



# Pressemitteilung

Köln, 28. Februar 2023

## **AXA Mental Health Report 2023: 41 Prozent der jungen Frauen bezeichnen sich als psychisch erkrankt**

- 41 Prozent der 18- bis 34-jährigen Frauen in Deutschland sagen, sie seien aktuell psychisch erkrankt.
- Die steigenden Preise und der Krieg haben einen negativen Einfluss auf den emotionalen Zustand der Deutschen.
- Immer mehr Menschen diagnostizieren ihre psychische Erkrankung selbst online.
- AXA hat zum dritten Mal in Folge den Mental Health Report erhoben. Die internationale Studie ermittelt Aussagen zum mentalen Gesundheitszustand der Bevölkerung und sensibilisiert für mögliche Risiken einer mentalen Erkrankung – auch im Zusammenhang mit den aktuell herrschenden Krisen.

Mehr als vier von zehn jungen Frauen (41 Prozent) zwischen 18 und 34 Jahren sagen, dass sie aktuell unter Depressionen, Angststörungen, Essstörungen, Zwangsneurosen oder anderen psychischen Erkrankungen leiden. Zu diesem Ergebnis kommt der dritte AXA Mental Health Report für den das Meinungsforschungsinstitut Ipsos eine bevölkerungsrepräsentative Umfrage ab 18 Jahren in Deutschland und fünfzehn weiteren Ländern durchgeführt hat. Im Bundesdurchschnitt gibt rund jede:r Dritte (32 Prozent) an, derzeit unter einer mentalen Erkrankung zu leiden. Im Vergleich mit den weiteren untersuchten Ländern aus Europa liegen Deutschland und Großbritannien (32 Prozent) damit an der Spitze. In Frankreich gibt nicht einmal jede:r Fünfte (19 Prozent) an, aktuell psychisch erkrankt zu sein.

### **Krieg und seine Folgen aber auch Druck durch Social Media beeinflussen das psychische Wohlbefinden der Deutschen**

Die Mehrheit der Deutschen gibt an, dass die steigenden Preise (89 Prozent), der Krieg (81 Prozent) und der Zustand der Wirtschaft (76 Prozent) einen negativen Einfluss auf ihr emotionales Wohlbefinden haben. Unter den 18- bis 24-Jährigen ist der Anteil derjenigen, die steigende Preise als Einflussfaktor nennen mit 90 Prozent sogar noch höher als im Bundesdurchschnitt. Auffällig ist außerdem: Drei Viertel dieser Altersgruppe nennen neben dem Krieg (75 Prozent) auch persönliche Faktoren wie das eigene Körperbild (75 Prozent) und gesellschaftliche Erwartungen (75 Prozent) als wichtige Einflussfaktoren auf ihre emotionale Verfassung. Deutlich mehr als die Hälfte (63 Prozent) der 18- bis 24-Jährigen sagen außerdem, dass die sozialen Medien und



das „always on“ im Internet ihre emotionale Verfassung negativ beeinflussen.

„Die aktuelle psychische Verfassung unserer Gesellschaft stimmt bedenklich. Die gleichzeitigen Krisen haben ihre Spuren in der Bevölkerung hinterlassen – gerade bei jungen Menschen. Mit dem AXA Mental Health Report wollen wir auf diese Situation aufmerksam machen und gleichzeitig einen Beitrag dazu leisten, dass mentale Probleme und Erkrankungen kein Tabu mehr in unserer Gesellschaft sind. Dies ist eine wichtige Voraussetzung, damit wir gemeinsam mit unseren Partnern weiterhin an der Stärkung der mentalen Gesundheit arbeiten können“, so **Karsten Dietrich**, Vorstand Personenversicherung bei AXA Deutschland.

24 Prozent aller Befragten stimmen der Aussage zu, dass das mit mentalen Erkrankungen verbundene gesellschaftliche Stigma abgenommen hat. Unter den 44- bis 74-Jährigen sind es deutlich weniger. Unter den stärker betroffenen 18- bis 24-Jährigen sagen 38 Prozent, dass die Stigmatisierung abgenommen hat.

## Ältere mit höherer Resilienz – Junge optimistischer

Die am wenigsten von psychischen Erkrankungen betroffene Altersgruppe sind die 65- bis 74-Jährigen. Hier geben 17 Prozent an, aktuell mental erkrankt zu sein. Die steigende Lebenserfahrung hilft offenbar dabei, mit schwierigen Situationen umzugehen: Deutlich mehr als die Hälfte der 65- bis 74-Jährigen sagt, dass sie kontrollieren, wie sich die Dinge auf ihr psychisches Wohlbefinden auswirken (66 Prozent). Die große Mehrheit dieser Altersgruppe stimmt außerdem der Aussage zu, sich mit sich selbst wohlfühlen (68 Prozent) und stolz darauf zu sein, was sie bisher im Leben erreicht haben (70 Prozent). Gleichzeitig stimmen lediglich 17 Prozent dieser Altersgruppe der Aussage zu, dass das mit mentalen Erkrankungen verbundene gesellschaftliche Stigma abgenommen hat.

Eine Minderheit von 38 Prozent der Deutschen blickt optimistisch in die Zukunft. Unter den 18- bis 24-Jährigen sind es immerhin 47 Prozent. Gefragt nach einem Wunsch, um das eigene Leben zu verbessern, nennen die jungen Erwachsenen an erster Stelle „den perfekten Job finden“ (19 Prozent). Danach folgen „mentale Gesundheit“ (18 Prozent), „körperliche Gesundheit“ (15 Prozent) und „Reichtum“ (15 Prozent). Die jüngste befragte Altersklasse ist die einzige, die mentale noch vor körperlicher Gesundheit nennt.

## Immer mehr diagnostizieren sich selbst online

Die Zahl der Menschen, die ihre mentale Erkrankung durch das Internet selbst diagnostiziert haben, ist auf 16 Prozent gestiegen. Im vergangenen Jahr lag dieser Wert noch bei 12 Prozent. Unter den 18- bis 24-Jährigen sind es sogar 40 Prozent – und damit beinahe genau so viele wie die, die ihre Erkrankung durch eine:n Psychiater:in oder Psycholog:in diagnostiziert bekommen haben (41 Prozent). Jede:r vierte junge Erwachsene (25 Prozent) gibt außerdem an, dass die Erkrankung nicht professionell behandelt, sondern durch Selbsthilfe gemanagt wird. Besonders alarmierend ist: Fast jede:r dritte Betroffene zwischen 18 und 24 Jahren (32 Prozent) erhält aktuell keine Behandlung.

„Digitale Angebote können ein hilfreiches Instrument sein, um Betroffene schnell und einfach zu unterstützen. Wichtig ist jedoch, nicht auf vermeintliche Expert:innen in den sozialen Medien zu vertrauen, sondern online und offline auf Angebote mit psychologischem und psychiatrischen



Fachpersonal zu achten“, erklärt Psychotherapeutin **Dr. Deniz Kirschbaum**, die neben der Behandlung eigener Patient:innen Unternehmen in allen Fragen rund um psychische Gesundheit und Entwicklungen berät.

## Services von AXA

Mit [www.meine-gesunde-seele.de](http://www.meine-gesunde-seele.de) hat AXA im Rahmen des gesundheitservice360° für seine Kund:innen ein Portal geschaffen, auf dem zahlreiche Informationen und Unterstützungsangebote rund um psychische Belastungen gebündelt sind. Durch kompetente, persönliche Beratung und vielseitige Services unterstützt AXA ihre Versicherten darin, passende Behandlungsmöglichkeiten zu finden und Krankheitsverläufe positiv zu beeinflussen. Mit den Unterstützungsprogrammen von Novego hilft AXA den Kund:innen, die Stress vorbeugen möchten oder unter Depressionen, Ängsten, Burnout oder Schlafproblemen leiden. Kostenfreie Selbsttests helfen zudem allen Betroffenen, ihre Symptome einzuschätzen. In Zusammenarbeit mit IVPNetworks GmbH werden Online-Sprechstunden mit psychotherapeutischem Fachpersonal angeboten. Darüber hinaus unterstützt AXA auch bei der Suche nach einem geeigneten Therapieplatz. So vereint AXA im Rahmen des gesundheitservice360° digitale Unterstützung und persönliche Begleitung von Kund:innen mit psychischen Problemen.

## Über den AXA Mental Health Report

Für den internationalen AXA Mental Health Report hat das Meinungsforschungsinstitut Ipsos im Auftrag von AXA im September 2022 2.000 Personen zwischen 18 und 74 Jahren in Deutschland repräsentativ online befragt. Neben Deutschland wurden Ergebnisse in fünfzehn weiteren Ländern aus Europa, Asien, Nord- und Südamerika ermittelt. Der AXA Mental Health Report wurde bereits zum dritten Mal in Folge erhoben. Die Studie ermittelt Aussagen zum mentalen Gesundheitszustand der Bevölkerung. Darüber hinaus sensibilisiert sie für mögliche Risiken der mentalen Gesundheit im Allgemeinen sowie im Zusammenhang mit den aktuell herrschenden Krisen.

---

### AXA in Deutschland

Der AXA Konzern zählt mit Beitragseinnahmen von 11,6 Mrd. Euro (2022) und 8.028 Mitarbeitenden zu den führenden Versicherungs- und Finanzdienstleistungsgruppen in Deutschland. Das Unternehmen bietet ganzheitliche Lösungen in den Bereichen private und betriebliche Vorsorge, Krankenversicherungen, Schaden- und Unfallversicherungen sowie Vermögensmanagement an. Alles Denken und Handeln des Unternehmens gehen von den Kund:innen und ihren Bedürfnissen aus. Die AXA Deutschland ist Teil der AXA Gruppe, einem der weltweit führenden Versicherungsunternehmen und Vermögensmanager mit 149.000 Mitarbeitenden und Vermittler:innen sowie mehr als 95 Millionen Kund:innen in 50 Ländern.

### Weitere Informationen für die Presse:

Mario MAURER  
Tel.: 0 22 1 / 1 48 – 21 269  
E-Mail: [mario.maurer@axa.de](mailto:mario.maurer@axa.de)

