



Was sagen uns die Jugendlichen ?

Resultate der ersten breit angelegten Studie zu ihrem Gesundheitsverhalten und ihrem Lebensstil (Stadt Zürich, 2008)

Präsentation

Gesundheit und Lebensstil bei Jugendlichen der Stadt Zürich: Resultate der Schülerbefragung 2007/08





Was sagen uns die Jugendlichen?

- **Ausgangslage**
- **Auswahl der wichtigsten Ergebnisse**
- **Implikationen und Empfehlungen**
- **Diskussion**



Eine Schülerbefragung in der Stadt Zürich?

Wozu?

(Querschnittstudie im Rahmen des Studiums zum Master in Public Health)

- Soll Aufschluss geben über **die Gesundheit und das Gesundheitsverhalten der Zielgruppe der 13- bis 16-Jährigen in der Volksschule** (der zweiten Sekundarklassen)
- Soll ein besseres Verständnis für ihre Selbstwahrnehmung und ihre Bedürfnisse wecken: Es geht um die erfragten **Daten zur selbst wahrgenommenen Gesundheit und ihren für die Gesundheit relevanten Verhaltensweisen**
- Die Kenntnisse über diese spezifische Schülerpopulation in der Stadt Zürich und die Unterschiede zu Schülerpopulationen anderer Studien begründen eine **bessere und auf die jeweilige Zielgruppe ausgerichtete Interventionsstrategie** zur Prävention bestimmter Risikoverhaltensweisen



Studienanlage: Wer wurde befragt und wie?

- Jugendliche der 2. Sekundarklassen in allen 7 Schulkreisen der Stadt Zürich im Schuljahr 2007/08
- Freiwillige Befragung von **1923** Jugendlichen mittels eines anonymisierten Fragebogens während einer Schullektion (zusätzlich informed consent der Eltern)
- Ausgefüllte Fragebögen **1652 = Rücklaufquote 86%**: Im Vergleich zu anderen Studien ist die Rücklaufquote eine sehr hohe
- Abstimmung mit der kantonalen Ethikkommission und den Datenschutzbeauftragten der Stadt Zürich



Umfassender Einblick ins Befinden der Schülerpopulation im Sekundarschulalter

- Auf Grund der hohen Rücklaufquote und der guten Qualität des Datenmaterials (Plausibilität, geringe „missing values“) ermöglichen die Ergebnisse einen umfassenden Einblick ins Befinden unserer Schülerpopulation in den Sekundarklassen
- Daraus können Empfehlungen für Präventions- und Gesundheitsförderungsmassnahmen sowie für ein zukünftiges Monitoring in Sachen Jugendgesundheit der 13- bis 16-Jährigen der Volksschule der Stadt Zürich abgeleitet werden



Die Erfolgsfaktoren der Befragung

- Einbezug der Jugendlichen in die Fragebogenkonstruktion
- Schulärztinnen & Schulärzte im Schulhaus bekannt
- Unterstützung seitens der Lehrpersonen
- Erläuterungen/Instruktion zur Handhabung persönlich in den Klassen
- Erläuterungen zur Anonymisierung
- Keine Rückschlussmöglichkeiten auf die Person
- Ärztliche Schweigepflicht
- Möglichkeit nach dem Ausfüllen (ohne Fragebogen) Schwierigkeiten im persönlichen Gespräch zu besprechen



Nach welchen Themen wurde gefragt?

- Wohlbefinden und Aktivitäten
- Allgemeines zu dir
- Fragen zu deiner Gesundheit & seelischen Befinden
- Fragen zu deinem Körper, zu Bewegung & Sport
- Fragen zu deiner Ernährung
- Tabak, Alkohol, Drogen
- Unfälle, Gewalt & Schutzmassnahmen
- Sexualität
- Freizeit & Zuhause
- Zufriedenheit
- Informationsquellen



Die befragten Jugendlichen

- **Geschlecht:** Nahezu gleich viele Jungen wie Mädchen beantworteten den Fragebogen
- **Nationalität:** **51%** der Jungen und **49%** der Mädchen haben die Schweizer-Nationalität
- **Klassentypus:**
 1. Sek A: **29%** anderer Nat., **47%** Jungen, **53%** Mädchen
 2. Sek B: **50%** anderer Nat., **53%** Jungen, **47%** Mädchen
 3. Sek C/So: **59%** and. Nat., **57%** Jungen, **44%** Mädchen

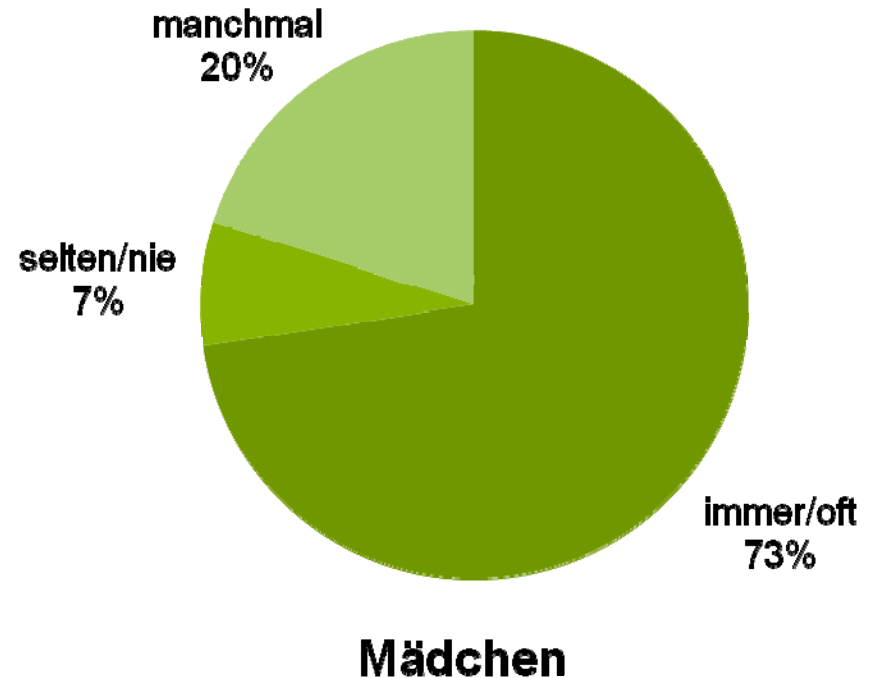
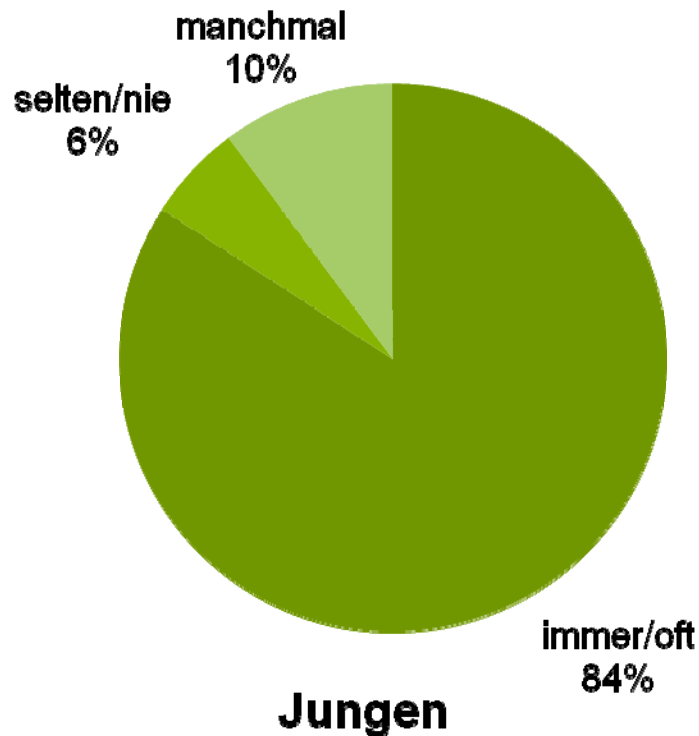


Grundaussage: Die Mehrheit der befragten Jugendlichen fühlen sich glücklich und sind zufrieden!

- Die Mehrheit der Jugendlichen der 2. Sek in der Stadt Zürich sind mit ihrer Gesundheit und mit ihrer allgemeinen Lebenssituation „mittel“ bis „sehr zufrieden“
- Auf die Frage „bist du glücklich?“ antworten 84% der Jungen und 73% der Mädchen mit „oft“ oder gar „immer“
- Die Jugendlichen sind auch sozial eingebettet, über 90% haben Freunde und treffen sie häufig. Besonders positiv stimmt auch, dass sie (88%) ihr Verhältnis zu den Lehrpersonen als gut bis ausgezeichnet einschätzen
- Die grosse Mehrheit der Jugendlichen der 2. Sek raucht nicht, trinkt nicht, kifft nicht. Viele treiben Sport



Antworten auf die Frage: **Bist du glücklich?**





Bedeutung der Grundaussage

- Diese Resultate bestätigen wie auch andere Studien, dass die Mehrzahl der Jugendlichen diesen schwierigen Lebensabschnitt der Pubertät gut bewältigt, was manchmal aufgrund der Fokussierung auf Problembereiche übersehen wird!
- Diese Befragung zeigt aber auch Herausforderungen auf. Unter anderem, dass trotz Wohlbefinden jeder 4. Junge & jedes 3. Mädchen unter psychosomatischen Beschwerden & depressiven Verstimmungen leidet!



Herausforderung I: SchülerInnen der Sek C/Sonderklassen

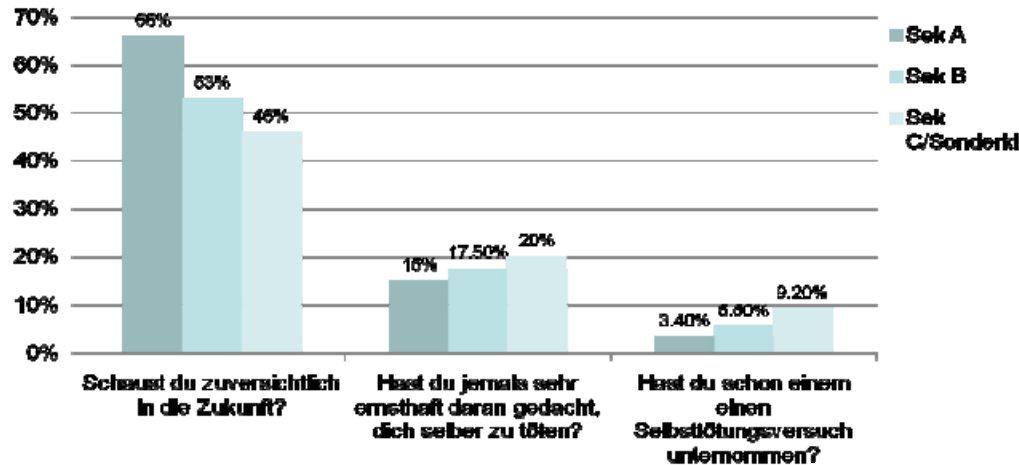
Lernende mit besonderen Bildungsbedürfnissen fühlen sich in ihrer Haut unwohl, sind wenig zufrieden mit ihrer Situation & haben wenig Zuversicht in die Zukunft:

- Übergewicht/Fettsucht: **20%** vs.10% der Sek A-Lernenden
- Substanzkonsum, Rauchen und Trunkenheit
- Gewalttätigkeiten: als Täter und Opfer (Varianzanalyse)
- Selbstverletzendes Verhalten
- Suizidgedanken/Suizidversuche
- Schule schwänzen
- Risikoreiches Sexualverhalten: um das **3,8-fach erhöhte Risiko** für frühen GV und **30%** verneinen einen Schutz beim letzten GV

Ansatzweise ist dieser Zustand auch bei Lernenden der Sek.B vorhanden

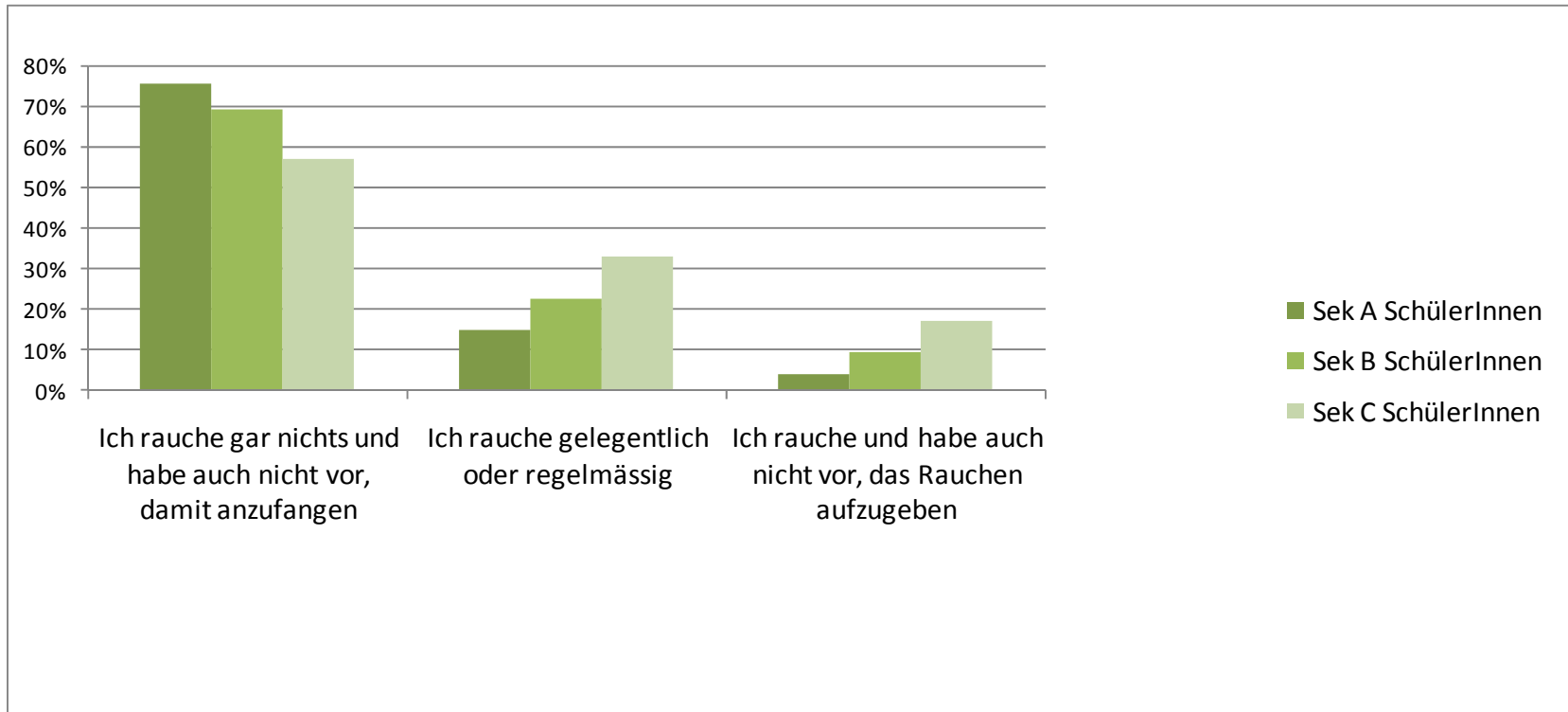


Zuversicht in die Zukunft, Suizidgedanken und Selbsttötungsversuch: Vergleich zwischen SchülerInnen der Sek A, B, C/Sonderkl.



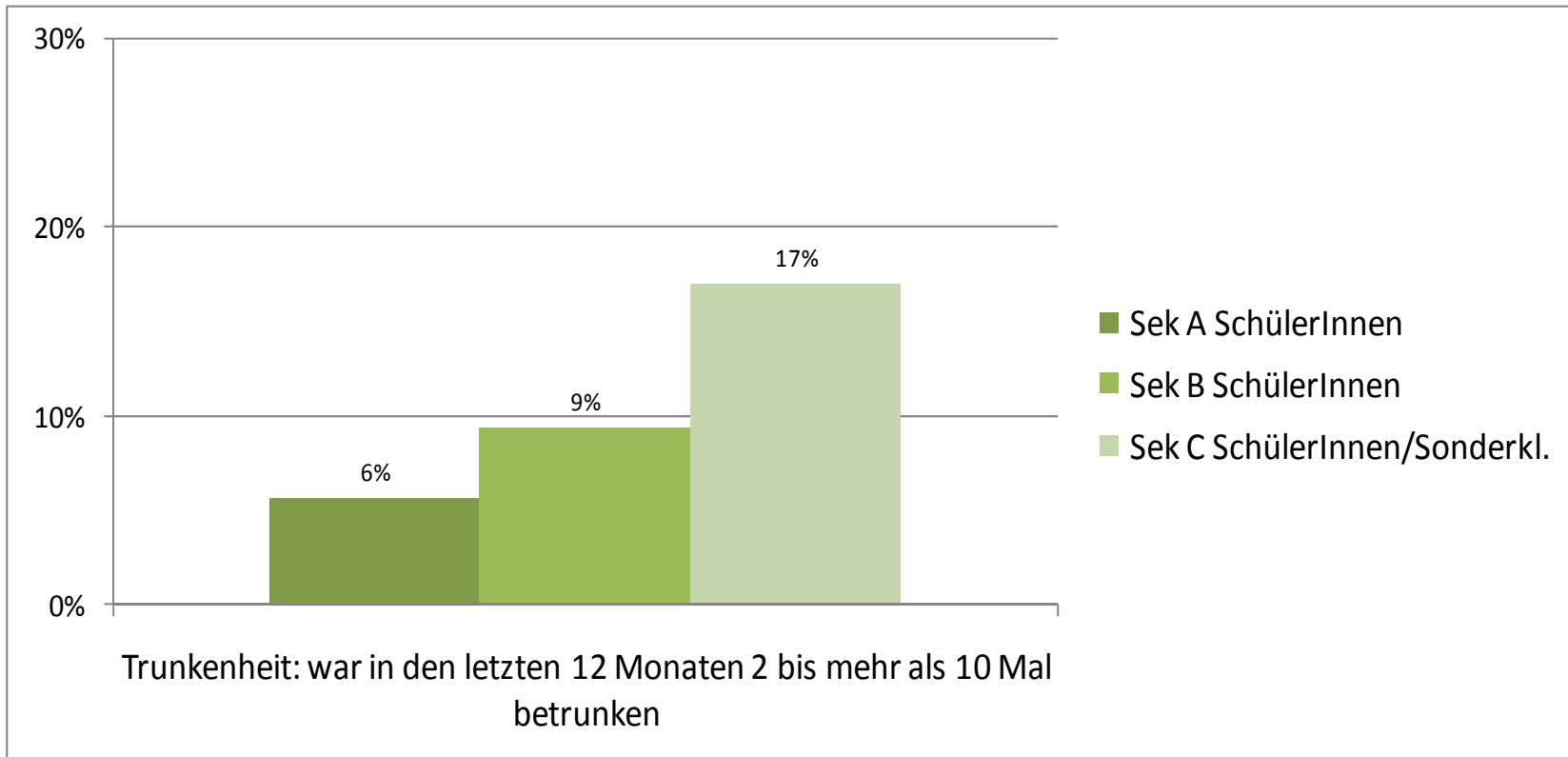


Rauchen: Vergleich SchülerInnen der Sek A, B, C/So





Trunkenheit: Vergleich SchülerInnen der Sek A, B, C/So





Herausforderung I, Fazit: Lernende mit besonderen Bildungsbedürfnissen

- Lernende mit besonderen Bildungsbedürfnissen der Sek C und Sonderklassen sind grösseren Gesundheitsrisiken ausgesetzt als insbesondere die Sek A- und teilweise die Sek B-SchülerInnen

- Fazit: Andere Studien zeigen, dass Gesundheit bzw. Risikoverhalten gekoppelt ist an Bildung (HBSC 2002, Vögele 2006). Diese Studie zeigt dies auch



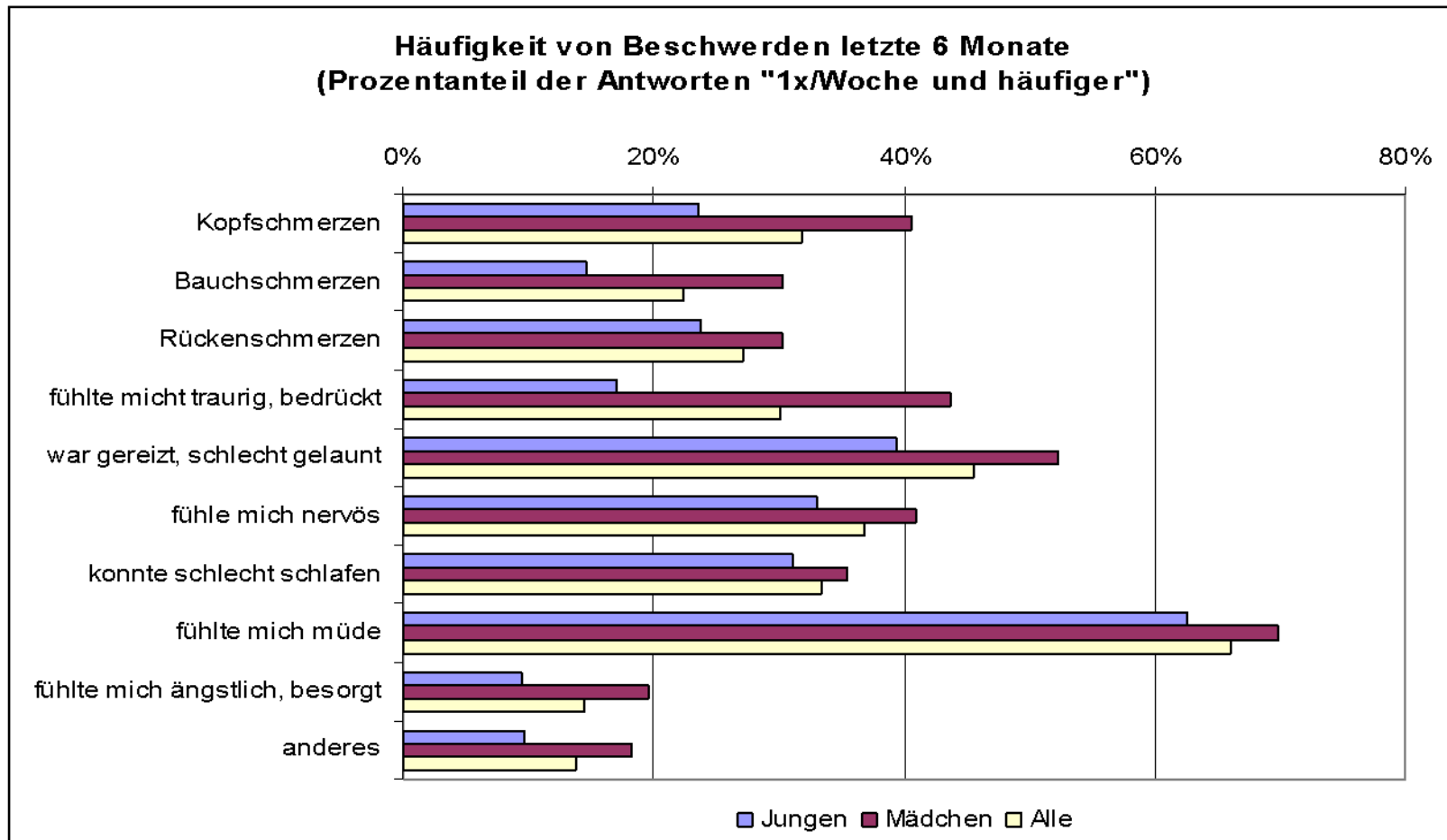
Herausforderung II: Unterschiede Mädchen - Jungen

Mädchen haben im Vergleich zu Jungen in vielen Bereichen ihres Lebens signifikant mehr Schwierigkeiten:

- Haben häufiger psychosomatische Beschwerden
- Sie sind öfter traurig und depressiv verstimmt
- Zeigen vermehrt selbstverletzendes Verhalten: **27%** vs. 21%
- Zeigen vermehrt suizidales Verhalten: **23%** vs. 9%
- Haben häufiger ein verzerrtes Körperbild: **52%** vs. 30%
- Werden zu Hause vermehrt körperlich bestraft: **17%** vs. 10%
- Konsumieren häufiger Medikamente:
Schmerzmittel **57%** vs. 36% , Beruhigungsmittel **5%** vs. 3%
- Machen weniger Sport (>4x/wöchentlich bis täglich): **15%** vs. 44%
- Sind weniger in Sportvereinen eingebunden: **23%** vs. 47%
- Insgesamt sind sie unzufriedener mit ihrer Lebenssituation

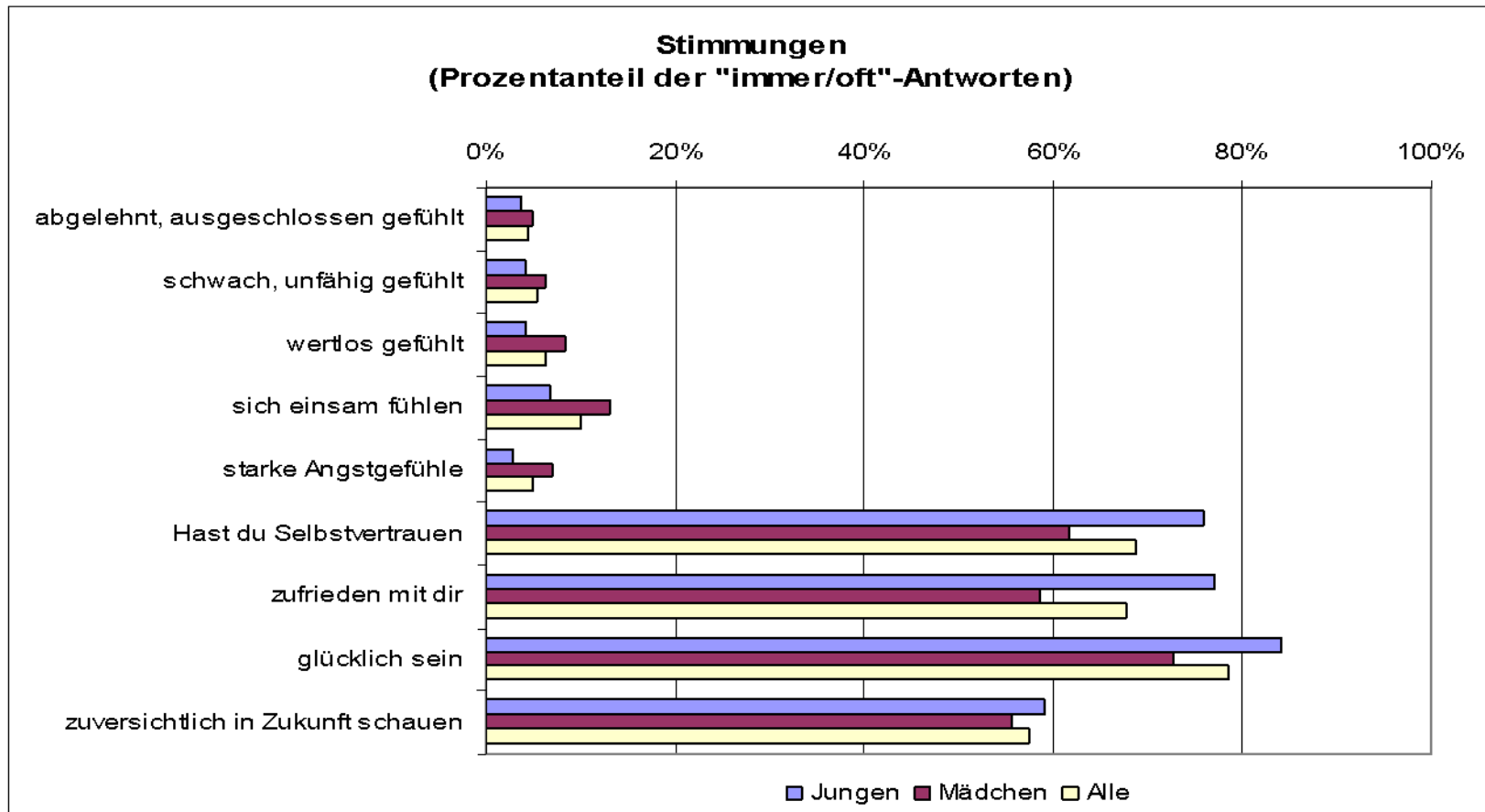


Körperliche und psychische Beschwerden





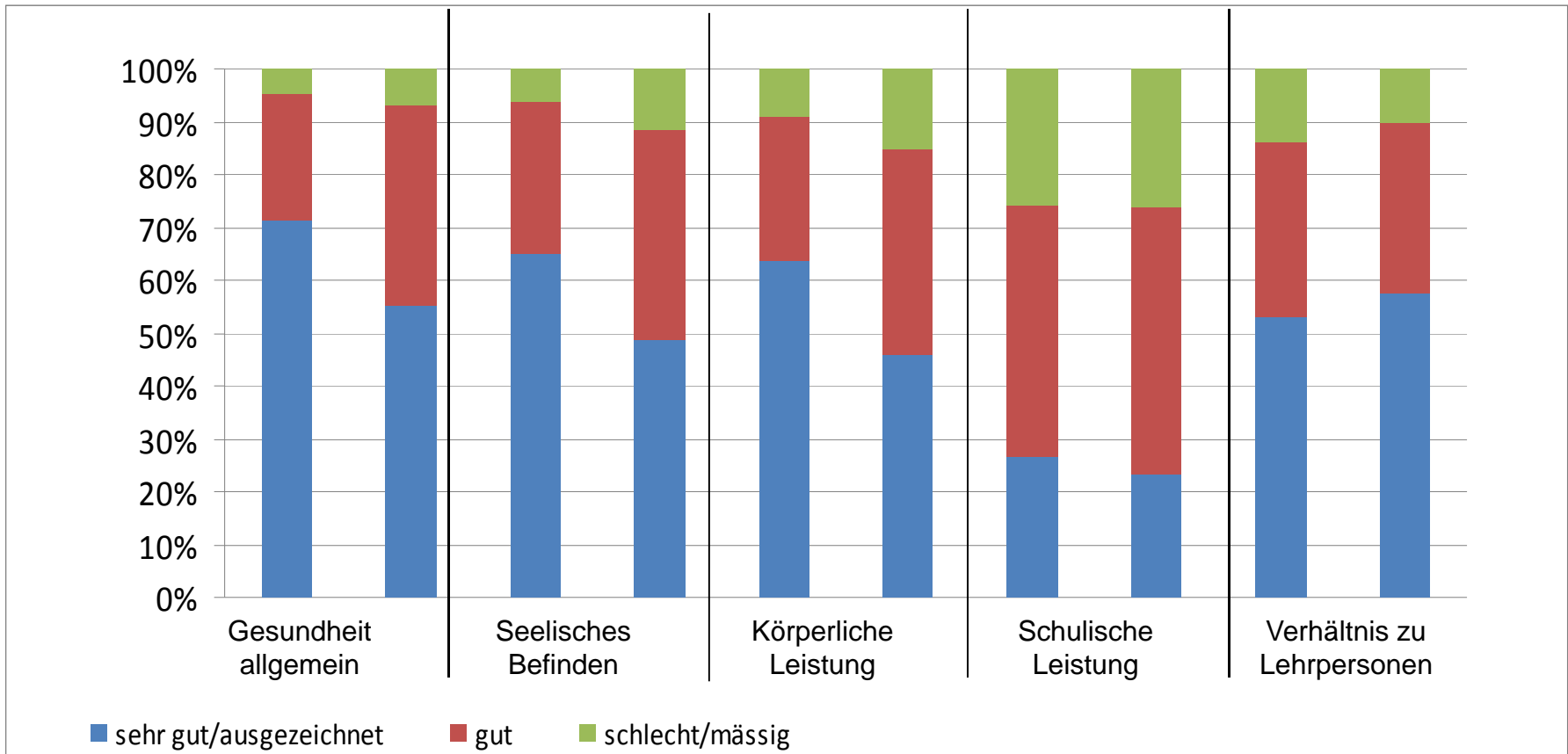
Gute und schlechte Stimmungen





Allgemeine Einschätzung des Befindens

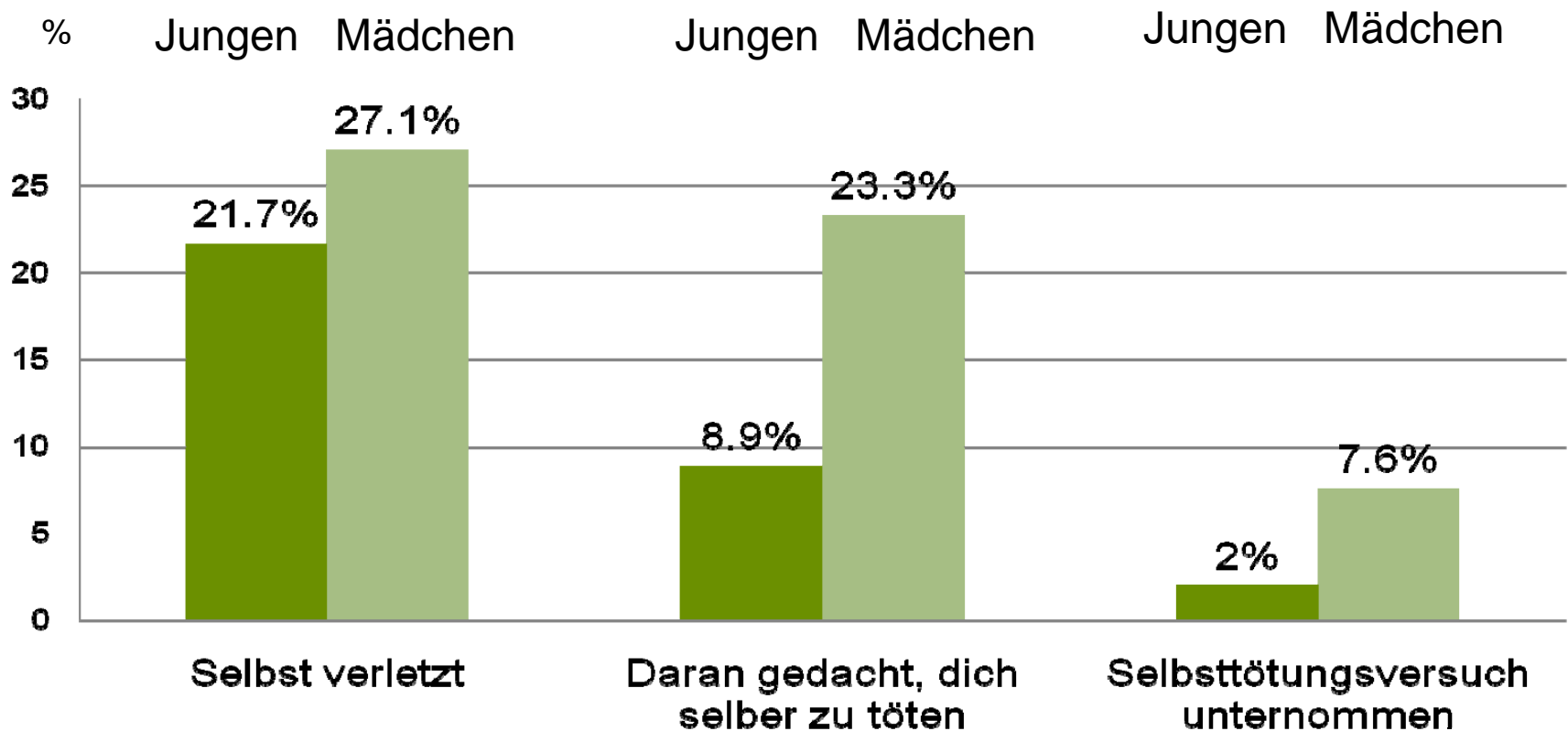
Jungen Mädchen Jungen Mädchen Jungen Mädchen Jungen Mädchen Jungen Mädchen





Antworten auf die Frage:

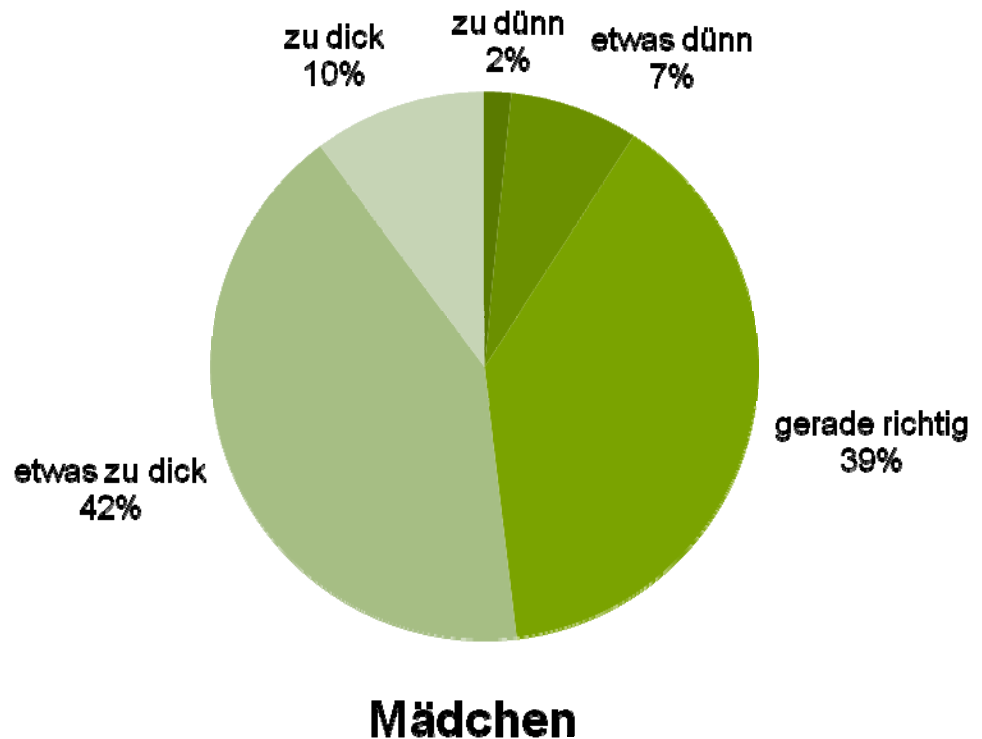
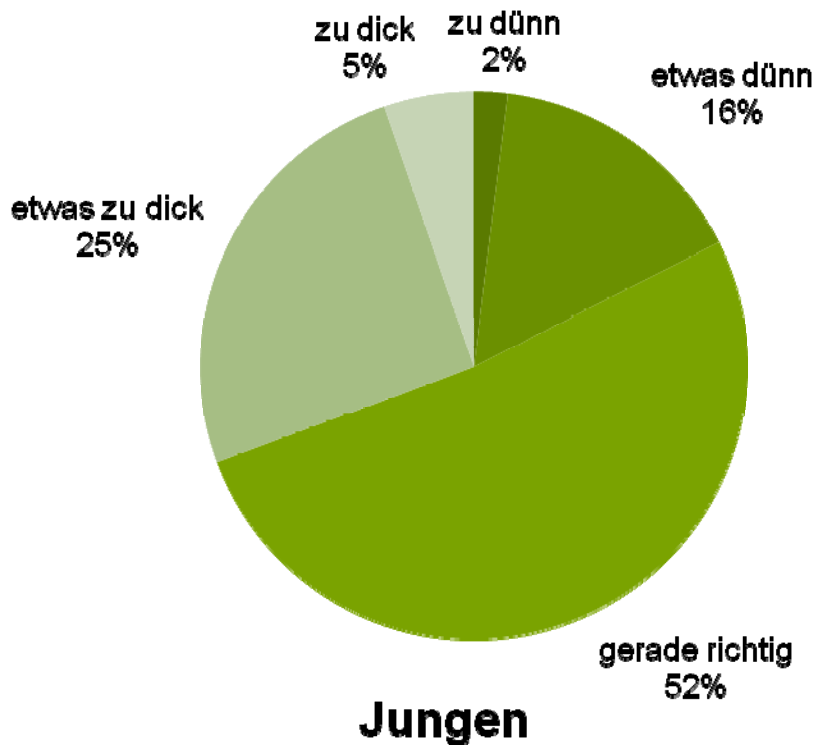
Wie häufig ist in den letzten 12 Monaten folgendes geschehen?





Antworten auf die Frage:

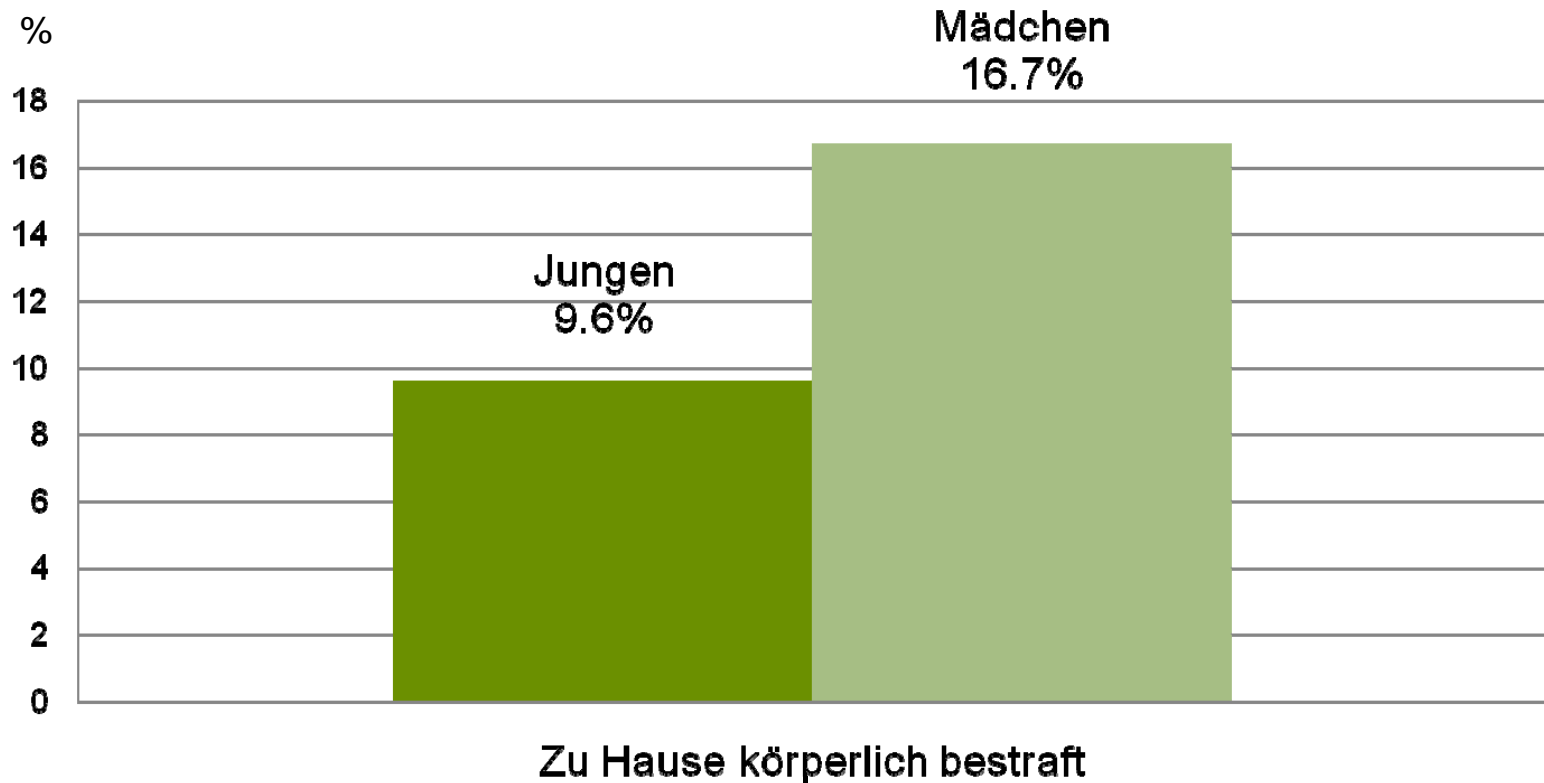
Wie fühlst du dich zurzeit?





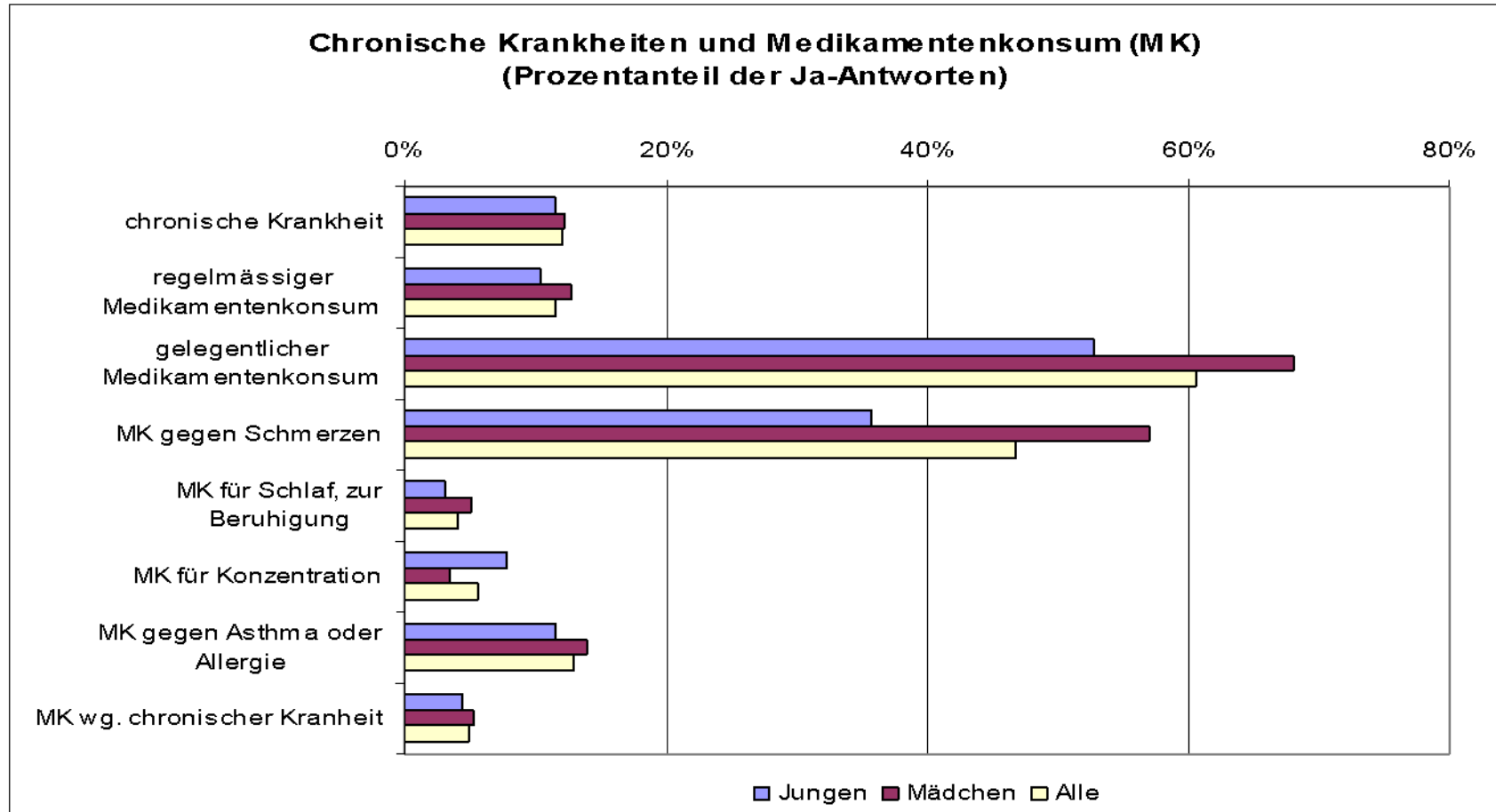
Antworten auf die Frage:

Wie oft wurdest du in den letzten 12 Monaten zu Hause körperlich bestraft?



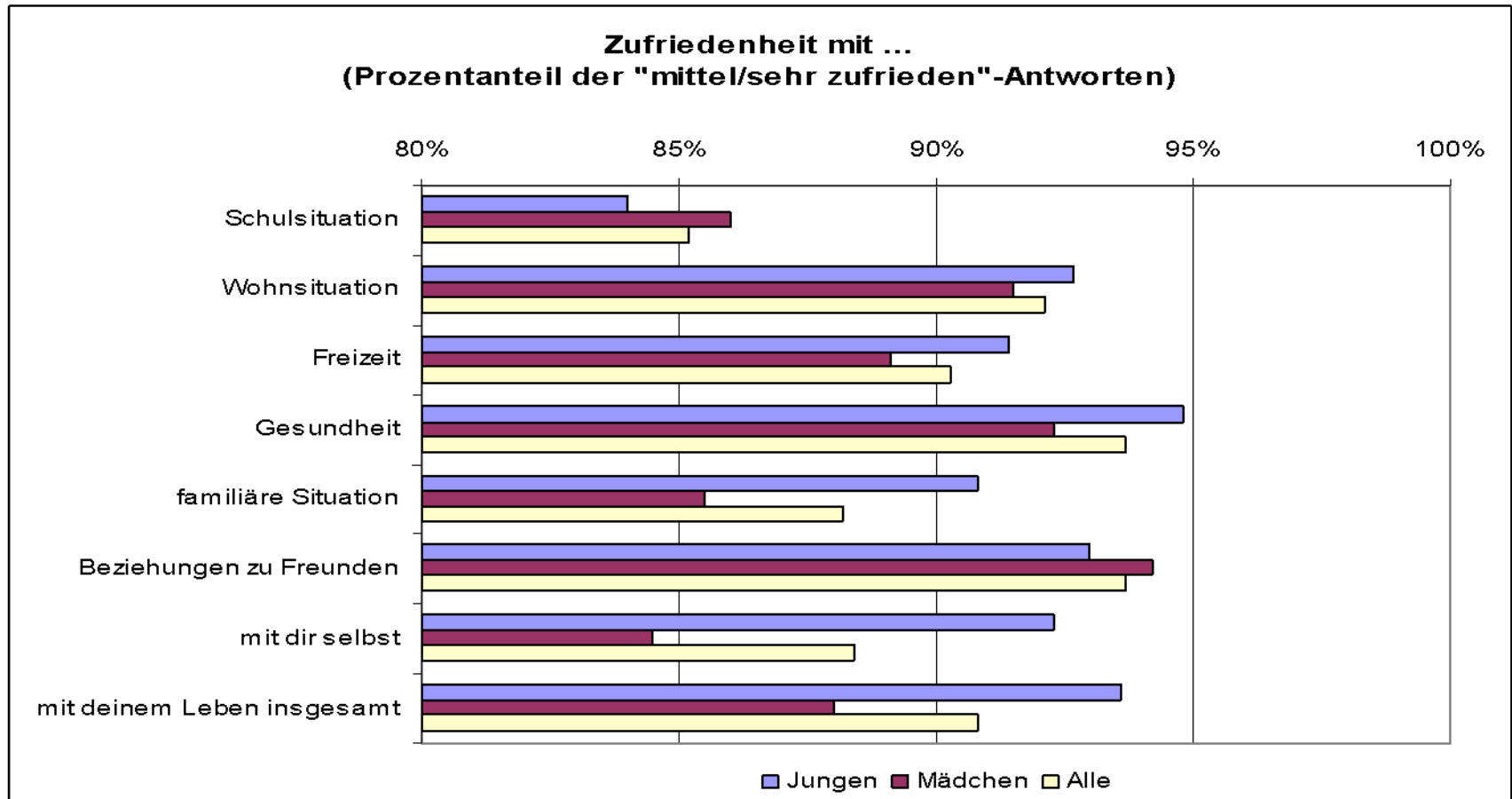


Chronische Krankheit & Medikamentenkonsument





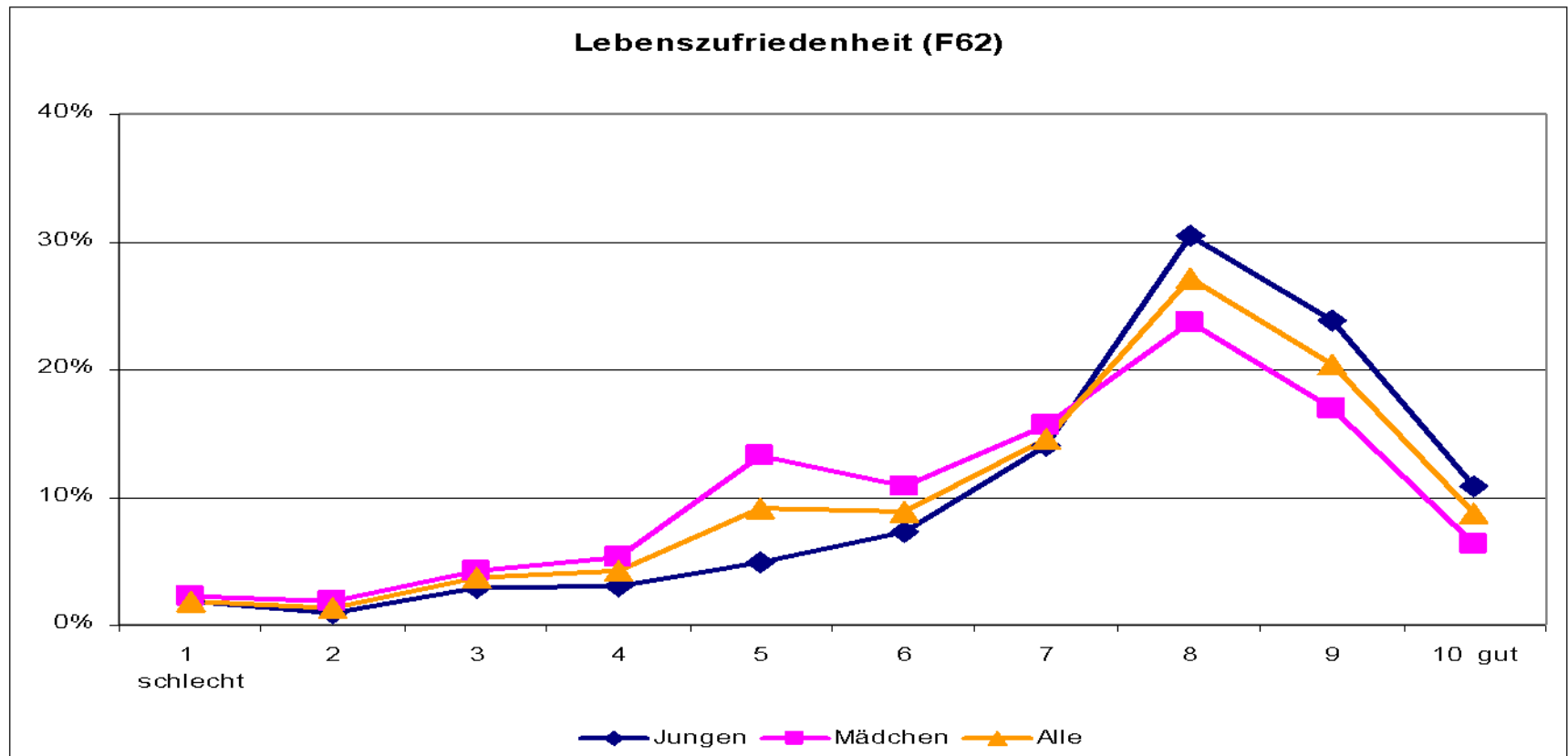
Zufriedenheit mit den Kernbereichen des Lebens bei Jungen und Mädchen





Bewertung des eigenen Lebens

„Wie würdest du dein jetziges Leben bewerten? Kreuze das Kästchen an, das am besten beschreibt, wo du stehst“ (Skala 1-10, könnte nicht schlechter sein – könnte nicht besser sein)





Herausforderung II, Fortsetzung

Was ist anders bei Jungen?

Jungen haben im Vergleich zu Mädchen

(Frage: „Wie häufig ist in den letzten 12 Monaten folgendes geschehen?“)

➤ signifikant mehr Probleme mit ausgeübter **Gewalt**:

... **35%** vs. 17% Schlägereien,

... **34%** vs. 24% Schikanieren,

... **31%** vs. 23% Stehlen,

... **46%** vs. 34% Sachbeschädigungen/Vandalismus

Tatort Schule: Nicht alle Gewalt findet in der Schule statt.

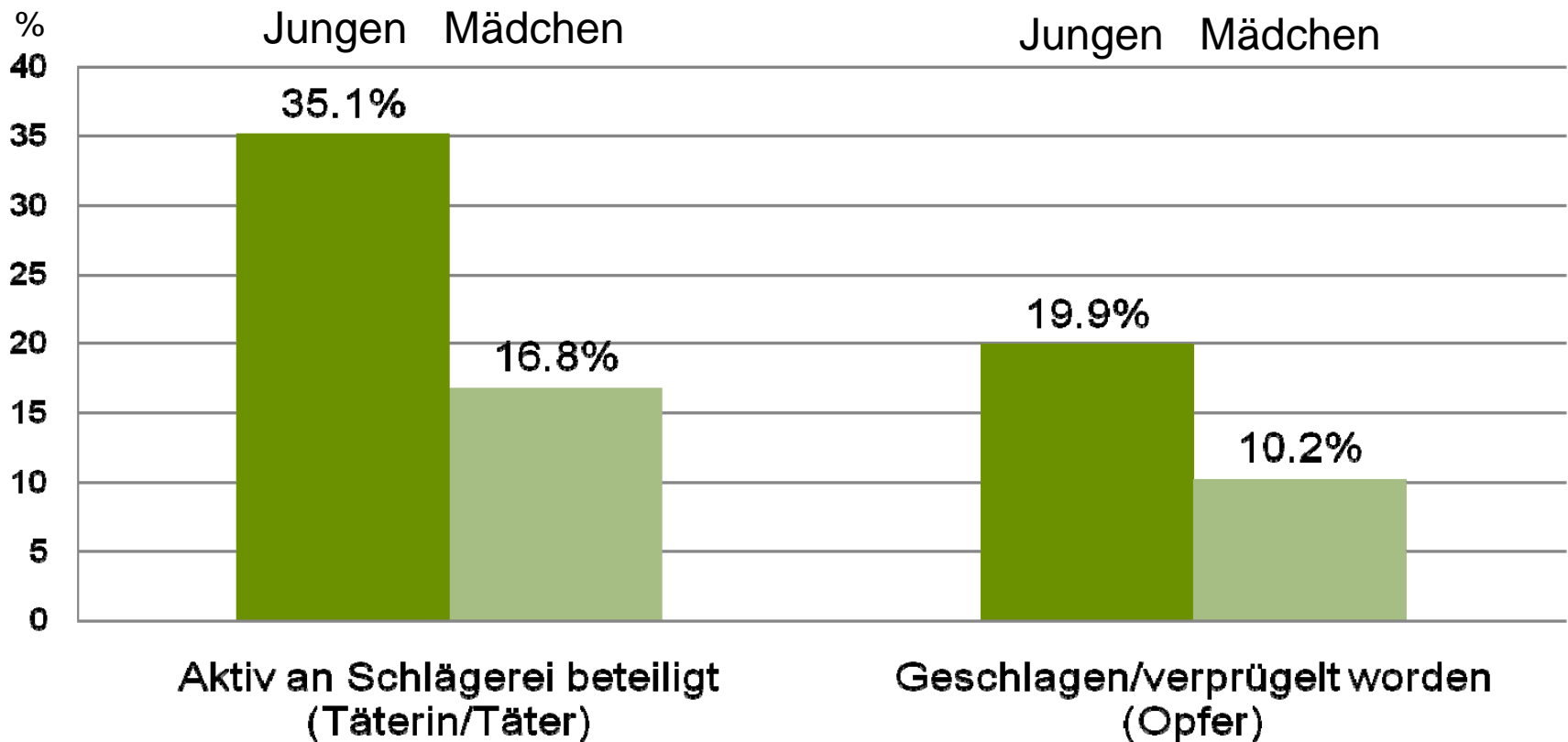
Schikanieren zu 2/3. Schlägereien zu 1/3. Erpressen/Stehlen zu 1/4.

➤ signifikant mehr **Unfallereignisse** (Sport in der Schule und Freizeit)



Antworten auf die Frage:

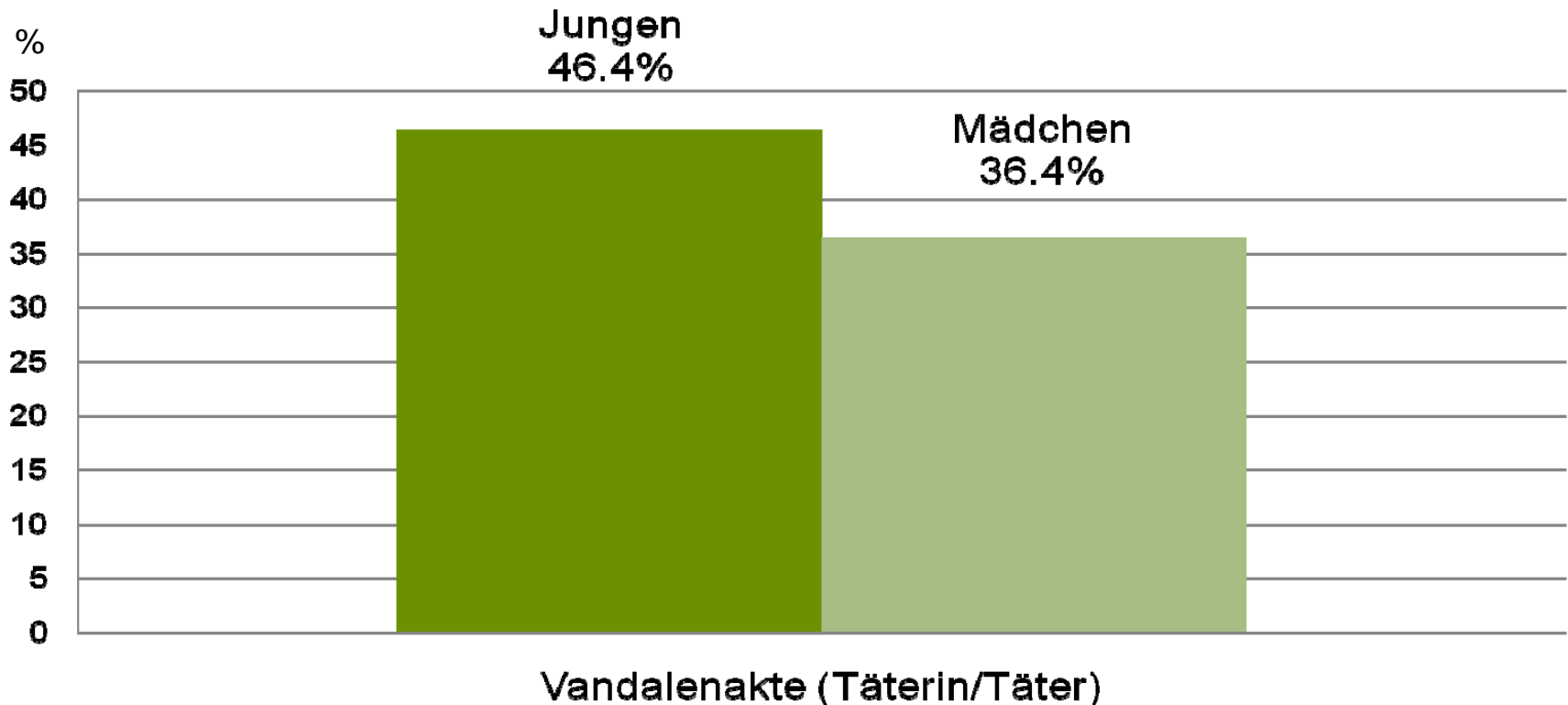
Wie häufig ist in den letzten 12 Monaten folgendes geschehen?





Antworten auf die Frage:

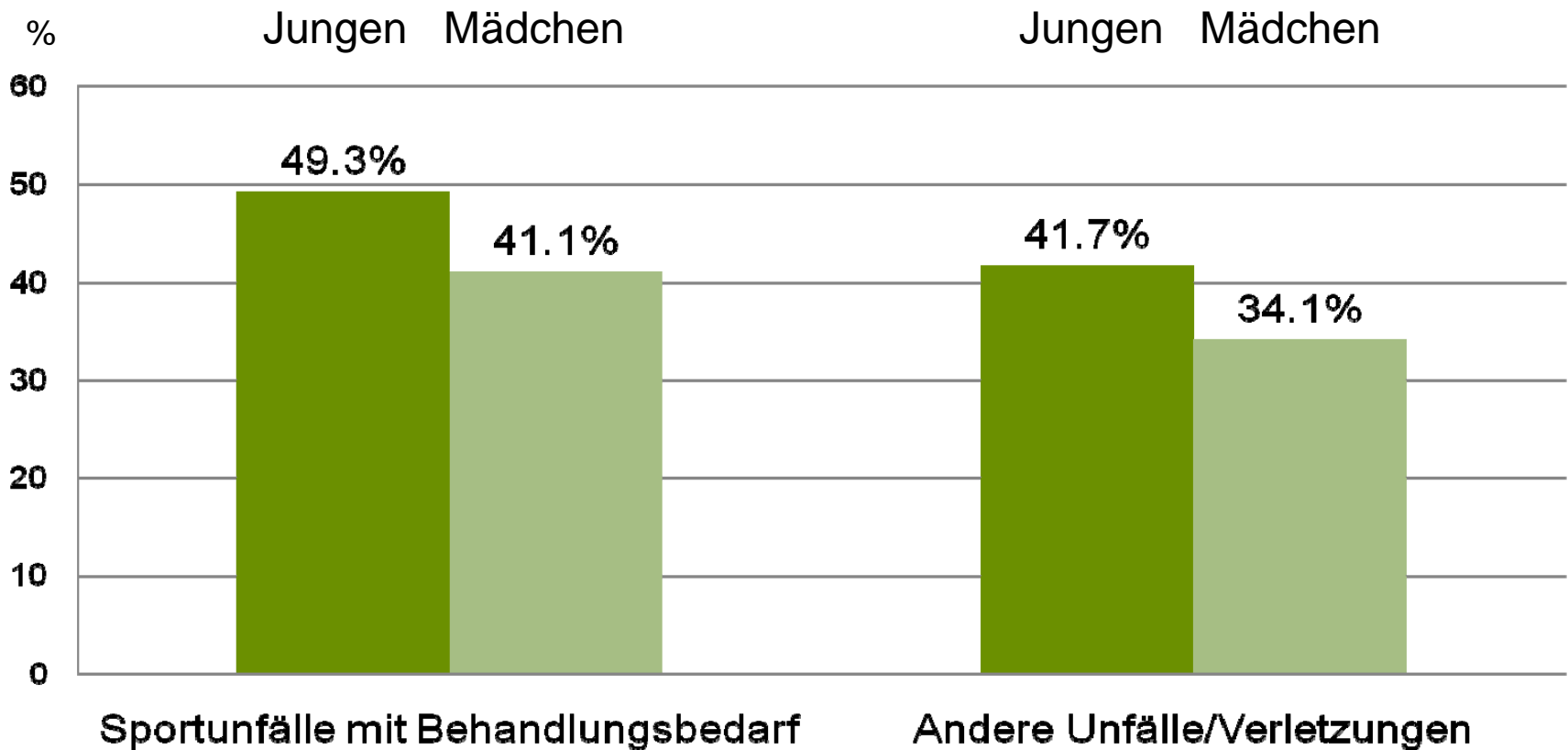
Wie häufig warst du in den letzten 12 Monaten als Täterin/Täter an Vandalenakten beteiligt?





Antworten auf die Frage:

Wie häufig ist in den letzten 12 Monaten folgendes geschehen?





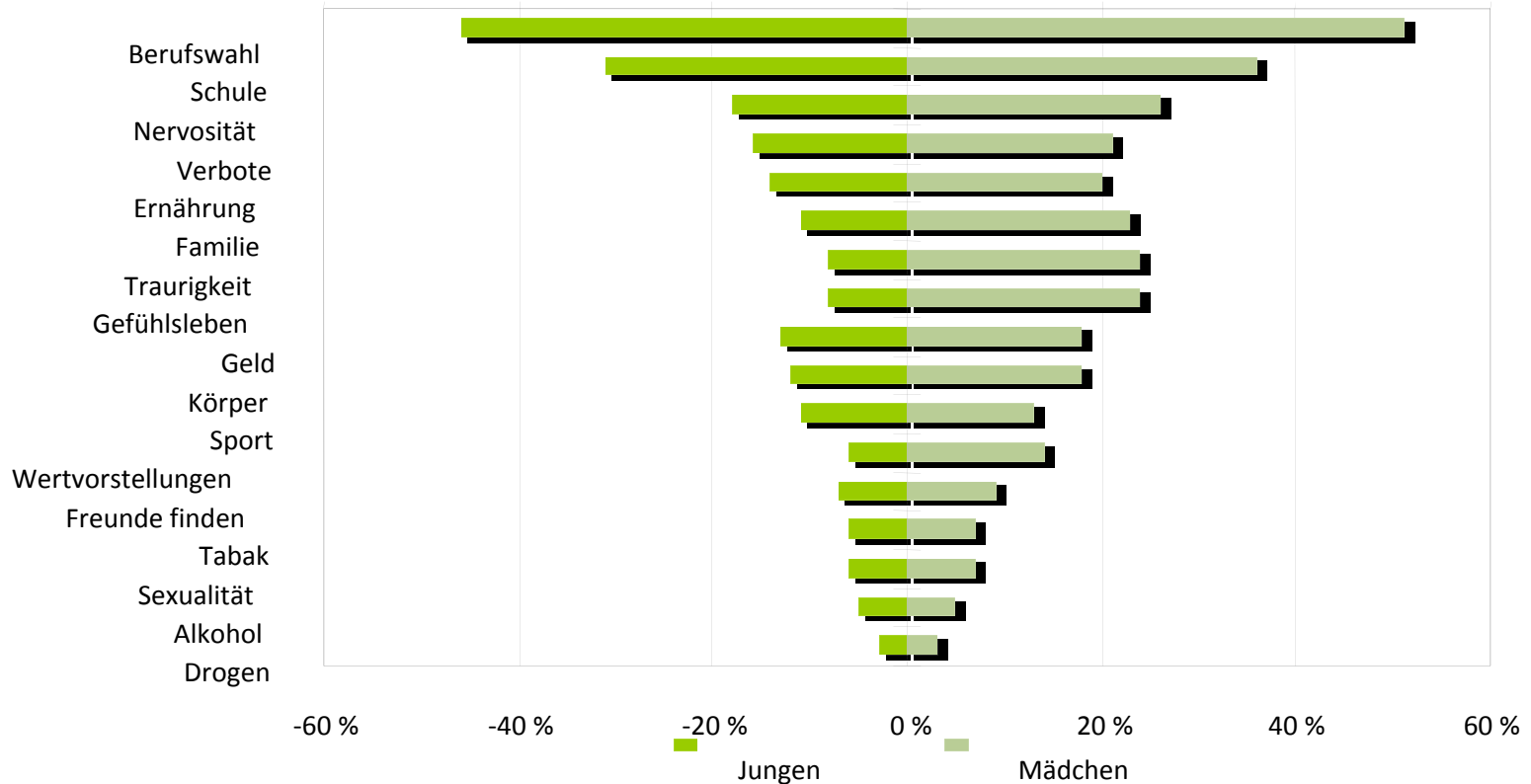
Herausforderung II, Fortsetzung: Was ist anders bei Jungen?

- Jungen haben das 2-fach erhöhte Risiko für frühen Geschlechtsverkehr (im Mittel mit 13 Jahren)
- Im Vergleich zu Mädchen geben Jungen signifikant **weniger** Probleme an, für die sie Hilfe benötigen
- Dies wurde gefragt: "Hier ist eine Liste von Problemen, wie sie bei Jugendlichen deines Alters vorkommen können. Kannst du angeben, für welche du Hilfe nötig hättest?"



Hilfesuche bei Problemen.....

(Mehrfachnennungen)





Informationsquellen & Angebote im Zusammenhang und rund um die Gesundheit

Die Nutzung von Beratungsmöglichkeiten zeigt dass:.....

- In erster Linie Familie und Freundeskreis,
- dann Lehrpersonen, Hausarzt, Internet, SchulärztInnen
- und Schulsozialarbeiter/-in, wenn im SH vorhanden, genutzt werden.

Wenig konsultiert werden die SchulpsychologInnen (rund 7-8%).

Wenig bekannt sind spezielle Fachstellen wie: Schlupfhuus, „Lust und Frust“, Suchtprävention, Castagna, Sorgentelefon etc.



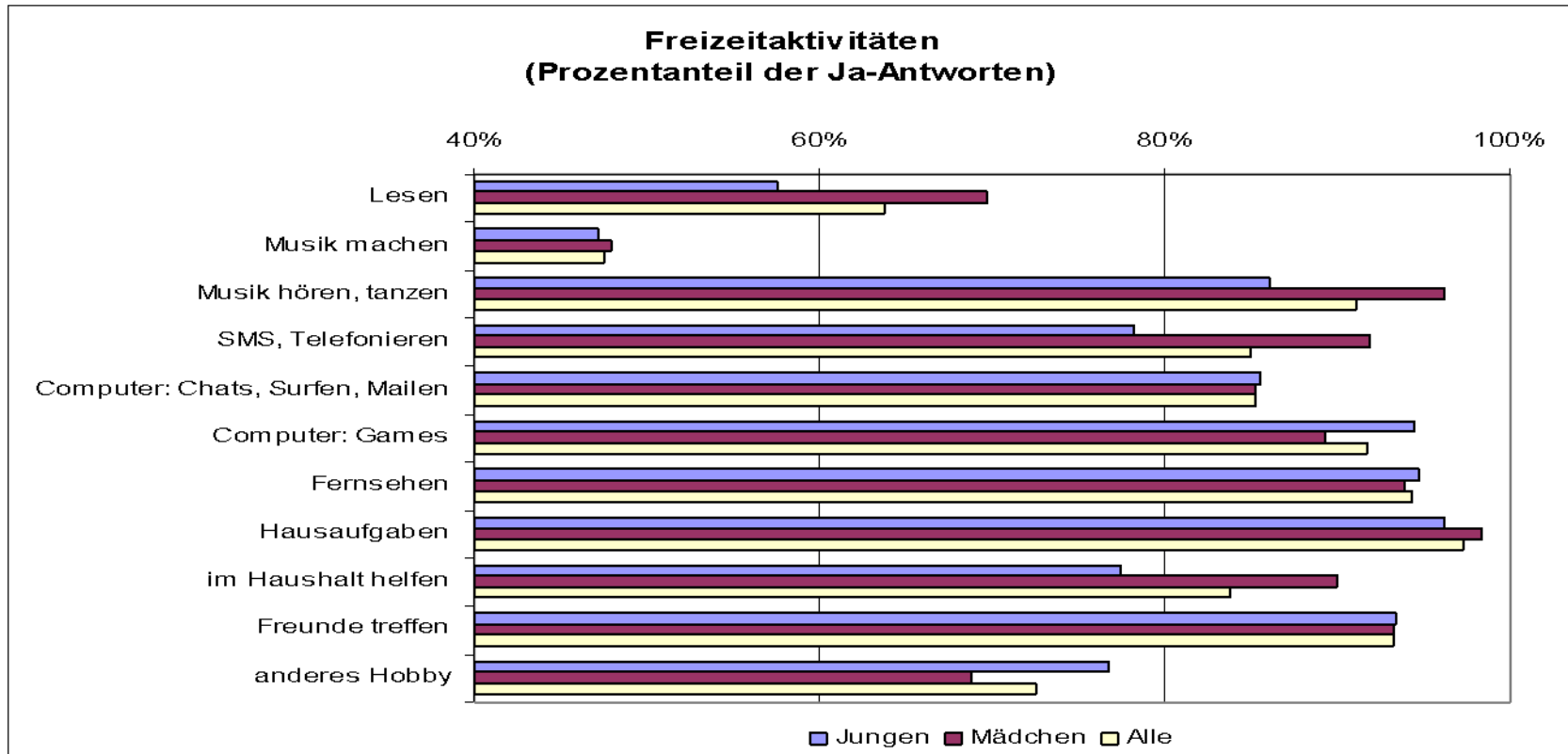
Herausforderung II, Fazit: Unterschiede Mädchen - Jungen

- Mädchen und Jungen haben eine unterschiedliche Einschätzung ihrer Situation, eine unterschiedliche Problemwahrnehmung und ein unterschiedliches Ausmass an Schwierigkeiten und Bedürfnissen.
- D.h. geschlechtsspezifische Gesichtspunkte sollten in der Ausgangsanalyse einer Intervention, in deren Anlage und Evaluation unbedingt mitberücksichtigt sein: Gender-Ansatz (Altgeld, 2006)



Aktivitäten in der Freizeit

Anteile der Jugendlichen, die jeden Tag Zeit für die jeweilige Aktivität aufwenden (Zeitaufwand und Tageszeit erhoben)





Herausforderung III: Substanzkonsum

- Im Vergleich zu anderen Studien ist der Anteil Jugendlicher mit **gelegentlichem bis regelmässigem Substanzkonsum tiefer**
- jedoch auch das **Einstiegsalter ist früher** (im Mittel bei **12 Jahren** statt 13 Jahre). Ein frühes Einstiegsalter ist ein voraussagender Risikofaktor (Prädiktor) für einen späteren problematischen Umgang mit der Substanz, insbesondere mit Alkohol (Schmid 2001, 2006; Fischer 2006)

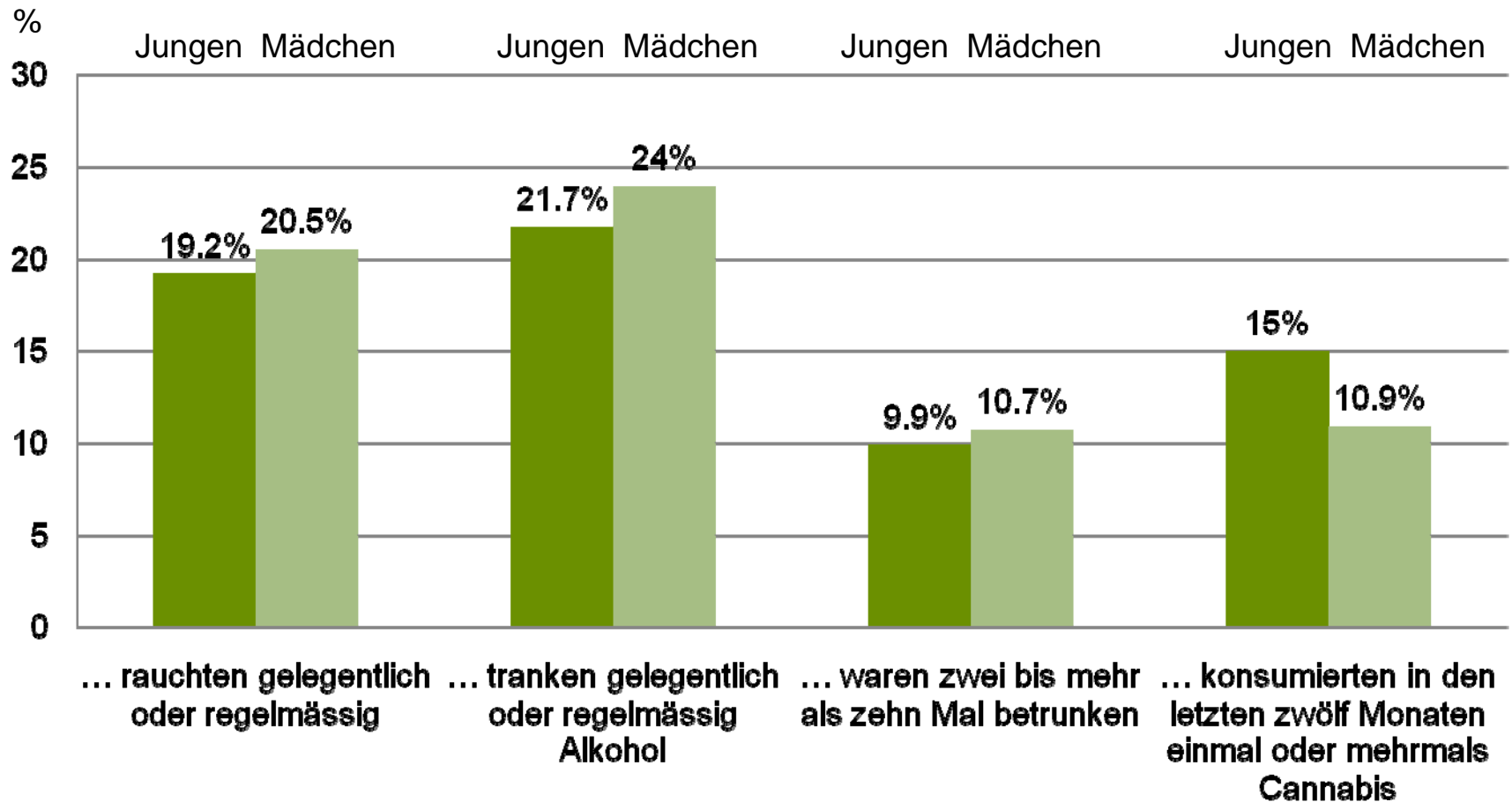


Herausforderung III, Fortsetzung: Substanzkonsum zum Zeitpunkt der Befragung

Tabak	19% der Jungen und 21% der Mädchen 33% Sek C/So, 23% Sek B, 15% Sek A
Alkohol	22% der Jungen und 24,0% der Mädchen 24% der CH und 21% der Nicht-CH 28% Sek C/So, 18% Sek B, 26% Sek A
Trunkenheit	10% der Jungen und 11% der Mädchen 20% Sek C/So, 11% Sek B, 7% Sek A
Cannabis	15% der Jungen und 11% der Mädchen 16% der CH und 10% der Nicht-CH 18% Sek C/So, 13% Sek B, 12% Sek A



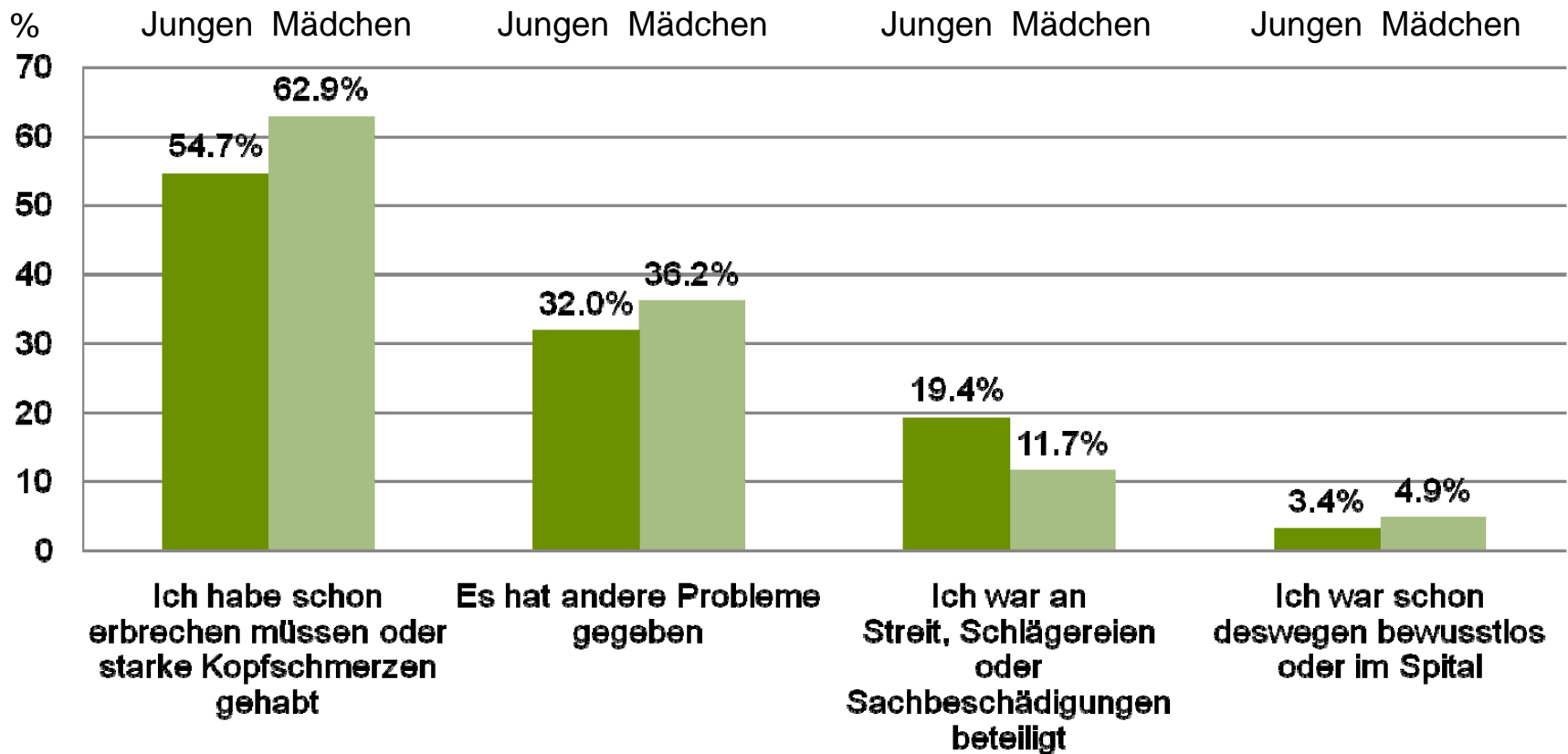
Zum Zeitpunkt der Befragung ...





Antworten auf die Frage:

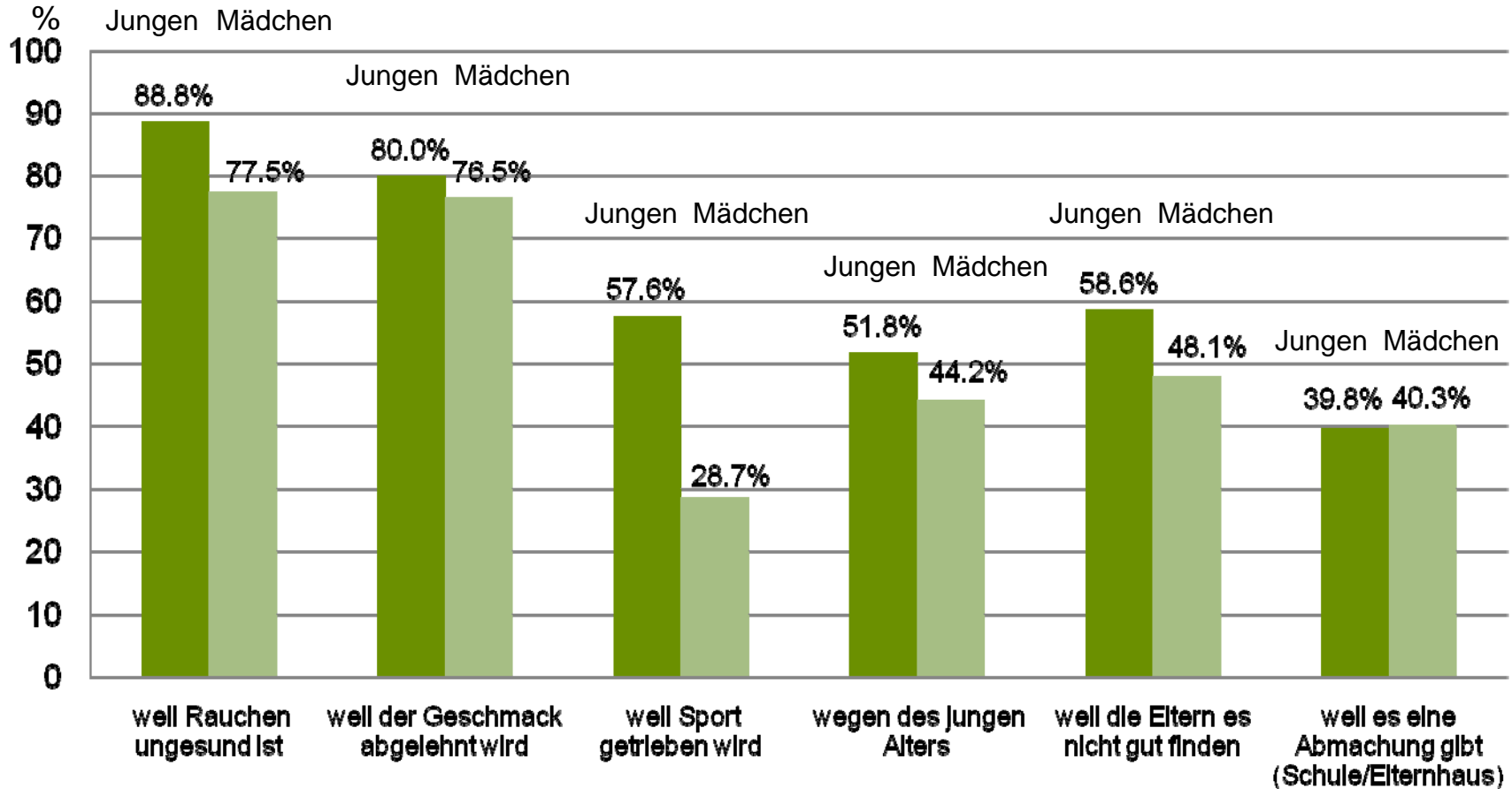
Welche Probleme kamen vor, als du betrunken warst?





Antworten von Nichtraucherinnen und Nichtrauchern auf die Frage:

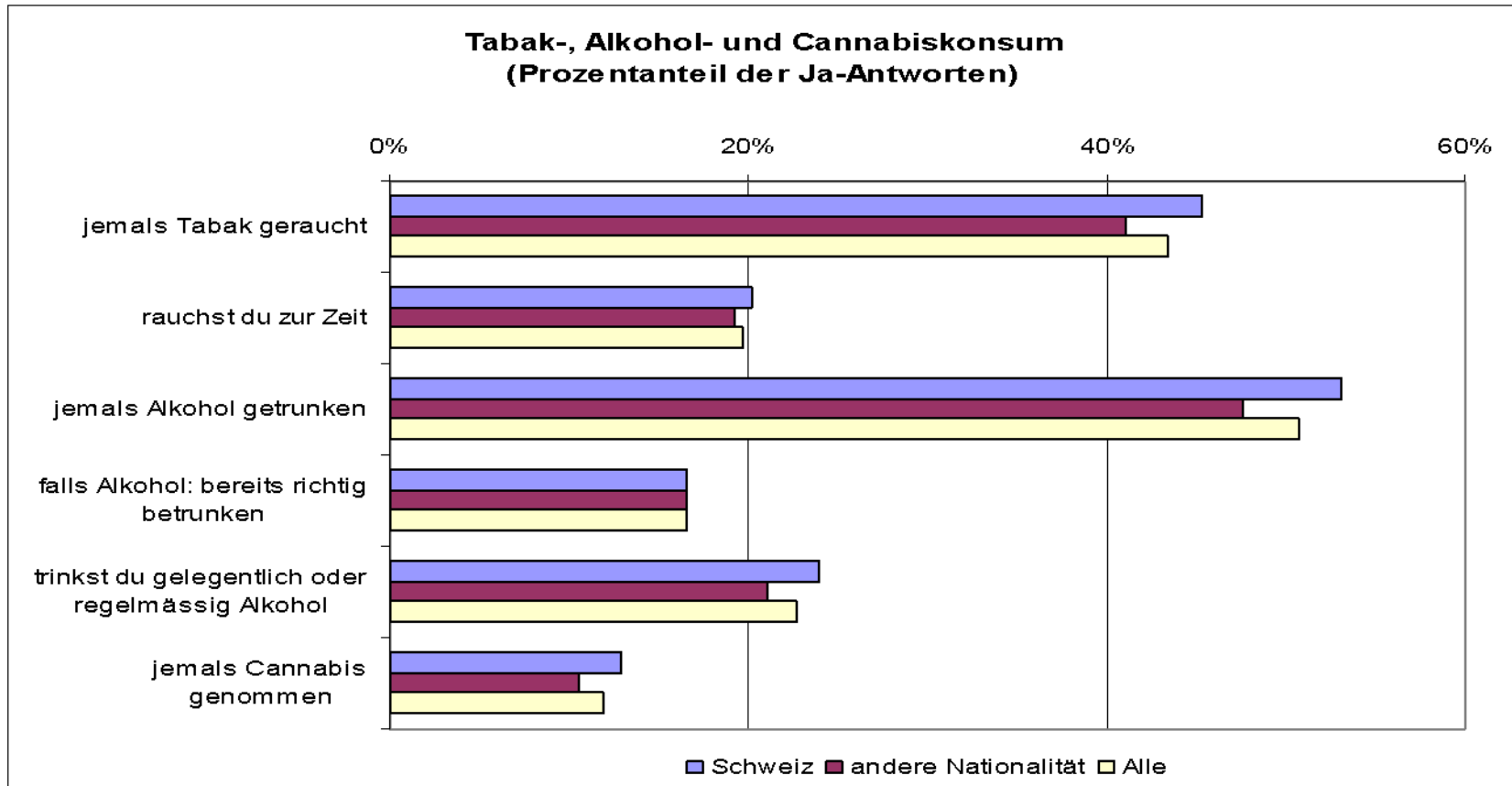
Warum rauchst du nicht (Ressourcen)?





Tabak, Alkohol, Cannabis

(aus der Perspektive der Nationalität CH/andere Nationalität)





Herausforderung III, Fortsetzung: Substanzkonsum

- Cannabiskonsum ist hochsignifikant mit gehäufter Trunkenheit assoziiert (Korrelationsanalyse)
- Non-User halten Cannabis tendenziell für gefährlicher als User (Korrelationsanalyse)
- Es besteht ein hochsignifikanter Zusammenhang zwischen frühem Geschlechtsverkehr und zwei bis mehrmaliger Trunkenheit (Korrelationsanalyse)



Exkurs: Jugendliche mit Migrationshintergrund

Nennen signifikant mehr Schwierigkeiten in den Bereichen:

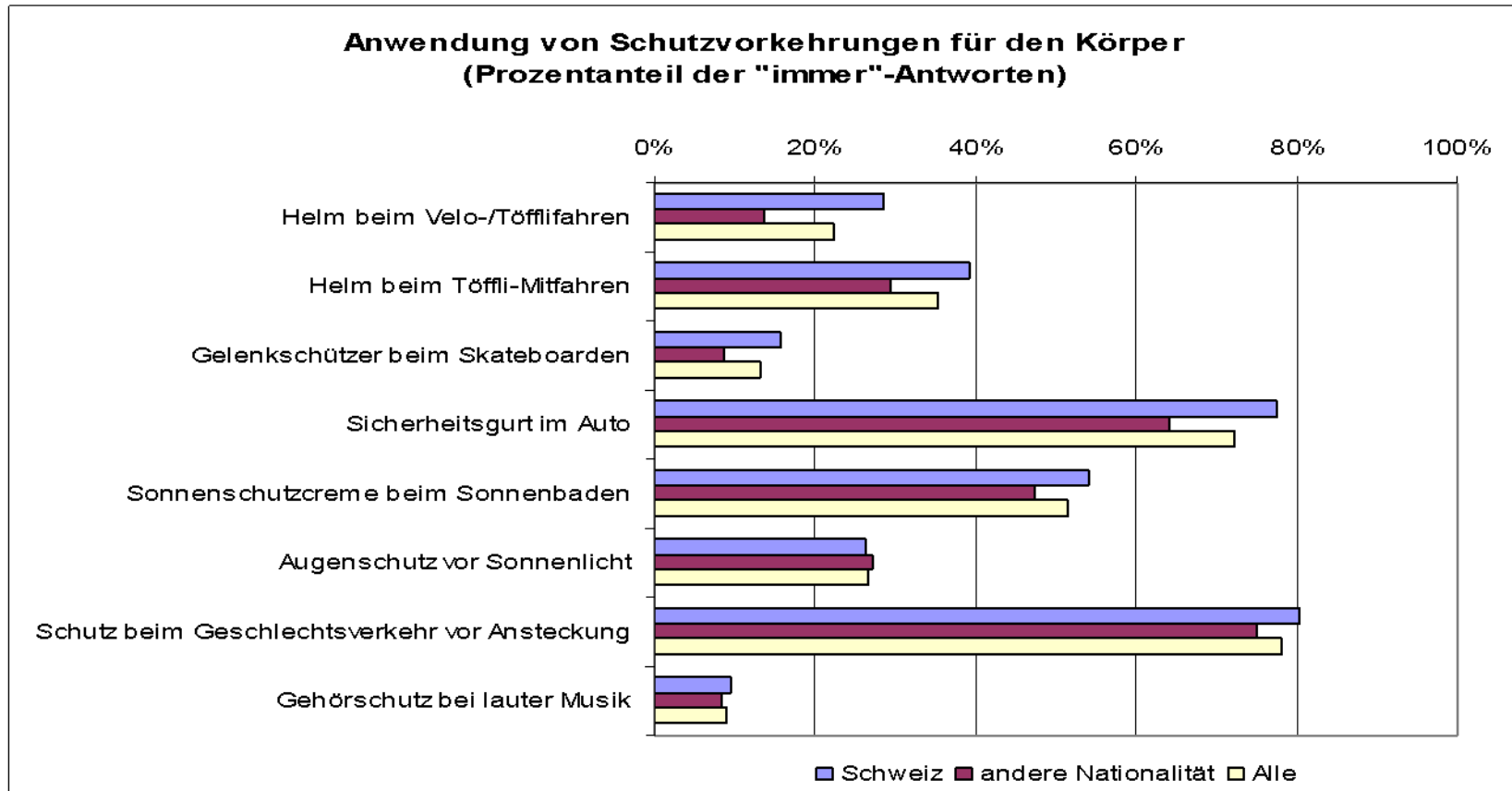
- Übergewicht/Fettsucht: **18%** vs. 12% bei Schweizer
- Ausgeübte Gewalttätigkeiten
- Frühen Geschlechtsverkehr: um das **1,4-fach erhöhte Risiko**
- Körperliche Bestrafung zu Hause: **16%** vs. 11% bei Schweizern
- Schutzverhalten mangelhafter als bei Schweizern
- Sozioökonomischer Status eher tief (Indikator: Zimmer alleine)
- Sie sind in der Sek.C/So über- und in den Sek.A untervertreten

Andere Nationalität ist ein Schutzfaktor für frühen Alkoholkonsum: Sie haben ein **um 20% geringeres Risiko**).



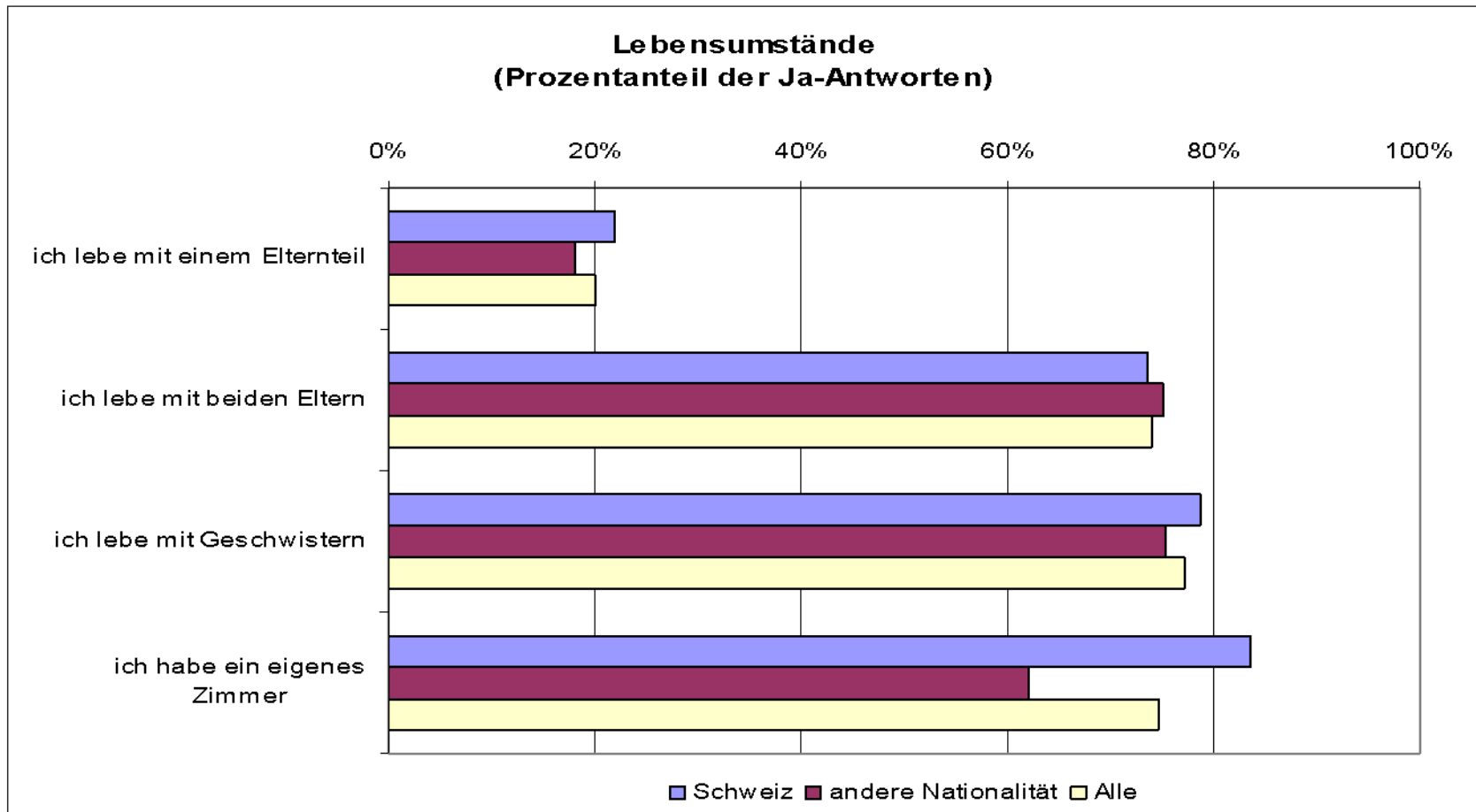
Den Körper schützen

Prozentanteile CH/a.Nat. der „Immer-Antworten“ ohne die Antworten „Nicht zutreffend“





Familiäres Umfeld





Implikationen & Empfehlungen: auch für Lehrpersonen

Eine kleine Auswahl (es gibt noch mehr zu tun)

- Das Ziel der Primärprävention ist einen möglichen Einstieg in Substanzkonsum zu verzögern: Je später, desto besser
- Gender-Aspekt in Prävention & Gesundheitsförderung: könnte auch heissen Unterrichtsstunden nur für Mädchen, nur für Jungen
- Früherkennung: Achten auf Schwierigkeiten der SchülerInnen & auf die Stillen/Zurückgezogenen
- Unterstützung Jugendlicher mit Migrationshintergrund ihre Kultur als Quelle der eigenen Identität und nicht als Hindernis für eine gelungene Integration zu betrachten
- Schutzverhalten fördern
- Gutes Schulklima fördern



Jugendliche: Einige Tipps für deine Gesundheit und dein Wohlbefinden

(siehe Broschüre für Jugendliche, <http://www.stadt-zuerich.ch/schularzt>)

- Pflege Freundschaften
- Lass dir Zeit mit dem Ausprobieren
- Alkohol und Cannabis sind keine Problemlöser
- Schütze dich und deinen Körper – immer!
- Teile dich mit und hol dir Hilfe
- Bewege dich
- Alarmzeichen Selbstverletzung
- Vergleiche dich nicht mit anderen – du bist einmalig!



Zusammenhang zwischen geringer Schulzufriedenheit und Risikofaktoren (Schlesinger & Jerusalem, 2006; Richter et al. 2007)

- Täglichem Tabakkonsum
- Erhöhtem Cannabiskonsum
- Mehrmaliger Trunkenheit
- Vermehrtem Schulschwänzen
- Vermehrten Körperbeschwerden
- Vermehrtem Schikanieren an der Schule (Bullying)
- Vermehrten Unfällen in der Schule

Obwohl die Merkmale der Schülerpersönlichkeit eine Rolle spielen, **korreliert das Sozialklima** in der Schule bzw. Unterricht mit Schulzufriedenheit und oben genannten Risikofaktoren



Implikationen und Empfehlungen als Take Home Message

- **Die Unterstützung durch die Lehrpersonen hat den grössten Einfluss** auf die Schulzufriedenheit der 12- bis 15-Jährigen, mehr als die Unterstützung durch die Schulkameraden oder Eltern (Schmid, 2001).
- Die Förderung eines **positiven Schulklimas** bzw. Klassenklimas **reduziert** signifikant das Unfallgeschehen an der Schule und die persönliche Stressbelastung & **verbessert** signifikant sowohl das körperliche wie seelische Befinden der Lernenden (Schlesinger & Jerusalem, Hoffmann, 2006; Flammer & Alsaker, 2002).



Take Home Message

Vermittlung von Strategien zur Belastungsminderung mit den Zielen:

- Lernende in ihren Ressourcen zu stärken
- Zuversicht in die persönliche Kompetenzen der Lernenden in Zusammenhang mit schulischen Anforderungen zu entwickeln
- Das Fach Sport soll als Motivationsvermittler zu körperlichen Freizeitaktivitäten & zum Erlernen von Entspannung betrachtet werden. Neben musischen Fächern ist Sport das beliebteste schulische Fach bei Jugendlichen u.a. weil Sport bedeutend für den Stressabbau ist (Flammer&Alsaker, 2002; Hoffmann, 2006)



Literaturliste

- Fischer Volkhard & Leppin Anja, „Rauchen und Alkohol“ in „Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter“, hrsg. von A. Lohaus, M. Jerusalem, J. Klein-Hessing, Göttingen 2006
- Flammer August & Alsaker Françoise D., „Entwicklungspsychologie der Adoleszenz, die Erschliessung innerer und äusserer Welten im Jugendalter“, Bern 2002
- HBSC („Health Behaviour in School-Aged Children“, Studie in der Schweiz, Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme, 2002 und 2006, www.sfa-ispa.ch)
- Hoffmann Andreas et al. „Körperliche Bewegung“ in „Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter“, hrsg. von Arnold Lohaus, Matthias Jerusalem, Johannes Klein-Hessling, Göttingen, 2006
- Richter Matthias et al., „Bullying, psychosoziale Gesundheit und Risikoverhalten im Jugendalter“ in Gesundheitswesen 2007; 69:457-482, Stuttgart
- Schlesinger Inga & Jerusalem Matthias, „Schulunfälle“ in „Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter“, hrsg. von Arnold Lohaus, Matthias Jerusalem, Johannes Klein-Hessling, Göttingen, 2006
- Schmid Holger, Kuntsche Emmanuel N, Delgrande Marina, „Anpassen, ausweichen, auflehnen? Fakten und Hintergründe zur psychosozialen Gesundheit und zum Konsum psychoaktiver Substanzen von Schülerinnen und Schülern“, Bern 2001
- Vögele Claus „Sexualverhalten“ in „Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter“, hrsg. von Arnold Lohaus, Matthias Jerusalem, Johannes Klein-Hessling, Göttingen, 2006



Besten Dank für Ihre geschätzte Aufmerksamkeit

– Haben Sie Fragen?