sh.ch
GESUNDHEITSFÖRDERUNG
SCHAFFHAUSEN

-lich willkommen

Programm

19.00 Begrüssung
19:05 Referat von Jan-Christoph Schaefer, Chefarzt KJPD
19.40 Vorstellung Fach- und Beratungsstellen
20.15 Apéro und persönlicher Austausch

Pubertät-
(K)eine leichte Zeit

Orientierung und Halt geben in Zeiten der Veränderung

Gesundheitsförderung Schaffhausen
4. November 2024

Jan-Christoph Schaefer
Chefarzt
Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst

Zunahme von psychischen Belastungen bei 10-24 Jährigen 2020-2021

- Hospitalisationen +26% (weiblich), +6% (männlich)
- +52% bei 10-14 jährigen Mädchen
  (Durchschnittliche Zunahme zwischen 2012-2019 3,4 %)
- Hospitalisation wegen Suizidversuchen und Selbstverletzungen: +26%
- Ambulante psychiatrische Behandlungen: +16% (+4% 2020)
- Einsamkeit (gefühlt oft oder sehr oft): 39%
- Depressive Symptome: 25%
- Angstzustände: 20%

Medienmitteilung Bundesamt für Statistik 12.12.2022,
Schlussbericht zum Covid-19 Monitor, ZHAW April 2023

Zeiten der Veränderung...

sh.ch

Zunehmende kriegerische Konflikte

- Wirtschaftliche Unsicherheit, steigende Energiepreise, Lieferkettenprobleme
- Massive Zunahme von Geflüchteten
- Risiko der Konfliktausweitung

Technologische Veränderungen

- Risiko sozialer Isolation, Cybermobbing, Einfluss von Fake News
- Risiko von Arbeitsplatzunsicherheit und -verlusten durch zunehmende Automatisierung und Digitalisierung der Arbeitswelt

Klimakrise

- Zunahme von Umweltkatastrophen und extremen Wetterereignissen
- Zukunftsangst insbesondere bei jungen Menschen
- Gesundheitsprobleme durch verschlechterte Luftqualität und andere Umweltprobleme

Inflation

- Finanzielle Belastung durch steigende Lebenshaltungskosten
- Unsicherheit über zukünftige Preisentwicklungen Stabilität

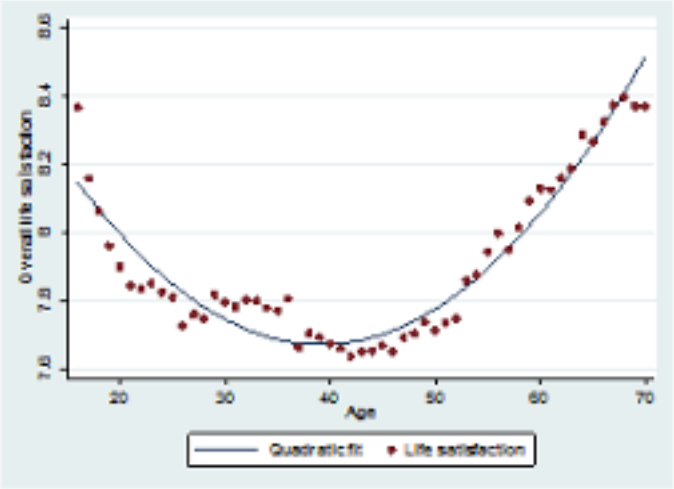
Multiple globale Krisen

Globale Trends (2006-2019)

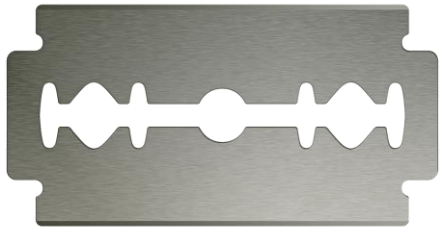
- Positiver Trend in der Lebenszufriedenheit sowohl bei Jugendlichen im Alter von 15-24 Jahren als auch bei Erwachsenen.
- Positive globale Effekte durch wirtschaftliches Wachstum, verbesserte Bildung und Gesundheitsversorgung sowie durch soziale und politische Stabilität

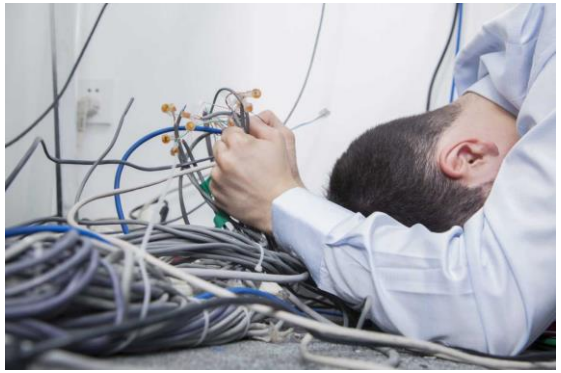
Einbruch durch die Pandemie

- Erheblichen Beeinträchtigungen des täglichen Lebens, einschließlich sozialer Isolation, wirtschaftlicher Unsicherheit und gesundheitlicher Ängste durch die COVID-19-Pandemie
- 2023 Verschlechterung der Lebenszufriedenheit sowohl bei Jugendlichen als auch Erwachsenen in Nordamerika, Westeuropa, Südasien, Naher Osten und Nordafrika



Besondere Vulnerabilität





Besondere Anpassungsfähigkeit

Shell-Jugendstudie 2024

Erkenntnisse aus der COVID-19 Pandemie-Belastung von Jugendlichen

Schutzfaktoren

- Wahrnehmung positiver Aspekte
- Akzeptanz der Situation
- Bewegung im Freien
- Längere Schlafdauer
- Positives Familienklima
- Resilienz der Eltern
- Starkes soziales Netzwerk der Familie

Corona-Monitoring ZHAW Schlussbericht April 2023

Entwicklungsaufgaben der Pubertät und Adoleszenz

Kinder/Jugendliche:

•Umgang mit körperlichen Veränderungen

•Bewältigung emotionaler Schwankungen und Stress

•Aufbau stabiler sozialer Beziehungen

•*Entwicklung von Medienkompetenz*

•Festigung moralischer Werte

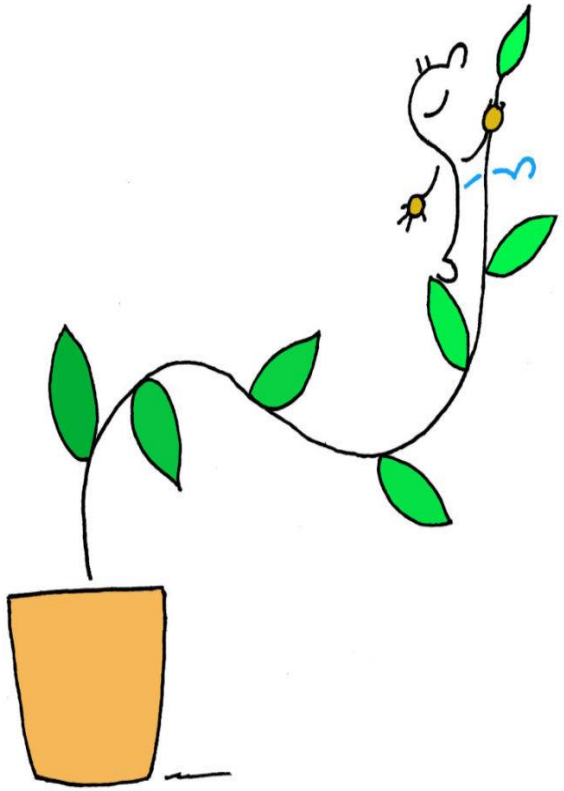
•Entwicklung der Autonomie/Identitätsfindung

•Aufbau einer beruflichen Perspektive

•Gesellschaftliche Integration

Familie:

•Bezogene Autonomie



Eltern als „Entwicklungshelfer“ I

Schaffung eines stabilen familiären Umfelds

- Routinen und gemeinsame Rituale pflegen
- Mit Regeln Orientierung und Halt geben und sinnvoll anpassen

Ermutigung zur Selbstständigkeit

- Zunehmend Verantwortung übertragen
- Eigene Entscheidungen treffen lassen
- Feedback und Anerkennung geben
- Als Ratgeber (im Hintergrund) verfügbar sein

Gemeinsame Zeit

- Gemeinsame Aktivitäten, die Freude bereiten, stärken die Bindung und bauen Stress ab

Hilfsangebote kennen

- Wissen, welche Unterstützungsmöglichkeiten es gibt

Eltern als „Entwicklungshelfer“ II

Umgang mit körperlichen Veränderungen

- Offen sein für Gespräche
- Bestätigung und Akzeptanz vermitteln
- Vorbild sein

Bewältigung emotionaler Schwankungen und Stress

- Stabilität durch Routinen vermitteln
- Trösten und Einordnen
- Da sein, wenn man gebraucht wird

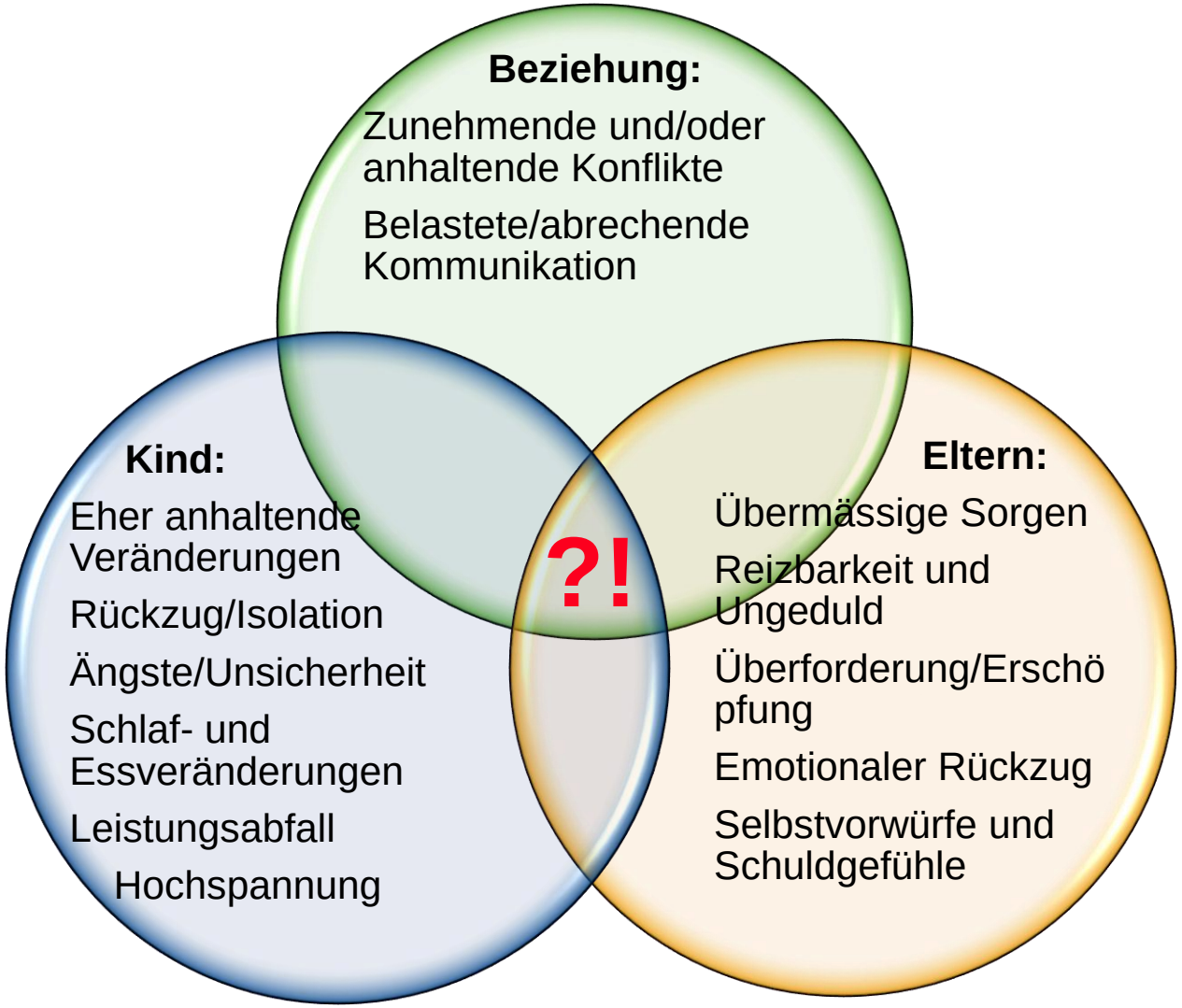
Aufbau stabiler sozialer Beziehungen

- Freundschaften unterstützen und Raum für soziale Kontakte schaffen
- Im Gespräch sein über respekt- und vertrauensvolle Beziehungen

Entwicklung der Autonomie/Identitätsfindung

- Die Verbindung pflegen, im Gespräch sein
- Wertschätzung für verantwortungsvolles Handeln geben
- Respekt für Entscheidungen vermitteln, Scheitern akzeptieren können

Wann braucht es Hilfe?



Wenn es mal nicht so gut läuft...
„wie vorgehen?“

- ***Eine gute Beziehung zu pflegen***
- ***In der Rolle der Eltern bleiben***
- ***Selbstsorge nicht vergessen***
- Nicht alleine bleiben, Austausch mit Partner:in oder anderen Vertrauenspersonen suchen
- Unterstützungsangebote kennen
- Mit den Kindern gemeinsam nach Lösungen suchen
- Bei Bedarf fachliche Hilfe suchen
- ***In Verbindung bleiben***

Zum Schluss

Die Pubertät stellt in Zeiten der „Multikrise“ eine besondere Herausforderung für Familien dar. Mit Orientierung und Halt (*und Sorge auch für sich selbst*) können Eltern ihren Kindern helfen, gestärkt daraus hervorzugehen.

Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst (KJPD)

Kinder- und Jugenddienst

Dienststelle Jugend und Familie
Erziehungsdepartement

- Anlaufstelle

– Niederschwelliges Angebot für Ratsuchende im Kanton Schaffhausen im Bereich Kinder- und Jugendhilfe
– Triage an andere Fachstellen
– Interne Fallübernahme
– Beratungen sind vertraulich und kostenlos

- Freiwillige Beratung/Begleitung

– Installierung Sozialpädagogische Familienbegleitung
– Familienergänzende Angebote
– Vermittlung und Finanzierung von Freizeitaktivitäten
– Einvernehmliche ausserfamiliäre Unterbringungen
– Erziehungsberatung

Kinder- und Jugenddienst
Frauengasse 16
8200 Schaffhausen

Montag bis Freitag: 08:00 – 12:00 Uhr
13:30 – 17:00 Uhr

052 632 71 60
kjd@sh.ch
kjd.sh.ch

Jugendberatung Schaffhausen

- Für Jugendliche und junge Erwachsene (12-24 Jahre) und deren erwachsene Bezugspersonen
- Psychologische Beratungsstelle, MA mit abgeschlossenem Psychologiestudium und Zusatzausbildung in Psychotherapie (Babette Grandel, Pascale Sola, Fritz Kubli)
- Kostenlos für alle Klienten, die im Kanton Schaffhausen wohnen oder hier die Ausbildung machen
- Die Jugendberatung gehört administrativ zur Abteilung Jugend (Bereich Soziales) der Stadt Schaffhausen. Leistungsauftrag mit dem Kanton und Mitfinanzierung
- Beratungsthemen: Beziehungsfragen, -konflikte, emotionale Probleme (Ängste, Depressionen, Abhängigkeiten), Probleme in der Ausbildung, Verhaltensprobleme, …
- Elterncoaching auch für Eltern von Schulkindern

SOBJE Soziale Begleitung junge Erwachsene

sh.ch

STADT SCHAFFHAUSEN

SOBJE Soziale Begleitung junge Erwachsene

Niedrigschwelligkeit ! ! !

- zugänglich
- freiwillig
- themenoffen
- handlungsorientiert
- prozessorientiert
- verlässlich
- kostenlos

SOBJE Soziale Begleitung junge Erwachsene

- Wohnungssuche
- Stellen-/Lehrstellensuche
- Post öffnen und bearbeiten
- Formulare verstehen und ausfüllen
- Telefonate erledigen
- Therapieplatz od. Hausärzt:in suchen
- Terminvereinbarungen und –begleitungen
- Hobby finden
- Soziale Beziehungen besprechen
- Perspektiven entwickeln

SOBJE Soziale Begleitung junge Erwachsene

Weitere Angebote:

- SOBJE-Anlaufstelle
- SOBJE-Treff
- Notwohnung

Perspektive:

❖ SOBJE bei jungen Erwachsenen bekannter machen

❖ SOBJE für junge Erwachsene aus dem ganzen Kanton zugänglich machen

GIBT ES FRAGEN?

KONFLIKT.GEWALT.

- Beratung und Therapie

Case Management Berufsbildung – was machen wir?

Wie begleiten junge Menschen, die mit vielfältigen und komplexen Schwierigkeiten kämpfen und vor und während der beruflichen Ausbildung Unterstützung benötigen.

Dies ist zum Beispiel gegeben, wenn:

- verschiedene Fachstellen beteiligt sind
- neben schulischen Problemen auch die private Situation schwierig ist
- die persönlichen Schwierigkeiten so gross sind, dass es Auswirkungen hat im Lehrbetrieb

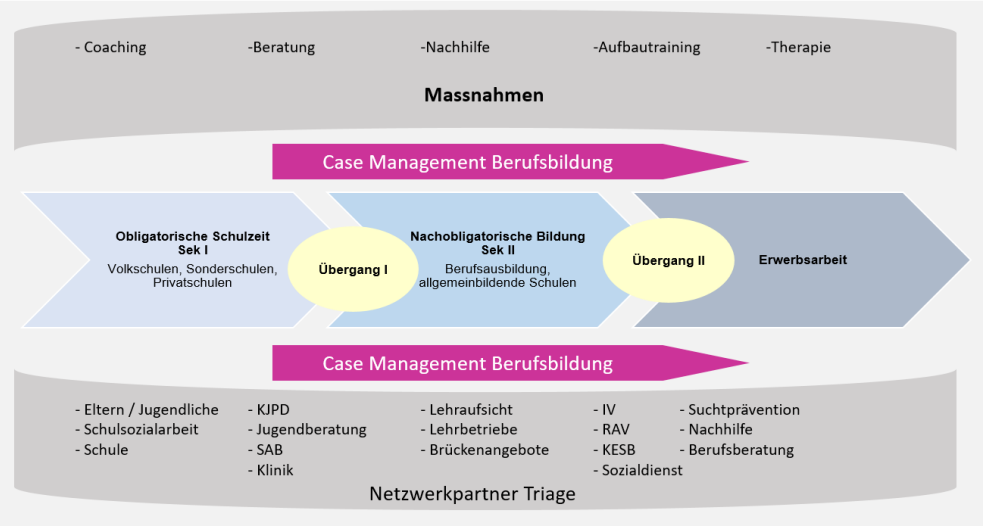
Case Management Berufsbildung – was machen wir?

Unterstützung, Beratung und Coaching

von Jugendlichen und jungen Erwachsenen in mehrfach belasteten Lebenssituationen

Organisation und Steuerung

von geeigneten Unterstützungsangeboten



Koordination

der Beteiligten sowohl über institutionelle und professionelle Grenzen als auch über die Dauer der Berufswahl und der Grundbildung hinweg.

Niederschwellige Beratung

von Fachpersonen, Lehrbetrieben, Schulen oder Eltern welche junge Menschen mit mehrfach Belastungen im beruflichen Übergangssystem begleiten.

Case Management Berufsbildung - Rahmenbedingungen

- Jugendliche / Junge Erwachsene von 14 – 25 Jahre, die noch keine Ausbildung abgeschlossen haben
- Wohn- oder Ausbildungsort im Kanton Schaffhausen
- Anmelden kann sich die jugendliche Person selbst oder eine Bezugsperson
- Die Begleitung dauert ab Anmeldung bis erfolgreichem Lehrabschluss

Case Management Berufsbildung – weitere Informationen

Case Management Berufsbildung

Frauengasse 20

8200 Schaffhausen

052 632 72 67

cmbb-sh@sh.ch

https://berufsbildung-sh.ch/case-management

Fachstelle für Gesundheitsförderung und Prävention

sh.ch

Kurzberatung von Jugendlichen, Lehrpersonen, Schulsozialarbeitende, Fachpersonen etc.

Referate, Klassenkurse, Lehrmittel und Theaterveranstaltungen

Informationsbroschüren für Jugendliche, Erwachsene und Fachpersonen

Elternveranstaltungen

Handlungsfelder

- Substanz- und Verhaltenssucht
- Digitale Medien
- Förderung von Lebenskompetenzen
- Sexuelle Gesundheit

Fachstelle für Suchtberatung

sh.ch

- Information und Abklärung
- Beratung, Begleitung und Therapie
- Krisenintervention
- Vermittlung von Entzugs- und Therapieplätzen
- Gruppen und Kursangebote
- Telefon- und Onlineberatung

Zielgruppe

- Betroffene und Angehörige
- Jugendliche und Erwachsene
- Paare und Familien
- Arbeitgebende und Ausbildungsverantwortliche, Lehr- und andere Fachpersonen

www.vjps.ch

052 633 60 10

Webergasse 2/4

info@vjps.ch

Kosten

Erstgespräche sind kostenlos. Folgeberatungen werden nach festen Tarifen verrechnet.
Diese richten sich nach den finanziellen Möglichkeiten.

vjps VEREIN FÜR JUGENDFRAGEN PRÄVENTION UND SUCHTHILFE

Vielen Dank!

Für Fragen und persönliche Anliegen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.