/themenschwerpunkt-ernaehrung.html?nn=16780140> (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Rummel, C. & Kreider, C. (2018). Alkohol und gesundheitliche Risiken. Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS) (Hrsg.). Verfügbar unter: https://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/pdf/Broschueren/FS_Alkohol_gesundh-Risiken.pdf (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- Schütz, R. & L. Bilz (2023). Einsamkeit im Kindes- und Jugendalter. Zur Verbreitung eines Risikofaktors für Gesundheit unter 11- bis 15-jährigen deutschen Schülerinnen und Schülern. Bundesgesundheitsbl - 66:794–802. <https://doi.org/10.1007/s00103-023-03728-x>.
- Shochat, T.; Cohen-Zion, M. & Tzischinsky, O. (2014). Functional consequences of inadequate sleep in adolescents: A systematic review. doi: 10.1016/j.smrv.2013.03.005.
- Soellner, R.; Osterkamp, H.; Multhauf, B. (2024). Cannabis. Basisinformationen. Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS) (Hrsg.). Verfügbar unter: https://www.dhs.de/fileadmin/user_upload/BZGA-24-05709_DHS_Basisinformation_Cannabis_BFREI.pdf (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- World Health Organisation (WHO) (2022). Mental Health. Verfügbar unter: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response> (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- World Health Organization (WHO) (2020). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Geneva: World Health Organization. Verfügbar unter: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/336656/9789240015128-eng.pdf?sequence=1> (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).
- World Health Organization (WHO) (2023). WHO updates guidelines on fats and carbohydrates. Verfügbar unter: <https://www.who.int/news/item/17-07-2023-who-updates-guidelines-on-fats-and-carbohydrates> (zuletzt aufgerufen am 06.05.2025).

Anhang

Anhang 1: Überblick über die Ergebnisse

Anhang 1.1: Ergebnisse des Kreises Euskirchen und der Grenzregionen

Ergebnisse des Kreises Euskirchen und der Grenzregionen				
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen	Deutschland	Niederlande	Belgien
Gesundheit und Wohlbefinden				
Einschätzung der eigenen Gesundheit als mittelmäßig bis (sehr) schlecht	25% (von n=2.002)	24% (von n=11.842)	20% (von n=12.734)	19% (von n=2.960)
Schlaf ist im Allgemeinen nicht so gut oder überhaupt nicht gut	27% (von n=2.001)	27% (von n=11.832)	22% (von n=12.298)	23% (von n=2.960)
Mentale Gesundheit				
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen	Deutschland	Niederlande	Belgien
Psychische Beschwerden (MHI-5)	40% (von n=1.952)	40% (von n=11.570)	29% (von n=12.620)	34% (von n=2.927)
Mind. einmalige Selbstmordgedanken innerhalb letzten 12 Monate vor der Befragung	34% (von n=1.803)	33% (von n=10.579)	23% (von n=11.639)	28% (von n=2.774)
Normalerweise (sehr) unglücklich	12% (von n=1.964)	10% (von n=11.665)	6% (von n=12.672)	7% (von n=2.933)
In den letzten 4 Wochen vor der Befragung...				
...mind. manchmal einsam gefühlt	40% (von n=1.942)	40% (von n=11.478)	31% (von n=12.532)	35% (von n=2.912)

...oft oder (fast) immer einsam gefühlt	18% (von n=1.942)	17% (von n=11.478)	11% (von n=12.532)	14% (von n=2.912)
Mobbing				
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen	Deutschland	Niederlande	Belgien
In den letzten 3 Monaten vor der Befragung...				
...in der Schule gemobbt	30% (von n=1.885)	27% (von n=11.068)	15% (von n=12.027)	15% (von n=2.851)
...wöchentlich in der Schule gemobbt	10% (von n=1.885)	9% (von n=11.068)	5% (von n=12.027)	4% (von n=2.851)
...über Internet oder soziale Medien gemobbt	12% (von n=1.886)	12% (von n=11.051)	9% (von n=12.029)	9% (von n=2.851)
...wöchentlich über Internet oder soziale Medien gemobbt	2% (von n=1.886)	3% (von n=11.051)	2% (von n=12.029)	2% (von n=2.851)
Nacktfotos/-videos wurden gegen den eigenen Willen versendet	6% (von n=1.888)	5% (von n=11.061)	2% (von n=11.958)	3% (von n=2.850)
Mind. einmal über soziale Medien sexuell belästigt worden	39% (von n=1.755)	-	-	-
Schwierigkeiten bei Belästigung um Hilfe zu fragen	22% (von n=1.794)	22% (von n=10.522)	18% (von n=11.650)	23% (von n=2.763)
Stehen bei Beschimpfung, Beleidigung oder Bedrohung nicht für sich selbst ein	12%	12%	8%	10%

	(von n=1.795)	(von n=10.517)	(von n=11.663)	(von n=2.765)
Stress				
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen	Deutschland	Niederlande	Belgien
(Sehr) oft gestresst durch...				
...mind. einen der o.g. Faktoren	65% (von n=1.899)	64% (von n=11.169)	52% (von n=12.014)	57% (von n=2.861)
...Schule oder Hausaufgaben	47% (von n=1.908)	47% (von n=11.255)	36% (von n=12.182)	41% (von n=2.874)
...alles, was sie zu tun haben	35% (von n=1.901)	36% (von n=11.164)	32% (von n=12.112)	31% (von n=2.864)
...die Vorstellung, was andere von ihnen halten	31% (von n=1.902)	30% (von n=11.190)	23% (von n=12.112)	26% (von n=2.869)
...die eigenen Probleme	28% (von n=1.897)	27% (von n=11.165)	18% (von n=12.115)	20% (von n=2.859)
...die häusliche Situation	21% (von n=1.893)	20% (von n=11.180)	12% (von n=12.004)	15% (von n=2.870)
Schwierigkeiten mit stressigen Ereignissen umzugehen	28% (von n=1.938)	28% (von n=11.425)	29% (von n=12.460)	32% (von n=2.905)
Leistungsdruck				
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen	Deutschland	Niederlande	Belgien

Regelmäßig oder oft unter Druck...				
...die eigenen Erwartungen zu erfüllen	30% (von n=1.896)	33% (von n=11.120)	30% (von n=12.067)	28% (von n=2.849)
...die Erwartungen anderer zu erfüllen	26% (von n=1.900)	25% (von n=11.113)	21% (von n=12.060)	23% (von n=2.855)
...die Erwartungen von meinen Eltern zu erfüllen	18% (von n=1.895)	17% (von n=11.071)	14% (von n=12.014)	15% (von n=2.850)
...die Erwartungen von Lehrenden/Schule zu erfüllen	16% (von n=1.895)	15% (von n=11.071)	11% (von n=12.014)	12% (von n=2.850)
...die Erwartungen von Freundinnen und Freunden zu erfüllen	12% (von n=1.895)	10% (von n=11.071)	8% (von n=12.014)	8% (von n=2.850)
Sorgen				
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen	Deutschland	Niederlande	Belgien
Sorgen um...				
...mind. eine der o.g. Krisensituationen	52% (jeweils von n=1.696)	53% (jeweils von n=9.896)	41% (jeweils von n=10.832)	44% (jeweils von n=2.669)
...die finanziellen Probleme der Familie	29%	27%	20%	24%
...die Klimakrise	19%	21%	18%	19%
...den Ukrainekrieg	18%	18%	12%	14%
...die Energiekrise	13%	13%	8%	9%

...die Coronakrise	4%	5%	2%	3%
Wenig bis kein Vertrauen in die eigene Zukunft	28% (von n=1.942)	28% (von n=11.470)	14% (von n=12.581)	19% (von n=2.918)
Nicht ausreichend resilient	20% (von n=1.802)	20% (von n=10.562)	13% (von n=689)	17% (von n=2.761)
Soziale Unterstützung				
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen	Deutschland	Niederlande	Belgien
Können sich bei Problemen an jdm. wenden	87% (von n=1.846)	89% (von n=10.779)	95% (von n=11.786)	91% (von n=2.802)
Können sich bei Problemen an die folgenden Personen wenden...				
...die Eltern/Erziehungsberechtigten	66% (von n=1.846)	68% (von n=10.779)	80% (von n=11.786)	72% (von n=2.802)
...meine Freundinnen und Freunde	63% (von n=1.846)	62% (von n=10.779)	65% (von n=11.786)	61% (von n=2.802)
Hohe soziale Unterstützung durch Freundinnen und Freunde	34% (von n=1.836)	36% (von n=10.740)	51% (von n=11.204)	46% (von n=2.796)
Schule				
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen	Deutschland	Niederlande	Belgien
Gefällt es in der Schule nicht so gut oder überhaupt nicht	23% (von n=1.936)	21% (von n=11.456)	20% (von n=12.507)	18% (von n=2.908)

Finden es sinnlos zur Schule zu gehen	17% (von n=1.932)	16% (von n=11.414)	22% (von n=12.095)	19% (von n=2.906)
Mind. eine Unterrichtsstunde in den letzten 4 Wochen vor der Befragung geschwänzt	17% (von n=1.925)	17% (von n=11.355)	12% (von n=12.054)	9% (von n=2.896)
Denken, dass LGBTQ+ -Jugendliche dies allen an der Schule erzählen können	8% (von n=1.915)	10% (von n=11.314)	10% (von n=12.281)	8% (von n=2.888)
Körperliche Gesundheit				
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen	Deutschland	Niederlande	Belgien
Bereits Geschlechtsverkehr gehabt	15% (von n=1.769)	-	-	-
Immer ein Kondom benutzt	45% (von n=264)	-	-	-
Körpergewicht				
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen	Deutschland	Niederlande	Belgien
(Starkes) Übergewicht	18% (von n=1.602)	18% (von n=9.772)	10% (von n=10.406)	14% (von n=2.590)
(Starkes) Untergewicht	10% (von n=1.602)	11% (von n=9.772)	15% (von n=10.406)	14% (von n=2.590)
Gesundes Gewicht, fühlen sich aber zu dick	29% (von n=1.152)	26% (von n=6.970)	24% (von n=7.832)	25% (von n=1.859)

Gesundes Gewicht, fühlen sich aber zu dünn	14% (von n=1.152)	15% (von n=6.970)	9% (von n= 7.832)	13% (von n=1.859)
Lebensstilfaktoren				
Bewegung und Ernährung				
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen	Deutschland	Niederlande	Belgien
Mind. eine Stunde Bewegung täglich	11% (von n=1.909)	13% (von n=11.207)	15% (von n=12.221)	6% (von n=2.611)
Wöchentlich Sport im Sportstudio oder Verein	68% (von n=1.909)	68% (von n=11.303)	77% (von n=12.266)	76% (von n=2.888)
Trinken Energy Drinks...	42% (von n=1.894)	39% (von n=11.114)	33% (von n=11.661)	31% (von n=2.860)
...an max. einem Tag pro Woche	73% (von n=1.894)	75% (von n=11.114)	79% (von n=11.661)	81% (von n=2.860)
Trinken max. eine Dose Energy Drink pro Tag	88% (von n=1.885)	89% (von n=11.081)	90% (von n=11.598)	93% (von n=2.853)
Trinken täglich zuckerhaltige Getränke	23% (von n=1.896)	22% (von n=11.137)	29% (von n=11.709)	23% (von n=2.863)
Tägliches Frühstück	42% (von n=1.903)	44% (von n=11.152)	52% (von n=11.740)	49% (von n=2.862)
Täglich Obst	33%	32%	27%	30%

	(von n=1.895)	(von n=11.139)	(von n=11.640)	(von n=2.860)
Täglich Gemüse	34% (von n=1.888)	35% (von n=11.121)	44% (von n=11.701)	18% (von n=2.860)
Suchtmittelkonsum				
Alkoholkonsum				
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen	Deutschland	Niederlande	Belgien
Bereits Alkohol getrunken (mind. ein paar Schlucke)	68% (von n=1.882)	62% (von n=11.049)	64% (von n=11.998)	64% (von n=2.850)
Bereits mind. ein Glas Alkohol getrunken	45% (von n=838)	38% (von n=11.049)	37% (von n=11.998)	38% (von n=2.850)
Erhalten Alkohol von... (Mehrfachantworten möglich)				
...Eltern bzw. Erziehungsberechtigten	51% (von n=788)	45% (von n=3.903)	49% (von n=4.211)	41% (von n=1.037)
...Freundinnen und Freunden oder Bekannten	49% (von n=788)	49% (von n=3.903)	47% (von n=4.211)	40% (von n=1.037)
Kaufen sich den Alkohol selbst	27% (von n=788)	29% (von n=3.903)	17% (von n=4.211)	33% (von n=1.037)
Meinung der Eltern zum Alkoholkonsum ihres Kindes...	Jeweils von n=811	Jeweils von n=4.030	Jeweils von n=4.424	Jeweils von n=1.074
...akzeptieren ihn	49%	48%	37%	38%

...raten davon ab	18%	18%	25%	23%
...wissen nichts davon	12%	13%	10%	10%
...Kind soll weniger trinken	8%	8%	9%	7%
...sagen nichts dazu	8%	9%	15%	19%
...verbieten es	4%	4%	3%	3%
In den letzten 4 Wochen vor der Befragung Alkohol getrunken	39% (von n=1.877)	33% (von n=11.025)	33% (von n=11.945)	35% (von n=2.846)
Bereits betrunken oder stark angetrunken gewesen	32% (von n=1.876)	28% (von n=11.013)	30% (von n=11.931)	29% (von n=2.844)
In den letzten 4 Wochen vor der Befragung betrunken oder stark angetrunken gewesen	20% (von n=1.880)	17% (von n=11.032)	18% (von n=11.861)	18% (von n=2.827)
In den letzten 4 Wochen vor der Befragung „Binge-Drinking“ betrieben	25% (von n=1.878)	20% (von n=11.032)	22% (von n=11.924)	23% (von n=2.842)
Rauchen				
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen	Deutschland	Niederlande	Belgien
Bereits Tabakzigaretten geraucht	31% (von n=1.875)	29% (von n=11.003)	19% (von n=11.880)	20% (von n=2.844)
Bereits mind. eine Tabakzigarette geraucht	18% (von n=1.875)	16% (von n=11.003)	11% (von n=11.880)	11% (von n=2.844)
Rauchen Tabakzigaretten zum Befragungszeitpunkt	15%	14%	8%	9%

	(von n=1.872)	(von n=10.992)	(von n=11.860)	(von n=2.843)
Rauchen mind. wöchentlich Tabakzigaretten	11% (von n=1.872)	10% (von n=10.992)	5% (von n=11.860)	6% (von n=2.843)
Rauchen täglich Tabakzigaretten	7% (von n=1.872)	7% (von n=10.992)	3% (von n=11.860)	4% (von n=2.843)
Bereits E-Zigaretten geraucht	39% (von n=1.876)	37% (von n=10.995)	32% (von n=11.920)	30% (von n=2.843)
Rauchen E-Zigaretten zum Befragungszeitpunkt	19% (von n=1.873)	17% (von n=10.970)	14% (von n=11.911)	13% (von n=2.842)
Rauchen mind. wöchentlich E-Zigaretten	13% (von n=1.873)	11% (von n=10.970)	11% (von n=11.911)	8% (von n=2.842)
Rauchen täglich E-Zigaretten	8% (von n=1.873)	7% (von n=10.970)	7% (von n=11.911)	5% (von n=2.842)
Drogenkonsum				
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen	Deutschland	Niederlande	Belgien
Bereits Cannabis konsumiert	10% (von n=1.875)	10% (von n=10.982)	9% (von n=11.882)	7% (von n=2.843)
Cannabiskonsum in den letzten 4 Wochen vor der Befragung	5% (von n=1.873)	5% (von n=10.973)	5% (von n=11.878)	4% (von n=2.843)
Bereits andere (harte) Drogen konsumiert	6%	5%	3%	4%

	(von n=1.864)	(von n=10.941)	(von n=11.437)	(von n=2.782)
Soziale Medien und Gaming				
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen	Deutschland	Niederlande	Belgien
Nutzen soziale Medien täglich mind. 3 Stunden	57% (von n=1.785)	-	-	-
Problematische Nutzung sozialer Medien	21% (von n=1.793)	21% (von n=10.514)	15% (von n=11.600)	16% (von n=2.757)
Spielen Videospiele	71% (von n=1.781)	69% (von n=10.502)	70% (von n=11.682)	69% (von n=2.763)
Spielen (fast) täglich Videospiele	26% (von n=1.786)	25% (von n=10.502)	23% (von n=11.682)	22% (von n=2.763)
Spielen täglich mehr als 3 Stunden Videospiele	26% (von n=1.781)	25% (von n=10.466)	19% (von n=11.331)	21% (von n=2.760)
Problematische Nutzung von Videospielen	7% (von n=1.778)	6% (von n=10.454)	3% (von n=11.574)	5% (von n=2.748)

Anhang 1.2: Ergebnisse des Kreises Euskirchen und der Grenzregionen nach Geschlecht

Ergebnisse des Kreises Euskirchen und der Grenzregionen nach Geschlecht								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Geschlecht: Mädchen (M), Jungen (J)	M	J	M	J	M	J	M	J
Gesundheit und Wohlbefinden								
Einschätzung der eigenen Gesundheit als mittelmäßig bis (sehr) schlecht	30% (von n=988)	17% (von n=961)	31% (von n=5726)	17% (von n=5.866)	25% (von n=6.297)	14% (von n=6.230)	26% (von n=1.268)	13% (von n=1.663)
Schlaf ist im Allgemeinen nicht so gut oder überhaupt nicht gut	30% (von n=987)	22% (von n=961)	30% (von n=5.723)	23% (von n=5.860)	25% (von n=6.092)	19% (von n=6.007)	28% (von n=1.268)	20% (von n=1.664)
Mentale Gesundheit								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Geschlecht	M	J	M	J	M	J	M	J
Psychische Beschwerden (MHI-5)	53% (von n=969)	24% (von n=934)	53% (von n=5.625)	25% (von n=5.711)	40% (von n=6.234)	17% (von n=6.185)	50% (von n=1.261)	22% (von n=1.640)
Mind. einmalige Selbstmordgedanken innerhalb der letzten 12 Monate vor der Befragung	41% (von n=900)	25% (von n=860)	40% (von n=5.210)	24% (von n=5.162)	27% (von n=5.759)	18% (von n=5.702)	37% (von n=1.208)	20% (von n=1.540)
Normalerweise (sehr) unglücklich	13%	9%	11%	8%	6%	5%	10%	5%

	(von n=971)	(von n=942)	(von n=5.654)	(von n=5.767)	(von n=6.244)	(von n=6.221)	(von n=1.260)	(von n=1.645)
In den letzten 4 Wochen vor der Befragung...								
...mind. manchmal einsam gefühlt	53% (von n=960)	26% (von n=932)	51% (von n=5.571)	28% (von n=5.668)	41% (von n=6.189)	21% (von n=6.140)	51% (von n=1.257)	23% (von n=1.627)
...oft oder (fast) immer einsam gefühlt	23% (von n=960)	12% (von n=932)	22% (von n=5.571)	11% (von n=5.668)	13% (von n=6.189)	7% (von n=6.140)	21% (von n=1.257)	7% (von n=1.627)
Mobbing								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Geschlecht	M	J	M	J	M	J	M	J
In den letzten 3 Monaten vor der Befragung...								
...in der Schule gemobbt	33% (von n=938)	25% (von n=900)	29% (von n=5.408)	24% (von n=5.441)	15% (von n=5.947)	15% (von n=5.892)	16% (von n=1.231)	14% (von n=1.593)
...wöchentlich in der Schule gemobbt	9% (von n=938)	10% (von n=900)	9% (von n=5.408)	8% (von n=5.441)	4% (von n=5.947)	5% (von n=5.892)	4% (von n=1.231)	4% (von n=1.593)
...über Internet oder soziale Medien gemobbt	15% (von n=940)	8% (von n=899)	12% (von n=5.405)	10% (von n=5.426)	10% (von n=5.948)	8% (von n=5.891)	12% (von n=1.232)	7% (von n=1.592)
...wöchentlich über Internet oder soziale Medien								

gemobbt	2% (von n=940)	2% (von n=899)	2% (von n=5.405)	3% (von n=5.426)	5% (von n=5.869)	5% (von n=5.807)	2% (von n=1.232)	2% (von n=1.592)
Nacktfotos/-videos wurden gegen den eigenen Willen versendet	6% (von n=941)	6% (von n=900)	5% (von n=5.409)	4% (von n=5.430)	2% (von n=5.922)	2% (von n=5.854)	4% (von n=1.230)	2% (von n=1.593)
Mind. einmal über soziale Medien sexuell belästigt worden	47% (von n=882)	29% (von n=833)	-	-	-	-	-	-
Schwierigkeiten bei Belästigung um Hilfe zu fragen	29% (von n=894)	16% (von n=856)	27% (von n=5.194)	17% (von n=5.126)	21% (von n=5.772)	15% (von n=5.701)	29% (von n=1.213)	19% (von n=1.525)
Stehen bei Beschimpfung, Beleidigung, oder Bedrohung nicht für sich selbst ein	14% (von n=897)	9% (von n=854)	13% (von n=5.111)	9% (von n=5.203)	11% (von n=5.786)	6% (von n=5.701)	14% (von n=1.208)	8% (von n=1.531)
Stress								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Geschlecht	M	J	M	J	M	J	M	J
(Sehr) oft gestresst durch...								
...mind. einen der o.g. Faktoren	77% (von n=947)	50% (von n=905)	77% (von n=5.466)	50% (von n=5.481)	66% (von n=5.987)	36% (von n=5.837)	75% (von n=1.237)	42% (von n=1.597)

...Schule oder Hausaufgaben	57% (von n=949)	36% (von n=912)	57% (von n=5.493)	36% (von n=5.537)	47% (von n=6.041)	24% (von n=5.952)	56% (von n=1.237)	29% (von n=1.611)
...alles, was sie zu tun haben	45% (von n=949)	25% (von n=906)	47% (von n=5.465)	24% (von n=5.477)	45% (von n=5.999)	19% (von n=5.920)	45% (von n=1.235)	20% (von n=1.602)
...die Vorstellung, was andere von ihnen halten	44% (von n=950)	17% (von n=906)	42% (von n=5.471)	17% (von n=5.498)	34% (von n=6.009)	11% (von n=5.917)	44% (von n=1.235)	13% (von n=1.608)
...die eigenen Probleme	38% (von n=947)	15% (von n=904)	39% (von n=5.455)	15% (von n=5.490)	26% (von n=6.003)	10% (von n=5.921)	33% (von n=1.234)	10% (von n=1.599)
... die häusliche Situation	29% (von n=941)	11% (von n=905)	28% (von n=5.455)	11% (von n=5.503)	17% (von n=5.953)	7% (von n=5.865)	23% (von n=1.239)	8% (von n=1.605)
Schwierigkeiten mit stressigen Ereignissen umzugehen	36% (von n=961)	18% (von n=927)	37% (von n=5.547)	19% (von n=5.637)	39% (von n=6.161)	19% (von n=6.100)	41% (von n=1.255)	24% (von n=1.622)
Leistungsdruck								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Geschlecht	M	J	M	J	M	J	M	J
Regelmäßig oder oft unter Druck...								

...die eigenen Erwartungen zu erfüllen	38% (von n=946)	20% (von n=903)	42% (von n=5.443)	23% (von n=5.454)	38% (von n=5.983)	22% (von n=5.897)	38% (von n=1.231)	20% (von n=1.591)
...die Erwartungen anderer zu erfüllen	34% (von n=946)	17% (von n=907)	33% (von n=5.439)	16% (von n=5.455)	27% (von n=5.972)	15% (von n=5.898)	33% (von n=1.232)	14% (von n=1.596)
...die Erwartungen von meinen Eltern zu erfüllen	25% (von n=942)	10% (von n=906)	23% (von n=5.416)	10% (von n=5.440)	18% (von n=5.947)	9% (von n=5.878)	22% (von n=1.232)	9% (von n=1.591)
...die Erwartungen von Lehrenden/Schule zu erfüllen	22% (von n=942)	9% (von n=906)	22% (von n=5.416)	8% (von n=5.440)	16% (von n=5.947)	6% (von n=5.878)	20% (von n=1.232)	6% (von n=1.591)
...die Erwartungen von Freundinnen und Freunden zu erfüllen	17% (von n=942)	6% (von n=906)	15% (von n=5.416)	6% (von n=5.440)	11% (von n=5.947)	5% (von n=5.878)	13% (von n=1.232)	5% (von n=1.591)
Sorgen								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Geschlecht	M	J	M	J	M	J	M	J
Sorgen um...								
...mind. eine der o.g. Krisensituationen	58% (jeweils von	45% (jeweils von	57% (jeweils von	48% (jeweils von	44% (jeweils von	37% (jeweils von	49% (jeweils von	40% (jeweils von

	n=856)	n=801)	n=4.922)	n=4.780)	n=5.398)	n=5.269)	n=1.176)	n=1.468)
...die finanziellen Probleme der Familie	35%	23%	31%	24%	23%	17%	29%	20%
...die Klimakrise	23%	16%	25%	17%	20%	16%	23%	16%
...den Ukrainekrieg	21%	16%	19%	17%	14%	11%	16%	12%
...die Energiekrise	12%	14%	11%	14%	8%	8%	10%	8%
...die Coronakrise	5%	3%	5%	5%	2%	2%	3%	3%
Wenig bis kein Vertrauen in die eigene Zukunft	35% (von n=959)	20% (von n=932)	35% (von n=5.564)	20% (von n=5.663)	17% (von n=6.204)	9% (von n=6.173)	25% (von n=1.258)	13% (von n=1.632)
Nicht ausreichend resilient	27% (von n=901)	13% (von n=858)	25% (von n=3.901)	14% (von n=4.437)	18% (von n=5.795)	8% (von n=5.715)	25% (von n=1.212)	10% (von n=1.524)
Soziale Unterstützung								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Geschlecht	M	J	M	J	M	J	M	J
Können sich bei Problemen an jdm. wenden	86% (von n=924)	89% (von n=876)	88% (von n=5.303)	90% (von n=5.267)	95% (von n=5.841)	96% (von n=5.760)	90% (von n=1.222)	92% (von n=1.553)
Können sich bei Problemen an folgende Personen wenden...								
...Eltern/Erziehungsberechtigte	60% (von	74% (von	62% (von	75% (von	74% (von	86% (von	64% (von	79% (von

	n=924)	n=876)	n=5.303)	n=5.267)	n=5.841)	n=5.760)	n=1.222)	n=1.553)
...meine Freundinnen und Freunde	70% (von n=924)	56% (von n=876)	70% (von n=5.303)	55% (von n=5.267)	75% (von n=5.841)	55% (von n=5.760)	71% (von n=1.222)	53% (von n=1.553)
...Erwachsene in der Schule	6% (von n=924)	7% (von n=876)	8% (von n=5.303)	10% (von n=5.267)	14% (von n=5.841)	20% (von n=5.760)	9% (von n=1.177)	8% (von n=1.452)
Hohe soziale Unterstützung durch Freundinnen und Freunde	37% (von n=918)	33% (von n=874)	38% (von n=5.286)	34% (von n=5.249)	52% (von n=5.585)	50% (von n=5.448)	45% (von n=1.223)	46% (von n=1.547)
Schule								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Geschlecht	M	J	M	J	M	J	M	J
Gefällt es nicht so gut oder überhaupt nicht	21% (von n=958)	23% (von n=929)	20% (von n=5.571)	21% (von n=5.650)	18% (von n=6.186)	21% (von n=6.119)	19% (von n=1.255)	17% (von n=1.626)
Finden es sinnlos zur Schule zu gehen	13% (von n=959)	21% (von n=924)	12% (von n=5.554)	18% (von n=5.628)	18% (von n=6.009)	26% (von n=5.899)	13% (von n=1.252)	23% (von n=1.626)
Mind. eine Unterrichtsstunde in den letzten 4 Wochen vor der Befragung geschwänzt	19% (von n=954)	15% (von n=923)	18% (von n=5.529)	14% (von n=5.596)	12% (von n=5.979)	12% (von n=5.884)	8% (von n=1.248)	9% (von n=1.620)

Denken, dass LGBTQ+ -Jugendliche dies allen an der Schule erzählen können	10% (von n=949)	9% (von n=918)	11% (von n=5.503)	9% (von n=5.578)	10% (von n=6.089)	9% (von n=5.996)	11% (von n=1.246)	6% (von n=1.615)
Körperliche Gesundheit								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Geschlecht	M	J	M	J	M	J	M	J
Bereits Geschlechtsverkehr gehabt	12% (von n=884)	18% (von n=844)	-	-	-	-	-	-
Körperwicht								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Geschlecht	M	J	M	J	M	J	M	J
(Starkes) Übergewicht	13% (von n=947)	23% (von n=840)	13% (von n=4.633)	22% (von n=5.139)	8% (von n=5.067)	11% (von n=5.339)	11% (von n=1.070)	15% (von n=1.520)
(Starkes) Untergewicht	12% (von n=762)	7% (von n=840)	13% (von n=4.633)	9% (von n=5.139)	16% (von n=5.067)	13% (von n=5.339)	18% (von n=1.070)	11% (von n=1.520)
Gesundes Gewicht, fühlen sich aber zu dick	43% (von n=566)	15% (von n=586)	39% (von n=3.411)	14% (von n=3.559)	35% (von n=3.798)	14% (von n=4.034)	45% (von n=747)	13% (von n=1.112)
Gesundes Gewicht, fühlen sich aber zu dünn	7%	20%	7%	23%	4%	15%	5%	18%

	(von n=566)	(von n=586)	(von n=3.411)	(von n=3.559)	(von n=3.798)	(von n=4.034)	(von n=747)	(von n=1.112)
Lebensstilfaktoren								
Bewegung und Ernährung								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Geschlecht	M	J	M	J	M	J	M	J
Mind. eine Stunde Bewegung täglich	9% (von n=952)	14% (von n=909)	10% (von n=5.448)	16% (von n=5.534)	13% (von n=6.038)	18% (von n=5.981)	5% (von n=1.160)	6% (von n=1.427)
Wöchentlich Sport im Sportstudio oder Verein	64% (von n=947)	72% (von n=914)	63% (von n=5.500)	74% (von n=5.570)	74% (von n=6.075)	81% (von n=5.997)	71% (von n=1.244)	79% (von n=1.616)
Trinken Energy Drinks...	41% (von n=944)	41% (von n=903)	39% (von n=5.430)	39% (von n=5.460)	31% (von n=5.770)	34% (von n=5.707)	29% (von n=1.234)	33% (von n=1.598)
...an max. einem Tag pro Woche	73% (von n=944)	73% (von n=903)	76% (von n=5.430)	76% (von n=5.460)	81% (von n=5.770)	78% (von n=5.707)	84% (von n=1.234)	80% (von n=1.598)
Trinken max. eine Dose Energy Drink pro Tag	89% (von n=938)	87% (von n=900)	90% (von n=5.415)	89% (von n=5.443)	92% (von n=5.736)	89% (von n=5.681)	95% (von n=1.232)	91% (von n=1.593)
Trinken täglich zuckerhaltige Getränke	20%	26%	19%	24%	26%	32%	20%	25%

	(von n=944)	(von n=905)	(von n=5.439)	(von n=5.474)	(von n=5.796)	(von n=5.736)	(von n=1.235)	(von n=1.601)
Tägliches Frühstück	36% (von n=948)	49% (von n=907)	38% (von n=5.451)	50% (von n=5.477)	44% (von n=5.814)	60% (von n=5.741)	40% (von n=1.235)	55% (von n=1.600)
Täglich Obst	34% (von n=944)	32% (von n=904)	32% (von n=5.450)	32% (von n=5.466)	27% (von n=5.757)	27% (von n=5.700)	29% (von n=1.235)	30% (von n=1.599)
Täglich Gemüse	36% (von n=941)	32% (von n=901)	36% (von n=5.438)	34% (von n=5.460)	45% (von n=5.801)	43% (von n=5.718)	23% (von n=1.235)	15% (von n=1.598)
Suchtmittelkonsum								
Alkoholkonsum								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Geschlecht	M	J	M	J	M	J	M	J
Bereits Alkohol getrunken (mind. ein paar Schlucke)	69% (von n=938)	67% (von n=898)	63% (von n=5.411)	61% (von n=5.417)	64% (von n=5.935)	64% (von n=5.876)	63% (von n=1.232)	66% (von n=1.591)
Bereits mind. ein Glas Alkohol getrunken	42% (von n=938)	46% (von n=898)	37% (von n=5.411)	38% (von n=5.417)	36% (von n=5.935)	38% (von n=5.876)	36% (von n=1.232)	40% (von n=1.591)
Erhalten Alkohol von... (Mehrfachantworten möglich)	Jeweils	Jeweils	Jeweils	Jeweils	Jeweils	Jeweils	Jeweils	Jeweils

	von n=370	von n=392	von n=1.884	von n=1.910	von n=2.060	von n=2.086	von n=425	von n=602
...Eltern bzw. Erziehungsberechtigten	53%	50%	48%	41%	52%	46%	42%	41%
...Freundinnen und Freunden oder Bekannten	58%	40%	58%	40%	52%	42%	49%	33%
Kaufen sich den Alkohol selbst	19%	32%	24%	34%	13%	21%	23%	39%
Meinung der Eltern zum Alkoholkonsum ihres Kindes...	Jeweils von n=385	Jeweils von n=399	Jeweils von n=1.932	Jeweils von n=1.988	Jeweils von n=2.146	Jeweils von n=2.208	Jeweils von n=442	Jeweils von n=622
...akzeptieren ihn	44%	56%	47%	50%	39%	36%	35%	39%
...raten davon ab	18%	17%	17%	18%	24%	26%	23%	23%
...wissen nichts davon	15%	9%	15%	12%	10%	8%	13%	9%
...Kind soll weniger trinken	9%	8%	7%	9%	8%	10%	5%	8%
...sagen nichts dazu	9%	7%	9%	8%	15%	16%	21%	18%
...verbieten es	5%	3%	5%	4%	3%	4%	3%	3%
In den letzten 4 Wochen vor der Befragung Alkohol getrunken	38% (von n=934)	38% (von n=897)	34% (von n=5.400)	31% (von n=5.407)	34% (von n=5.916)	32% (von n=5.847)	34% (von n=1.232)	36% (von n=1.587)
Bereits betrunken oder stark angetrunken gewesen	31% (von n=934)	32% (von n=896)	28% (von n=5.393)	26% (von n=5.404)	31% (von n=5.901)	30% (von n=5.847)	27% (von n=1.229)	30% (von n=1.588)

In den letzten 4 Wochen vor der Befragung betrunken oder stark angetrunken gewesen	19% (von n=936)	21% (von n=898)	17% (von n=5.402)	16% (von n=5.413)	18% (von n=5.878)	18% (von n=5.802)	17% (von n=1.224)	19% (von n=1.576)
In den letzten 4 Wochen vor der Befragung „Binge-Drinking“ betrieben	23% (von n=935)	27% (von n=897)	19% (von n=5.398)	20% (von n=5.404)	22% (von n=5.902)	22% (von n=5.840)	20% (von n=1.229)	25% (von n=1.586)
Rauchen								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Geschlecht	M	J	M	J	M	J	M	J
Bereits Tabakzigaretten geraucht	32% (von n=936)	30% (von n=892)	30% (von n=5.394)	28% (von n=5.394)	19% (von n=5.879)	17% (von n=5.816)	19% (von n=1.229)	21% (von n=1.587)
Bereits mind. eine Tabakzigarette geraucht	18% (von n=936)	17% (von n=892)	37% (von n=5.411)	38% (von n=5.417)	12% (von n=5.879)	10% (von n=5.816)	10% (von n=1.229)	12% (von n=1.587)
Rauchen Tabakzigaretten zum Befragungszeitpunkt	16% (von n=934)	14% (von n=891)	14% (von n=5.386)	13% (von n=5.392)	8% (von n=5.869)	8% (von n=5.807)	8% (von n=1.229)	10% (von n=1.586)
Rauchen mind. wöchentlich Tabakzigaretten	11% (von n=934)	10% (von n=891)	10% (von n=5.386)	9% (von n=5.392)	5% (von n=5.869)	5% (von n=5.807)	5% (von n=1.229)	6% (von n=1.586)
Rauchen täglich Tabakzigaretten	7%	7%	6%	6%	3%	3%	3%	4%

	(von n=934)	(von n=891)	(von n=5.386)	(von n=5.392)	(von n= 5.869)	(von n=5.807)	(von n=1.229)	(von n=1.586)
Bereits E-Zigaretten geraucht	41% (von n=936)	37% (von n=893)	39% (von n=5.392)	34% (von n=5.385)	35% (von n=5.895)	28% (von n=5.843)	31% (von n=1.226)	30% (von n=1.589)
Rauchen E-Zigaretten zum Befragungszeit-punkt	21% (von n=935)	17% (von n=891)	19% (von n=5.381)	15% (von n=5.372)	17% (von n=5.888)	12% (von n=5.841)	13% (von n=1.226)	12% (von n=1.588)
Rauchen mind. wöchentlich E-Zigaretten	14% (von n=935)	11% (von n=891)	13% (von n=5.381)	10% (von n=5.372)	12% (von n=5.888)	9% (von n=5.841)	8% (von n=1.226)	8% (von n=1.588)
Rauchen täglich E-Zigaretten	7% (von n=934)	7% (von n=891)	7% (von n=5.381)	6% (von n=5.372)	7% (von n=5.888)	6% (von n=5.841)	5% (von n=1.226)	4% (von n=1.588)
Drogenkonsum								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Geschlecht	M	J	M	J	M	J	M	J
Bereits Cannabis konsumiert	8% (von n=935)	12% (von n=893)	7% (von n=5.382)	11% (von n=5.838)	9% (von n=5.879)	10% (von n=5.820)	6% (von n=1.228)	8% (von n=1.587)
Cannabiskonsum in den letzten 4 Wochen vor der Befragung	4% (von n=935)	6% (von n=891)	4% (von n=5.381)	6% (von n=5.377)	4% (von n=5.876)	5% (von n=5.819)	3% (von n=1.228)	4% (von n=1.587)

Bereits andere (harte) Drogen konsumiert	4% (von n=931)	6% (von n=886)	4% (von n=5.367)	6% (von n=5.383)	3% (von n=5.662)	4% (von n=5.594)	3% (von n=1.202)	4% (von n=1.556)
Soziale Medien und Gaming								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Geschlecht	M	J	M	J	M	J	M	J
Nutzen soziale Medien täglich mind. 3 Stunden	59% (von n=888)	54% (von n=855)	-	-	-	-	-	-
Problematische Nutzung sozialer Medien	23% (von n=892)	18% (von n=859)	25% (von n=5.186)	17% (von n=5.126)	20% (von n=5.764)	10% (von n=5.663)	21% (von n=1.202)	12% (von n=1.529)
Spielen Videospiele	50% (von n=893)	92% (von n=851)	46% (von n=5.180)	91% (von n=5.118)	49% (von n=5.782)	91% (von n=5.719)	42% (von n=1.200)	90% (von n=1.538)
Spielen (fast) täglich Videospiele	8% (von n=893)	44% (von n=851)	8% (von n=5.180)	42% (von n=5.118)	9% (von n=5.782)	36% (von n=5.719)	6% (von n=1.200)	34% (von n=1.538)
Spielen täglich mehr als 3 Stunden Videospiele	9% (von n=890)	41% (von n=849)	9% (von n=5.163)	40% (von n=5.099)	9% (von n=5.662)	30% (von n=5.496)	6% (von n=1.199)	32% (von n=1.536)
Problematische Nutzung von Videospielen	2%	11%	2%	10%	1%	5%	1%	7%

	(von n=890)	(von n=847)	(von n=5.169)	(von n=5.083)	(von n=5.758)	(von n=5.650)	(von n=1.198)	(von n=1.525)
--	----------------	----------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------

Anhang 1.3: Ergebnisse des Kreises Euskirchen und der Grenzregionen nach Klassenstufe

Ergebnisse des Kreises Euskirchen und der Grenzregionen nach Klassenstufe								
Teilnehmende Regionen	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Klassenstufe	8	10	8	10	8	10	8	10
Gesundheit und Wohlbefinden								
Einschätzung der eigenen Gesundheit als mittelmäßig bis (sehr) schlecht	23% (von n=1.079)	26% (von n=921)	23% (von n=5.795)	26% (von n=6.027)	18% (von n=6.575)	22% (von n=6.159)	18% (von n=1.564)	20% (von n=1.395)
Schlaf ist im Allgemeinen nicht so gut oder überhaupt nicht gut	26% (von n=1.078)	29% (von n=896)	26% (von n=5.783)	29% (von n=6.030)	22% (von n=6.372)	23% (von n=5.926)	22% (von n=1.563)	25% (von n=1.396)
Mentale Gesundheit								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Klassenstufe	8	10	8	10	8	10	8	10
Psychische Beschwerden (MHI-5)	38% (von n=1.054)	41% (von n=896)	37% (von n=5.634)	42% (von n=5.917)	28% (von n=6.509)	30% (von n=6.111)	31% (von n=1.550)	37% (von n=1.376)
Mind. einmalige Selbstmordgedanken innerhalb letzten 12 Monate vor der Befragung 2 Monate vor der Befragung	34% (von n=958)	35% (von n=843)	31% (von n=5.029)	34% (von n=5.532)	24% (von n=5.912)	22% (von n=5.727)	29% (von n=1.469)	27% (von n=1.304)

Normalerweise (sehr) unglücklich	10% (von n=1.063)	14% (von n=899)	9% (von n=5.688)	11% (von n=5.956)	5% (von n=6.541)	6% (von n=6.131)	7% (von n=1.550)	7% (von n=1.382)
In den letzten 4 Wochen vor der Befragung...								
...mind. manchmal einsam gefühlt	37% (von n=1.044)	43% (von n=896)	35% (von n=5.570)	45% (von n=5.889)	30% (von n=6.464)	32% (von n=6.068)	32% (von n=1.544)	39% (von n=1.367)
...oft oder (fast) immer einsam gefühlt	17% (von n=1.044)	19% (von n=896)	15% (von n=5.570)	19% (von n=5.889)	10% (von n=6.464)	11% (von n=6.068)	11% (von n=1.544)	16% (von n=1.367)
Mobbing								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Klassenstufe	8	10	8	10	8	10	8	10
In den letzten 3 Monaten vor der Befragung...								
...in der Schule gemobbt	32% (von n=1.008)	28% (von n=875)	28% (von n=5.305)	26% (von n=5.746)	18% (von n=6.148)	12% (von n=5.879)	17% (von n=1.508)	13% (von n=1.342)
...wöchentlich in der Schule gemobbt	11% (von n=1.008)	9% (von n=875)	10% (von n=5.305)	8% (von n=5.746)	6% (von n=6.148)	4% (von n=5.879)	5% (von n=1.508)	4% (von n=1.342)
...über Internet oder soziale Medien gemobbt	13% (von	11% (von	12% (von	11% (von	11% (von	7% (von	11% (von	7% (von

	n=1.008)	n=876)	n=5.294)	n=5.740)	n=6.144)	n=5.885)	n=1.509)	n=1.341)
...wöchentlich über Internet oder soziale Medien gemobbt	3% (von n=1.008)	2% (von n=876)	3% (von n=5.294)	3% (von n=5.740)	2% (von n=6.144)	1% (von n=5.885)	2% (von n=1.509)	1% (von n=1.341)
Nacktfotos/-videos wurden gegen den eigenen Willen versendet	6% (von n=1.010)	7% (von n=876)	5% (von n=5.302)	6% (von n=5.742)	2% (von n=6.105)	2% (von n=5.853)	3% (von n=1.509)	3% (von n=1.340)
Mind. einmal über soziale Medien sexuell belästigt worden	34% (von n=929)	44% (von n=824)	-	-	-	-	-	-
Schwierigkeiten bei Belästigung um Hilfe zu fragen	24% (von n=950)	21% (von n=842)	22% (von n=4.980)	23% (von n=5.525)	19% (von n=5.914)	17% (von n=5.736)	25% (von n=1.463)	22% (von n=1.299)
Stehen bei Beschimpfung, Beleidung oder Bedrohung nicht für sich selbst ein	13% (von n=951)	11% (von n=842)	12% (von n=4.980)	11% (von n=5.519)	9% (von n=5.931)	8% (von n=5.732)	11% (von n=1.459)	10% (von n=1.305)
Stress								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Klassenstufe	8	10	8	10	8	10	8	10
(Sehr) oft gestresst durch...								
...mind. einen der o.g. Faktoren	63% (von	66% (von	59% (von	68% (von	51% (von	53% (von	53% (von	60% (von

	n=1.017)	n=880)	n=5.378)	n=5.775)	n=6.150)	n=5.864)	n=1.514)	n=1.346)
...Schule oder Hausaufgaben	46% (von n=1.025)	48% (von n=881)	43% (von n=5.430)	51% (von n=5.808)	36% (von n=6.251)	36% (von n=5.931)	39% (von n=1.524)	44% (von n=1.349)
...alles, was sie zu tun haben	33% (von n=1.019)	38% (von n=880)	31% (von n=5.373)	40% (von n=5.775)	31% (von n=6.199)	33% (von n=5.913)	27% (von n=1.516)	35% (von n=1.347)
...die Vorstellung, was andere von ihnen halten	31% (von n=1.020)	32% (von n=880)	29% (von n=5.389)	31% (von n=5.785)	24% (von n=6.210)	22% (von n=5.902)	25% (von n=1.518)	27% (von n=1.350)
...die eigenen Probleme	26% (von n=1.015)	30% (von n=880)	23% (von n=5.375)	31% (von n=5.774)	18% (von n=6.208)	19% (von n=5.907)	17% (von n=1.513)	23% (von n=1.345)
...die häusliche Situation	19% (von n=1.014)	23% (von n=877)	17% (von n=5.393)	23% (von n=5.770)	12% (von n=6.161)	13% (von n=5.843)	14% (von n=1.517)	16% (von n=1.352)
Schwierigkeiten mit stressigen Ereignissen umzugehen	29% (von n=1.041)	27% (von n=895)	28% (von n=5.533)	28% (von n=5.872)	32% (von n=6.423)	27% (von n=6.037)	33% (von n=1.540)	31% (von n=1.364)
Leistungsdruck								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Klassenstufe	8	10	8	10	8	10	8	10

Regelmäßig oder oft unter Druck...								
...die eigenen Erwartungen zu erfüllen	24% (von n=1.017)	36% (von n=877)	26% (von n=5.341)	39% (von n=5.764)	28% (von n=6.167)	32% (von n=5.900)	24% (von n=1.504)	32% (von n=1.344)
...die Erwartungen anderer zu erfüllen	25% (von n=1.020)	27% (von n=878)	23% (von n=5.341)	28% (von n=5.756)	20% (von n=6.162)	23% (von n=5.898)	20% (von n=1.509)	26% (von n=1.345)
...die Erwartungen von meinen Eltern zu erfüllen	16% (von n=1.016)	20% (von n=877)	14% (von n=5.317)	19% (von n=5.738)	12% (von n=6.131)	15% (von n=5.883)	13% (von n=1.506)	17% (von n=1.343)
...die Erwartungen von Lehrenden/ Schule zu erfüllen	15% (von n=1.016)	17% (von n=877)	13% (von n=5.317)	17% (von n=5.738)	10% (von n=6.131)	12% (von n=5.883)	10% (von n=1.506)	14% (von n=1.343)
...die Erwartungen von Freundinnen und Freunden zu erfüllen	12% (von n=1.016)	11% (von n=877)	10% (von n=5.317)	11% (von n=5.738)	8% (von n=6.131)	8% (von n=5.883)	8% (von n=1.506)	9% (von n=1.343)
Sorgen								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Klassenstufe	8	10	8	10	8	10	8	10
Sorgen um...								
...mind. der o.g. Krisensituationen	51% (jeweils	54% (jeweils	51% (jeweils	54% (jeweils	40% (jeweils	42% (jeweils	44% (jeweils	45% (jeweils

	von n=897)	von n=797)	von n=4.638)	von n=5.240)	von n=5.474)	von n=5.385)	von n=1.393)	von n=1.275)
...die finanziellen Probleme der Familie	27%	32%	24%	31%	18%	22%	22%	26%
...die Klimakrise	18%	21%	20%	22%	16%	20%	20%	19%
...den Ukrainekrieg	19%	18%	20%	17%	13%	12%	16%	13%
...die Energiekrise	11%	16%	12%	14%	7%	9%	9%	9%
...die Coronakrise	5%	3%	6%	4%	3%	2%	5%	2%
Wenig bis kein Vertrauen in die eigene Zukunft	28% (von n=1.045)	29% (von n=895)	28% (von n=5.561)	28% (von n=5.890)	14% (von n=6.482)	13% (von n=6.099)	18% (von n=1.544)	20% (von n=1.373)
Nicht ausreichend resilient	24% (von n=958)	16% (von n=842)	22% (von n=5.009)	19% (von n=5.536)	15% (von n=5.933)	11% (von n=5.756)	18% (von n=1.460)	16% (von n=1.300)
Soziale Unterstützung								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Klassenstufe	8	10	8	10	8	10	8	10
Können sich bei Problemen an jdm. wenden	86% (von n=983)	88% (von n=877)	88% (von n=5.141)	89% (von n=5.620)	95% (von n=6.001)	96% (von n=5.785)	92% (von n=1.478)	91% (von n=1.323)
Können sich bei Problemen an folgende Personen wenden...								
...die Eltern/Erziehungsberechtigten	65% (von	67% (von	68% (von	68% (von	80% (von	79% (von	73% (von	72% (von

	n=983)	n=861)	n=5.141)	n=5.620)	n=6.001)	n=5.785)	n=1.478)	n=1.323)
...meine Freundinnen und Freunde	59% (von n=983)	67% (von n=861)	59% (von n=5.141)	65% (von n=5.620)	61% (von n=6.001)	69% (von n=5.785)	57% (von n=1.378)	64% (von n=1.323)
...Erwachsene in der Schule	7% (von n=983)	7% (von n=861)	9% (von n=5.141)	9% (von n=5.620)	17% (von n=6.001)	16% (von n=5.785)	9% (von n=1.399)	8% (von n=1.256)
Hohe soziale Unterstützung durch Freundinnen und Freunde	35% (von n=973)	34% (von n=861)	36% (von n=5.119)	36% (von n=5.604)	50% (von n=5.730)	52% (von n=5.474)	44% (von n=1.477)	47% (von n=1.318)
Schule								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Klassenstufe	8	10	8	10	8	10	8	10
Gefällt es nicht so gut oder überhaupt nicht	21% (von n=1.040)	25% (von n=894)	20% (von n=5.554)	23% (von n=5.884)	20% (von n=6.443)	21% (von n=6.064)	16% (von n=1.542)	20% (von n=1.365)
Finden es sinnlos zur Schule zu gehen	17% (von n=1.042)	17% (von n=888)	16% (von n=5.532)	15% (von n=5.864)	22% (von n=6.247)	23% (von n=5.848)	20% (von n=1.366)	18% (von n=1.539)
Mind. eine Unterrichtsstunde in den letzten 4 Wochen vor der Befragung geschwänzt	16% (von n=1.034)	19% (von n=889)	14% (von n=5.498)	19% (von n=5.839)	10% (von n=6.188)	15% (von n=5.866)	6% (von n=1.534)	13% (von n=1.361)

Denken, dass LGBTQ+ -Jugendliche dies allen an der Schule erzählen können	8% (von n=1.026)	7% (von n=887)	9% (von n=5.457)	10% (von n=5.839)	9% (von n=6.316)	10% (von n=5.965)	9% (von n=1.529)	8% (von n=1.358)
Körperliche Gesundheit								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Klassenstufe	8	10	8	10	8	10	8	10
Bereits Geschlechtsverkehr gehabt	11% (von n=946)	20% (von n=821)	-	-	-	-	-	-
Körpergewicht								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Klassenstufe	8	10	8	10	8	10	8	10
(Starkes) Übergewicht	19% (von n=859)	17% (von n=743)	18% (von n=4.678)	18% (von n=5.078)	8% (von n=5.408)	11% (von n=4.998)	13% (von n=1.353)	15% (von n=1.236)
(Starkes) Untergewicht	10% (von n=859)	9% (von n=743)	13% (von n=4.678)	9% (von n=5.078)	19% (von n=5.408)	10% (von n=4.998)	15% (von n=1.353)	12% (von n=1.236)
Gesundes Gewicht, fühlen sich aber zu dick	32% (von n=603)	25% (von n=549)	28% (von n=3.253)	24% (von n=3.705)	26% (von n=3.920)	21% (von n=3.912)	26% (von n=966)	25% (von n=892)
Gesundes Gewicht, fühlen sich aber zu dünn	11%	17%	12%	18%	7%	12%	9%	16%

	(von n=603)	(von n=549)	(von n=3.253)	(von n=3.705)	(von n=3.920)	(von n=3.912)	(von n=966)	(von n=892)
Lebensstilfaktoren								
Bewegung und Ernährung								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Klassenstufe	8	10	8	10	8	10	8	10
Mind. eine Stunde Bewegung täglich	10% (von n=1.024)	12% (von n=883)	12% (von n=5.409)	14% (von n=5.779)	13% (von n=6.277)	17% (von n=5.934)	7% (von n=1.411)	5% (von n=1.199)
Wöchentlich Sport im Sportstudio oder Verein	68% (von n=1.022)	67% (von n=885)	69% (von n=5.456)	68% (von n=5.829)	80% (von n=6.310)	75% (von n=5.956)	76% (von n=1.530)	75% (von n=1.357)
Trinken Energy Drinks...	37% (von n=1.014)	46% (von n=878)	34% (von n=5.329)	44% (von n=5.767)	28% (von n=5.978)	38% (von n=5.683)	30% (von n=1.515)	33% (von n=1.344)
...an max. einem Tag pro Woche	77% (von n=1.014)	68% (von n=878)	79% (von n=5.329)	72% (von n=5.767)	83% (von n=5.978)	76% (von n=5.683)	83% (von n=1.515)	80% (von n=1.344)
Trinken max. eine Dose Energy Drink pro Tag	89% (von n=1.009)	87% (von n=874)	90% (von n=5.309)	89% (von n=5.754)	92% (von n=5.937)	88% (von n=5.661)	92% (von n=1.510)	93% (von n=1.342)
Trinken täglich zuckerhaltige Getränke	21%	25%	21%	22%	28%	31%	22%	24%

	(von n=1.015)	(von n=879)	(von n=5.349)	(von n=5.771)	(von n=5.603)	(von n=5.696)	(von n=1.516)	(von n=1.346)
Tägliches Frühstück	43% (von n=1.022)	41% (von n=879)	47% (von n=5.267)	41% (von n=5.768)	56% (von n=6.031)	48% (von n=5.709)	52% (von n=1.515)	45% (von n=1.346)
Täglich Obst	36% (von n=1.013)	30% (von n=880)	36% (von n=5.355)	29% (von n=5.767)	30% (von n=5.966)	24% (von n=5.674)	33% (von n=1.514)	25% (von n=1.346)
Täglich Gemüse	33% (von n=1.007)	34% (von n=879)	35% (von n=5.333)	35% (von n=5.771)	44% (von n=6.010)	43% (von n=5.691)	21% (von n=1.514)	16% (von n=1.345)
Suchtmittelkonsum								
Alkoholkonsum								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Klassenstufe	8	10	8	10	8	10	8	10
Bereits Alkohol getrunken (mind. ein paar Schlucke)	58% (von n=1.004)	81% (von n=876)	51% (von n=5.293)	72% (von n=5.739)	53% (von n=6.120)	75% (von n=5.878)	54% (von n=1.507)	76% (von n=1.342)
Bereits mind. ein Glas Alkohol getrunken	27% (von n=1.004)	65% (von n=876)	19% (von n=5.293)	54% (von n=5.739)	18% (von n=6.120)	57% (von n=5.878)	21% (von n=1.507)	58% (von n=1.342)
Erhalten Alkohol von... (Mehrfachantworten möglich)	Jeweils	Jeweils	Jeweils	Jeweils	Jeweils	Jeweils	Jeweils	Jeweils

	von n=236	von n=552	von n=892	von n=3.001	von n=1.032	von n=3.179	von n=290	von n=746
...Eltern bzw. Erziehungsberechtigten	56%	49%	47%	44%	56%	46%	45%	40%
...Freundinnen und Freunden oder Bekannten	40%	52%	39%	52%	35%	51%	31%	43%
Kaufen sich den Alkohol selbst	10%	34%	13%	34%	5%	21%	29%	35%
Meinung der Eltern zum Alkoholkonsum ihres Kindes...	Jeweils von n=253	Jeweils von n=558	Jeweils von n=954	Jeweils von n=3.066	Jeweils von n=1.124	Jeweils von n=3.300	Jeweils von n=308	Jeweils von n=765
...akzeptieren ihn	32%	58%	29%	54%	23%	43%	36%	38%
...raten davon ab	21%	16%	19%	17%	29%	24%	22%	23%
...wissen nichts davon	20%	8%	24%	10%	15%	8%	16%	8%
...Kind soll weniger trinken	9%	8%	8%	8%	10%	9%	7%	7%
...sagen nichts dazu	11%	7%	10%	8%	18%	15%	13%	22%
...verbieten es	8%	3%	9%	3%	6%	3%	6%	2%
In den letzten 4 Wochen vor der Befragung Alkohol getrunken	23% (von n=1.001)	56% (von n=874)	18% (von n=5.276)	48% (von n=5.732)	17% (von n=6.092)	49% (von n=5.853)	20% (von n=1.507)	52% (von n=1.338)
Bereits betrunken oder stark angetrunken gewesen	16% (von n=1.001)	51% (von n=873)	12% (von n=5.273)	42% (von n=5.723)	14% (von n=6.090)	48% (von n=5.841)	16% (von n=1.506)	43% (von n=1.337)
In den letzten 4 Wochen vor der Befragung betrunken								

oder stark angetrunken gewesen	8% (von n=1.008)	34% (von n=870)	6% (von n=5.292)	26% (von n=5.723)	5% (von n=6.089)	31% (von n=5.772)	8% (von n=1.498)	29% (von n=1.328)
In den letzten 4 Wochen vor der Befragung „Binge-Drinking“ betrieben	10% (von n=1.003)	43% (von n=873)	7% (von n=5.279)	32% (von n=5.725)	8% (von n=6.087)	36% (von n=5.837)	11% (von n=1.504)	36% (von n=1.337)
Rauchen								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Klassenstufe	8	10	8	10	8	10	8	10
Bereits Tabakzigaretten geraucht	25% (von n=1.002)	39% (von n=871)	21% (von n=5.272)	37% (von n=5.714)	10% (von n=6.064)	28% (von n=5.816)	15% (von n=1.505)	26% (von n=1.338)
Bereits mind. eine Tabakzigarette geraucht	11% (von n=1.002)	25% (von n=871)	9% (von n=5.272)	21% (von n=5.714)	5% (von n=6.064)	17% (von n=5.816)	7% (von n=1.505)	15% (von n=1.338)
Rauchen Tabakzigaretten zum Befragungszeitpunkt	10% (von n=1.003)	21% (von n=871)	9% (von n=5.264)	18% (von n=5.711)	4% (von n=6.058)	12% (von n=5.802)	7% (von n=1.504)	11% (von n=1.338)
Rauchen mind. wöchentlich Tabakzigaretten	7% (von n=999)	16% (von n=871)	6% (von n=5.264)	13% (von n=5.711)	3% (von n=6.058)	8% (von n=5.802)	5% (von n=1.504)	6% (von n=1.338)
Rauchen täglich Tabakzigaretten	4% (von n=999)	11% (von n=871)	4% (von n=5.264)	9% (von n=5.711)	2% (von n=6.058)	4% (von n=5.802)	3% (von n=1.504)	4% (von n=1.338)

	n=999)	n=871)	n=5.264)	n=5.711)	n=6.058)	n=5.802)	n=1.504)	n=1.338)
Bereits E-Zigaretten geraucht	30% (von n=1.002)	49% (von n=872)	27% (von n=5.268)	46% (von n=5.709)	23% (von n=6.087)	41% (von n=5.833)	22% (von n=1.505)	40% (von n=1.337)
Rauchen E-Zigaretten zum Befragungszeitpunkt	14% (von n=999)	26% (von n=872)	12% (von n=5.252)	23% (von n=5.700)	9% (von n=6.080)	20% (von n=5.831)	9% (von n=1.505)	17% (von n=1.336)
Rauchen mind. wöchentlich E-Zigaretten	8% (von n=999)	18% (von n=872)	7% (von n=5.252)	15% (von n=5.700)	6% (von n=6.080)	15% (von n=5.831)	5% (von n=1.505)	12% (von n=1.336)
Rauchen täglich E-Zigaretten	5% (von n=999)	11% (von n=872)	4% (von n=5.252)	9% (von n=5.700)	4% (von n=6.080)	10% (von n=5.831)	3% (von n=1.505)	7% (von n=1.336)
Drogenkonsum								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Klassenstufe	8	10	8	10	8	10	8	10
Bereits Cannabis konsumiert	5% (von n=1.001)	15% (von n=872)	5% (von n=5.261)	14% (von n=5.703)	3% (von n=6.076)	15% (von n=5.806)	4% (von n=1.503)	11% (von n=1.339)
Cannabiskonsum in den letzten 4 Wochen vor der Befragung	3% (von n=1.000)	8% (von n=871)	3% (von n=5.257)	7% (von n=5.698)	2% (von n=6.075)	8% (von n=5.803)	2% (von n=1.503)	6% (von n=1.339)

Bereits andere (harte) Drogen konsumiert	5% (von n=994)	7% (von n=868)	3% (von n=5.239)	6% (von n=5.684)	2% (von n=5.879)	5% (von n=5.558)	3% (von n=1.470)	4% (von n=1.311)
Soziale Medien und Gaming								
Teilnehmende Region	Kreis Euskirchen		Deutschland		Niederlande		Belgien	
Klassenstufe	8	10	8	10	8	10	8	10
Nutzen soziale Medien täglich mind. 3 Stunden	54% (von n=953)	61% (von n=831)	-	-	-	-	-	-
Problematische Nutzung sozialer Medien	23% (von n=954)	19% (von n=837)	21% (von n=4.987)	22% (von n=5.509)	16% (von n=5.886)	14% (von n=5.714)	14% (von n=1.456)	18% (von n=1.300)
Spielen Videospiele	74% (von n=954)	67% (von n=830)	73% (von n=4.978)	65% (von n=5.505)	76% (von n=5.922)	64% (von n=5.760)	73% (von n=1.459)	65% (von n=1.303)
Spielen (fast) täglich Videospiele	27% (von n=954)	25% (von n=830)	28% (von n=4.978)	23% (von n=5.505)	27% (von n=5.922)	18% (von n=5.760)	24% (von n=1.459)	20% (von n=1.303)
Spielen täglich mehr als 3 Stunden Videospiele	28% (von n=952)	23% (von n=827)	26% (von n=4.963)	23% (von n=5.484)	21% (von n=5.737)	18% (von n=5.594)	22% (von n=1.458)	19% (von n=1.301)
Problematische Nutzung von Videospielen	8%	6%	7%	6%	4%	3%	5%	5%

	(von n=950)	(von n=826)	(von n=4.949)	(von n=5.486)	(von n=5.860)	(von n=5.714)	(von n=1.415)	(von n=1.296)
--	----------------	----------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	------------------

Anhang 2: Auswahl an Unterstützungs- und Beratungsangeboten

Auswahl an Unterstützungs- und Beratungsangeboten für Jugendliche (und Angehörige) vor Ort und im Internet

Allgemeine Beratung zu verschiedenen Themen und Chاتفunktion für Jugendliche

Internetseite: <https://jugend.bke-beratung.de/views/home/index.html>

Themenspezifische Angebote

Schulprobleme

Schulpsychologische Beratungsstelle für den Kreis Euskirchen, Am Schwalbenberg 5, 53879 Euskirchen

Internetseite: <https://www.kreis-euskirchen.de/themen/familie-bildung-integration/schulverwaltung/themen-projekte/schulpsychologische-beratungsstelle/>
E-Mail: schulpsychologie@kreis-euskirchen.de

Erziehungs- und Familienberatungsstelle des Kreises Euskirchen, Am Schwalbenberg 5, 53879 Euskirchen

Internetseite: <https://www.kreis-euskirchen.de/themen/familie-bildung-integration/jugend-familie/themen-projekte/erziehungsberatung/>
E-Mail: familienberatung@kreis-euskirchen.de

Abt. Jugend und Familie des Kreises Euskirchen, Jülicher Ring 32, 53879 Euskirchen

Internetseite: <https://www.kreis-euskirchen.de/themen/familie-bildung-integration/jugend-familie/>
E-Mail: jugendamt@kreis-euskirchen.de

Wellenbrecher e.V., Frauenberger Str. 152, 53879 Euskirchen

Verschiedene Angebote u. a. für Jugendliche (u. a. zur Gewaltprävention)
Internetseite: <https://wellenbrecher.de/>
Tel (02251) 14965-0
E-mail: info.EU@wellenbrecher.de

Unterstützung bei Integration, Mobbing, Verhaltensschwierigkeiten, Gewaltprävention

Internetseite: <https://schulpsychologie.nrw.de/schuelerinnen-und-schueler/index.html>

Psychische Gesundheit

Kinder- und Jugendtelefon (Mo-Sa 14-20 Uhr)

„Die Nummer gegen Kummer“: 0800-1110333 oder 0800-116111

Telefonseelsorge: 0800-1110111 oder 0800-1110222

Unterstützung für alle am Schulleben Beteiligten:

Internetseite: <https://schulpsychologie.nrw.de/schulpsychologie-unterstuetzt/...-familien/index.html>

Was Dich stark macht

Internetseite: <https://www.irsinnig-menschlich.de/hilfe/jugendliche-was-dich-stark-macht/>

Dein Kinder- und Jugendarzt oder Dein Hausarzt hilft Dir auch gerne weiter.

Gute Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner sind auch Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeiter oder Schulpsychologinnen und Schulpsychologen.

Internetseite: <https://www.kreis-euskirchen.de/themen/familie-bildung-integration/jugend-familie/themen-projekte/schulsozialarbeit-des-kreises-euskirchen/>

Für Kinder und Jugendliche psychisch- oder suchtkranker Eltern:

Regenbogengruppen der Caritas, Freio Euskirchen (ab 12 Jahren), Kapellenstr.14, 53879 Euskirchen

Internetseite: https://caritas.erzbistum-koeln.de/euskirchen_cv/unsere-hilfen/sucht/kinderprojekt-freio/

Sozialpsychiatrisches Zentrum (SPZ) (8-14 Jahre), Gemünder Str. 40, 53937 Schleiden

Internetseite: <https://www.caritas-eifel.de/>

Weitere Internetseiten:

www.kidkit.de

<https://www.netz-und-boden.de/>

<https://www.pausentaste.de/>

<https://nacoa.de/>

Beratung und Hilfe bei Problemen mit Alkohol, Tabak, Drogen oder Medienkonsum

Suchtberatungs- und Behandlungsstelle des Caritasverbandes für das Kreisdekanat Euskirchen e. V., Kapellenstraße 14, 53879 Euskirchen

E-Mail: suchtberatung@caritas-eu.de

Alkoholkonsum

Internetseiten:

www.null-alkohol-voll-power.de

<http://www.drugcom.de/drogen/alles-ueber-alkohol/>

<https://www.kenn-dein-limit.info/>

Tabakkonsum

Internetseiten:

<http://www.rauch-frei.info/>

<http://www.drugcom.de/drogen/alles-ueber-nikotin/>

Drogenkonsum

Internetseite: <http://www.drugcom.de/>

Medienkonsum und Mobbing in den Medien

Infoportal für Mediennutzung & Medienkompetenz

Internetseite: <http://www.ins-netz-gehen.de/>

Informationen und Angebote zu einer sicheren, kompetenten und selbstbestimmten Internetnutzung

Internetseite: <https://www.klicksafe.de/jugendbereich/klicksafe-fuer-jugendliche/>

Sexualität

Aids/HIV-Test und Beratung im Gesundheitsamt des Kreises Euskirchen, Jülicher Ring 32, 53879 Euskirchen

Internetseite: <https://serviceportal.kreis-euskirchen.de/suche/-/vr-bis-detail/dienstleistung/592805/show>
E-Mail: sti@kreis-euskirchen.de

Beratungsstelle bei Fragen zu Schwangerschaft, Sexualität, Partnerschaft oder Eltern-sein pro familia

Internetseite: <https://www.profamilia.de//index.php?id=1>

donum vitae im Kreis Euskirchen e.V.

Internetseite: <https://www.donum-vitae-eu.de/beratungsangebot/beratung>

Frauenberatungsstelle, Beratungsstelle für Schwangerschaftskonflikte und Familienplanung, Schutzhaus für Frauen und Kinder:

Frauen helfen Frauen e.V. im Kreis Euskirchen, Gerberstraße 49, 53879 Euskirchen
Internetseite: <https://frauen-helfen-frauen.eu/>
E-Mail: fbst@frauen-helfen-frauen.eu

Beratungsangebot bei Fragen über sexuelle Gesundheit:

Caritasverband für das Kreisdekanat Euskirchen e. V., Kapellenstraße 14, 53879 Euskirchen
Internetseite: www.caritas-eu.de

Jugendportal der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) zu Sexualität, Verhütung, Gefühle, die Entwicklung deines Körpers und mehr:

Internetseite: www.loveline.de

Beratung bei Fragen rund um sexuelle Gesundheit, um sexuelle Orientierungen und Geschlechtsidentitäten, um Safer Sex und sexuell übertragbare Infektionen (STI)

Internetseite: <https://www.liebesleben.de/>

Beratung & Unterstützung für Isbtiq+ Kinder, Jugendliche & junge Erwachsene sowie Fachkräfte aus der Jugendförderung in Köln zu Fragen über die geschlechtliche Identität oder sexuelle Orientierung

Internetseite: <https://www.anyway-koeln.de/>

Ernährung

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Internetseite: <http://www.bzga-essstoerungen.de/>

Bewegung, Sport

KreisSportBund Euskirchen e.V.

Internetseite: <https://www.ksb-euskirchen.de/seite/310541/sportjugend.html>