

Sombrowski, Lena

Article

Das mentale Wohlbefinden junger Menschen in Deutschland hat sich verschlechtert

ifo Dresden berichtet

Provided in Cooperation with:

Ifo Institute – Leibniz Institute for Economic Research at the University of Munich

Suggested Citation: Sombrowski, Lena (2024) : Das mentale Wohlbefinden junger Menschen in Deutschland hat sich verschlechtert, ifo Dresden berichtet, ISSN 0945-5922, ifo Institut für Wirtschaftsforschung, Niederlassung Dresden, Dresden, Vol. 31, Iss. 5, pp. 17-19

This Version is available at:

<https://hdl.handle.net/10419/306494>

Standard-Nutzungsbedingungen:

Die Dokumente auf EconStor dürfen zu eigenen wissenschaftlichen Zwecken und zum Privatgebrauch gespeichert und kopiert werden.

Sie dürfen die Dokumente nicht für öffentliche oder kommerzielle Zwecke vervielfältigen, öffentlich ausstellen, öffentlich zugänglich machen, vertreiben oder anderweitig nutzen.

Sofern die Verfasser die Dokumente unter Open-Content-Lizenzen (insbesondere CC-Lizenzen) zur Verfügung gestellt haben sollten, gelten abweichend von diesen Nutzungsbedingungen die in der dort genannten Lizenz gewährten Nutzungsrechte.

Terms of use:

Documents in EconStor may be saved and copied for your personal and scholarly purposes.

You are not to copy documents for public or commercial purposes, to exhibit the documents publicly, to make them publicly available on the internet, or to distribute or otherwise use the documents in public.

If the documents have been made available under an Open Content Licence (especially Creative Commons Licences), you may exercise further usage rights as specified in the indicated licence.

Lena Sombrowski*

Das mentale Wohlbefinden junger Menschen in Deutschland hat sich verschlechtert

Das mentale Wohlbefinden junger Menschen aus den USA und dem Vereinigten Königreich scheint sich in den letzten Jahren verschlechtert zu haben. Unsere Untersuchungen zeigen, dass ähnliche Entwicklungen auch in Deutschland zu beobachten sind. Dazu wurden Daten des Sozio-ökonomischen Panels (SOEP) aus verschiedenen Jahren ausgewertet. Aktuelle Zahlen verdeutlichen, dass auch in Deutschland am häufigsten die jüngsten Altersgruppen von einem niedrigen mentalen Wohlbefinden betroffen sind. Ein Vergleich mit früheren Daten zeigt, dass der Anteil Betroffener in der jüngsten Altersgruppe gestiegen ist, während er in älteren Altersgruppen leicht zurückgegangen ist.

JUNGE MENSCHEN IN DEN USA UND DEM VEREINIGTEN KÖNIGREICH SIND IN DEN LETZTEN 15 JAHREN UNGLÜCKLICHER GEWORDEN

Das ist das Ergebnis eines neuen Forschungspapiers von David Blanchflower et al. (2024a). Die Autor*innen untersuchen, wie sich die subjektive Wahrnehmung von niedrigem mentalem Wohlbefinden (ill-being) innerhalb verschiedener Altersgruppen in den letzten Jahren verändert hat. Ill-being und unhappiness werden in englischsprachigen Beiträgen häufig synonym verwendet, passende deutsche Übersetzungen könnten Unwohlsein oder Niedergeschlagenheit sein. Dieser Artikel orientiert sich an der englischsprachigen Literatur und verwendet im Folgenden den englischen Fachbegriff ill-being. Zu ill-being gehören unter anderem eine schlechte mentale Gesundheit, Einsamkeit oder Ängste (Blanchflower 2020). Für die Messung wird auf Befragungen von Individuen zurückgegriffen, die selbst einschätzen, wie häufig sie in einem bestimmten Zeitraum unter einem der Symptome von ill-being gelitten haben.

In früheren Untersuchungen zeigte sich typischerweise ein invers-u-förmiger Zusammenhang zwischen Alter und ill-being. Das bedeutet, dass das negative Empfinden mit zunehmendem Alter zuerst anstieg und nach einem Höchststand im mittleren Alter wieder abnahm. Dieser Zusammenhang scheint sich in den letzten Jahren in den USA und im Vereinigten Königreich verändert zu haben. Das ill-being hat sich bei jungen Menschen deutlich erhöht, so dass es nun mit dem Alter monoton abnimmt (Blanchflower et al. 2024a). Lässt sich eine solche Veränderung im ill-being auch in Deutschland beobachten?

DARSTELLUNG DER ENTWICKLUNG DES ILL-BEING IN DEUTSCHLAND MIT SOEP-DATEN

In diesem Artikel wird die Entwicklung des ill-Being in Deutschland mit SOEP-Daten dargestellt. Das Sozio-ökonomische Panel (SOEP) ist eine Panel-Studie des DIW Berlin, bei der jährlich rund 30000 Menschen in Deutschland befragt werden. In Zweijahres-Abständen werden dabei auch Fragen zur (mental)en Gesundheit gestellt. Für diesen Beitrag wird die folgende Frage als Messvariable von ill-being verwendet: „Bitte denken Sie

einmal an die letzten vier Wochen. Wie oft kam es in dieser Zeit vor, dass Sie sich niedergeschlagen oder trübsinnig fühlten?“, (SOEP, 2023).

Dabei werden Personen, die mit „oft“ oder „immer“ antworten, zu denen gezählt, die von ill-being betroffen sind.¹ Blanchflower et al. (2024a) nutzen in ihrem Beitrag Daten aus Befragungen von Privathaushalten in den USA und dem Vereinigten Königreich sowie Ergebnisse aus dem internationalen Global Mind Project.² Die exakten Ergebnisse verwendeten Fragestellungen weichen aufgrund der unterschiedlichen Datenquellen in den verschiedenen Studien etwas voneinander ab. Die SOEP-Frage ist jedoch recht nah an der für die US-Studie genutzten Frage: „Now thinking about your mental health, which includes stress, depression, and problems with emotions, for how many days during the past 30 days was your mental health not good?“, (Blanchflower et al. 2024a). Blanchflower et al. (2024a) wählen als Beobachtungszeitraum für den derzeitigen Trend 2019 bis 2022 für die USA und 2019 bis 2021 bzw. 2018 bis 2021 für das Vereinigte Königreich. Als Vergleichszeiträume werden frühere Beobachtungsjahre ab 1993 verwendet.³ Da die für diesen Artikel ausgewählte Frage nur in geraden Jahren im kompletten Sample des SOEP abgefragt wird, betrachtet dieser Artikel die Jahre 2018 und 2020.

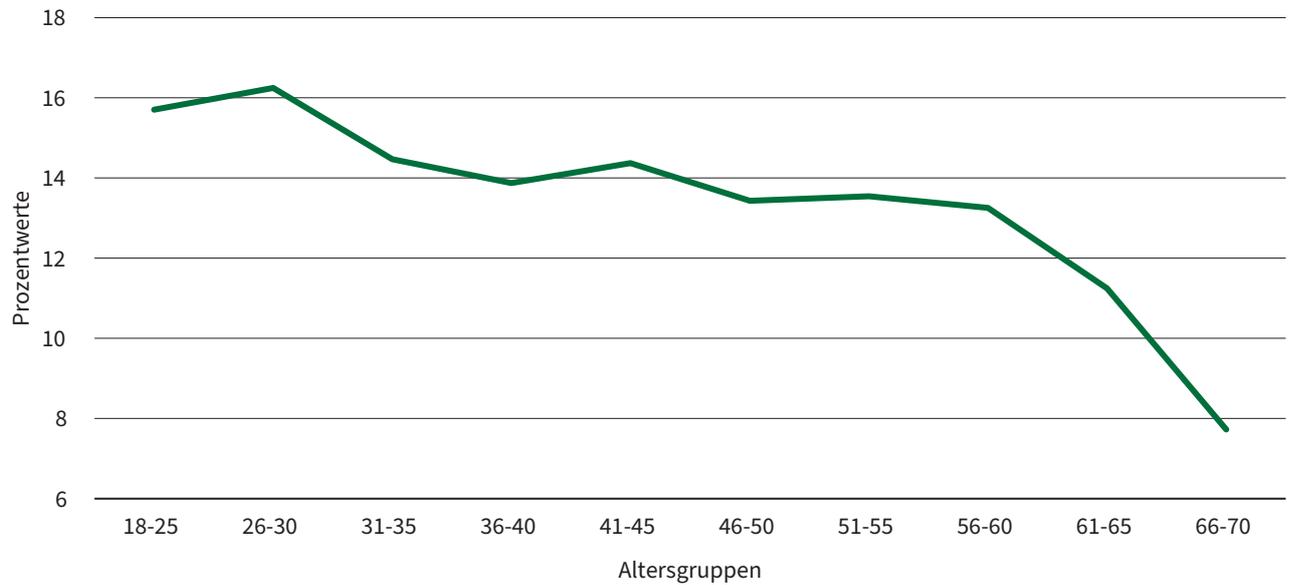
JUNGE MENSCHEN AM HÄUFIGSTEN VON ILL-BEING BETROFFEN

Auch in Deutschland leiden junge Menschen am häufigsten unter ill-being. Abbildung 1 zeigt, welcher Prozentsatz von Personen einer Altersgruppe die Frage nach Niedergeschlagenheit in den letzten vier Wochen in den Jahren 2018 und 2020⁴ mit oft oder immer beantwortet haben. Der Höhepunkt des Graphens befindet sich in der Altersgruppe der 26- bis 30-Jährigen. Mit dem Alter nimmt die Häufigkeit des ill-being ab; den geringsten Wert weist die Gruppe der 66- bis 70-Jährigen auf. Die Betrachtung von Individuen älter als 70 Jahre erfolgt nicht, da ab etwa diesem Alter typischerweise Auswirkungen chroni-

* Lena Sombrowski war zum Zeitpunkt des Erstellens dieses Beitrages Praktikantin an der Niederlassung Dresden des ifo Instituts – Leibniz-Institut für Wirtschaftsforschung an der Universität München e. V.

Abb. 1

Niedergeschlagenheit der letzten vier Wochen (in % je Altersgruppen mit der Antwort *oft* oder *immer*), **SOEP-Daten 2018 und 2020**



Quelle: SOEP des DIW 2018 und 2020, Berechnungen des ifo Instituts.

© ifo Institut

schweren Krankheiten die subjektive Wahrnehmung von ill-being überlagern.

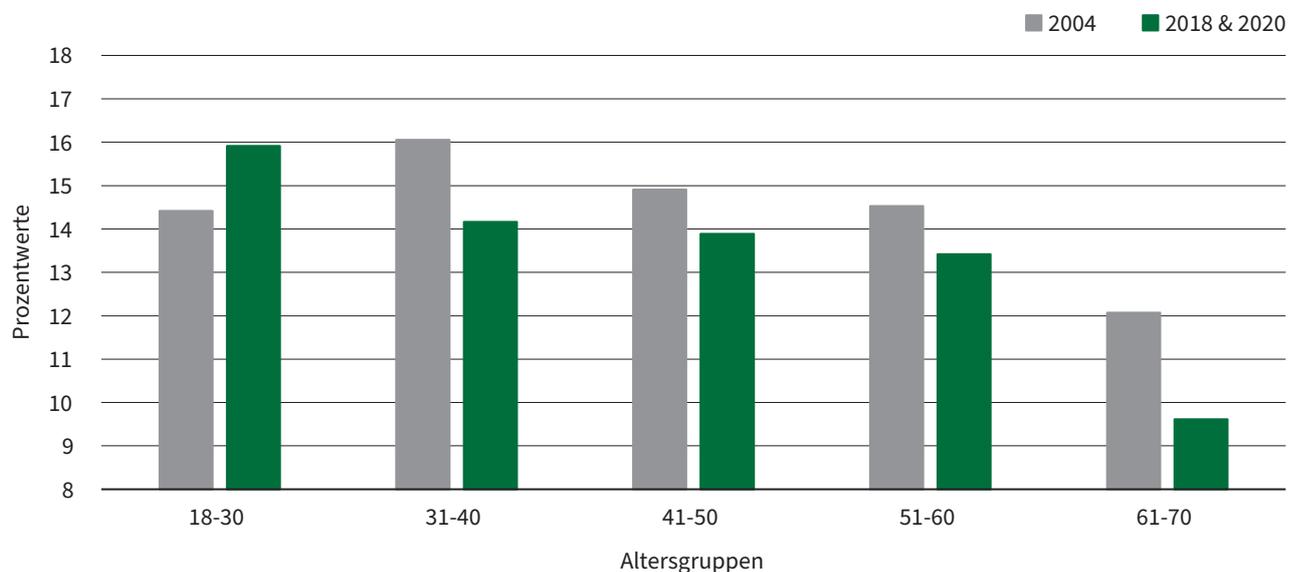
Bei getrennter Betrachtung des Antwortverhaltens von Frauen und Männern zeigt sich, dass Frauen häufiger von ill-being betroffen sind. Im Durchschnitt geben rund 4% mehr Frauen an, oft oder immer betroffen zu sein, als Männer des gleichen Alters. Diese Erkenntnis deckt sich mit den Erkenntnissen anderer Beiträge (vgl. Blanchflower et al. 2024a; ONS 2020; Hettrich et al. 2022).

Der Trend aus 2018 und 2020 weist darauf hin, dass auch in Deutschland jüngere Menschen am häufigsten unter ill-being leiden. Um einschätzen zu können, ob der fallende Verlauf des

ill-being auch in Deutschland ein neues Phänomen ist, wird nun das Antwortverhalten der Altersgruppen in den Jahren 2018 und 2020 mit dem aus dem Jahr 2004 verglichen. Die nachfolgende Abbildung zeigt, dass tatsächlich ill-being nur in der jüngsten Gruppe zugenommen hat. In allen anderen Altersklassen sind die Prozentwerte sogar leicht zurückgegangen. Auch in Deutschland lässt sich somit eine Verschiebung vom invers-u-förmigen zum fallenden Verlauf des ill-being mit dem Alter konstatieren. Anders als bei Blanchflower et al. (2024a) ist diese Veränderung nicht nur auf einen Anstieg des ill-being im jungen Alter, sondern auch auf ein Absinken im mittleren Alter zurückzuführen. Die Erkenntnisse dieser Untersuchung

Abb. 2

Niedergeschlagenheit der letzten vier Wochen (in % je Altersgruppen mit der Antwort *oft* oder *immer*), **Vergleich der Ergebnisse aus 2004 mit denen aus 2018 und 2020**



Quelle: SOEP des DIW 2018 und 2020, Berechnungen des ifo Instituts.

© ifo Institut

wie auch der Studien für die USA und das Vereinigte Königreich werfen die Frage nach den Ursachen für diese Veränderungen auf.

DIE CORONA-PANDEMIE KANN NICHT DER (ALLEINIGE) AUSLÖSER SEIN

Für den Anstieg von ill-being unter jungen Menschen sind viele Gründe denkbar. Einer dieser Gründe könnten die Corona-Pandemie und die damit verbundenen Einschränkungen des alltäglichen Lebens sein (Blanchflower et al. 2024a). Die größten Anstiege bei Depressionen, Angstzuständen und Einsamkeit waren zu dieser Zeit in Deutschland bei jungen Menschen zu beobachten (Hettich et al. 2022). Die Häufigkeit von Depressionen und Ängsten stieg in der ersten Pandemiewelle an, sank aber bereits in der zweiten Welle wieder. Nicht nur wegen dieses Rückgangs der Ausprägungen von ill-being kommt Corona nicht als Auslöser für den veränderten Verlauf des ill-being unter jungen Menschen infrage. Denn auch bei alleiniger Betrachtung des Jahres 2018 offenbaren die SOEP-Daten eine im Alter monoton fallende Kurve mit den höchsten Werten von ill-being für Jüngere. Allenfalls könnte Corona die Ausprägung der Symptome von ill-being besonders für junge Leute weiter verstärkt haben.

Schließlich existiert ein zeitlicher Zusammenhang zwischen der Markteinführung moderner Handys und dem erhöhten Aufkommen von ill-being bei Jüngeren (Blanchflower et al. 2024a). Zwar wäre grundsätzlich auch ein positiver Effekt durch Smartphones möglich; so können diese die eigene Produktivität steigern und erleichtern den ortsunabhängigen Austausch mit anderen. Primär profitiert die arbeitende Bevölkerung im Alter von 26 bis 64 Jahren von solchen positiven Effekten (Johnson und Persico 2024). Aber gerade die 16- bis 24-Jährigen nutzen Smartphones eher zu privaten Zwecken. Der Konsum von sozialen Netzwerken nimmt mit zunehmendem Alter stetig ab (Destatis 2023). Durch die Sozialen Medien lässt sich das eigene Leben ständig mit dem anderer vergleichen. Der für einen selbst typischerweise ungünstige Vergleich mit Stars und Influencer*innen kann die eigene Unzufriedenheit erhöhen (Blanchflower et al. 2024a). So hatte z. B. die Markteinführung von Facebook negative Auswirkungen auf die mentale Gesundheit von US-Student*innen (Braghieri et al. 2022). Diese Erkenntnisse legen nahe, dass Smartphones nicht im Allgemeinen einen negativen Einfluss auf das psychische Wohlbefinden haben müssen, aber gerade für junge Leute die negativen Effekte durch die intensive Nutzung sozialer Medien überwiegen könnten.

WIESO IST EINE ERHÖHUNG VON ILL-BEING BEDENKLICH?

Das Wissen über einen Anstieg von ill-being in der Gruppe der Unter-30-Jährigen zeigt eine bedenkliche Entwicklung. Schließlich kann schlechte mentale Gesundheit unter anderem Auswirkungen auf die körperliche Gesundheit sowie die schulische und berufliche Leistungsfähigkeit haben oder bei starker Aus-

prägung zu selbstverletzendem Verhalten oder gar Suiziden führen (vgl. Blanchflower et al. 2024a). Die vorliegenden Ergebnisse sollten zum Anlass genommen werden, die möglichen Ursachen für die Verschlechterung des Wohlbefindens junger Menschen genauer zu untersuchen. Von Bedeutung ist insbesondere, ob die beobachteten Trendveränderungen von Dauer sind. Bei Abschluss dieses Beitrags lagen uns die Daten des SOEP 2022 noch nicht vor. Diese und zukünftige Daten weiterer Jahrgänge könnten Einblicke über die Dauerhaftigkeit sowie die Entwicklung des Trends nach der Corona-Pandemie geben.

REFERENZEN

- Blanchflower, D. G. (2020), „Unhappiness and Age“, *Journal of Economic Behavior & Organization*, Volume 176, S. 461-488, Download unter <https://doi.org/10.1016/j.jebo.2020.04.022>.
- Blanchflower, D. G., A. Bryson und X. Xu (2024a), *The Declining Mental Health of the Young and the Global Disappearance of the Hump Shape in Age of Unhappiness*, NBER Working Paper No. 32 337, Download unter <http://www.nber.org/papers/w32337>.
- Blanchflower, D. G., A. Bryson, A. Lepintour und A. Piper (2024b), *Further Evidence on the Global Decline in the Mental Health of the Young*, NBER Working Paper No. 32 500, Download unter <https://www.nber.org/papers/w32500>.
- Braghieri, L., R. Levy und A. Makarin (2022), „Social Media and Mental Health“, *American Economic Review*, Volume 112 (11), S. 3 660–3 693, Download unter <https://doi.org/10.1257/aer.20211218>.
- Hettich, N., T. M. Entringer, H. Kroeger, P. Schmidt, A. N. Tibubos, E. Braehler und M. E. Beutel (2022), „Impact of the COVID-19 Pandemic on Depression, Anxiety, Loneliness, and Satisfaction in the German General Population: A Longitudinal Analysis“, *Social Psychiatry Psychiatric Epidemiol* 57, S. 2 481–2 490, Download unter <https://doi.org/10.1007/s00127-022-02311-0>.
- Johnson, K. R. und C. Persico (2024): *Broadband Internet Access, Economic Growth, and Wellbeing*, NBER Working Paper No. 32 517, Download unter <https://www.nber.org/papers/w32517>.
- ONS – Office of National Statistics (Hrsg.) (2020), *Young People's Well-being in the UK: 2020*, Download unter <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/wellbeing/bulletins/youngpeopleswellbeingintheuk/2020>.
- Statistisches Bundesamt (Hrsg.) (2023), *Internetaktivitäten zu privaten Zwecken nach Alter*, Download unter <https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Einkommen-Konsum-Lebensbedingungen/IT-Nutzung/Tabellen/nutzung-internet-privatezwecke-alter-mz-ikt.html>, abgerufen am 28. Juni 2024.
- SOEP-IS Group (Hrsg.) (2023), *SOEP-IS 2020 – Fragebogen für die SOEP-Innovations-Stichprobe (Update Release 2021)*, SOEP Survey Papers 1253: Series A – Survey Instruments (Erhebungsinstrumente), DIW Berlin/SOEP, Download unter https://www.diw.de/de/diw_01.c.874446.de/s_14211.html.

- 1 Ähnlich werten Blanchflower et al. (2024b) Daten des International Social Survey Programme (ISSP) aus.
- 2 Für die USA wurden Daten des Behavioral Risk Factor Surveillance System (BRFSS) genutzt. Die Daten für das Vereinigte Königreich stammen aus dem UK Household Longitudinal Survey (UKHLS) sowie dem UK Annual Population Survey.
- 3 Die früheren Vergleichszeiträume variieren innerhalb des Papiers wie auch die Zeiträume für die aktuellen Daten je nach Studie, Land und Untersuchungsschwerpunkt.
- 4 Die gemeinsame Betrachtung der Jahre 2018 und 2020 erfolgt in Anlehnung an Blanchflower et al. (2024a). Der monotone Trend ist auch in den einzelnen Jahren erkennbar.