

Was Kindern Halt gibt: Glaube kann vor Ängsten schützen

geschrieben von Redakteur | März 25, 2026



Warum Gemeinschaft, Sinn und Zugehörigkeit die psychische Entwicklung unterstützen können

Immer mehr Kinder und Jugendliche leiden unter Ängsten – oft leise, oft unbemerkt, aber spürbar im Alltag: Unsicherheit, Rückzug, Überforderung. Die Ursachen werden meist in Leistungsdruck, sozialen Medien oder schulischen Anforderungen gesucht. Doch ein zentraler Zusammenhang wird bislang wenig beachtet: der Verlust von Orientierung, Gemeinschaft und Sinn.

Genau hier setzt eine aktuelle internationale Analyse an – mit einem überraschend klaren Ergebnis: Wo religiöse Bindung in Familien und Gesellschaft abnimmt, steigen Angststörungen bei Kindern und Jugendlichen deutlich stärker an.

30 Jahre, 70 Länder, ein deutliches Muster

Die Untersuchung wertete Daten aus 70 Ländern über einen Zeitraum von mehr als drei Jahrzehnten aus. Neben Gesundheitsdaten zur Entwicklung von Angststörungen wurden auch gesellschaftliche Werte und Erziehungsziele einbezogen.

Das Muster ist eindeutig: Über alle Kontinente hinweg zeigt sich ein enger Zusammenhang zwischen sinkender Religiosität und zunehmender Angstbelastung bei jungen Menschen.

Wenn Individualität allein nicht trägt

Gleichzeitig haben sich die Vorstellungen von „guter Erziehung“ grundlegend verändert. Während früher Gehorsamkeit und Einordnung eine größere Rolle spielten, stehen heute Selbstständigkeit, Eigenverantwortung und Individualität im Mittelpunkt.

Das ist grundsätzlich sinnvoll – aber nicht ohne Nebenwirkungen.

Denn Kinder wachsen heute häufiger mit der Erwartung auf, ihren eigenen Weg zu finden, sich selbst zu verwirklichen und Entscheidungen früh eigenständig zu treffen. Was dabei oft fehlt, sind stabile Orientierungssysteme, die Halt geben.

Warum Glaube mehr ist als Religion

Religiosität wirkt in diesem Zusammenhang weniger über konkrete Inhalte als über ihre Funktionen:

Sie schafft Gemeinschaft.

Sie gibt dem Leben Richtung.

Sie stiftet Verlässlichkeit im Alltag.

Wo diese Strukturen wegfallen, entstehen Lücken:

- Familien erleben weniger verbindliche Rituale
- soziale Netzwerke werden fragiler
- Zugehörigkeit wird weniger selbstverständlich

Gerade diese Faktoren sind jedoch entscheidend für die psychische Stabilität von Kindern.

Was jetzt wichtiger wird

Die zentrale Botschaft ist dabei nicht, zur Religion zurückzukehren. Vielmehr stellt sich eine andere Frage: Wie können wir das stärken, was Kinder stabil macht?

Die Forschenden sehen hier klare Ansatzpunkte:

- gemeinschaftliche Aktivitäten in Gruppen und Vereinen
- gelebte soziale Beziehungen im Alltag
- verlässliche Strukturen in Familie, Kita und Schule

Gerade pädagogische Einrichtungen spielen dabei eine Schlüsselrolle. Sie können Räume schaffen, in denen Kinder sich zugehörig fühlen, sich orientieren können und erleben, dass sie Teil einer Gemeinschaft sind.

Ein blinder Fleck in der Bildungsdebatte

Die Ergebnisse werfen ein kritisches Licht auf aktuelle Entwicklungen: Eine einseitige Betonung von Individualität und Selbstverantwortung greift zu kurz, wenn sie nicht durch Gemeinschaft, Orientierung und soziale Einbindung ergänzt wird.

Kinder brauchen beides: Freiheit – und Halt.

Und vielleicht liegt genau hier der entscheidende Punkt:
Nicht alles, was modern ist, ist automatisch
entwicklungsförderlich. Manche Ressourcen, die leise
verschwinden, erweisen sich erst im Rückblick als
unverzichtbar.

Originalpublikation:

Leonard Konstantin Kulisch, Ana Lorena Domínguez Rojas, Silvia
Schneider, Babett Voigt: Global Cultural Change and Anxiety in
Children and Adolescents: Analyzing Socialization Goals Over
Three Decades in 70 Countries, in: Developmental Science,
2026, DOI: 10.1111/desc.70157,
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12968521/>