

Immer mehr Kinder leiden unter Ängsten: Caritas will frühe Prävention stärken

Von Pia Klinkhammer

16. September 2026, 11:17

News und Pressemitteilungen

Top-News für Startseite mit Bild





Klimakrise, Kriege und Leistungsdruck verunsichern Kinder und Jugendliche. Damit nehmen Ängste und andere psychische Belastungen deutlich zu, wie die COPSYS-Studie 2025 belegt. Knapp zwei Drittel der Befragten berichten über häufige Erschöpfung. Besonders betroffen sind Kinder und Jugendliche mit einem niedrigen Sozialstatus.

„Für die Caritas ergibt sich daraus ein klarer Auftrag: Wir stärken Kinder und Jugendliche, aber frühzeitig. Wir wollen Belastungen und Erkrankungen vorbeugen und nicht erst dann reagieren, wenn psychische Probleme entstanden sind“, sagt Daniela Mereu-Müller vom Caritasverband für das Erzbistum Köln.

Ein Beispiel für diese Strategie ist die Zusammenarbeit mit dem NaturGut Ophoven, einem Umweltbildungszentrum in Leverkusen. Das Projekt „GlücksBande“ setzt den Zukunftsängsten vieler Kinder positive Erfahrungen in der Natur entgegen: Kinder entdecken spielerisch ihre eigenen Stärken, erfahren Zugehörigkeit und erleben, dass ihr Handeln einen Unterschied macht. Sie lernen, Verantwortung zu übernehmen, aufeinander zu achten und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu entwickeln. Kitas werden so zu einem Ort, an dem Kinder, Fachkräfte und Familien Gesundheit, Nachhaltigkeit, Gemeinschaft und Zukunftsmut erleben können.

„Alles, was wir heute in die Zukunft von Kindern und Jugendlichen investieren, wird sich für sie und unsere Gesellschaft auszahlen“, betont Mereu-Müller. Der Caritasverband im Erzbistum Köln unterstützt Projekte wie die GlücksBande nicht nur fachlich und organisatorisch.

Der Verband fördert gezielt die Verankerung von Resilienz in Kindertageseinrichtungen (KITAs). Dabei stellt er sein Netzwerk zur Verfügung und unterstützt bei der Gewinnung von Kooperationspartnern. Ein besonderer Fokus liegt auf plusKITAs, die häufig Kinder aus herausfordernden Lebenslagen betreuen. „So kommt die Förderung gezielt dort an, wo sie besonders gebraucht wird“, so Mereu-Müller.

Das Projekt wird im Auftrag des Caritasverband Leverkusen und dem Caritasverband für das Erzbistum Köln vom NaturGut Ophoven umgesetzt. Die Finanzierung durch die Techniker Krankenkasse unterstreicht den präventiven Gewinn des Projekts.

Kontakt zur Caritas Expertin:

Daniela Mereu-Müller

Fachberatung Tageseinrichtungen für Kinder

Caritasverband für das Erzbistum Köln

Mobil +49 151 23428194

daniela.mereu-mueller@caritasnet.de (<mailto:daniela.mereu-mueller@caritasnet.de>)