

Jung sein heute – erwachsen werden in schwieriger Zeit

Risikoverhalten – Substanzkonsum – Selbstverletzung – Lifestyle

Dr. med. Toni Berthel, integrierte Psychiatrie Winterthur

Head of the youth and addiction department ipw

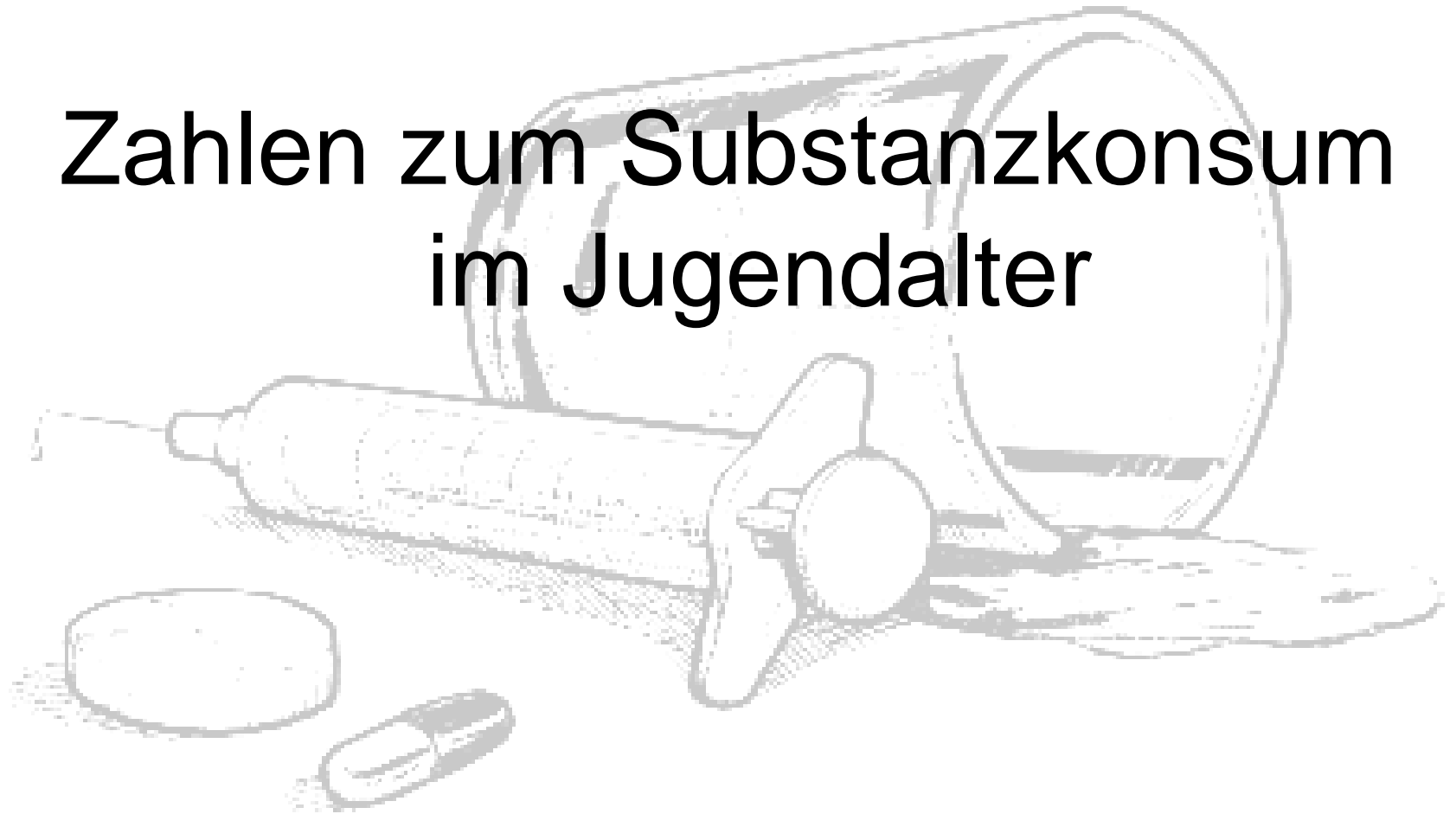
Swiss society of addiction medicine SSAM

toni.berthel@ipwin.ch

Jung sein heute – erwachsen werden in schwieriger Zeit

- Einleitung
- Phänomene im Jugendalter
- Die Adoleszenz als individueller Entwicklungsprozess
- Identitätsfindung in einer sich wandelnden Welt
- Grenzen suchen - Drogenkonsum - Risikoverhalten
- Was können wir Erwachsenen tun?

Zahlen zum Substanzkonsum im Jugendalter



Drogenkonsum (n. Schippers 2002)

	Kokain	Heroin	Cannabis	Alkohol
Lifetime (LP)	2.1	0.3	15.6	90.2
>25Mal (%LP)	22.7	24.3	33.1	88.4
Letzter Mt (%LP)	10.0	10.2	15.8	81.4
>20 Tg im ltz. Mt (%LP)	1.8	?	25.6	24.3

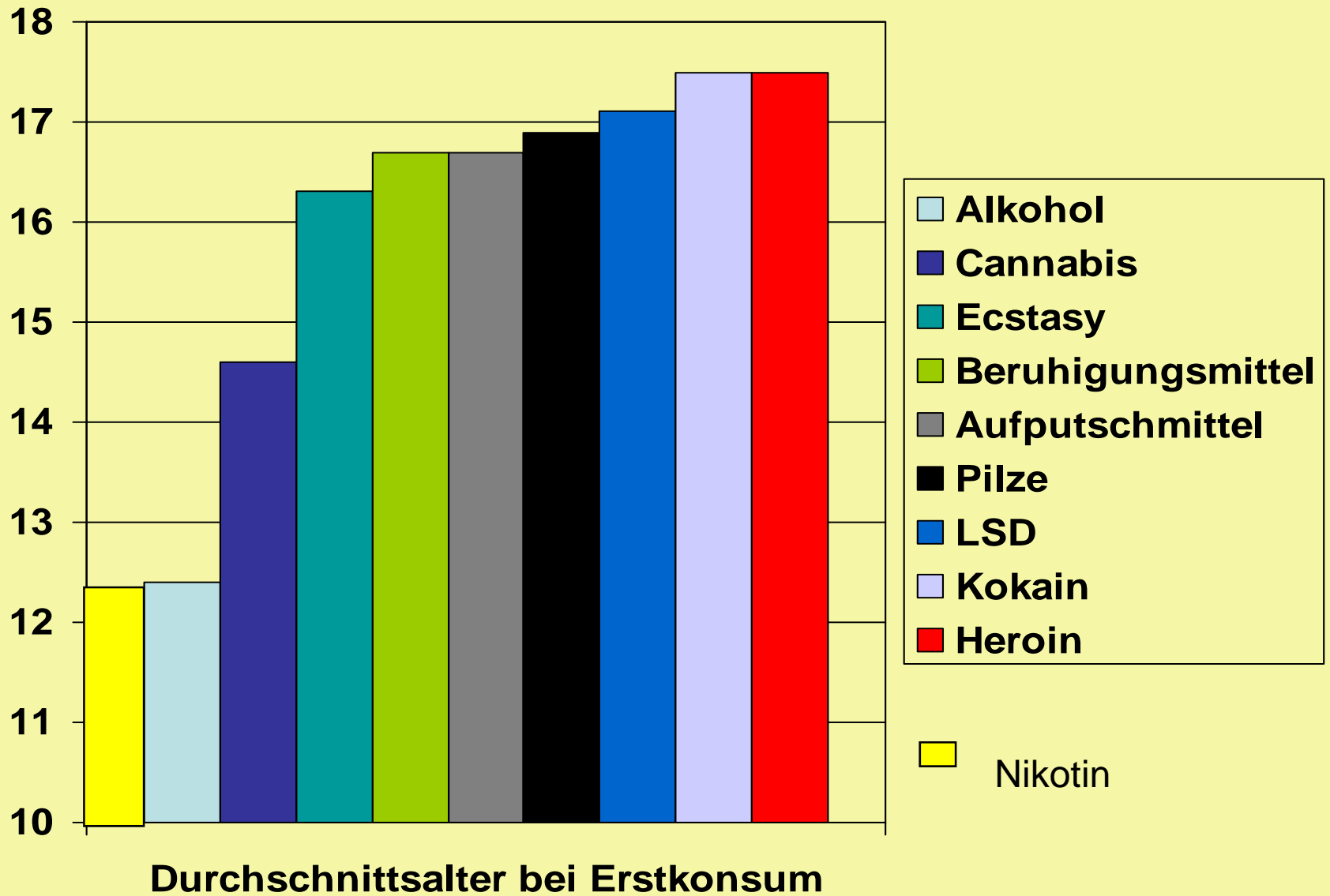


Abbildung 7 Mindestens wöchentlicher Alkoholkonsum nach Altersgruppen, Geschlecht und Untersuchungsjahr

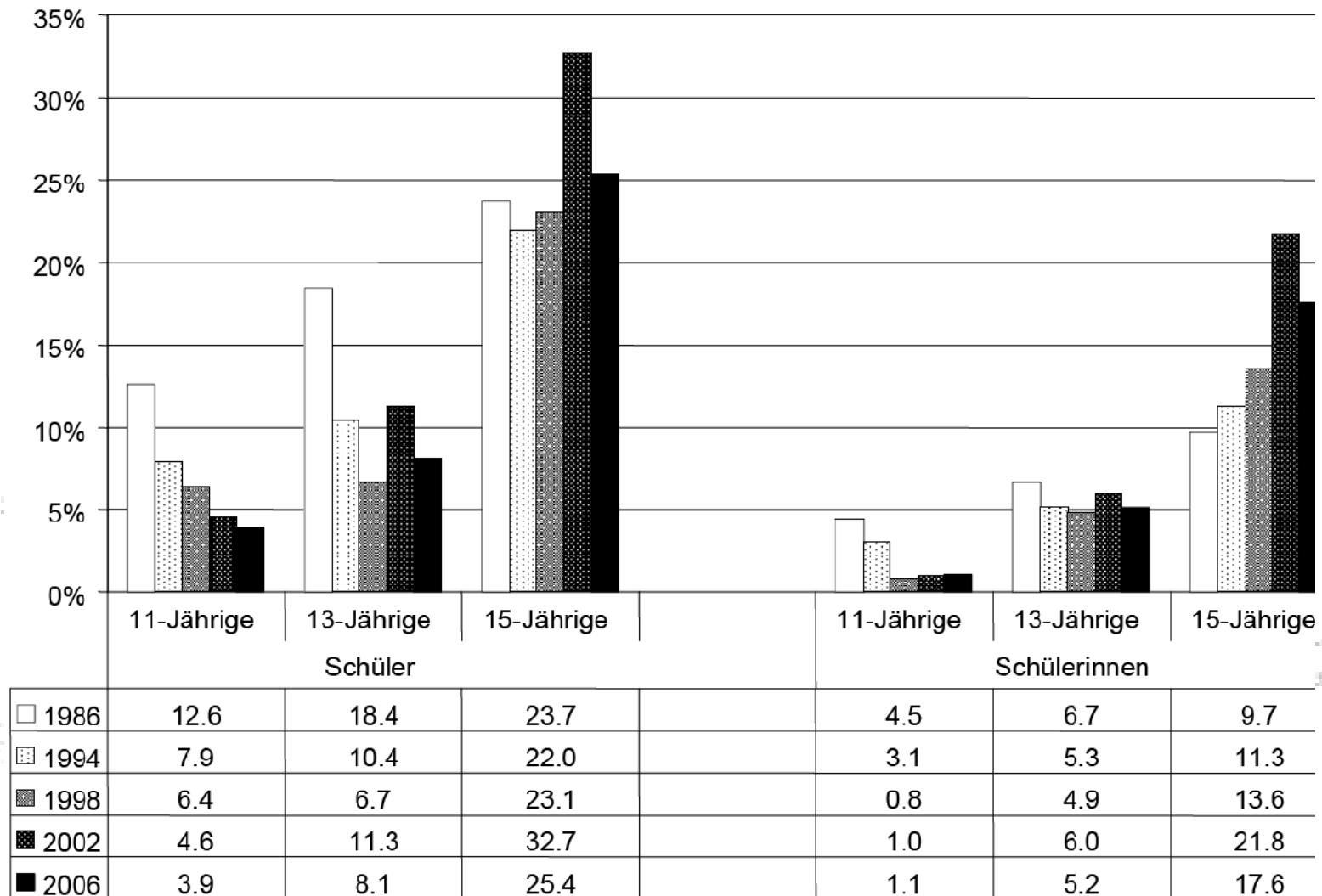
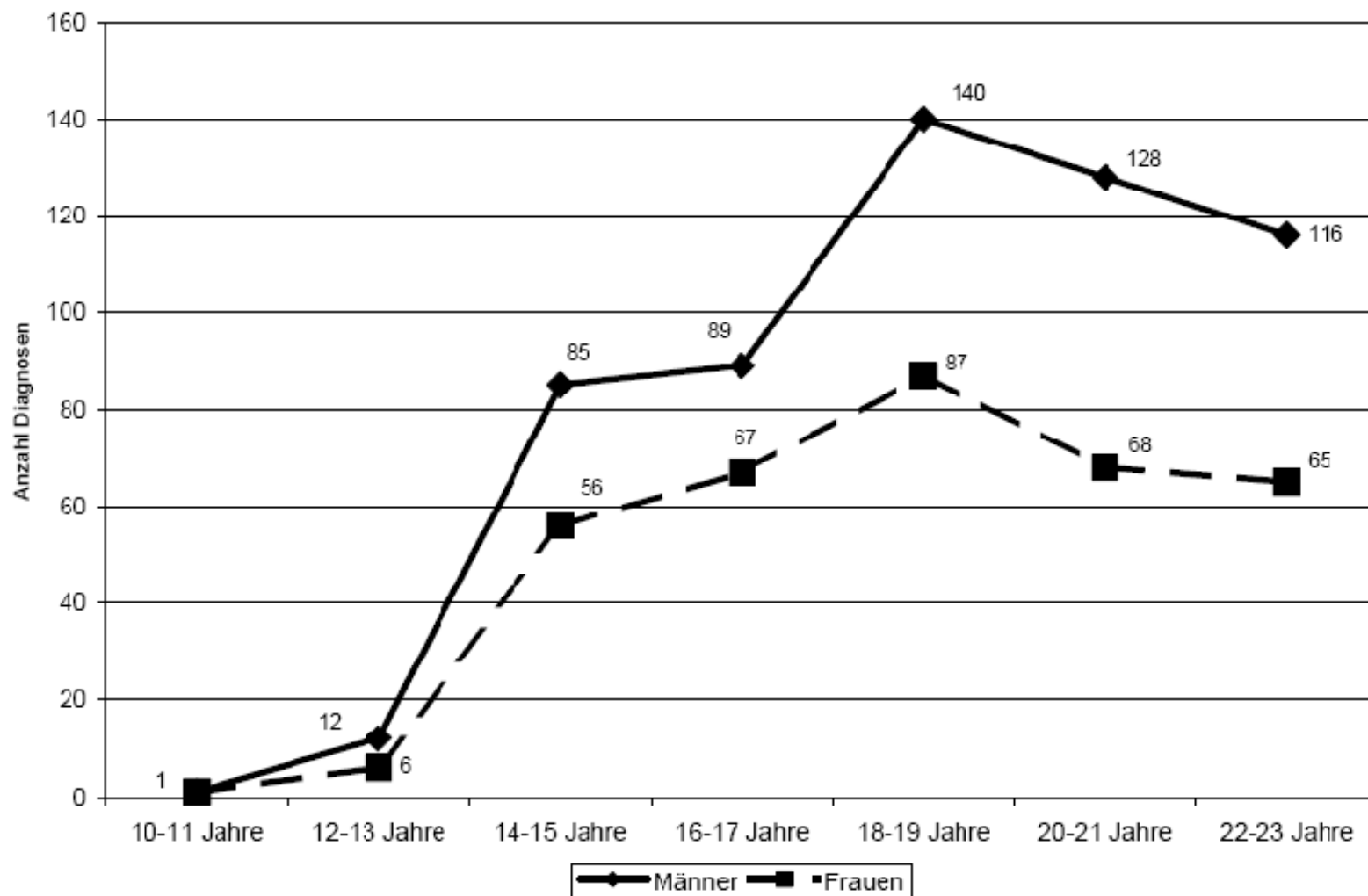
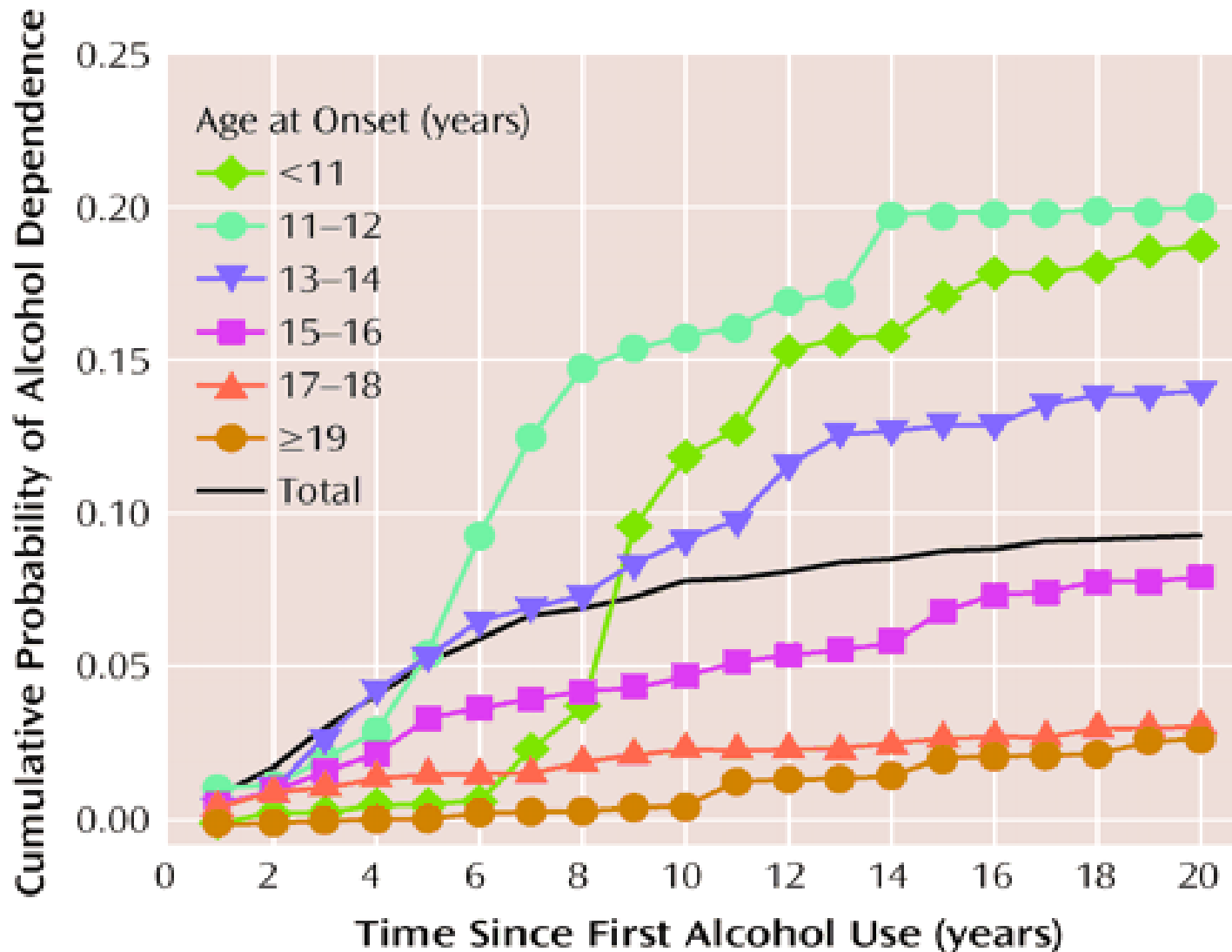


Abbildung 3: „Intoxikationen“ (F10.0, F10.1, T51.0) in Haupt- und Nebendiagnosen, 2001



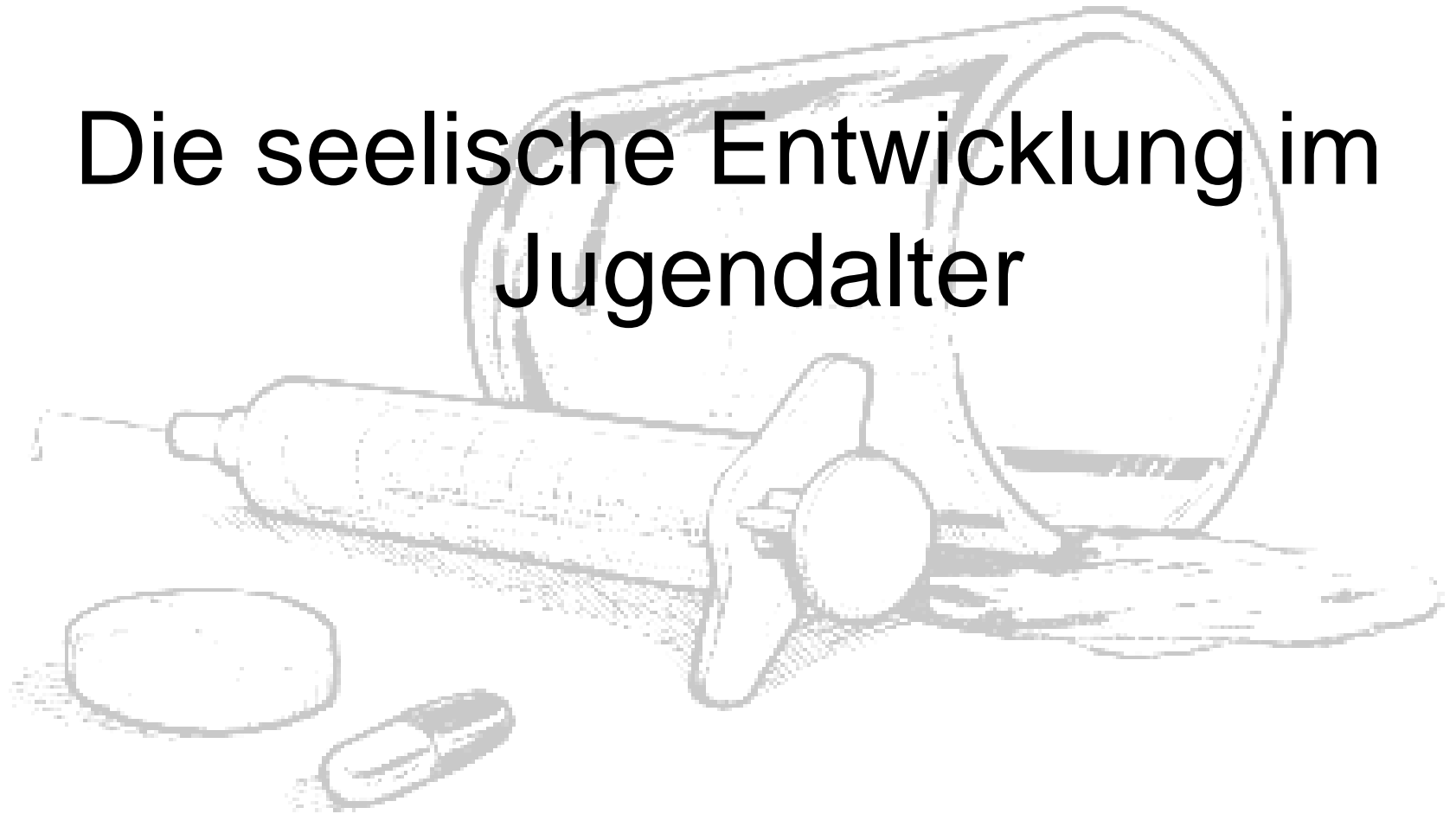
Beginn Alkoholkonsum und Suchtentwicklung



Jahresprävalenz Cannabiskonsum CH (nach SFA 2007)

1998	Schüler	30.8%
	Schülerinnen	22.6%
2002	Schüler	37.7%
	Schülerinnen	33.2%
2006	Schüler	24.6%
	Schülerinnen	21.2%

Die seelische Entwicklung im Jugendalter



Adoleszenz

Zeitraum zwischen sexueller Reife
und erwachsener Rollen- und
Identitätsfindung

Seelisch-körperlich-sozialer-
kultureller Wandel vom Kind zum
Erwachsenen

Einfluss auf Jugendliche

Bis ca. 13-/14. Lebensjahr

Familie, Eltern

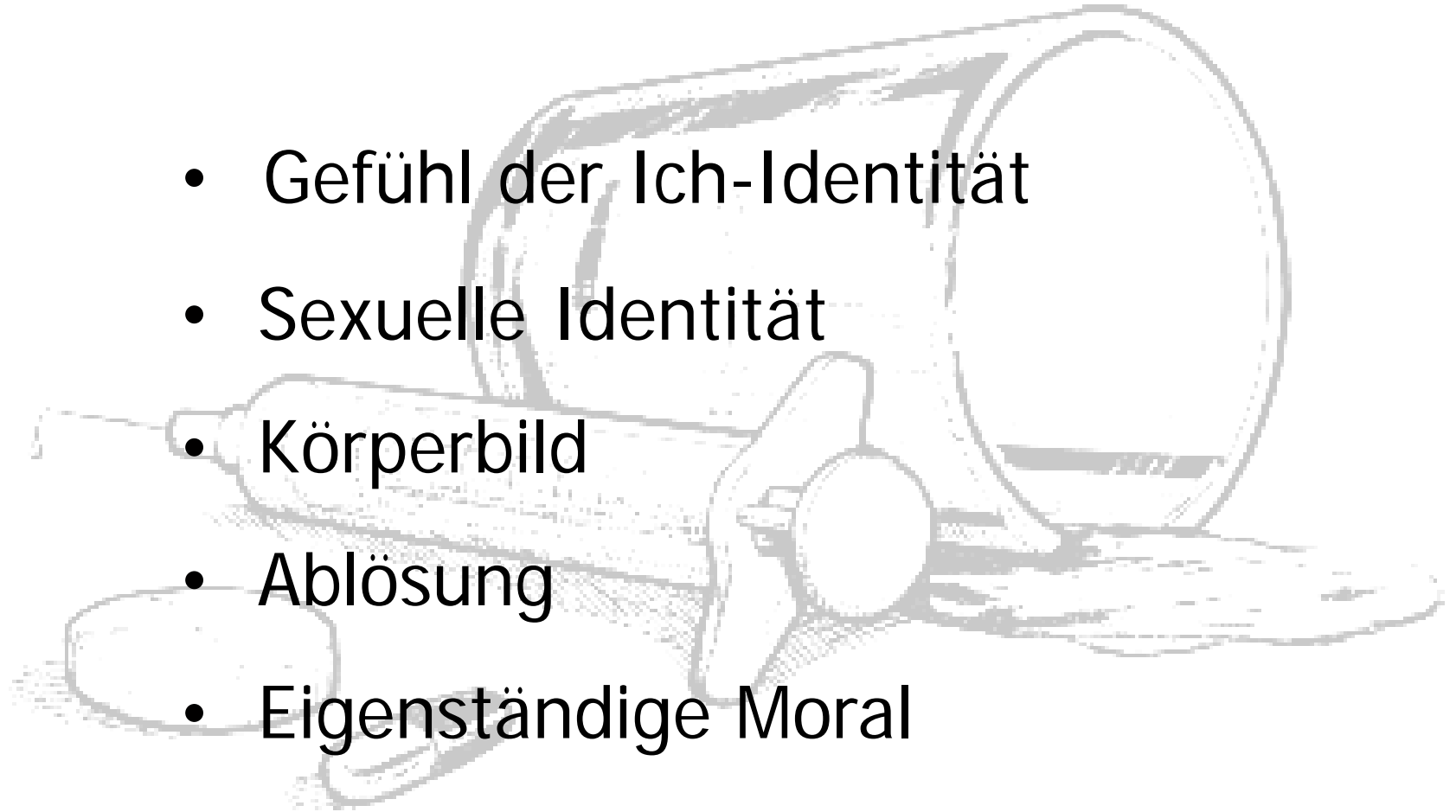
Ab ca. 13./14. Lebensjahr

Peer-group

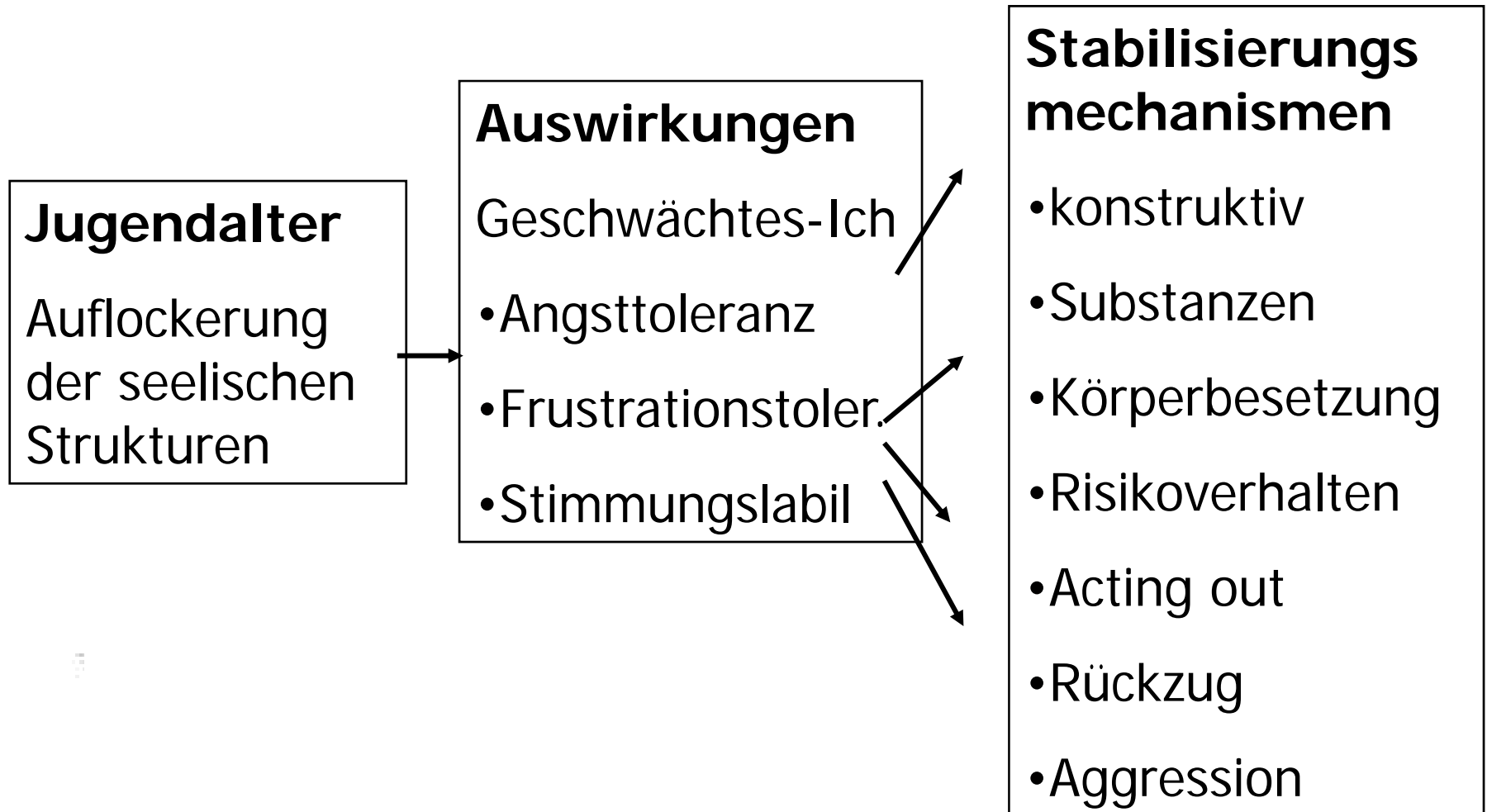
(Gleichaltrigen-
gruppe)

Aufgaben des Jugendalters

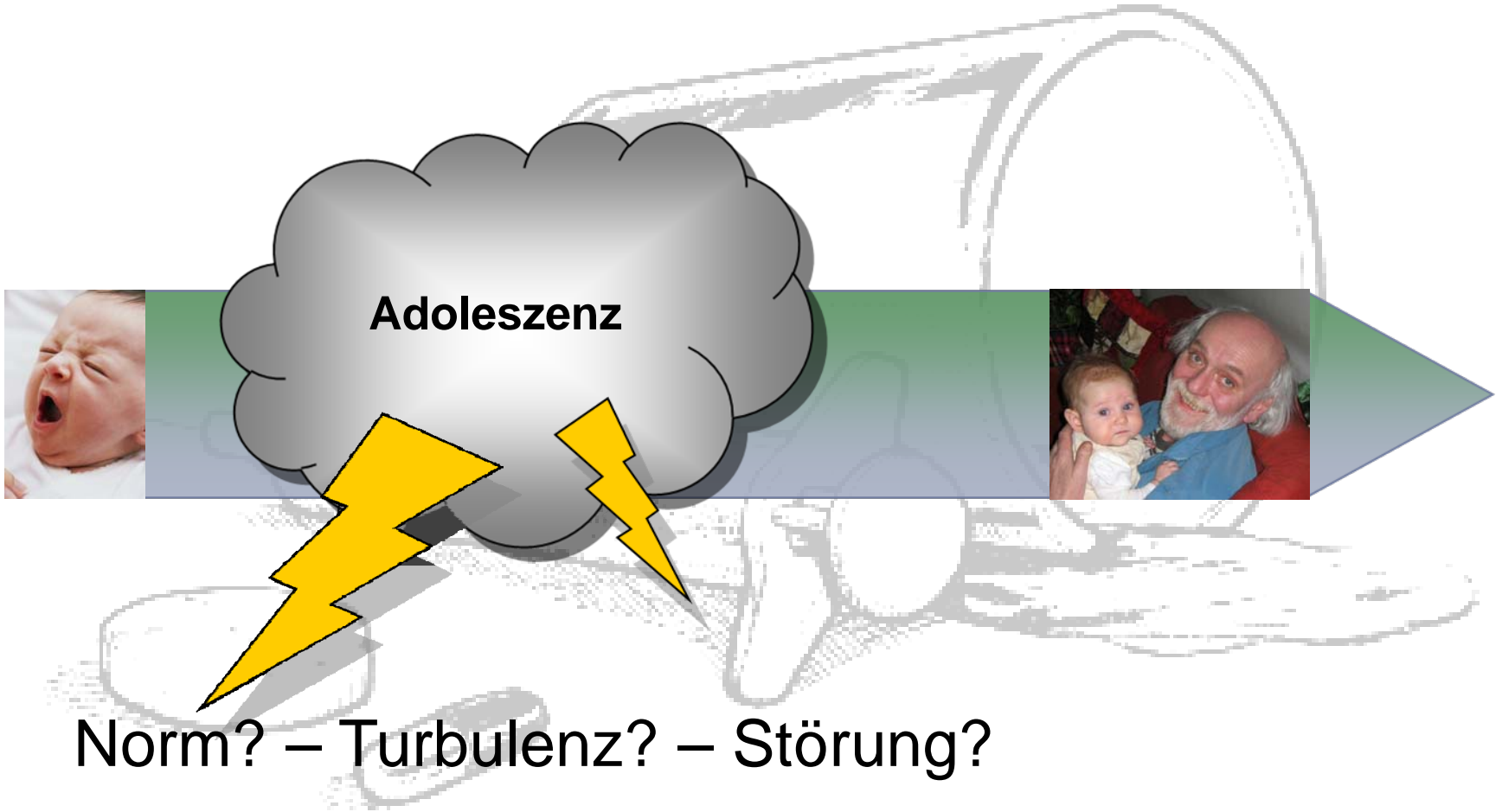
- Gefühl der Ich-Identität
- Sexuelle Identität
- Körperbild
- Ablösung
- Eigenständige Moral



seelische Mechanismen im Jugendalter



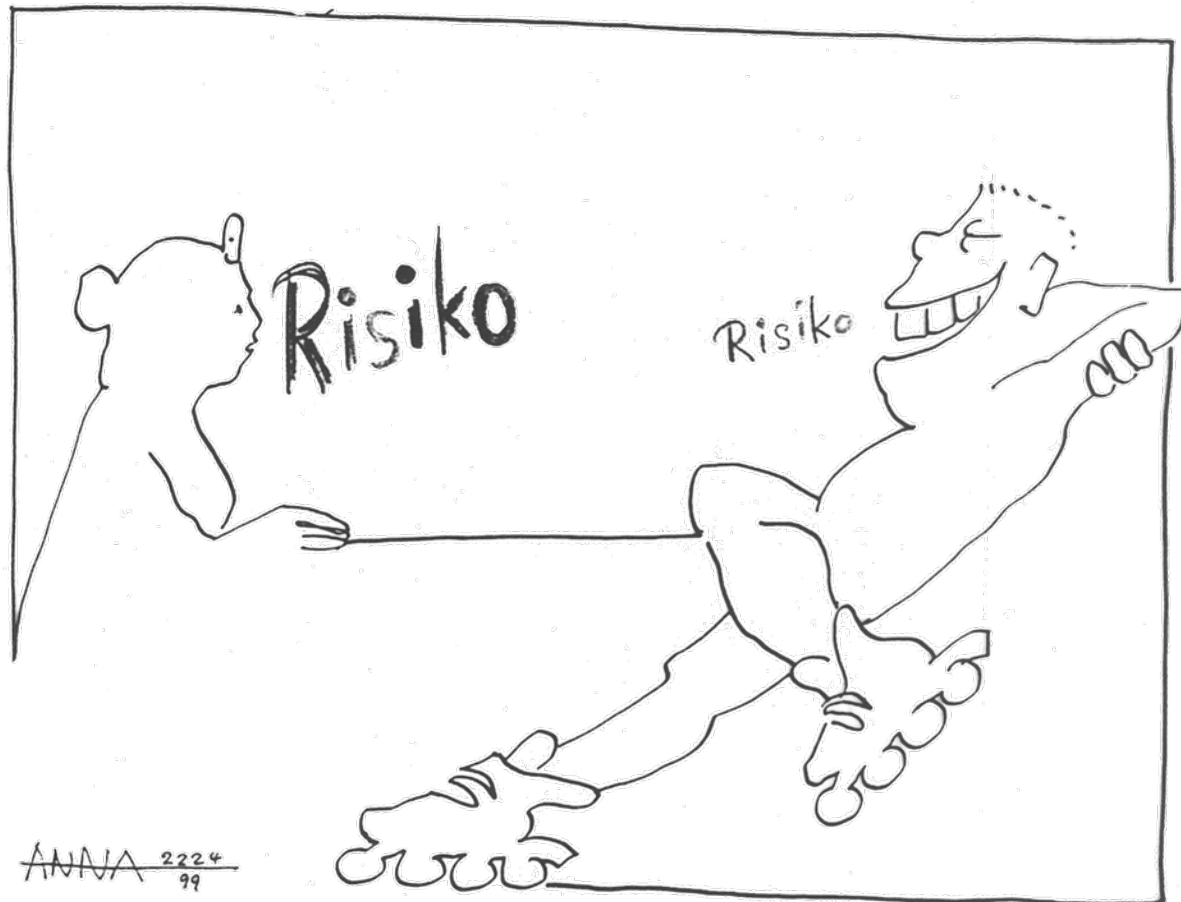
Seelische Entwicklung



Jugendalter

Das Jugendalter ist eine Zeit der Herausforderung aber auch der Verunsicherung. Diese Herausforderung kann nur der-/diejenige nutzen der/die die mit der Verunsicherung einhergehenden Ängste und Spannungen neutralisieren und überwinden kann. Dies kann durch die Meisterung der jeweiligen Situation , Aushalten der damit einhergehenden Gefühle aber auch durch Betäubung, Flucht, geschehen.

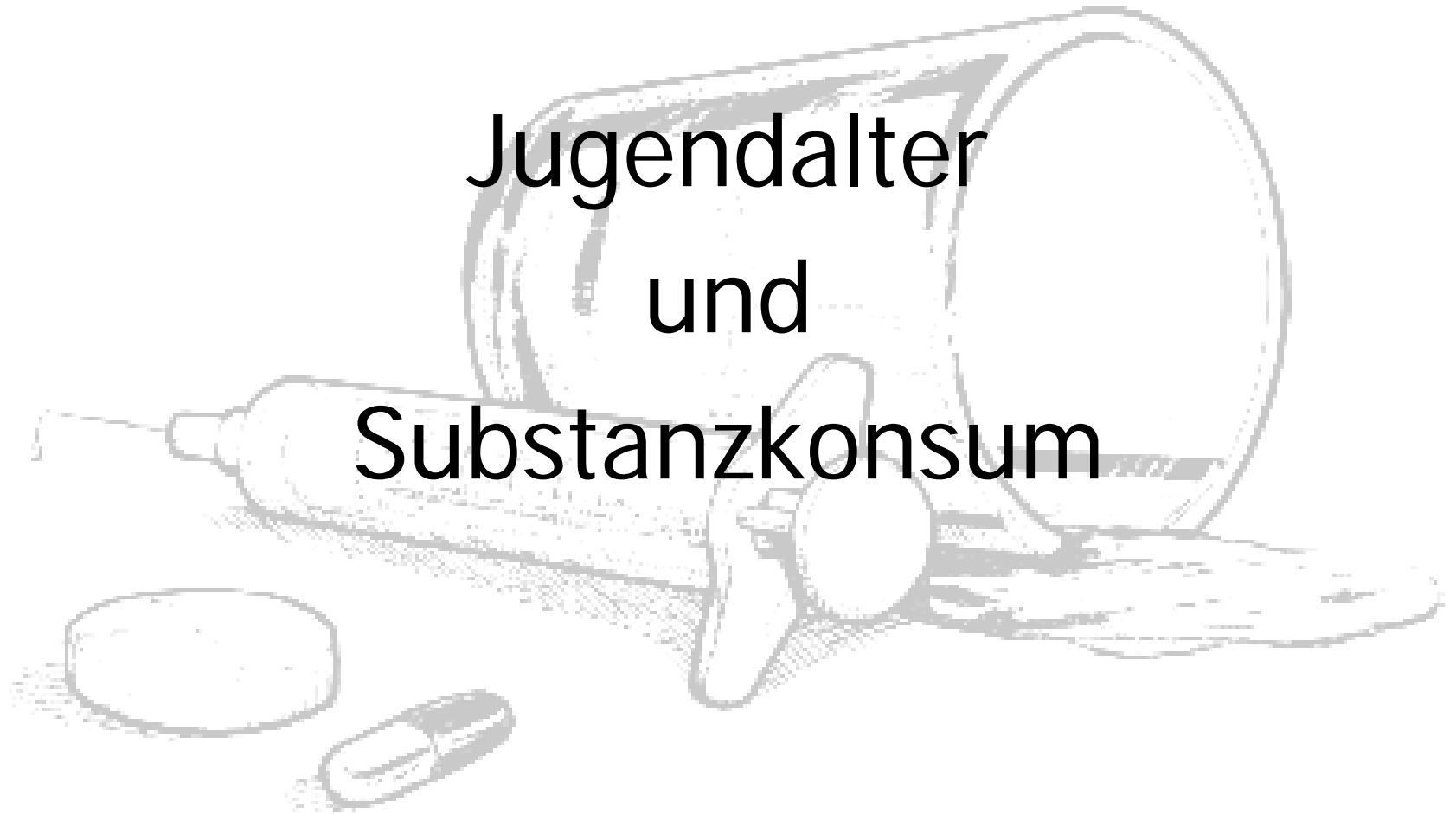
Selbstwert, Narzissmus



Ecstasy

„Unter der Pille brauche ich das Denken nicht mehr. Ich bin dann nur. Die Pille ersetzt alles. Ich erlebe ein Glücksgefühl.“

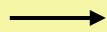
Jugendalter und Substanzkonsum



Konsummuster und Funktion

Genusskultur

unauffälliger
Konsum

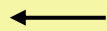


Problematischer
Konsum,



Schädlicher
Konsum

Subgruppenspezifisch



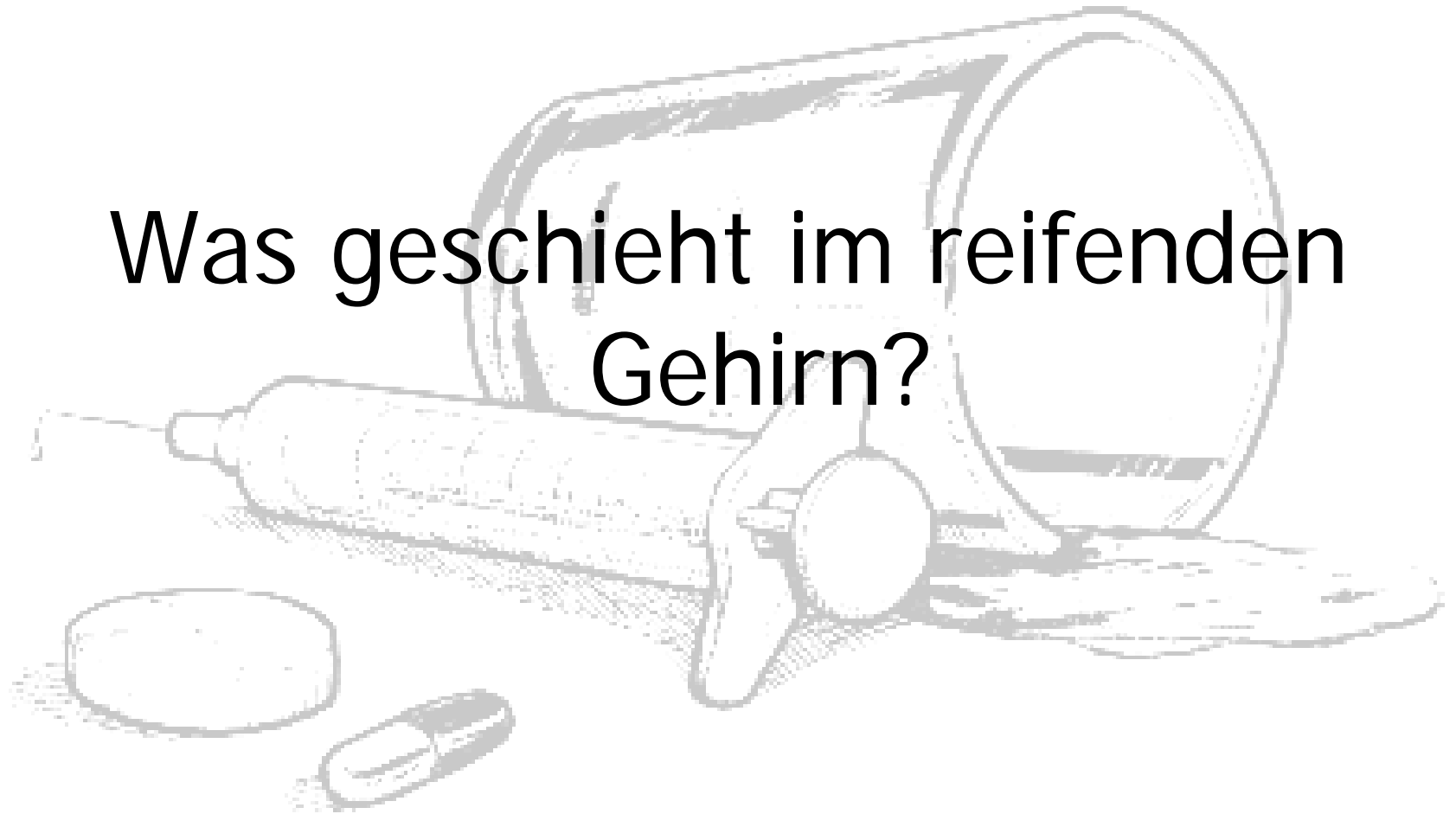
Problemlöser



Abhängigkeit

Jugend und Hirnentwicklung

Was geschieht im reifenden
Gehirn?



Jugend und Gehirnentwicklung

- Grundlegende Anpassung des Gehirns (Reifung, moralisch-ethisch, gesellschaftliches Handeln)
- Viele „Verschaltungen“ der Neuronen gehen zugrunde, neue bilden sich etc.
- Stressverarbeitung

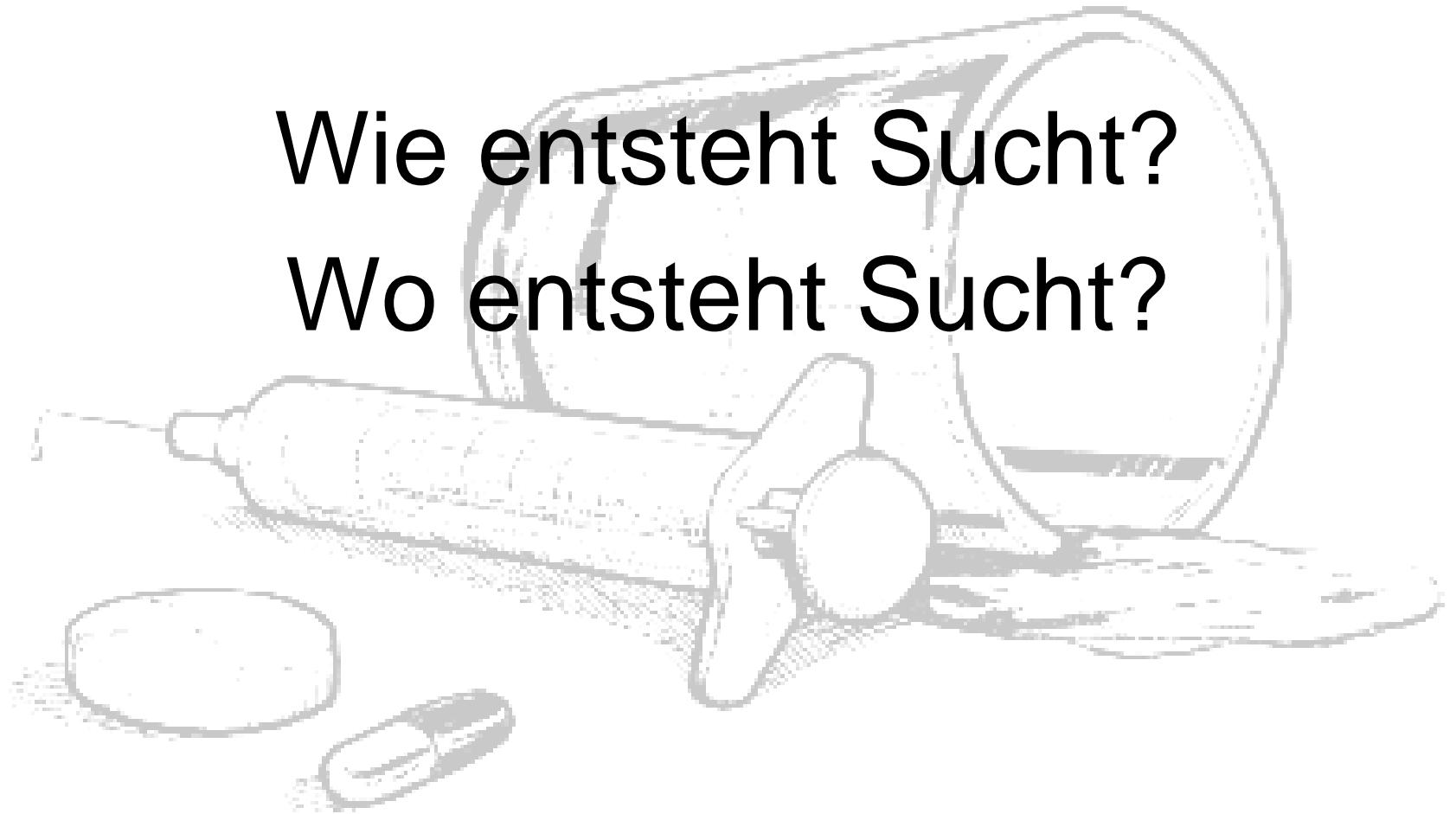
Neurobiologische und –psychologische Erkenntnisse

- Funktionsfähigkeit des Frontalcortex
 - Reifung verzögert
- Exekutive Funktionen
 - Abrufen von Informationen
 - Kontrolle über das Verhalten
 - Disziplin
 - Motivation
 - Handlungskontrolle
 - Kontrolle über Emotionen
 - Fähigkeit zu planen
- Die Fähigkeit situationsangepasst zu planen und zu steuern ist in der Adoleszenz noch ungenügend ausgebildet.

Adoleszenz, Hirnreifung und Impulskontrolle

- Jugendliche
 - zeigen
 - Schwierigkeiten sich zu kontrollieren
 - Mangelnde Selbstdisziplin
 - Verminderte Fähigkeit zu planen und sich zu steuern
 - Suchen
 - Spannung, Erregung, Risiko
 - Risiko
 - Sie können
 - Psychoaktive Substanzen konsumieren
 - Die Kontrolle über ihr Verhalten verlieren
 - Abhängig werden

Wie entsteht Sucht?
Wo entsteht Sucht?



Diagnostik ICD-10

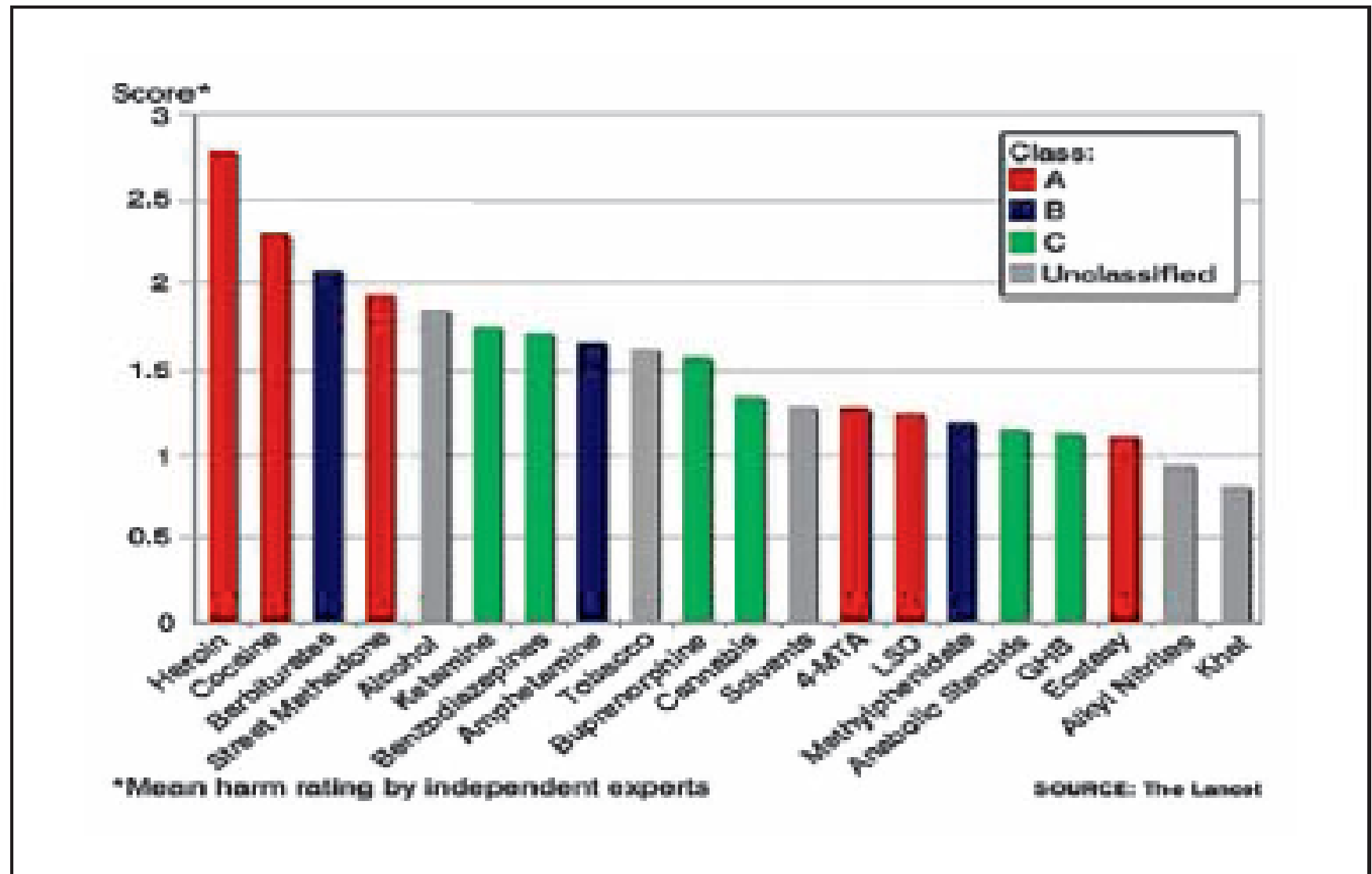
- Dosissteigerung
- Kontrollverlust
- Entzugserscheinungen
- Wirkungsverlust, Toleranzentwicklung
- Einschränkung der persönlichen Entwicklung
- Konsum trotz negativer Folgen

Was ist Sucht?

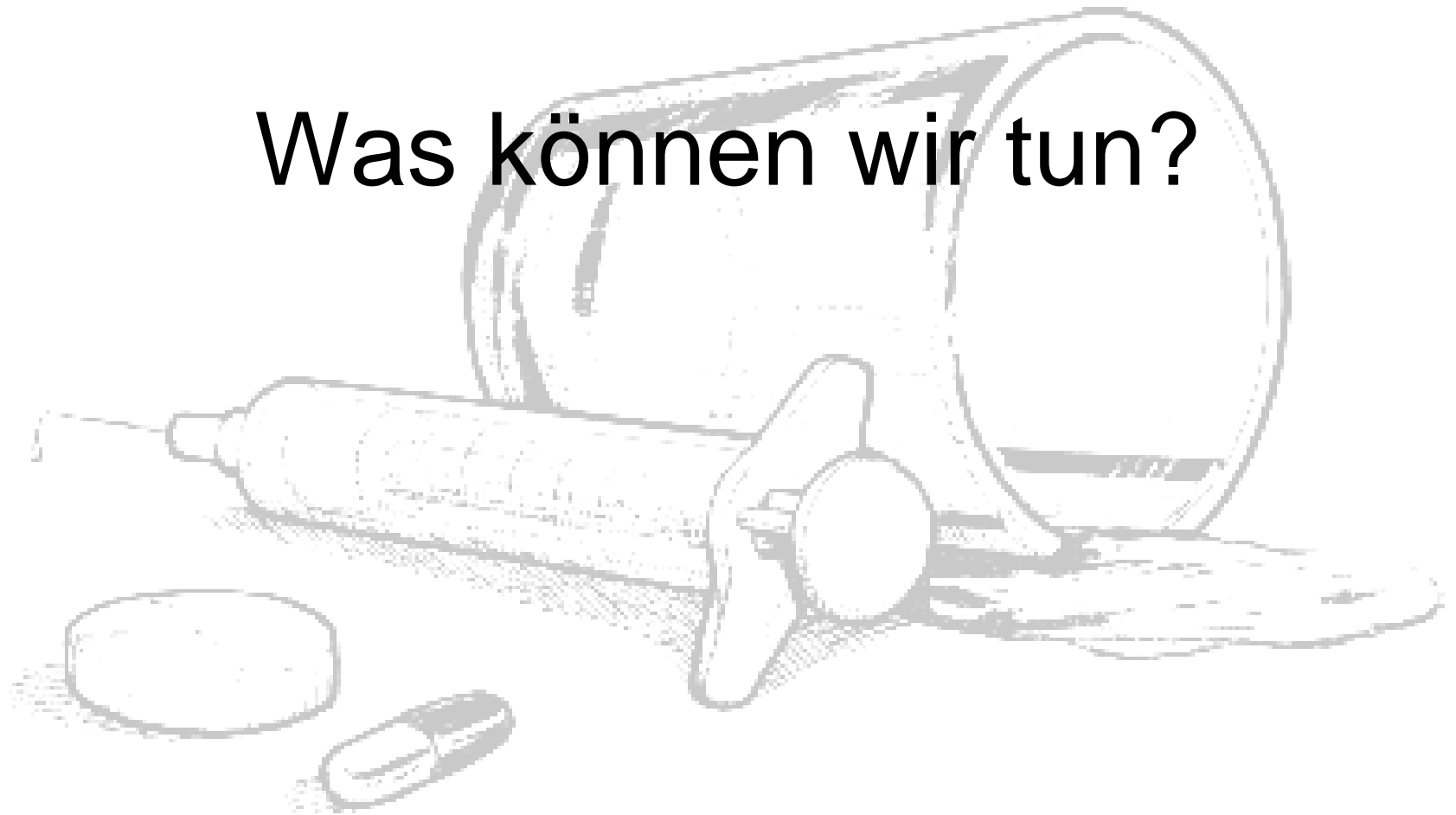
- Sucht ist ein Zustand der initiiert wird durch die qualitativ unterschiedliche und breitere Bedeutung, die die Droge erhält.
- Sie ist eine Folge von Adaptionen in den Kreisläufen des Gehirns (Belohnung, Motivation/Drang, Erinnerung und Kontrolle).
- Es kommt zu lange überdauernden Anpassungen auf zellulärer Ebene.

Abbildung 1

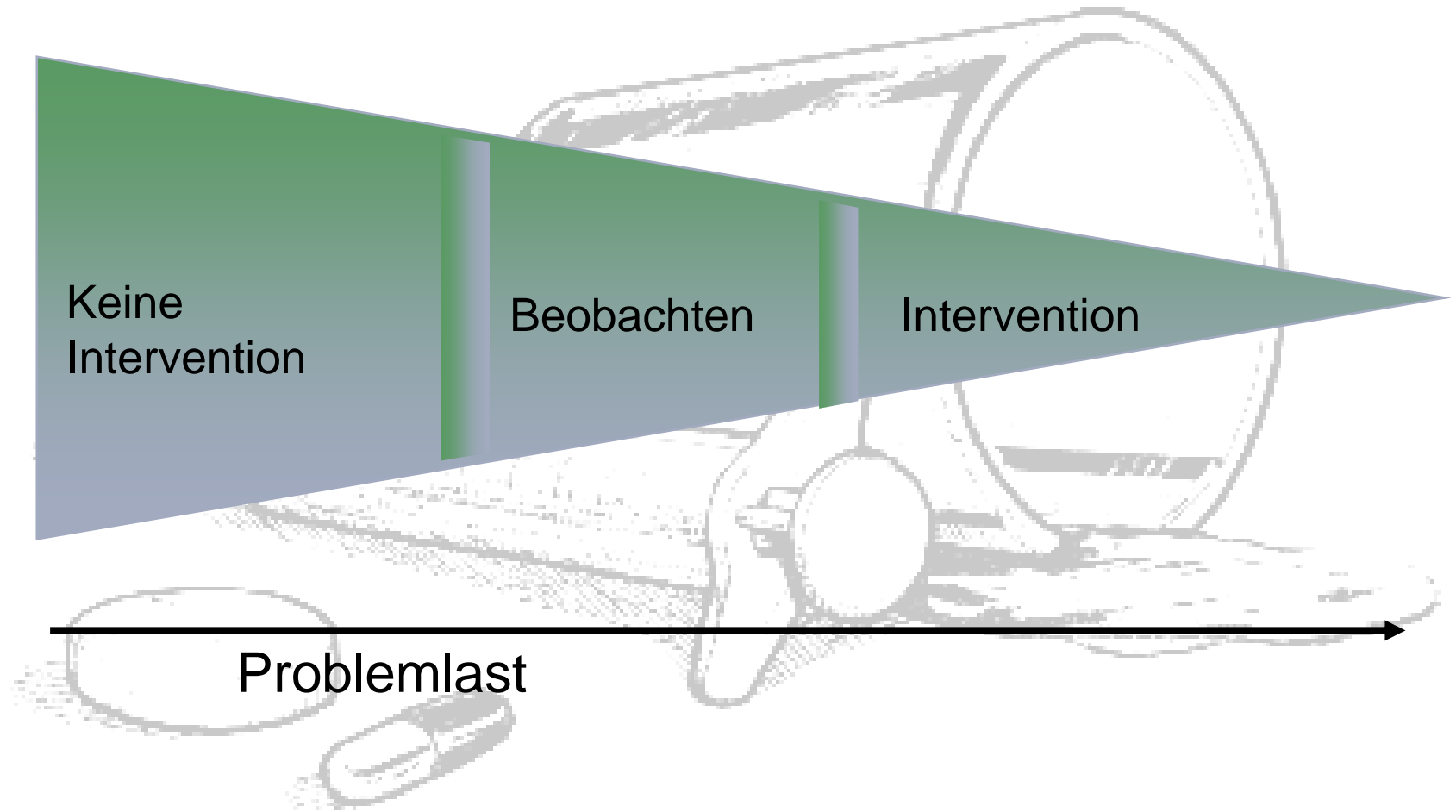
Expertenrating von 20 klassifizierten Substanzen.



Was können wir tun?



Intervention



Spannungsfeld

- Für die meisten Jugendlichen ist der Rauschkonsum ein temporäres Geschehen
- Schutz vor Sekundärschäden (Intoxikation, Erfrieren, Hirnschäden)
- Hinführen zu einem moderaten, gesundheitlich und gesellschaftlich nicht schädlichen Konsummuster und –menge
- Jugendschutz (Verbot unter 16 Jahren)

Abhängigkeit von Cannabis

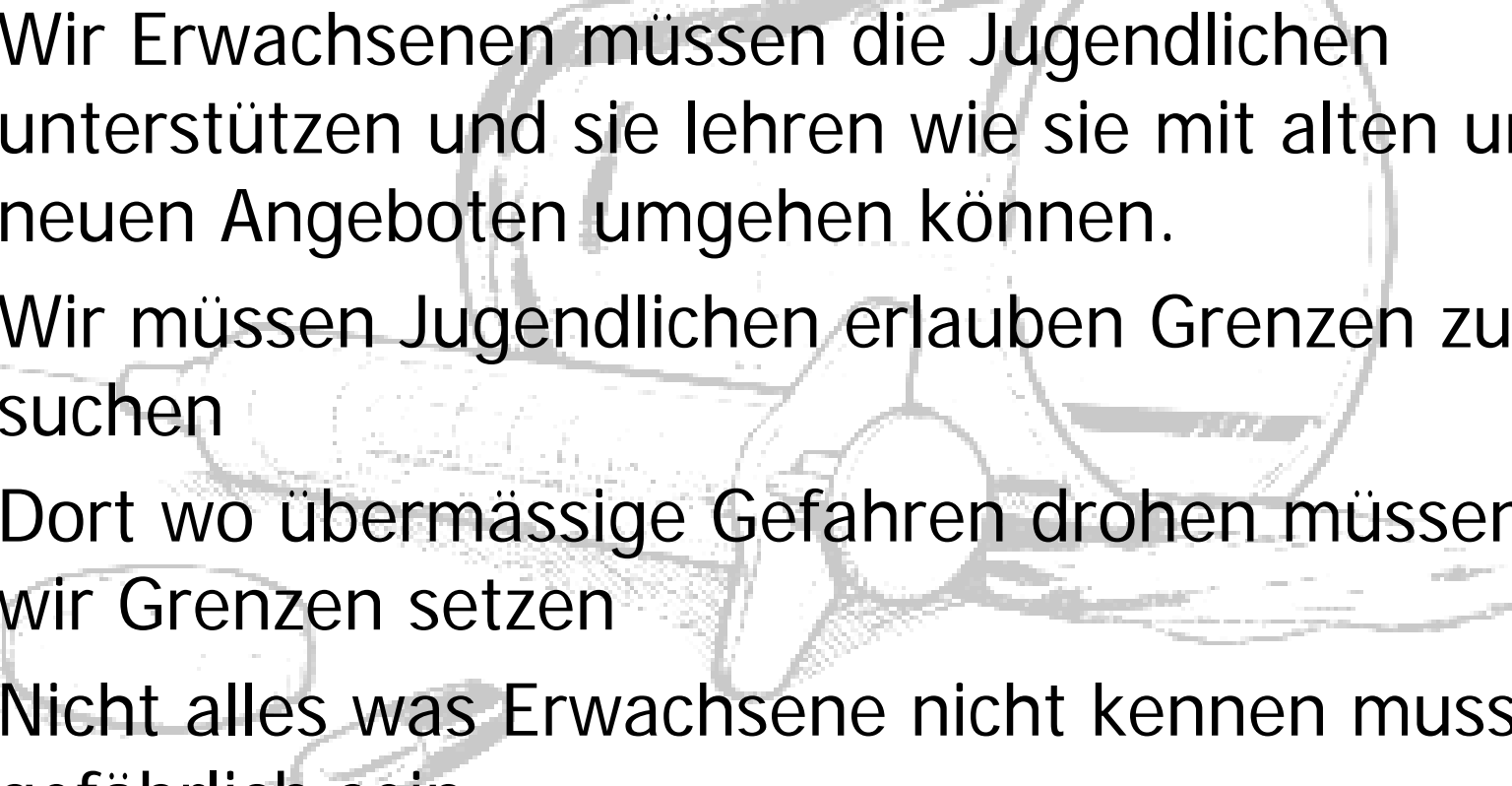
National Comorbidity Study Australien (15-55 Jährige)

Lebenszeitprävalenz:

- 9% von allen die Cannabis konsumieren
- Abhängigkeit von Cannabis ist ein temporäres Geschehen

Untersuchung Kleiber/Söllner 1998 (Deutschland):

- Abhängigkeit bei 2 % der Cannabiskonsumenten
- Abhängigkeit ein temporäres Geschehen

- 
- Wir Erwachsenen müssen die Jugendlichen unterstützen und sie lehren wie sie mit alten und neuen Angeboten umgehen können.
 - Wir müssen Jugendlichen erlauben Grenzen zu suchen
 - Dort wo übermässige Gefahren drohen müssen wir Grenzen setzen
 - Nicht alles was Erwachsene nicht kennen muss gefährlich sein

Jugendschutz

- Grenzen setzen (Altersgrenzen durchsetzen)
- Gesetze durchsetzen (Verkaufsverbot etc.)
- Werte vermitteln
- Haltungen leben
- Alternativen unterstützen

Gesundheit

Die mit Abstand wichtigste Erfahrung, die jeder Mensch während seiner frühkindlichen Entwicklung machen kann, ist die, dass er in einem sozialen Umfeld **Schutz und Geborgenheit** findet. Die zweite, dass er durch eigenes Handeln in der Lage ist, eine Bedrohung seines **inneren Gleichgewichtes unter Kontrolle** zu bringen. Dies führt zu Bindungsfähigkeit und Selbstvertrauen. Beide Fähigkeiten sind die Basis **psychosozialer Kompetenz**.

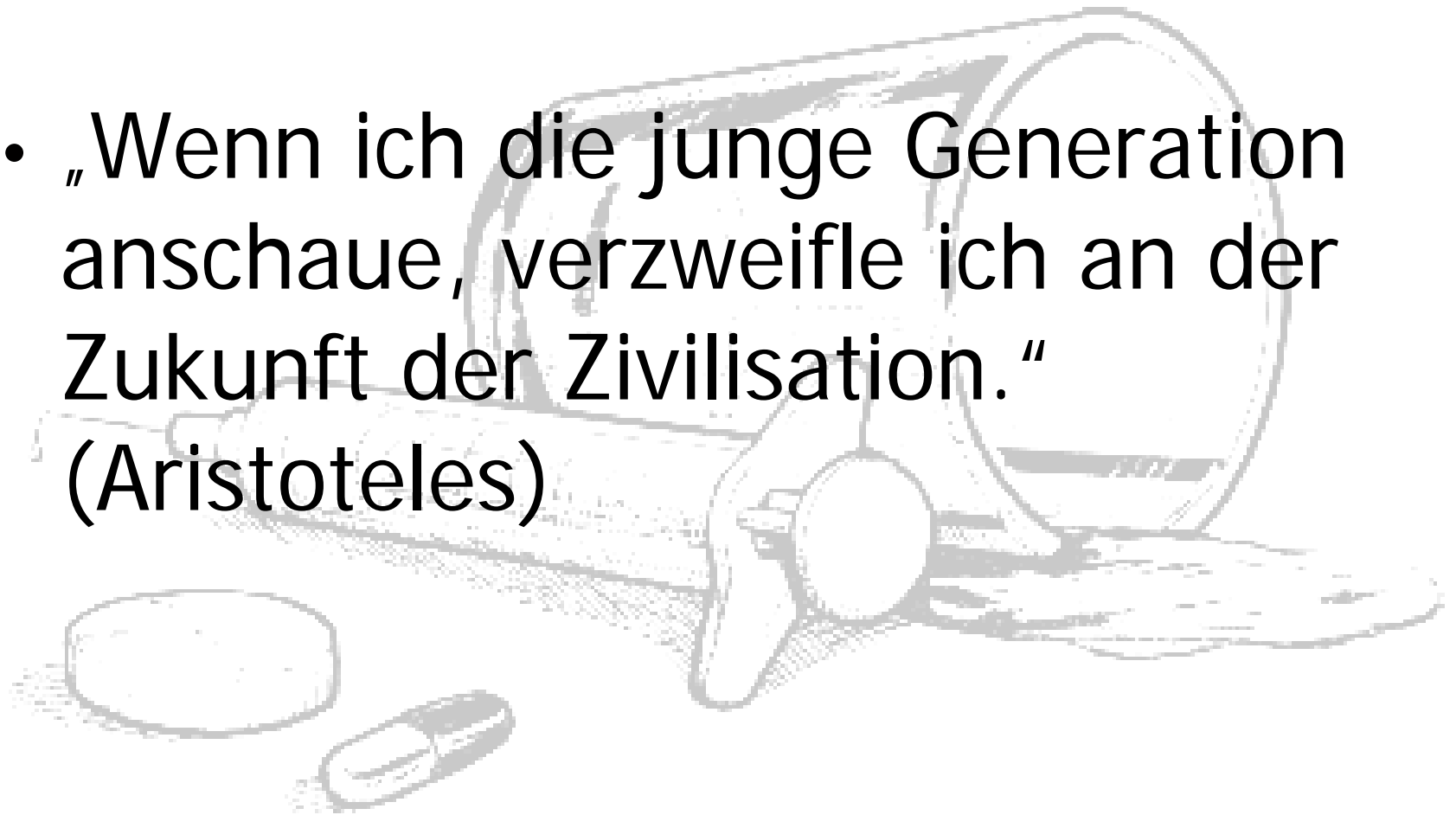
Aspekte der Gesundheit

- Selbstwertgefühl
- Konfliktfähigkeit
- Gemeinschaftsgefühle
- Bedürfnisse, Stimmungen
- Frustrationen, Unbehagen
- Sinnliche Erfahrungen
- Lebenslust

Pädagog. und therapeut. Strategien bei Adoleszenten

- Verhindern, dass der Entwicklungsprozess blockiert oder gehemmt wird.
- Funktionale Wirkung des Verhaltens/Substanz erkennen und beeinflussen
- In Gang bringen des gestörten oder gehemmten Entwicklungsprozesses
- Sich nicht allein auf den Konsum von psychoaktiven Substanzen versteifen

- „Wenn ich die junge Generation anschau, verzweifle ich an der Zukunft der Zivilisation.“
(Aristoteles)



„Die Rider, so heisst es kommen aus der Schweiz und Deutschland und Oesterreich, und für ein paar Tage oder Wochen stimmt das Leben für sie, endlich aussen und innen deckungsgleich, und solche Momente nennt man Glück. Oder Nirwana. Oder ist doch gleich, wie man das nennt, Hauptsache, die Welt ist in Ordnung. Und die Welt ist der Berg und der Schnee und das Brett und Musik, Sex, Drogen und lachen mit Brüdern und Schwestern. Sie sind so jung, sie sind unsterblich, sie haben Energie ohne Ende, und wenn man etwas bricht, verrenkt, verstaucht, verschrammt, ist es so egal, weil sie noch nie vom Tod gehört haben. ... Jung sein heisst, alles zum ersten Mal erleben, heisst zu denken, man erfände die Welt neu, heisst noch keine Grenzen zu kennen. Fliegen wollen sie und nie mehr landen.“ (Sibylle Berg: Leben am Abhang. Das Magazin, 12, 2001, S. 34-35.)

- Danke für die Aufmerksamkeit

