

# „Jugend und psychische Gesundheit in Krisenzeiten“

JUZ „United 7.0; Gesund aus der Krise?“, 5.10.2022, Linz  
Doris Koubek, Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Linz

 DR. DORIS KOUBEK

Blütenstraße 15, 4040 Linz  
T +43 (0)732/701052, F DW-40  
E [praxis@kiju.co.at](mailto:praxis@kiju.co.at), [www.kiju.co.at](http://www.kiju.co.at)

# Adoleszenz – Krise und Aufbruch



- Ablösung von den Eltern
- Verhältnis zum eigenen Körper und zur Sexualität
- Identität
- Aufbau persönlicher Beziehungen und intimer Beziehungen
- Eigene Weltanschauung, Werte
- Ausbildung, Beruf, Autonomie

 DR. DORIS KOUBEK

Blütenstraße 15, 4040 Linz

T +43 (0)732/701052, F DW-40

E [praxis@kiju.co.at](mailto:praxis@kiju.co.at), [www.kiju.co.at](http://www.kiju.co.at)

# Adoleszenz – ein Ausflug in die Biologie



- Adoleszenz und Gehirnentwicklung – ein Ungleichgewicht
- Frühe Reifung limbisches System und Rewardsystem
- Späte Reifung des Frontalhirns (Kontrolle, Handlungssteuerung)
- Adoleszenz sensible Phase für hormonabhängige Strukturierung des Gehirns
- Früher Pubertätsbeginn hoher Risikofaktor für psychische Störungen
- Hirnentwicklung und der Einfluss des Sexualhormone haben einen beträchtlichen Anteil auf das Verhalten und seelische Erleben
- Prägung von Schaltkreisen durch Umwelteinflüsse – Ursache und Folge zugleich

 DR. DORIS KOUBEK

Blütenstraße 15, 4040 Linz

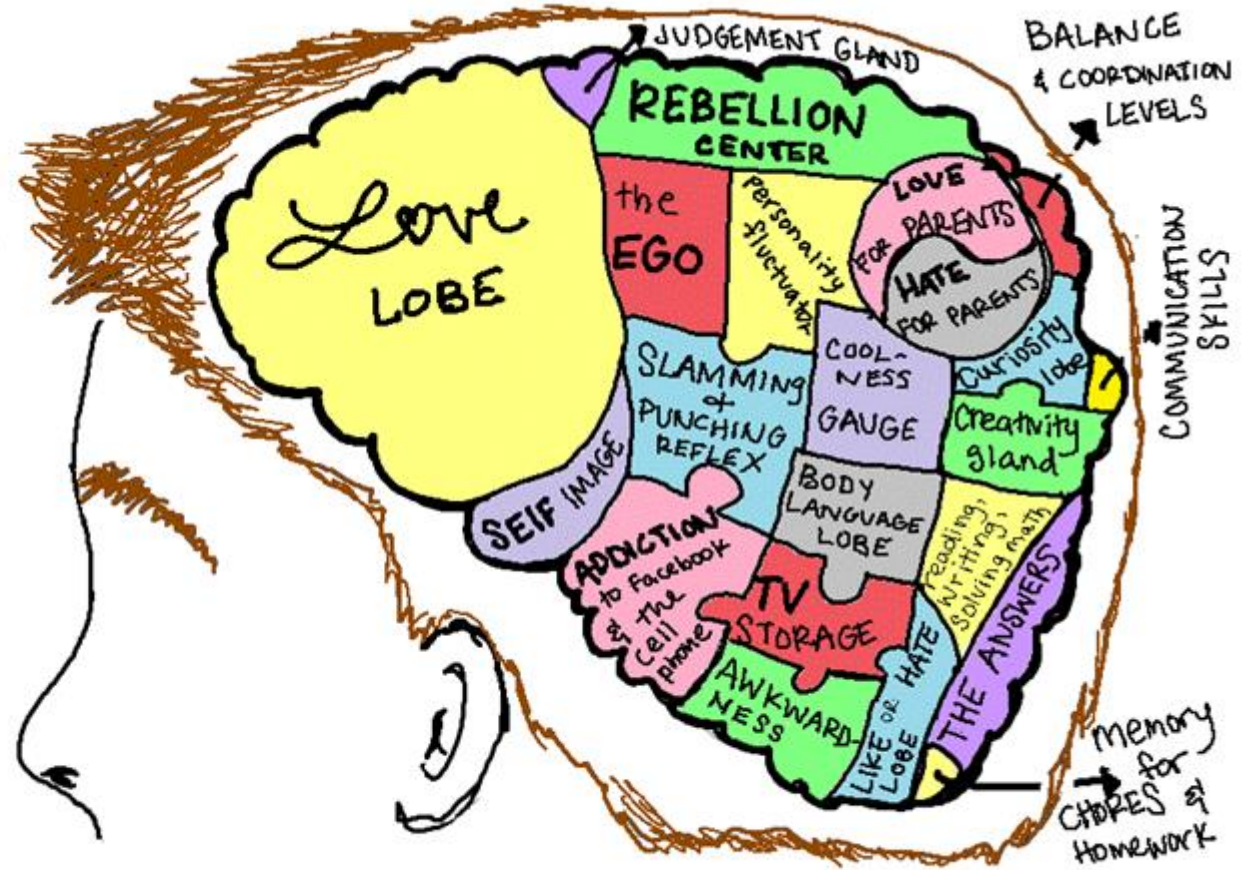
T +43 (0)732/701052, F DW-40

E [praxis@kiju.co.at](mailto:praxis@kiju.co.at), [www.kiju.co.at](http://www.kiju.co.at)

# Adoleszenz – Krise und Aufbruch



## THE AVERAGE TEENAGE BRAIN



Text

# Adoleszenz – Krise und Aufbruch



- Aber: Biologie ist nicht alles..
- Autonomie, Identität und soziale Zugehörigkeit als zentrale Thema
- Einerseits Risikobereitschaft und Explorieren (auch positiv)
- andererseits Coping Mechanismen noch nicht ausgereift
- Grundlage für Offenheit in der Adoleszenz ist sichere Bindungserfahrung in der frühen Kindheit
- Balance zwischen Individuum, Familie und Umweltfaktoren (peer, Kultur, etc)

 DR. DORIS KOUBEK

Blütenstraße 15, 4040 Linz

T +43 (0)732/701052, F DW-40

E [praxis@kiju.co.at](mailto:praxis@kiju.co.at), [www.kiju.co.at](http://www.kiju.co.at)

# Adoleszenz – Krise und Aufbruch



- Adoleszenz als vulnerable Phase für Jugendliche mit Mehrfachbelastungen und wenig Ressourcen
- Die Adoleszenz ist „das“ Risikoalter für die Entstehung psychischer Erkrankungen
- Für „vernünftige“ Argumente oft nicht zugänglich, aber für schnelle „Belohnung“ und Aussicht auf Selbstwirksamkeit

 DR. DORIS KOUBEK

Blütenstraße 15, 4040 Linz

T +43 (0)732/701052, F DW-40

E [praxis@kiju.co.at](mailto:praxis@kiju.co.at), [www.kiju.co.at](http://www.kiju.co.at)

# Adoleszenz – Krise durch Belastung



- Mehrere Studien (vor/nach „Corona“) zeigen identes Bild von Belastungsfaktoren
- Familiär Faktoren:
  - Psychische und/oder physische Erkrankung eines oder mehrerer Elternteile
  - Suchterkrankung, Kriminalität, Gewalttätigkeit in der Familie
  - Vernachlässigung, unsichere Bindung, Traumata (Trauma Typ 1 und 2)



 DR. DORIS KOUBEK

Blütenstraße 15, 4040 Linz  
T +43 (0)732/701052, F DW-40  
E [praxis@kiju.co.at](mailto:praxis@kiju.co.at), [www.kiju.co.at](http://www.kiju.co.at)

# Adoleszenz – Krise durch Belastung



- Soziodemografische Risikofaktoren:
- Alleinerziehender Elternteil
- Niedriger sozioökonomischer status
- Migrationshintergrund
- Transgenderproblematik

 DR. DORIS KOUBEK

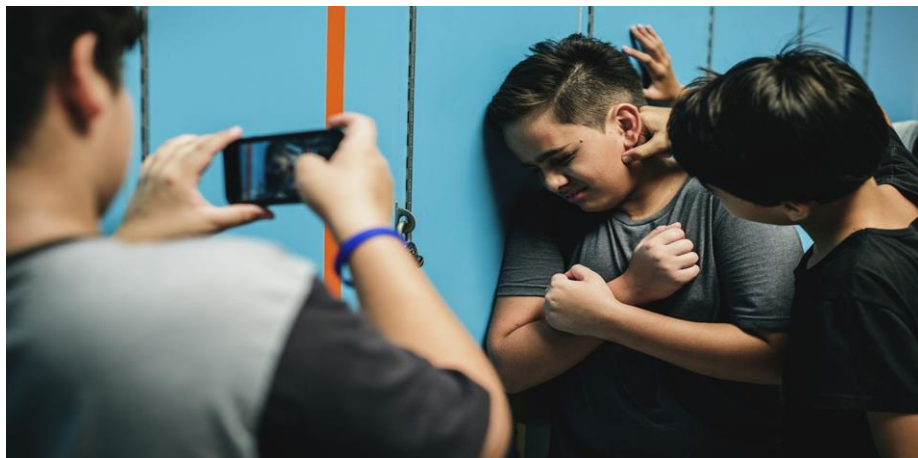
Blütenstraße 15, 4040 Linz  
T +43 (0)732/701052, F DW-40  
E [praxis@kiju.co.at](mailto:praxis@kiju.co.at), [www.kiju.co.at](http://www.kiju.co.at)



# Adoleszenz – Krise durch Belastung



- Interpersonelle Faktoren:
- Psychische und/oder physische Erkrankung
- Schlechte Beziehung zu den peers
- MOBBING
- Niedriger sozioökonomischer status – missglückte Schullaufbahn
- Genetische Prädisposition für psychische Erkrankungen



 DR. DORIS KOUBEK

Blütenstraße 15, 4040 Linz  
T +43 (0)732/701052, F DW-40  
E [praxis@kiju.co.at](mailto:praxis@kiju.co.at), [www.kiju.co.at](http://www.kiju.co.at)

# Adoleszenz – Krise durch Belastung



- Etwa 40-60% aller Kinder und Jugendlichen berichten über mindestens einen Belastungsfaktor! (vor Covid-19 Pandemie)
- 60-70% sind von ca. 3 Belastungsfaktoren betroffen
- Nicht objektive Schwere relevant, sondern Zusammenwirken aus subjektiver Schwere, Dauer und Anzahl der Belastungsfaktoren und das (Nicht-)Vorhandensein psychischer Resilienzfaktoren (Lambert et al, 2013)

## CAVE :

Personen mit frühen und schwerwiegenden psychosozialen Belastungen sind später langfristige Nutzer:innen öffentlicher Ressourcen, sowie deutlich häufiger chronisch krank und weniger gut in den Arbeitsmarkt integriert

 DR. DORIS KOUBEK

Blütenstraße 15, 4040 Linz

T +43 (0)732/701052, F DW-40

E [praxis@kiju.co.at](mailto:praxis@kiju.co.at), [www.kiju.co.at](http://www.kiju.co.at)

# Adoleszenz – Krise durch Belastung



Erhebung zur Covid-19 Pandemie:( Copsy, Ravens-Sieberer, et al., 2020/21, n= 1040, 1586,a=10-17a):

- 71 % der Kinder und Jugendlichen und 75% der Eltern deutlich belastet
- 60% der Eltern wünschen sich Unterstützung
- Prävalenz für psychische Erkrankungen von 25% auf 50% gestiegen
- Deutlicher Anstieg an Misshandlung (emotional, physisch)
- Benachteiligt sind vor allem Kinder und Jugendliche
- mit alleinerziehendem Elternteil
- Familien mit niedrigem sozioökonomischen Status
- Familien mit Migrationshintergrund

 DR. DORIS KOUBEK

Blütenstraße 15, 4040 Linz

T +43 (0)732/701052, F DW-40

E praxis@kiju.co.at, www.kiju.co.at

# Adoleszenz – Was löst eine Krise aus?



- Psychosozialer Stress
- Soziale Isolation – höhere Entzündungsmarker, Angst, Einfluss auf Ernährung (Dopamin) und neurobiologische Entwicklung (Hirnentwicklung)
- Soziale Beziehungen im Rahmen eines bio-psycho-sozial-kulturellen Modells in der Adoleszenz am Wichtigsten – früher: Garantie für Überleben
- Mobbing, Vernachlässigung, unsichere Beziehungen, geringe Wertschätzung
- Chronischer Stress – erhöhtes Cortisol, erhöhte Aktivität des „Stresssystems“
- Interpersoneller Stress (sozioökonomisch, familiär, biologisch)
  
- Die derzeitige(n) Krisen – Pandemie, Weltgeschehen, Energie, Klima, etc- - verschlechtern deutlich die Situation von vulnerablen Gruppen

 DR. DORIS KOUBEK

Blütenstraße 15, 4040 Linz

T +43 (0)732/701052, F DW-40

E praxis@kiju.co.at, www.kiju.co.at

# Adoleszenz – Krise in Krisenzeiten



- Bindungs- und Beziehungsproblematik stellen sich deutlicher dar
- Austragen von Konflikten nicht / wenig möglich (gewesen)
- Mobbing Situation wird verschärft – soziale Grausamkeit
- Verstärkte Dysphorie führt zu mehr Konflikten auch im häuslichen Umfeld
- Deutliche Verschlechterung bereits prekärer sozialer Umstände
- Nutzung sozialer Medien und elektronische Geräte muss kontrovers diskutiert werden
- Schlechte Ernährung vs. Hohes Risiko an einer ED zu erkranken



 DR. DORIS KOUBEK

Blütenstraße 15, 4040 Linz

T +43 (0)732/701052, F DW-40

E [praxis@kiju.co.at](mailto:praxis@kiju.co.at), [www.kiju.co.at](http://www.kiju.co.at)

# Adoleszenz – die Krise hat Gesichter



- Sandra, 17a, Depressio und NSSV, 8 Jahre mobbing Situation, Mutter schwer an MS erkrankt, Vater alkoholkrank, Geringschätzung von Geschwistern, 1 Jahr Wartezeit auf Psychotherapie
- Martin, 13,5a, Impulsivität, Fremdaggression (Schule, zu Hause), schlechte Leistungen in der Schule, deutlich reduziertes Konzentrationsvermögen. Geschwisterrivalität mit 1,5a jüngerem Bruder. Psychosozial schwierige Verhältnisse, niedriger sozioökonomischer status (Eltern seit 10a getrennt, Mutter wiederholt konfliktreiche Partnerschaften, 2 Brüder – 12a, 4a) Schule: Mobbingsituation, SPF trotz durchschnittlichem IQ / Video

 DR. DORIS KOUBEK

Blütenstraße 15, 4040 Linz

T +43 (0)732/701052, F DW-40

E praxis@kiju.co.at, www.kiju.co.at

# Adoleszenz – die Krise hat Gesichter



- Sara, 12a, ADHS, lügen, stehlen, provokant, Mutter Drogenpatientin, Vater neue Familie, mit 2a Heimaufenthalt, 1a Pflegefamilie mit Bruder, dann zu Vater, Sündenbockrolle, Unterstützung von AJF nur sporadisch, da überlastet, Internat mit 10a, dzt. WG
- Mira, 16a, PTSD, Angststörung, Flucht aus Afrika vor 2a, Eltern verstorben, Misshandlungs- und Missbrauchserfahrung, keine Familie in Ö
- Lena, 17a, soziale Ängste, IQ = 135, knapper Hauptschulabschluss, Familie Landwirtschaft, Mobbingenerfahrung, Lehre zur EHK nur bedingt möglich, keine Psychotherapie in der Wohnumgebung

 DR. DORIS KOUBEK

Blütenstraße 15, 4040 Linz

T +43 (0)732/701052, F DW-40

E [praxis@kiju.co.at](mailto:praxis@kiju.co.at), [www.kiju.co.at](http://www.kiju.co.at)



# Adoleszenz – die Krise hat Gesichter Mehrfachbetroffene





# Intervention und Sekundärprävention



Psychische Störungen und „Krisenfamilien“ dürfen kein Tabuthema mehr sein  
- Volkswirtschaftliche Konsequenzen

Ausbau der kinder- und jugendpsychiatrischen Versorgung auf mehreren Ebenen

Vernetzung und Konzeptualisierung von niederschweligen und höherschweligen Angeboten

Mehr Sozialarbeit, deutlich bessere Bedingung für Sozialberufe und pädagogische Berufe

 DR. DORIS KOUBEK

Blütenstraße 15, 4040 Linz

T +43 (0)732/701052, F DW-40

E [praxis@kiju.co.at](mailto:praxis@kiju.co.at), [www.kiju.co.at](http://www.kiju.co.at)

# Und Zum Schluss



Text

If our parents could see who we really are.  
What we really do on the internet.  
How we think. How we act.  
If they could only take the patience and the time  
to see who their child really is.  
The way we see things different.

Look at me, I write this, do you think they  
have any idea of this?  
Do you think they know I think this way?  
Well, no they don't.

Text

Some parents don't really know their children.

# Literatur

- Uhlhaas/Konrad: Das adoleszente Gehirn, Kohlhammer, 2011
- Ausgewählte Aspekte der Adoleszenz, FB Darmstadt psych.somat.Abteilung, 2016
- Covid-19 pandemic impact on children and adolescents' mental health: biological, environmental and social factors, Camila Saggiaro de Figueiredo et al, 2020, Progress in Neuropsychopharmacology and Biological Psychiatry
- Mental Health in Austrian Teenagers, Wagner et al, 2017, Eur.Child.Adolesc.Psychiatry
- Die psychische Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen – Teil 1: Häufigkeit, Störungspersistenz, Belastungsfaktoren, Service – Inanspruchnahme und Behandlungsverzögerung mit Konsequenzen, Lambert et al., 2013, Fortschr Neurol Psychiatr
- Die Prävalenz von psychosozialen Belastungen bei jugendlichen Straftätern: eine Metaanalyse, University of Zurich, Aebi, Marcel, 2019
- Emotional Intelligence, Bullying, and Cyberbullying in Adolescents, Immaculada Méndez et al, 2019, Int.J.Enviro.Res.Public Health 2019
- Risk and Protective Factors for Prospective Changes in Adolescent Mental Health during the COVID-19 Pandemic, Natasha R. Magson et al., 2020, Journal of Youth and Adolescence
- Next generation Europe: a recovery plan for children, adolescents and their families, Fegert et al., 2021, European Child and Adolescent Psychiatry
- Seelische Gesundheit und psychische Belastungen von Kindern und Jugendlichen in der ersten Welle der COVID-19-Pandemie – Ergebnisse der Copsy-Studie, Ulrike Ravens-Sieberer et al., 2021, dt. Bundesgesundheitsblatt
- Childhood forecasting of a small segment of the population with large economic burdens, Avshalom Caspi, 2016, Nature Human Behaviour

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit