



Folge: Wie viel Angst ist normal?

UNSERE QUELLEN (also Studien, Bücher, Veröffentlichungen, die zentral für die Doku sind)

☞ Jeder Vierte erkrankt in seiner Jugend an einer Angststörung:

<https://doi.org/10.1136/gpsych-2023-101288>

☞ 75% aller psychischen Störungen fangen vor dem 24. Lebensjahr an:

<https://doi.org/10.1001/archpsyc.62.6.593>

☞ DAK Kinder- und Jugendreport: Fokus Angststörungen, 2025

https://www.dak.de/dak/unternehmen/reporte-forschung/kjr-2025-angststoerungen_153340#rtf-anchor-kernergebnisse

☞ [Zusammenhang zwischen Oxytocin und Cortisol-Reaktion auf psychosozialen Stress bei Kindern und Jugendlichen mit Angststörungen | Wissenschaftliche Berichte](#)

☞ Warum sich die psychische Gesundheit von 14- bis 24-Jährigen in England seit etwa 2010 verschlechtert hat (*Youth Futures Foundation Report*):

[Understanding drivers of recent trends in young people's mental health - Youth Futures Foundation](#)