



Kanton Zürich
Gesundheitsdirektion

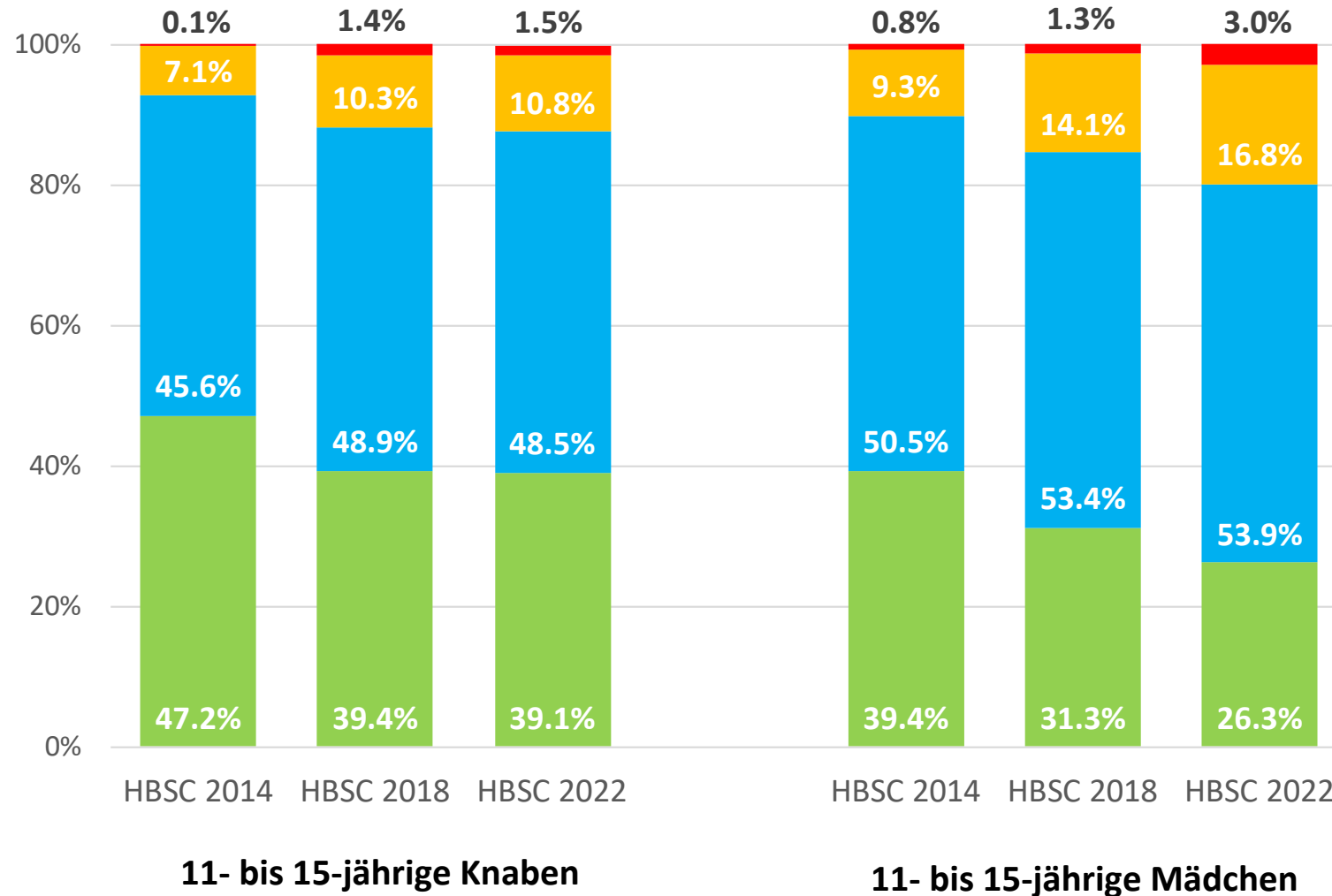
Prävention und Gesundheitsförderung

So geht's den Jugendlichen im Kanton Zürich

Prof. Dr. Oliver Hämmig, Bereichsleiter Gesundheitsberichterstattung, EBPI, UZH
Matthias Obrist, Leiter Schulpsychologischer Dienst Stadt Zürich
Anastassiya Korf, Leiterin Beratungsdienstleistungen Deutschschweiz, Pro Juventute

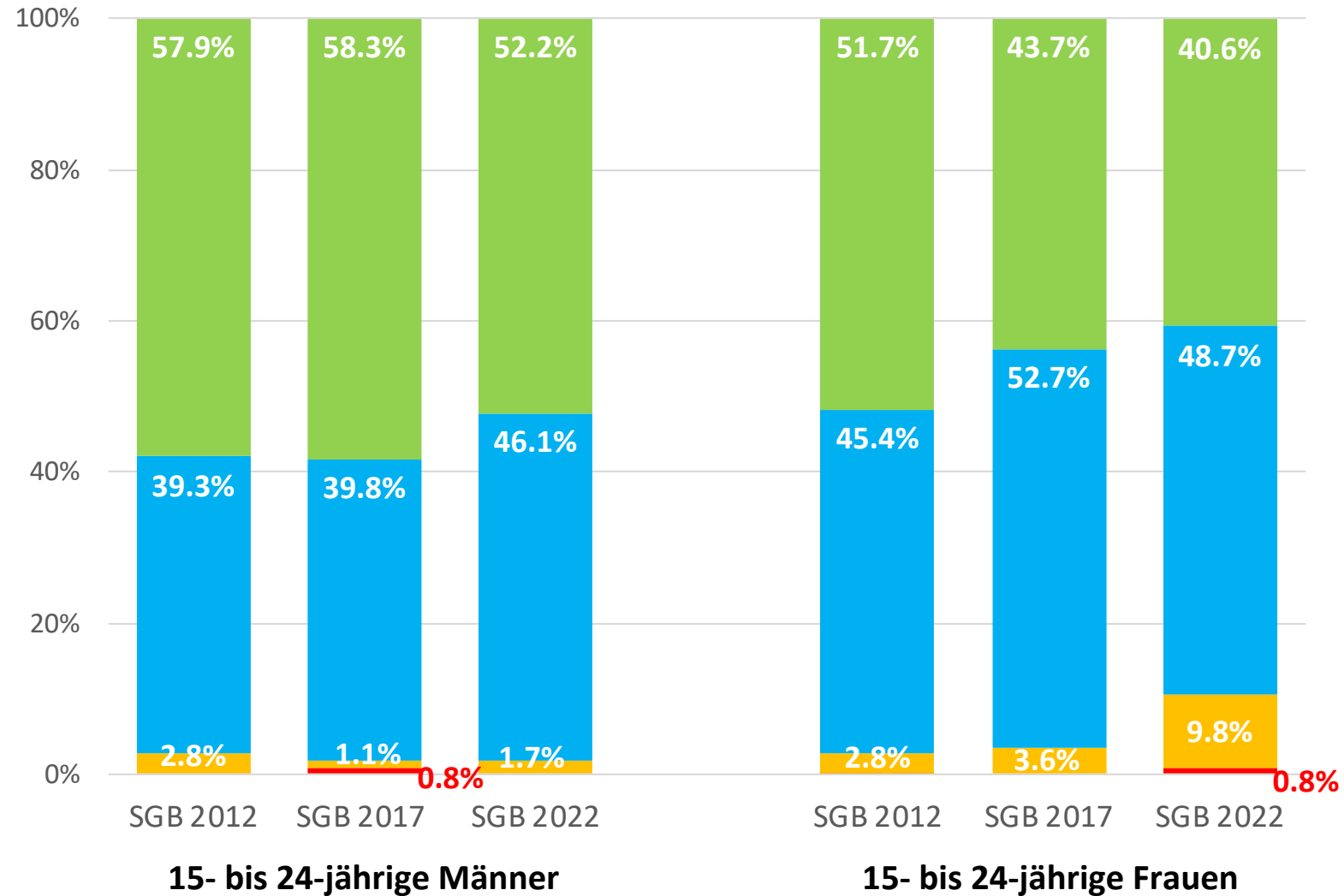
Wie würdest Du Deinen Gesundheitszustand beschreiben?

■ Ausgezeichnet
 ■ Gut
 ■ Einigermassen gut
 ■ Schlecht



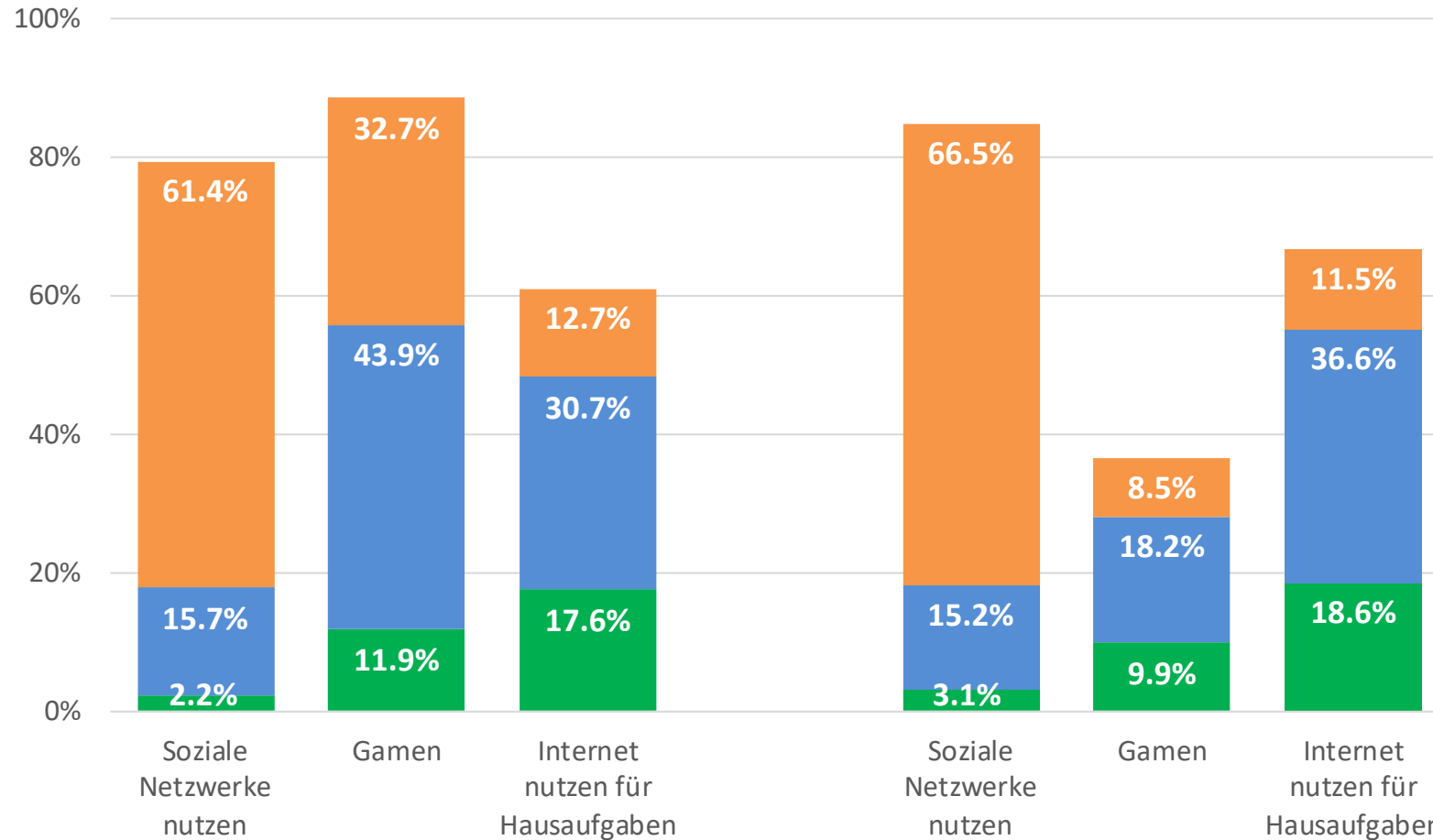
Wie ist Ihr Gesundheitszustand im Allgemeinen?

■ (Sehr) schlecht ■ Mittelmässig ■ Gut ■ Sehr gut



Wie häufig machst Du folgende Online-Aktivitäten?

■ Wöchentlich ■ Mehrmals pro Woche ■ Täglich



Daten:
HBSC 2022

11- bis 15-jährige Knaben

11- bis 15-jährige Mädchen



Sorgenbarometer

	Total SJ 22/23	Total SJ 17/18	Mädchen SJ 22/23	Mädchen SJ 17/18	Knaben SJ 22/23	Knaben SJ 17/18
→ Prüfungen, Druck in der Schule, Noten	2.35	2.22	2.48	2.27	2.23	2.17
→ Berufswahl, Stellensuche nach der Schulzeit	2.09	2.06	2.23	2.14	1.95	1.99
→ Eigenes Gewicht, Körperform	1.72	1.60	1.87	1.74	1.56	1.45
Krieg	1.68	-	1.76	-	1.59	-
Armut, soziale Ungerechtigkeit	1.64	1.68	1.73	1.77	1.55	1.59
→ Eigenes Aussehen	1.63	1.40	1.85	1.57	1.41	1.22
→ Traurigkeit, Zweifel an sich selbst	1.62	1.53	1.83	1.72	1.41	1.34
Ausländerfeindlichkeit	1.59	1.59	1.67	1.67	1.52	1.51
Umweltverschmutzung, Klimawandel	1.58	1.58	1.64	1.60	1.53	1.55
Probleme / Streit in der Familie	1.55	1.53	1.57	1.66	1.41	1.39
Handy funktioniert nicht / Handyentzug	1.46	1.53	1.53	1.53	1.39	1.52
Probleme/Streit mit Freund*innen, Kolleg*innen	1.45	1.44	1.57	1.58	1.32	1.31
→ Eigene Gesundheit	1.45	1.34	1.54	1.39	1.36	1.30
Terror	1.43	1.72	1.48	1.79	1.39	1.64
Ständige Erreichbarkeit mit Handy	1.41	1.46	1.49	1.47	1.32	1.46
→ Persönliche Sicherheit	1.39	1.33	1.48	1.38	1.30	1.28
Liebe und Sexualität	1.37	1.37	1.41	1.39	1.30	1.35
Überbevölkerung	1.36	1.36	1.37	1.35	1.35	1.37
Corona-Pandemie	1.35	-	1.38	-	1.32	-
Selbstpräsentation in den sozialen Medien	1.28	1.32	1.33	1.32	1.23	1.32
Geldsorgen, Schulden	1.28	1.23	1.30	1.24	1.25	1.22

Am meisten belasten Prüfungen / Druck in der Schule / Noten und Berufswahl / Stellensuche.

Deutlich zugenommen hat die Sorge um das Äussere, bei Mädchen auch Traurigkeit / Selbstzweifel, Gesundheit und Sicherheit.

Ausmass Belastung

1 Punkt = überhaupt nicht

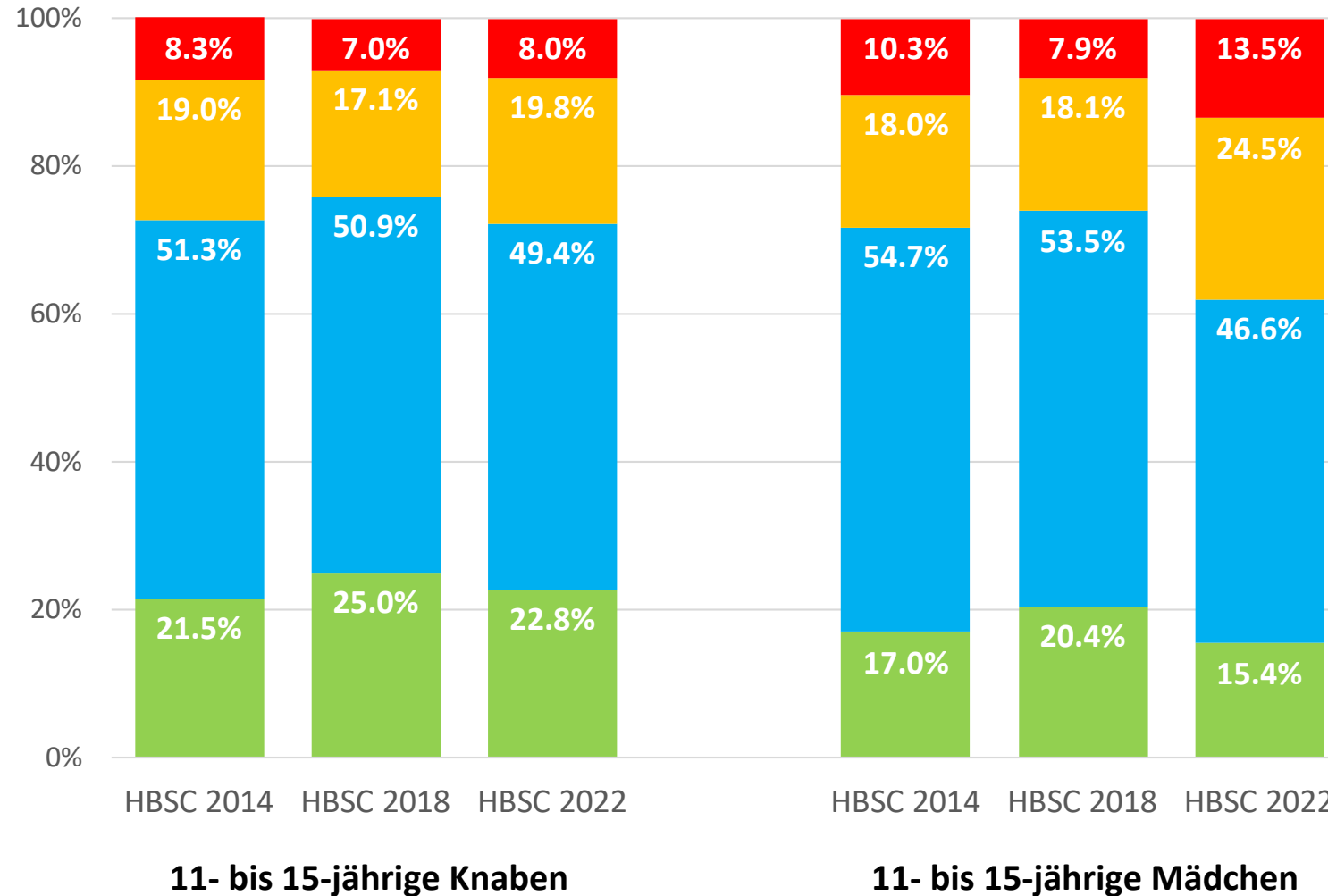
2 Punkte = ein bisschen

3 Punkte = stark

rot: Differenzen der Durchschnittswerte >0.10 zwischen den Schuljahren 2022/23 und 2017/18

Fühlst Du Dich durch die Arbeit in der Schule gestresst?

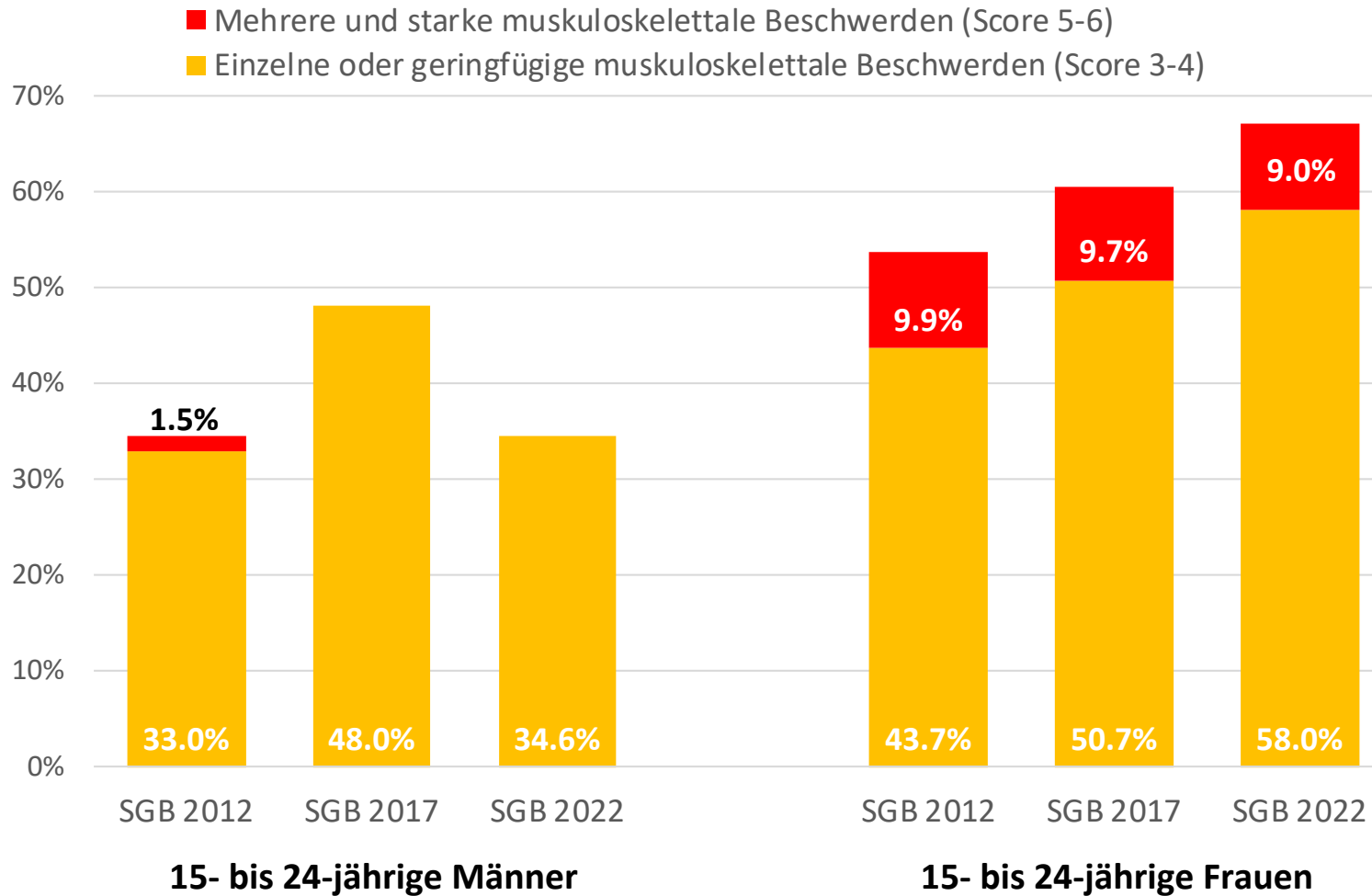
■ Überhaupt nicht
 ■ Ein bisschen
 ■ Einigermassen
 ■ Sehr



Bitte sagen Sie mir bei folgenden Beschwerden, ob Sie diese in den letzten 4 Wochen überhaupt nicht (1), ein bisschen (2) oder stark (3) gehabt haben:

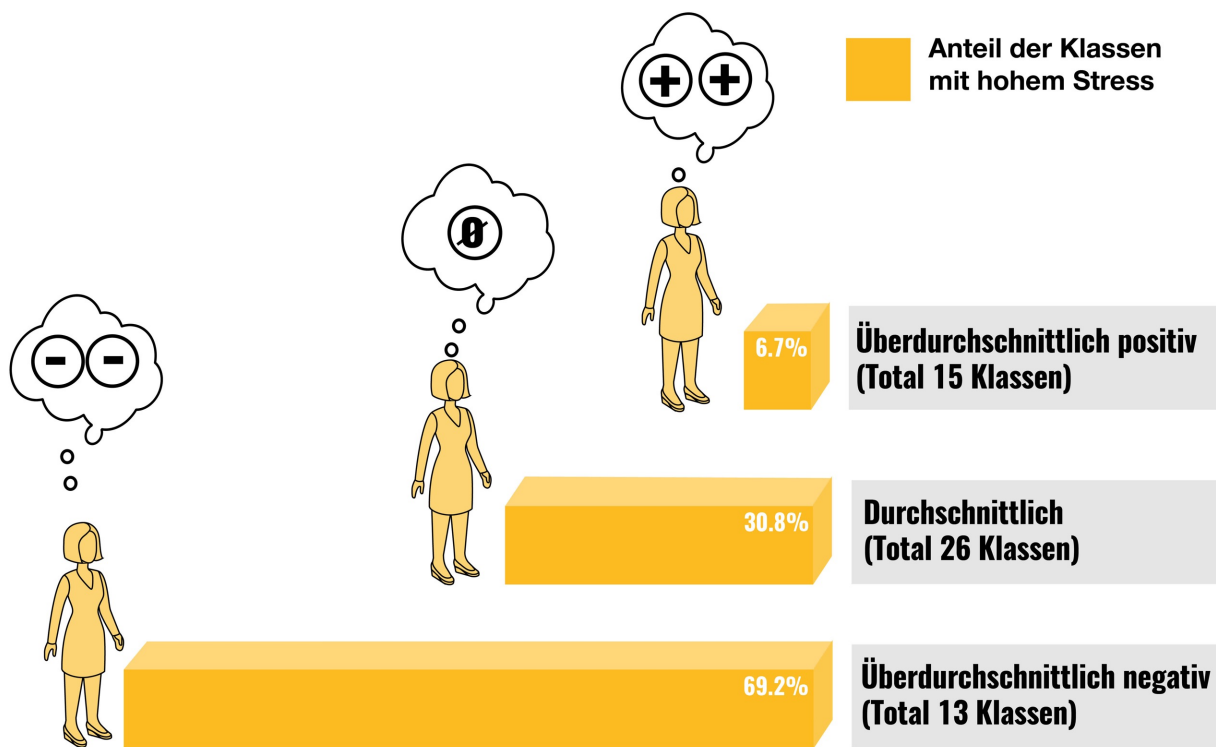
a) **Rücken- oder Kreuzschmerzen?**

j) **Schmerzen in den Schultern, im Nacken und/oder den Armen?**



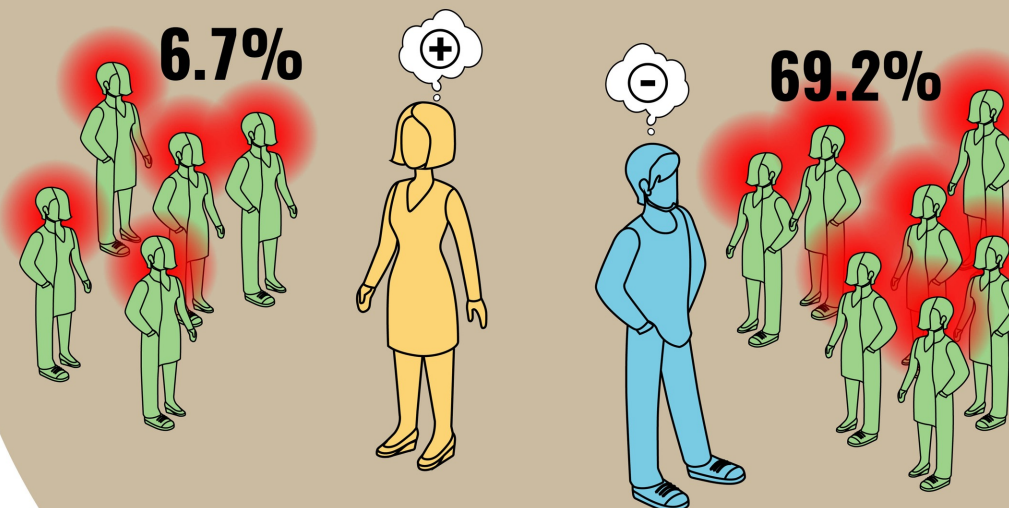
AUSWIRKUNG SCHÜLER*INNEN-BILD DER LEHRPERSON AUF STRESS

Anteil von Schulklassen mit einem überdurchschnittlichen Anteil gestresster Schüler*innen entsprechend Bild, welches die Lehrperson von der Klasse hat.



SCHÜLER*INNEN-BILD UND STRESS

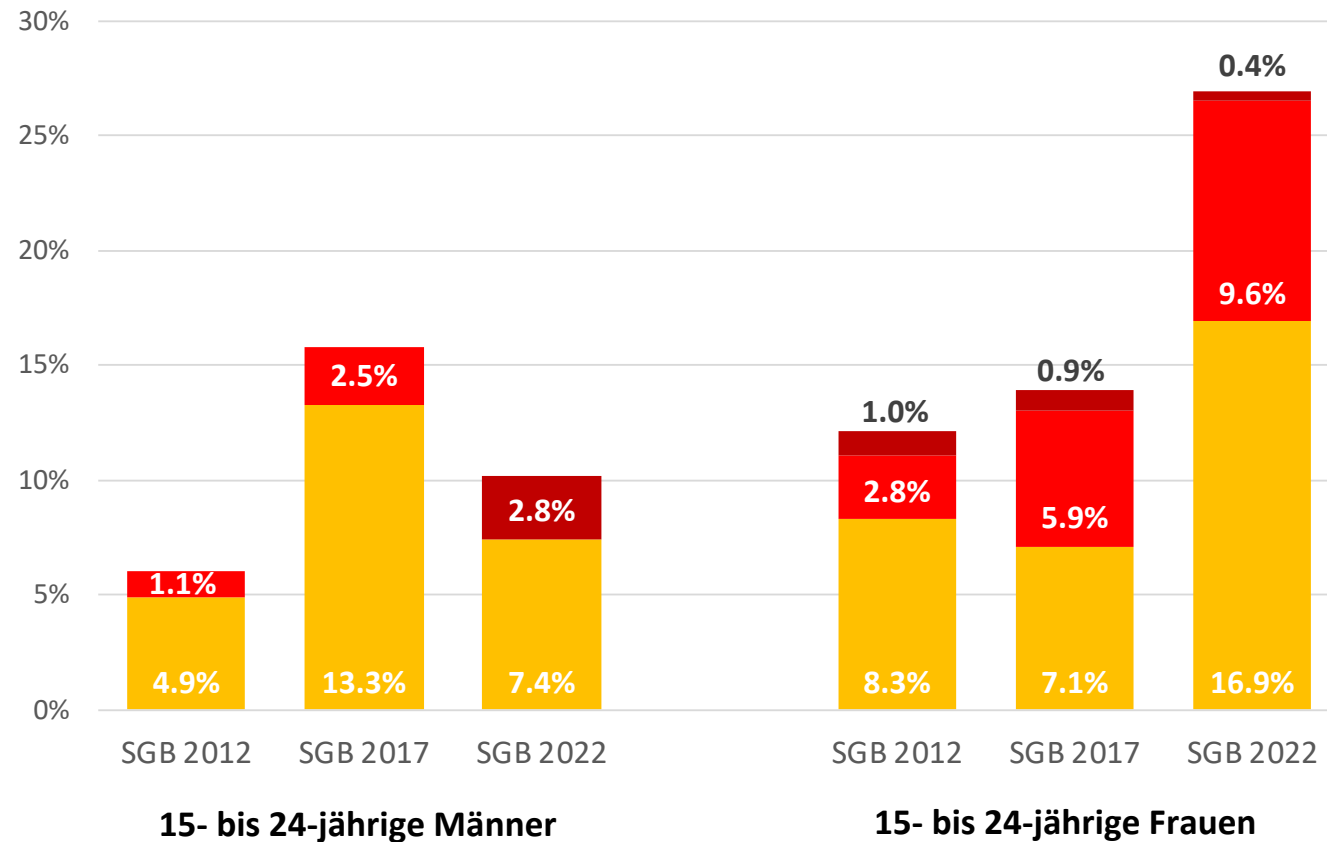
▶ Nur 6.7% der Klassen, mit einem positiven Schüler*innen-Bild der Lehrperson, sind überdurchschnittlich gestresst.



▶ Dagegen sind 69,2% der Klassen, mit einem negativen Schüler*innen-Bild der Lehrperson, überdurchschnittlich gestresst.

Wie oft haben Sie sich im Verlauf der letzten 2 Wochen durch folgende Beschwerden* beeinträchtigt gefühlt?

- Schwere depressive Symptomatik (PHQ9=20-27)
- Mittelschwere depressive Symptomatik (PHQ9=15-19)
- Moderate depressive Symptomatik (PHQ9=10-14)



*9 Fragen/Items (PHQ-9): a) Interesse-/Freudlosigkeit b) Niedergeschlagenheit, Schwermut oder Hoffnungslosigkeit c) Ein-/Durchschlafprobleme oder vermehrter Schlaf d) Müdigkeit oder Gefühl der Energielosigkeit e) Appetitlosigkeit oder übermäßiger Appetit f) Gefühl des Versagens oder Familie enttäuscht zu haben g) Konzentrationsprobleme h) verlangsamte Bewegungen bzw. Sprache oder Ruhelosigkeit und übermäßiger Bewegungsdrang i) Gedanken an Tod oder Selbstschädigung;
Antwortskala: *Überhaupt nicht* (0), *An einzelnen Tagen* (1), *An mehr als der Hälfte der Tage* (2), *Beinahe jeden Tag* (3)



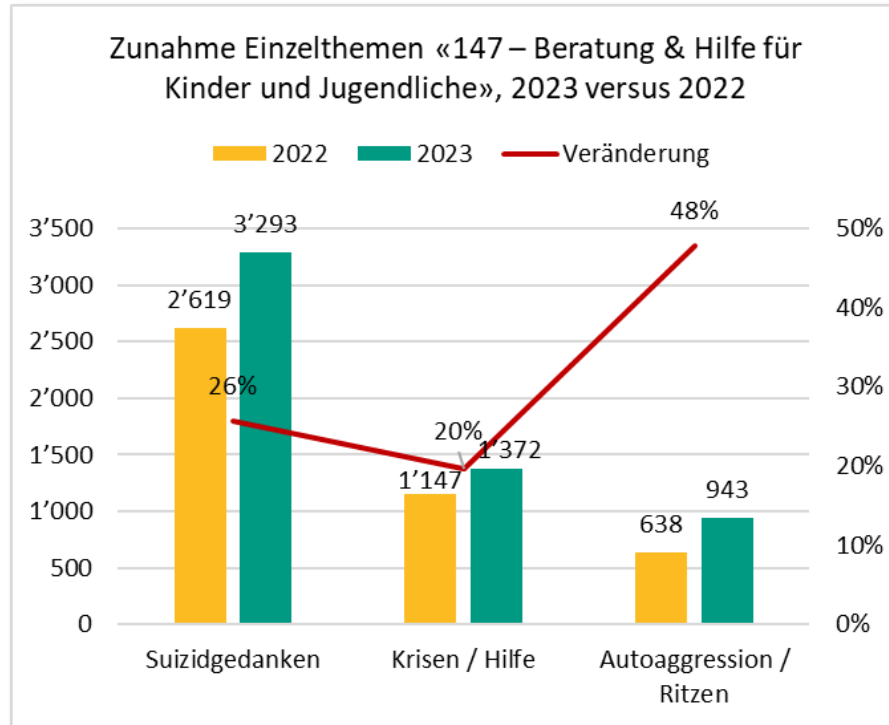
Anzeichen für eine Angststörung / eine Depression

Insgesamt zeigen 22 % der Befragten Hinweise auf eine Angststörung, 18 % auf eine Depression, häufig in Kombination. Mädchen sind häufiger betroffen. Der Mädchenanteil mit Anzeichen einer Angststörung hat deutlich zugenommen.

	SJ 2012/13	SJ 2017/18	SJ 2022/23
Angststörung			
Mädchen	19 %	21 %	30 %
Knaben	13 %	12 %	13 %
Depression			
Mädchen	20 %	20 %	23 %
Knaben	14 %	12 %	12 %

147 – Beratung & Hilfe für Kinder und Jugendliche

Zunahme Einzelthemen



Im Jahr 2023 haben Beratungen zu folgenden Themen deutlich zugenommen.

- **Suizidgedanken + 26 %**
- **Krisen / Hilfe + 20 %**
- **Autoaggression / Ritzen + 48 %**

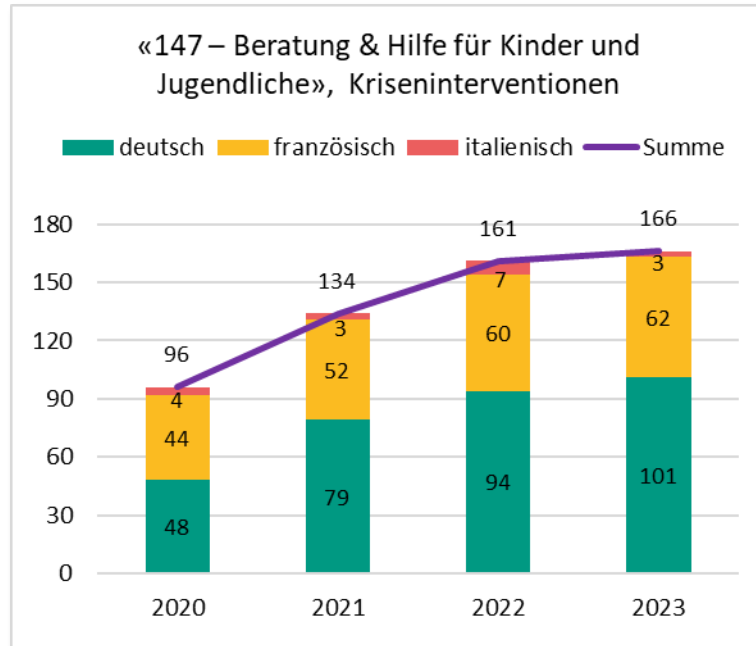
Jeden Tag meldeten sich

- 9.0 Kinder und Jugendliche zum Thema Suizidgedanken
- 3.8 Kinder und Jugendliche zum Thema Krisen / Hilfe
- 2.6 Kinder und Jugendliche zum Thema Autoaggression / Ritzen

Datenbasis: N (2023)= min. 638, max. 3'293

147 – Beratung & Hilfe für Kinder und Jugendliche

Anzahl Kriseninterventionen



Krisenintervention

bedeutet, dass die Fachperson von 147 - Beratung & Hilfe für Kinder und Jugendliche aufgrund eines Beratungsverlaufs (z.B. Selbst-/Fremdgefährdung, Suizidankündigung) den Rettungsdienst/Polizei anbietet, um Leben zu retten bzw. eine akute Gefahr abzuwenden.

Im Jahr 2023 gab es **166 Kriseninterventionen**, was einer Zunahme von + 3 % gegenüber der Vorjahresperiode, bzw. 73 % gegenüber 2020 entspricht.

