

Glückliche Kindheit: Gibt es Depressionen bei Kindern und Jugendlichen?

Dr. J. Leeners, Chefarzt



Kinder- und Jugendpsychiatrie Graubünden
Psichiatria d'uffants e da juvenils dal Grischun
Psichiatria infantile e giovanile dei Grigioni



Ablauf

- Gibt es Depressionen bei Kindern und Jugendlichen?
- Wie sieht eine Depression bei Kindern und Jugendlichen aus?
- Wie häufig sind Depressionen bei Kindern und Jugendlichen?
- Was kann jeder von uns tun, um depressiven Kindern und Jugendlichen zu helfen?
- Welche Hilfsangebote gibt es?

Gibt es Depressionen bei Kindern und Jugendlichen?

Häufigkeit psychischer Störungen

„Psychische Störungen in Deutschland und der EU“
Prof. H.-U. Wittchen, TU Dresden 2005

- Im Laufe eines jeden Jahres erleiden 27% der EU-Bevölkerung oder 83 Millionen Menschen mindestens eine psychische Störung wie z.B. eine Depression, Alkoholabhängigkeit, Zwangsstörungen oder Demenz
- Das Lebenszeitrisiko liegt über 50% , ca. 40% sind chronisch
- Die Mehrheit der psychischen Störungen manifestiert sich in der Kindheit und Adoleszenz.
- Frühe psychische Störungen haben vielfältige negative Effekte auf viele Bereiche des Lebens (berufliche Karriere, Partnerschaft und Familien)

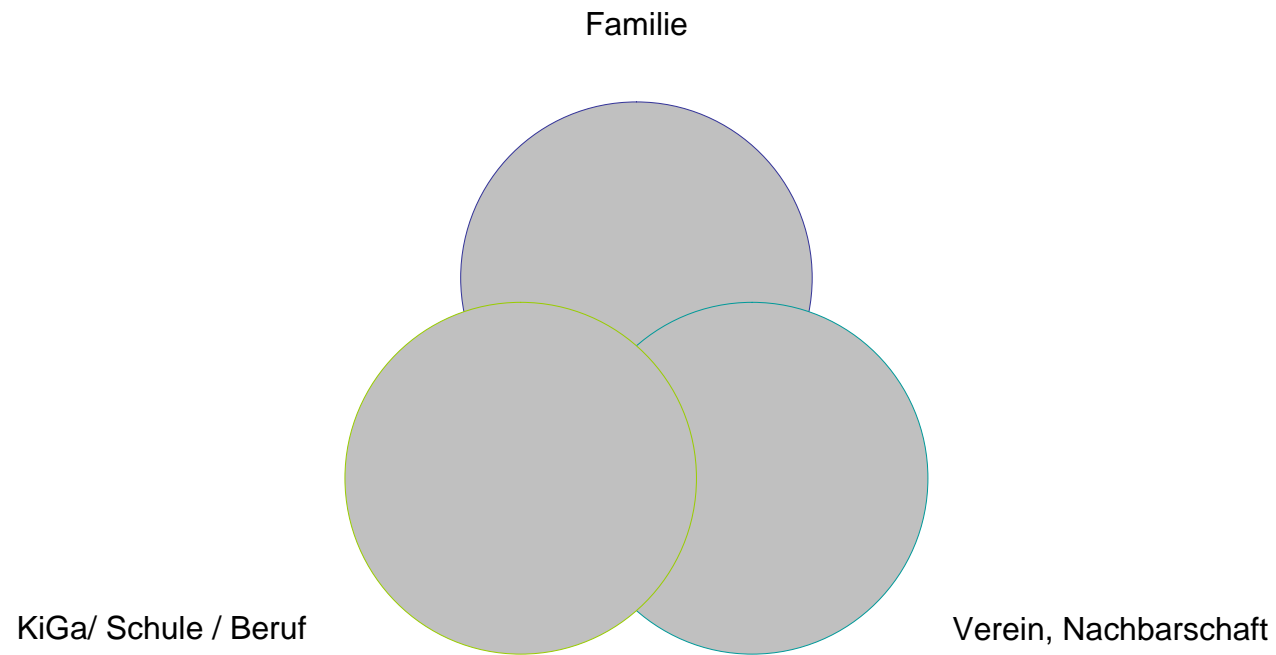
Entwicklungsaufgaben Kinder und Jugendlicher

- Neue Welt: Kindergarten und Schule
- Anerkannte Position unter Gleichaltrigen erwerben
- Umgang mit Suchtstoffen erlernen
- berufliche Perspektive entwickeln
- sexuelle Beziehungen aufbauen und befriedigend gestalten
- Produktives „Sich-lösen“ von der Herkunftsfamilie

Hindernisse auf dem Weg

- Schwächen wie Lese-Rechtschreibstörung oder Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom (ADS),
- Scheidungsrate Graubünden ca. 40%
- Körperliche kranke Eltern
- Seelisch kranke Eltern

Einflussfaktoren



Ursachen für Depressionen

- Enttäuschung
- Schwierigkeiten bei Schule oder Arbeit
- Stress oder Gewalt zu Hause
- Freund oder Familienmitglied verstorben
- Sexuelle Ausbeutung
- Sexuelle Orientierung
- Seelische Probleme

Wie sieht eine Depression bei Kindern und Jugendlichen aus?

- Länger anhaltende bedrückte Stimmung ohne erkennbare Ursache
- Verlust von Freude und Interessen, Hobbys
- „Knick“ in den Schulleistungen
- Sozialer Rückzug

Körperliche Symptome der Depression

- Müdigkeit
- Schlafstörungen (macht mir schlaflose Nächte..)
- Kopfschmerzen (das macht mir Kopfschmerzen..)
- Bauchschmerzen (das macht mir Bauchschmerzen..)
- Veränderungen des Appetit (es hat mir den Appetit verschlagen..)
- Schwindel

Welche Symptome treten besonders bei Kindern und Jugendlichen auf?

- Konzentrationsprobleme
- Stimmungsschwankungen
- Aggressive Verhalten
- Drogenkonsum
- Internetforen zum Thema Depression www.depri.ch

Wie häufig sind Depressionen bei Kindern und Jugendlichen?

Schulstress:

Institut für Psychologie und dem Zentrum für Angewandte Gesundheitswissenschaften (ZAG) der Leuphana Universität Lüneburg im Auftrag der DAK 2008-2010

- 38,2 % Mädchen
- 21,3% Jungen

geben psychosomatischen Beschwerden an

Studie Schulstress Ergebnisse

- 22% Einschlafprobleme
- 21 % Gereiztheit
- 16% Kopfschmerzen
- 16% Rückenschmerzen
- 14% Niedergeschlagenheit
- 11% Nervosität
- 9% Schwindelgefühle
- 8% Bauchschmerzen
- **10% täglich zwei oder mehr Beschwerden**

Gibt es psychische Störungen bei Kindern?

- Kinder- und Jugendgesundheitssurvey (KiGGS) 2007
- Erhebungszeitraum 2003-2006 Eltern von knapp 15.000 Kinder und Jugendlichen 3-17 Jahre befragt
- Instrument: SDQ

Psychische Störungen bei Kindern II

Auffällig sind

11,5% der Mädchen

17,8% der Jungen

Kinder- und Jugendgesundheitsurvey (KiGGS) 2008

Psychische Störungen im Kanton Graubünden

- Bevölkerung 190.000
- 25% unter 20 47.500
- 15% davon auffällig 7.125

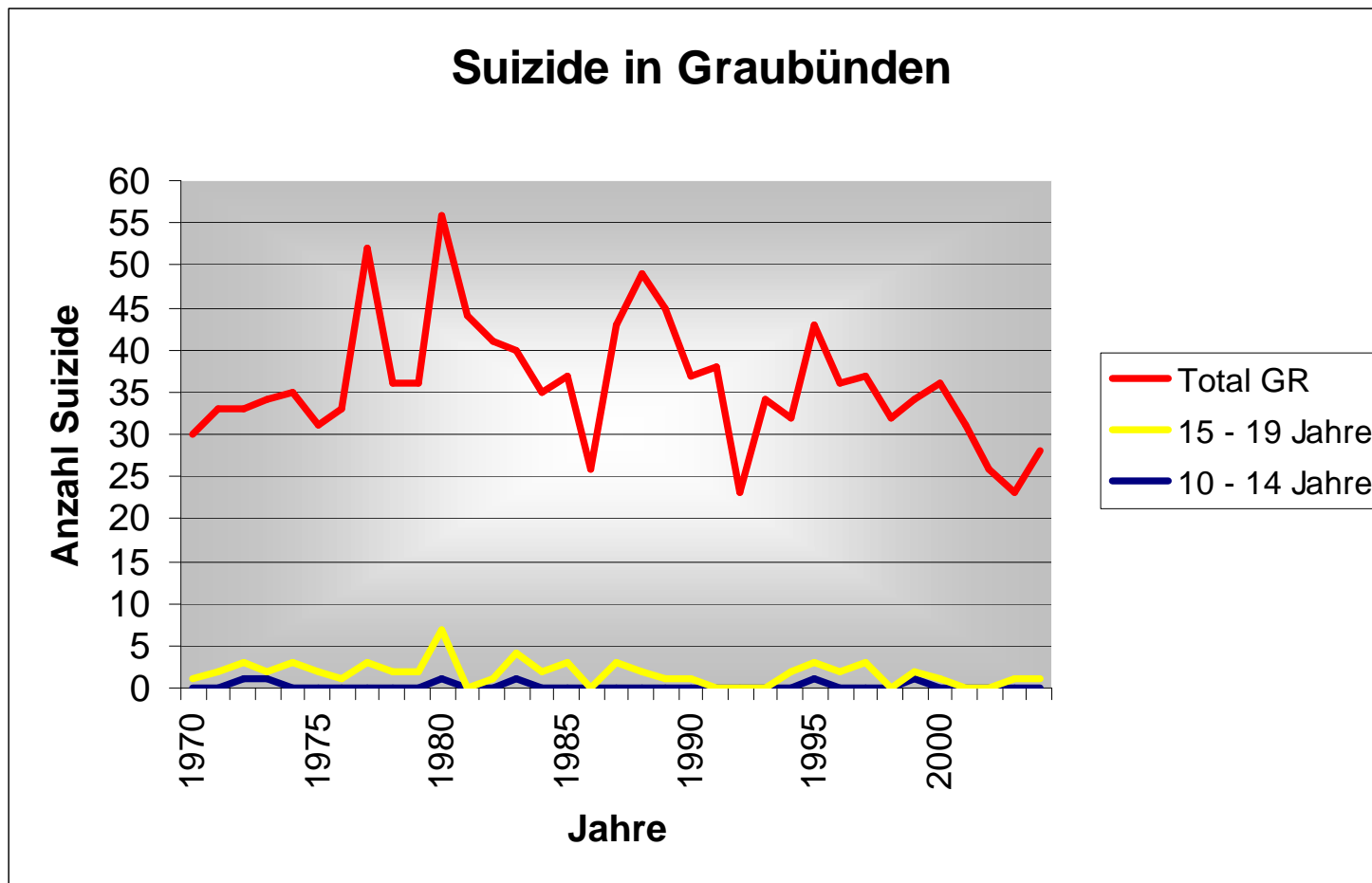
Wie häufig ist die Depression bei Kindern und Jugendlichen?

- Schwere Depression bei Kindern 1-3%
- Schwere Depression bei Jugendlichen 1-6%
- Annahme 2-3% der Kinder in Graubünden 950 - 1425

Todesursachen Jugendliche

- Alle drei Tage nimmt sich ein Jugendlicher in der Schweiz das Leben.
- Rund 25 Jugendliche in der Schweiz machen pro Tag einen Selbstmordversuch und überleben ihn (pro Jahr 9.000).

Suizide in Graubünden



Was kann jeder von uns tun um depressiven Kindern und Jugendlichen zu helfen?

Zuhören: Hörbare Warnzeichen

- Ich hätte gar nicht geboren sein sollen.
- Ich werde nicht mehr lange ein Problem für dich/euch sein.
- Ich wünschte mir, ich wäre tot.
- Ich bringe mich um.
- Ich bin ja eh allen egal.
- Ich möchte einschlafen und nicht mehr aufwachen.
- Ich hasse mich.
- Mir ist sowieso alles egal.
- Es wird alles bald vorbei sein.
- Ich halte das nicht mehr länger aus.
- Wenn XXX passiert, dann bringe ich mich um.

Nachfragen

- Ich habe das Gefühl dir geht es nicht gut.
- Du siehst traurig aus.
- Hast du schon an Selbstmord gedacht?
- Wie kann ich dir helfen?

Eigene Belastungsgrenzen einschätzen

- Wenn man ein ungutes Gefühl hat, professionelle Hilfe suchen.

Welche Hilfsangebote gibt es?

KJP Graubünden - Windows Internet Explorer

http://kjp-gr.ch/

Google

Datei Bearbeiten Ansicht Favoriten Extras ?

KJP Graubünden

Seite Extras >>



Kinder- und Jugendpsychiatrie Graubünden
Psichiatria d'uffants e da juvenils dal Grischun
Psichiatria infantile e giovanile dei Grigioni

[kjp Graubünden](#)

[Ambulante Angebote](#)

[Therapiehaus](#)

[Jugendstation](#)

[Infos für Eltern und Jugendliche](#)
[Infos für Fachpersonen](#)
[Kontakte](#)
[Erstkontakt/Abklärungen](#)
[Offene Stellen](#)
[Veranstaltungen](#)
[Downloads](#)
[Sitemap](#)
[Über kjp](#)
[Hilfen/Links](#)

kjp Graubünden

Wenn ihr Kind zu uns kommt, hat es vielleicht Schwierigkeiten im Umgang mit seinen Freunden, Eltern oder am Ausbildungsplatz. Oder es hatte wegen verschiedener Straftaten schon einmal Probleme mit der Polizei. Manche Kinder und Jugendliche fühlen sich seit längerer Zeit bedroht oder traurig. Andere wiederum haben Dinge erlebt, die ihre Gefühle quälen oder ihre Gedanken stören.

Wir wollen ihnen allen helfen, diese Probleme zu lösen. In den allermeisten Fällen schaffen wir das ohne Medikamente. Was die genannten Probleme verursacht, versuchen wir durch eine spezielle Untersuchung herauszufinden. Aufgrund der Ergebnisse legen wir gemeinsam mit dem Kind und den Eltern die Ziele einer Behandlung fest und überlegen, wie wir diese am besten erreichen können. Dazu haben wir verschiedene **Behandlungsangebote**.



© miux

kjp Graubünden | Masanserstrasse 14 | 7000 Chur | Telefon 081 252 90 23 | E-Mail: info@kjp-gr.ch

Was macht die Kinder- und Jugendpsychiatrie GR?

- Jeden Beraten
- Einschätzen des Ausmass der Depression
- Therapie Ambulant: nach Lösungen / Entlastung suchen
- Therapie stationär: schützen, intensiv abklären
- Medikamentöse Behandlung

www.147.ch

147: Home - Windows Internet Explorer
http://www.147.ch/

Suchen Home Richtlinien Partner Sitemap DE | FR | IT

147
BERATUNG + HILFE
PRO JUVEN TUTE

Damit dir das Strahlen nicht vergeht: www.projuventute.ch

147 > Home

Willkommen. Gut dass du uns besuchst.

Hast du

- Probleme in der Familie?
- Schwierigkeiten in der Schule?
- Liebeskummer?
- Zoff in Freundschaften?
- Fragen zu Sexualität, Drogen oder Gewalt?

Dann hilft dir Pro Juventute Beratung + Hilfe 147 weiter.

Wir sind immer für dich da

- jeden Tag, rund um die Uhr, kostenlos
- du brauchst deinen Namen nicht zu nennen
- wir nehmen dich und deine Fragen ernst
- professionelle Fachleute helfen dir weiter.

In der Navigationsleiste links kannst du die Angebote und die Themen wählen. Oben an der Seite findest du unsere [Richtlinien](#).

Unter [Infos für Jugendliche](#) findest du viele Antworten, Informationen und Tipps zu Themen wie Liebe, Freundschaft, Sexualität, Gewalt, Drogen oder Problemen in der Schule.

Und wenn du einmal keine Antwort findest, dann steht dir unsere [SMS-Beratung 147](#) zur Verfügung. Du bleibst anonym und bekommst innerhalb von drei Arbeitstagen eine Antwort von Fachleuten. Alle Informationen dazu findest du [hier](#).

Wenn du eine ganz dringende Frage hast, dann kannst du die [Telefonnummer 147](#) anrufen. Du musst deinen Namen nicht sagen, dafür darfst du alles erzählen, was dich bedrückt. Kostenlos, rund um die Uhr, 365 Tage im Jahr.

Wenn du morgens anrufst, kommst du schneller durch als abends. Bleib in jedem Fall am Apparat, auch wenn du warten musst. Das Warten kostet dich nichts und je länger du dran bleibst, desto grösser wird deine Chance, an die Reihe zu kommen.

Dein Anruf aufs 147 erscheint nicht auf der Telefonrechnung deiner Eltern.

Schau dir den Film von 147 an.

Neu: Chat-Beratung
Neu steht dir unsere Chat-Beratung 147 zur Verfügung.
[Die Öffnungszeiten findest du hier](#)
[Infos zur Chat-Beratung 147](#)

Infofilm
[Infofilm "Pro Juventute Beratung + Hilfe 147"](#)

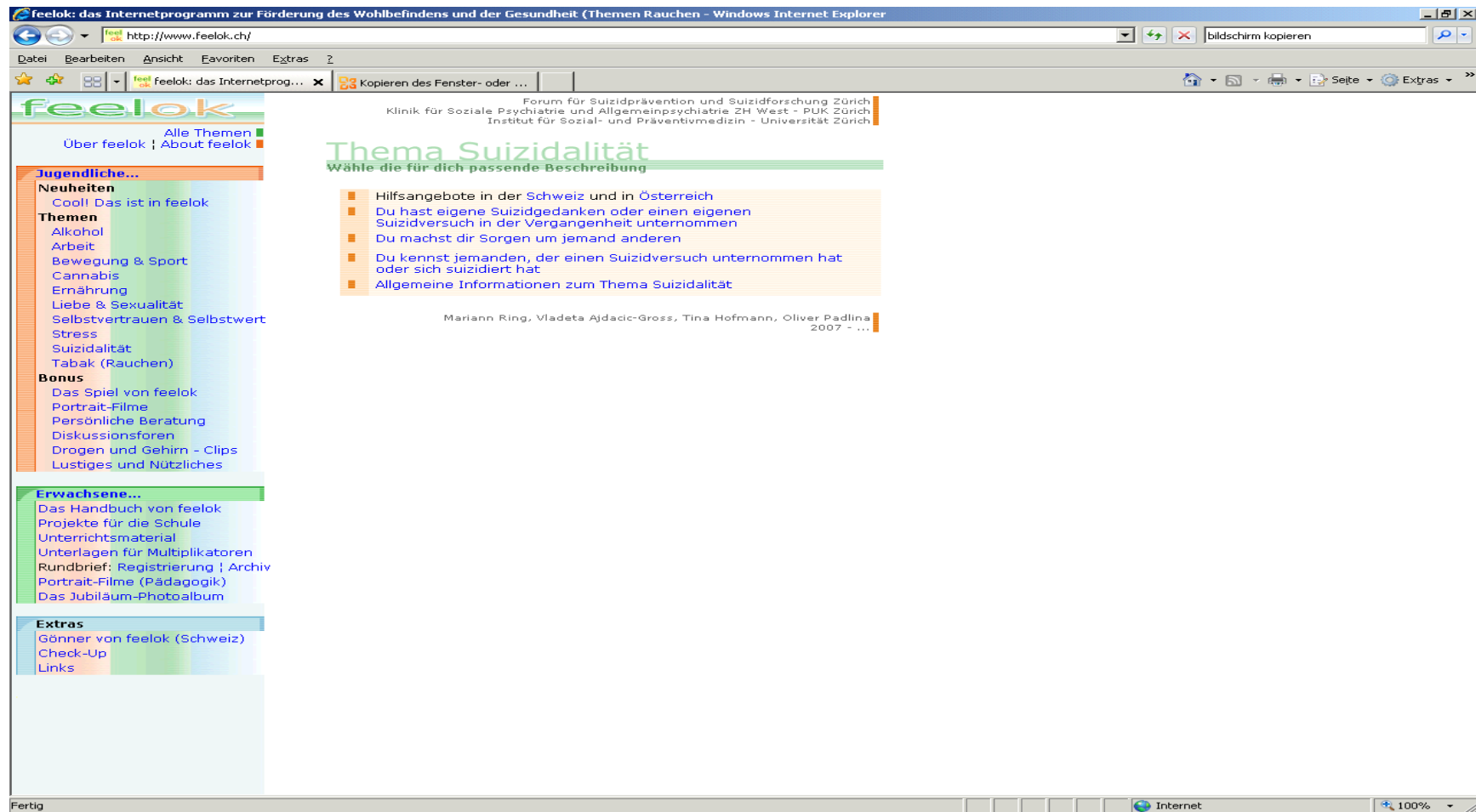
147 auf Facebook
Pro Juventute Beratung & Hilfe 147 hat auch eine [Facebook-Seite](#)

© 03.09.2010 projuventute Seite drucken Impressum

www.tschau.ch



www.feelok.ch



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Kontaktadresse:

Kinder- und Jugendpsychiatrie Graubünden
www.kjp-gr.ch

