



Bayer Vital GmbH
Unternehmenskommunikation
51366 Leverkusen
Germany
Tel. +49 214 30-1
www.news.bayer.de

Factsheet

Achtsamkeit in Deutschland: Kommen unsere Kinder zu kurz?

Kernergebnisse der Achtsamkeitsstudie 2017 und erweiterte Auswertung 2018: Die Sicht der Eltern – im Spiegel ihrer Kinder

- | | |
|-----------------------------|---|
| Initiator der Studie | <ul style="list-style-type: none">• Bepanthen-Kinderförderung – eine Initiative der Bayer Vital GmbH |
| Studienleitung | <ul style="list-style-type: none">• Fakultät für Erziehungswissenschaft der Universität Bielefeld unter der wissenschaftlichen Leitung von Prof. Dr. Holger Ziegler |
| <u>Studiendesign</u> | |
| Stichprobe | <ul style="list-style-type: none">• 1.083 Kinder in Deutschland und 1.091 Eltern (721 Kinder von 6 bis 11 Jahren und 362 Jugendliche von 12 bis 16 Jahren sowie deren Eltern) |
| Zielsetzung | <ul style="list-style-type: none">• Repräsentative Erhebung zur empfundenen Achtsamkeit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland sowie die Spiegelung mit der Elternperspektive |
| Untersuchungsmethode | <ul style="list-style-type: none">• Quantitative Interviews mit 1.083 Kindern und Jugendlichen in den Städten Berlin, Leipzig und Köln• Elternbefragung zu Einschätzung ihrer eigenen Lebenssituation sowie Achtsamkeit und Sensibilität gegenüber den Bedürfnissen ihrer Kinder |

Studienergebnisse

Zentrales Ergebnis 2017 (Recap)

- Fast jedes dritte Kind (31 %) und jeder fünfte Jugendliche (17 %), also insgesamt 1,9 Millionen Kinder und Jugendliche in Deutschland, fühlen sich von ihren Eltern wenig bis gar nicht beachtet.
- Unbeachtete Kinder und Jugendliche weisen Defizite in ihrer Lebenszufriedenheit, Empathiefähigkeit und ihrem Selbstvertrauen auf.

Ergebnisse der erweiterten Auswertung 2018

1. Zufriedenheit mit dem Familienleben: Elternperspektive

- Die überwiegende Mehrheit der Eltern (85,4 %) ist im Allgemeinen mit ihrem Leben **zufrieden**. Ein Viertel der Eltern mit einem niedrigen sozialen Status bestätigt dies jedoch nicht.
- 11 % der Befragten haben **kein gutes Gefühl**, wenn sie über ihr Leben nachdenken.
- Beruflicher **Ärger** lässt 32 % der Eltern nach eigenen Angaben nicht los. Privater Ärger belastet sogar 45 % dauerhaft. 39 % der Befragten bezeichnen sich als ungeduldig gegenüber anderen.
- Auch wenn 89 % der Befragten bestätigen, sich in ihrer Elternrolle **sicher** zu fühlen, geben 17 % an, durch ihre Elternrolle **gestresst** zu sein. 20 % glauben, dass sie **kein gutes Vorbild** für andere Eltern sind, und 19 % geben an, ihre eigenen **Erwartungen** bei der Kindererziehung nicht zu erfüllen.
- Fühlen sich **Eltern** gestresst in ihrer Rolle, berichten 45 %, dass sie sich häufiger **niedergeschlagen oder erschöpft fühlen**. Nicht gestresste Eltern empfinden dies nur zu 22 %.

2. Achtsamkeitsaspekte im Familienleben: Vergleich der Kinder- und Jugendlichen- mit der Elternperspektive

- 9 % aller befragten Kinder bis 11 Jahre zeigen eine geringe **Selbstakzeptanz**. Bei den Eltern der Kinder liegt der Anteil mit geringer Selbstakzeptanz mit 22 % deutlich höher.

Von den befragten Jugendlichen bestätigen 7 % geringe Selbstakzeptanz. Der Anteil der Eltern, die ihre Selbstakzeptanz als gering einstufen, liegt bei 16 %.
- 49 % aller befragten Kinder glauben, dass ihre **Eltern immer bemerken, wenn sie Sorgen** haben. Der Anteil der Eltern, die diese Annahme bestätigen, liegt nur bei 40 %.

Unter den Jugendlichen glauben immerhin noch 37 %, dass ihre **Eltern immer bemerken, wenn sie Sorgen haben**. Auch hier ist der Anteil der Eltern, die glauben, die Sorgen ihrer Kinder im Alter von 11 bis 16 Jahren immer zu erkennen, mit 34 % geringer.
- 50 % der befragten Kinder und 38 % der Jugendlichen geben an, dass ihre Eltern ihnen **immer zuhören**. Von den Eltern beider Gruppen können jeweils nur 31 % dies bestätigen.
- Nur 30 % bzw. 32 % der Kinder und Jugendlichen haben das Gefühl, dass ihre Eltern **sie immer nach ihrer Meinung fragen**. Die Eltern haben dazu mit 40 % bzw. 37 % eine deutlich positivere Selbstwahrnehmung.
- 91 % bzw. 94 % der Eltern von Kindern und Jugendlichen glauben, in den meisten Fällen zu **wissen, was in ihren Kindern vorgeht**. Dagegen berichten nur je zwei Drittel der Kinder und Jugendlichen, dass dies der Fall ist.
- 66 % aller Kinder wünschen sich oft, dass ihre Eltern **mehr Zeit** für sie hätten. Von diesen wünschen sich 60 % ebenfalls mehr Zeit mit der Familie, 35 % hätten

darüber hinaus gerne mehr Zeit mit ihren Kindern allein. Allerdings bestätigen 43 % der Eltern auch, dass sie gerne mehr kinderfreie Zeit für sich selbst, und 58 %, dass sie gerne mehr kinderfreie Zeit mit ihrem Partner/ihrer Partnerin hätten.

- Bei den Jugendlichen sind es nur noch 16 %, die **mehr Zeit** mit ihren Eltern verbringen wollen. Hingegen möchten die Eltern der Jugendlichen zu 65 % gerne mehr Zeit mit der Familie verbringen, 43 % mit den Jugendlichen allein. Nur noch 27 % wünschen sich mehr kinderfreie Zeit für sich selbst und 41 % mit ihrem Partner/ihrer Partnerin.

3. Achtsamkeit im Familienleben: Auswirkung des Elternverhaltens auf die empfundene Beachtung der Kinder

- Zwischen der **Zufriedenheit** der Eltern mit dem Familienleben und der Beachtung, die ihre Kinder empfinden, zeigt sich eine Korrelation: 53 % der Kinder zufriedener Eltern beschreiben ihre Eltern als achtsam ihnen gegenüber, nur 12 % empfinden die Beachtung als gering. Bei Eltern mit geringer Zufriedenheit fühlen sich nur 32 % der Kinder beachtet und 26 % unbeachtet.
- 75 % der Eltern geben an, dass ihnen die **Bedürfnisse ihrer Kinder wichtiger sind** als ihre eigenen. Von deren Kindern geben 55 % an, sich beachtet zu fühlen. Von den Eltern, die ihre eigenen Bedürfnisse als wichtiger ansehen, nehmen nur 38 % der Kinder ein Gefühl des Beachtetseins wahr.
- 23 % der Kinder von Eltern, die ihre **eigene Empathiefähigkeit** als gering beschreiben, fühlen sich unbeachtet. Bei empathischen Eltern sind es nur 16 %.
- Haben Eltern nur wenig **Aufmerksamkeit für die Interessen** ihrer Kinder, fühlen sich 31 % davon unbeachtet. Bei interessierten Eltern empfinden dies mit 16 % nur halb so viele Kinder.

- 41 % der Kinder, die von ihren Eltern nur **wenig Beachtung** erhalten, zeigen Verhaltensauffälligkeiten, wie beispielsweise häufigen Streit, Lügen und Wutanfälle. Nur 17 % der beachteten Kinder haben hier Probleme.
- Von **Eltern, die sich als selbstachtsam** beschreiben, empfinden sich 50 % der Kinder beachtet – im Gegensatz zu 38 % der Kinder von wenig selbstachtsamen Eltern. Interessant ist, dass der Anteil der sich unbeachtet fühlenden Kinder in beiden Elterngruppen ähnlich ist (20 % bei selbstachtsamen, 18 % bei wenig selbstachtsamen Eltern).

4. Sicherheit in der Elternrolle und Auswirkungen auf die Beziehung zu den eigenen Kindern

- Während von den Eltern, die sich in ihrer Rolle sicher fühlen, 53 % angeben, **den Emotionen ihrer Kinder immer Beachtung zu schenken**, können dies nur 38 % der unsicheren Eltern für sich bestätigen.
- Nur 22 % der Eltern, die sich in ihrer Rolle unsicher fühlen, können bestätigen, die **Interessen** ihrer Kinder immer zu beachten. Bei den sicheren Eltern sind es 37 %.
- 39 % der Eltern, die sich in ihrer Rolle sicher fühlen, berichten, dass sie mit der Organisation des Familienalltags **gut zurechtkommen**. Dies empfinden nur 10 % der unsicheren Eltern. 14 % fühlen sich **sogar manchmal überfordert**, im Gegensatz zu nur 2 % bei den sicheren Eltern.
- Die Hälfte der Eltern, die in ihrer Rolle unsicher sind, sorgt sich, ihre Kinder **nicht ausreichend zu fördern**. Bei Eltern, die sich sicher sind, sind es nur 28 %.
- Fühlen sich Eltern in ihrer Rolle sicher, sorgen sich 79 % nicht darüber, **ob ihre Kinder sie mögen**. Bei unsicheren Eltern sind es nur 55 %, die diese Sorge nicht betrifft.

- Sind Eltern unsicher in ihrer Rolle, kann sich dies auf die Gefühlswelten ihrer Kinder auswirken: So haben 38 % der Befragten den Eindruck, dass ihre Kinder häufiger **bedrückt erscheinen oder viele Sorgen** haben – im Gegensatz zu 21 % bei gefestigten Eltern. Zusätzlich berichten 47 % der unsicheren Eltern, dass ihre Kinder häufiger **gestresst** wirken, und 50 % haben Probleme mit **Wutanfällen**. Dagegen sind es bei Kindern sicherer Eltern jeweils nur 32 %, bei denen diese Problematiken auftreten.
- Auch die Folgebereitschaft der Kinder unsicherer Eltern ist mit 35 % geringer als bei Eltern, die sich in ihrer Rolle sicher fühlen. Von diesen bezeichnen 47 % ihre Kinder als **folgsam**.
- 81 % der Eltern, die sich in ihrer Rolle sicher fühlen, bezeichnen ihre Kinder als **hilfsbereit**. Von den unsicheren Eltern können dies nur 70 % für ihre Kinder bestätigen.

5. Belastung durch die Elternrolle und Auswirkungen auf die Kinder

- Wenn Eltern sich durch die Elternschaft stark belastet fühlen, kann dies Konflikte innerhalb der Familie fördern. Nur 24 % der **Kinder** dieser Eltern geben an, keine **Konflikte mit den Eltern zu haben**. Kinder der Eltern, die sich nur als moderat belastet betrachten, berichten dies zu 35 %.
- Die **Lebenszufriedenheit von Kindern** wird auch durch die von ihren Eltern empfundene Belastung beeinflusst: So bestätigen nur 22 % der Kinder stark belasteter Eltern eine hohe Lebenszufriedenheit, im Gegensatz zu 36 % der Kinder moderat belasteter Eltern.
- Zusätzlich machen sich Kinder stark belasteter Eltern häufiger **Sorgen und fühlen sich einsam** (41 %). Dies empfinden nur 28 % der Kinder moderat belasteter Eltern.

- 35 % der Kinder stark belasteter Eltern berichten von der Sorge, die Eltern zu **enttäuschen** – im Gegensatz zu 29 % der Kinder moderat belasteter Eltern.
- Fühlen sich Eltern stark belastet, übernehmen 35 % der Kinder verstärkt **elterliche Aufgaben und somit die Rolle des Erwachsenen**. Bei Kindern von moderat belasteten Eltern sind dies 25 %.

6. Fokussiertheit der Eltern und Auswirkungen auf die Kinder

- Erledigen Eltern oft viele Dinge im Multitasking, in Eile und ohne Aufmerksamkeit, sind sie auf ihre Handlungen auch nur gering fokussiert. Damit sinkt auch der Anteil der Zeit, in der sie ihren Kindern **ihre volle Aufmerksamkeit** schenken: 36 % der gering fokussierten Eltern verbringen mehrmals täglich Zeit mit ihren Kindern. Der Anteil stark fokussierter Eltern liegt hier bei 42 %.
- Von den Eltern mit geringer Fokussiertheit wünschen sich 76 % **mehr Zeit** mit ihrer Familie. Sind sie stark fokussiert, besteht dieser Bedarf nur bei 63 %.
- Auch kann eine geringe Fokussiertheit der Eltern Auswirkungen auf die **Gesundheit** ihrer Kinder haben. 43 Prozent der Kinder gering fokussierter Eltern klagen häufig über Kopfschmerzen, Bauchschmerzen oder Übelkeit. Bei Kindern fokussierter Eltern sind solche somatischen Beschwerden nur zu 34 % zu beobachten.

Vergangene Studien der Bepanthen-Kinderförderung

2015	Burn-Out im Kinderzimmer: Wie gestresst sind Kinder und Jugendliche in Deutschland?
2013	Gewalt- und Missachtungserfahrungen von Kindern und Jugendlichen in Deutschland
2011	Alleinerziehung in Deutschland
2009	Kinderarmut in Deutschland

Ansprechpartner

Prof. Dr. Holger Ziegler

Fakultät für Erziehungswissenschaft der Universität
Bielefeld

Tel. +49 521 10-63323, E-Mail: h.ziegler@uni-bielefeld.de

Regina Gropp

Unternehmenskommunikation, Bayer Vital GmbH

Tel. +49 214 30-51353, E-Mail: regina.gropp@bayer.com

<http://kinderförderung.bepanthen.de/>

Über Bayer

Bayer ist ein weltweit tätiges Unternehmen mit Kernkompetenzen auf den Life-Science-Gebieten Gesundheit und Agrarwirtschaft. Mit seinen Produkten und Dienstleistungen will das Unternehmen den Menschen nützen und zur Verbesserung der Lebensqualität beitragen. Gleichzeitig will der Konzern Werte durch Innovation, Wachstum und eine hohe Ertragskraft schaffen. Bayer bekennt sich zu den Prinzipien der Nachhaltigkeit und handelt als „Corporate Citizen“ sozial und ethisch verantwortlich. Im Geschäftsjahr 2017 erzielte der Konzern mit rund 99.800 Beschäftigten einen Umsatz von 35,0 Milliarden Euro. Die Investitionen beliefen sich auf 2,4 Milliarden Euro und die Ausgaben für Forschung und Entwicklung auf 4,5 Milliarden Euro. Weitere Informationen sind im Internet zu finden unter www.bayer.de

Die Bayer Vital GmbH vertreibt die Arzneimittel der Divisionen Consumer Health und Pharmaceuticals sowie die Tierarzneimittel der Geschäftseinheit Animal Health in Deutschland. Mehr Informationen zur Bayer Vital GmbH finden Sie unter:
www.gesundheit.bayer.de

Ihre Ansprechpartnerin:

Regina Gropp, Tel. +49 214 30-51353, Fax: +49 214 30-85270

E-Mail: regina.gropp@bayer.com

Mehr Informationen unter presse.bayer.de

Folgen Sie uns auf Twitter: twitter.com/BayerPresse_DE

rg (2018-0094)

Zukunftsgerichtete Aussagen

Diese Presseinformation kann bestimmte in die Zukunft gerichtete Aussagen enthalten, die auf den gegenwärtigen Annahmen und Prognosen der Unternehmensleitung von Bayer beruhen. Verschiedene bekannte wie auch unbekannt Risiken, Ungewissheiten und andere Faktoren können dazu führen, dass die tatsächlichen Ergebnisse, die Finanzlage, die Entwicklung oder die Performance der Gesellschaft wesentlich von den hier gegebenen Einschätzungen abweichen. Diese Faktoren schließen diejenigen ein, die Bayer in veröffentlichten Berichten beschrieben hat. Diese Berichte stehen auf der Bayer-Webseite www.bayer.de zur Verfügung. Die Gesellschaft übernimmt keinerlei Verpflichtung, solche zukunftsgerichteten Aussagen fortzuschreiben und an zukünftige Ereignisse oder Entwicklungen anzupassen.