

Handlungsempfehlungen der AG 3, Gesundheitsförderung und Prävention stärken

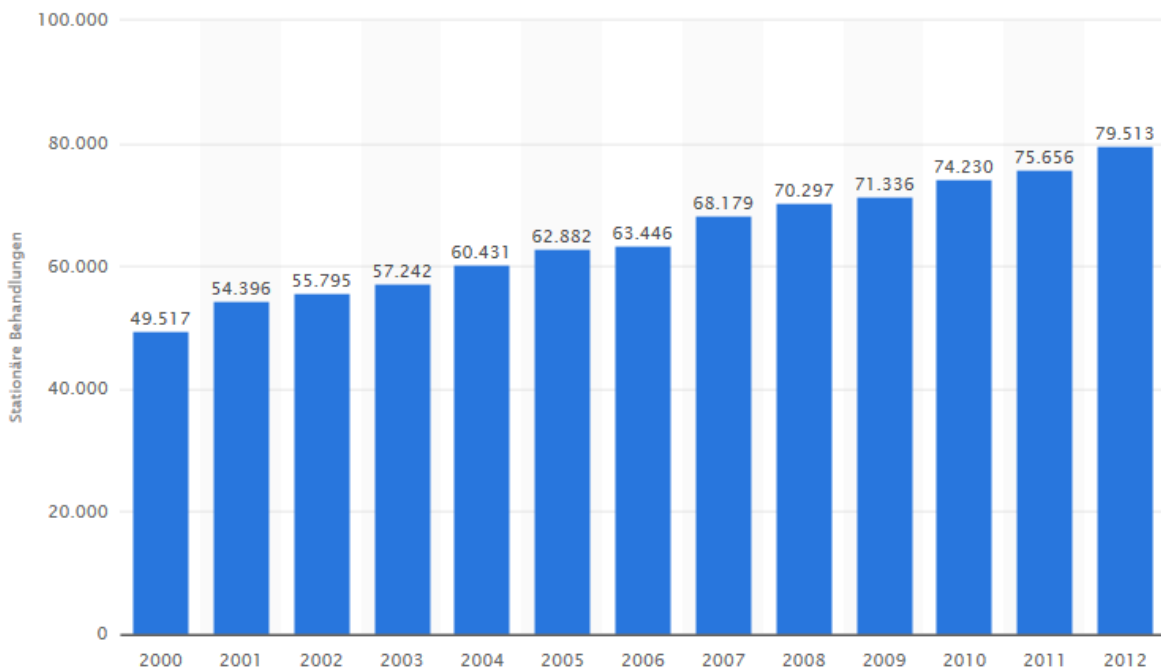
Psychische Gesundheit und Stressmanagement bei Jugendlichen

1. Einleitung

Die Zahl der psychischen Erkrankungen bei Jugendlichen hat in den letzten Jahren stark zugenommen. Dabei kann es zu fast allen psychischen Störungen kommen, die auch bei Erwachsenen vorkommen, wie zum Beispiel Depressionen, Ängste, Zwangsstörungen, Essstörungen und Überlastungsreaktionen bei Stress.

Im Landkreis Böblingen gibt es ca. 30.000 Jugendliche im Alter von 13 – 20 Jahren. Etwa 20 % sind psychisch auffällig und 10 % behandlungsbedürftig, das bedeutet etwa 3000 psychisch kranke Jugendliche im Kreis Böblingen.

Anzahl stationärer Behandlungen von Jugendlichen aufgrund psychischer und Verhaltensstörungen in Deutschland in den Jahren 2000 bis 2012



Weitere Informationen:
Deutschland; Statistisches Bundesamt; 2000 bis 2012; 15 bis unter 20 Jahre

Quelle:
Statistisches Bundesamt

Die vorliegende Grafik zeigt die Anzahl stationärer Behandlungen von Jugendlichen aufgrund psychischer Erkrankungen und Verhaltensstörungen (Hauptdiagnose nach ICD-10: F00-F99) in Deutschland in den Jahren 2000 bis 2012. Deutlich zu sehen ist ein konstanter Anstieg der psychischen Erkrankungen bei Jugendlichen im Alter von 15 - 20 Jahren.

3. Gesundheitskonferenz im Landkreis Böblingen

Im Rahmen des Auftrages der Gesundheitskonferenz hat die Arbeitsgruppe einen Fachnachmittag durchgeführt, dessen Ergebnisse in diese Handlungsempfehlungen eingeflossen sind.

Auftrag der Arbeitsgruppe durch die Gesundheitskonferenz

- Bestandsaufnahme /Bedarfsanalyse (alle Altersgruppen)
- Vernetzung / Verbesserung der Information und Kommunikation zwischen den Akteuren
- Verbesserung der Zielgruppenorientierung (bes. sozial benachteiligte Bevölkerungsgruppen)

Am 24. März 2014 wurde der Fachnachmittag mit Vorträgen und Arbeitsgruppen unter dem Motto „Power Teenies“, Resilienzförderung und Stressbewältigung im Jugendalter durchgeführt. Die Resonanz war sehr gut - eine kurze Dokumentation ist bei der Geschäftsstelle und im Internet verfügbar (auf der Homepage des Landratsamtes / Gesundheitskonferenz).

2. Handlungsempfehlungen

Es werden zwei Zielgruppen unterschieden:

1) Lehrer, Fachleute (Schulsozialarbeit, Sozialpädagogik, Beratungsstellen), Multiplikatoren (Jugendleiter, polit. Mandatsträger, ...)

2) Jugendliche selbst (Betroffene)

Ziele zur Zielgruppe 1)

- Ein Ziel ist, die bestehenden Angebote zur Prävention und Gesundheitsförderung bekannter zu machen.
- Sensibilisierung für das Thema "psychische Probleme"
- Den aktuellen Wissensstand kommunizieren
- soweit möglich Bestandsaufnahme über Ressourcen, Bedarf und vorhandene Defizite
- Außerdem soll die Vernetzung verbessert werden und dadurch die vorhandenen Ressourcen optimal genutzt werden. Bei Bedarf, soweit möglich Ausweitung von Ressourcen, Forderung an Politik, Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern.

Ziele zur Zielgruppe 2)

- Identifizierung besonderer Gruppen und Bedarf (Merkmale: Migrationshintergrund, soz. Benachteiligung, Geschlecht, ...)
- Erreichbarkeit der Jugendlichen (Themen, Interesse, welche Kommunikationsmittel)
- Einsatz von Beteiligungsformen zur Verbesserung der Zielerreichung bzw. Zielkorrektur

Maßnahmen, die von der Arbeitsgruppe empfohlen werden und konkrete Realisierungschancen haben:

zur Zielgruppe 1: Fachleute, Lehrer, Multiplikatoren

Wiederholung des Fachtages mit aktuellen Schwerpunkten - dezentral, d.h. an verschiedenen Orten im Landkreis, machbar wäre einmal pro Jahr.

3. Gesundheitskonferenz im Landkreis Böblingen

Mit folgenden Inhalten: Referat mit wissenschaftlichen Hintergründen, aktuelles Basis-Wissen, z.B. Resilienzförderung, Arbeitsgruppen zu praktischen Projekten (hauptsächlich aus dem Landkreis) und Möglichkeiten zum Austausch und Kontaktaufnahme (Vernetzung). Bedarfe besonderer Zielgruppen werden thematisiert.

Informationen über Beratungs- und Hilfeangebote im Kreis. In diesem Flyer/dieser Datenbank sollte eine Liste von Angeboten enthalten sein, die von verschiedenen Institutionen im Landkreis Böblingen bereitgestellt werden.

Ein Vorschlag um schon vorhandenes zu verwenden, wäre den Wegweiser „Angebote für psychisch erkrankte Menschen“ des Landratsamtes von 2010 neu aufzulegen mit dem Hinweis auf Angebote, die Jugendlichen und jungen Menschen offen stehen.

zur Zielgruppe 2: Jugendliche / Betroffene

Ganz wichtig ist, die Jugendlichen selbst zu beteiligen, da Maßnahmen/Projekte ohne die Beteiligung der Betroffenen wenig Aussicht auf Erfolg haben. Eine Herausforderung ist die richtige Form der Beteiligung zu finden.

Jugendliche werden heutzutage hauptsächlich über Apps (Mobil-phone) und das Internet erreicht. Selbst psychosoziale Beratungen werden heute oft - zumindest im Erstkontakt - auf anonyme Weise auf diesem Wege in Anspruch genommen. Informationen werden über das Internet gesucht oder es wird mit professionellen Beratern geschattet. Hier muss allerdings auch auf die Gefahren von Falschinformationen hingewiesen werden. Z.B. in der Schule sollen Schüler lernen seriöse Quellen im Internet zu erkennen.

Ein angedachtes Projekt der Arbeitsgruppe ist die Erstellung einer „Gesundheits-App“ für „Power Teenies“. Die genauen Inhalte und Ziele sollten von Jugendlichen selbst erarbeitet werden. Ggf. könnte ein Projekt mit Kooperationspartnern wie der Akademie für Datenverarbeitung oder das Technische Gymnasium an der Gottlieb-Daimler-Schule zustande kommen.

Weitere Bestandsaufnahme, Förderung und ggf. Entwicklung von Präventionsangeboten. Z.B. Angebote für Jugendliche zum Stressabbau, Entspannungsverfahren oder Vermeidung von depressiven Erkrankungen. Diese längerfristige Aufgabe kann mit der Planung der nächsten Fachtage (2015/2016) einhergehen.

- Diese Handlungsempfehlung kann an Veränderungen angepasst werden. -

Anhang:

Eine kleine, vorläufige Zusammenstellung von Beratungsangeboten, präventiven Angeboten und Institutionen in diesem Bereich.

| Allgemeine Beratungsangebote (im Internet) |
|---|
| https://jugend.bke-beratung.de/views/home/index.html |
| http://www.das-beratungsnetz.de/ |

3. Gesundheitskonferenz im Landkreis Böblingen

| Angebote im Landkreis Böblingen | | |
|--|--|---|
| Institution | Ort | Link |
| Landkreis Böblingen: -Psychologische Beratungsstellen, -Hilfeangebote: Amt für Jugend und Bildung -Familie am Start | Böblingen, Herrenberg, Leonberg, Sindelfingen | http://www.familie-am-start.de/entwicklung-und-erziehung/psychologische-beratungsstelle/163-psychologische-beratungsstelle-boeblingen |
| Fortis | Böblingen | http://www.fortis-ev.org/index.php/hilfen-fuer-menschen/gemeindepsychiatrische-hilfen |
| Evang. Diakonie Verband | Böblingen | http://www.edivbb.de/beratung-und-hilfe/tagesstaetten-fuer-psychisch-erkrankte-menschen/ |
| Psychiatrische Tagesklinik Böblingen | Böblingen | http://www.zfp-start.de/index.html |
| Staatliches Schulamt Böblingen | Böblingen | http://www.schulamt-boeblingen.de/,Lde/Startseite/-Schulamt/Schulpsychologische_Beratungsstelle |
| Diakoniestation Herrenberg | Herrenberg | http://www.diakoniestation-herrenberg.de/beratung.php |
| Sozialpsychiatrischer Dienst (Evang. Kirchenbezirk Leonberg) | Leonberg | http://www.kirchenbezirk-leonberg.de/angebote-und-aktivitaeten/sozialpsychiatrischer-dienst/ |
| Tagesstätte für psychisch erkrankte Menschen (Evang. Kirchenbezirk Leonberg) | Leonberg | http://www.kirchenbezirk-leonberg.de/angebote-und-aktivitaeten/tagesstaette-fuer-psychisch-erkrankte-menschen/ |
| Psychologische Beratungsstelle (Evang. Kirchenbezirk Leonberg) | Leonberg | http://www.kirchenbezirk-leonberg.de/angebote-und-aktivitaeten/psychologische-beratungsstelle/ |
| Praxis für Psychotherapie und Beratung (Frank Baßfeld) | Böblingen | http://www.frank-bassfeld.de/coaching/fuer-schueler-studenten.html |
| Präventive Angebote | | |
| Thamar | Böblingen | http://www.thamar.de/home/ |
| Waldhaus | Böblingen | http://www.waldhaus-jugendhilfe.de/impressum.htm |

Diese Liste wird noch ergänzt z.B. durch Angebote von Maßnahmenträger wie z.B. der Gemeinsamen Servicestelle für Reha der DRV, die vielen nicht bekannt ist.