

Pubertät

Auffälligkeiten im Jugendalter



Lic. phil. Carmela Kiss
Fachpsychologin für Kinder- und Jugendpsychologie FSP

M. Sc. Denis Joset
Fachpsychologe für Psychotherapie FSP



Kanton Basel-Stadt
Erziehungsdepartement

Ablauf

- Grundlagen
- Häufige Auffälligkeiten während der Pubertät
- Gefahren im Internet / Medien
- Take-Home Message
- Fragen



Allgemeine Entwicklung im Jugendalter

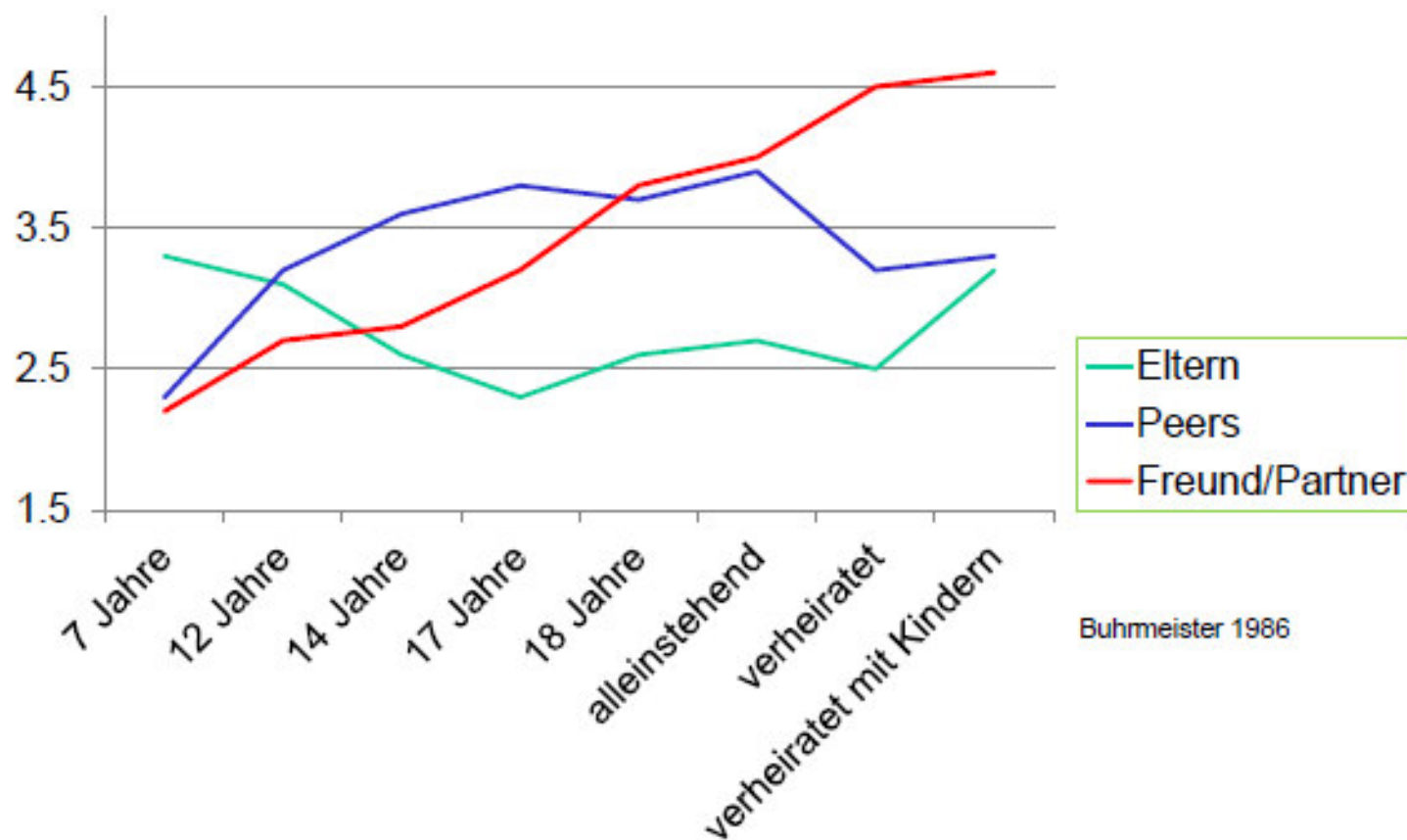
Entwicklungsaufgaben in der Familie

- Reduktion der Elternzeit
- Auseinandersetzungen gehören dazu
- Kontrollverlust der Eltern als Folge der Ablösung
- Veränderte Familienformen / Scheidungen

→ Eltern- Kind-Verhältnis entscheidend



Ablösung von den Eltern und Zuwendung zu Peers



Buhmeister 1986



Allgemeine Entwicklung im Jugendalter

Rolle und Aufgaben der Eltern (Umfeld)

- Für eine gelingende Entwicklung ist die Beziehung zu den Eltern oder anderen erwachsenen Bezugspersonen von grosser Bedeutung.
- Klare Grenzen setzen und zugleich viel Freiraum gewähren.
- Verzicht von jeglicher Gewalt
- Hartnäckigkeit und Standhaftigkeit gegenüber nachdrücklichen Forderungen der Jugendlichen.



Psychische Auffälligkeiten im Jugendalter

Jugendalter: Viele neue hohe Anforderungen und zahlreiche biologische, psychologische und soziale Veränderungen

Entstehung von psychischen Krankheiten

- Zusammenspiel von Belastung und Ressourcen
 - Physisch: Genetische Veranlagung, biologische Faktoren
 - Psychisch: Persönlichkeit
 - Sozial: Freunde, Familie, Schule
 - Belastende Ereignisse
 - **Stress:** 56% der weiblichen Jugendlichen und 37% der männlichen Jugendlichen sind häufig bis sehr häufig gestresst
 - Vor allem durch Schule, Ausbildung, Uni und Beruf



Psychische Auffälligkeiten im Jugendalter

- Prävalenz 13.4%
- Im Kindesalter häufiger Jungs, im Jugendalter häufiger Mädchen
- Jungs haben häufiger externalisierende Auffälligkeiten (z.B. Substanzmissbrauch), Mädchen eher internalisierende Auffälligkeiten (z.B. Depression, Angsterkrankungen)
- Häufigste psychische Auffälligkeiten bei Jugendlichen:
 - Angststörungen (10%)
 - Störung des Sozialverhaltens (7%)
 - Depressive Erkrankungen (4%)



Warnzeichen

- Grosse und einschneidende Verhaltensänderungen
- Veränderungen bezüglich Schlaf, Essen, Gewicht, Aussehen, Körperpflege, Leistungen, soziales Verhalten, Persönlichkeit, Grundstimmung, Motorik, Konzentration
- Häufig körperliche und somatische Symptome, Ängste, Substanzmissbrauch, Selbstverletzungen, Schulabsentismus



Gewalt, Aggression und Delinquenz

- Normverstösse, Gewalt und delinquentes Verhalten nehmen im Jugendalter zu
- Gewalt, Aggression und Delinquenz als mögliche Reaktion auf Überforderung (Ressourcen reichen zur Bewältigung nicht aus)
- Bei Jungen häufiger als bei Mädchen



Geschlechterunterschiede im Verhalten

- Jungs
 - Körperlich, offen und direkte Formen
 - Instrumentelle Aggression mit egoistischen Absichten
 - Starkes Dominanzstreben in Gruppen
 - Begrenzte soziale Fähigkeiten, um Konflikte zu lösen
- Mädchen
 - Hinterhältig, verdeckte Formen
 - Emotional motivierte Aggression
 - Relationale Aggression (Beziehungsaggression)
 - Differenzierte soziale Fähigkeiten, um aggressives Verhalten reduzieren zu können

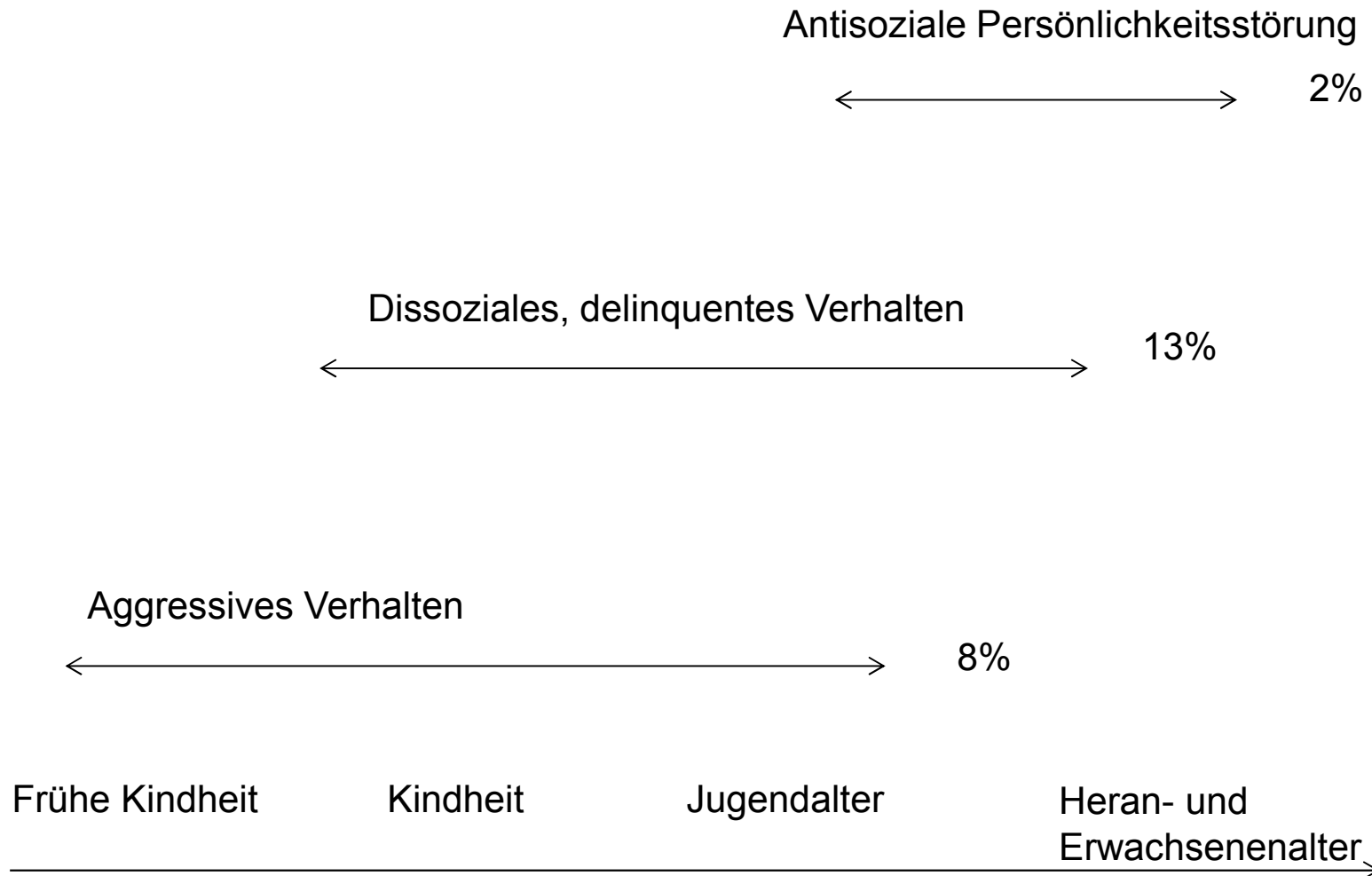


Gewalt, Aggression und Delinquenz

- 2 Typen delinquenter Jugendliche:
 - **Jugenddelinquente:** Jugendliche, die zeitlich begrenzt im Jugendalter gegen Normen/Gesetze verstossen
→ «Normales Entwicklungsphänomen»
 - **Persistent Delinquente:** Auch schon in der Kindheit und auch nach dem Jugendalter antisoziales und kriminelles Verhalten (kontinuierlicher Normverstoss)



Häufigkeiten in der Allgemeinbevölkerung



Alkohol- und Drogenkonsum

- Im Jugendalter findet meist der erste Kontakt mit unterschiedlichen Drogen statt
- Entwicklungsaufgabe: Angemessener Umgang lernen
- Drogenkonsum «normal», beeinträchtigt weitere Entwicklung nicht
- Drogenmissbrauch oder Abhängigkeit problematisch, beeinträchtigt aktuelle und langfristige Lebensqualität
- Unterscheidung:
 - Konsum
 - Missbrauch (Sehr oft sehr hohe Mengen, Auswirkungen auf Alltag)
 - Abhängigkeit (Starkes Verlangen, verminderte Kontrollfähigkeit bzgl. Konsum, Toleranzentwicklung, körperliche Entzugssymptome bei Abbruch)



Alkohol- und Drogenkonsum

- **Alkoholkonsum**
 - Bei Jugendlichen am meisten verbreitet
 - Je älter, desto häufiger und in grösseren Mengen
 - Jungs trinken häufiger und mehr als Mädchen
- **Nikotinkonsum**
 - Mehrheit der Jugendlichen probiert schon im Alter von 13;6 Jahren zum ersten Mal eine Zigarette
- **Illegale Drogen**
 - Werden nur von einer kleiner Zahl Jugendlicher genommen
 - Cannabis: Häufigste illegale Droge, 26% der 12-25-Jährigen haben schon einmal Cannabis probiert



Essstörungen

- Jugendtypische Erkrankung
- Viel häufiger bei Mädchen als bei Jungs
- 2/3 der Mädchen möchte gerne weniger wiegen. Die Hälfte gibt an, wirklich Probleme mit ihrem Gewicht zu haben, während dies nur 4% der Jungs angeben.
- Körperbild: Im Jugendalter (Pubertät) bekommen Mädchen weibliche Rundungen, Körperfettanteil steigt, viele sind unzufrieden mit dieser Veränderung und wollen abnehmen
- Risikofaktor ist u.a. das westliche Schönheitsideal



Westliches Schönheitsideal

- Mädchen werden mit Klischees bombardiert und denken sie müssten so aussehen, sonst sind sie unwichtig
- Dünn, heiss und sexy → Suggestion: Mädchen sind reifer
- Wenn man Mädchen auf ihre sexuellen Eigenschaften reduzieren, tragen wir zur Entwicklung von physischen und psychischen Störungen bei

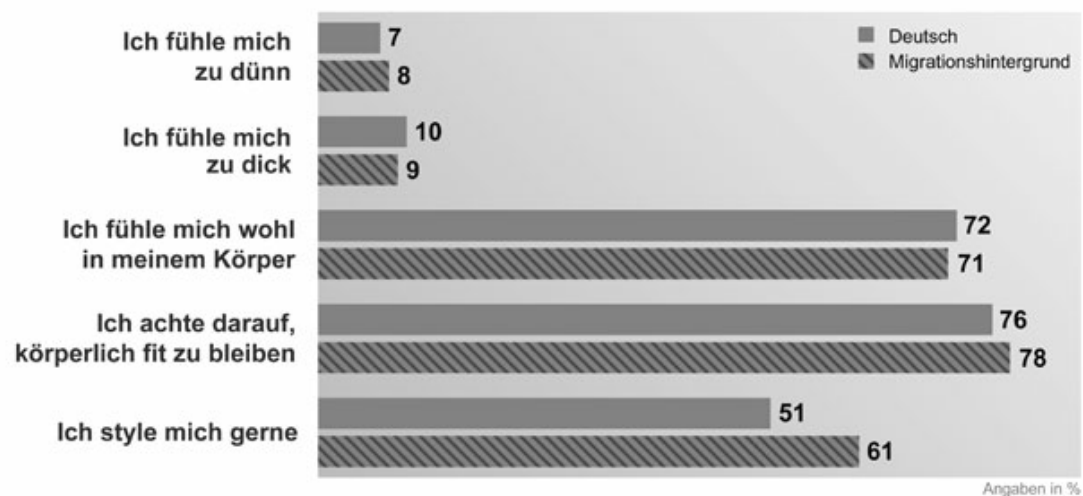




Körperbewusstsein

Körperbewusstsein Jungen

Top-Two-Werte: trifft genau zu + trifft ziemlich zu



6-1 2009

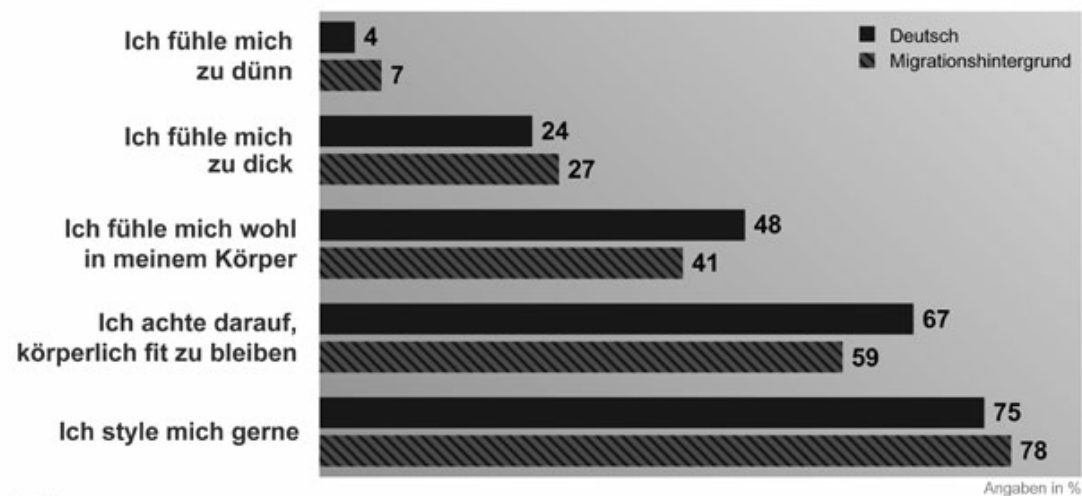


Körperbewusstsein

Körperbewusstsein Mädchen

Top-Two-Werte: trifft genau zu + trifft ziemlich zu

BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



tns emnid

8-1-2009



Essstörungen: Anorexia nervosa (Magersucht)

- Ersterkrankung zwischen 12 und 17 Jahren
- Prävalenz Jugendliche: 0,5-1%
- Über 95% der Erkrankten sind weiblich

Symptomatik:

- Körpergewicht unterschreitet ein minimales Normalgewicht
- Intensive Angst zuzunehmen
- Körperschematastörung (der eigene Körper wird dicker wahrgenommen als er ist)
- Hormonelle Störung (Menstruationszyklus bleibt aus)



Essstörungen: Bulimia nervosa

- Ersterkrankung erst im späten Jugendalter (17-18 Jahre)
- Prävalenz: 5% der 18-35-Jährigen Frauen

Symptomatik:

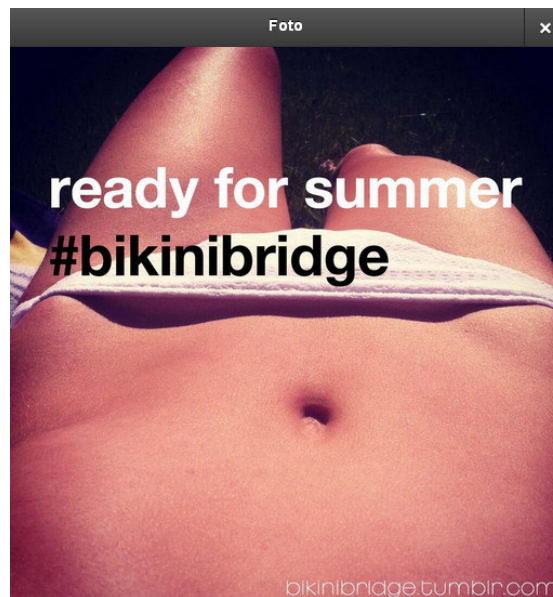
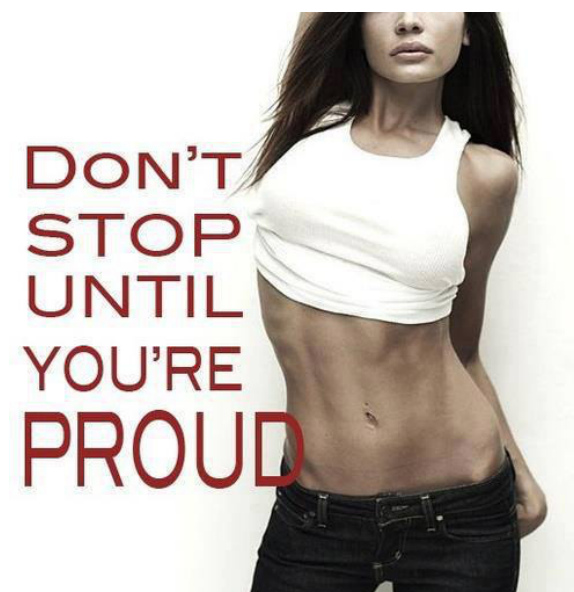
- Wiederholte, unkontrollierte Essanfälle
- Wiederholte extreme Methoden zur Kompensation der Essanfälle, wie Erbrechen, das Einnehmen von Abführmittel, extreme sportliche Bewegung
- Häufig normales Gewicht



Verherrlichung von Essstörungen

- Verherrlichung von Magersucht ist auf Websites, in Foren, Blogs, Sozialen Netzwerken und Videoportalen zu finden. Viele Angebote sprechen gezielt Jugendliche an. Fotos und Videos zeigen erstrebenswerte „Vorbilder“: andere Betroffene oder extrem schlanke Models.
- Essstörungen werden anhand verschiedener Internetinhalte **als Lifestyle verherrlicht** und **verharmlosend mit Pro-Ana und Pro-Mia** bezeichnet. Oft beinhalten die Internetangebote Abbildungen von Balletttänzerinnen, Feen, Engeln oder Schmetterlingen. Diese stehen für körperliche Perfektion, Leichtigkeit und Anmut. Die Produzenten und Anhänger solcher Internetinhalte sind in der Regel junge Frauen.





Depression und Angst

- Jugendliche:
 - 10-15% Lebenszeitprävalenz
 - 7% Punktprävalenz
- Von psychiatrisch behandelten Jugendlichen leidet fast die Hälfte an einer Depression
- Häufigkeit steigt von Kindes- ins Jugendalter und im Verlauf des Jugendalters
 - Von 11-jährigen: erkranken ca. 2% jährlich
 - Bis zum 21. Lebensjahr steigt der Anteil auf 19%



Depression

- Leitsymptome: Freud-, Antriebs- und Interesselosigkeit
- 35% der Jugendliche sind einmal depressiv verstimmt → «normal»
- Klinisch relevant, wenn Symptome starke Belastung oder Beeinträchtigung sozialer, beruflicher und sonstiger Funktionsfähigkeit verursachen.
- Spezifisch im Jugendalter:
 - Extreme Stimmungsschwankungen
 - Verzögerter Pubertätsbeginn
 - Unfähigkeit zum abstrakten Denken / schlechte Schulleistungen
 - Antisoziales Verhalten auch bei vorher unauffälligen SchülerInnen
 - Verzögerung der für das Jugendalter typische Gewichtszunahme



Angststörungen

- Häufigste psychische Erkrankung bei Jugendlichen (10%)
- Ängste sind normal. Erst problematisch wenn ungewöhnlich stark und Vermeidungsverhalten auftritt

- Angststörungen:
 - Phobische Angstsyndrome
 - Spezifische Phobie (z.B. Tierphobie, Höhenagst)
 - Soziale Phobie (z.B. Angst vor Prüfungen oder öffentlichen Reden)
→ beginnen oft im Jugendalter
 - Panikattacken und Agoraphobie
 - Generalisierende Angststörung (dauerhaftes ängstliches Grundbefinden)
 - Trennungsangst (häufig im Kindes- und Jugendalter)



Gefahren im Internet

Sexting

Sexting zwischen Jugendlichen/jungen Erwachsenen findet v. a. innerhalb von Liebesbeziehungen statt. Es dient dazu, einander Liebe und Vertrauen zu zeigen.

Mittels Sexting werden auch neue Paarbeziehungen angebahnt. Dem oder der Angebeteten, welchen/welche man entweder online oder offline kennengelernt hat, werden im Laufe der Annäherung freizügige Fotos/Videos gesandt, um das Interesse anzuregen.



Sexting

Allen Handlungen gemein ist, dass Sexting für einige Jugendliche/junge Erwachsene eine selbstverständliche Form der sexuellen Online-Kommunikation darstellt. Es geht ihnen darum, Rückmeldung auf die erotische Darstellung des eigenen Körpers vom Gegenüber zu erhalten, ihre eigene Sexualität zu entdecken und zu entwickeln. Neu ist dieses Verhalten nicht, allenfalls die Verbreitungsmittel via Snapchat oder WhatsApp.



CyberGrooming

Den Begriff Cyber-Grooming könnte man mit Anbahnung von sexuellen Kontakten durch Chats oder soziale Netzwerke erklären.

Meistens sprechen Erwachsene Personen minderjährige Personen unter Vortäuschung einer anderen Identität an.

Es kann sich demnach um eine besondere Form der sexuellen Belästigung im Internet handeln.



Cyber-Mobbing – Mobbing im Internet

Diffamierung, Belästigung, Bedrängung und Nötigung anderer Menschen mit Hilfe elektronischer Kommunikationsmittel über das Internet, in Chatrooms, und/oder auch mittels Handy bezeichnet.



- 36% der Jugendlichen und jungen Erwachsenen als Opfer
- 21% der Befragten konnten sich vorstellen, auch als Täter im Internet aufzutreten

(Forsa Umfrage, NRW, Universität Münster, Deutschland, 2011)



TV-PROGRAMM RADIO-PROGRAMM PODCASTS VERKEHR SHOP

SRF

NEWS SPORT METEO KULTUR DOK
SCHWEIZ ABSTIMMUNGEN REGIONAL INTERNATIONAL WIRTSCHAFT PANORAMA MEHR

Heute  3°/6°C

KORREKTUREN HALLO SRF ÜBER SRF

SENDUNGEN A-Z JETZT IM TV JETZT IM RADIO

«Man sagt sich: Es ist es wert, ein Exempel zu statuieren»

Jugendpornographie im Netz

Heute, 10:09 Uhr

Mehr als tausend Jugendliche stehen in Dänemark wegen Jugendpornographie vor Gericht. Aus dem Fall sollen Lehren gezogen werden, sagt SRF-Korrespondent Bruno Kaufmann.

2
Kommentare

Mehr zu International

 Neues Parlament in Katalonien tritt zusammen

 Politik will Fifa unter EU-Aufsicht stellen

 «Die internationale Gemeinschaft versagt»



Exkurs: Pornographie im Internet

- 25% aller Suchanfragen im Internet drehen sich um Pornographie – das entspricht 68 Millionen täglich
- 8% des Email Verkehrs weltweit beinhaltet pornographisches Material
- 35% des Datenverkehrs im Internet ist pornografischen Ursprungs
- 43% aller Internet-User schauen sich pornografische Inhalte an
- 70% der pornographischen Daten werden an Werktagen zwischen 9 und 17 Uhr abgerufen
- 20% der Männer schauen sich erotische Inhalte im Büro an
- 13% der Frauen auch



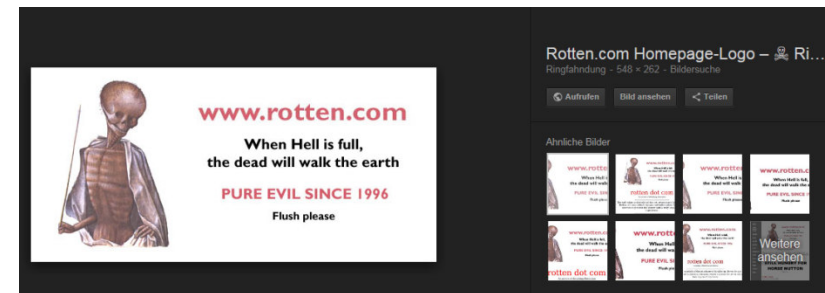
Gewaltdarstellung

GTA V: Gangster-Karriere

Call of Duty Modern Warfare 2:
Krieg gegen russische
Ultranationalisten

Dragon Age: Inquisition: Kämpfe
gegen gefährliche Drachen

Resident Evil 5: Wehren gegen
herannahende Zombies



Rechtsextremismus im Netz

Das Internet ist heute das wichtigste Propagandamittel der Rechtsextremen.

Die rechtsextremen Mechanismen sind dabei so raffiniert, dass selbst Erwachsene sie auf den ersten Blick nicht durchschauen.

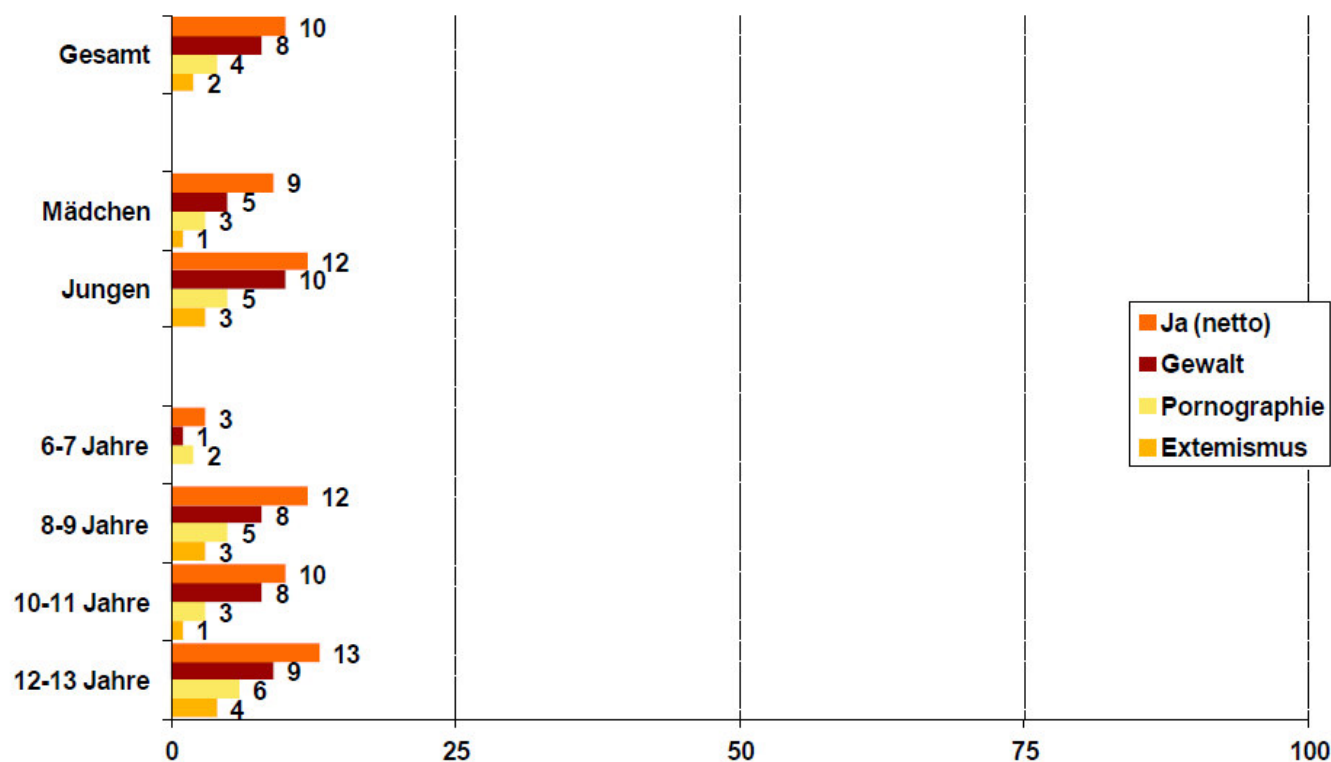
Jugendliche, die noch auf der Suche nach der eigenen Identität und einem (politischen) Weltbild sind, fängt man besonders leicht.



Werden Kinder geschützt?

Kind ist schon einmal auf gewalthaltige, pornografische oder extremistische Seiten im Internet gestoßen

- Angaben der Haupterzieher -



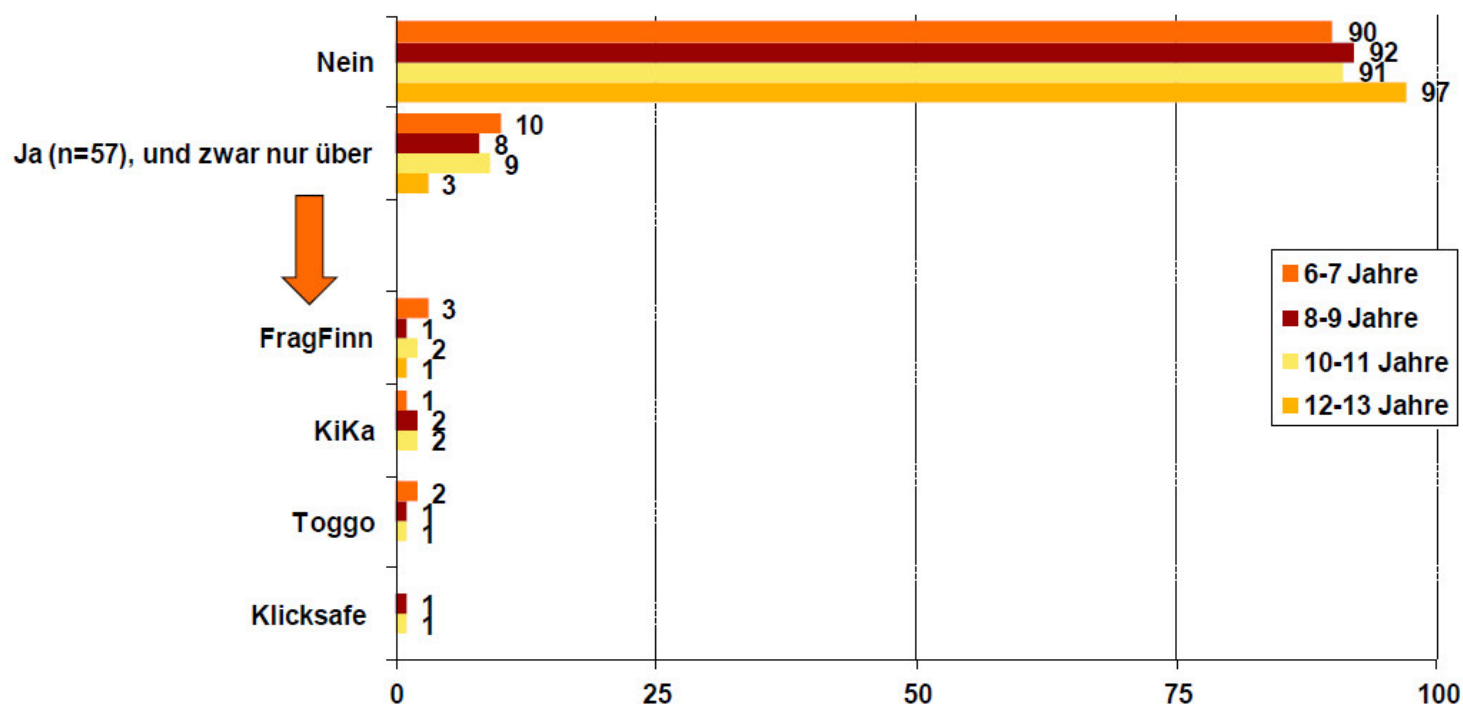
Quelle: KIM-Studie 2016, Angaben in Prozent
Basis: Haupterzieher von Internetnutzern, n=831



Werden Kinder geschützt?

Darf Ihr Kind, das wir gerade befragen, das Internet nur über eine bestimmte kindersichere Seite nutzen?

- Angaben Haupterzieher -

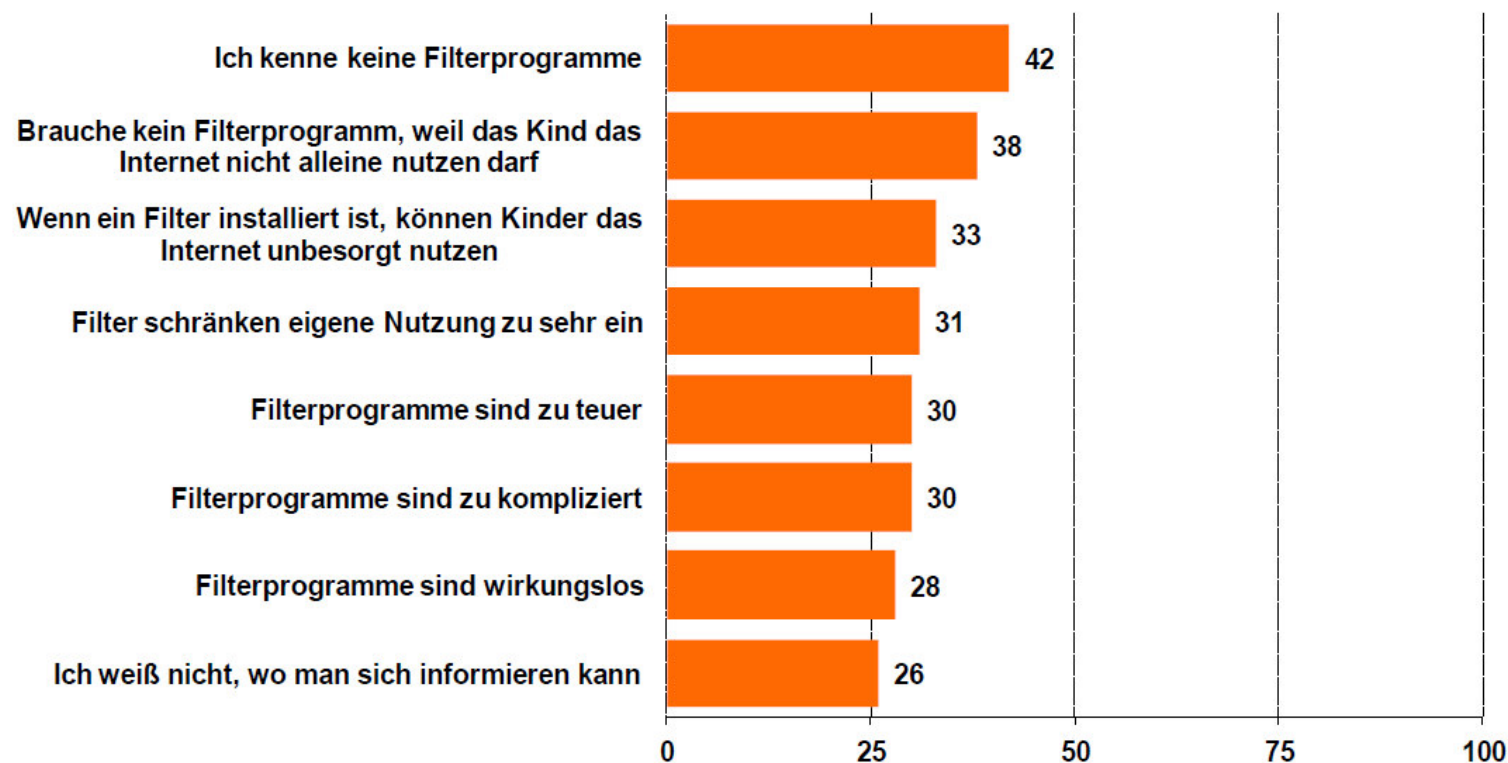


Quelle: KIM-Studie 2016, Angaben in Prozent, Nennungen ab 1 %
Basis: Haupterzieher von Internetnutzern, n=831

Werden Kinder geschützt?

Aussagen zu Filterprogrammen 2016

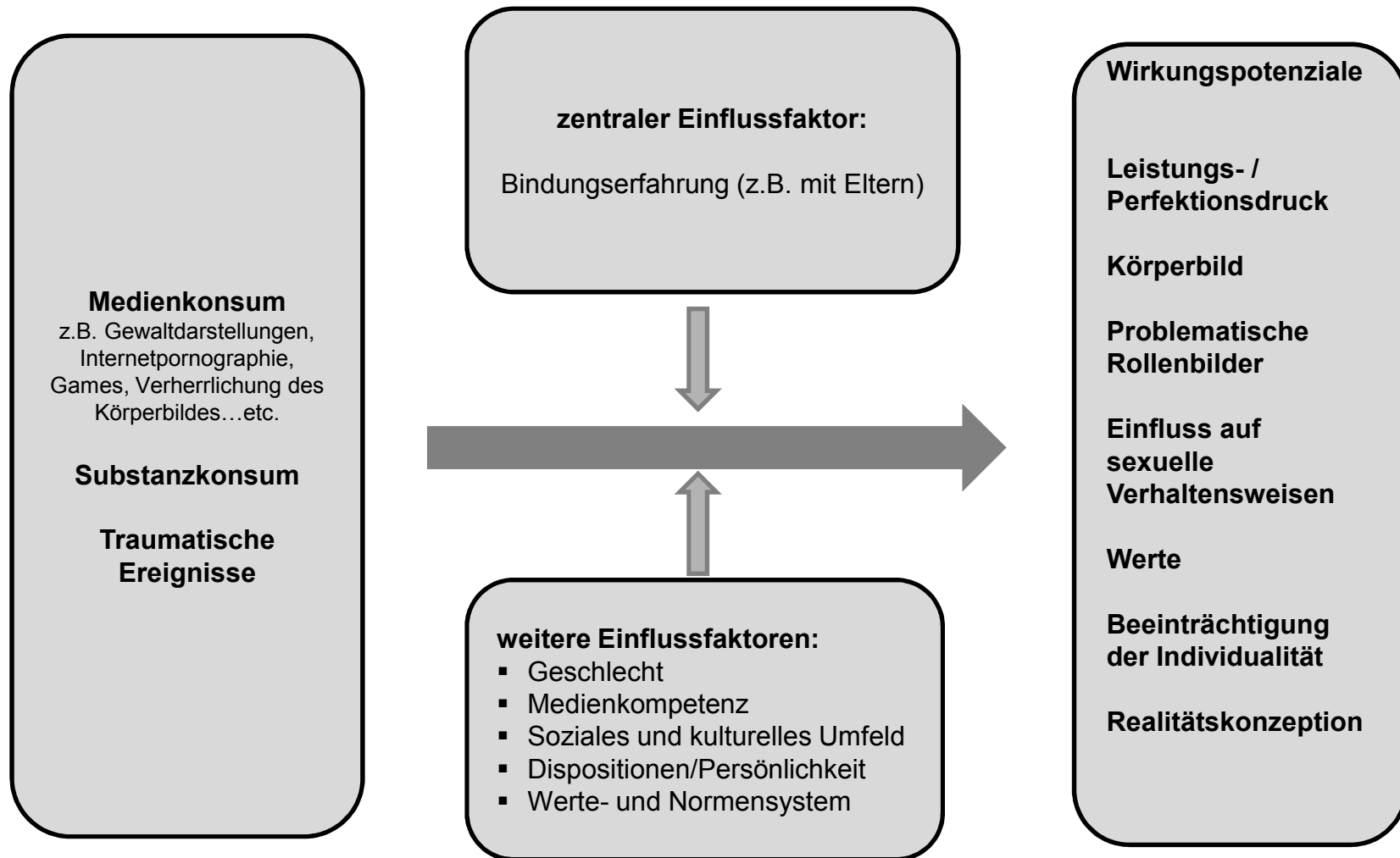
- stimme voll und ganz/überwiegend zu -



Quelle: KIM-Studie 2016, Angaben in Prozent
Basis: alle Haupterzieher, n=1.229



Take Home Message



Take Home Message

Was können Sie als Erziehungsberechtigte tun?

- Keine unbegründete Einschränkungen (Regeln sind wichtig)
- Keine widersprüchliche Anweisungen
- Keine Vorwürfe und Druck (senken die Kooperationsbereitschaft)
- Modelllernen (Vorbild / Vorschlag für angemessenes Verhalten)
- Beachtung schenken
- Angemessene Beziehung zum Kind aufbauen
- Partnerschaft- oder Ehekonflikte nicht vor Kind austragen
- Loben
- Diskussionen nie unter Zeitdruck oder wenn selber angespannt



Take Home Message

Was können Sie als Erziehungsberechtigte tun?

www.schauhin.info

www.klicksafe.de

www.jugendschutz.net

<https://www.saferinternet.at/>

<http://skppsc.ch/> (Schweizerische Kriminalprävention)

<https://www.mpfs.de/studien/>

www.mpfs.de

Filme:

<https://youtu.be/17j5QzF3kqE>

https://youtu.be/xDU_T2M2pzo



Fragen

