



Stadt Bern

Direktion für Bildung
Soziales und Sport



Jugendgesundheitsbericht 2016

Befunde, Entwicklungen und Handlungsbedarf

Datenquellen

Bio-psycho-soziale Gesundheit und Entwicklung

- Schulärztlicher Dienst: knapp 90% der 8.-Klass-Jugendlichen
- Schulsozialarbeit: 377 Konsultationen auf der Sekundarstufe I
- Programme «Du seisch wo düre» und «zWäg»: Schülerinnen und Schüler aus Realklassen, Klassen für besondere Förderung & Berufsvorbereitenden Schuljahren BFF
- Online-Befragung 16- bis 18-Jährige Jugendamt: 120 Antwortende; Diskussion der Resultate mit Jugendlichen

Lebensbedingungen der Kinder

- Einwohnerdaten Polizeiinspektorat (Auswertung Statistik Bern)
- Jahresberichte von Institutionen und Ämtern: Angebote und Dienstleistungen für Kinder und ihre Familien

Das erfreuliche zuerst!

Den meisten Jugendlichen geht es gut!

- Einschätzung der eigenen Gesundheit gut – sehr gut:
90% der 8.-Klass-Jugendlichen
80% der 16- bis 18-jährigen online Antwortenden

Aber...

- 5-25% leiden unter diversen Beschwerden, Krankheiten und Behinderungen

Die Jugendlichen verfügen über wichtige gesundheitliche Ressourcen

- 90% der Jugendlichen sind gerne mit den Eltern zusammen
- 70-80% erleben die Schule positiv (Klassenklima und Wertschätzung durch Lehrpersonen)
- Über 90% haben Freundinnen und Freunde, denen sie vertrauen können
- Gutes Verständnis für die gesundheitliche Bedeutung von körperlicher Aktivität, gesunder Ernährung und guter Beziehungen zu Familie und Freundeskreis

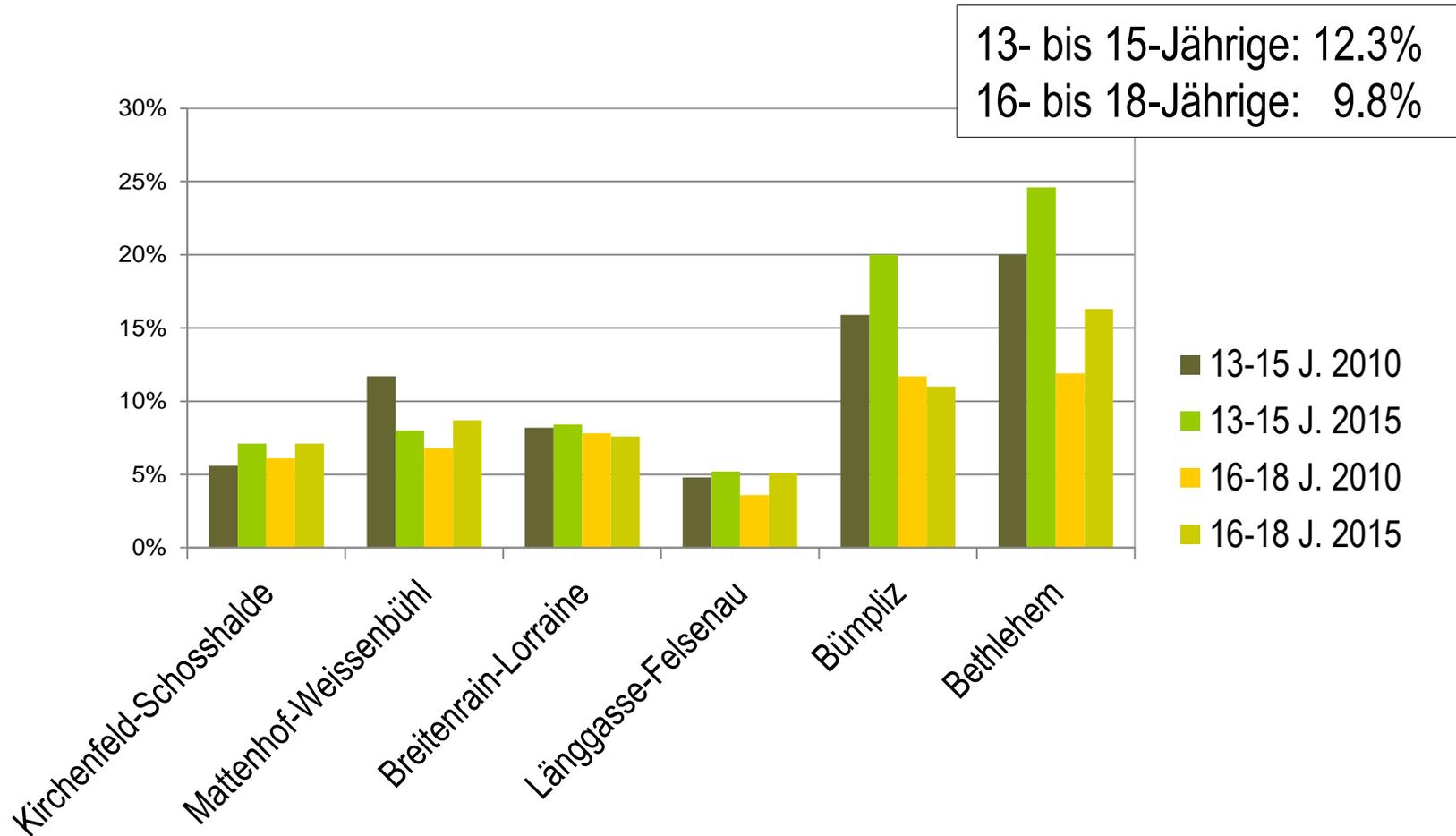


Die Jugendlichen engagieren sich sozial

	Mädchen (N=315)	Jungen (N=266)
Aufgaben im Haushalt	79%	76%
Geschwister hüten	36%	19%
kranken Angehörigen helfen	11%	7%
Funktion in Club/Verein übernehmen	18%	37%
in gemeinnütziger Organisation mitarbeiten	2%	1%

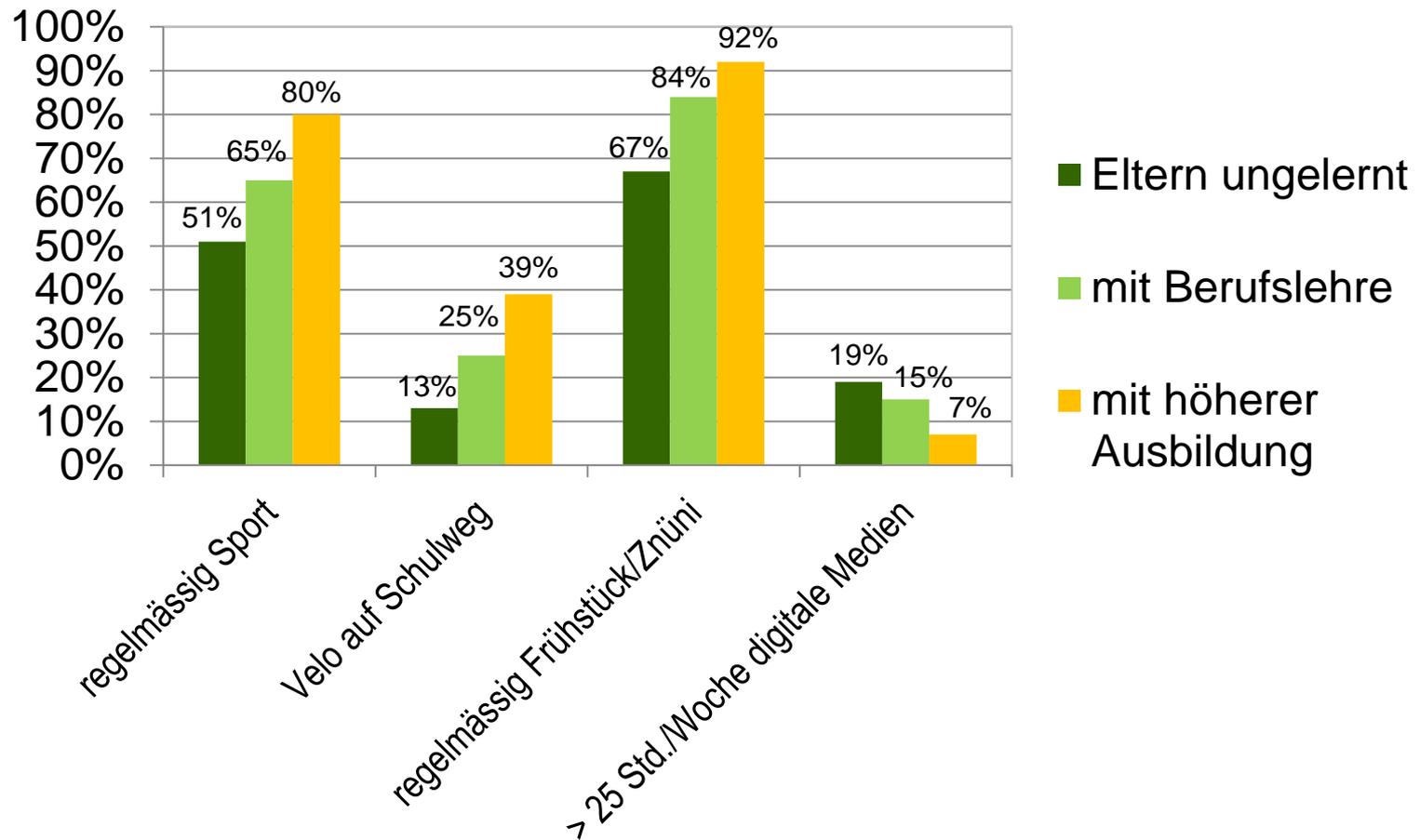
Gesundheits- und Bildungschancen sind ungleich verteilt

Prozentanteil Jugendliche, die Sozialhilfe beziehen

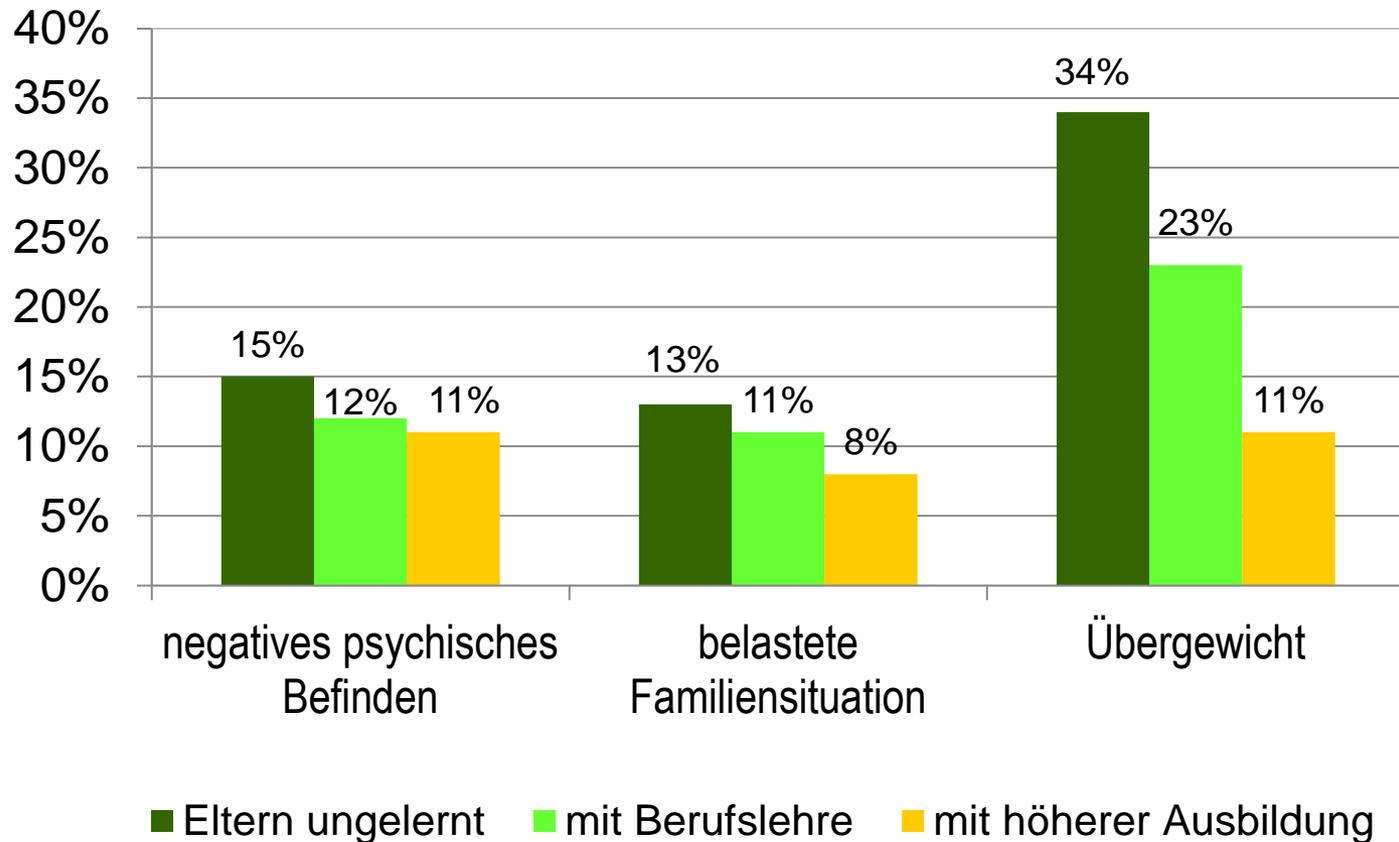


1 von 6 Jugendlichen: ausländische Eltern ohne formelle nachobligatorische Bildung

Bildungsstand der Eltern und Gesundheitsverhalten



Bildungsstand der Eltern und Gesundheit



Bildungschancen sind ungleich verteilt

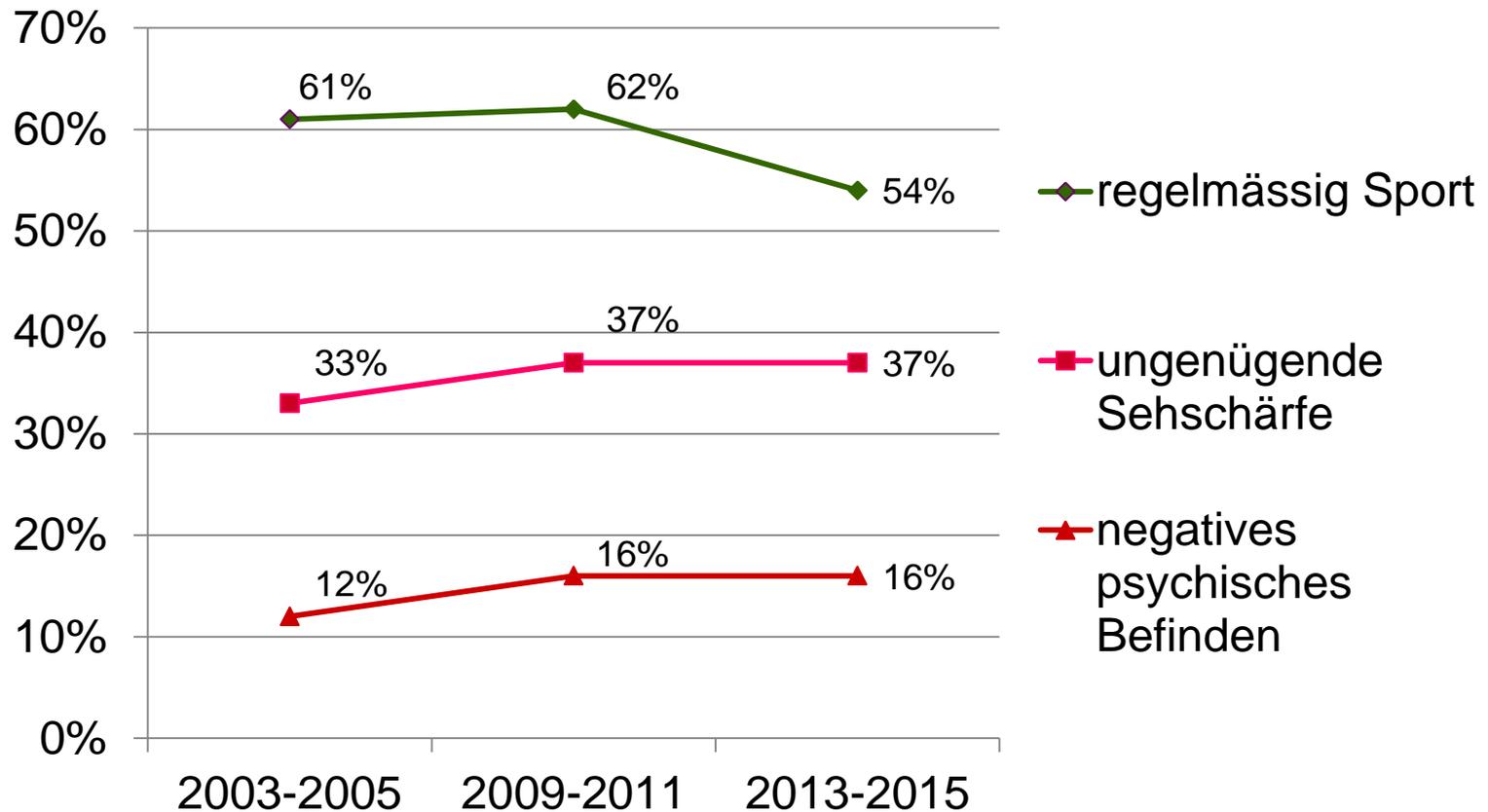
Kinder ungelernter Eltern in schulärztlicher Untersuchung:

- Seltener auf Sek-Niveau in der Sekundarstufe I

% Sek-Niveau	Eltern ungelernt	mit Berufslehre	mit höherer Ausb.
Schweizer	41%	58%	87%
Ausländer	24%	32%	63%

- 12% Ausländer (15% J; 10% M.) und 5% Schweizer haben keine Anschlusslösung nach der 9. Klasse
- Quer durch alle Schichten gehen 19% der Schülerinnen und Schüler der 8. Klasse in die Nachhilfe

Gesundheitliche Entwicklung bei den Mädchen



Vorgeschlagene Massnahmen für faire Gesundheits- und Bildungschancen

- 1) Frühe Massnahmen -> primario Frühförderung
- 2) Zugang zu ausserschulischen Lernmöglichkeiten verbessern: Entwicklung Vernetzung Schule – Quartierangebote
- 3) Zugang zu regelmässiger Bewegung (inkl. Velofahren) verbessern: Vertiefte Analysen der Zugangshindernisse und davon ausgehend Ausarbeitung von Massnahmen
- 4) Unterstützung von Jugendlichen mit Behinderungen in der Entfaltung ihres Bildungspotentials (technische Hilfsmittel, Nachteilsausgleich etc.)



Psychosozial belastete Jugendliche erhalten nicht immer die nötige Unterstützung

Jugendliche mit psychosozialen Belastungen

- 13% 8.-Klass-Jugendliche zeigen ein mässig bis schlechtes psychisches Befinden (16% der Mädchen, 9% der Jungen)
- Die 16- bis 18-Jährigen melden einen Hilfsbedarf für psychosoziale Probleme:
 - **knapp die Hälfte** wegen **Stress** und Nervosität
 - je gut **ein Viertel wegen Traurigkeit** oder Problemen mit dem Gefühlsleben
- 12% beider Gruppen können mit niemandem über psychische Probleme sprechen.

Niederschwellige, schulnahe Unterstützung

Anpassung der Ressourcen an steigenden Bedarf schulnaher Dienste und Programme:

- Schulsozialarbeit: 2017
- schulärztlicher Dienst: vorzusehen 2018
- Lebenskompetenzen-Programm «Du seisch wo düre»
etappenweise Anpassung 2017 und 2018

Förderung von Gesundheits- und Lebenskompetenzen

- mit neusten Ansätzen und angepasst an schulische Gegebenheiten
- in Zusammenarbeit zwischen Schulen und Schulgesundheitsförderung



Verbreitete Schlafdefizite geben Anlass zur Sorge

Schlafdefizite sind verbreitet und zeigen Folgen

- 25% der 8.-Klass-Schüler schlafen klar zu wenig, 50% nur knapp genügend
- Rund 30% der 16- bis 18-Jährigen online Befragten meldeten einen Hilfsbedarf für Schlafprobleme

Schwerwiegende Folgen:

- Beeinträchtigung der Hirnentwicklung
- Müdigkeit, depressive Verstimmung, verminderte Leistungsfähigkeit, erhöhte Unfallgefahr
- Erhöhtes Risiko für Übergewicht

Vielfältige Ursachen

1) **verschobener Tag-Nacht-Rhythmus:**

Spätere Melatonin-Ausschüttung ab Eintritt Pubertät
Früher Schulbeginn für Jugendliche schwierig

2) **gesellschaftliche Trends**

Mit wenig Schlaf auszukommen, abends spät zu essen, spät in den Ausgang zu gehen etc. ist «in»

3) **Konsum digitaler Medien**

- Zeit für digitale Medien ersetzt Schlafzeit
- Hoher Blaulichtanteil der Bildschirme -> Melatonin ↘
- Mobiltelefon als Wecker: gestörter Schlaf durch eingehende SMS- und andere Signale

Es braucht Verhaltens- und Verhältnisprävention

- 1) Kampagne des schulärztlichen Dienstes zur
 - Sensibilisierung für die Wichtigkeit des Schlafs für Jugendliche und Erwachsene
 - Information über Massnahmen für einen besseren Schlaf

- 2) Bessere Anpassung der morgendlichen Schulanfangszeiten an die Jugendlichen

Beispiel Schulstandort Munzinger: nur 11% (vs. 34% in den andere Schulstandorten) schlafen < 8 Std./Nacht



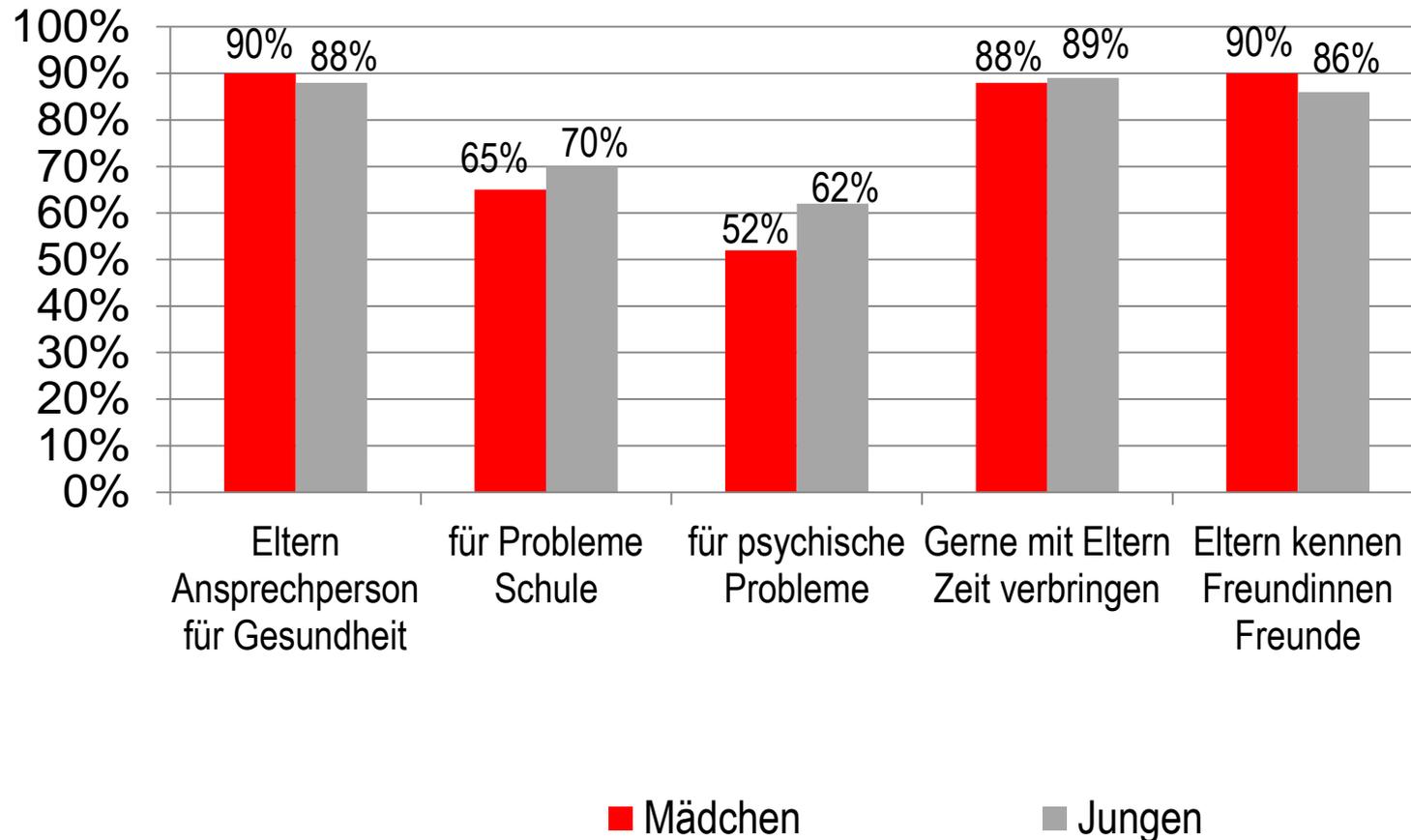
**Auch Eltern verdienen unsere
Unterstützung!**

Die Beziehung mit den Eltern verändert sich stark!

- Tiefgreifende Veränderung der Kind-Eltern-Beziehung im Jugendalter
- Auseinandersetzung mit Ansichten, Haltungen, Lebensstilen der Eltern bei der Konstruktion der eigenen Identität



Aber: Eltern bleiben wichtig und sind entscheidend!



Eltern unterstützen

- 1) Elternanlässe als integrierter Bestandteil in der schulischen Gesundheits- und Lebenskompetenzförderung zusätzlich aufnehmen.
- 2) Sicherstellung der Bekanntheit des Elternnotrufs für Eltern in Not.
0848 35 45 55