



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Mandat IZFG zur Psychischen Gesundheit junger Frauen

Workshop zu Chancengleichheit 14.3.24



Einleitung

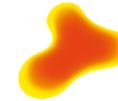
- **Psychische Gesundheit von Jugendlichen und jungen Erwachsenen**

=> steht weltweit immer mehr im Fokus von öffentlichen Debatten

- **Geschlecht**

spielt eine entscheidende Rolle für das psychische Wohlbefinden, wobei junge Frauen tendenziell ein schlechteres psychisches Wohlbefinden aufweisen als junge Männer

(Campbell et al. 2021; Barry et al. 2019; Gupta et al. 2019)



Ausgangslage in der Schweiz

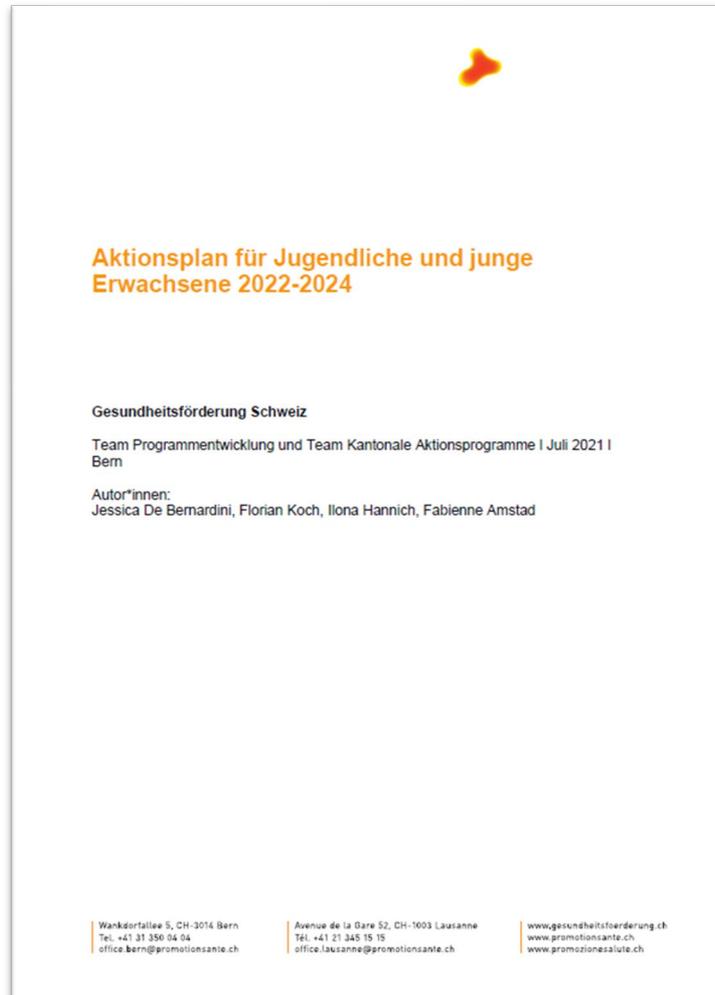
- Deutliche **Zunahme an Beratungen** zu depressiven Stimmungen, Suizidgedanken, psychische Erkrankungen und Angst im 2022 (Tel. 147).
- HBSC-Studie 2022 bestätigt **Abnahme der psychischen Gesundheit**, v.a. bei jungen Frauen.
- Sowohl **biologische Unterschiede** als auch **soziale Faktoren** beeinflussen die Entstehung und den Verlauf von Krankheiten.



Aktionsplan Jugendliche und junge Erwachsene



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



- Z1:** Förderung der gesunden Ernährung und ausreichender Bewegung
- Z2:** Stärkung psychische Gesundheit und der Lebenskompetenzen
- Z3:** Gesundheitliche Chancengleichheit
- Z4:** Zusammenhänge zwischen den Themen
- Z5:** Partizipation



Ziele Mandat IZFG

- Übersicht über **empirische Erkenntnisse** zur psychischen Gesundheit junger Frauen¹
- Identifizierung **zentraler Faktoren** anhand Literaturübersicht und fünf Expert*inneninterviews
- Ableiten von **Gesundheitsförderungsmaßnahmen**²



¹ Aufgrund des Aktionsplans Jugendliche und junge Erwachsene von GFCH und des aktuellen Bedarfs lag der Fokus auf der psychischen Gesundheit von jungen Frauen. Männliche sowie nicht-binäre Jugendliche wurden im Rahmen des Auftrags nicht berücksichtigt.

² Die Massnahmen lassen sich ebenso auf die Förderung der psychischen Gesundheit junger Menschen aller Geschlechter adaptieren.



Empirische Erkenntnisse global

- **Multiple Krisen** und immer komplexeres soziales, kulturelles und wirtschaftliches **Umfeld** (WHO 2022a).
- Altersgruppe der 10- bis 19-Jährigen: **14 Prozent** der Jugendlichen weltweit diagnostizierte **psychischen Erkrankung** (WHO 2022b).
- **COVID-19-Pandemie:** hat grossen Einfluss auf das Wohlbefinden und die psychische Gesundheit von jungen Menschen (WHO 2022a).





Empirische Erkenntnisse Schweiz

- COVID-19: Zunahme der **psychischen Belastung** bei jungen Menschen zwischen 2017 und 2020/2021 mehr als **verdoppelt** (Schuler et al. 2022, Delgrande Jordan et al. 2023).
- **Langfristiger Trend**, der schon vor der COVID-19-Pandemie begann und auch anschliessend nachweisbar war (Schuler et al. 2022, Delgrande Jordan et al. 2023).
- Ein Viertel der Frauen im Alter von 15 bis 24 Jahren berichtet von mittel- bis schweren **Angstsymptomen**, während ungefähr 30 Prozent unter mittel- bis schweren **Depressionssymptomen** leiden und 29 Prozent Anzeichen für eine **soziale Phobie** aufweisen (Peter et al. 2023).

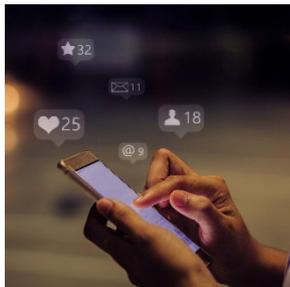


Drei zentrale Faktoren



Leistungsdruck und Stress

- z.B. 56 Prozent der weiblichen Jugendlichen berichten von häufigem oder sehr häufigem Stress im Vergleich zu 37 Prozent der männlichen Jugendlichen (Jacobs Foundation 2015)



Soziale Medien

- z.B. Zusammenhang zwischen Nutzung sozialer Medien und Depression, Angst und Stress (Blanchard et al. 2023, Shannon et al. 2022)



Geschlecht und Geschlechterrollen

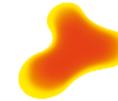
- z.B. Festhalten an traditionellen Geschlechterrollen stellt eine psychische Belastung für Jugendliche dar (Guo et al. 2024, Koenig et al. 2021)



Gesundheitsförderungsmassnahmen

- Anhand **Literaturanalyse** und **Expert*inneninterviews** mögliche Gesundheitsförderungsmassnahmen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit junger Frauen abgeleitet.
- Nach den **drei zentralen Faktoren** Leistungsdruck und Stress, soziale Medien und Geschlecht und Geschlechterrollen sowie in Anlehnung an die Kantonalen Aktionsprogramme nach den **vier Ebenen** Intervention, Policy, Vernetzung und Öffentlichkeitsarbeit gegliedert.





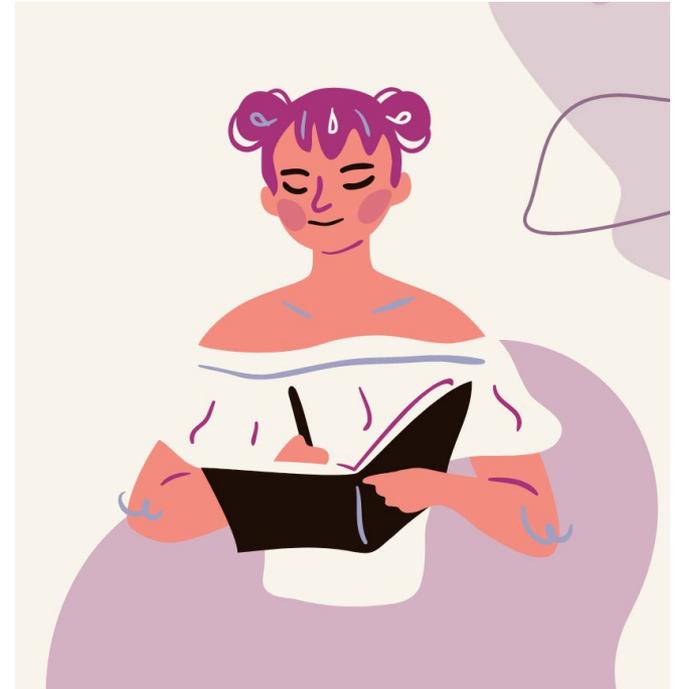
Fragestellungen fürs Webinar

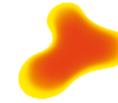
- **Interventionen wirken auf Frauen und Männer unterschiedlich, inwiefern/wo** braucht es geschlechtsspezifische Massnahmen?
- **Wo** in den **KAP/Projekten** kann **auf junge Frauen fokussiert** werden und wo braucht es weiterhin universelle Massnahmen? Wo braucht es Massnahmen für junge Männer/non-binäre Jugendliche?
- **Wie** lassen sich die **abgeleiteten Massnahmen priorisieren? Wer** kann **wo** einen Beitrag leisten?
- ...



Nächste Schritte

- **Veröffentlichung** des Berichts und Faktenblatts im Mai 2024
- **Webinar:** 29.08.2024, 10-12 Uhr





Ihre Ansprechpartnerin

Anja Nowacki

Projektleiterin Psychische Gesundheit, Kinder und Jugendliche

Tel. Direktwahl +41 31 350 03 47

anja.nowacki@promotionsante.ch

Gesundheitsförderung Schweiz

Wankdorfallee 5, CH-3014 Bern

Tel. Zentrale +41 31 350 04 04

www.gesundheitsfoerderung.ch