

PRESSEMITTEILUNG

Risikofaktor psychische Belastung: Die mentale Gesundheit von Auszubildenden stärken

Die große Mehrheit der Auszubildenden ist mit ihrer Ausbildung zufrieden. Allerdings zeigt eine neue Studie der Bertelsmann Stiftung und des Instituts der deutschen Wirtschaft, dass psychische Belastungen den Ausbildungserfolg erheblich gefährden können. Darin liegt eine gemeinsame Gestaltungsaufgabe: Werden Belastungen früh erkannt und Auszubildende gezielt unterstützt, kann es gelingen, Ausbildungsabbrüche zu vermeiden, berufliche Perspektiven junger Menschen zu sichern und die Nachwuchskräfte in den Unternehmen zu halten.

Gütersloh/Köln, 02. September 2026. Der Erfolg einer Ausbildung hängt neben der Qualität der vermittelten Inhalte und den individuellen Kompetenzen auch von der mentalen Gesundheit junger Menschen ab. Dass in diesem Bereich mehr gezielte Unterstützung notwendig ist, zeigt eine kombinierte Befragung der Bertelsmann Stiftung und des Instituts der deutschen Wirtschaft (IW) unter Auszubildenden und Unternehmen: Demnach fühlen sich knapp 20 Prozent der befragten Auszubildenden durch ihre Ausbildung fast immer oder häufig emotional belastet. Frauen geben dabei deutlich häufiger an als Männer, psychische Belastungen zu empfinden. Insgesamt berichten rund 15 Prozent und damit jede:r siebte Auszubildende von einem besorgniserregend schlechten Wohlbefinden. Besonders auffällig ist der Zusammenhang mit einem möglichen Abbruch der Ausbildung: Fast drei Viertel (74 Prozent) der Auszubildenden mit stark eingeschränktem Wohlbefinden denken ernsthaft darüber nach, ihre Ausbildung abubrechen. Bei jungen Menschen mit stabilem Wohlbefinden sind es lediglich 12 Prozent. Die Auszubildenden, die bereits eine Ausbildung abgebrochen oder darüber nachgedacht haben, nennen als Grund dafür am häufigsten psychische Belastungen.

Mentale Gesundheit als Voraussetzung für den Ausbildungserfolg

Positiv stimmt, dass mit einem Anteil von rund 90 Prozent die große Mehrheit der Auszubildenden mit ihrer Ausbildung zufrieden ist, wie die Mitte Juli veröffentlichte Befragung „Ausbildungsperspektiven 2026“ der Bertelsmann Stiftung ergab. Laut Bertelsmann Stiftung und IW stellen psychische Belastungen allerdings einen nicht zu unterschätzenden Risikofaktor dar, sowohl für die Betriebe als auch die Auszubildenden: 62 Prozent der befragten Unternehmen sagen, dass dadurch die Produktivität der Auszubildenden beeinträchtigt sei. Kommt es zu einem Ausbildungsabbruch, steigt für die jungen Menschen das Risiko, langfristig ohne Berufsabschluss zu bleiben. Für die Unternehmen gehen Nachwuchskräfte und bereits investierte Ressourcen verloren – im Schnitt schätzungsweise rund 20.000 Euro je Ausbildungsabbruch.

„Die mentale Gesundheit der Auszubildenden ist eine wesentliche Grundlage für eine erfolgreiche Ausbildung. Psychische Belastungen wirken sich nicht nur negativ auf das Wohlbefinden der Betroffenen, sondern auch auf deren Produktivität im Unternehmen aus und erhöhen

das Risiko für den Ausbildungsabbruch. Es liegt daher im ureigenen Interesse der Unternehmen, psychische Belastungen ernst zu nehmen und entsprechende Unterstützung zu organisieren“, sagt Fabian Schaffer, Experte der Bertelsmann Stiftung für berufliche Bildung.

Die Bedeutung mentaler Gesundheit reicht über den Ausbildungsbereich hinaus: Laut Daten der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin verursachten Fehlzeiten aufgrund psychischer Erkrankungen im Jahr 2024 volkswirtschaftliche Kosten von rund 38 Milliarden Euro. Aus Krankenkassendaten geht hervor, dass Auszubildende ähnlich häufig aufgrund psychischer Erkrankungen ausfallen, wie andere Beschäftigte.

Viele Betriebe engagieren sich – weitere Unterstützung nötig

Viele der befragten Unternehmen engagieren sich bereits für die mentale Gesundheit ihrer Auszubildenden. Sie bieten beispielsweise Gesundheitsinformationen, Sport- und Präventionskurse, Schulungen und Trainings zu Themen wie Stressmanagement an oder stellen interne Ansprechpartner:innen bereit. Allerdings sind solche Angebote in kleinen und mittleren Betrieben deutlich seltener vorhanden als in Großunternehmen mit mindestens 250 Beschäftigten. Zudem weiß nur jeweils etwas mehr als ein Drittel der Auszubildenden von den einzelnen Unterstützungsangeboten in der eigenen Ausbildung. Erschwerend kommt hinzu, dass 35 Prozent der Auszubildenden mentale Belastungen nicht ansprechen, weil sie dadurch Nachteile für sich befürchten.

Die Expert:innen der Bertelsmann Stiftung und des IW empfehlen daher den Betrieben, einen offenen Umgang mit mentaler Gesundheit in der Ausbildung zu fördern und Präventionsangebote auch und gerade für Auszubildende auszubauen und bekannter zu machen. Vor allem kleine und mittlere Unternehmen benötigen hierfür externe Unterstützung. Es geht darum, einen vertrauensvollen Austausch zu fördern, um Probleme frühzeitig zu erkennen und bearbeiten zu können. Ausbildungsbetriebe sollten ihre Mitarbeitenden ermuntern, Probleme offen anzusprechen und gemeinsam Lösungen finden, bevor es zu Konflikten oder gar zu einem Ausbildungsabbruch kommt. Um dafür besser gewappnet zu sein, bräuchte es auch mehr passende Weiterbildungsmaßnahmen für Ausbilder:innen – gut die Hälfte der befragten Unternehmen sieht hier zusätzlichen Bedarf.

Bessere Prävention in Schule und Berufsschule

„Ein Drittel der ausbildenden Unternehmen berichtet von einer Zunahme bei Konflikten und Problemen in der Ausbildung. Der größte Wunsch der Unternehmen zur Stärkung der psychischen Gesundheit ist eine bessere Prävention in der Schule und der Berufsschule, um den Einstieg in Ausbildung und einen erfolgreichen Ausbildungsverlauf zu fördern“, sagt Dirk Werner, Ausbildungsexperte des IW.

Die Studienautoren sehen die Förderung der mentalen Gesundheit als eine Aufgabe für alle Akteure der beruflichen Bildung: Schulen können junge Menschen frühzeitig in ihrer Persönlichkeit stärken. Berufsschulen und Betriebe sollten Belastungen schneller erkennen und gemeinsam reagieren. Kammern, Sozialpartner, Bildungsträger und Beratungsstellen können insbesondere kleine und mittlere Unternehmen unterstützen. Die Politik sollte verlässliche Rahmenbedingungen schaffen und den Zugang zu Prävention und Beratung erleichtern.

Auch auf gesellschaftlicher Ebene besteht bei mentaler Gesundheit Handlungsbedarf. Der Anteil der Kinder und Jugendlichen zwischen 7 und 21 Jahren in Deutschland, die sich psychisch belastet fühlen, ist zwischen 2017 und 2025 von 18 auf 23 Prozent gestiegen. Um das Thema stärker ins öffentliche Bewusstsein zu rücken, hat die Bertelsmann Stiftung mit weiteren Organisationen aus der Zivilgesellschaft Anfang des Jahres die Mental Health Alliance gestartet.

Zusatzinformationen:

In die Studie sind Daten aus zwei Quellen eingeflossen. Für die Perspektive der jungen Menschen hat das Institut iconkids & youth im Auftrag der Bertelsmann Stiftung 929 Auszubildende im Alter von 15 bis 25 Jahren, die eine duale Ausbildung absolvieren, repräsentativ befragt. Die Online-Befragung mittels eines standardisierten Fragebogens erfolgte von Anfang März bis Mitte April 2026. Für die Sichtweise der Betriebe wurden repräsentative Daten der Unternehmensbefragung der 41. Welle des IW-Personalpanels vom 10. Februar bis 4. Mai 2026 ausgewertet. 1.188 Unternehmen nahmen daran teil. Für die Einstufung des Wohlbefindens wurden den Auszubildenden Fragen gestellt, die an einen Fragebogen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) zur mentalen Gesundheit angelehnt sind.

Ansprechpartner: Bertelsmann Stiftung
Fabian Schaffer, Telefon: 0 30 27 57 88 186
E-Mail: fabian.schaffer@bertelsmann-stiftung.de

Institut der deutschen Wirtschaft
Dirk Werner, Telefon: 0 221 49 81 712
E-Mail: werner@iwkoeln.de

Mehr Inhalte der Bertelsmann Stiftung zum Thema:

Über die Zufriedenheit von Auszubildenden mit der deutschen Berufsausbildung:
[Neun von zehn Azubis zufrieden – doch der Zugang zur Ausbildung bleibt für viele schwierig](#)

Über die Bedeutung von Benefits bei der Suche nach Auszubildenden:
[Zusatzleistungen für Auszubildende: Attraktiv, aber kein Allheilmittel](#)

Über das Informationsbedürfnis junger Menschen bezüglich einer Ausbildung:
[Unternehmen sollten junge Menschen über Ausbildungsangebote besser informieren](#)

Über die Bertelsmann Stiftung: Menschen bewegen. Zukunft gestalten.

Die Bertelsmann Stiftung setzt sich dafür ein, dass alle an der Gesellschaft teilhaben können – politisch, wirtschaftlich und kulturell. Unsere Programme: Bildung und Next Generation, Demokratie und Zusammenhalt, Digitalisierung und Gemeinwohl, Europas Zukunft, Gesundheit, Nachhaltige Soziale Marktwirtschaft. Dabei stellen wir die Menschen in den Mittelpunkt. Denn die Menschen sind es, die die Welt bewegen, verändern und besser machen können. Dafür erschließen wir Wissen, vermitteln Kompetenzen und erarbeiten Lösungen. Die gemeinnützige Bertelsmann Stiftung wurde 1977 von Reinhard Mohn gegründet.

Weitere Informationen: www.bertelsmann-stiftung.de

