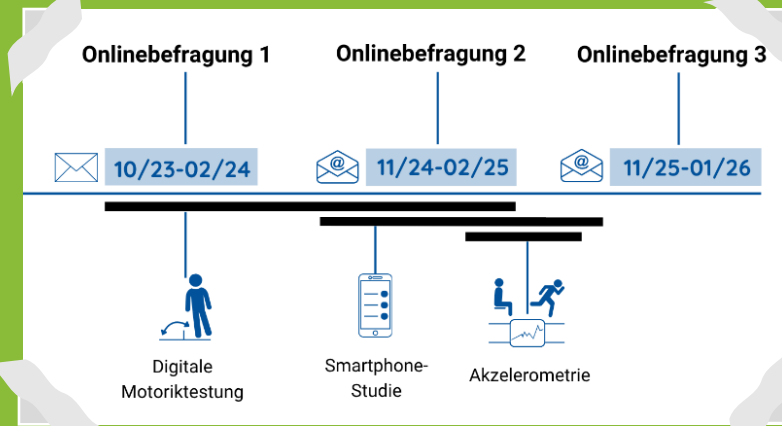


Gesundheit und Bewegungsverhalten von
Kindern und Jugendlichen in Krisenzeiten unter
Berücksichtigung sozioökologischer Faktoren –

Ergebnisse der digitalen COMO-Studie



Gefördert durch:

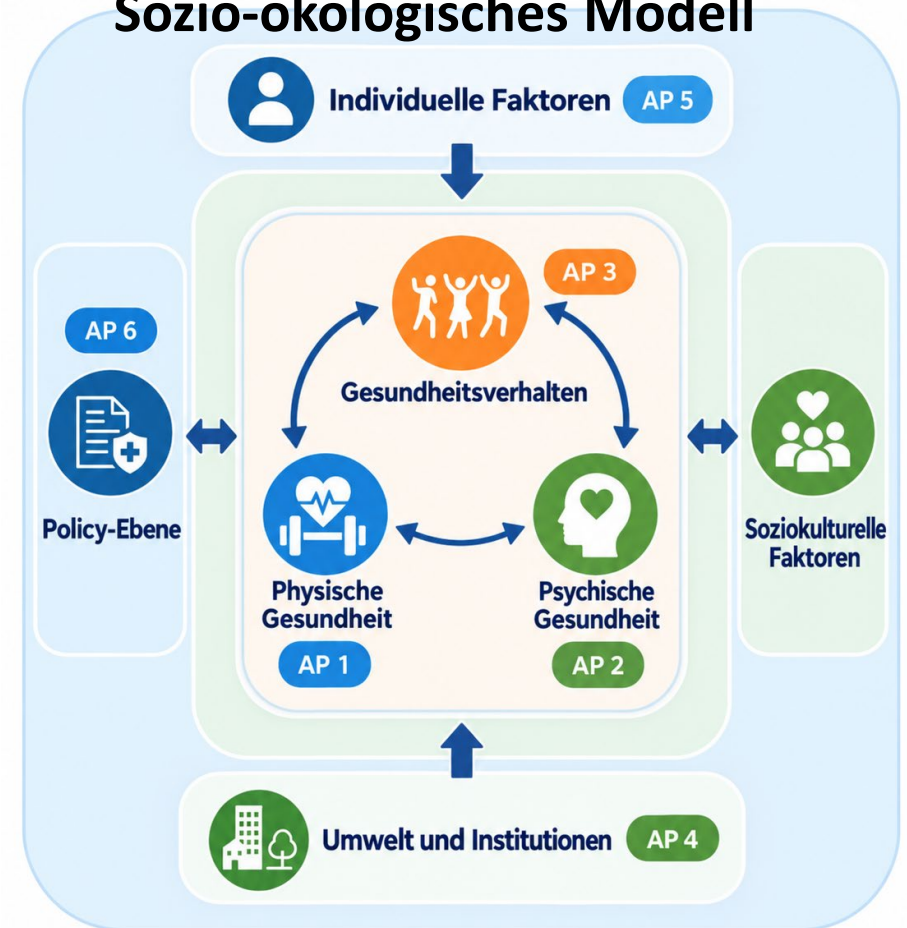
- Top 1: Die COMO-Studie: Hintergrund, Design und Zielstellung der COMO-Studie
- Top 2: Gesundheit und Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen vor dem Hintergrund sozioökologischer Kontexte – aktuelle Ergebnisse und Trends
- Top 3: Zum Zusammenhang zwischen dem Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen und ihrer psychischen Gesundheit bzw. Stimmung
- Top 4: Zusammenfassung und Transfer der Ergebnisse mit anschließender Diskussion
- Ab 13 Uhr Möglichkeit zum „Meet the Expert“

- **Top 1: Die COMO-Studie: Hintergrund, Design und Zielstellung der COMO-Studie (Dr. Claudia Niessner, Karlsruher Institut für Technologie)**

Ziele der COMO-Studie



Sozio-ökologisches Modell



Quelle: Modifiziert nach McLeroy und Sallis et al. (2015).

(Niessner et al., 2023)

(Sallis & Owen, 2015)

01

Analyse der Veränderungen der physischen und psychischen Gesundheit sowie des Gesundheitsverhaltens im Kindes- und Jugendalter in Krisenzeiten.

02

Identifikation von vulnerablen Gruppen vor dem Hintergrund sozioökologischer Kontexte.

03

Schaffung einer Datengrundlage für zielgerichtete Gesundheitsförderungs-, Präventions- und Interventionsansätze.

Stichprobenziehung & Studiendesign



A Registerstichprobe aus 4-17-jährigen Kindern in Deutschland

- 1 Zufällige Ziehung von 185 Sample Points aus 171 Gemeinden
(stratifiziert nach Bundesland, Größenproportional zum Anteil der < 18-Jährigen)



● Sample point

- 2 Zufällige Ziehung von 200 Adressen je Sample Point aus Melderegistern



4

Ergänzende Studien mit
Substichproben

Onlinebefragung 1

10/23-02/24



Digitale
Motoriktestung

Onlinebefragung 2

11/24-02/25



Smartphone-
Studie

Onlinebefragung 3

11/25-01/26



Akzelerometrie

B

MoMo-Corona COPSYPY
STUDIE

Weiterverfolgung der Stichproben aus MoMo-
Corona & COPSYP-Längsschnittstudien

(Niessner et al., 2023; Niessner et al., 2025; Klein et al., 2026)

Inhalte Onlinebefragung 1 bis 3



2 Fragebögen pro Familie:

Eltern-Fragebogen

Kind-Fragebogen
(Kinder ab 11 Jahre)

Eltern-Kind-Fragebogen
(Kinder unter 11 Jahren)

Was wird in der Onlinebefragung erhoben?

Psychische Gesundheit

Sozioökologische Kontexte

Physische Gesundheit

Gesundheitsverhalten

Ressourcen und
Resilienzfaktoren

Krisen

(Niessner et al., 2023; Niessner et al., 2025; Klein et al., 2026)

Stichprobe Onlinebefragung



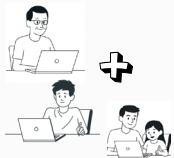
Onlinebefragung 1



5.740 vollständig
bearbeitete Eltern-Fragebögen



5.596 vollständig bearbeitete
Kinder-Fragebögen bzw.
Eltern-Kind-Fragebögen



5.240 vollständig bearbeitete
Kinder- bzw. Eltern-Kind-
Fragebögen u. Eltern-
Fragebögen

Onlinebefragung 2



2.882



2.712



2.663

Onlinebefragung 3



2.966



2.790



2.741

(Niessner et al., 2023; Niessner et al., 2025; Klein et al., 2026)

Die COMO-Studie: Hintergrund, Design und Zielstellung der COMO-Studie



ORIGINALIA

ACCEPTED: May 2025

PUBLISHED ONLINE: June 2025

Niessner C, Reiß F, Sand M, Knirsch F, Behn S, Hanssen-Doose A, Kaman A, Reichert M, Olfemann R, Wagner P, Worth A, Klein T, Fleps M, von Haaren-Mack B, Ravens-Sieberer U, Woll A, Volk C, and the COMO Study Group. Strategies to minimize selection bias in digital population-based studies in sport and health sciences: methodological and empirical insights from the COMO study. Dtsch Z Sportmed. 2025; 76: 160-166. doi:10.5960/dzsm.2025.631

Niessner C¹, Reiß F², Sand M², Knirsch F⁶, Behn S², Hanssen-Doose A³, Kaman A², Reichert M⁴, Olfemann R⁴, Wagner P⁶, Worth A², Klein T³, Fleps M¹, von Haaren-Mack B¹, Ravens-Sieberer U², Woll A¹, Volk C¹, and the COMO Study Group

Strategies to Minimize Selection Bias in Digital Population-Based Studies in Sport and Health Sciences: Methodological and Empirical Insights from the COMO Study

Strategien zur Minimierung von Selektionsverzerrungen in digitalen bevölkerungsbasierten Studien in den Sport- und Gesundheitswissenschaften: Methodische und empirische Einblicke aus der COMO-Studie



Sign in

COMO Study - The Impact Of The COVID-19 Pandemic On The Physical And Mental Health And Health Behavior Of Children And Adolescents Against The Background Of Socioecological Contexts Of Germany. (COMO-Studie - Auswirkungen Der COVID-19-Pandemie Auf Die Physische Und Die Psychische Gesundheit Und Das Gesundheitsverhalten Von Kindern Und Jugendlichen Vor Dem Hintergrund Sozioökologischer Kontexte In Deutschland.)

Public Project



- Top 1: Die COMO-Studie: Hintergrund, Design und Zielstellung der COMO-Studie
- Top 2: Gesundheit und Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen vor dem Hintergrund sozioökologischer Kontexte – aktuelle Ergebnisse und Trends
 - **Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen: aktuelle Ergebnisse (Dr. Carmen Volk, Karlsruher Institut für Technologie)**
 - Psychische Gesundheit und Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen: Aktuelle Ergebnisse und Trends (Dr. Franziska Reiß, Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf)
 - Physische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland nach der COVID-19 Pandemie und der Zusammenhang mit sozioökologischen Faktoren (PD Dr. Anke Hanssen-Doose & Thorsten Klein, Pädagogische Hochschule Karlsruhe)
 - Was erklärt den Effekt von sozialökologischen Kontexten? (Prof. Dr. Thomas Hinz, Universität Konstanz)

Sport in der Freizeit



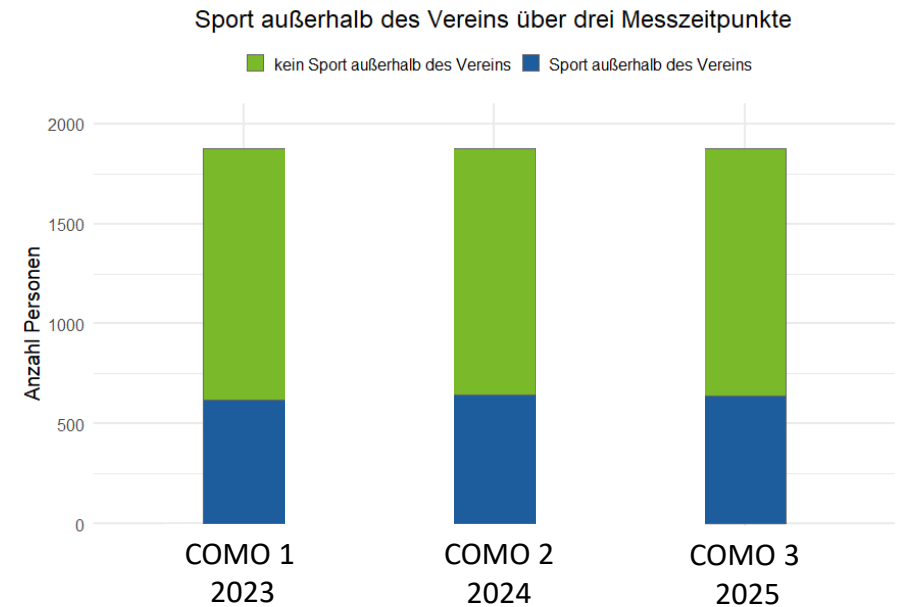
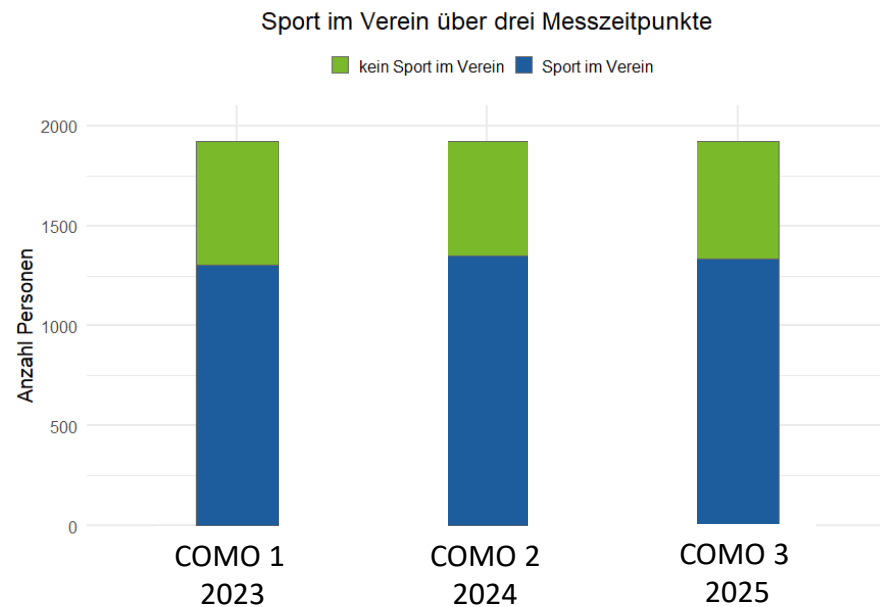
- 58,2%* betreiben Sport im Verein
- 32,9%* betreiben Sport außerhalb des Vereins

(*gewichtete Daten aus der COMO1 Befragung; Reiß & Volk et al., 2025)

Sport in der Freizeit



- 58,2%* betreiben Sport im Verein
- 32,9%* betreiben Sport außerhalb des Vereins

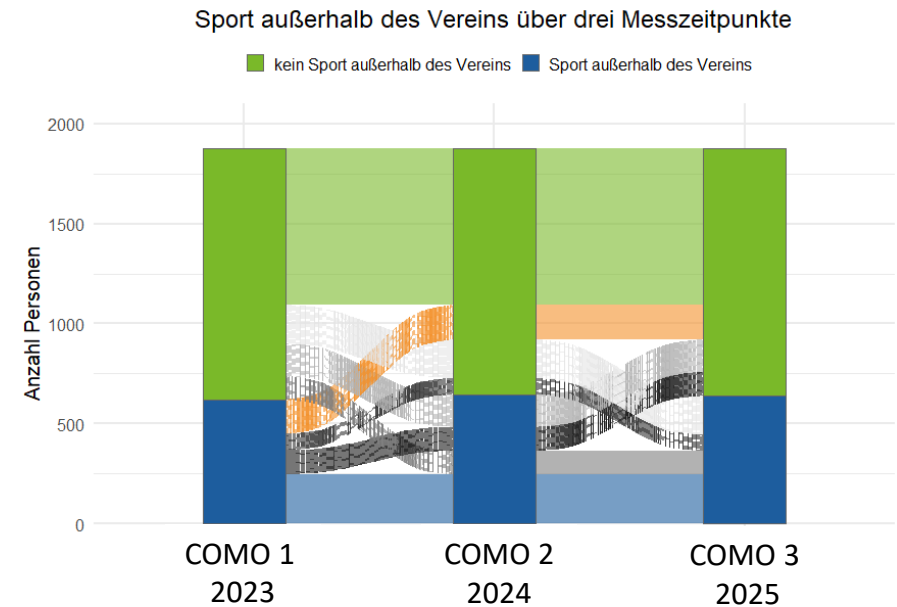
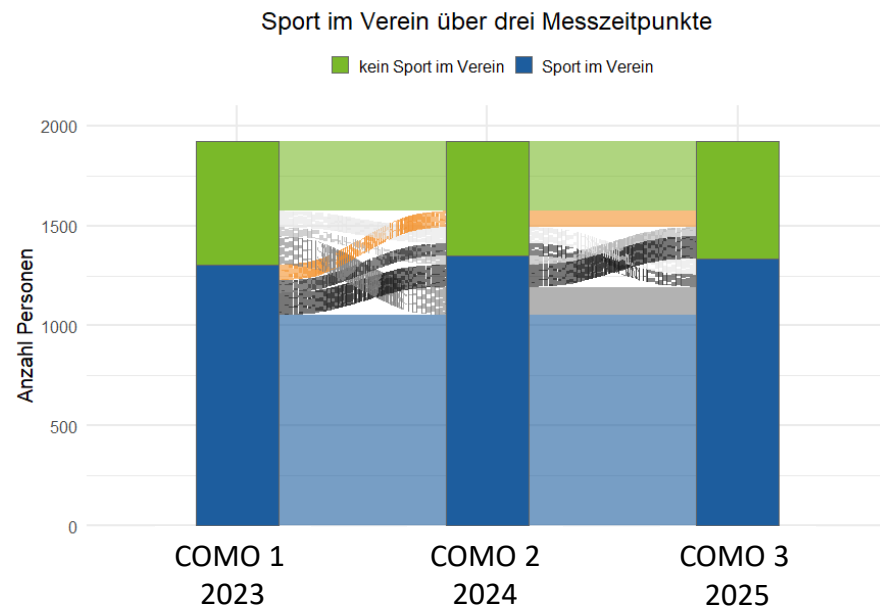


(*gewichtete Daten aus der COMO1 Befragung; Reiß & Volk et al., 2025)

Sport in der Freizeit

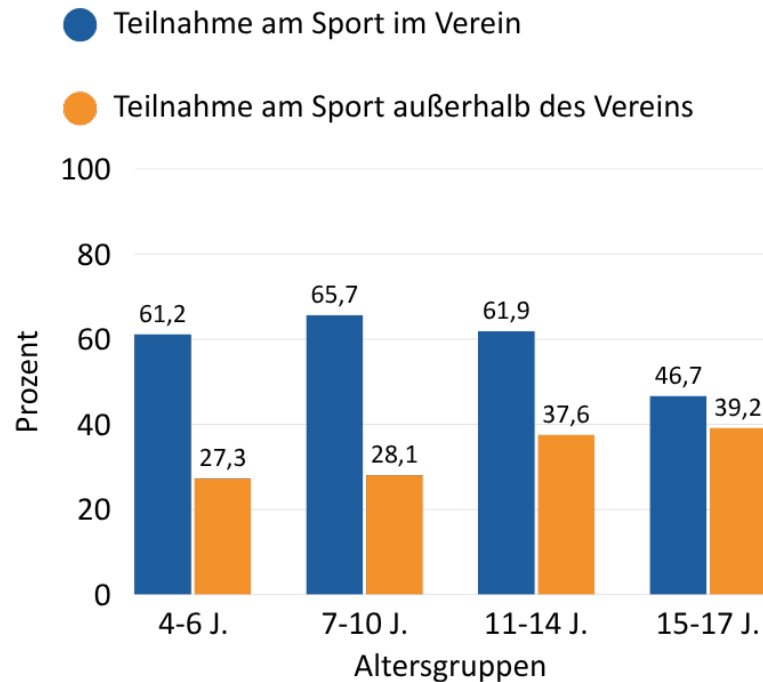


- 58,2%* betreiben Sport im Verein
- 32,9%* betreiben Sport außerhalb des Vereins

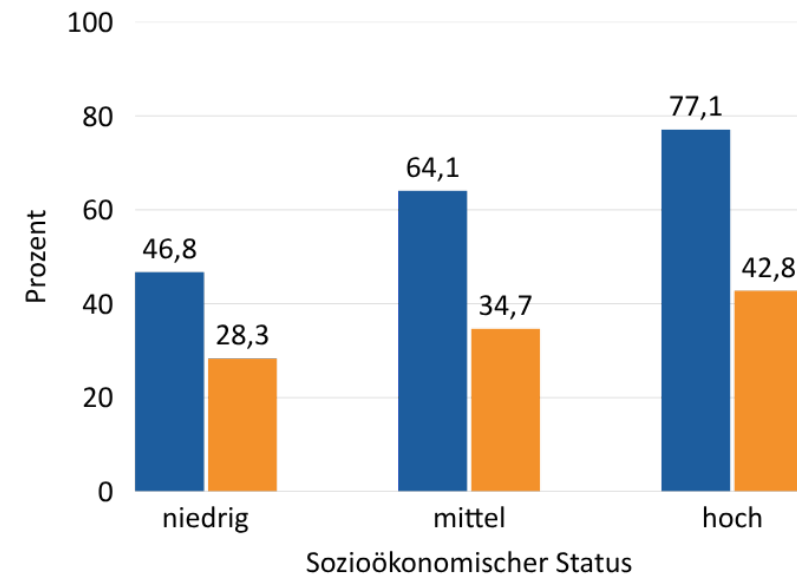


(*gewichtete Daten aus der COMO1 Befragung; Reiß & Volk et al., 2025)

Teilnahme am Sport in der Freizeit ist abhängig vom Alter der Kinder und Jugendlichen und dem Sozialstatus der Eltern



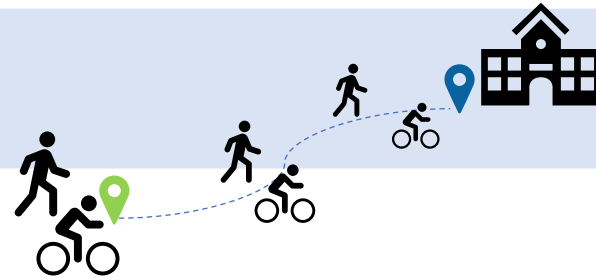
Verein: $n = 5.231$; $F = 19,24$, $p < 0,001$ (Daten gewichtet)
Außerhalb Verein: $n = 5.178$; $F = 12,56$, $p < 0,001$ (Daten gewichtet)



Verein: $n = 5.155$; $F = 66,01$, $p < 0,001$ (Daten gewichtet)
Außerhalb Verein: $n = 5.104$; $F = 15,97$, $p < 0,001$ (Daten gewichtet)

(Reiß & Volk et al., 2025)

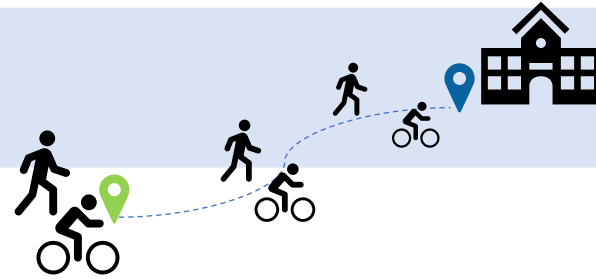
Aktiver Schulweg



- 63,8% kommen aktiv zur Grundschule ($11,8 \pm 6,7$ Min aktiv)
- 39,7% kommen aktiv zur weiterführenden Schule ($13,9 \pm 8,0$ Min aktiv)

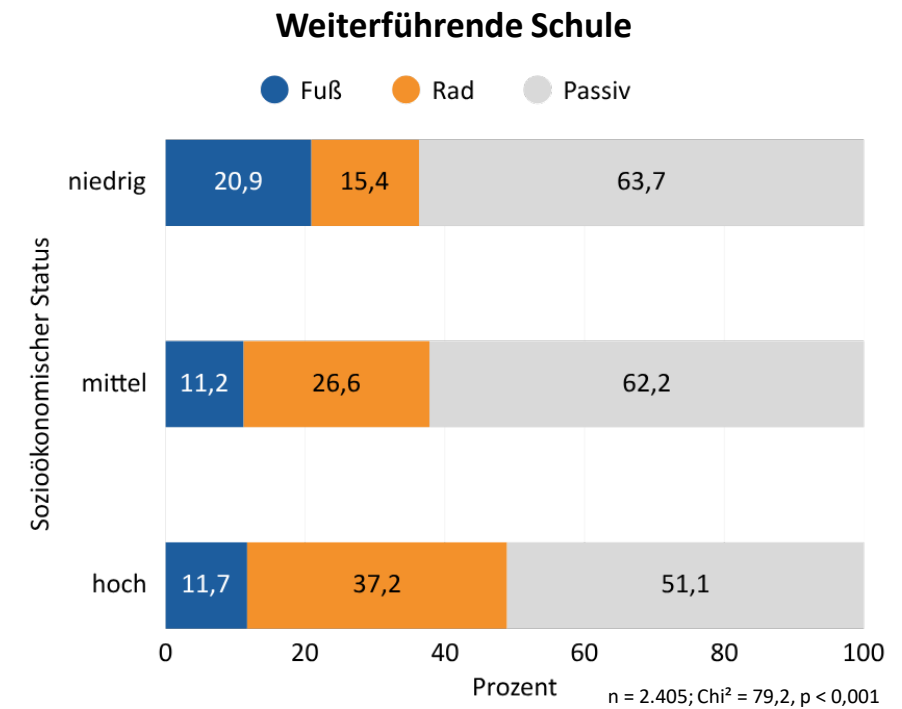
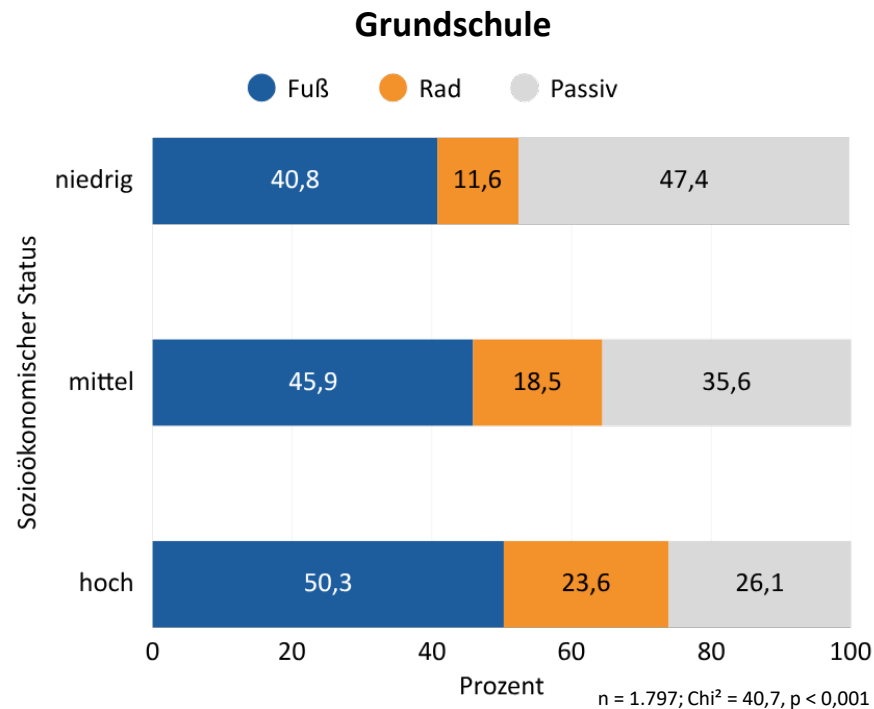
(Klos et al., 2025)

Aktiver Schulweg

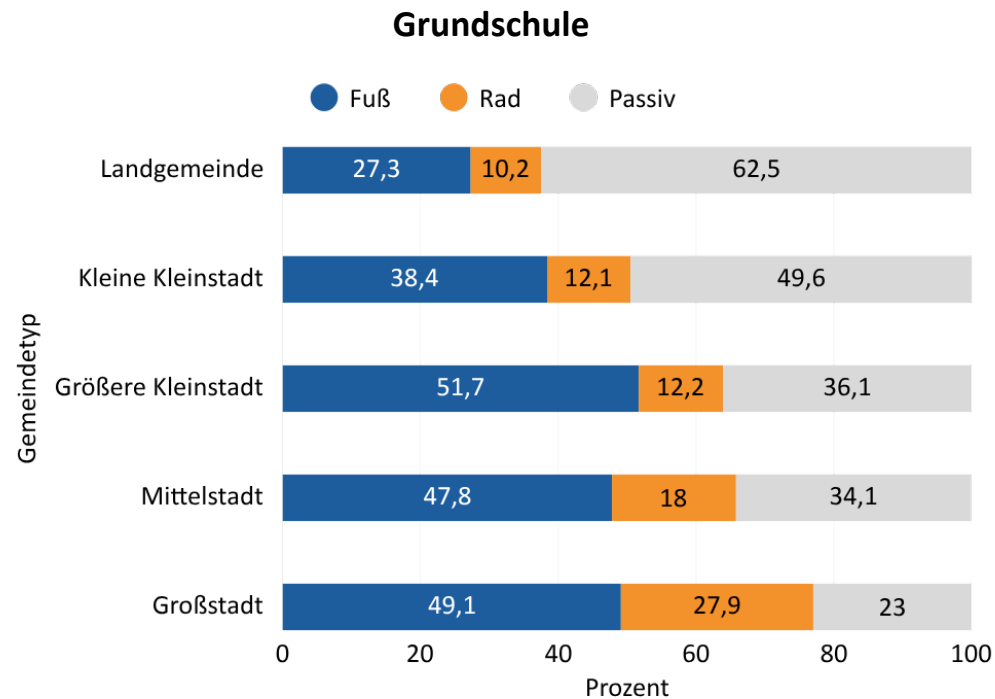


- 63,8% kommen aktiv zur Grundschule ($11,8 \pm 6,7$ Min aktiv)
- 39,7% kommen aktiv zur weiterführenden Schule ($13,9 \pm 8,0$ Min aktiv)

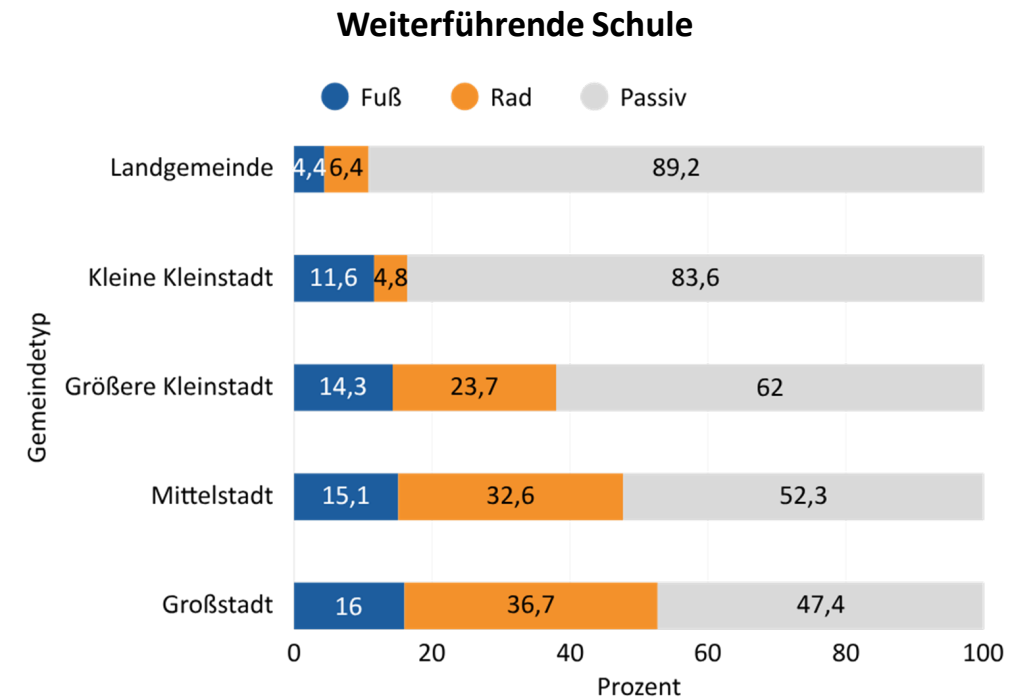
(Klos et al., 2025)



Je ländlicher die Kinder und Jugendlichen wohnen, desto seltener wird der Schulweg aktiv zurückgelegt



n = 1.820; $\chi^2 = 136,3$, p < 0,001



n = 2.442; $\chi^2 = 242,2$, p < 0,001

(Klos, 2026)

Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen: aktuelle Ergebnisse



Schwerpunkt Die gesunde Stadt

Leon Klos, Laura Wolbring, Alexander Woll

Aktive Schulwege in städtischen und ländlichen Gebieten (Un)genutzte Gesundheitspotenziale?



Originalarbeit

Psychische Gesundheit und körperliche Aktivität von Heranwachsenden unterschiedlicher sozialer Herkunft

Ergebnisse der bundesweiten COMO-Studie

Franziska Reiß¹, Carmen Volk², Steven Behn¹, Anne Kaman¹, Leon Klos²,
Alexander Burchartz², Thomas Hinz³, Anke Hanssen-Doose⁴, Alexander Woll²,
Claudia Niessner², Ulrike Ravens-Sieberer¹ und die COMO-Study Group

¹ Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie und -psychosomatik, Zentrum für Psychosoziale Medizin, Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Deutschland

² Institut für Sport und Sportwissenschaft, Karlsruher Institut für Technologie, Deutschland

³ Fachbereich Geschichte und Soziologie, Universität Konstanz, Deutschland

⁴ Institut für Bewegungserziehung und Sport, Pädagogische Hochschule Karlsruhe, Deutschland

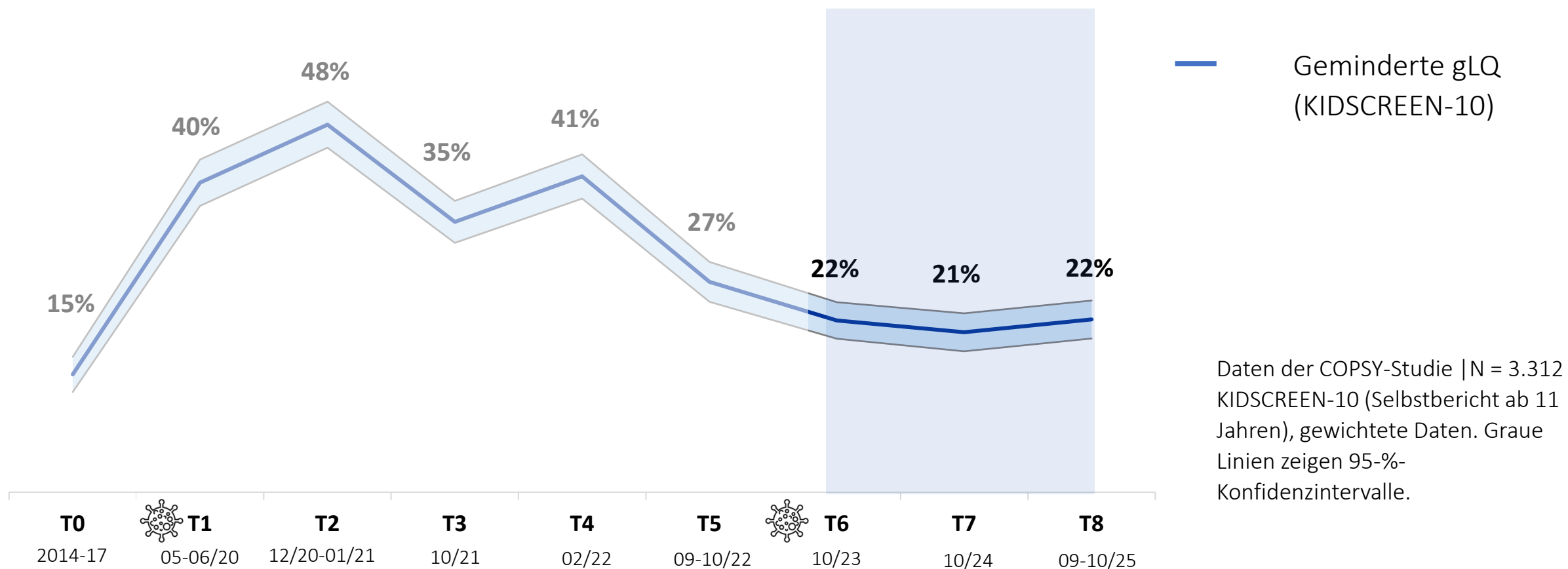


- Top 1: Die COMO-Studie: Hintergrund, Design und Zielstellung der COMO-Studie
- Top 2: Gesundheit und Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen vor dem Hintergrund sozioökologischer Kontexte – aktuelle Ergebnisse und Trends
 - Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen: aktuelle Ergebnisse (Dr. Carmen Volk, Karlsruher Institut für Technologie)
 - **Psychische Gesundheit und Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen: Aktuelle Ergebnisse und Trends (Dr. Franziska Reiß, Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf)**
 - Physische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland nach der COVID-19 Pandemie und der Zusammenhang mit sozioökologischen Faktoren (PD Dr. Anke Hanssen-Doose & Thorsten Klein Pädagogische Hochschule Karlsruhe)
 - Was erklärt den Effekt von sozialökologischen Kontexten? (Prof. Dr. Thomas Hinz, Universität Konstanz)

Lebensqualität und psychische Gesundheit im Verlauf



Anteil der Kinder und Jugendlichen mit einer geminderten gesundheitsbezogenen Lebensqualität (gLQ)

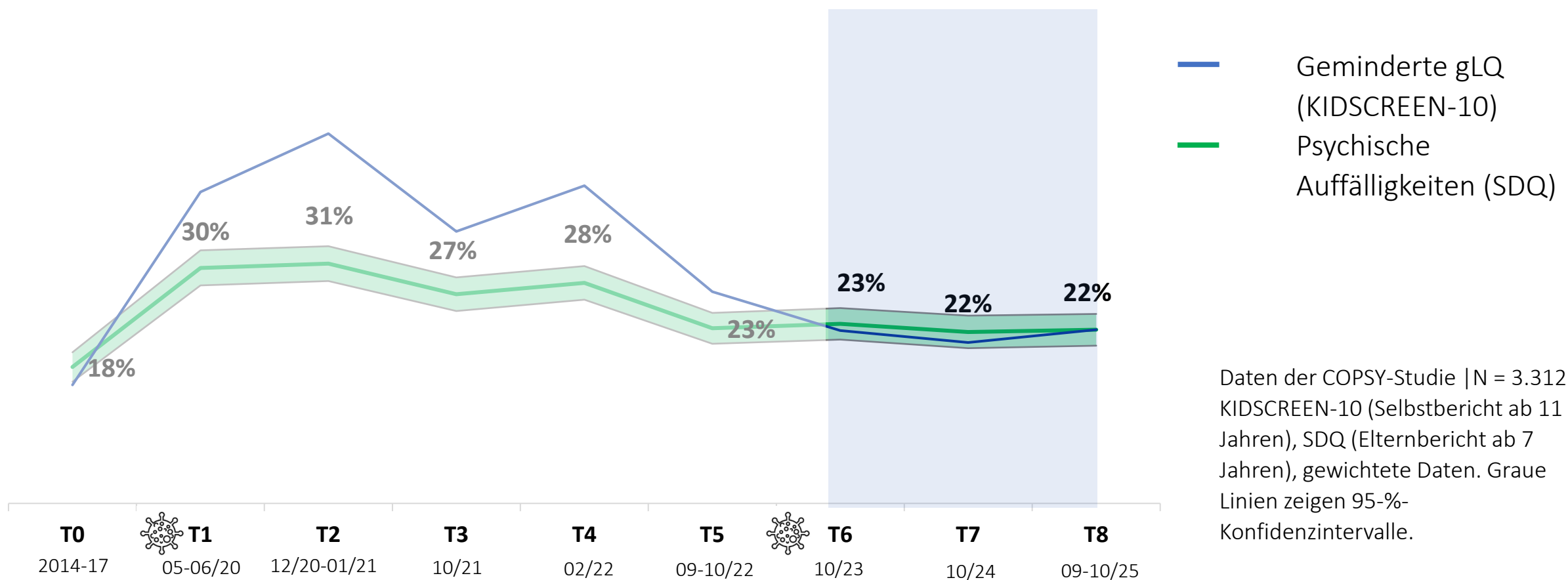


(Kaman et al., 2026)

Lebensqualität und psychische Gesundheit im Verlauf



Anteil der Kinder und Jugendlichen mit Psychischen Auffälligkeiten



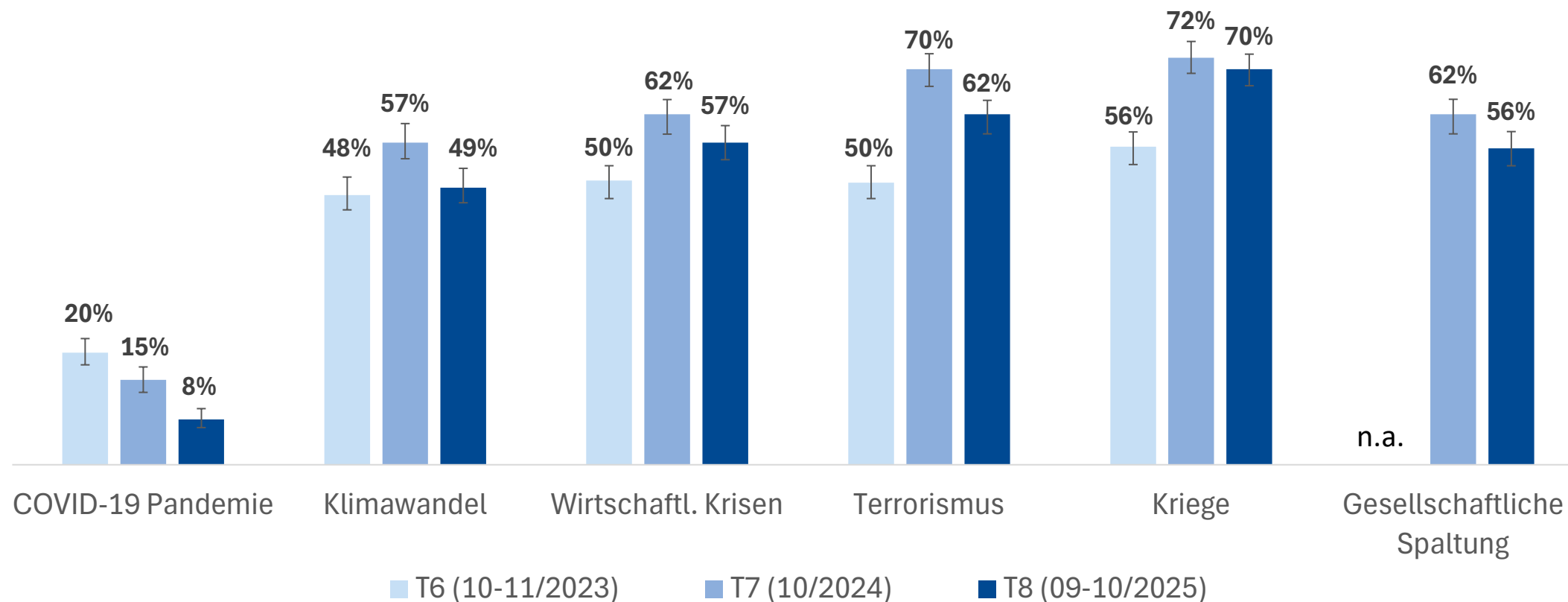
Daten der COPSYS-Studie | N = 3.312
KIDSCREEN-10 (Selbstbericht ab 11 Jahren), SDQ (Elternbericht ab 7 Jahren), gewichtete Daten. Graue Linien zeigen 95%-Konfidenzintervalle.

(Kaman et al., 2026)

Sorgen aufgrund aktueller Krisen



Anteil der Kinder und Jugendlichen mit Sorgen angesichts ...



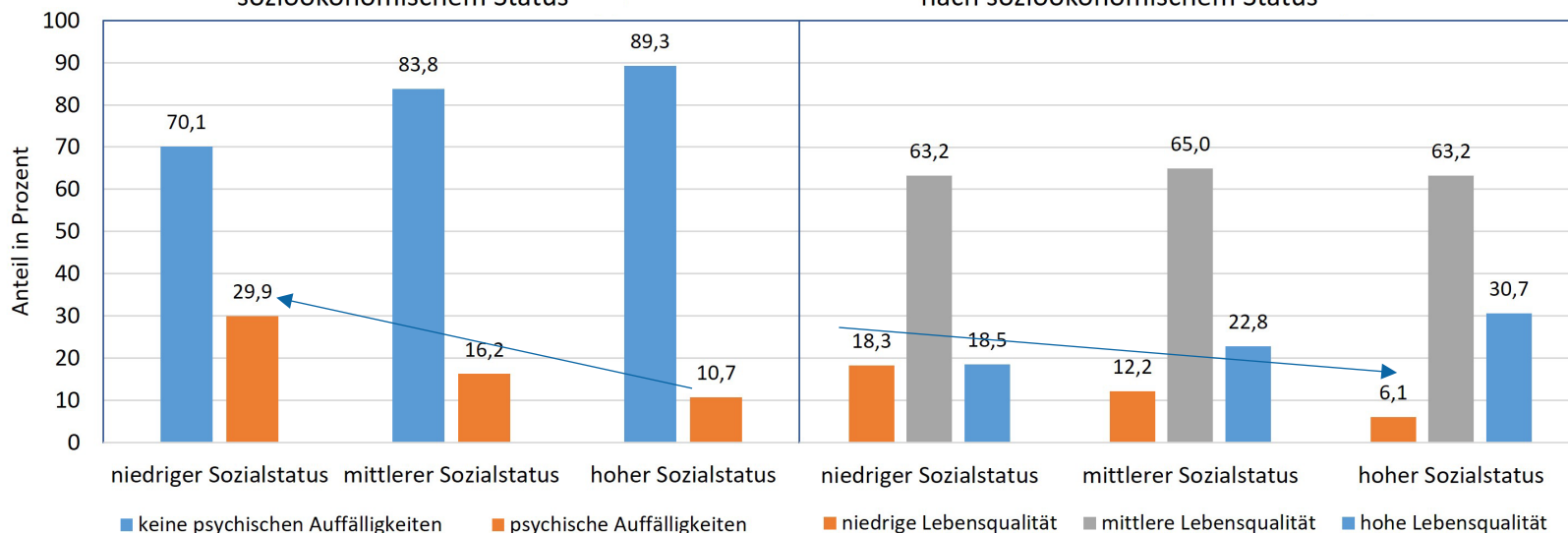
Daten der COPSY-Studie | Selbstbericht ab 11 Jahren | gewichtete Daten, Anteil mind. *teilweise* besorgt, Fehlerbalken zeigen 95%-Konfidenzintervalle.

(Kaman et al., 2026)

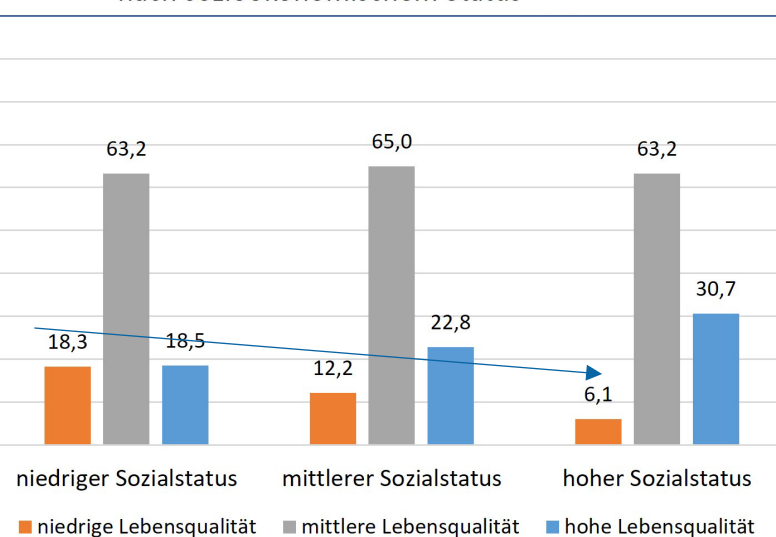
Risiken und Ressourcen für psychische Gesundheit



Psychische Auffälligkeiten nach sozioökonomischem Status



Gesundheitsbezogene Lebensqualität nach sozioökonomischem Status



Daten der COMO-Studie | N = 5.240

Kinder aus Familien mit **niedrigem sozioökonomischen Status** haben ein bis zu **3-fach erhöhtes Risiko** für psychische Auffälligkeiten

Daten der COMO-Studie | N = 5.240

Kinder mit ausgeprägten **Ressourcen** haben ein **deutlich geringeres Risiko** für eine beeinträchtigte psychische Gesundheit

Daten der COPSY-Studie | N = 3.000

Selbstwirksamkeit, soziale Unterstützung und familiärer Zusammenhalt sind zentrale Schutzmechanismen mit hoher Präventionsrelevanz.

(Reiß & Volk et al. 2025; Kaman et al., 2026)

Psychische Gesundheit und Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen: Aktuelle Ergebnisse und Trends



European Child & Adolescent Psychiatry
<https://doi.org/10.1007/s00787-026-03092-6>

RESEARCH

Current global crises and youth mental health in Germany: the role of media use, coping and resources

Anne Kaman¹ · Janine Devine¹ · Michael Erhart^{1,2} · Ann-Kathrin Napp^{1,3} · Franziska Reiss^{1,3} · Christine M. Freitag⁴ · Fionna Zoellner¹ · Ulrike Ravens-Sieberer^{1,3}

Received: 8 December 2025 / Accepted: 4 June 2026
© The Author(s) 2026



Reiss et al. *BMC Public Health* (2026) 26:711
<https://doi.org/10.1186/s12889-026-26577-0>

BMC Public Health

RESEARCH

Open Access

Tracing socioeconomic inequalities in children's and adolescent's mental health: longitudinal study findings from 2017 to 2024

Franziska Reiss¹, Michael Erhart^{1,2}, Anne Kaman¹, Janine Devine¹, Fionna Zoellner¹ and Ulrike Ravens-Sieberer^{1*}

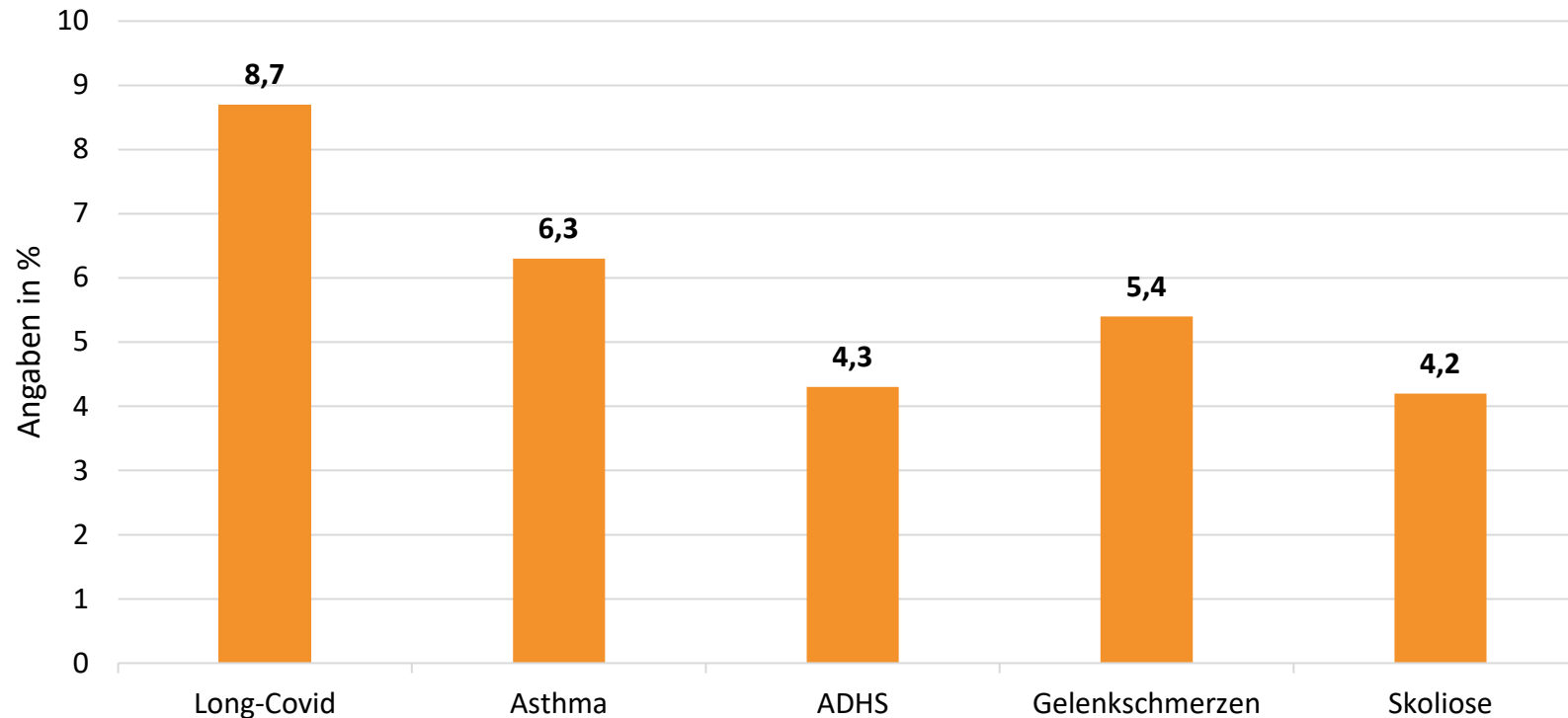


- Top 1: Die COMO-Studie: Hintergrund, Design und Zielstellung der COMO-Studie
- Top 2: Gesundheit und Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen vor dem Hintergrund sozioökologischer Kontexte – aktuelle Ergebnisse und Trends
 - Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen: aktuelle Ergebnisse (Dr. Carmen Volk, Karlsruher Institut für Technologie)
 - Psychische Gesundheit und Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen: Aktuelle Ergebnisse und Trends (Dr. Franziska Reiß, Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf)
 - **Physische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland nach der COVID-19 Pandemie und der Zusammenhang mit sozioökologischen Faktoren (PD Dr. Anke Hanssen-Doose & Thorsten Klein, Pädagogische Hochschule Karlsruhe)**
 - Was erklärt den Effekt von sozialökologischen Kontexten? (Prof. Dr. Thomas Hinz, Universität Konstanz)

Prävalenzen chronischer Erkrankungen



Häufige selbstberichtete ärztliche Diagnosen (N = 6.097)
bei Heranwachsenden (COMO-1)

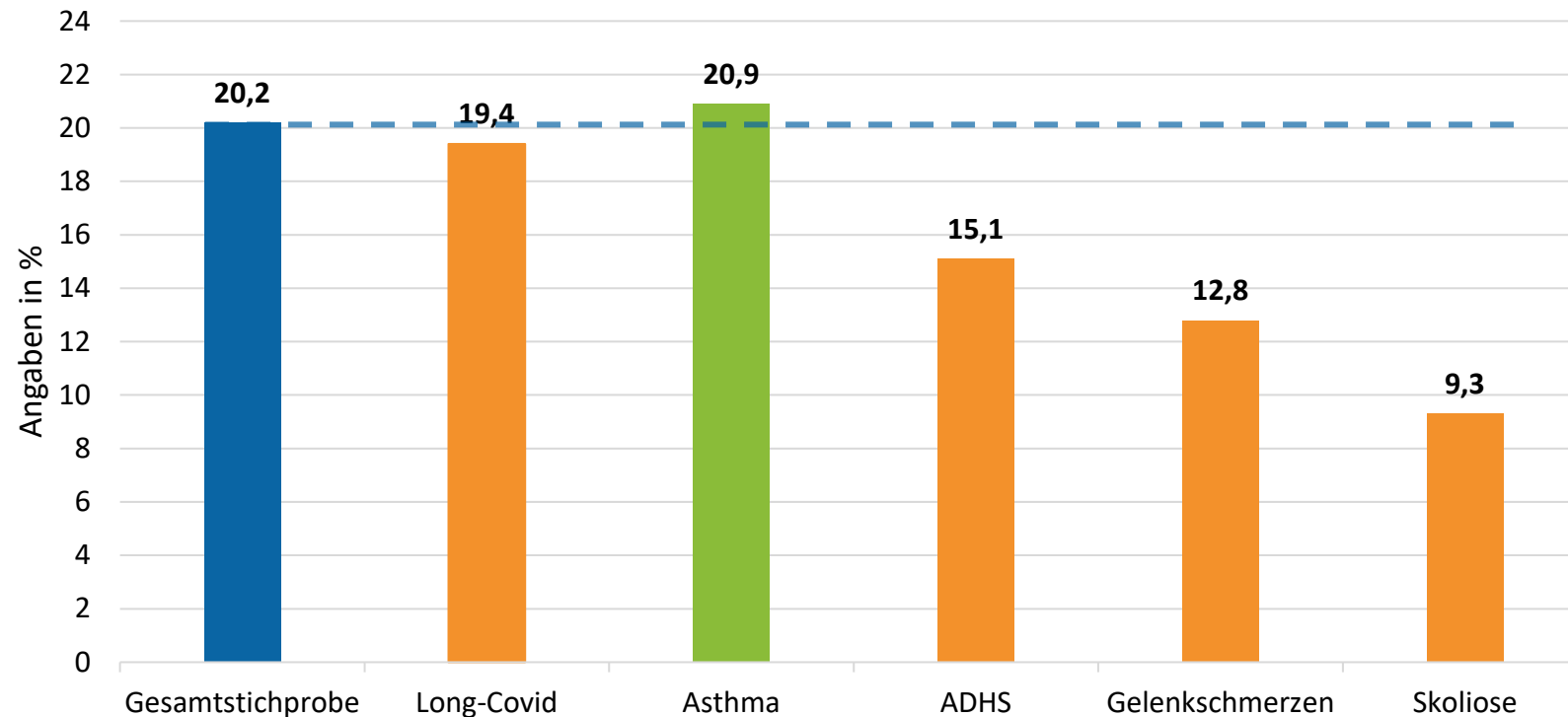


- 48,6% männlich
50,9% weiblich
0,5% divers
- Hoher Anteil Long – COVID mit 8,7%
- Asthma bronchiale
6,3% Lebenszeit-
prävalenz, davon 3,7%
12-Monats-Prävalenz

(Hanssen-Dooose et al., 2021)

(Hanssen-Dooose et al., unveröffentlicht)

Erfüllung der WHO-Aktivitätsguideline (2010) bei Heranwachsenden mit chronischen Erkrankungen

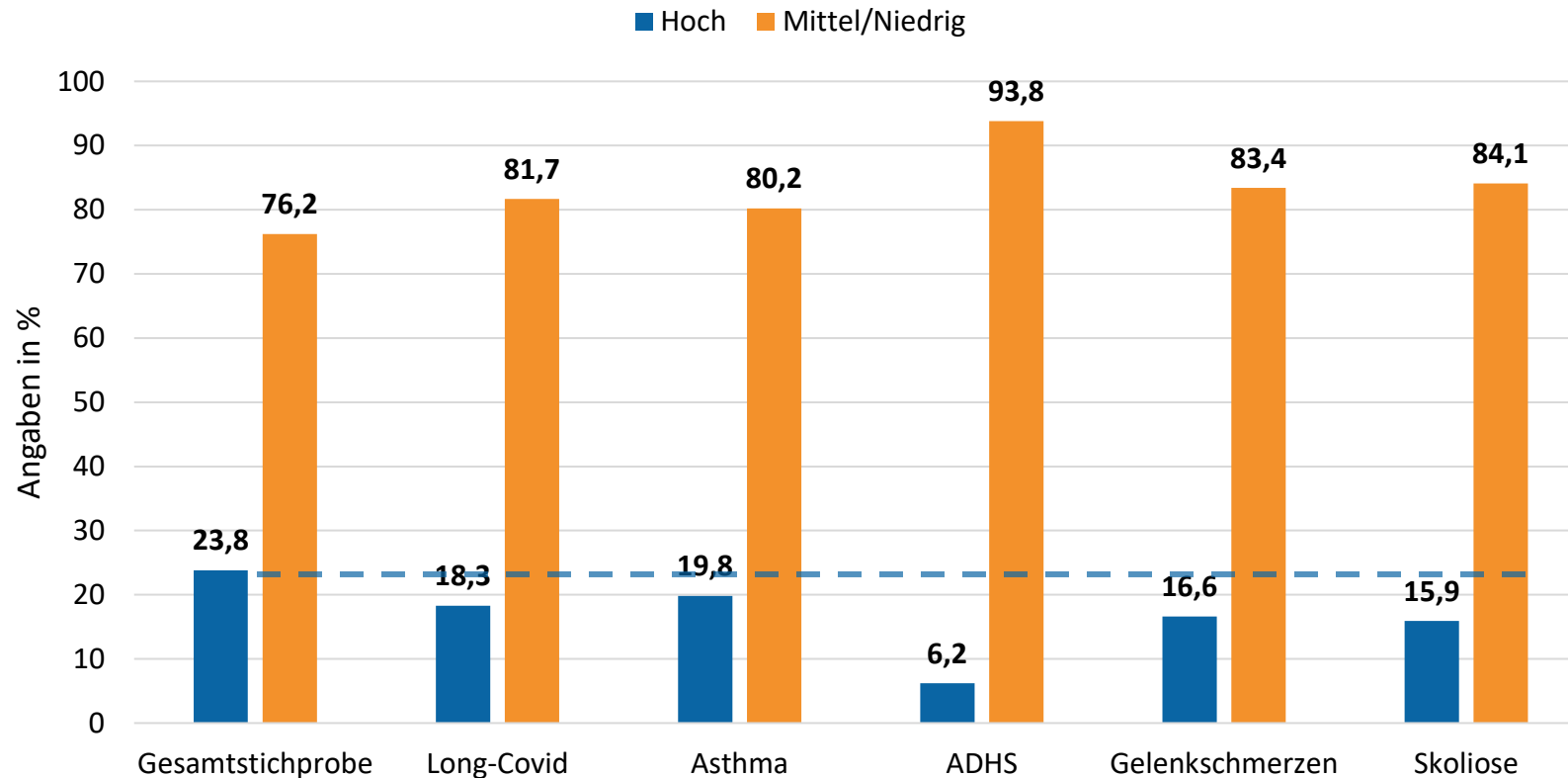


- „Überdurchschnittliches“ Erfüllen bei Asthma bronchiale konsistent zur Literatur

(Hanssen-Dooose et al., 2021)

(Hanssen-Dooose et al., unveröffentlicht)

Gesundheitsbezogene Lebensqualität



- Chronische Erkrankungen gehen durchgehend mit Einbußen der gesundheitsbezogenen Lebensqualität einher

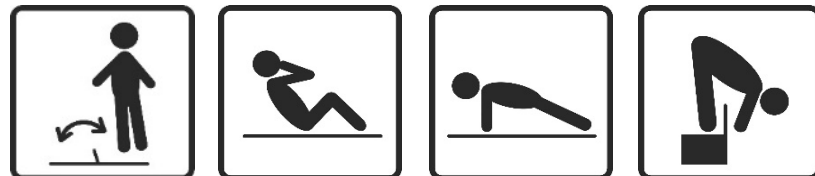
(Baumgarten et al., 2019)

(Hanssen-Dooose et al., unveröffentlicht)

Ergebnisse physische Fitness (DigiMot)



Digitale ZOOM-Meetings (Telekom)



Testmanual



(Hanssen-Dooose et al., 2023)

DigiMot-Testprofil



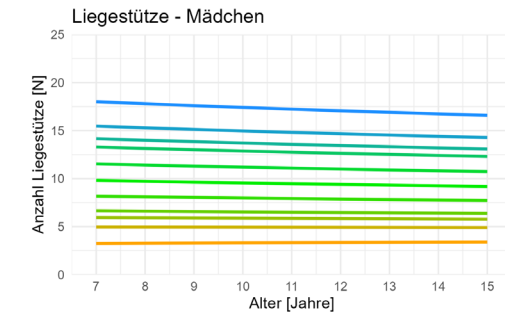
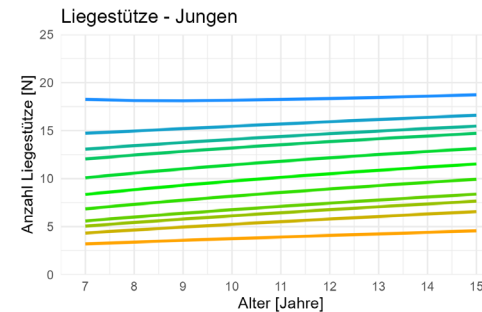
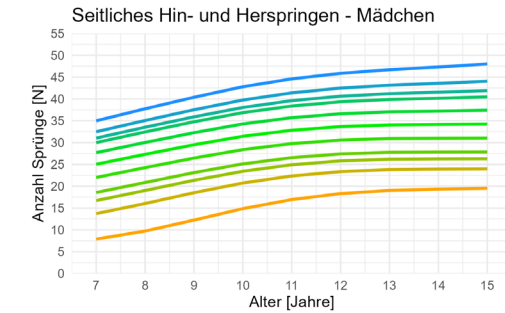
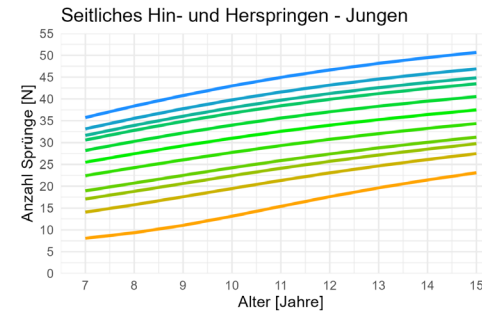
Validität

Testaufgabe	Ergebnis	Interpretation
Seitliches Hin- & Herspringen	ICC = .844 [.738–.907]	Gut
Liegestütze	ICC = .718 [.524–.832]	Moderat
Sit-ups	ICC = .831 [.717–.899]	Gut
Rumpfbeuge	K = .850	Nahezu perfekt

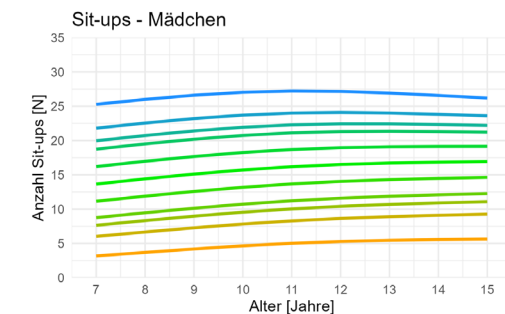
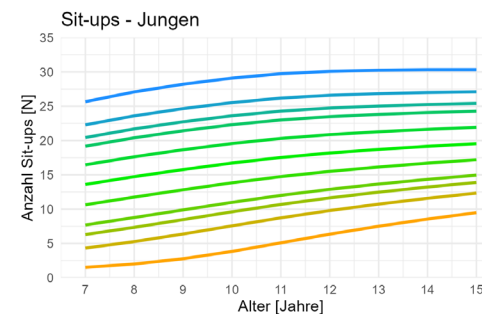
Test-Retest-Reliabilität

Testaufgabe	Ergebnis	Interpretation
Seitliches Hin- & Herspringen	ICC = .913 [.774–.957]	Exzellent
Liegestütze	ICC = .781 [.272–.905]	Gut
Sit-ups	ICC = .940 [.874–.967]	Exzellent
Rumpfbeuge	K = .845	Nahezu perfekt

(Klein et al., 2025)



Perzentile
 — P99
 — P95
 — P90
 — P85
 — P70
 — P50
 — P30
 — P15
 — P10
 — P05
 — P01

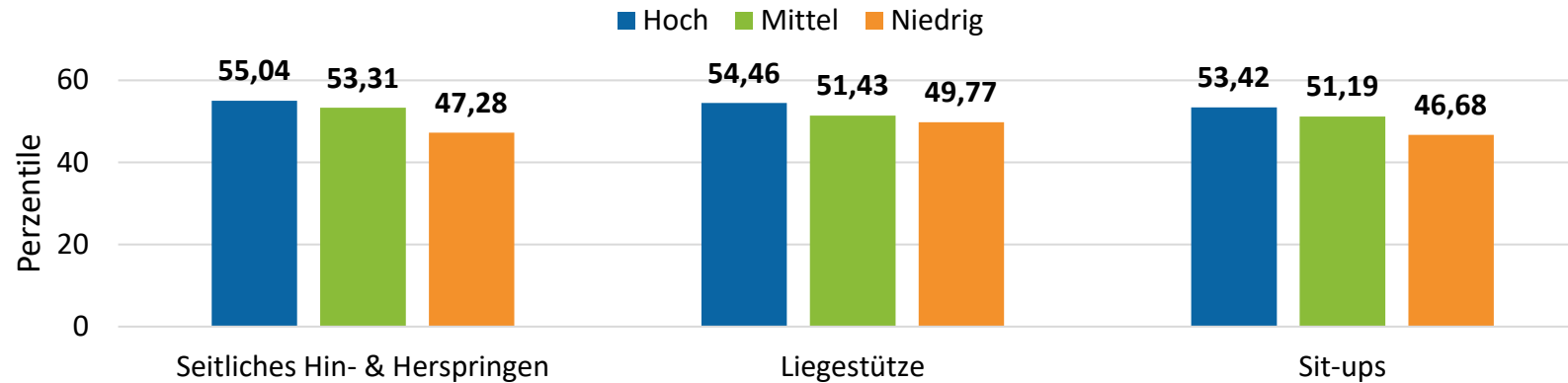


(Klein et al., 2026)

Physische Fitness abnehmend



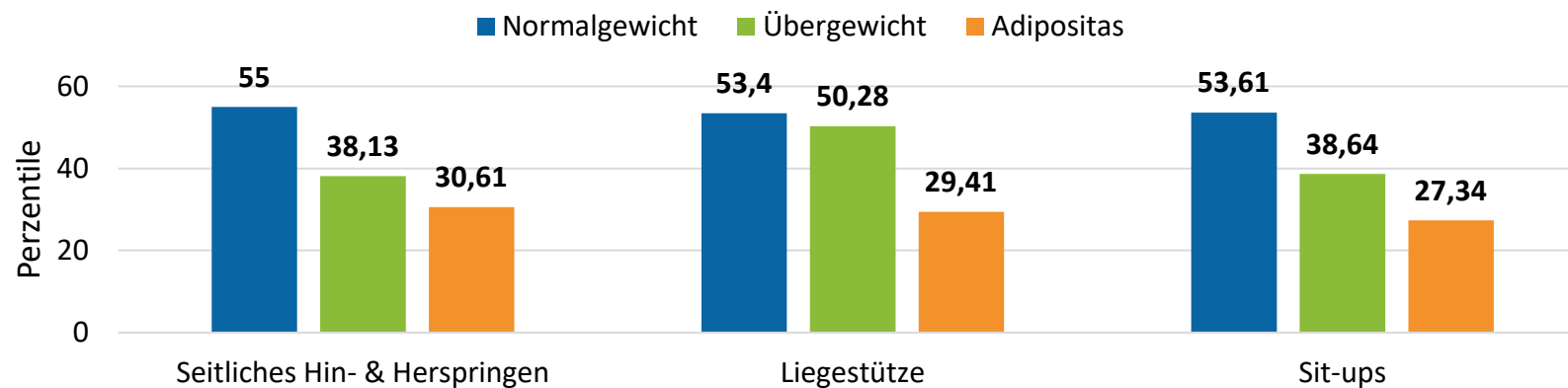
Physische Fitness nach sozioökonomischen Status



- Physische Fitness der Kinder und Jugendlichen ist abhängig vom Sozialstatus der Familien

(Lämmle et al., 2012)

Physische Fitness nach Gewichtsstatus



- Übergewicht und Adipositas beeinflussen die physische Fitness negativ

(Dumith et al., 2010)

(Hanssen-Dooose et al., unveröffentlicht)

Zwischenfazit zur physischen Gesundheit



- Kinder und Jugendliche mit chronischen Erkrankungen sowie Übergewicht und Adipositas in stärkerem Maß von gesundheitlichen Ungleichheiten betroffen
- Negativer Trend hinsichtlich der physischen Fitness im Vergleich zu Früher (Domingo-del-Val et al., 2026; Eberhardt et al., 2025)

scientific reports

OPEN

Reference percentiles for children and adolescents for the digital motor performance test (DigiMot): results from the COMO-study

Thorsten Klein¹, Annette Worth¹, Claudia Niessner², Samuel Merk³ & Anke Hanssen-Doose¹

 Check for updates



 frontiers | Frontiers in Sports and Active Living

TYPE Original Research
PUBLISHED 28 October 2025
DOI 10.3389/fspor.2025.1688017



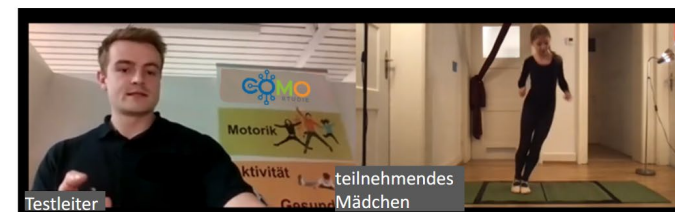
Validity, reliability, and feasibility of the digital motor performance test (DigiMot)

Thorsten Klein^{*†}, Max Pauli, Joann Greiner and Anke Hanssen-Doose[†]

Institute of Movement and Sport, Karlsruhe University of Education, Karlsruhe, Germany

Testmanual Digitaler Motoriktest

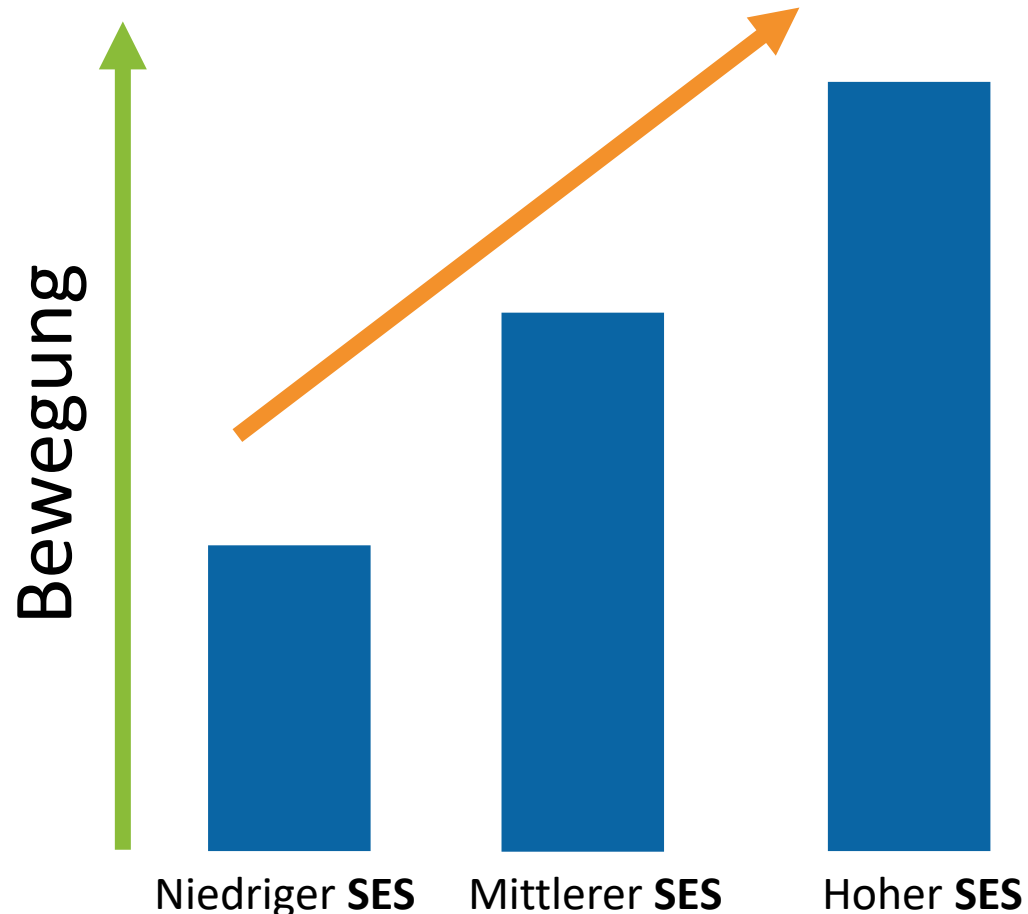
DigiMot



- Top 1: Die COMO-Studie: Hintergrund, Design und Zielstellung der COMO-Studie
- Top 2: Gesundheit und Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen vor dem Hintergrund sozioökologischer Kontexte – aktuelle Ergebnisse und Trends
 - Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen: aktuelle Ergebnisse (Dr. Carmen Volk, Karlsruher Institut für Technologie)
 - Psychische Gesundheit und Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen: Aktuelle Ergebnisse und Trends (Dr. Franziska Reiß, Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf)
 - Physische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland nach der COVID-19 Pandemie und der Zusammenhang mit sozioökologischen Faktoren (PD Dr. Anke Hanssen-Doose & Thorsten Klein Pädagogische Hochschule Karlsruhe)
 - **Was erklärt den Effekt von sozialökologischen Kontexten? (Prof. Dr. Thomas Hinz, Universität Konstanz)**

Sozioökologische Kontexte

Welche sozialen Mechanismen stehen hinter den Zusammenhängen?



→ Bei höherem **SES** (sozio-ökonomischem Status) des Elternhauses sind Kinder und Jugendliche körperlich aktiver

Mechanismen des sozialen Gradienten



1 Materielle Ressourcen

Kosten für Sportverein & Ausrüstung,
Wohnumgebung mit weniger sicheren
Spielflächen,
eingeschränkter Zugang zu Infrastruktur

2 Zeitliche Ressourcen der Eltern

Zeitlich belastende Jobs,
Mehrfachbeschäftigung, Familienformen,
weniger Freiraum für Begleitung und Förderung

3 Kulturelles Kapital

Schichtspezifische Wertschätzung von Sport,
unterschiedliche Routinen und Präferenzen

Bourdieu: Sport und Freizeit als
klassentypischer Lebensstil

4 Soziale Netzwerke

Segregierte Milieus → unterschiedliche Normen
und Peereffekte

Wie setzen sich diese Mechanismen in das Bewegungsverhalten/ Gesundheit von Kindern und Jugendlichen um?

Umgebung / Nachbarschaft

Sichere Spielflächen, Rad- und Fußweginfrastruktur:
Räumliche Ungleichheit als direkter Bewegungs-Gatekeeper

Vereinszugang

Organisierter Sport als Selektionsinstitution: direkte Kosten, soziale Passung und Informationszugang variieren stark nach **SES**

Elterliche Übertragung

Vorbildwirkung, aktive Begleitung und informelle Aktivierung von Kindern sind schichtspezifisch ungleich verteilt

Fazit: Der soziale Gradient entsteht durch das Zusammenspiel verschiedener Mechanismen

Was erklärt den Effekt von sozialökologischen Kontexten?



- Lang, C., Hinz, T., Klos, L., & Canzio, I. (2026). *Application of the Socioeconomic Status Index (SES-Index) in the COMO Study (Wave 1): Exploring Social Gradients in Health Outcomes among Children and Adolescents*. Manuskript in Vorbereitung.
- Reiß, F., Volk, C., Behn, S., Kaman, A., Klos, L., Burchartz, A., Hinz, T., Hanssen-Doose, A., Woll, A., Niessner, C., Ravens-Sieberer, U., & Group, C. S. (2025). Psychische Gesundheit und körperliche Aktivität von Heranwachsenden unterschiedlicher sozialer Herkunft : Ergebnisse der bundesweiten COMO-Studie. *Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie*, 53(6), 304-316. <https://doi.org/10.1024/1422-4917/a001045>
- Reiß, F. L., Carolin, Kaman, A., & Ravens-Sieberer, U. (2026). *Poverty and child and adolescent health and well-being: The role of individual-, interpersonal and community-level factors. Results of the German COMO Study*. Manuskript in Vorbereitung.
- Rittsteiger, L., Hinz, T., Oriwol, D., Wasche, H., Santos-Hovener, C., & Woll, A. (2021). Sports participation of children and adolescents in Germany: disentangling the influence of parental socioeconomic status. *BMC public health*, 21(1), 1-1446. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11284-9>

- Top 1: Die COMO-Studie: Hintergrund, Design und Zielstellung der COMO-Studie
- Top 2: Gesundheit und Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen vor dem Hintergrund sozioökologischer Kontexte – aktuelle Ergebnisse und Trends
- **Top 3: Zum Zusammenhang zwischen dem Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen und ihrer psychischen Gesundheit bzw. Stimmung (Dr. Carmen Volk & Robin Olfermann, Karlsruher Institut für Technologie)**

Studiendesign



A Registerstichprobe aus 4-17-jährigen Kindern in Deutschland

- 1 Zufällige Ziehung von 185 Sample Points aus 171 Gemeinden**
(stratifiziert nach Bundesland, größenproportional zum Anteil der < 18-Jährigen)



● Sample point

- 2 Zufällige Ziehung von 200 Adressen je Sample Point aus Melderegistern**



4

Ergänzende Studien mit
Substichproben

Onlinebefragung 1



10/23-02/24

Onlinebefragung 2



11/24-02/25

Onlinebefragung 3



11/25-01/26



Digitale
Motoriktestung



Smartphone-
Studie



Akzelerometrie

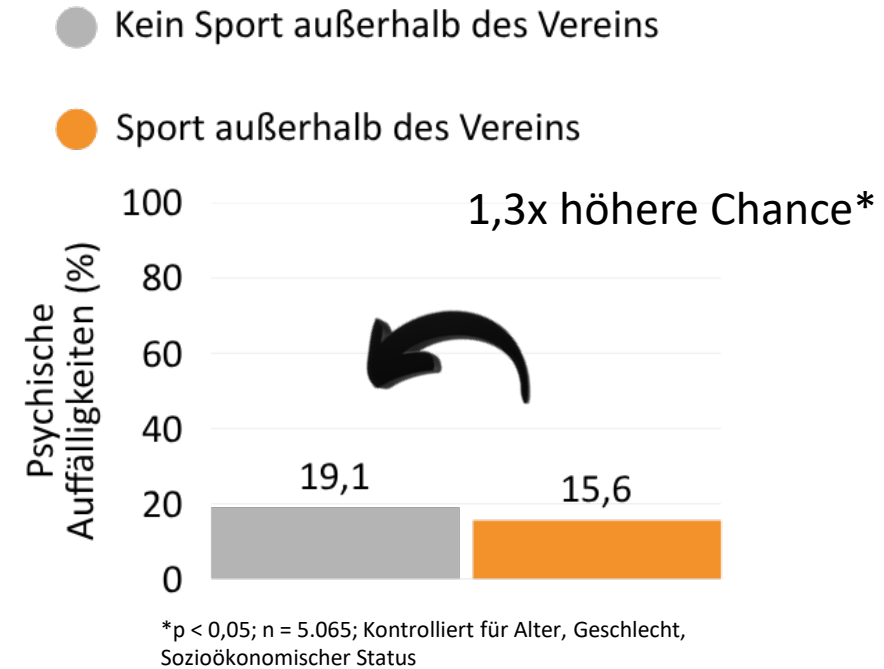
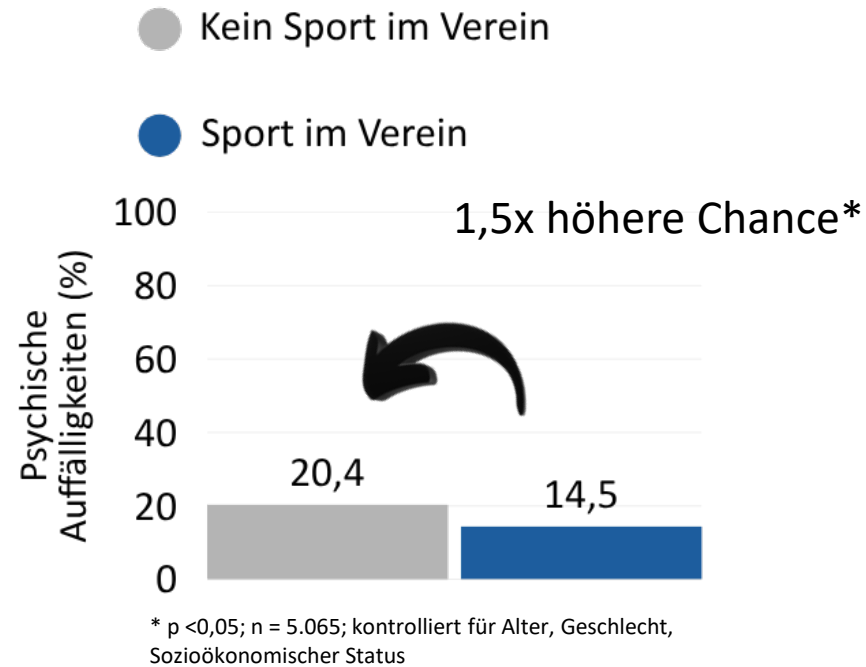
B

MoMo-Corona

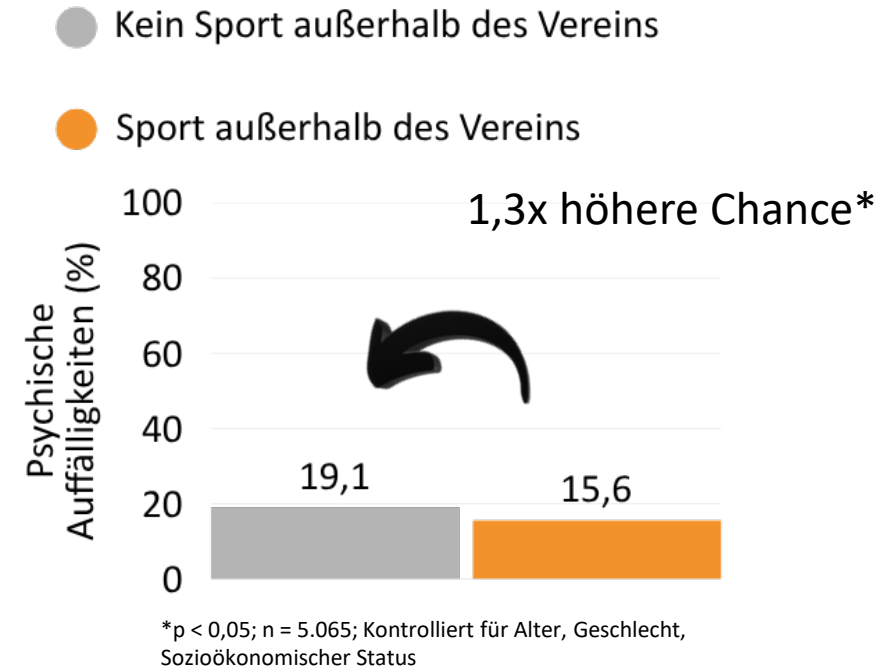
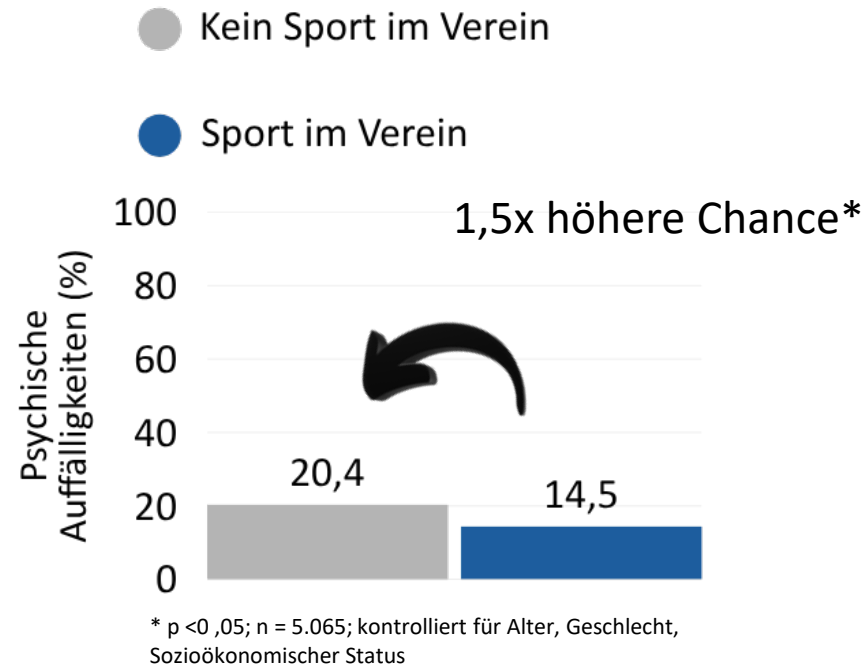
COPSY
STUDIE

Weiterverfolgung der Stichproben aus MoMo-
Corona & COPSY-Längsschnittstudien

Sport im und außerhalb des Vereins steht im Zusammenhang mit der psychischen Gesundheit



Sport im und außerhalb des Vereins steht im Zusammenhang mit der psychischen Gesundheit



- Höhere Chance für eine höhere gesundheitsbezogene Lebensqualität bei Teilnahme am Sport im Verein bzw. außerhalb des Vereins im Vergleich zu keiner Teilnahme (Verein: OR = 1,48; 95% KI[1,31;1,68]; Sport außerhalb des Vereins: OR = 1,19; 95% KI [1,05-1,34])

Die Smartphone-Studie



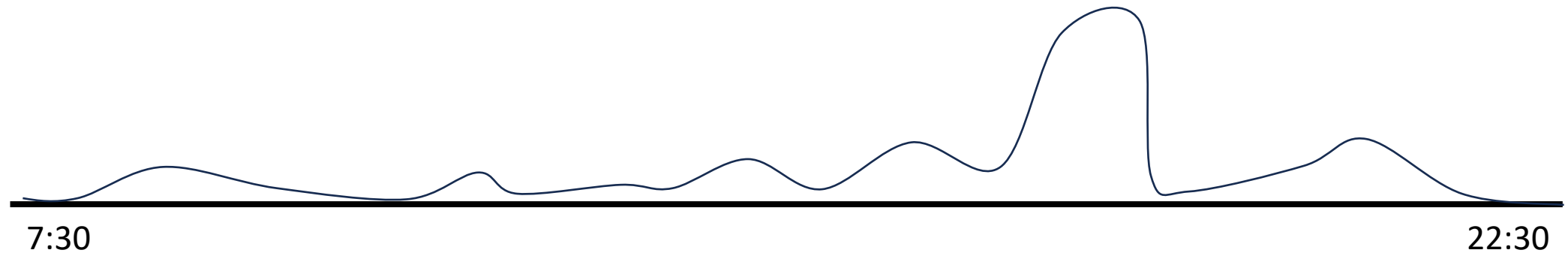
Wie hängen körperliche Aktivität und Stimmung innerhalb von Personen zusammen?

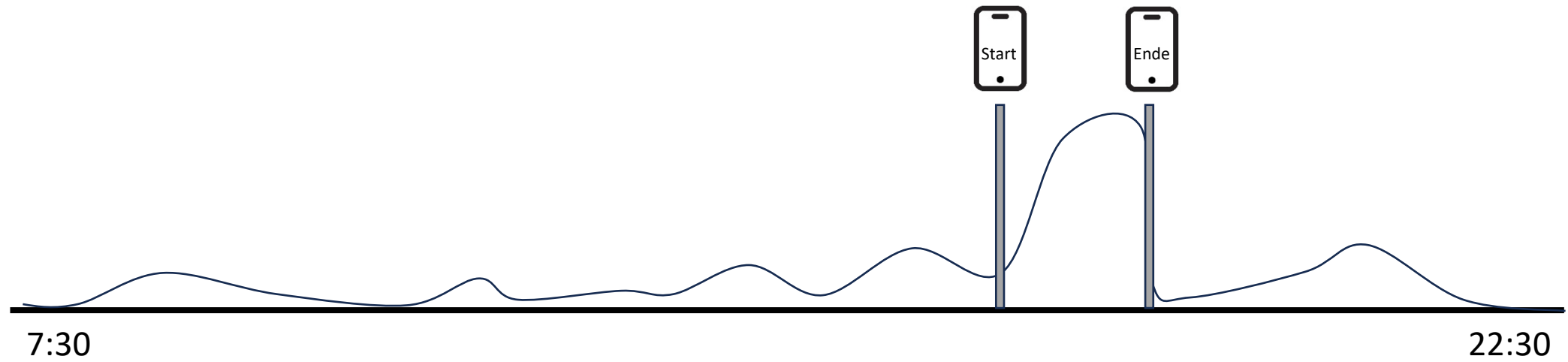
- 109 Teilnehmende
 - 75 Erwachsene: Ø 25,1 Jahre (SD 4,34)
 - 34 Kinder/Jugendliche: Ø 13,5 Jahre (SD 2,15)
- Jede Person nahm für 2 Wochen teil
- Körperliche Aktivität wurde mit zwei Akzelerometern gemessen
- Sportbeginn/-ende zusätzlich am Smartphone dokumentiert
- Mehrmals täglich Smartphone-Fragen zum Wohlbefinden

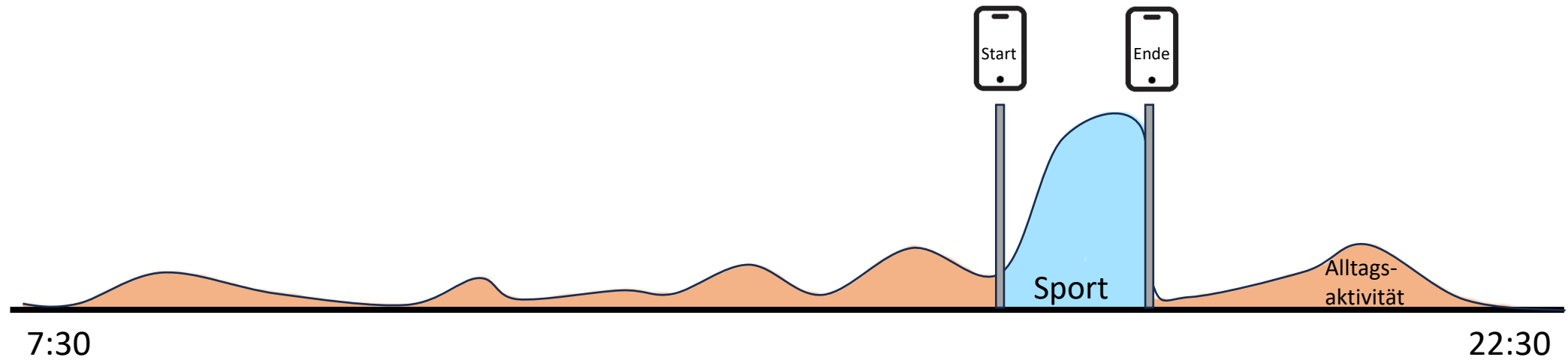


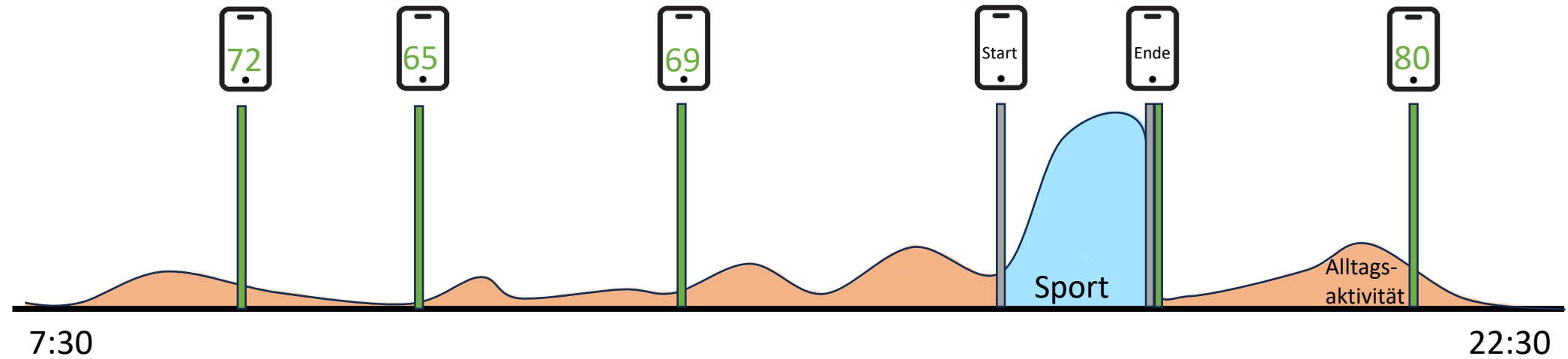
7:30

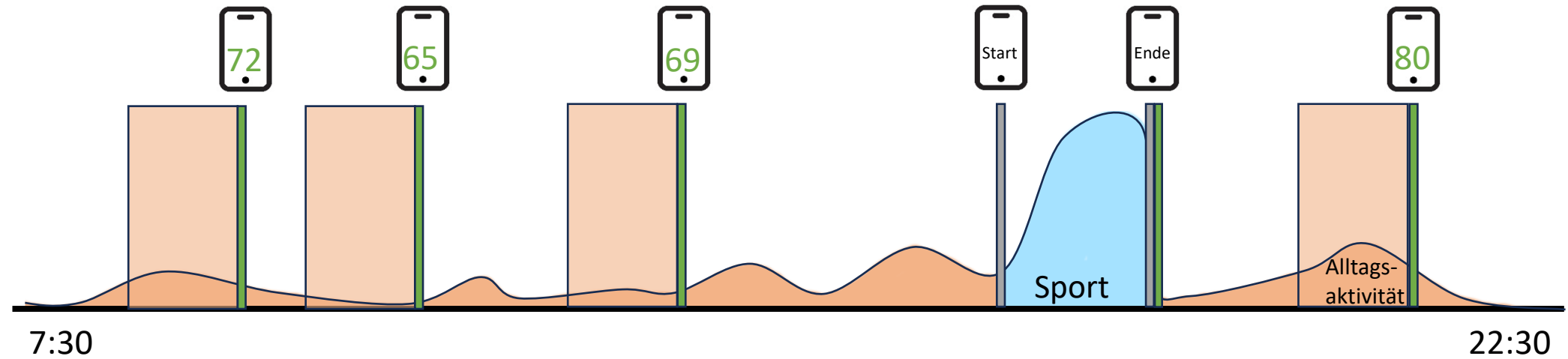
22:30

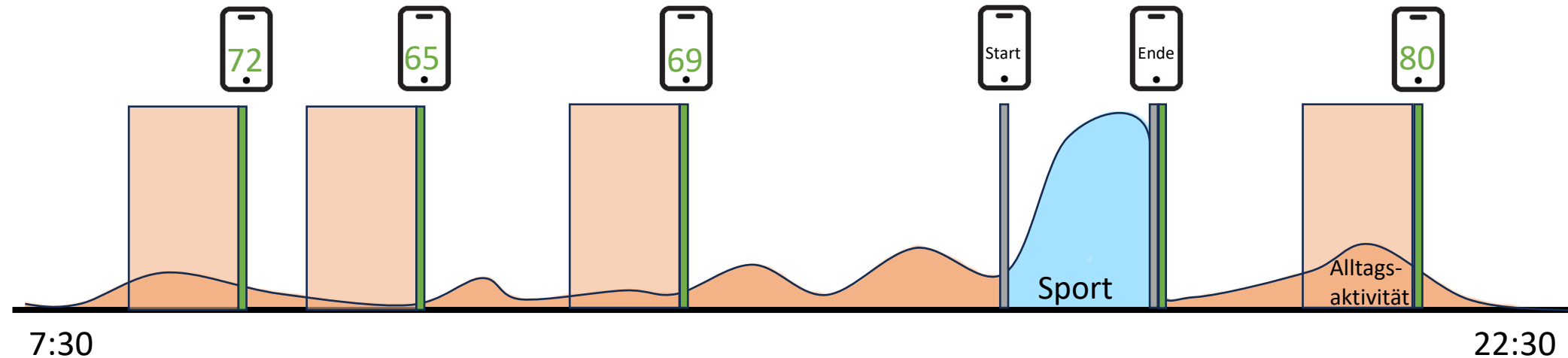












Insgesamt **8984 Smartphone-Abfragen**
durchschnittlich 82,4 pro Teilnehmer*in,
ca. 5,9 pro Tag

Insgesamt **248 Sporteinheiten**
durchschnittlich 2,3 pro Teilnehmer*in (SD = 3,4),
23 verschiedener Sportarten

Bessere Stimmung nach Aktivität



5.06
Punkte

wohler & zufriedener



4.39
Punkte

energiereicher & wacher

Bessere Stimmung nach Aktivität



Sport



5.06
Punkte

wohler & zufriedener



4.39
Punkte

energiereicher & wacher



Alltagsaktivität



4.26
Punkte

wohler & zufriedener



9.83
Punkte

deutlich energiereicher & wacher

Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen und ihre psychische Gesundheit bzw. Stimmung



Originalarbeit

Psychische Gesundheit und körperliche Aktivität von Heranwachsenden unterschiedlicher sozialer Herkunft

Ergebnisse der bundesweiten COMO-Studie

Franziska Reiß¹, Carmen Volk², Steven Behn¹, Anne Kaman¹, Leon Klos², Alexander Burchartz², Thomas Hinz³, Anke Hanssen-Doose⁴, Alexander Woll², Claudia Niessner², Ulrike Ravens-Sieberger¹ und die COMO-Study Group

¹ Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie und -psychosomatik, Zentrum für Psychosoziale Medizin, Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Deutschland

² Institut für Sport und Sportwissenschaft, Karlsruher Institut für Technologie, Deutschland

³ Fachbereich Geschichte und Soziologie, Universität Konstanz, Deutschland

⁴ Institut für Bewegungserziehung und Sport, Pädagogische Hochschule Karlsruhe, Deutschland



- Top 1: Die COMO-Studie: Hintergrund, Design und Zielstellung der COMO-Studie
- Top 2: Gesundheit und Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen vor dem Hintergrund sozioökologischer Kontexte – aktuelle Ergebnisse und Trends
- Top 3: Zum Zusammenhang zwischen dem Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen und ihrer psychischen Gesundheit bzw. Stimmung
- **Top 4: Zusammenfassung und Transfer der Ergebnisse mit anschließender Diskussion (Dr. Claudia Niessner & Prof. Dr. Alexander Woll, Karlsruher Institut für Technologie)**

Zusammenfassung



Ist-Stand

- sportliche Aktivität erholt
- Knapp 2/3 treiben Sport im Verein
- Körperliche Fitness leicht schlechter als früher (Eberhardt et al., 2025; Domingo-del-Val et al., 2026)
- Psychische Belastungen weiterhin über präpandemischem Niveau
- Globale Krisen verunsichern Kinder und Jugendliche
- Normalgewichtige fitter als übergewichtige/adipöse Heranwachsende

Kinder und Jugendliche sind weiterhin belastet.

Bewegung, soziale Unterstützung und ein positives Familienklima wirken als Schutzfaktoren. Besonders vulnerable Gruppen benötigen gezielte Unterstützung.



Schutzfaktoren

- Bewegung kann psychische Gesundheit und gesundheitsbezogene Lebensqualität stärken
- Sport und Alltagsaktivität steigert Stimmung und Energie
- Positives Familienklima
- Soziale Unterstützung



Vulnerable Gruppen

- Kinder und Jugendliche mit niedrigem (elterlichen) sozioökonomischem Status
- Elterliche psychische Probleme als Risikofaktor
- Heranwachsende mit Übergewicht u. Adipositas
- Chronisch erkrankte Kinder und Jugendliche



Methodischer Mehrwert



Digitale Erhebungsmethoden ermöglichen eine zeitnahe und alltagsnahe Erfassung



Soziale Gradienten ergeben sich aus mehreren sozialen Mechanismen



Das Längsschnittdesign mit drei Messzeitpunkten ermöglicht die Analyse von Veränderungen und Entwicklungsverläufen

Gesundheitsförderung & Prävention in Krisenzeiten

- **Vulnerable Gruppen** gezielt unterstützen (z.B. Kinder/Jugendliche mit chronischen Erkrankungen, Übergewicht, Adipositas)
- **Förderung psychische und physische Gesundheit** als gesamtgesellschaftliche Aufgabe: Rahmenbedingungen für ein gesundes Aufwachsen schaffen
- **Schutzfaktoren** fördern: Verknüpfung der Präventionsbereiche
- **Niedrigschwellige, krisenrobuste Angebote** ausbauen
- **Bewegung mit psychosozialer Prävention** verknüpfen
 - **Alltagsaktivität** systematisch fördern
- **Soziale Ungleichheiten** adressieren und Sportzugänge verbessern
 - **Aktive Mobilität** ermöglichen und sichere Räume für Bewegung schaffen (z.B. Fuß-, Radinfrastruktur)
 - **Eltern und Schulen einbeziehen**



Wissenschaft & Forschung

- Langfristiges bevölkerungsbezogenes Monitoring etablieren
- Längsschnittliche Analysen ausbauen
- Wirkmechanismen körperlicher Aktivität differenzieren
- Digitale Methoden und DigiMot als krisenfeste Instrumente weiterentwickeln

Policy Brief

der 18 Projekte der BMFTR
Förderlinie „Gesellschaftliche
Auswirkungen der Corona-Pandemie“

**ERKENNTNISSE AUS DER CORONA-PANDEMIE:
IMPLIKATIONEN ZUM UMGANG MIT ZUKÜNFTIGEN KRISEN AUS
GEISTES- UND SOZIALWISSENSCHAFTLICHER PERSPEKTIVE**

Positionspapier zur Förderlinie „Gesellschaftliche Auswirkungen der
Corona-Pandemie“ des Bundesministeriums für Forschung,
Technologie und Raumfahrt (BMFTR)

ERKENNTNISSE AUS DER CORONA-PANDEMIE: IMPLIKATIONEN ZUM UMGANG MIT ZUKÜNFTIGEN KRISEN AUS GEISTES- UND SOZIALWISSENSCHAFTLICHER PERSPEKTIVE

Positionspapier zur Förderlinie „Gesellschaftliche Auswirkungen der
Corona-Pandemie“ des Bundesministeriums für Forschung,
Technologie und Raumfahrt (BMFTR)



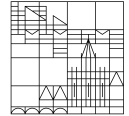
Vielen Dank!



Verbundpartner:



Universität
Konstanz



Infos zur Studie:



Weitere beteiligte Institute:



Gefördert durch:



Meet the expert – Teilgruppen



Sitzung 1: Bewegungsverhalten



Sitzung 2: Psychische Gesundheit



Sitzung 3: Physische Gesundheit



Sitzung 4: Sozioökonomische Effekte



Sitzungen können jederzeit gewechselt werden

Baumgarten, F., Cohrdes, C., Schienkiewitz, A., Thamm, R., Meyrose, A. K., & Ravens-Sieberer, U. (2019). Gesundheitsbezogene Lebensqualität und Zusammenhänge mit chronischen Erkrankungen und psychischen Auffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen : Ergebnisse aus KiGGS Welle 2 [Health-related quality of life and its relation to chronic diseases and mental health problems among children and adolescents : Results from KiGGS Wave 2]. *Bundesgesundheitsblatt, Gesundheitsforschung, Gesundheitsschutz*, 62(10), 1205–1214. <https://doi.org/10.1007/s00103-019-03006-9>

Behn, S., Reiß, F., Kaman, A., Volk, C., Niessner, C., Hanssen-Doose, A., Woll, A. & Ravens-Sieberer, U. (in Begutachtung). Psychosocial mechanisms linking physical activity and mental health in children and adolescents: the role of personal resources and social support.

Domingo-Del-Val, D., Lozano-Berges, G., Moradell, A., Gómez-Bruton, A., Matute-Llorente, Á., & Casajús, J. A. (2026). Temporal Trends in Health-Related Components of Physical Fitness of European Children and Adolescents from 1965 to 2025: A Systematic Review of Data on 417,362 Participants from 20 Countries. *Sports medicine - open*, 12(1), 77. <https://doi.org/10.1186/s40798-026-01032-x>

Eberhardt, T., Bös, K., Woll, A., Kliegl, R., & Niessner, C. (2025). Secular Trends of Children's Physical Fitness and the Impact of the COVID-Pandemic for Years 2012 to 2023. *Sports medicine - open*, 11(1), 80. <https://doi.org/10.1186/s40798-025-00881-2>

Hanssen-Doose, A., Klein, T., Niessner, C., Woll, A., & Worth, A. (2023a). Testmanual Digitaler Motoriktest—DigiMot [Wissenschaftlicher Bericht]. Pädagogische Hochschule Karlsruhe. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:751-opus4-5706>

Hanssen-Doose, A., Niessner, C., Oriwol, D., Bös, K., Woll, A., & Worth, A. (2021). Population-based trends in physical fitness of children and adolescents in Germany, 2003-2017. *European journal of sport science*, 21(8), 1204–1214. <https://doi.org/10.1080/17461391.2020.1793003>

Kaman, A., Devine, J., Erhart, M., Napp, A.-K., Reiss, F., Freitag, C. M., Zoellner, F., & Ravens-Sieberer, U. (2026). Current global crises and youth mental health in Germany: The role of media use, coping and resources. *European Child & Adolescent Psychiatry*. <https://doi.org/10.1007/s00787-026-03092-6>

Klein, T., Worth, A., Niessner, C., Merk, S., & Hanssen-Doose, A. (2026). Reference percentiles for children and adolescents for the digital motor performance test (DigiMot): results from the COMO-study. *Scientific reports*, 16(1), 6714. <https://doi.org/10.1038/s41598-026-40270-7>

Klein, T., Worth, A., Niessner, C., Merk, S., & Hanssen-Doose, A. (2026). Reference percentiles for children and adolescents for the digital motor performance test (DigiMot): results from the COMO-study. *Scientific reports*, 16(1), 6714. <https://doi.org/10.1038/s41598-026-40270-7>

Klein, T., Pauli, M., Greiner, J., & Hanssen-Doose, A. (2025). Validity, reliability, and feasibility of the digital motor performance test (DigiMot). *Frontiers in sports and active living*, 7, 1688017. <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1688017>

- Klos, L. (2026). *Understanding adolescent active travel: The role of the neighbourhood environment in rural and urban areas* (Dissertation). Karlsruher Institut für Technologie (KIT). <https://doi.org/10.5445/IR/1000193306>
- Klos, L., Wolbring, L., & Woll, A. (2025). Aktive Schulwege in städtischen und ländlichen Gebieten. (Un)genutzte Gesundheitspotenziale? *Stadtforschung Und Statistik*, 38(1), 33–39.
- Lämmle, L., Worth, A., & Bös, K. (2012). Socio-demographic correlates of physical activity and physical fitness in German children and adolescents. *European journal of public health*, 22(6), 880–884. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckr191>
- Lang, C., Hinz, T., Klos, L., & Canzio, I. (2026). *Application of the Socioeconomic Status Index (SES-Index) in the COMO Study (Wave 1): Exploring Social Gradients in Health Outcomes among Children and Adolescents*. Manuskript in Vorbereitung.
- Niessner, C., Reiß, F., Sand, M., Knirsch, F., Behn, S., Hanssen-Doose, A., Kaman, A., Reichert, M., Olfermann, R., Wagner, P., Worth, A., Klein, T., Fleps, M., von Haaren-Mack, B., Ravens-Sieberer, U., Woll, A., Volk, C., & COMO Study Group. (2025). Strategies to minimize selection bias in digital population-based studies in sport and health sciences: Methodological and empirical insights from the COMO study. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin*, 76(4), 160–166. <https://doi.org/10.5960/dzsm.2025.631>.
- Niessner, C., Lang, C. S., Burchartz, A., Volk, C., Behn, S., Gilbert, M., Von Haaren-Mack, B., Heissler, L., Kaman, A., Kolb, S., Klos, L., Klein, T., Napp, A.-K., Nigg, C., Olfermann, R., Reiss, F., Reichert, M., Hinz, T., Worth, A., ... Woll, A. (2023). COMO Study—The Impact of the COVID-19 Pandemic on the Physical and Mental Health and Health Behavior of Children and Adolescents against the Background of Socioecological Contexts of Germany. (COMO-Studie—Auswirkungen der COVID-19-Pandemie auf die physische und die psychische Gesundheit und das Gesundheitsverhalten von Kindern und Jugendlichen vor dem Hintergrund sozioökologischer Kontexte in Deutschland.). <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/68FDN>
- Reiss, F., Erhart, M., Kaman, A., Devine, J., Zoellner, F., & Ravens-Sieberer, U. (2026). Tracing socioeconomic inequalities in children's and adolescent's mental health: Longitudinal study findings from 2017 to 2024. *BMC Public Health*, 26(1), 711. <https://doi.org/10.1186/s12889-026-26577-0>
- Reiß, F., Volk, C., Behn, S., Kaman, A., Klos, L., Burchartz, A., Hinz, T., Hanssen-Doose, A., Woll, A., Niessner, C. & Ravens-Sieberer, U. (2025). Psychische Gesundheit und körperliche Aktivität von Heranwachsenden unterschiedlicher sozialer Herkunft: Ergebnisse der bundesweiten COMO-Studie. *Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie*, 53(6), 304-316. <https://doi.org/10.1024/1422-4917/a001045>
- Reiß, F. L., Carolin, Kaman, A., & Ravens-Sieberer, U. (2026). *Poverty and child and adolescent health and well-being: The role of individual-, interpersonal and community-level factors. Results of the German COMO Study*. Manuskript in Vorbereitung.
- Rittsteiger, L., Hinz, T., Oriwol, D., Wasche, H., Santos-Hovener, C., & Woll, A. (2021). Sports participation of children and adolescents in Germany: disentangling the influence of parental socioeconomic status. *BMC public health*, 21(1), 1-1446. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11284-9>
- Sallis, J. F., & Owen, N. (2015). Vol. 5, pp. 43-64. John Wiley & Sons, Inc.