

Ich bin ich?

Jugendalter und Identitätssuche

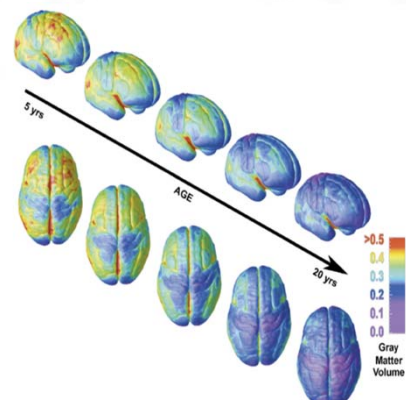
Paul Plener



Fachtagung KJ Netzwerk NÖ, 2022

Jugendalter ist Entwicklung

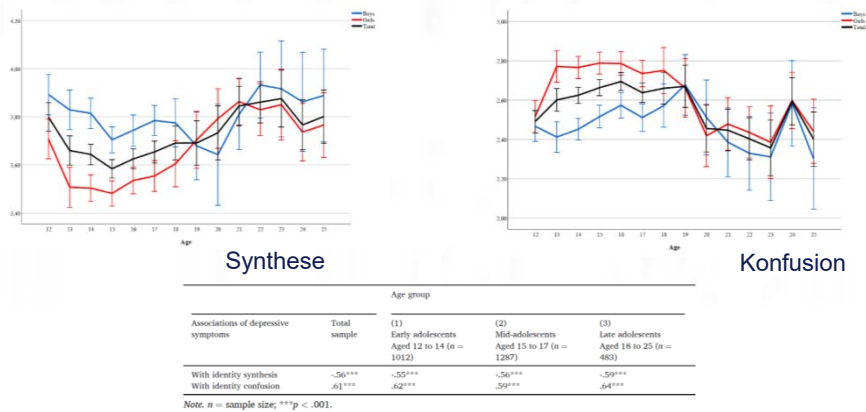
- GehirnVmax.: Frauen ~ 10,5 J., Männer ~ 14,5 J.
- Volumen der weißen Substanz ↑
 - Vmax.weiße Substanz: dritte Lebensdekade
- Volumen der grauen Substanz: umgedrehte U-Kurve,
- „*synaptic pruning*“: während der Kindheit und vor allem in der Adoleszenz



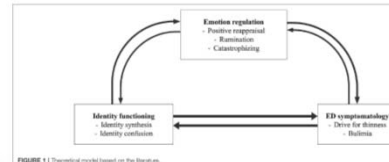
Paus et al. Nat Rev. 2008; 9: 947-957. Jones PB. Br J Psychiatry. 2013; 202: s5-s10.
Giedd et al. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry. 2009; 48: 465-470.

Identität während der Adoleszenz

- N=5860 Adoleszente (12-25a, Belgien)
- Identitätskonfusion nimmt mit Alter ab, Synthese zu
- Konfusion mit depressiver Symptomatik assoziiert



Identität und Essstörungen



- Longitudinal Identity research in Adolescence (LIA)-study, n=2,162 Jugendliche (Time 1: 54% female; *m*Alter = 14.58, range = 10–21a)
- 3 Messungen (1a Intervalle):
- Identität (Synthese und Konfusion)
- Kognitive Emotionsregulation (Neubewertung, Ruminieren, Katastrophisieren)
- Essstörungs-Symptome (Wunsch dünner zu sein, Bulimie)
- Identitäts-Synthese: Prädiktor für kognitives Reappraisal und weniger Essstörungssymptome
- Identitäts-Konfusion → kognitive Emot.regulation → Essstörungssymptomatik
- Bidirektional: auch Identitätskonfusion wird durch die Essstörungssymptomatik (Bulimie) beeinflusst

Identität und NSSV

- Longitudinale Studie (n= 528, 10-19a, mAlter: 15a)
- 3 Wellen (1a Abstand)
- Dysfunktionale Bindung zu Mutter→Identitätskonfusion↑
→NSSV
- Bindung ermöglicht Explorationsverhalten und Erproben alternativer Identitäten
- Bei Defiziten: Emotionsregulationsprobleme
- Zusammenhang auch transkulturell sichtbar (Vgl. Belgien-Indien, n=182 gematchte junge Erwachsene), schwächer b. Teilnehmer*innen in Indien



Gandhi et al., 2019, CAPMH; Gandhi et al., 2021, Transcult Psychiatry

Identität und Jugendkultur

- Jugendkulturen bieten Orientierung und Schutzraum
- Jugendkulturen ermöglichen ein Ausprobieren von Rollen
- Jugendkulturen können:
 - Sicherheit
 - Unterstützung
 - Inklusion
 - Teilhabe
- Jugendkulturen können auch dysfunktionale Bewältigungsmuster bieten



Laursen, 2009

Jugendkultur und NSSV

- Longitudinale Kohortenstudie, N=1258: Alter: 19
- Gothics: einzige Jugendkultur nach Kontrolle f. andere Faktoren
- Gothic Subkultur & „self harm“: OR: 14.2
- Prävalenz von „self harm“ innerhalb derer, die sich am mesiten identifizieren: 53% (47% Schneiden etc.)

Identifikation	Adjusted OR
Keine	1
Ein wenig	3.81
etwas	3.13
Sehr stark od. „Ich bin einer“	16.35

Jugendkultur & NSSV

Young et al. *BMC Psychiatry* 2016, **16**:137
<http://www.biomedcentral.com/1471-2844/16/137>



RESEARCH ARTICLE

Open Access

Why alternative teenagers self-harm: exploring the link between non-suicidal self-injury, attempted suicide and adolescent identity

Robert Young^{1*}, Nina Sproeber¹, Rebecca C Groschwitz², Marthe Preiss² and Paul L. Ploner²

- **Alternative Identität:**
 - Korrelation mit NSSV ($r=0.20-0.24$),
 - Frequenz der Selbstverletzung ($r=0.32-0.35$)
 - Suizidgedanken ($r=0.13-0.20$)
 - Suizidversuche ($r=0.25-0.29$).
- **Sportler Identität :**
 - negativ korreliert mit NSSV ($r=-0.11-0.18$)

Jugendkultur & NSSV

ALSPAC study (n=3694):
Identifikation mit Gothic Kultur mit 15 – Risiko für
Selbstschädigung mit 18

Nicht identifiziert: 10%
Sehr stark identifiziert: 37%

Risk of depression and self-harm in teenagers identifying with goth subculture: a longitudinal cohort study



Lucy Bowes, Rebecca Carnegie, Rebecca Pearson, Becky Mars, Lucy Biddle, Barbara Maughan, Glyn Lewis, Charles Ferryhough, Jon Heron



	low goth self-identification	high goth self-identification	p-value
Being bullied at age 8	39%	47%	<.001
Being bullied at age 15	12%	16%	.02

„Szenen“

- Twerk
- Rap
- Beauty Gurus
- Hipster
- Fixie
- Antifa
- Metal
- Cosplay
- Demos
- Gothic
- Graffiti
- Hardcore
- Hip Hop
- Indie
- Lan Gaming
- Parkour
- Punk
- Rollenspiele
- Skateboarding
- Skinheads
- Sportklettern
- Techno
- Ultras
- Veganer
- Warez

Ergänzungen

- **Fuckboy (der; Plural: Fuckboys, selten auch: Fuckboi, Fuckbois)**
 - Männliches Pendant zur "Schlampe,,: sexuelles Ausleben ohne Interesse an einer Beziehung
- **Pick-me-Girl (das; Plural: Pick-me-Girls)**
 - bieder sie sich an Männer an, behaupten ganz anders als andere Frauen in ihrem Alter zu sein (weniger dramatisch, weniger zickig,...). Subtile Form von Misogynie: machen andere Frauen runter, damit sie selbst im Rampenlicht der Aufmerksamkeit der Männer stehen können.
- **E-Boy/E-Girl (der, die; Plural: E-Boys, E-Girls)**
 - Weiterentwicklung der Emos: verbinden Internetkultur und Street-Mode aus Japan und Korea. Sex und sexualisiertes Äußeres: Nagellack, Make-up, oversizedes Gewand, gefärbte Haare und Mittelscheitel.
- **Twink (der; Plural: Twinks, auch: Skinny White Boy)**
 - dünner, körperhaarloser, bartloser, oft junger Mann
- **Stan (der; Plural: Stans)**
 - Fast krankhaft besessener Hardcore-Fan.



MEDIZINISCHE
UNIVERSITÄT WIEN

Rechner K (2022): <https://www.derstandard.at/story/2000139690550/fuckboys-und-pick-me-girls-wovon-spricht-die-jugend-da>

Jugendkulturen und Digitalisierung

- Jugendkulturen verändern sich stetig:
- Durch Digitalisierung: zunehmende Visualisierung (und bewußt gewählte Unsichtbarkeit): durch CoVid-19 Pandemie zusätzlich verstärkt
- Trends:
 - Jugendkulturen verlassen im www Regionalisierung: globale Sichtbarkeit
 - Digital generierte Jugendkulturen: verstärken Präsenz: Warez
 - Bewußte Suche nach Unsichtbarkeit: Hacker*innen, Whistleblower*innen



MEDIZINISCHE
UNIVERSITÄT WIEN

Pucher, 2021

Digitale Jugendkulturen

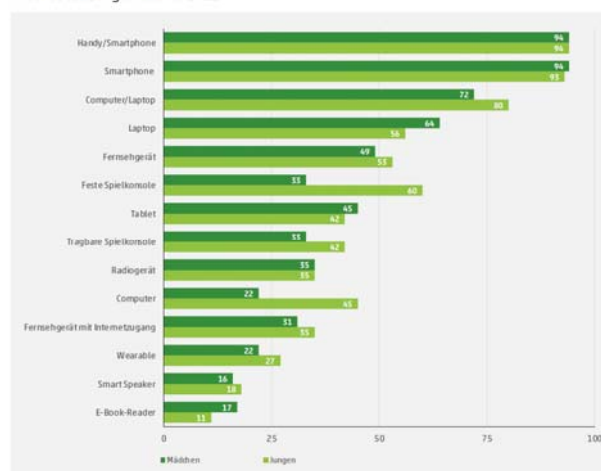
- Supplementär:
 - Musikszene, Sportszene, Ultras und Graffiti:
 - Fanzines, tw. aber auch bewußte Abwendung (Gothic Szene)
- Konstitutiv: digitale jugendkulturelle Szenen:
 - die computer/-spielebezogenen Szenen (Lan, E-sports)
 - die Visual Kei-Szene (ästhetikbezogen, Nachbildung von Manga und K-Pop, v.a. weiblich)
 - die C-Walk Szene: Crip Walk. Tanzstil. Straßentanz
 - Nerds: „vom mobbinggefährdeten sozialen Außenseiter zum Leitbild einer hippen technikkulturellen Avantgarde oder zum Prototyp eines anarchischen Hüters digitaler Grundrechte in der forcierten Mediengesellschaft“ (Puchert, Wensierski 2020, S. 65)



Puchert, 2021; <https://olbengc.com/wp-content/uploads/2018/03/Instagram-GNH.jpg>

Gerätebesitz Jugendlicher

Gerätebesitz Jugendlicher 2021



N=1.200, 12-19a
(52% m)

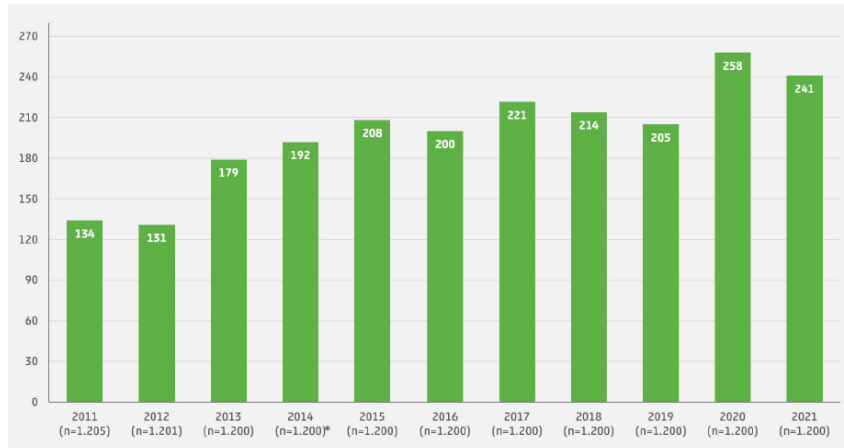
Quelle: JIM 2021, Angaben in Prozent. Basis: alle Befragten, n=1.200



MPFS: JIM 2021: https://www.google.com/url?sa=t&rt=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwjps7upj832AhXhzaQKHf7-DnMQFnoECBsQAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.mpfs.de%2Ffileadmin%2Ffiles%2FStudien%2FJIM%2F2021%2FJIM-Studie_2021_barrierefrei.pdf&usq=AOvVaw0VhiiROAdoBZWEUK51Yk_Ig

Tägliche Onlinenutzung

Entwicklung tägliche Onlinenutzung 2011-2021
 - Montag bis Freitag, Selbsteinschätzung in Minuten -



Quelle: JIM 2011 - JIM 2021, Angaben in Minuten, *Änderung der Fragestellung, Basis: alle Befragten



MEDIZINISCHE
UNIVERSITÄT WIEN

MPFS: JIM 2021: https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwjps7upj832AhXHzaQKHf7-DnMQFn0ECBsQAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.mpfs.de%2Ffileadmin%2Ffiles%2FStudien%2FJIM%2F2021%2FJIM-Studie_2021_barrierefrei.pdf&usq=AOvVaw0VhhROADoBZWEUK51Yk_Ig

Grundbedürfnisse des Menschen

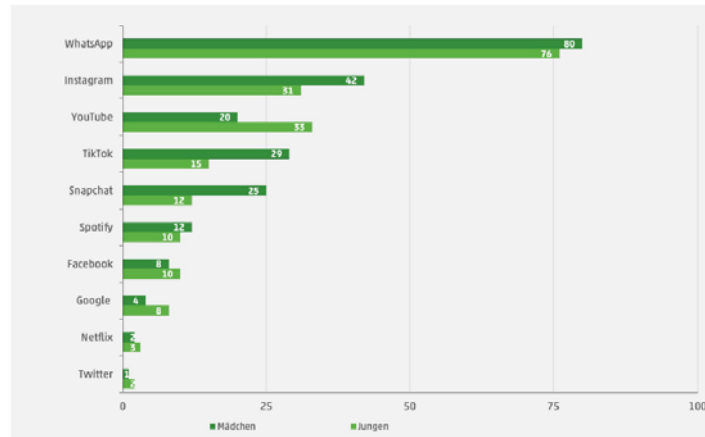


MEDIZINISCHE
UNIVERSITÄT WIEN

Wichtigste Apps

Wichtigste Apps 2021

- bis zu drei Nennungen ohne Antwortvorgabe -



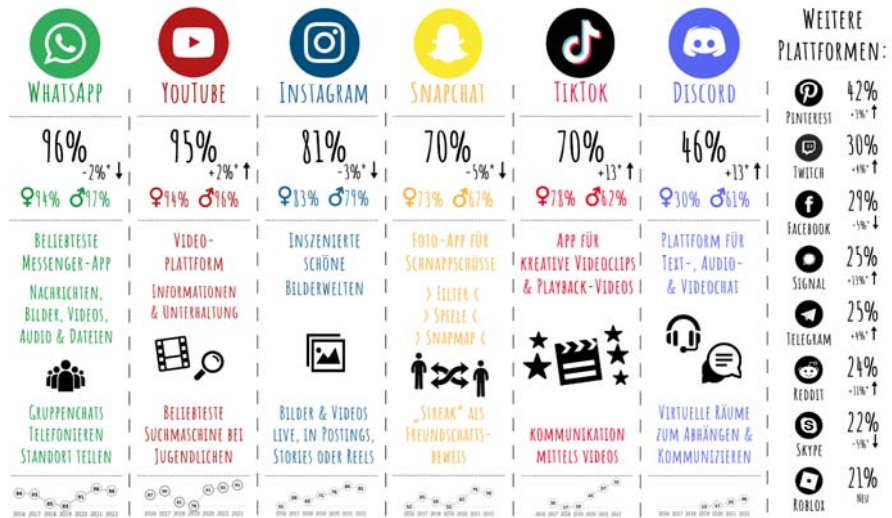
Quelle: JIM 2021. Angaben in Prozent, Nennung ab 3 Prozent (Gesamt), Basis: Befragte, die ein Handy/Smartphone besitzen, n=1.131



MPFS: JIM 2021: https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwjps7upj832AhXHzaQKH7-DnMQFnoECBsQAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.mpfs.de%2Ffileadmin%2Ffiles%2FStudien%2FJIM%2F2021%2FJIM-Studie_2021_barrierefrei.pdf&usq=AOvVaw0VhhROADoBZWEUK51Yk_Ig

JUGEND-INTERNET-MONITOR 2022 ÖSTERREICH

Saferinternet.at
Das Internet sicher nutzen!



*Im Vergleich zum Jugend-Internet-Monitor 2021
Die Jugend-Internet-Monitor ist eine Initiative von Saferinternet.at und präsentiert aktuelle Daten zur Social-Media-Nutzung von Österreichs Jugendlichen. Frage: „Welche der folgenden Internetplattformen nutzt Du?“ (Mehrfachantworten möglich)
Repräsentative Online-Umfrage im Auftrag von Saferinternet.at, durchgeführt vom Institut für Jugendkulturforschung, 12/2021, n = 400 Jugendliche aus Österreich im Alter von 11 bis 17 Jahren, davon 197 Mädchen. Schwärzungsbreite 3,5 %.
Diese Infografik ist lizenziert unter der CC-Lizenz Namensnennung - Nicht-kommerziell (CC BY-NC). Icons designed by Freepik.com & Pictogram.com. Font: Amatic SC Bold © Vernon Adams. Lizenziert unter SIL Open Font License, Version 1.1.
Gefördert durch das Bundeskanzleramt. Die alleinige Verantwortung für diese Veröffentlichung liegt beim Autor.

Digitalisierung von Erkrankungen

- TikTok: 62% der User: 10-29a
- Starke Zunahme der Diskussionen über psych. Gesundheit während der Pandemie
- #Tourettes: >3,6 Milliarden Views
- Zunahme an Vorstellungen wegen Tourette in dem Pandemie (Heyes et al., 2021)
- Selbstdiagnosen von Autismus: Ritvo Autism Asperger Diagnostic Scale Revised (RAADS-R): #actuallyautistic.



MEDIZINISCHE
UNIVERSITÄT WIEN

Harness & Getzen, 2022, J Am Acad Child Adolesc Psychiatry

#socialcontagion

- 32,182 Bilder von 6,721 user accounts
- 2,826 (8.8%) zeigen NSSV von 1,154 user accounts

Psychological Medicine, Page 1 of 10. © Cambridge University Press 2017
doi:10.1017/S0033291717001751

ORIGINAL ARTICLE

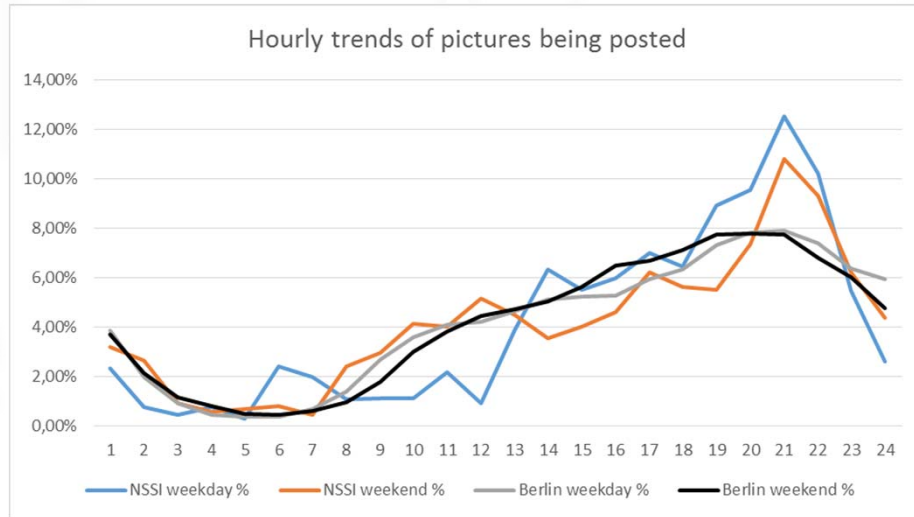
#cutting: Non-suicidal self-injury (NSSI) on Instagram

R. C. Brown^{1*}, T. Fischer², A. D. Goldwisch³, F. Keller³, R. Young⁴ and P. L. Plener³



MEDIZINISCHE
UNIVERSITÄT WIEN

Wann wird gepostet?



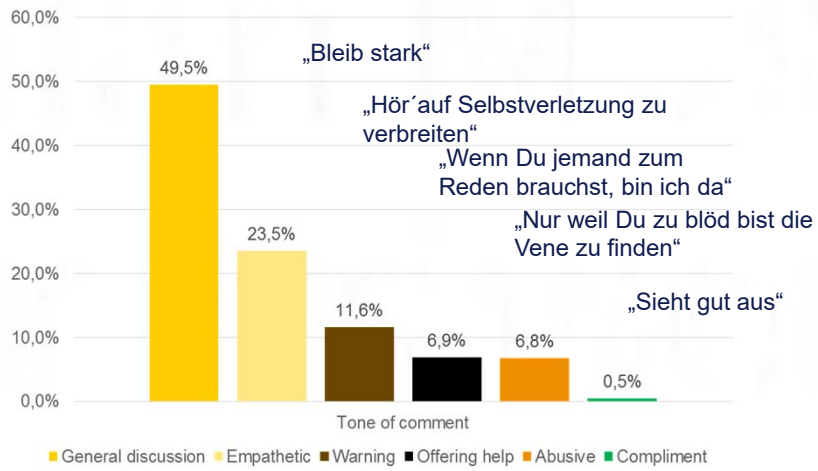
Wundgrade

39.6% oberflächliche Wunden

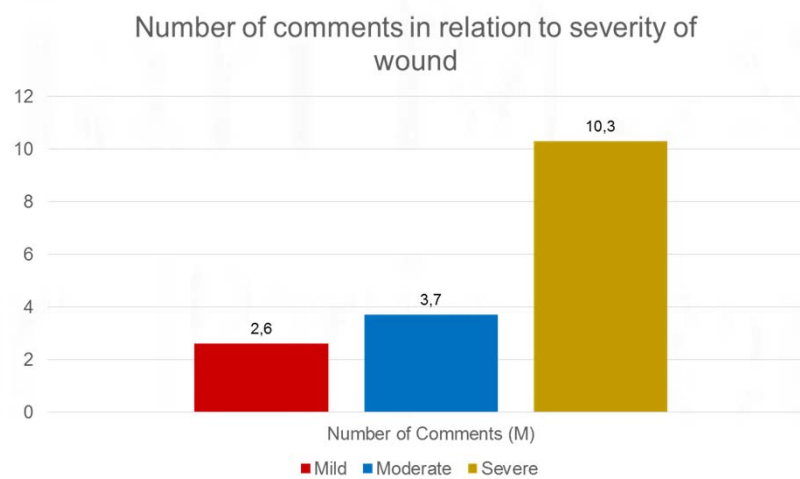
47.8% moderate Wunden

12.6% schwere Wunden

Kommentare



Wunden generieren Kommentare



Pro Ana – Wie alles begann ...

- USA, 90er: v.a. auf Blogs und in Foren
- Bloggerinnen: Meistens weiblich & jugendlich (13-25 J.)
- Suche nach Zugehörigkeit, Verständnis und Austausch
- Pro Ana steht für ...
 - Anorexie als glorifizierter Lebensstil
 - Idealisierung eines pathologisch mageren Schönheitsideals
 - Tipps zur Krankheitsaufrechterhaltung
- Strenge Kontrollen
 - Aufnahme rituale
 - Ziele und Inhalte: Gleichgesinnte finden / sich gegenseitig stärken
 - Einstellung zu Heilung: Genesung kein Ziel
 - Viele subjektive Vorteile: Emotionale Unterstützung, Erfahrungen teilen, Gemeinschaft als Stütze

Soziale Medien und Essstörungen

- N=996 (w: 534, mAlter: 13,1)
- Essstörungssymptome (Auslassen von Mahlzeiten, strikte Trainingsroutinen,...): 52% der Mädchen, 46% der Jungen
- SM account (min. 1): ♀: 75%; ♂: 70%
- Mehr SM accounts: mehr Essstörungsgedanken und Verhaltensweisen
- ♀: Snapchat und Tumblr
- ♂: Snapchat, Fb, Insta
- Essstörungsverhalten assoziiert mit Zeit auf Insta und Snapchat

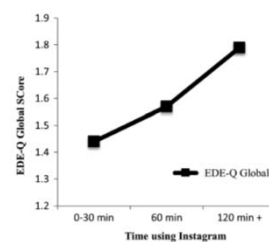
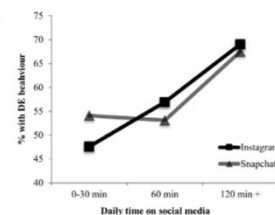
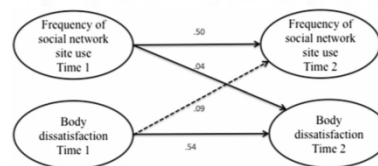


FIGURE 1 Disordered eating cognitions (Global EDE-Q) by daily time spent using Instagram for girls



Unzufriedenheit mit dem Körper

- NL: N=604 (11-18a), 18M FU
- Je höher Frequenz der SM Nutzung umso mehr Unzufriedenheit mit dem Körper
- Nicht durch Rückmeldung von peers mediiert



Rolle in der Entstehung & Aufrechterhaltung

- Soziale Vergleiche
- Kultivierung: durch häufigen Konsum wird mediale Darstellung als real akzeptiert
- Umgang mit Diätverhalten und Schönheitsidealen in der Peergroup
- Vorbilder / internalisiertes schlankes Schönheitsideal
- Gezielter Konsum von vermeintlich essstörungsfördernden Inhalten
- Spezifische Apps (Kalorien zählen, Schritte zählen, Photoshop, Bewegungsapps, Infos über Inhaltsstoffe)
- Realitätsverzerrung

Akteure & Trends

Bodyprofiling

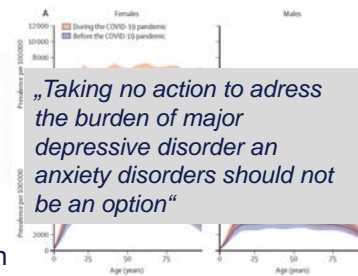
- 2021 Trend aus Südkorea
- Diät mit intensivem Sport und Ernährungsprogramm
- Ziel: extreme Körperdefinition in 3-6 Monaten
- Professionelles Fotoshooting (Ganzkörper in Unterwäsche & Ergebnisse auf sozialen Medien teilen)
- Boom während der COVID19-Pandemie
- Extreme Nebeneffekte durch meist rasche Gewichtsabnahme und proteinlastige Ernährung

Rolle in der Genesung

- Gezielte Nutzung ist entscheidend
 - Dosierte Kommunikation und Konsumation von förderlichen Inhalten (Selbstwertstärkung)
- Recovery Profile
 - Kontakt mit genesenen Personen
 - Gegenbewegung „Body Positivity“
- Medienkompetenz
 - Nachträgliche Aufklärung und Aneignung
 - Regelmäßiges Reflektieren und „Ausmisten“
- Generell
 - Zeigen von „normalen“ gesunden Körpern
 - Kennzeichnungspflicht für bearbeitete Inhalte

Weltweit: Angst und Depression

- System. Review (n=48 prä-post Studien)
 - Zunahme an Angststörungen und Depressionen (w>m)
 - Jüngere Altersgruppen: höherer Anstieg
 - +53,2 Millionen Fälle an Depression
 - + 76,2 Millionen Fälle an Angststörungen
- System Review (n=53 Studien) zu Essstörungen
 - 48% Zunahme an Krankenhausbehandlungen wegen Essstörungen
 - 83% Zunahme bei minderjährigen Patient:innen



WHO: Global Burden of Disease Study 2020:

Depression: + 27,6%
Angststörungen: + 25,6%

Weltweit: Kinder und Jugendliche

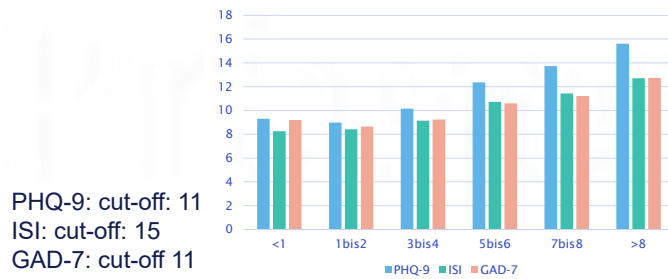
- Meta-Analyse: Angst und Depression bei Kindern und Jugendlichen unter CoVid-19
 - N=29 Studien mit 80.879 TN
- Erhöhte Depressionssymptome: 25,2%
- Erhöhte Angstsymptome: 20,5%
- Werte umso höher je später in Pandemie erhoben
- Höhere Werte bei weiblichen Kindern und Jugendlichen
- Verdoppelung in Vergleich zu prä-pandemischen Werten

Situation Jugendliche: Ö



- Online Studie (n=3052, Februar 2021: 14-20-jährige, mAlter: 16,47)
- Depressive Symptomatik: 55% → 58%
- Angststörungen: 47% → 46%
- Schlafstörungen: 23% → 25%
- Suizidale Gedanken: 37% (9% täglich) → 44%
- Zunahme an Smartphone Gebrauch

Erhebungszeitraum:
September-November 2021
(n=1.505)



Pieh et al., 2021, JAMA Network Open; Dale et al., Eur Child Adolesc Psychiatry, 2022

Situation Lehrlinge: Ö



- N=1442 Lehrlinge (w: 53,5%) Online Befragung: März-Mai 2021
- Depressive Symptomatik: 48%
- Angststörungen: 35%
- Schlafstörungen: 27%
- Symptome einer Essstörung: 51%
- Am stärksten betroffen:
 - Weiblich oder non-binary
 - Migrationshintergrund
 - Arbeitslosigkeit

Work situation	Depression— PHQ-9 Cut-Off 10/11	Anxiety— GAD-7 Cut-Off 10/11	Disordered Eating—EAT-8 Cut-Off 2/3	Sleep— ISI7 Cut-Off 15
As before	44.8%	34.2%	49.7%	24.7%
Home office	50.5%	34.9%	51.3%	27.2%
Furlough	56.8%	35.1%	59.5%	33.8%
Lost job	80.8%	65.4%	53.8%	57.2%
Mixed *	55.4%	40.2%	48.9%	33.7%



Dale et al., 2021

„Wir befinden uns in einer dreifachen Krise: in einer medizinischen [...], einer ökonomischen [...] und einer psychologischen.“

Psycho-soziale Zusammenhänge

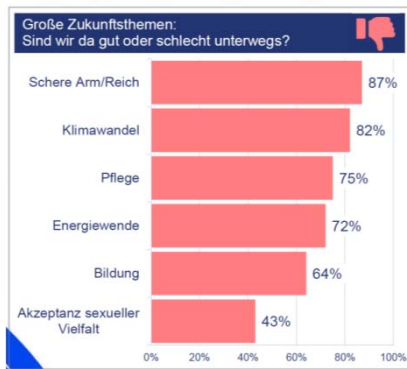
- Fokus auf individuelle Ebene, aber soziale Folgen wirken direkt auf psychische Gesundheit.



Dohrenwend et al., 1992, Science

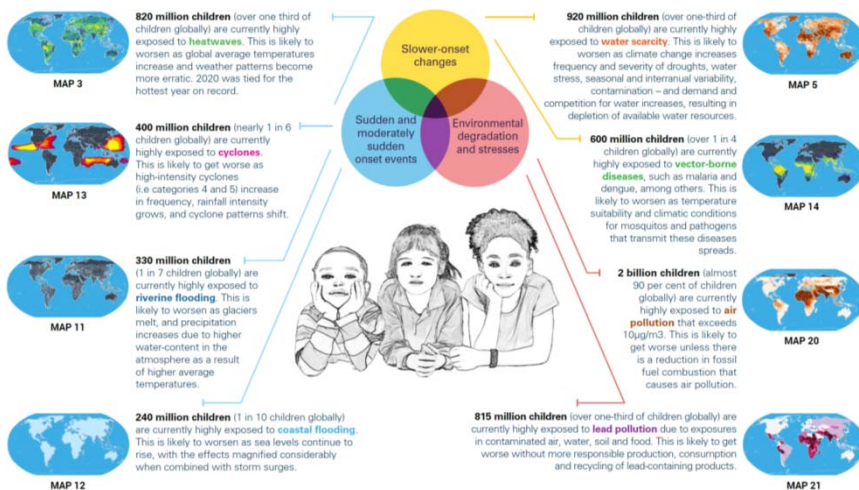
Jugendstudie: Ö

- Ö3 Jugendstudie (SORA): n=24.000: 16- bis 25a



https://www.sora.at/fileadmin/downloads/projekte/2022_OE3_SORA_Genkrise22_Praesentation.pdf
<https://www.generation-krise.at/ergebnisse22.php>

Klimawandel und Kinder



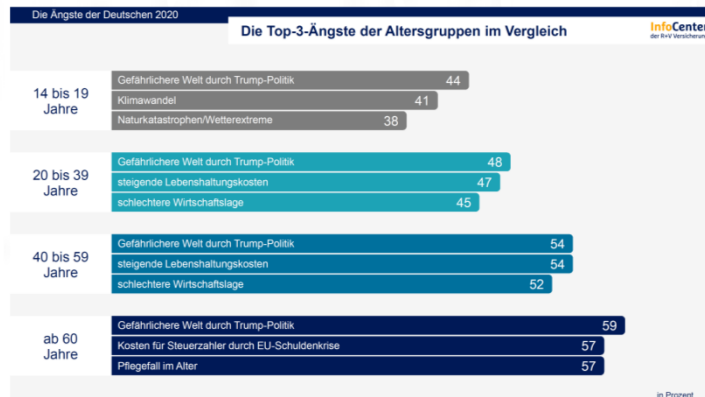
UNICEF, 2021; <https://www.unicef.org/media/105376/file/UNICEF-climate-crisis-child-rights-crisis.pdf>

Globale Herausforderungen



UNICEF, 2021; <https://www.unicef.org/media/105376/file/UNICEF-climate-crisis-child-rights-crisis.pdf>

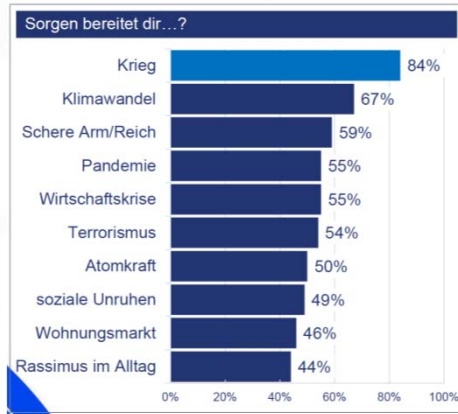
Klima: Angst bei Jüngeren



<https://www.ruv.de/dam/jcr:179fc5f0-f0df-4973-8fc5-de88cf0da249/ruv-aengste-grafiken.pdf>

Jugendstudie: Ö

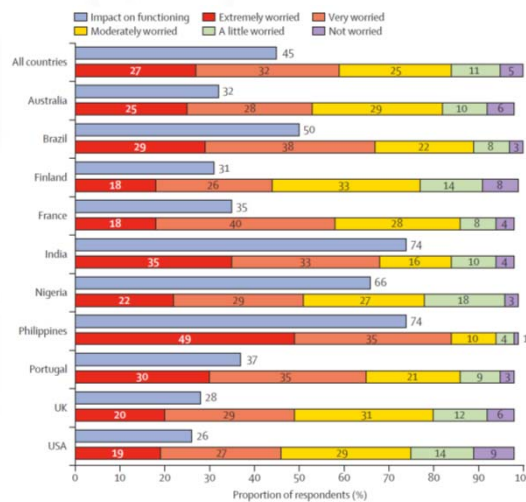
- Ö3 Jugendstudie (SORA):n=24.000: 16- bis 25a



https://www.sora.at/fileadmin/downloads/projekte/2022_OE3_SORA_Genkrise22_Praesentation.pdf
<https://www.generation-krise.at/ergebnisse22.php>

Daten zu Klima-Angst

- Online Studie: Klima-Angst in 10 Staaten (n=10.000, 16-25a)
- 84%: zumindest moderate Sorge
- 59%: sehr oder extrem besorgt
- 45%: negativer Einfluss auf Alltag und Funktions-einschränkung durch Sorgen um Klimawandel



Hickman, Marks et al., 2021; Lancet Planet Health

„Eco-anxiety“

- Chronische Furcht vor Untergang der Umwelt (APA, 2017)
 - Verschiedene negative Emotionen, die mit Klimawandel und Umweltbedrohungen einhergehen
 - Parallelen zu generalisierter Angststörung (Zukunftsängste)
- Eco-anger: mehr Klima-aktivismus
- Eco-depression: weniger adaptiv, weniger Engagement
- Emotionale und körperliche Reaktionen
 - Gereiztheit, Schwächegefühl, Schlafstörungen, Traurigkeit, Depression, Taubheit, Hilflosigkeit, Schuld Frustration, Hoffnungslosigkeit, Wut
- Ausgeprägter bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen als bei >35a
- Häufiger bei:
 - Menschen mit starkem Naturbezug
 - Menschen mit Erfahrungen von Naturkatastrophen durch Klimawandel
 - Menschen, die mit den Folgen steigender Meeresspiegel konfrontiert sind

Spektrum



Klimaangst begegnen

- Review: N=34 Studien
- Innere Resilienz stärken
 - Kognitive Interventionen (Priorisieren, Vgl. mit früheren Herausforderungen der Menschheit)
 - Fokus auf Sinn und existenzielle Interventionen (realistische und empathische Auseinandersetzung mit Unsicherheit und existentieller Bedrohung)
 - Fokus auf Emotionen (Entwicklung von Skills)
 - Self-care: Kreativität und Imagination, Ausdruck
- Soziale Verbindungen und emotionale Unterstützung sichern
 - Partizipation in Gruppen
- Jugendliche animieren selbst aktiv zu werden
- Hausaufgaben für Therapeut:innen
 - Wissen aneignen, Selbstreflexion
- Jugendliche mit der Natur in Verbindung bringen
 - Verschreibung von Waldzeiten
 - Outdoor Therapieeinheiten

Coping Strategien

- Problem-fokussiertes Coping:
 - Aktiv konkrete Dinge gegen den Klimawandel unternehmen
 - Informationssuche
 - Direkte Aktionen
- Emotions-fokussiertes Coping:
 - Strategien entwickeln um negative Emotionen zu kontrollieren
 - Distanzierung, soziale Unterstützung, Verleugnung, Relativieren
- Sinn-fokussiertes Coping:
 - Positive Emotionen durch Werte bewahren
 - Trotz Bewußtsein um Klimawandel: Sinnsuche in schwierigen Situationen

Werte und Vorbilder

- N=400: 11-17a, Dezember 2020
- Wichtige Werte: Ehrlichkeit, Charakterstärke, Mut und Ehrgeiz
- Vorbilder v.a. aus lebensweltlichem Nahbereich: Jugendliche, (Groß-)eltern Geschwister
- Berühmte Persönlichkeiten: v.a. „ehrliche Idealisten“: Vorbilder haben ehrliche Anliegen, die sie verfolgen

Zusammenfassung

- Das Jugendalter ist von Veränderungen gekennzeichnet: (neuro)biologisch, sozial und psychologisch
- Prozesse der Identitätsfindung können in Zusammenhang mit der Entstehung psychischer Erkrankung gebracht werden
- Jugendkulturen können während der Phase Orientierung bieten, stabilisierend aber auch destabilisierend wirken.
- Jugendkultur reagiert auf Herausforderungen: man darf gespannt bleiben....