



Medienkonferenz

Gesundheit von Schüler*innen der Stadt Zürich

Resultate Befragung Schuljahr 2022/23
Zürich, 28.11.2023

Filippo Leutenegger
Stadtrat
Vorsteher des Schul- und
Sportdepartementes

Ziel und Zweck der Befragung

Wir wollen wissen

- wie es den Jugendlichen in der 2. Sek. geht
- was sich in den letzten 10 – 15 Jahren verändert hat
- welche Korrekturen am Unterstützungsangebot der Schulgesundheitsdienste daraus resultieren



Erfreuliche Resultate

1. Die grosse Mehrheit der Jugendlichen schätzt die eigene Gesundheit und Gefühlslage als gut bis ausgezeichnet ein (Wohnen, Familie, Freund*innen).
2. Die meisten Jugendlichen bewegen sich ausreichend. Sport ist beliebt.
3. Gesunde Ernährung hat nochmals an Bedeutung gewonnen.
4. Der Nikotin-, Alkohol- und Cannabiskonsum ist rückläufig.

Kritisch: Psychische Gesundheit bei Mädchen

1. Inzwischen haben 30 % der Mädchen Anzeichen für eine Angststörung (vor fünf Jahren 21 %, vor zehn Jahren 19 %).
2. Das Gefühl der Sicherheit in der Schule, auf dem Schulweg, in der Freizeit und im Internet hat abgenommen («sehr sicher» in der Schule fühlen sich noch 22 % der Mädchen, gegenüber 40 % vor fünf Jahren).
3. Das Zugehörigkeitsgefühl in der Schule hat abgenommen (noch 50 % der Mädchen haben viel Vertrauen in ihre Lehrer*innen, gegenüber 67 % vor fünf Jahren).

Druck: Äussere Erscheinung

1. Die Sorge um das eigene Gewicht und die Körperform steht im Sorgenbarometer an dritter Stelle.
2. Die Hälfte der Mädchen und ein Viertel der Knaben wollen abnehmen, trotz Normal- oder sogar Untergewicht.
3. Mehr Knaben (29 %) als Mädchen (19 %) schauen bei der Ernährung auf Kalorien.

Keine Randerscheinung: Schulschwänzen

1. 7 % der Mädchen (+ 3 %) und 5 % der Knaben (± 0 %) sind schon mehrmals einen Tag nicht an die Schule gegangen.
2. Zwei Drittel der Schulschwänzenden und die Hälfte der mehrfach Schwänzenden erhielten keine disziplinarischen Massnahmen. Ein Drittel der Vielschwänzenden sagt, wichtige Dinge im Unterricht verpasst zu haben.
3. Jugendliche in schwierigeren familiären Verhältnissen, kritischerem Verhältnis zu Lehrer*innen sowie solche mit Anzeichen für eine Depression und/oder Angststörung schwänzen öfter die Schule.

Claude Hunold
Direktor
Schulgesundheitsdienste

Eckwerte Befragung

Erhebungszeitraum	Oktober bis Dezember 2022
Pretest	September 2022 mit 4 Klassen
Befragte	alle 2. Sek-Schülerinnen und Schüler der Regelklassen inkl. Kunst-/Sportklassen
Durchschnittsalter	14.1 Jahre
Grundgesamtheit	2'200 Personen
Ausgefüllte Fragebögen	2'002 Personen (91 %)
Ausgeschlossen	87 Personen (kein Geschlecht/Alter oder unseriös)
Aufgenommen	1'915 Personen

Gesundheit und Lebenswelt

Gesundheit und Gefühlslage

Die grosse Mehrheit schätzt die eigene Gesundheit und die Gefühlslage als gut bis ausgezeichnet ein. Der Anteil der Mädchen, die ihre eigene Gefühlslage als mittelmässig bis schlecht bezeichnen, beträgt mittlerweile ein Drittel.

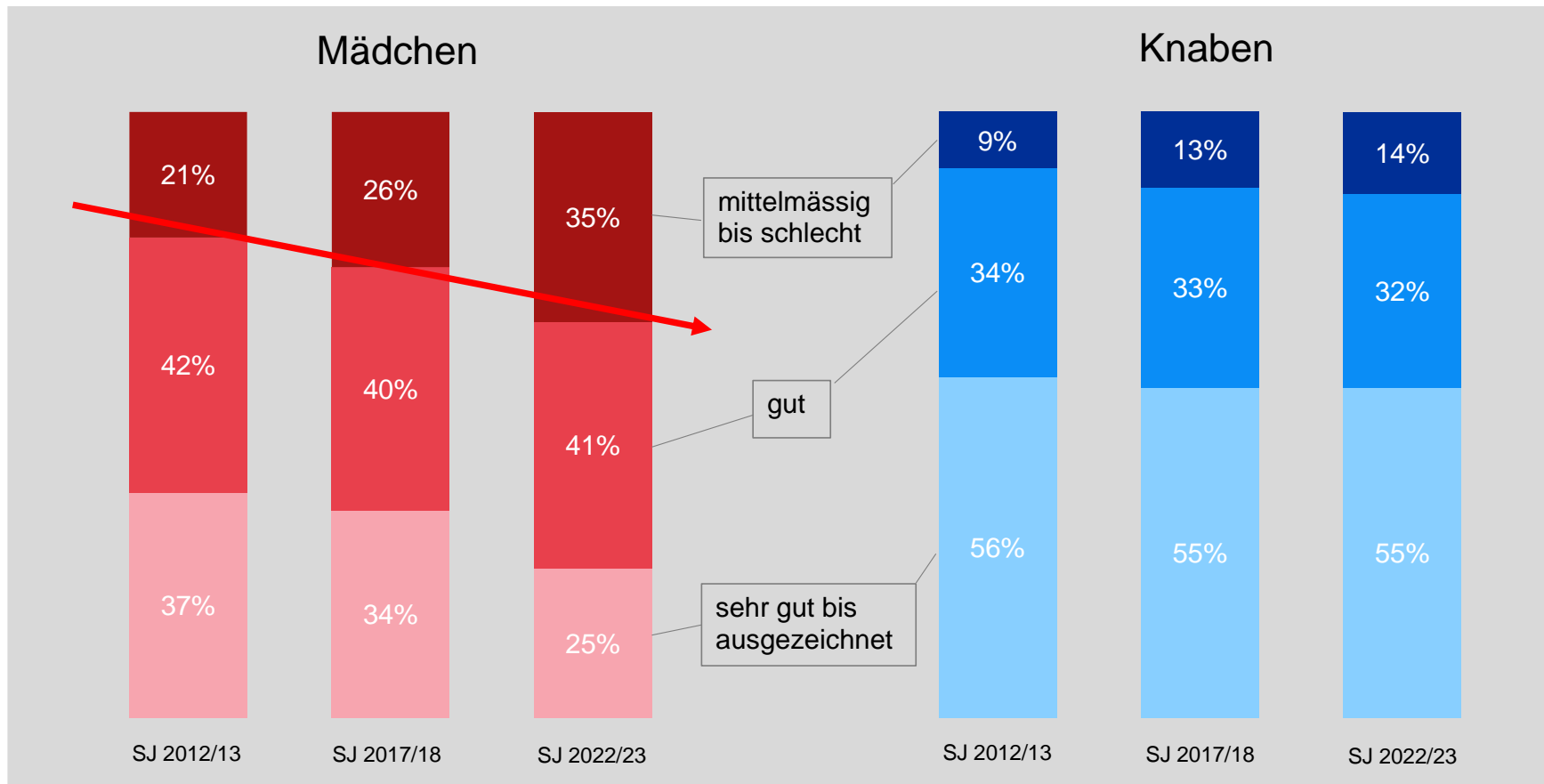


Abbildung 1
Einschätzung der momentanen
Gefühlslage, nach Geschlecht
und Schuljahr

Zufriedenheit mit verschiedenen Lebensbereichen

Die Wohnsituation, die Familiensituation und die Beziehung zu Freundinnen und Freunden haben die höchsten Zufriedenheitswerte. Bei den Mädchen hat die Zufriedenheit mit sich, der Schule und dem Leben insgesamt abgenommen.

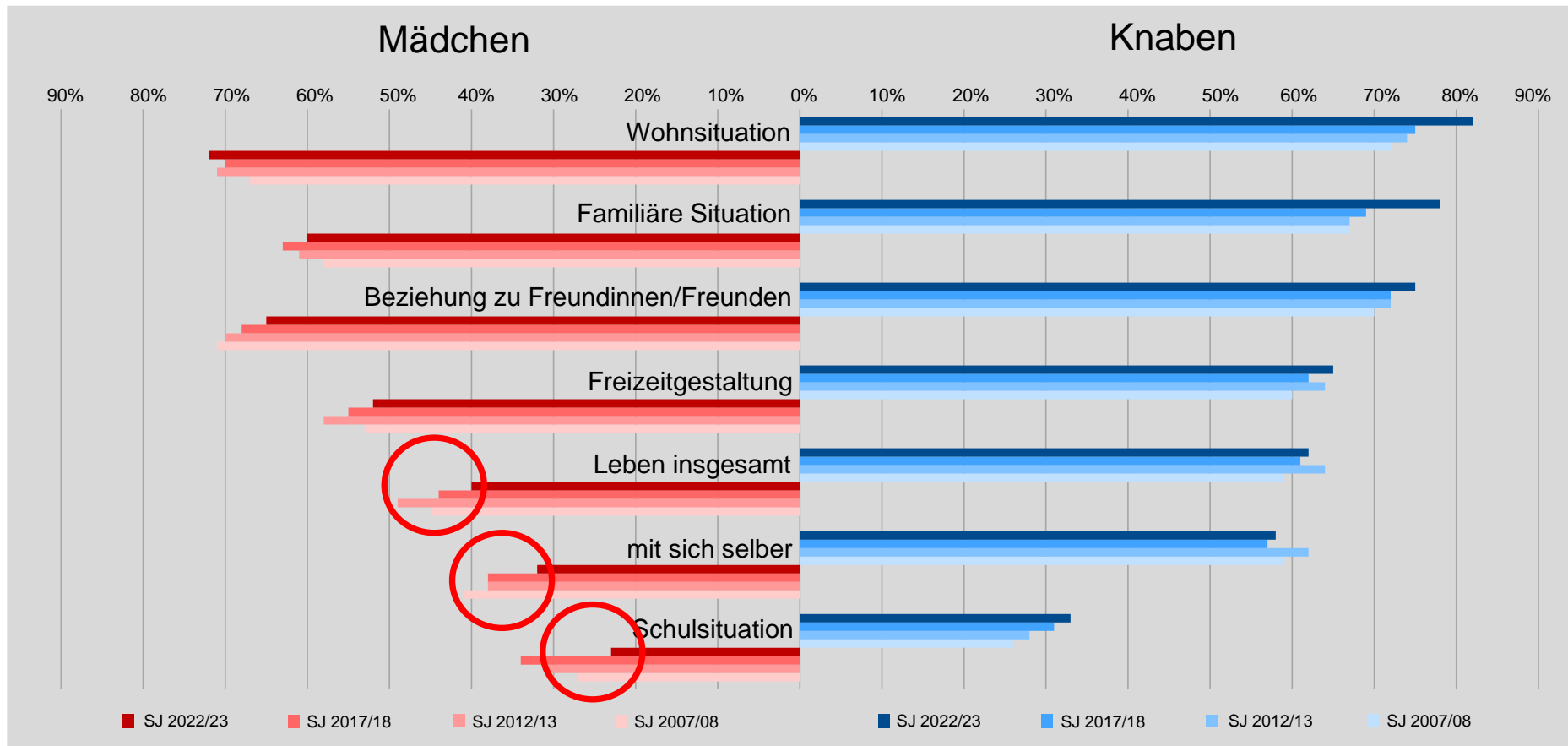


Abbildung 2
Anteile Jugendlicher, die mit verschiedenen Lebensbereichen sehr zufrieden sind, nach Geschlecht und Schuljahr

Sorgenbarometer

Prüfungen / Druck in der Schule / Noten und die Berufswahl / Stellensuche nach der Schulzeit belasten am meisten. Deutlich zugenommen hat die Sorge um das Äussere, bei Mädchen auch Traurigkeit/Selbstzweifel, Gesundheit und Sicherheit.

	Total SJ 22/23	Total SJ 17/18	Mädchen SJ 22/23	Mädchen SJ 17/18	Knaben SJ 22/23	Knaben SJ 17/18
→ Prüfungen, Druck in der Schule, Noten	2.35	2.22	2.48	2.27	2.23	2.17
→ Berufswahl, Stellensuche nach der Schulzeit	2.09	2.06	2.23	2.14	1.95	1.99
→ Eigenes Gewicht, Körperform	1.72	1.60	1.87	1.74	1.56	1.45
Krieg	1.68	-	1.76	-	1.59	-
Armut, soziale Ungerechtigkeit	1.64	1.68	1.73	1.77	1.55	1.59
→ Eigenes Aussehen	1.63	1.40	1.85	1.57	1.41	1.22
→ Traurigkeit, Zweifel an sich selbst	1.62	1.53	1.83	1.72	1.41	1.34
Ausländerfeindlichkeit	1.59	1.59	1.67	1.67	1.52	1.51
Umweltverschmutzung, Klimawandel	1.58	1.58	1.64	1.60	1.53	1.55
Probleme / Streit in der Familie	1.55	1.53	1.57	1.66	1.41	1.39
Handy funktioniert nicht / Handyentzug	1.46	1.53	1.53	1.53	1.39	1.52
Probleme/Streit mit Freund*innen, Kolleg*innen	1.45	1.44	1.57	1.58	1.32	1.31
→ Eigene Gesundheit	1.45	1.34	1.54	1.39	1.36	1.30
Terror	1.43	1.72	1.48	1.79	1.39	1.64
Ständige Erreichbarkeit mit Handy	1.41	1.46	1.49	1.47	1.32	1.46
→ Persönliche Sicherheit	1.39	1.33	1.48	1.38	1.30	1.28
Liebe und Sexualität	1.37	1.37	1.41	1.39	1.30	1.35
Überbevölkerung	1.36	1.36	1.37	1.35	1.35	1.37
Corona-Pandemie	1.35	-	1.38	-	1.32	-
Selbstpräsentation in den sozialen Medien	1.28	1.32	1.33	1.32	1.23	1.32
Geldsorgen, Schulden	1.28	1.23	1.30	1.24	1.25	1.22

Tabelle 1

Durchschnittliche Belastung* der Befragten durch verschiedene Themen, nach Geschlecht und Schuljahr (1 Punkt = überhaupt nicht, 2 Punkte = ein bisschen, 3 Punkte = stark, Differenzen der Durchschnittswerte >0.10 zwischen den Schuljahren 2022/23 und 2017/18 sind rot hervorgehoben)

Zugehörigkeitsgefühl zur Schule

Eine deutliche Mehrheit hat das Gefühl, zur Schule zu gehören, leicht Freundinnen und Freunde zu finden, sowie den Eindruck, dass die anderen einen mögen. Die Anteile aber sind zurückgegangen.

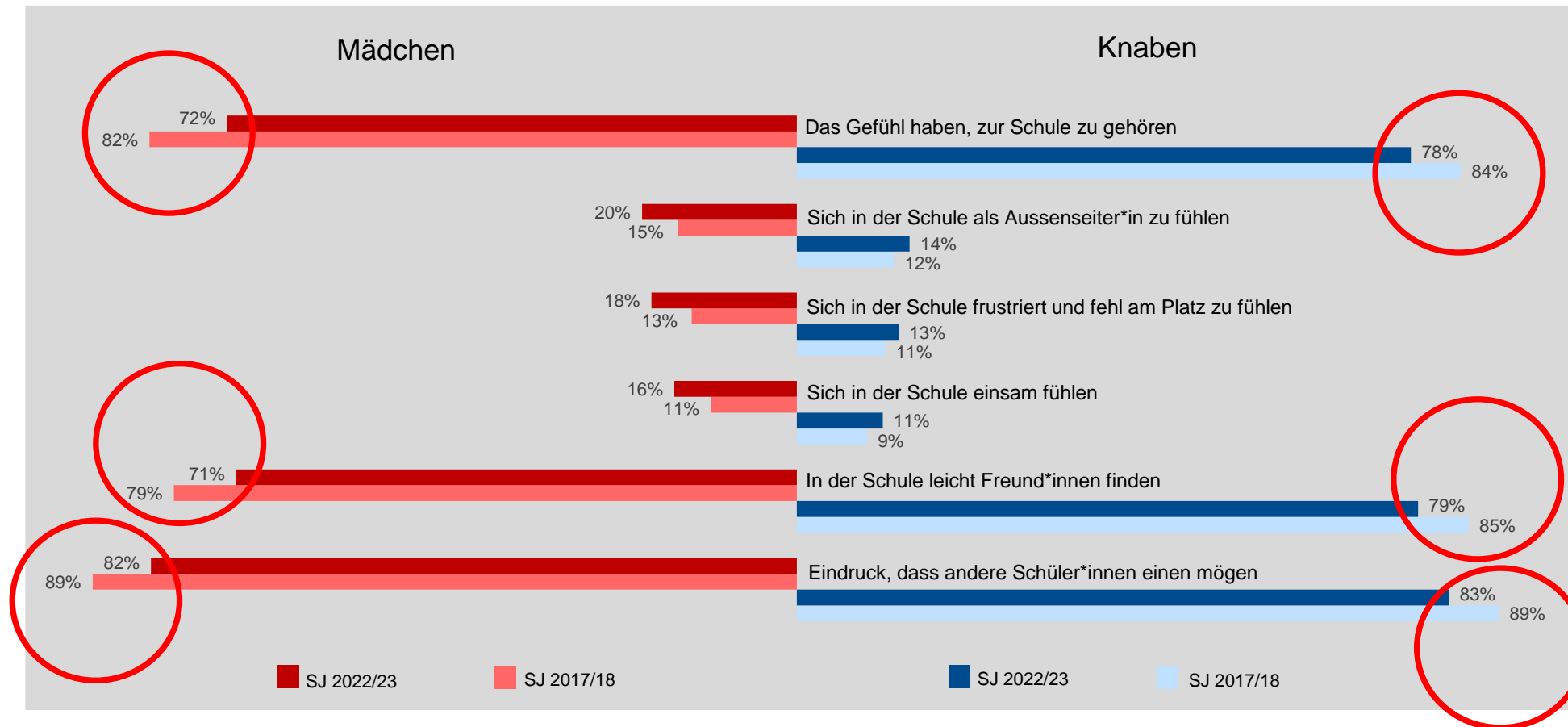


Abbildung 3
Anteil der Befragten, die Fragen zum Zugehörigkeitsgefühl zur Schule und zur Beziehung zu ihren Mitschülerinnen und Mitschülern eher oder vollständig bejahen, nach Geschlecht und Schuljahr

Beziehung zu Lehrpersonen

Eine deutliche Mehrheit hat eine positive Einschätzung gegenüber den eigenen Lehrerinnen und Lehrern. Die Anteile aber haben abgenommen und regelrecht eingebrochen ist das Vertrauen der Mädchen in ihre eigenen Lehrpersonen.

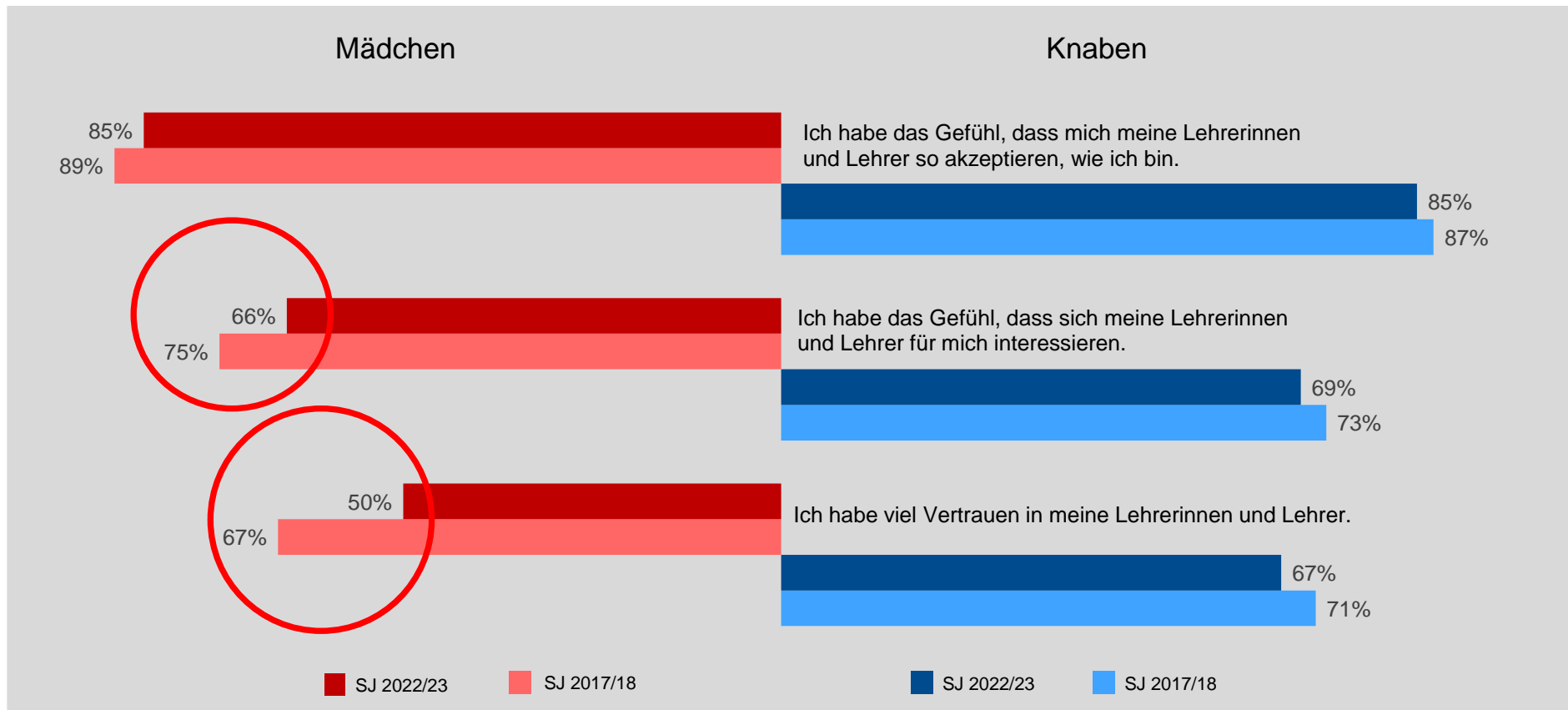


Abbildung 4
Anteil der Befragten, die Aussagen über ihrer Lehrerinnen und Lehrer eher oder ganz zustimmen, nach Geschlecht und Schuljahr

Schmerzen

Ungefähr je ein Drittel verspürt mindestens einmal in der Woche Kopf- und/oder Rückenschmerzen. Die Anteile der Mädchen liegen bei allen Schmerzformen höher als bei den Knaben und haben in den letzten 15 Jahren zugenommen.

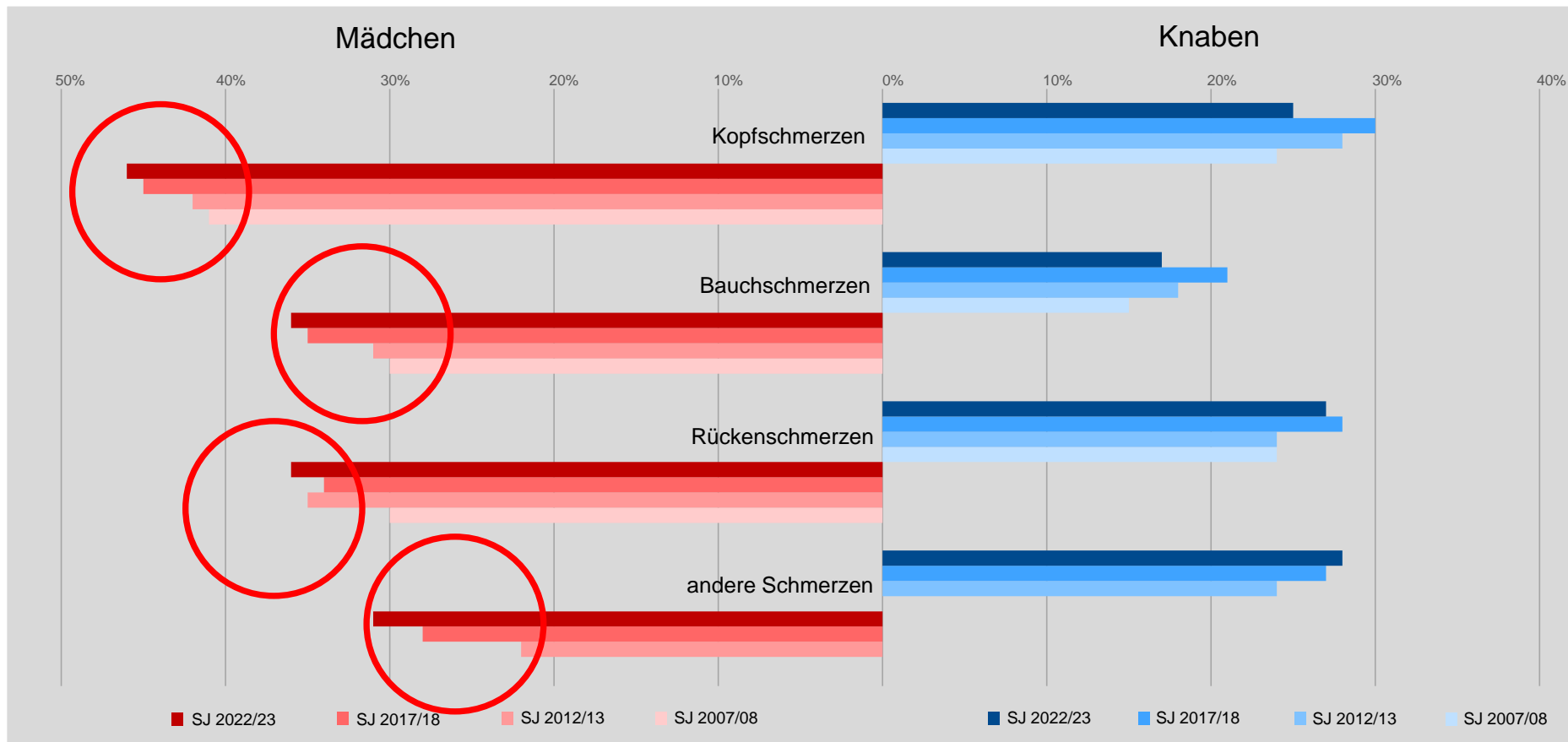


Abbildung 5
Anteil der Befragten, die mindestens einmal in der Woche körperliche Schmerzen verspüren, nach Geschlecht, Schmerzform und Schuljahr

Schlaf

Die Mehrheit (57 %) schläft während der Woche 7 ½ bis 8 ½ Std. und selten bis nie unruhig. 26 % der Mädchen und 17 % der Knaben schlafen maximal 7 Std. 51 % der Mädchen und 38 % der Knaben fühlen sich morgens müde/unausgeruht.

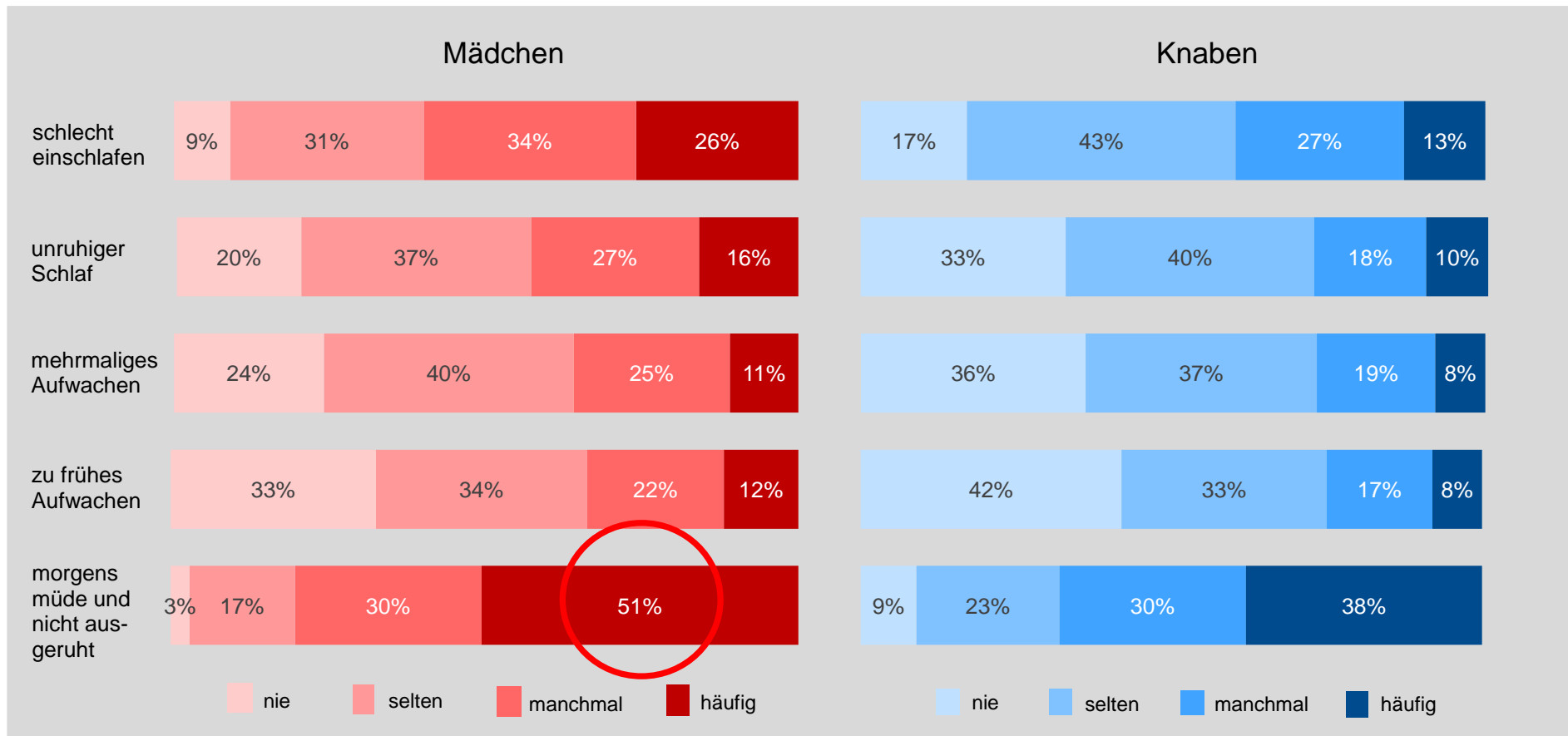


Abbildung 6
Beurteilung der
Schlafqualität,
nach Geschlecht

Bewegung und Ernährung

Bewegung

Eine deutliche Mehrheit bewegt sich und treibt Sport an mind. 2 Tagen pro Woche. Knaben sind deutlich aktiver als Mädchen. Zwei Drittel der Knaben und die Hälfte der Mädchen sind in einem Sportverein/-club aktiv.

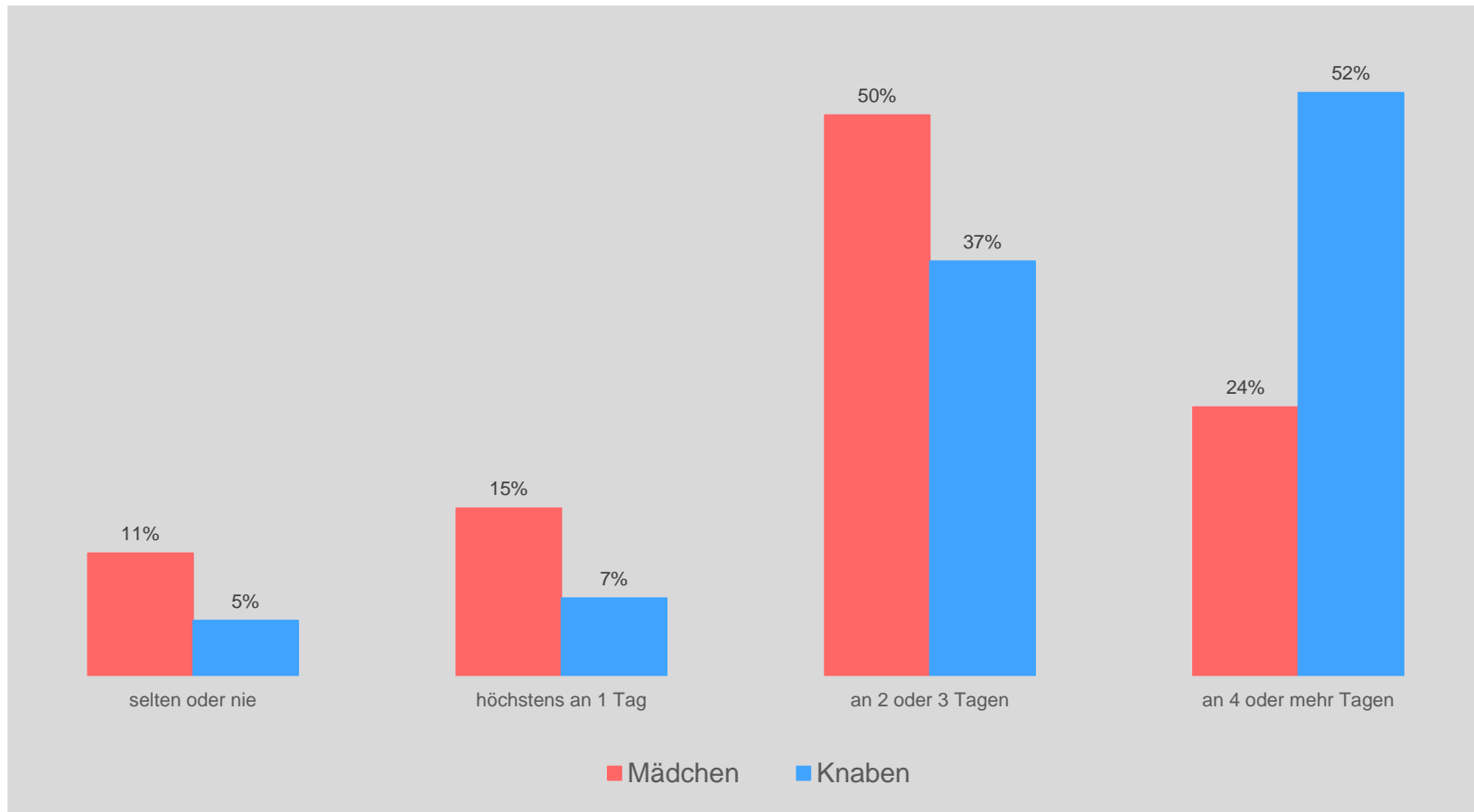


Abbildung 7
Häufigkeit von sportlicher Aktivität und Bewegung,
nach Geschlecht

Ernährung

Knaben geben auf eine gesunde Ernährung und auf die Zufuhr von Kalorien mehr acht als noch vor fünf Jahren und haben die Mädchen diesbezüglich überholt. Der Trend, auf das Frühstück zu verzichten, nimmt bei beiden Geschlechtern stetig zu.

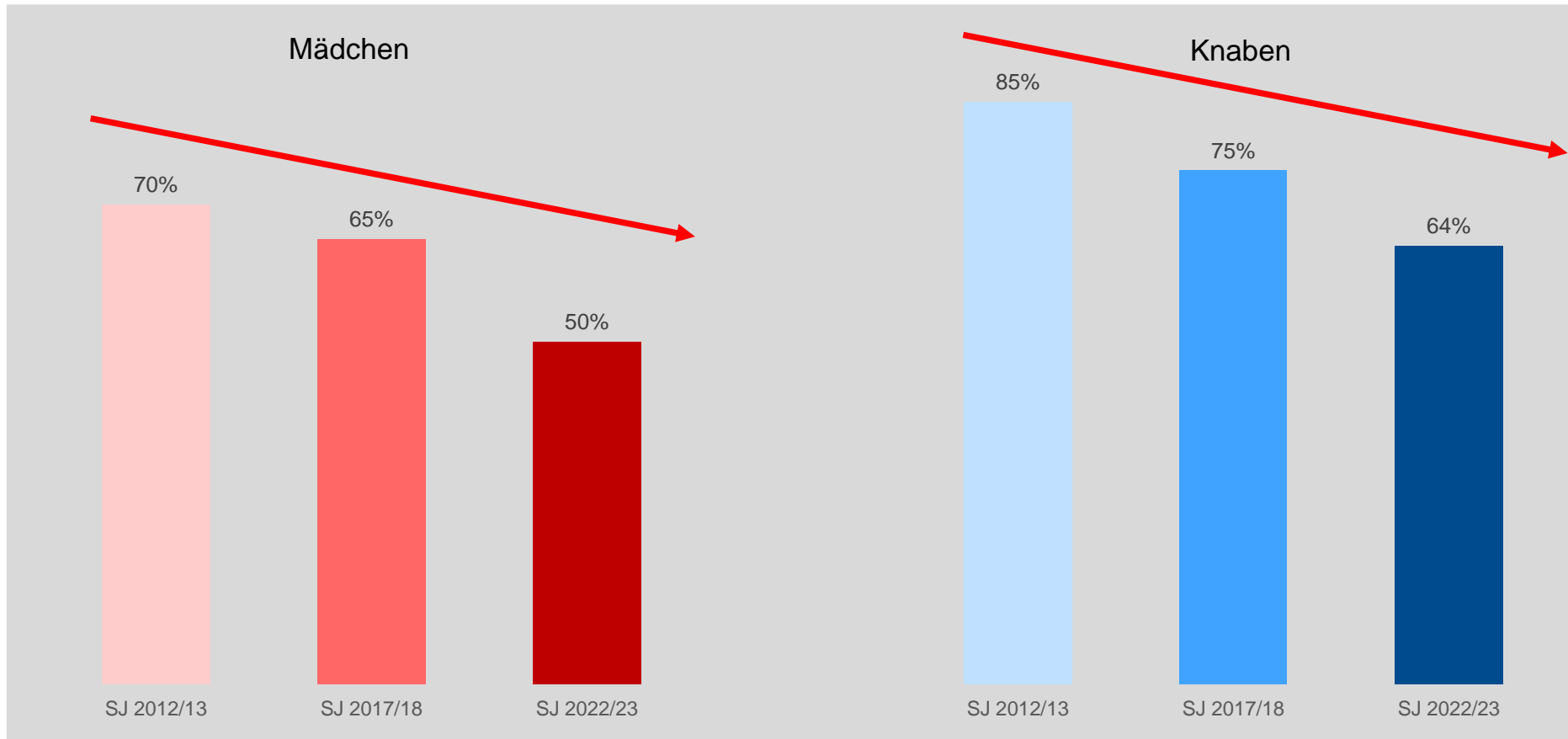


Abbildung 8
Anteile der Befragten, die normalerweise ein Frühstück einnehmen, nach Geschlecht und Schuljahr

Freizeitaktivitäten

Freizeitaktivitäten

Sport treiben, sich mit Freundinnen und Freunden treffen, «rumhängen», soziale Medien nutzen, Filme schauen und Musik hören sind am beliebtesten. Der Wunsch, nichts zu machen und «rumzuhängen» hat deutlich zugenommen.

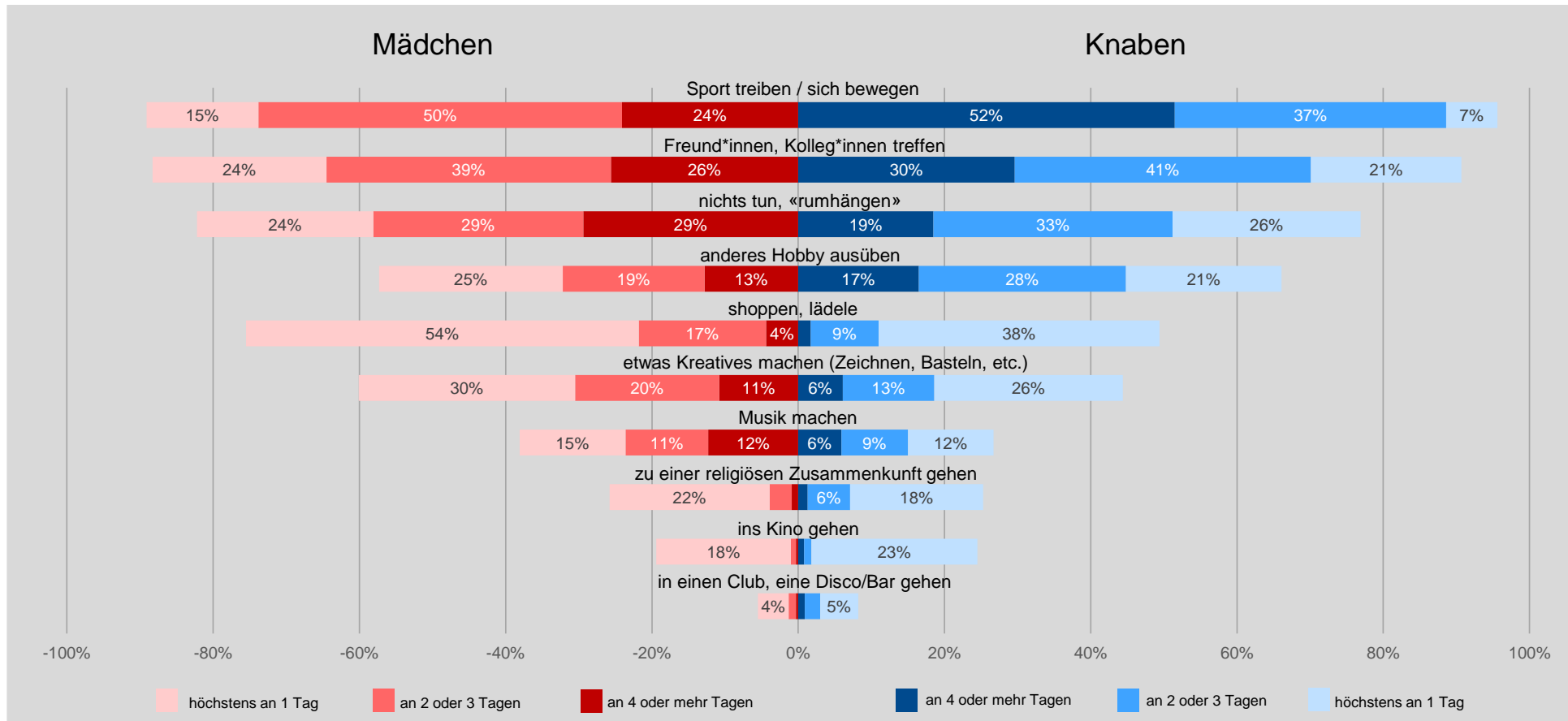


Abbildung 9
 Häufigkeit der verbrachten
 Freizeitaktivitäten pro
 Woche, nach Geschlecht
 (Prozentangaben für Anteile
 von mind. 4 %)

Körperbild

Körperbild

Weniger Mädchen fühlen sich zu dick, mehr Mädchen und Knaben zu dünn. Dennoch möchten 39 % der normal- und 12 % der untergewichtigen Mädchen abnehmen, bei den Knaben 23 % der Normal- und 3 % der Untergewichtigen.

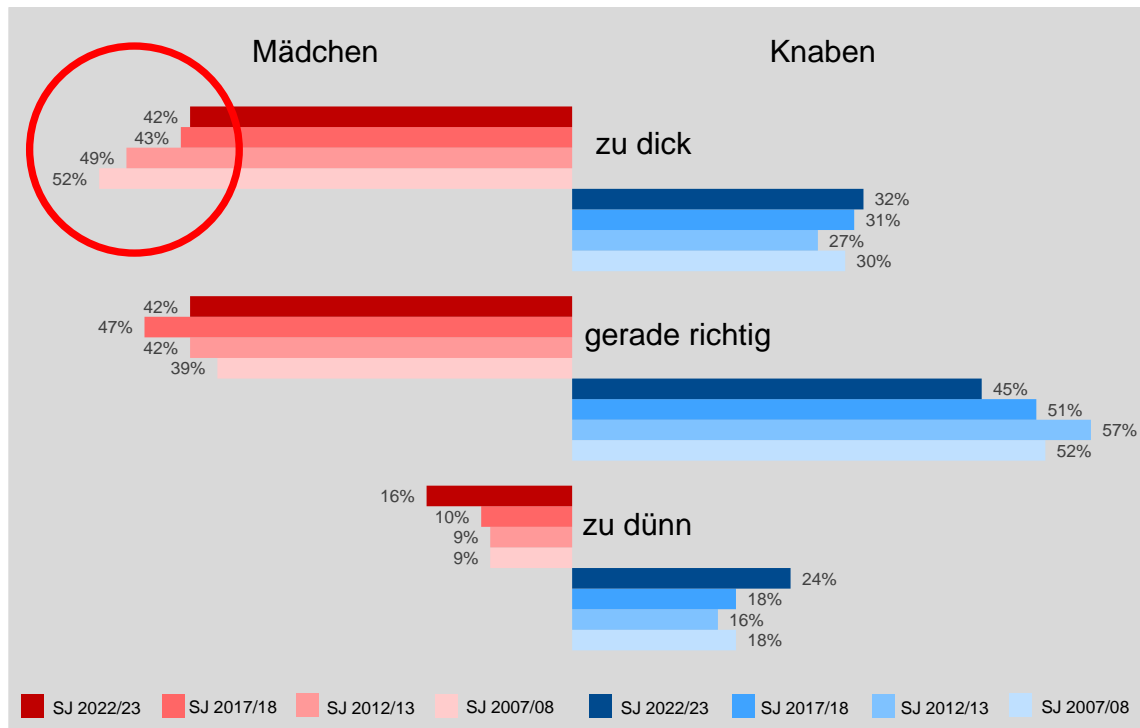


Abbildung 10
Selbstwahrnehmung des eigenen Körpers, wie sich die Befragten fühlen, nach Geschlecht und Schuljahr

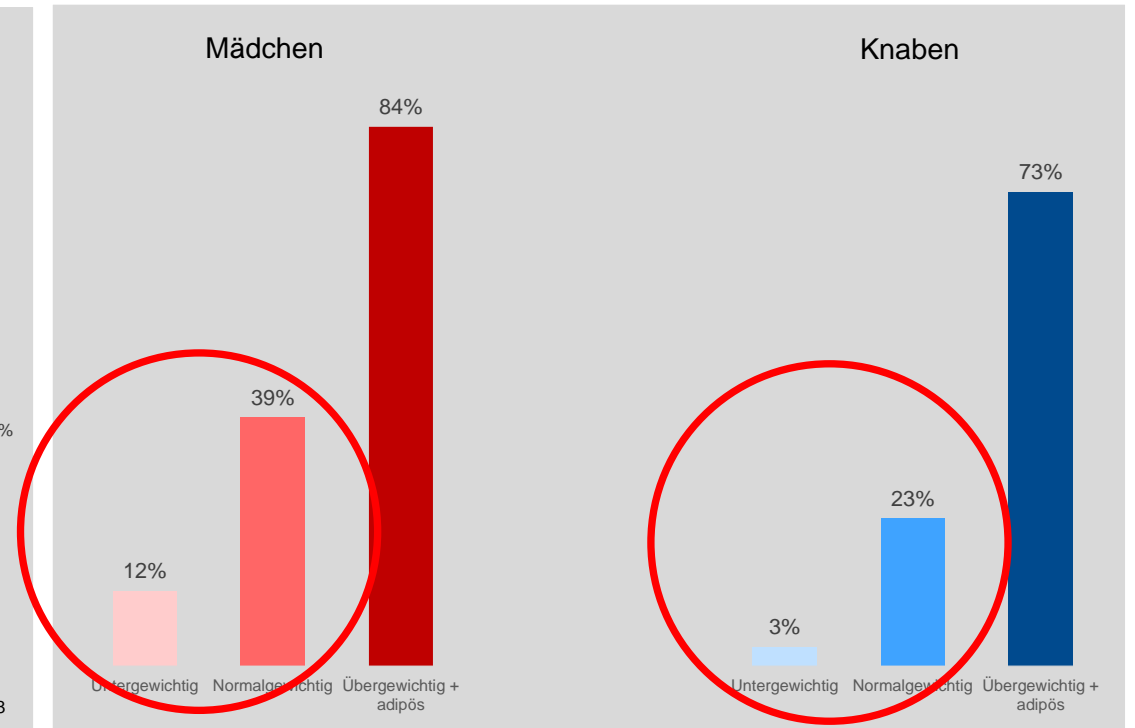


Abbildung 11
Von den Befragten geäussertes Bedürfnis, abnehmen zu wollen, nach Geschlecht und nach Gruppen gemäss BMI-Klassifikation nach Cole

Zahngesundheit

Gepflegtes Gebiss und Zahnstellung

Einer deutlichen Mehrheit ist ein gepflegtes Gebiss und eine schöne Zahnstellung sehr wichtig, vor allem den Mädchen. Eine Zahnstellungskorrektur wurde bei 62 % gemacht oder ist geplant. Bei den anderen 38 % wünscht sich ein Drittel eine.

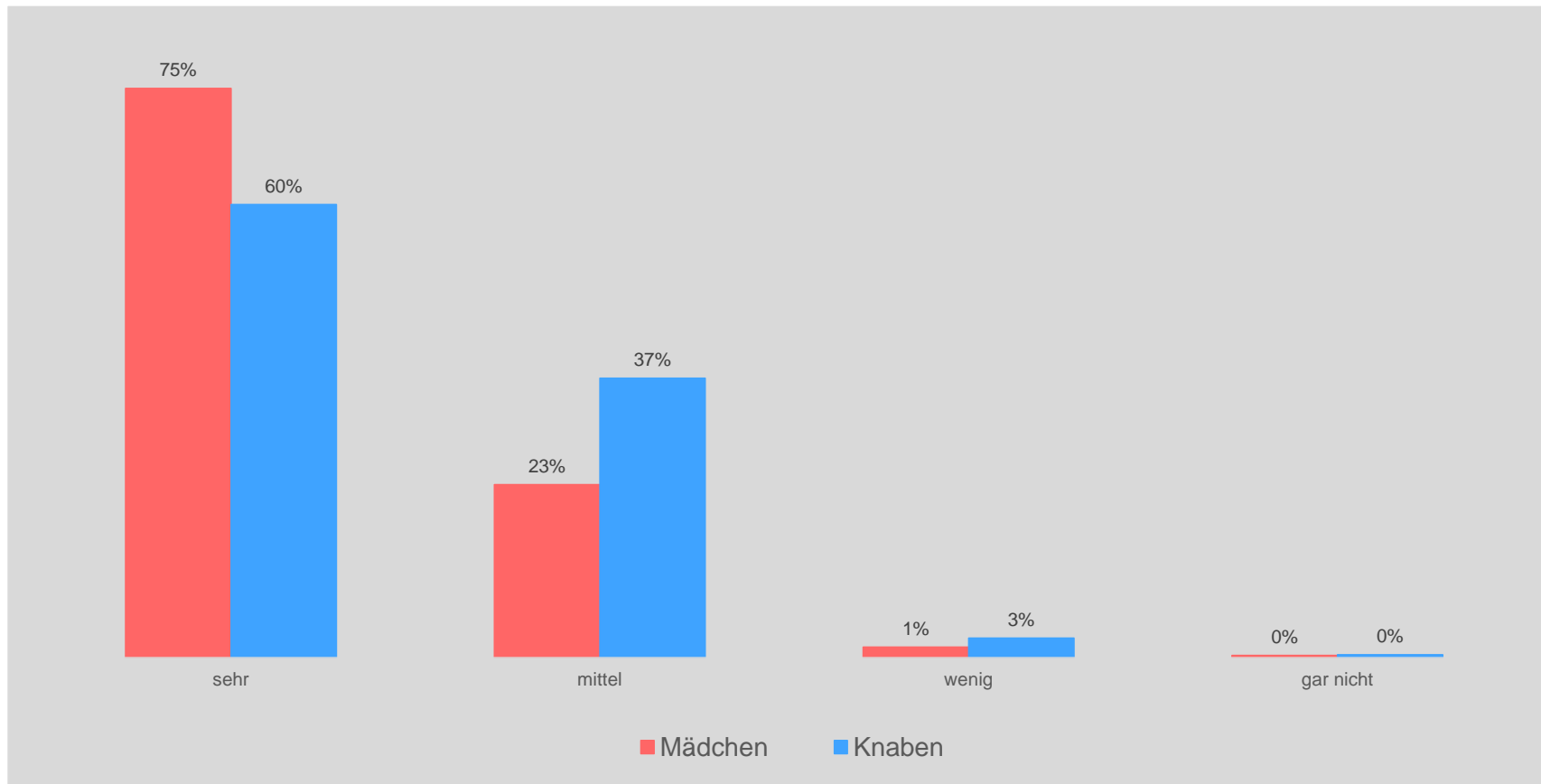


Abbildung 12
Wichtigkeit, die einer schönen Zahnstellung beigemessen wird, nach Geschlecht

Angst und Depression

Anzeichen für eine Angststörung / eine Depression

Insgesamt zeigen 22 % der Befragten Hinweise auf eine Angststörung, 18 % auf eine Depression, häufig in Kombination. Mädchen sind häufiger betroffen. Der Mädchenanteil mit Anzeichen einer Angststörung hat deutlich zugenommen.

	SJ 2012/13	SJ 2017/18	SJ 2022/23
Angststörung			
Mädchen	19 %	21 %	30 %
Knaben	13 %	12 %	13 %
Depression			
Mädchen	20 %	20 %	23 %
Knaben	14 %	12 %	12 %

Tabelle 2
Anteile der Befragten mit Hinweisen auf eine Angststörung und/oder Depression, nach Geschlecht und Schuljahr

Angst und Depression: Seelische Auswirkungen

Befragte mit Anzeichen einer Angststörung und Depression sind mit zahlreichen Lebensbereichen deutlich weniger zufrieden. Schulische Noten, Berufswahl, Aussehen, familiäre Probleme und Selbstzweifel stressen sie besonders.

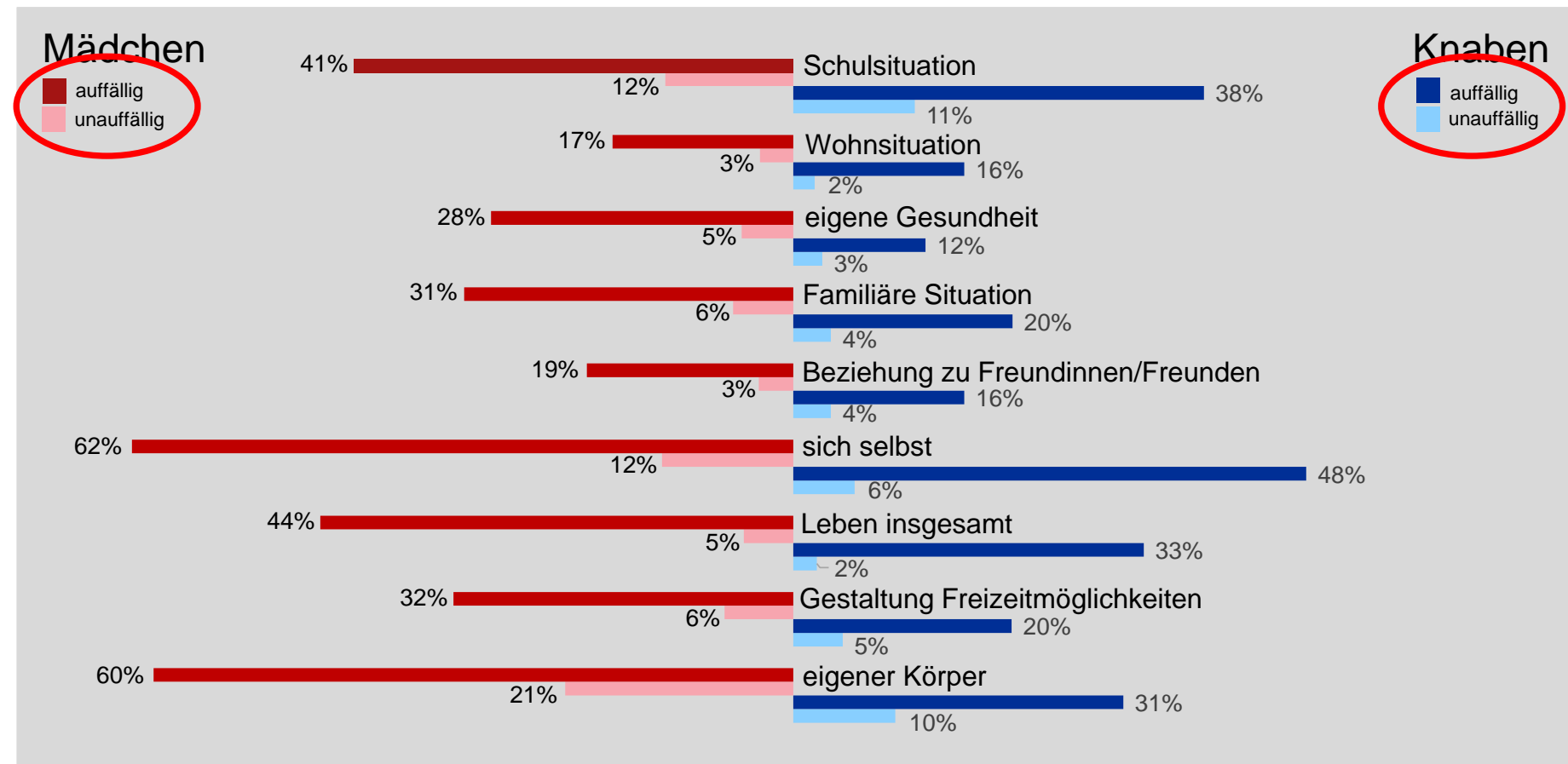


Abbildung 13
Anteile der Befragten mit geringer oder gar keiner Zufriedenheit mit verschiedenen Lebensbereichen, nach Geschlecht und nach auffälligen/un-auffälligen Werten hinsichtlich Angst und Depression

Angst und Depression: Schulische Auswirkungen

Befragte mit Anzeichen einer Angststörung und Depression bewerten die Beziehung zu ihren Lehrerinnen und Lehrern deutlich weniger positiv - vor allem Mädchen. Das Zugehörigkeitsgefühl zur Schule ist markant geringer.

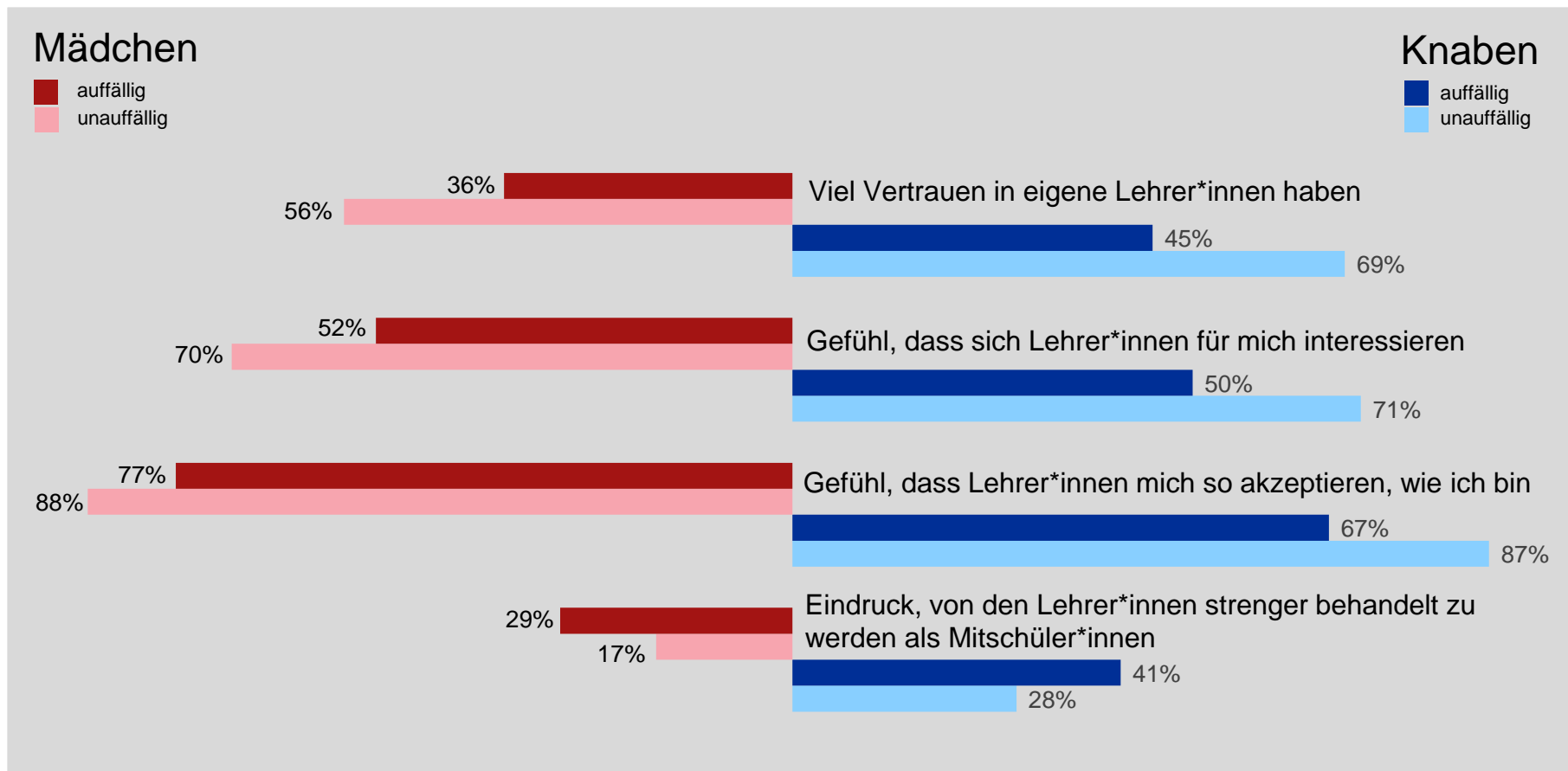


Abbildung 14
Anteile der Befragten, die Aussagen zur Beziehung zu ihren Lehrerinnen und Lehrern eher oder vollständig bejahen, nach Geschlecht und nach auffälligen/unauffälligen Werten und hinsichtlich Angst und Depression

Angst und Depression: Beziehung zu Eltern

Befragte mit Anzeichen einer Angststörung und Depression bewerten die Beziehung zu ihren Eltern weniger positiv, aber insgesamt doch gut. Mit ihnen über die eigenen Probleme sprechen, tun sie sich schwer – besonders Mädchen.

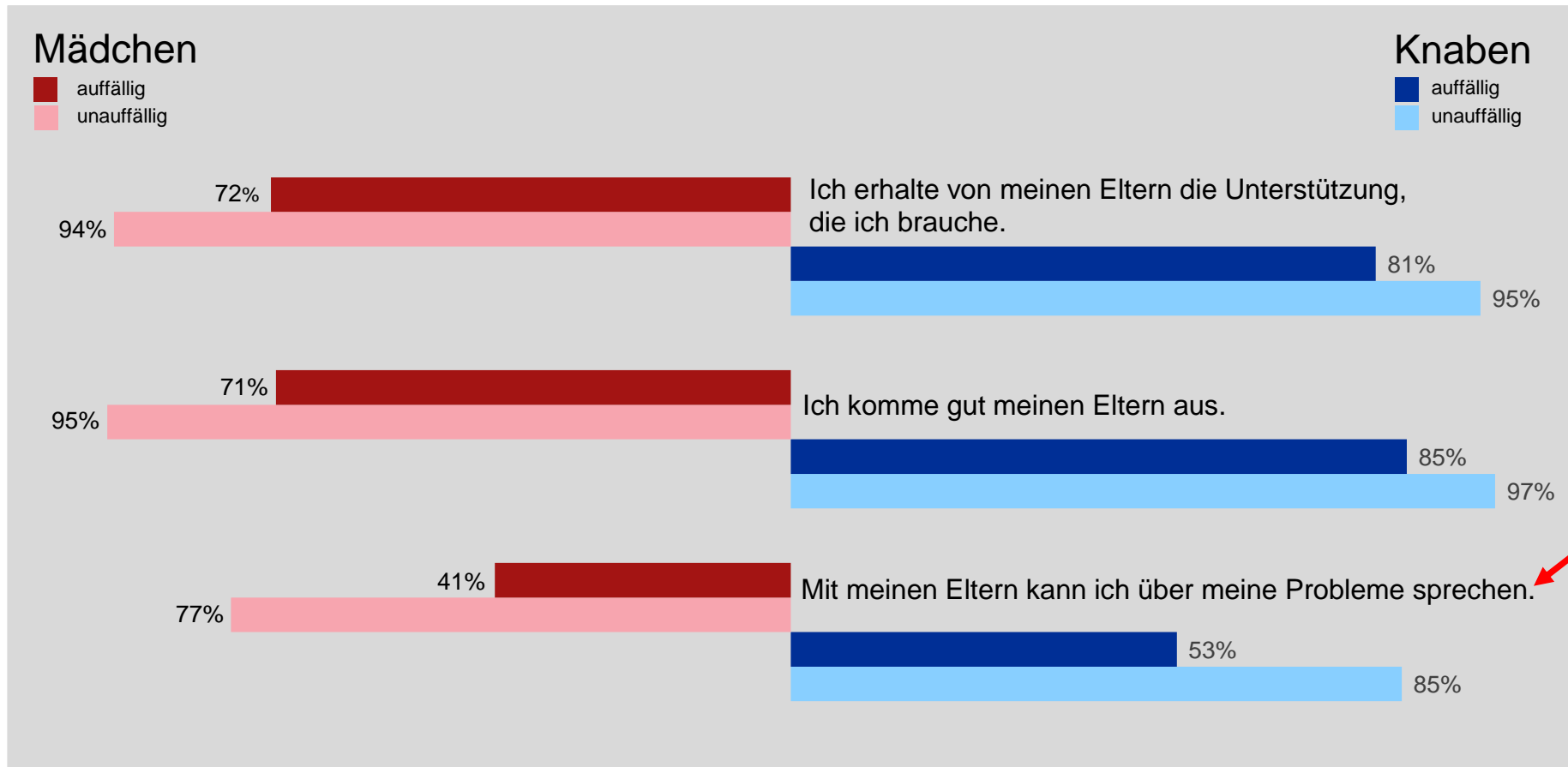


Abbildung 15
Anteile der Befragten, die Aussagen zu ihren Eltern eher zustimmen oder ganz zustimmen, nach Geschlecht und nach auffälligen/ unauffälligen Werten hinsichtlich Angst und Depression

Suizidversuch

Suizidversuch

Rund 4 ½ % haben schon mal versucht sich das Leben zu nehmen, ein knappes ½ % weniger wie vor 15 Jahren. Der Anteil der Mädchen liegt deutlich höher als bei den Knaben, Hinweise auf Angst/Depression erhöhen die Anteile mehrfach.

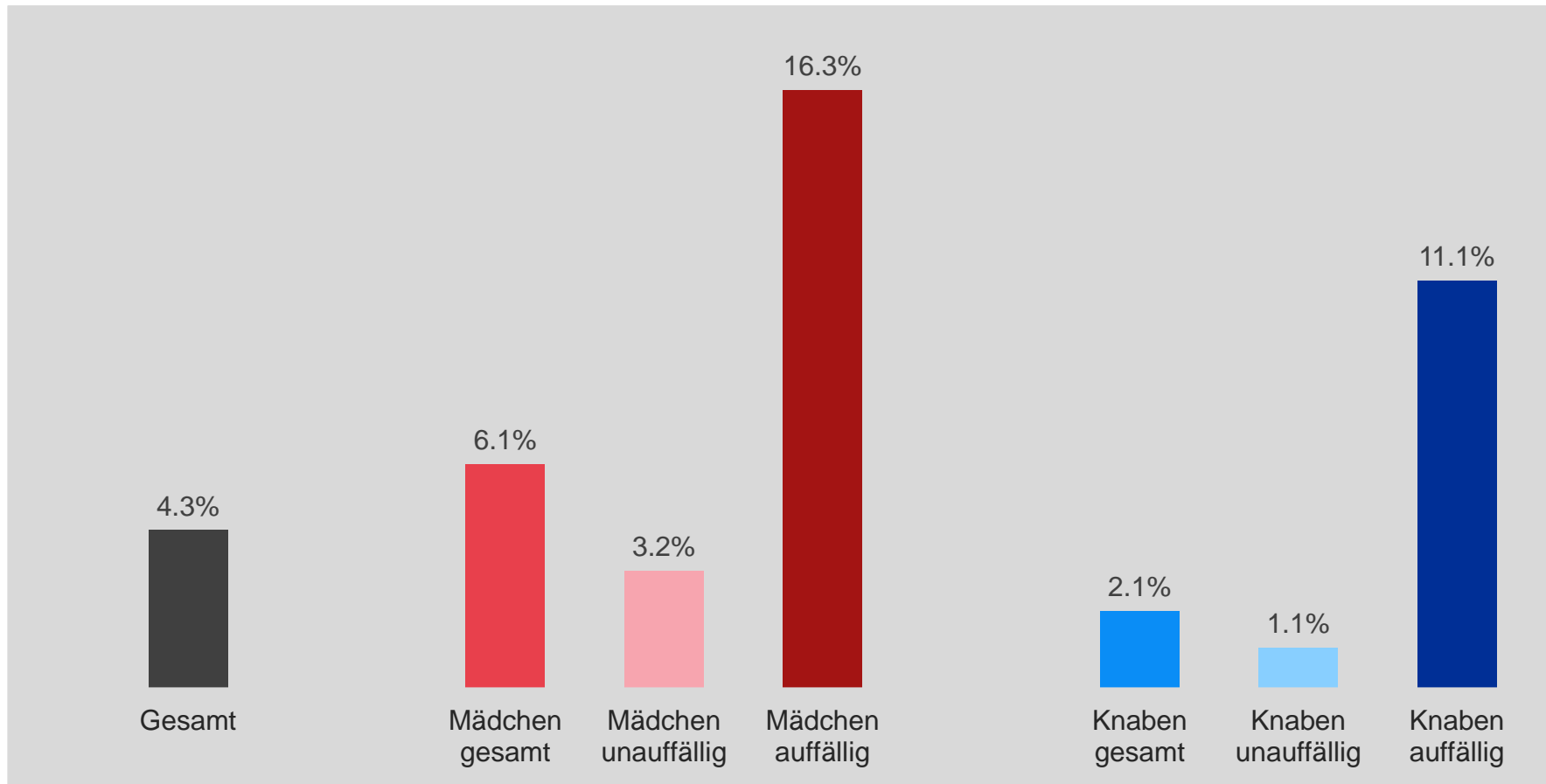


Abbildung 16
Anteile der Befragten, die schon jemals versucht haben, sich das Leben zu nehmen, gesamthaft, nach Geschlecht und nach auffälligen/unauffälligen Werten hinsichtlich Angst und Depression

Schulabsentismus

Schulabsentismus

Der Schule fernbleiben ist keine Randerscheinung. 7 % der Mädchen und 5 % der Knaben schwänzten schon mehrmals einen ganzen Schultag. Zusätzlich: 9 % bzw. 6 % sind mindestens schon 1 Mal von zuhause abgehauen.

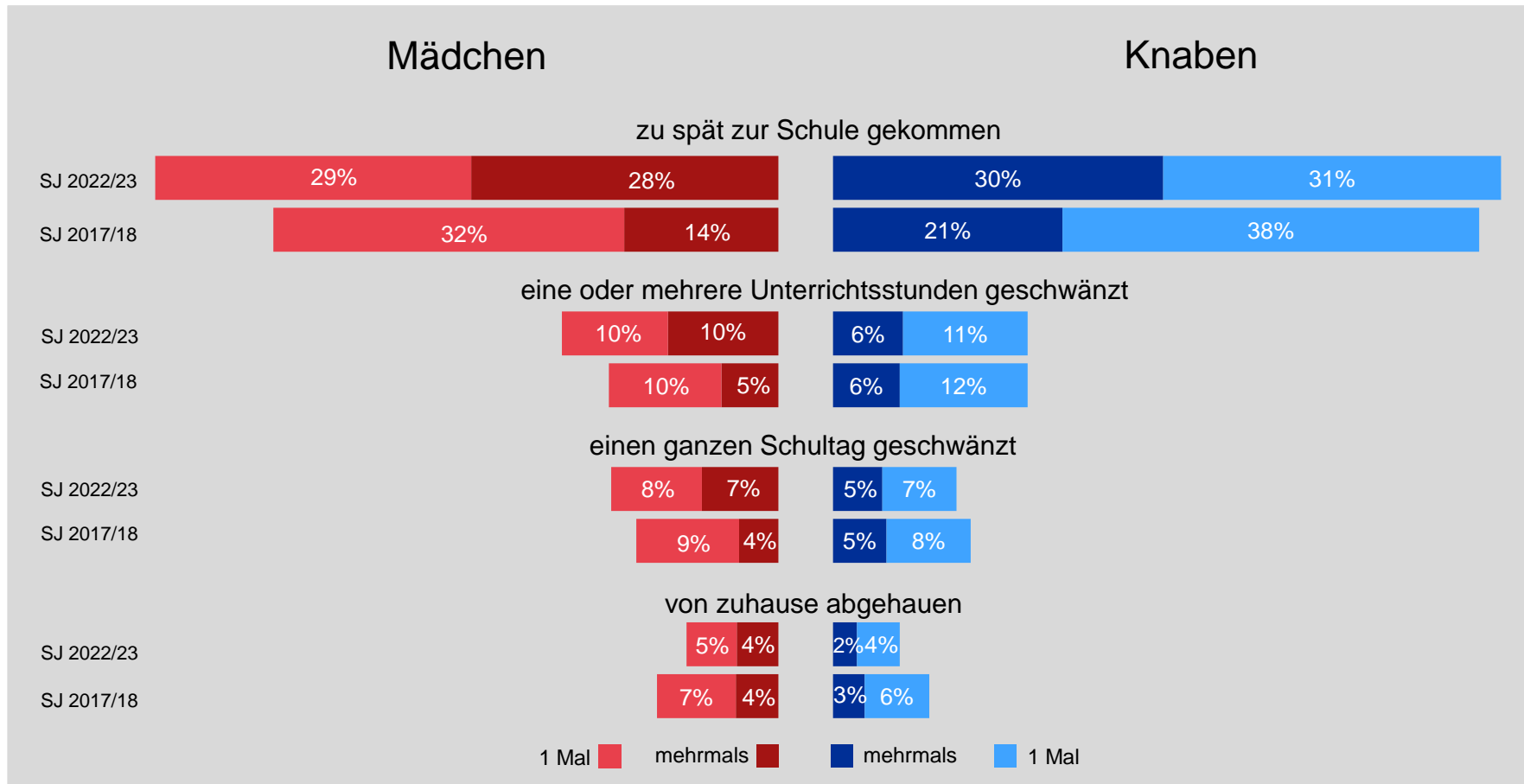


Abbildung 17
 Anteile der Befragten, welche ein Mal oder mehrmals der Schule ferngeblieben oder von zuhause abgehauen sind, nach Geschlecht und Schuljahr

Absentismus und Beziehung zu Lehrpersonen

Schülerinnen und Schüler, die ihr Verhältnis zu den eigenen Lehrerinnen und Lehrern als (teilweise) problematisch bezeichnen, schwänzen deutlich öfter die Schule und hauen öfter von zuhause ab.

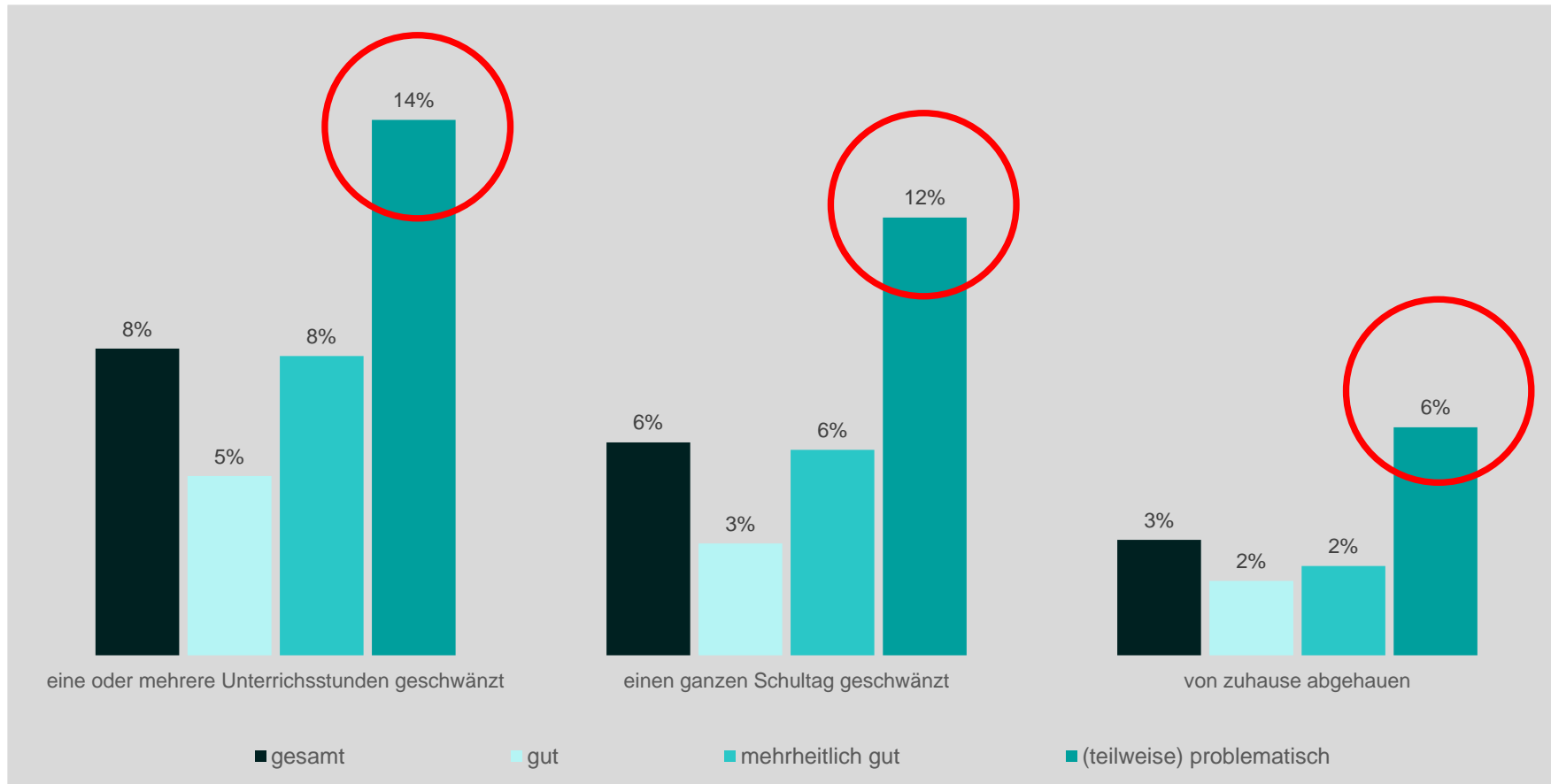


Abbildung 18
Anteile der Befragten, die in den letzten 12 Monaten mehrmals von der Schule und/oder von daheim absent waren, gesamt und nach der von ihnen beschriebenen Qualität der Beziehungen zu ihren Lehrerinnen und Lehrern

Reaktion von Schule und Eltern auf Schulschwänzen

Schule und Eltern reagieren auf Schulabsentismus zurückhaltend. Zwei Drittel aller Schulschwänzenden und die Hälfte aller Mehrfachschwänzenden haben durch ihr Verhalten keine Probleme gehabt.

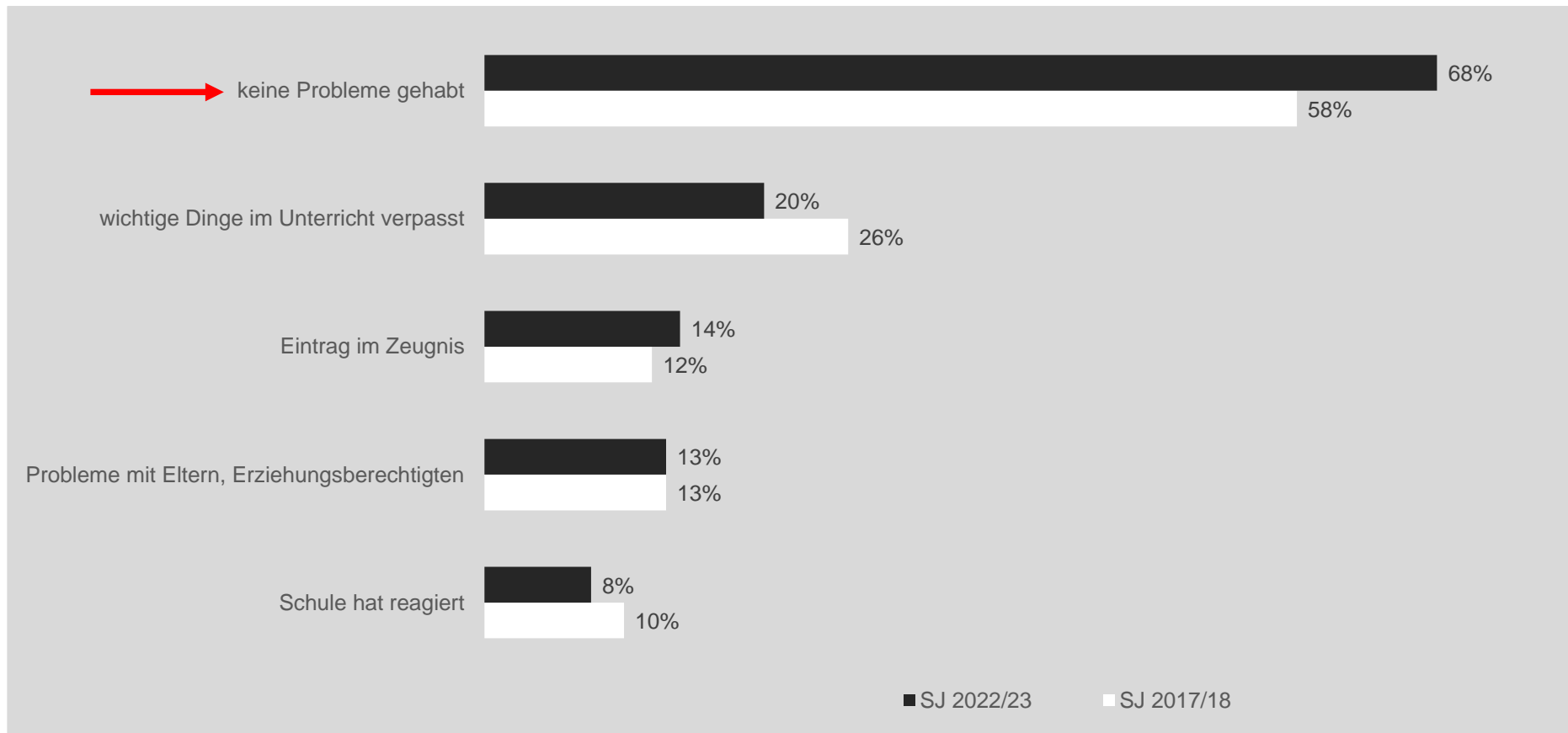


Abbildung 19
Reaktionen der Schule und der Eltern auf das Schulschwänzen, nach Schuljahr (Mehrfachnennungen)

Mobbing

Mobbing und Gewalt

Mobbing hat nicht zugenommen, bildet aber unverändert Teil des Schulalltags, vor allem für Mädchen. Am häufigsten kommen Diskriminierungen und soziale Ausgrenzung vor, aber auch Drohungen, sexuelle Belästigung und körperliche Gewalt.

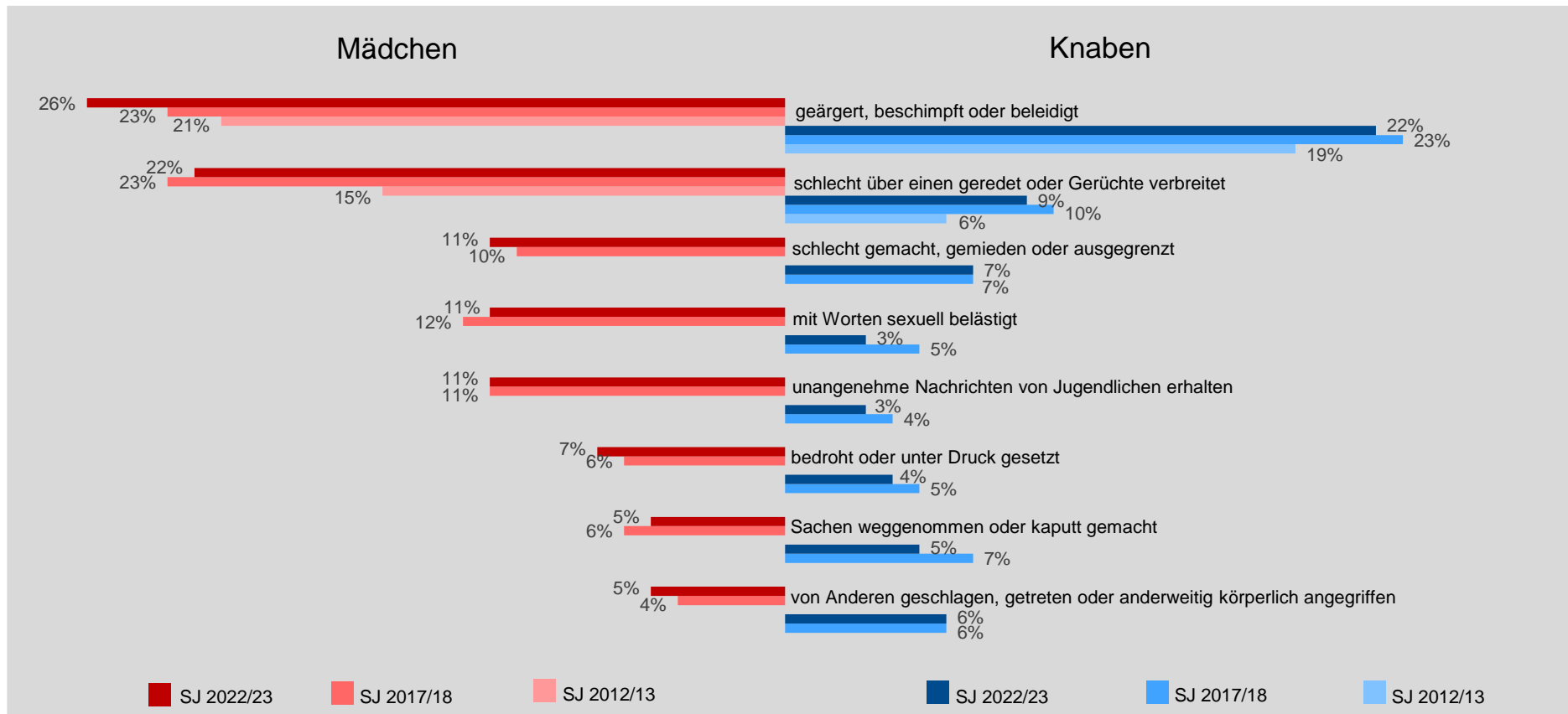


Abbildung 20
 Anteile der Befragten, die in den letzten zwei Monaten zwischen zwei bis drei Mal monatlich und mehrmals wöchentlich verschiedene Formen von Mobbing und Gewalt erlebt haben, nach Geschlecht und Schuljahr

Sicherheitsempfinden

Das Sicherheitsempfinden ist in verschiedenen Aufenthaltsbereichen nach wie vor hoch, aber es ist am abnehmen – vor allem bei den Mädchen. Der Anteil der Mädchen, der sich in der Schule sehr sicher fühlt, ist noch halb so hoch wie früher.

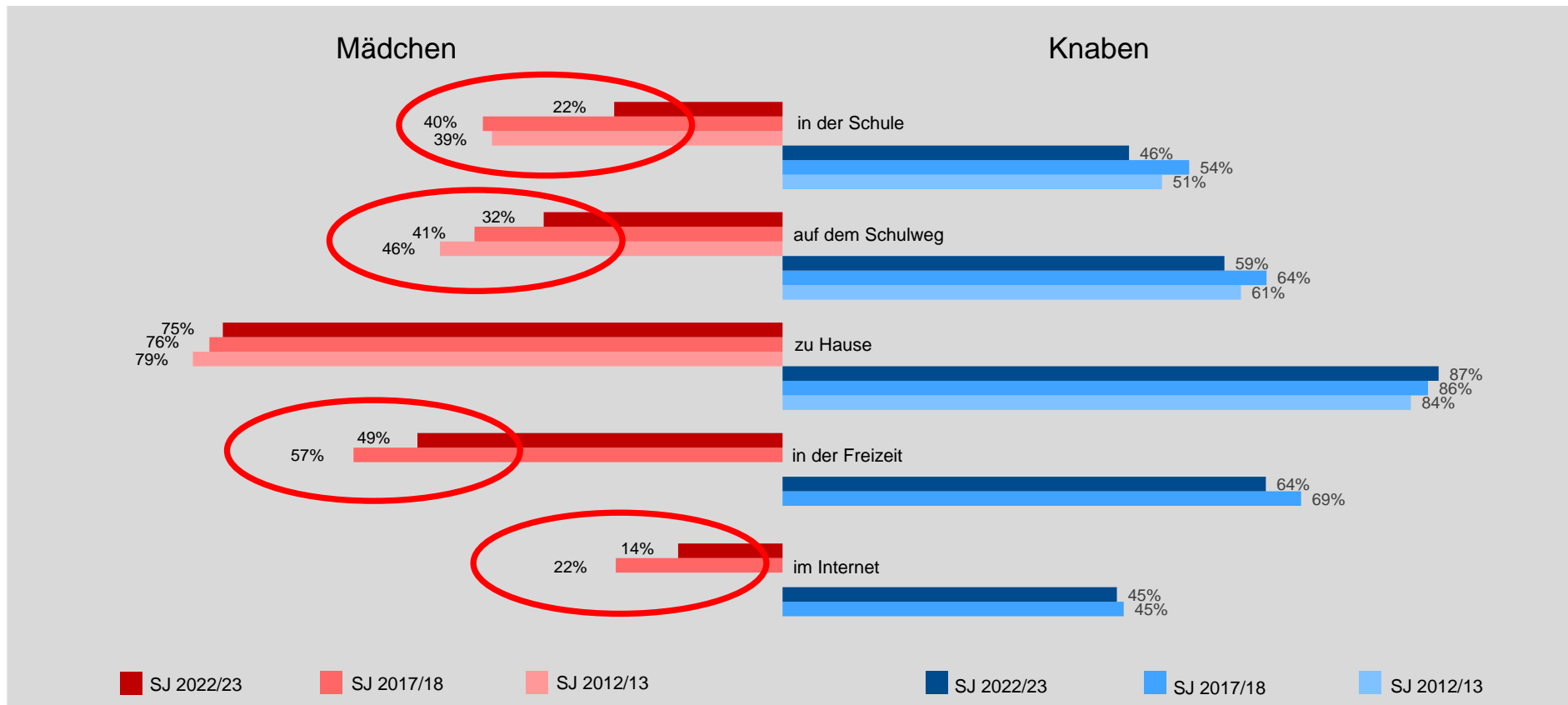


Abbildung 21
Anteile der Befragten, die sich hinsichtlich verschiedener Aufenthaltsbereiche sehr sicher fühlen, nach Geschlecht und Schuljahr

Persönliche und soziale Faktoren bei Mobbing

Wer Hinweise auf eine Angststörung/Depression hat oder das Klassenklima und/oder das Verhältnis zu den eigenen Lehrerinnen und Lehrern als (teilweise) problematisch beurteilt, ist von Mobbing und Unsicherheit deutlich öfter betroffen.

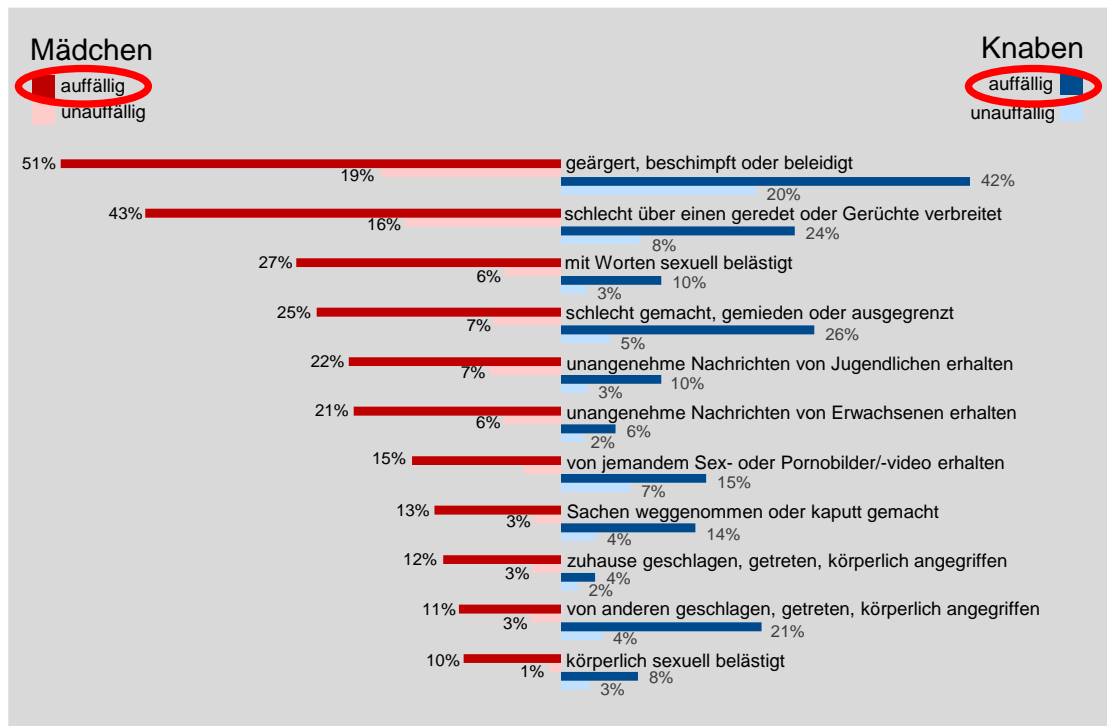


Abbildung 22

Anteile der Befragten, die verschiedene Mobbingformen zwischen zwei bis drei Mal monatlich und mehrmals wöchentlich erleben, nach Geschlecht und nach auffälligen/unauffälligen Werten hinsichtlich Angst und Depression

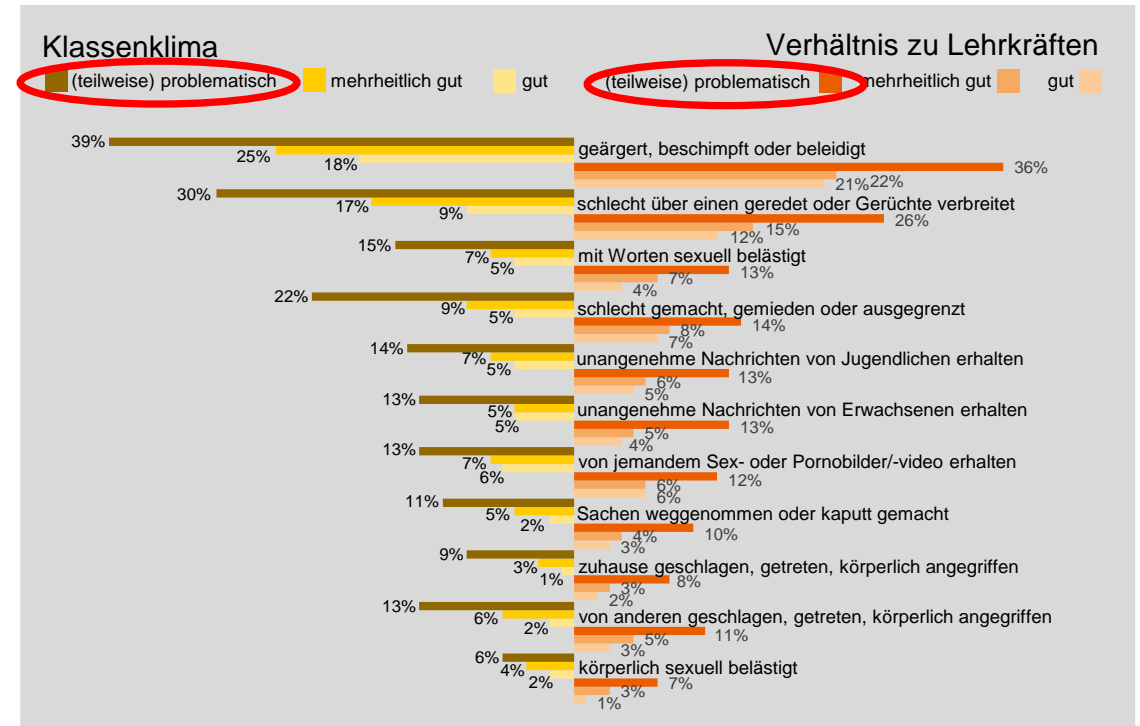


Abbildung 23

Anteile der Befragten, die verschiedene Mobbingformen zwischen zwei bis drei Mal monatlich und mehrmals wöchentlich erleben, nach Qualität des Klassenklimas und des Verhältnisses zu den Lehrkräften

Corona

Corona und Auswirkungen bis heute

Die meisten scheinen die Pandemie gut gemeistert zu haben. Für eine Minderheit, vor allem in der Sek B, war es eine schlimme Zeit. Von den positiv Getesteten mit Symptomen spüren 36 % der Sek B und 26 % der Sek A bis heute Langzeitfolgen.

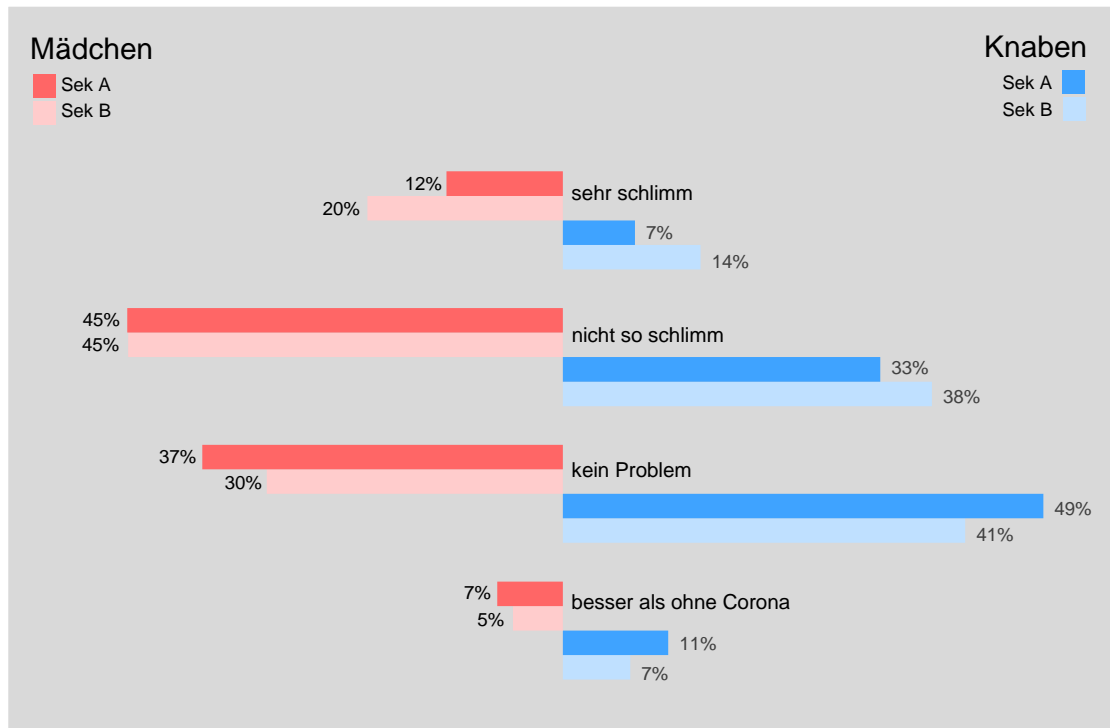


Abbildung 24
Verteilung der Antworten auf die Frage, wie die Corona-Pandemie für die Befragten war, nach Geschlecht und Abteilung

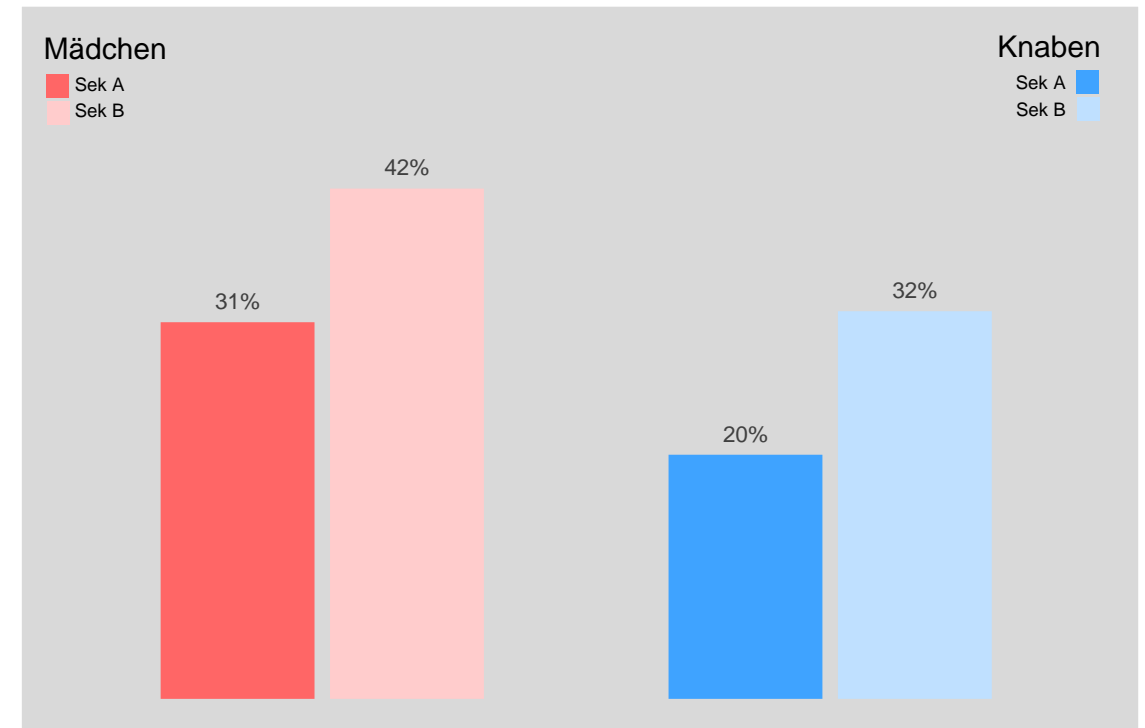


Abbildung 25
Anteile der positiv getesteten Befragten mit leichten bis schweren Symptomen, die angeben, Langzeitfolgen der Corona-Erkrankung zu spüren, nach Geschlecht und Abteilung

Substanzkonsum

Substanzkonsum

Der Anteil der Konsumierenden von Nikotin, Alkohol und/oder Cannabis ist markant zurückgegangen. Diejenigen, die Nikotin und Alkohol konsumieren, konsumieren mehr. Geschlechterdifferenzen haben sich nivelliert.

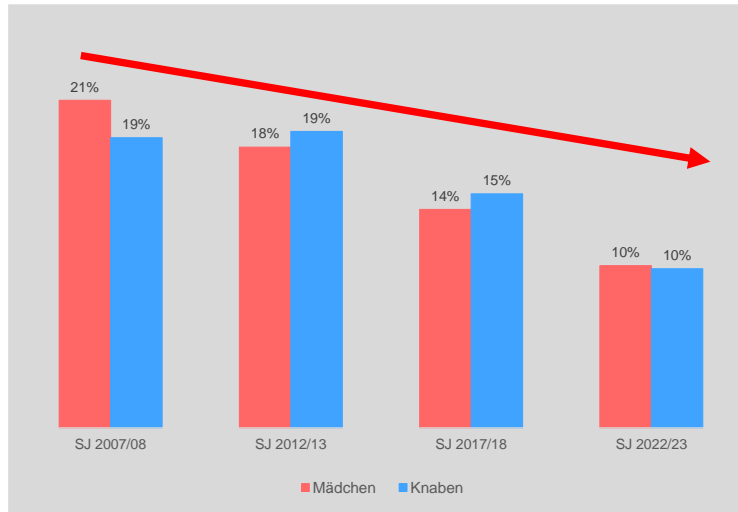


Abbildung 26
Anteile der nikotinkonsumierenden Befragten, nach Geschlecht und Schuljahr

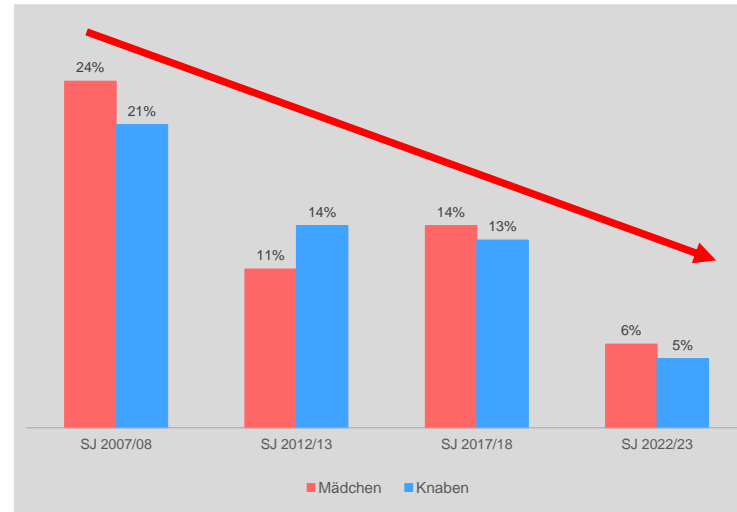


Abbildung 27
Anteile der Befragten, die gelegentlich oder regelmässig alkoholhaltige Getränke trinken, nach Geschlecht und Schuljahr

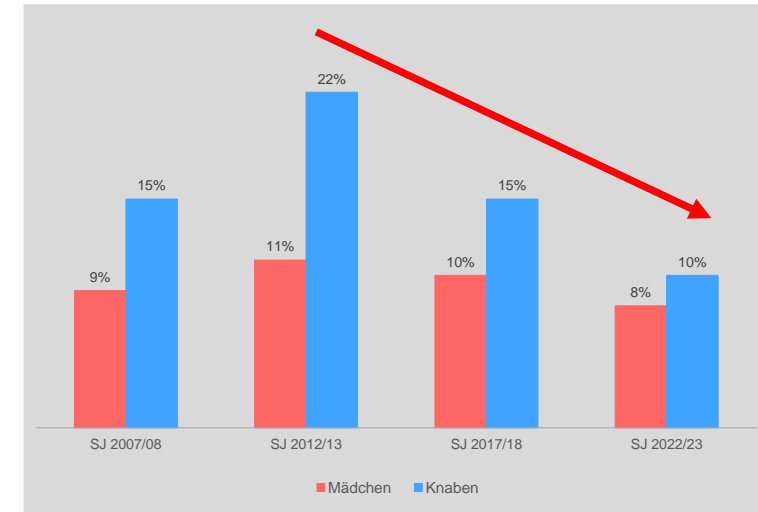


Abbildung 28
Anteile der Befragten, die in ihrem Leben schon einmal Cannabis konsumiert haben, nach Geschlecht und Schuljahr

Konsumanteile und Einstiegsprodukt beim Nikotin

Der Konsum von E-Zigaretten hat sprunghaft zugenommen, die Zigaretten erleben ein Revival. Eingebrochen sind Wasserpfeife und Shisha. E-Zigaretten spielen als Einstiegsprodukt in den Nikotinkonsum die grösste Rolle.

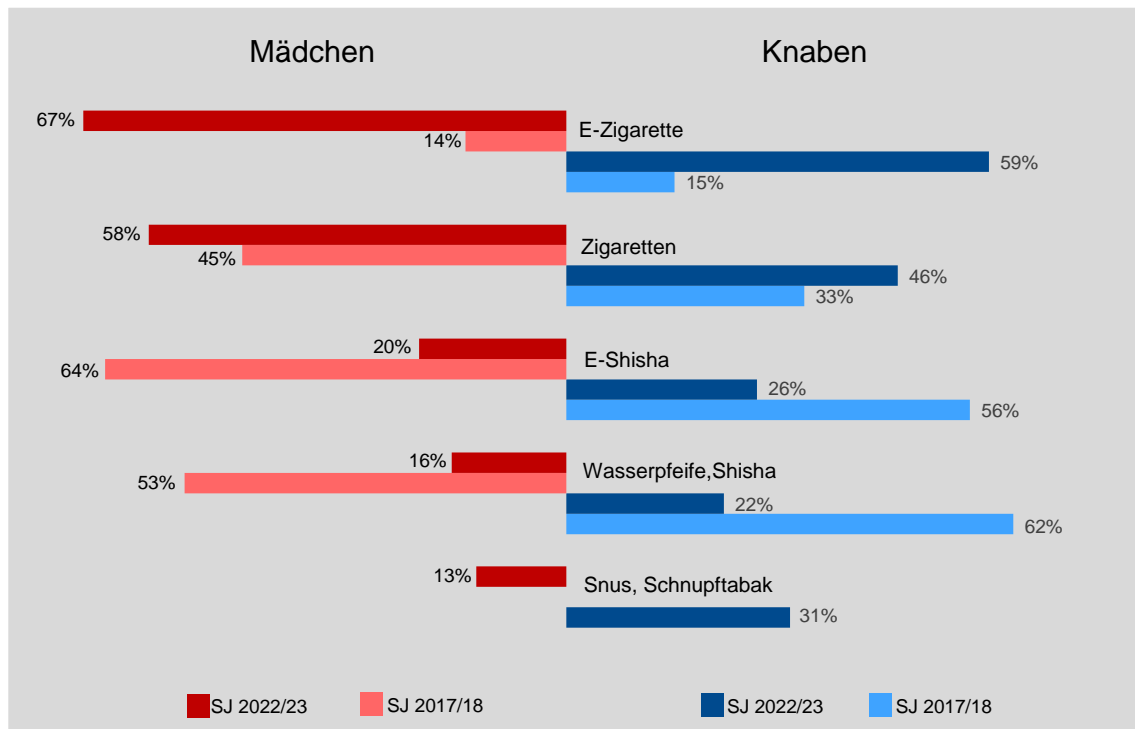


Abbildung 29

Konsumanteile der verschiedenen Nikotinprodukte innerhalb der Gruppe der Befragten, die angeben, zurzeit Nikotin zu konsumieren, nach Geschlecht und Schuljahr (Mehrfachnennungen)

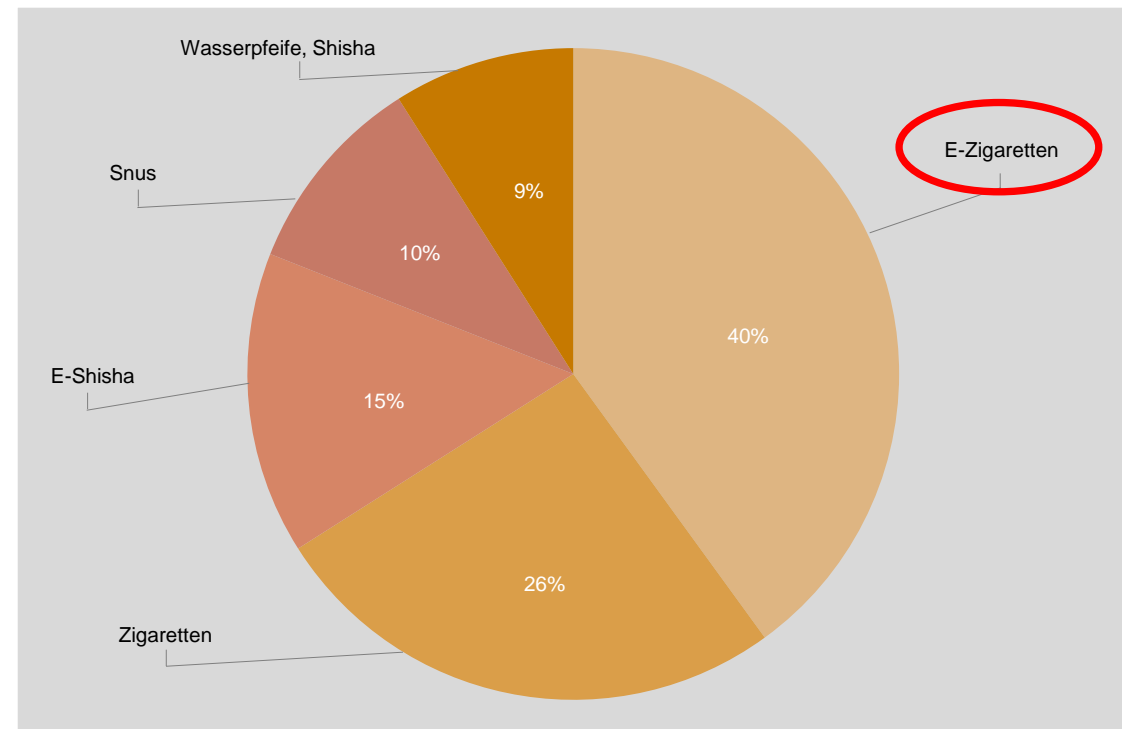


Abbildung 30

Anteile der Nikotinprodukte, mit denen die heute mehr als ein Nikotinprodukt konsumierenden Befragten ihren Nikotinkonsum begonnen haben

Liebe und Sexualität

Liebe und Sexualität

Der Anteil, der schon mal Geschlechtsverkehr hatte, ist weiter zurückgegangen, deutlich vor allem bei den Knaben. Ein Fünftel verwendete beim letzten Mal kein Verhütungsmittel, das ist ein doppelt so hoher Anteil wie vor zehn Jahren.

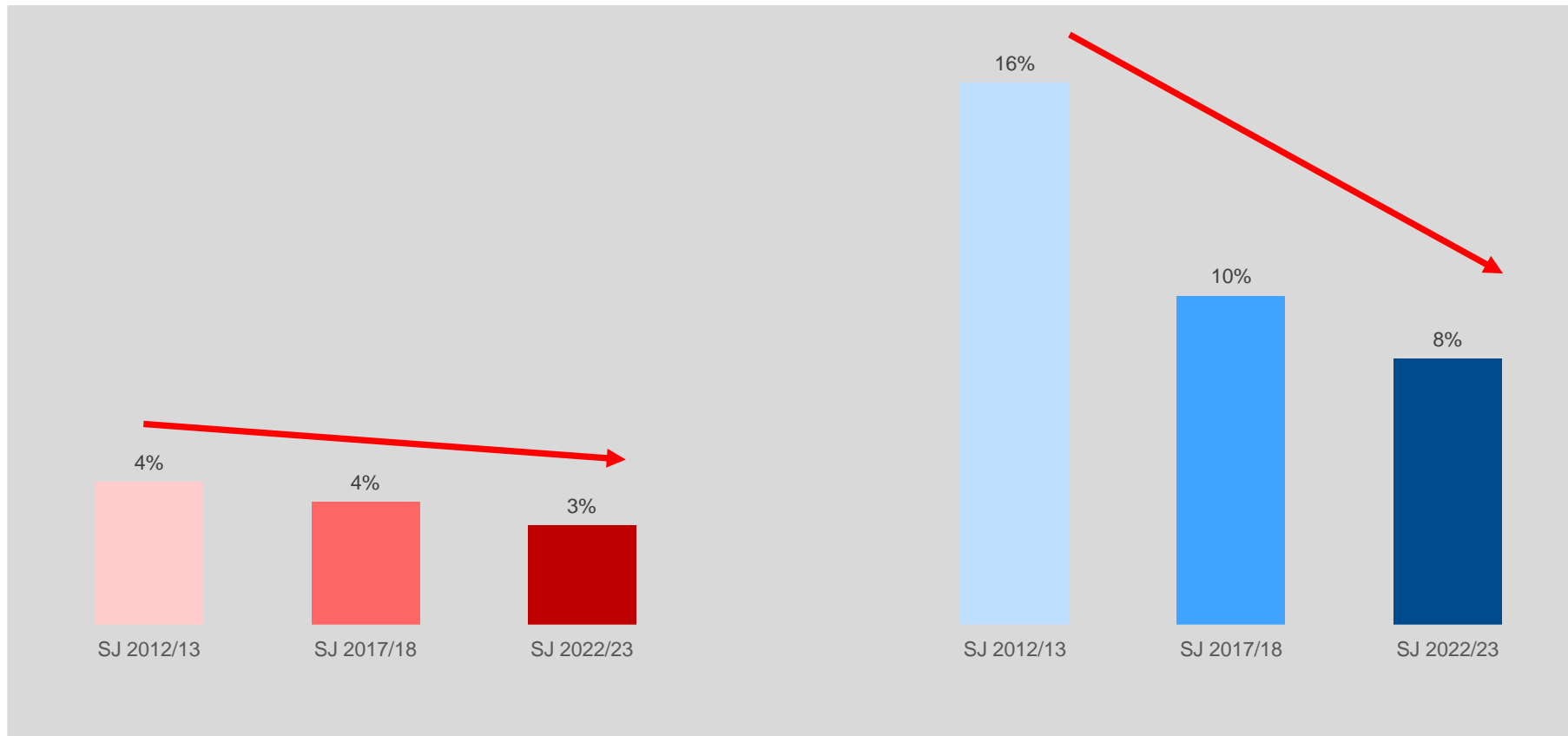


Abbildung 31
Anteile der Befragten, die schon einmal Geschlechtsverkehr hatten, nach Geschlecht und Schuljahr

Schlussfolgerungen

Wichtigste Schlussfolgerungen

1. Thematische Ausweitung des Programms «Heb Sorg!» auf psychische Krisen und psychische Gesundheit.
2. Prüfung einer Neulancierung des Schwerpunktes «positives Körperbild» in überarbeiteter Form.
3. Unterstützung der Schulen im Umgang mit Schulschwänzen (Regeln und Abläufe, Verantwortlichkeiten, Koordination der unterstützenden Dienste).
4. Erweiterung der schulpsychologischen Sprechstunden in den Schulen.
5. Thematisierung psychosomatischer Aspekte körperlicher Schmerzen in den schulärztlichen Gesundheitsgesprächen aufrechterhalten und ggf. verstärken.
6. Entwicklung einfacher und prägnanter Präventionsbotschaften (z.B. zu Diäten, digitalen Medien, Zahngesundheit, E-Zigaretten, Verhütung).