

Schwierige Jugend - immer mehr Stress in Familie, Schule und Freizeit! Nur wegen Corona oder auch sonst?

Rheinfelder Tage Psychotherapie

27. Oktober 2022

Alain Di Gallo

COPSY-STUDY

Impact of Covid on Psychological health

Landesweite, repräsentative online-Untersuchung in Deutschland

Messzeitpunkte:

- › Vor der Pandemie 2017 (BELLA-Study)
 - › Welle 1 Mai und Juni 2020
 - › Welle 2 Dezember und Januar 2021
 - › Welle 3 September und Oktober 2021
-
- › +/- 1600 Familien mit 7-17 jährigen Kindern (78% nahmen an allen drei Wellen teil)
 - › Fragebogen-basierte Untersuchung für Eltern und Kinder > 10 Jahren

TABELLE

Belastungserleben von Kindern und Eltern vor und während der COVID-19-Pandemie

	BELLA vor der Pandemie	COPSY Welle 1	COPSY Welle 2	COPSY Welle 3	P ^{*1}	Cramer's V ^{*1}
Kinder und Jugendliche						
Belastung durch Pandemie ^{*2}		70,6 %	82,9 %	81,9 %	< 0,001	0,09
geminderte Lebensqualität ^{*3}	15,3 %	40,2 %	47,7 %	35,1 %	< 0,001	0,14
psychische Auffälligkeiten ^{*4}	17,6 %	30,4 %	31,0 %	27,0 %	< 0,001	0,07
Angstsymptome ^{*5}	14,9 %	24,1 %	30,1 %	26,8 %	< 0,001	0,08
depressive Symptome ^{*6}	10,0 %	11,3 %	15,0 %	11,1 %	0,001	0,03
psychosomatische Beschwerden ^{*7} (mindestens 3 Symptome)	36,9 %	48,4 %	53,1 %	53,0 %	< 0,001	0,09
– Rückenschmerzen ^{*8}	25,9 %	26,4 %	33,0 %	32,8 %	< 0,001	0,04
– Nervosität ^{*8}	23,6 %	27,9 %	33,3 %	35,3 %	< 0,001	0,06
– Bauchschmerzen ^{*8}	21,3 %	30,5 %	36,4 %	39,2 %	< 0,001	0,10
– Niedergeschlagenheit ^{*8}	23,0 %	33,8 %	43,4 %	41,2 %	< 0,001	0,11
– Kopfschmerzen ^{*8}	28,3 %	40,5 %	46,4 %	48,7 %	< 0,001	0,11
– Einschlafprobleme ^{*8}	39,2 %	43,3 %	47,4 %	46,0 %	< 0,001	0,04
– Gereiztheit ^{*8}	39,8 %	53,2 %	57,2 %	57,0 %	< 0,001	0,09
körperliche Aktivität (an mindestens 3 Tagen/Woche)	76,1 %	45,8 %	29,5 %	46,9 %	< 0,001	0,19
erhöhter Süßigkeitenkonsum		32,6 %	32,8 %	21,5 %	< 0,001	0,08
erhöhter Medienkonsum		67,2 %	71,1 %	49,1 %	< 0,001	0,14
Eltern						
Belastung durch Pandemie ^{*2}		79,0 %	83,4 %	82,2 %	0,004	0,03
Verlust sozialer Kontakte ^{*9}		45,0 %	47,4 %	36,0 %	< 0,001	0,07
Verlust von Freizeitaktivitäten ^{*9}		56,3 %	61,2 %	51,1 %	< 0,001	0,06
weniger körperliche Bewegung ^{*9}		34,1 %	39,8 %	30,4 %	< 0,001	0,06
Probleme, Kinderbetreuung/Homeschooling zu organisieren ^{*9}		44,4 %	35,8 %	37,5 %	< 0,001	0,05
Probleme, Arbeit und Kinderbetreuung zu vereinbaren ^{*9}		34,4 %	32,7 %	31,9 %	0,308	0,02
Spannungen zu Hause oder Familienstreit ^{*9}		24,7 %	24,4 %	27,1 %	0,172	0,02
depressive Symptomatik Eltern ^{*10}		17,4 %	23,8 %	20,9 %	< 0,001	0,05

^{*1} Overall-Chi-Quadrat-Test über die Studien BELLA und COPSY W1–W3; ^{*2} etwas belastend/ziemlich belastend/äußerst belastend; ^{*3} KIDSCREEN-10; ^{*4} SDQ; ^{*5} SCARED; ^{*6} PHQ-2; ^{*7} HBSC-Symptom Checklist; ^{*8} mindestens einmal in der letzten Woche; ^{*9} ziemlich belastend/äußerst belastend; ^{*10} PHQ-8

Zusammenfassung COPSY-STUDY

- › Der psychische Stress bei Kindern und Jugendlichen nahm während der Pandemie zu und stabilisierte sich bis November 2021 auf einem hohen Niveau.
- › Mädchen litten unter höherem Stress in Bezug auf Lebensqualität, Angst, Depressionen und psychosomatische Symptome.
- › Vorbestehende psychische Erkrankungen bei den Kindern oder ihren Eltern, “belastetes Familienklima”, enge Wohnverhältnisse und Migrationshintergrund waren Risikofaktoren für erhöhten psychischen Stress.

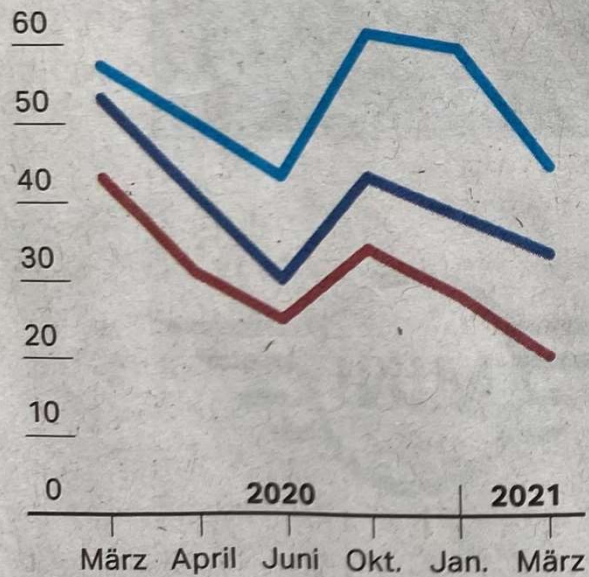
Furcht vor Covid-19-Erkrankung

Furcht vor eingeschränkten Freiheiten

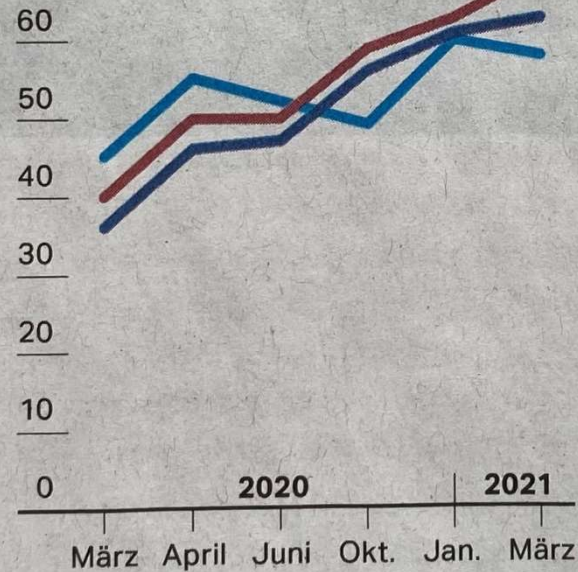
Furcht vor sozialer Isolation / Einsamkeit

Altersgruppen — 15-34 — 35-64 — 65+

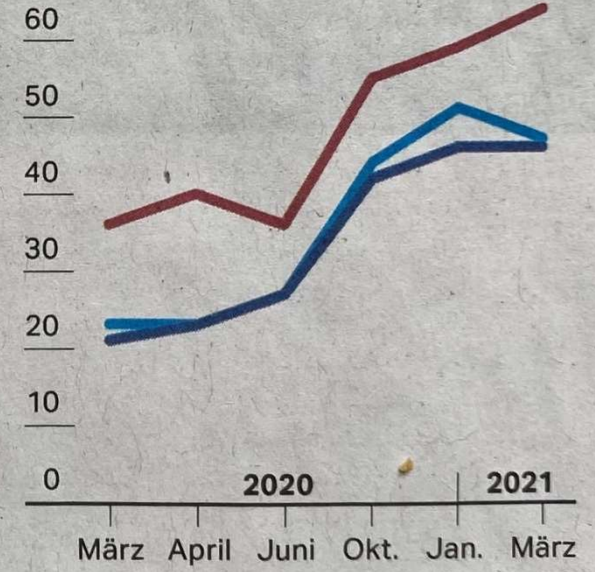
70 Prozent



70 Prozent



70 Prozent

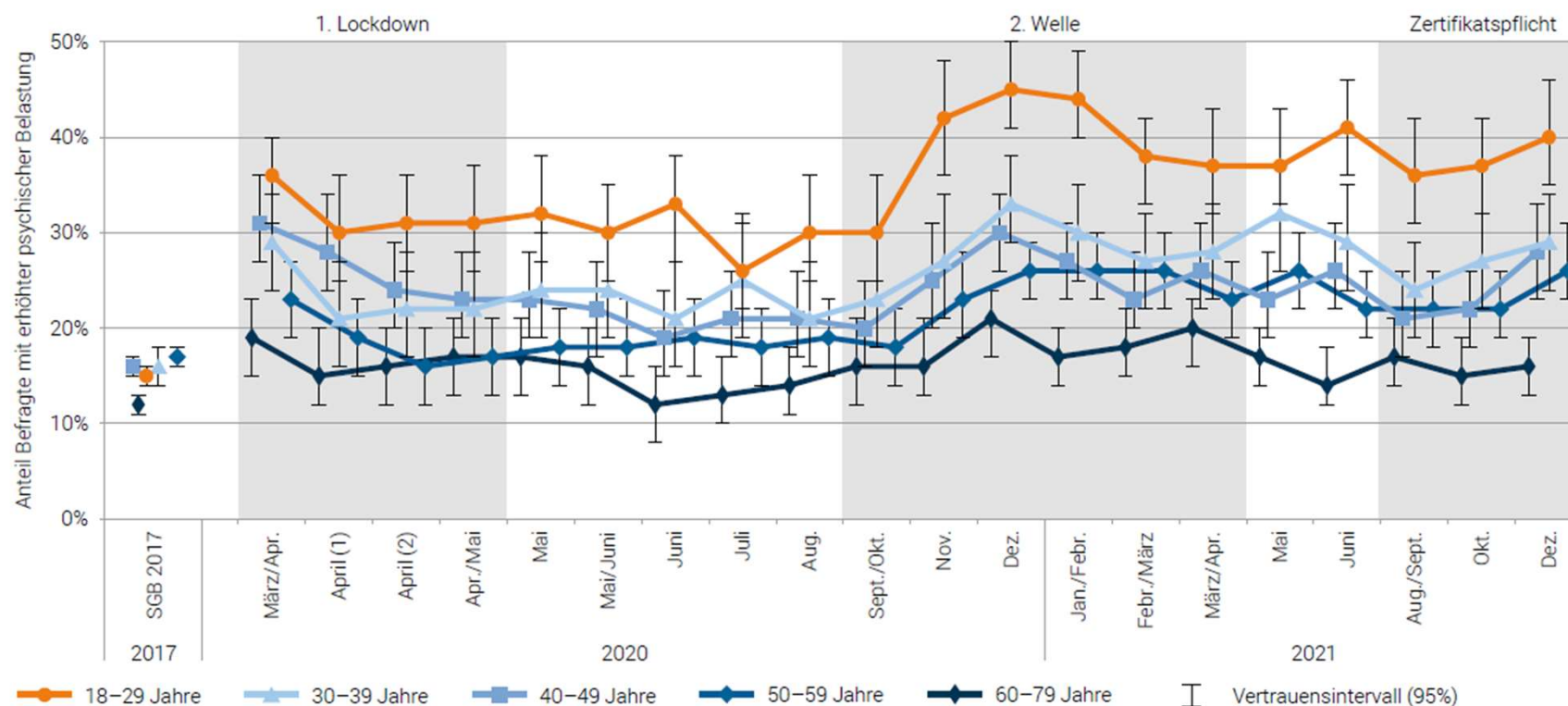


SoZ rb; Quelle: SRG Corona-Monitor / Sotomo

OBSAN BULLETIN 02/22 – PSYCHISCHE GESUNDHEIT MIT FOKUS COVID-19

Erhöhte Psychische Belastung, 2017 vs. 2020/2021

G3

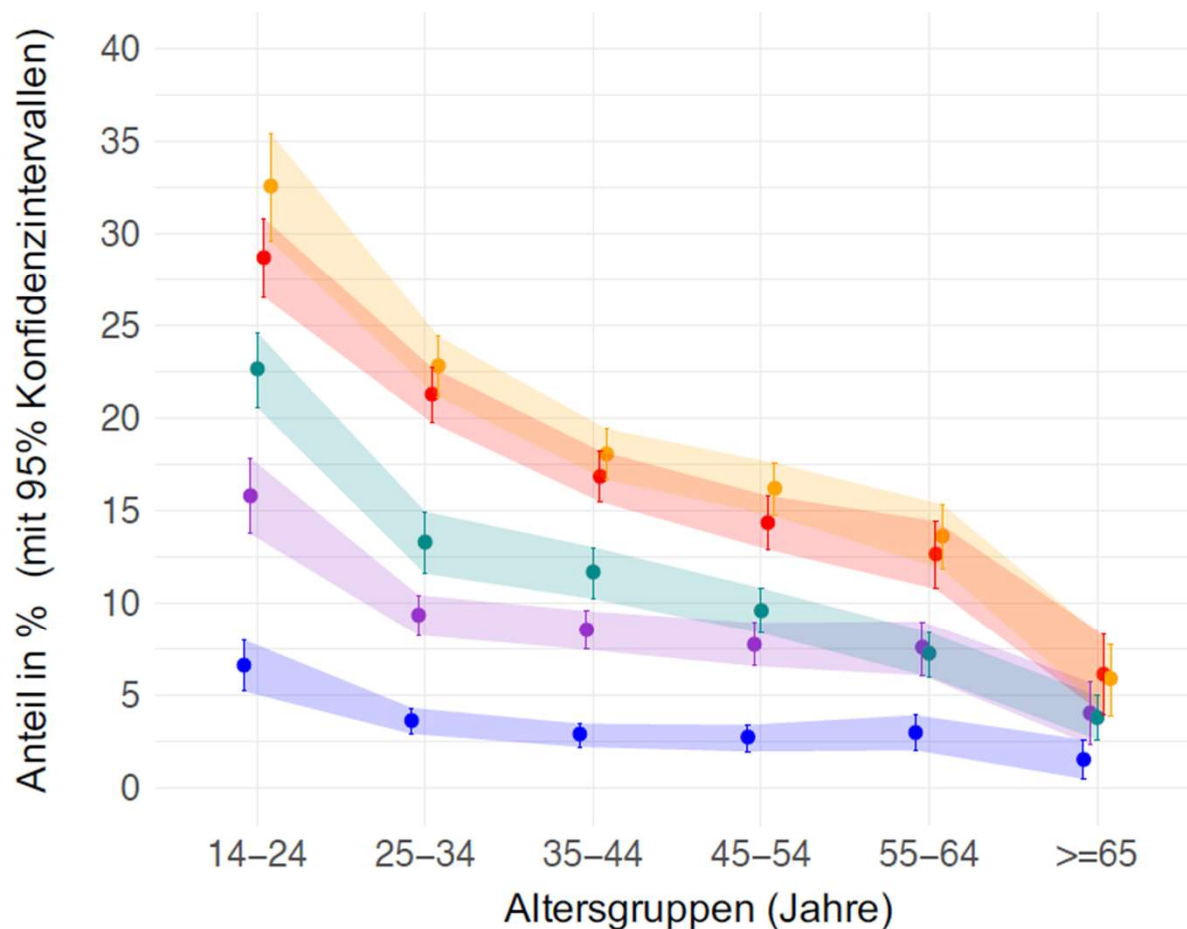


Anmerkung: Die SGB bezieht sich auf die letzten 4 Wochen, der Covid-19 Social Monitor bezieht sich auf die letzten 7 Tage.
 2017: n=19 112, 2020: n=1 492-2 798, 2021: n=1 919-2 559

Quelle: BFS – SGB, ZHAW – Covid-19 Social Monitor

© Obsan 2022

Anteil Personen mit schweren depressiven Symptomen (PHQ-9 ≥ 15) in Abhängigkeit des Alters



Total 43'554 Teilnehmende

November 21

November 20

Mai 20

April 20

Februar 20 (retrospektiv)

Universität Basel

de Quervain et al., The Swiss Corona Stress Study

www.coronastress.ch

Selbsttest depressive Symptomatik

Anonymer Gesundheitsfragebogen

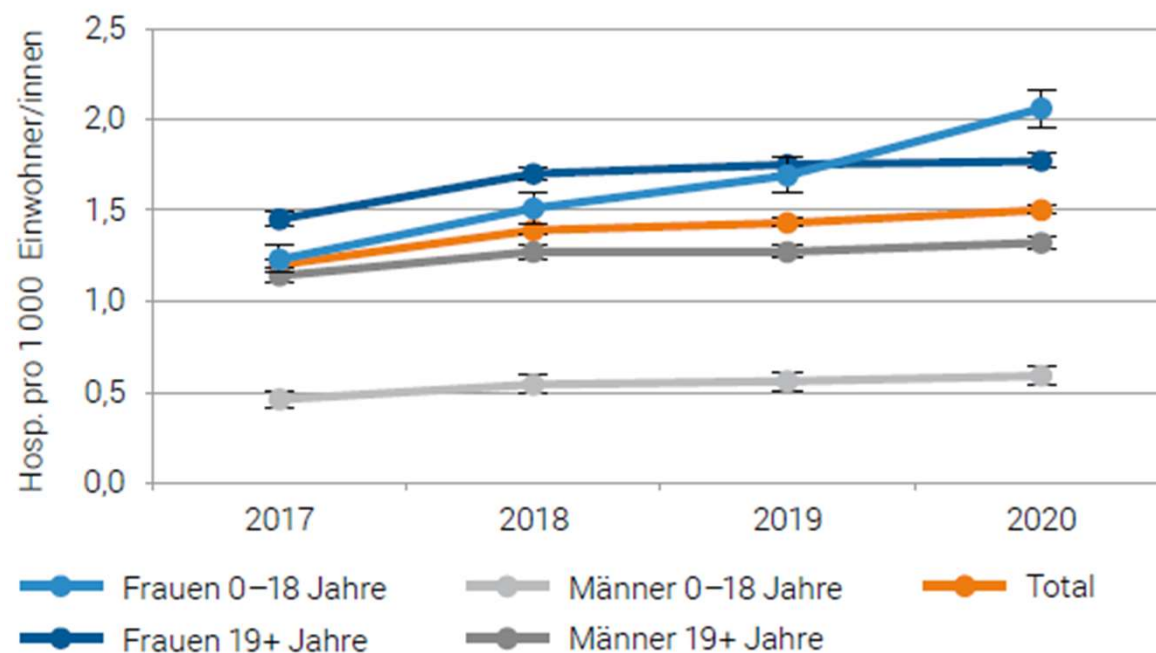
Dieser Test ist nicht zu diagnostischen Zwecken bestimmt, sondern soll Ihnen eine Einschätzung Ihrer depressiven Symptomatik ermöglichen. Ferner erhalten Sie Empfehlungen zu möglichen weiteren Abklärungen.

Wie oft fühlten Sie sich im Verlauf der letzten zwei Wochen durch die folgenden Beschwerden beeinträchtigt?

	Überhaupt nicht 0	An einzelnen Tagen 1	An mehr als der Hälfte der Tage 2	Beinahe jeden Tag 3
Wenig Interesse oder Freude an Ihren Tätigkeiten (letzte zwei Wochen)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Niedergeschlagenheit, Schwermut, oder Hoffnungslosigkeit (letzte zwei Wochen)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Schwierigkeiten ein- oder durchzuschlafen oder vermehrter Schlaf (letzte zwei Wochen)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Müdigkeit oder Gefühl, keine Energie zu haben (letzte zwei Wochen)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Verminderter Appetit oder übermässiges Bedürfnis zu essen (letzte zwei Wochen)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Schlechte Meinung von sich selbst; Gefühl, ein Versager zu sein oder die Familie zu enttäuschen (letzte zwei Wochen)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Schwierigkeiten, sich auf etwas bestimmtes zu konzentrieren, z.B. beim Zeitungslesen oder Fernsehen (letzte zwei Wochen)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Waren Ihre Bewegungen oder Ihre Sprache so verlangsamt, dass es auch anderen auffallen würde? Oder waren Sie im Gegenteil „zappelig“ oder ruhelos und hatten dadurch einen stärkeren Bewegungsdrang als sonst (letzte zwei Wochen)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gedanken, dass Sie lieber tot wären oder sich Leid zufügen möchten (letzte zwei Wochen)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

OBSAN BULLETIN 02/22 – PSYCHISCHE GESUNDHEIT MIT FOKUS COVID-19

Hospitalisierungen aufgrund mutmasslicher Suizid- versuche, nach Geschlecht und Alter, 2017–2020 G10



┆ Vertrauensintervall (95%)

Frauen 0-18 Jahre: n=933-1 561, Frauen 19+ Jahre: n=5 086-6 230;
Männer 0-18 Jahre: n=374-473, Männer 19+ Jahre: n=3 829-4 569

Quelle: BFS – Medizinische Statistik der Krankenhäuser

© Obsan 2022

Suizide in der Schweiz 2020 (ohne assistierten Suizid)

(Quelle: BfS 2022)

Suizidmethoden, nach Altersgruppen und Geschlecht										T 14.03.04.01.11
2020										
	Altersgruppe									Total
	0 - 19	20 - 29	30 - 39	40 - 49	50 - 59	60 - 69	70 - 79	80 - 89	90 +	
Anzahl Suizide insgesamt	38	107	105	115	193	154	138	98	24	972
Männer	21	81	74	74	142	118	100	68	18	696
Frauen	17	26	31	41	51	36	38	30	6	276

- Die Anzahl der Suizide bei Frauen <19 Jahren lag in den fünf Jahren vor 2020 bei durchschnittlich 8. Die 17 Suizide im Jahr 2020 sind der höchste Wert seit 1995.
- 2020 erhängten sich 11 Frauen <19 Jahren. In den fünf vorangehenden Jahren waren es 1-3.

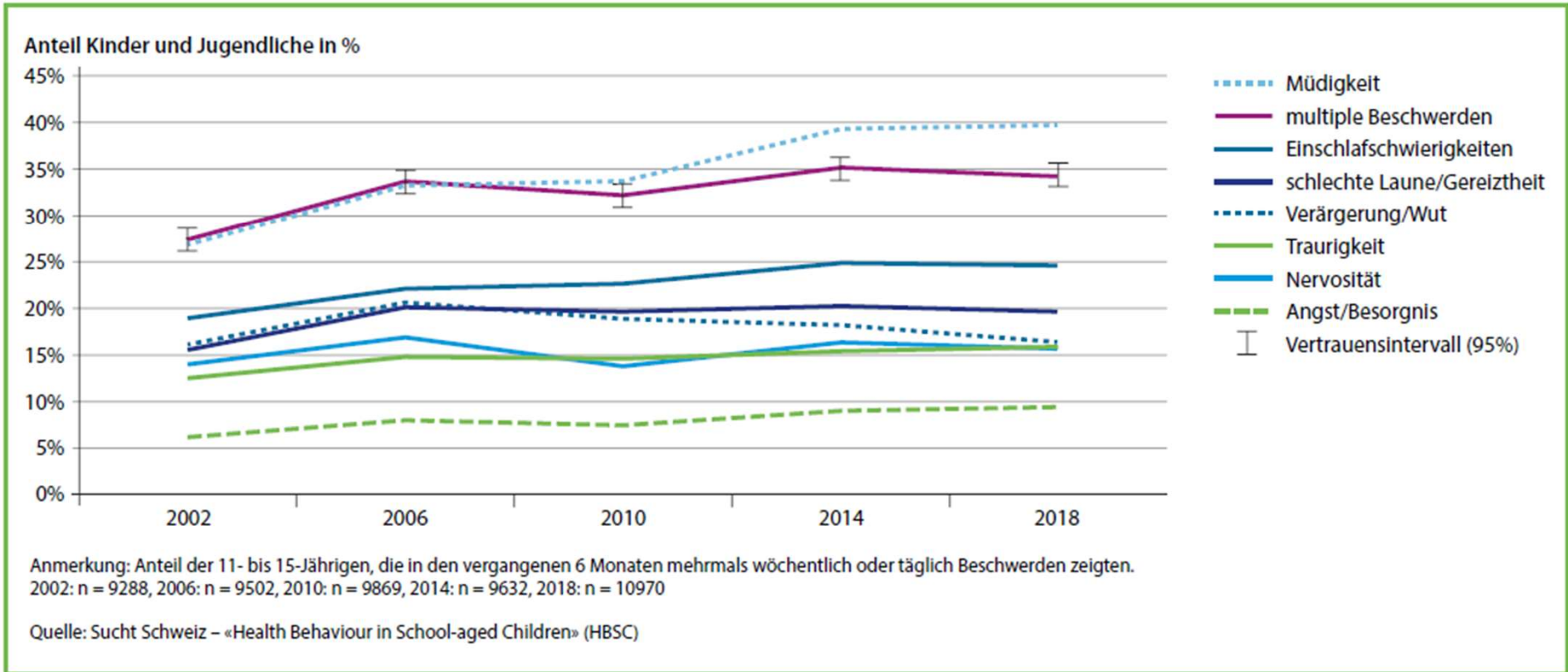
Tatsache:

Aktuell bestehen auch neben der Corona-Pandemie viele (neue) Herausforderungen:

- › Klimawandel
- › Tempo der Entwicklungen (Medien)
- › „Freiheiten“ versus Identität
- › Ukraine, allgemein instabile Lage der Welt

Juvenir-Studie der Jacobs Foundation 2015

- › 46% der Schweizer Jugendlichen geben an, häufig bis sehr häufig gestresst oder überfordert zu sein.
- › Grund dafür sind v.a. Schule, Ausbildung und Beruf. Die Freizeit erleben die Jugendlichen hingegen weitgehend stressfrei.
- › Die Jugendlichen sind erfolgs- und leistungsorientiert. Sie setzen sich selbst unter Druck und beklagen Zeitknappheit. Den Druck von aussen durch Eltern oder Lehrerinnen und Lehrer empfinden sie als weniger relevant.
- › Fast die Hälfte der Jugendlichen äussert ernsthafte Sorgen vor der beruflichen Zukunft.



Psychische Gesundheit und Krankheit bei Kindern und Jugendlichen

- › Die Häufigkeitsstudien der letzten 50 Jahre zeigen, dass **15-22%** aller Kinder und Jugendlichen innerhalb eines Jahres mindestens eine psychische Krankheit aufweisen.
- › Es bestehen keine gesicherten Hinweise auf eine Zunahme der Gesamtzahl psychischer Krankheiten, aber es gibt neue Störungsbilder (z.B. im Bereich der nichtstoffgebundenen Süchte) und eine Zunahme einzelner Krankheiten (z.B. Depressionen in der Adoleszenz).
- › Zugenommen haben die Sensibilität und Aufmerksamkeit für psychisches Leiden. Die verbesserte Diagnostik erlaubt eine Differenzierung der Störungsbilder und zeigt wohl eher eine scheinbare als absolute Zunahme gewisser Krankheiten.

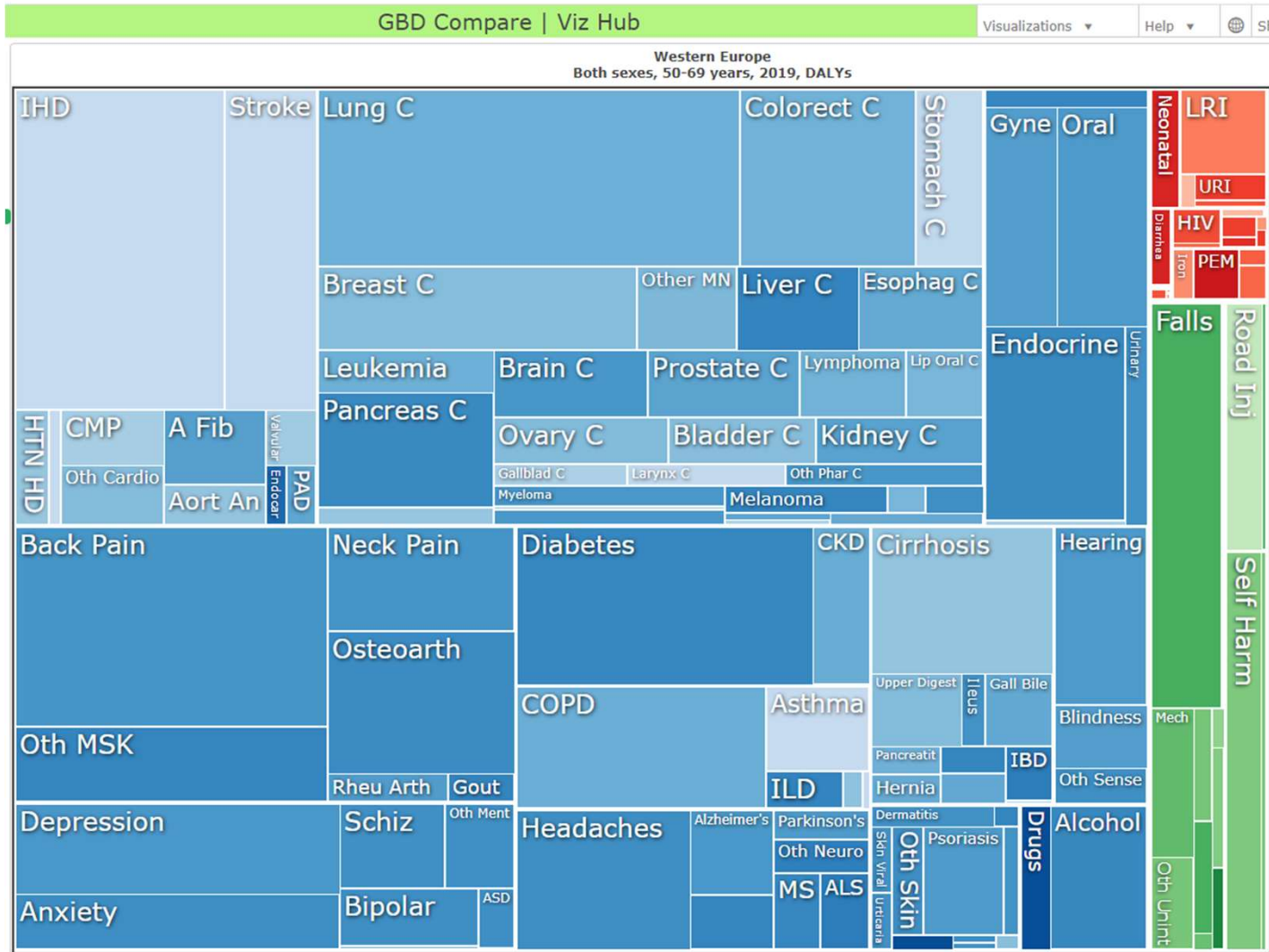
Psychische Gesundheit und Krankheit bei Kindern und Jugendlichen

- › 50% der psychiatrischen Krankheiten beginnen im Alter von unter 15 Jahren und 75% im Alter von unter 25 Jahren.

Global burden of disease-Study (GBD)

DALYs (disability adjusted life years)

Western Europe, both sexes, 50-69 years, 2019



Psychische Gesundheit und Krankheit bei Kindern und Jugendlichen

- › 50% der psychiatrischen Krankheiten beginnen im Alter von unter 15 Jahren und 75% im Alter von unter 25 Jahren.
- › Aktuelle Daten in den USA zeigen, dass heute die wichtigsten fünf Gesundheitsprobleme, die Kindern und Jugendlichen Einschränkungen in ihrem Alltagsleben aufzwingen, im mentalen Bereich liegen.
- › Die meisten Kinder entwickeln sich günstig, aber die Hälfte der Eltern fühlt sich verunsichert, woran sie sich in der Erziehung halten sollen.

«Das Hauptphänomen unserer Tage: Das Gefühl des Provisorischen.»

Jacob Burckhardt

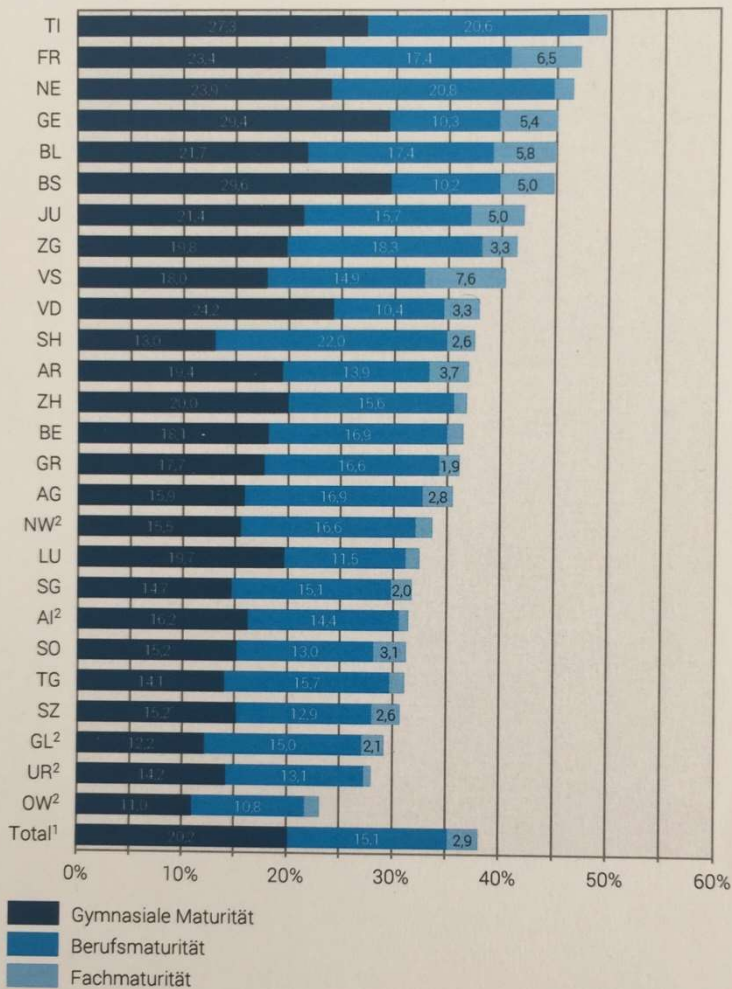
Maturitätsquote

Jahr	1980	2000	2010	2016
Basel-Stadt				
Frauen	16%	25%	40%	48%
Männer	21%	23%	33%	42%
Baselland				
Frauen	15%	28%	34%	49%
Männer	18%	32%	33%	41%

Maturitätsquote, 2016

nach Wohnkanton und Maturitätstyp

In % der Wohnbevölkerung im typischen Alter des Erwerbs des Maturaabschlusses



Quellen: BFS – SBA, STATPOP

© BFS 2017

¹ Das Total beinhaltet auch Personen mit ausländischem oder unbekanntem Wohnsitz.

² Die Resultate können in diesen Kantonen aufgrund der geringen Einwohnerzahl von Jahr zu Jahr stark variieren.

Schweizerischer Durchschnitt:

Gymnasiale Maturität 20,2%
 Berufsmaturität 15,1%
 Fachmaturität 2,9%

Verhältnis der Löhne und Arbeitslosenquoten (ALQ) nach Bildungsstand, 1991–2007

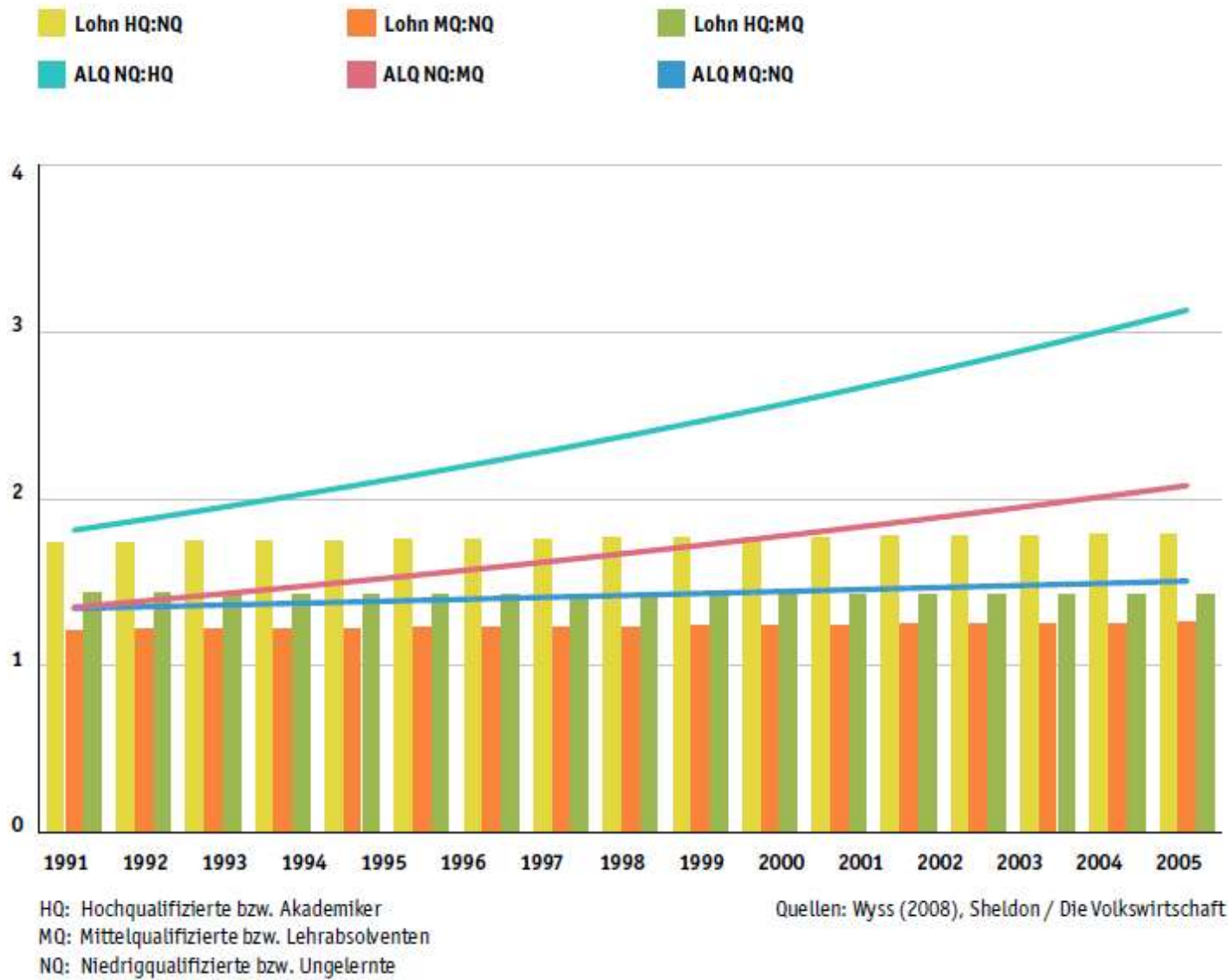
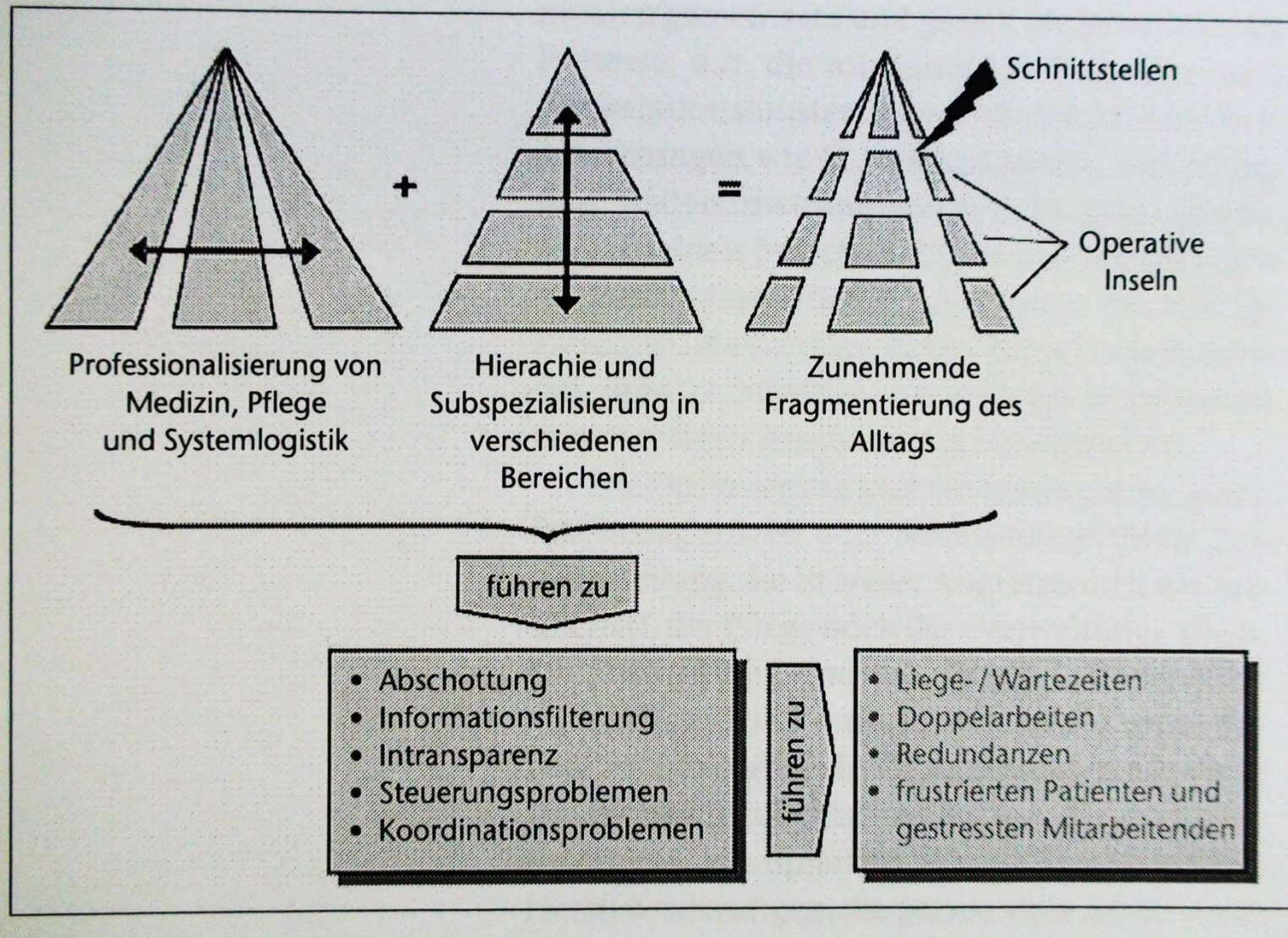


Abbildung 1

Folgen von Wachstum, Effizienzdruck und Organisationsdefiziten.



Aus: Rüegg-Stürm J. (2008), Schweiz. Ärztezeitung, 1413-16

Our future: a Lancet commission on adolescent health and wellbeing

Patton CG et al., Lancet 2016: 387: 2423-78

Welches sind die grössten Herausforderungen und Chancen?

- › Bekämpfung der Armut
- › Bildung
- › Die digitalen Medien bieten ein enormes Potenzial für Zugang, Vernetzung und Mobilisierung
- › Die nicht übertragbaren Krankheiten werden in Zukunft wohl die grösste gesundheitliche Herausforderung für Adoleszente
- › Rücksicht auf besonders gefährdete Gruppen: Ethnische Minderheiten, Täter, LGBT, Jugendliche auf der Flucht

Typen krankhaften Mediengebrauchs

- › Online Spielen (Rollenspiele, Glücksspiele, aggressive und destruktive Spiele)
- › Pathologisches Chatten, Email-, SMS-, MMS-Schicken und Empfangen
- › Pathologisches Online-Sex-Verhalten und Online-Pornographie
- › Zwanghaftes Recherchieren
- › Pathologisches Kaufen, Verkaufen, Ersteigern

Internet Gaming Disorder

- › Andauernder und wiederholter Gebrauch des Internets zum Zweck des Online-Spielens mit bedeutenden Behinderungen oder Einschränkungen von mindestens 12 Monaten Dauer:
 - › Entzugssymptome bei fehlendem Zugang
 - › Toleranzentwicklung
 - › Erfolglose Versuche, das Spielen zu beenden
 - › Verlust von Interesse an früheren Hobbies und Aktivitäten
 - › Täuschung des Umfeldes in Bezug auf das Ausmass des Spielens
 - › Gebrauch des Spiels um unangenehme Emotionen zu lindern
 - › Gefährdung oder Verlust von Freundschaften, Schule, Beruf

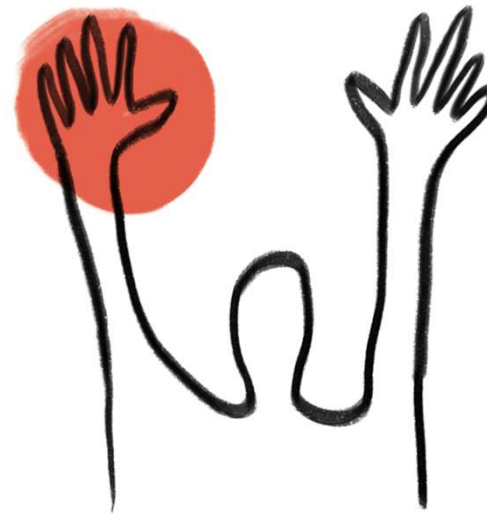
«Wir möchten gerne die Welle kennen,
auf welcher wir im Ocean treiben, allein
wir sind die Welle selbst.»

Jacob Burckhardt

WAS TUN?

- › Vertrauen! Die meisten Kinder und Jugendlichen meistern die Herausforderungen (auch der Pandemie) gut und können die Erfahrungen für ihre weitere Entwicklung nutzen.
- › Aufmerksamkeit für die vulnerablen 15-20%. Besonders jetzt, nach der Pandemie.
- › Unterstützung und Aufrechterhaltung eines die Entwicklung fördernden und Sicherheit bietenden Umfeldes
- › Gleichgewicht von Fördern und Fordern
- › Frühe Bildung und frühe Bindung

Alain Di Gallo (alain.digallo@upk.ch)



UPK Basel

Wilhelm Klein-Strasse 27, 4002 Basel
Telefon +41 61 325 51 11, Fax +41 61 325 55 12
info@upk.ch, www.upk.ch

