

## 16 Prozent der SchülerInnen haben suizidale Gedanken

Utl.: Alarmierende Studienergebnisse zur psychischen Gesundheit von SchülerInnen: Mehr als die Hälfte leiden unter depressiven Symptomen =

Krems/Wien (OTS) - Zwtl.: (02.03.21): Eine Studie der Donau-Universität Krems in Kooperation mit der Medizinischen Universität Wien sowie mit Unterstützung des Bundesministeriums für Bildung, Wissenschaft und Forschung hat die psychische Gesundheit von rund 3000 SchülerInnen untersucht. Dabei zeigte sich ein deutlicher Anstieg psychischer Symptome: 56 Prozent leiden unter einer depressiven Symptomatik, die Hälfte unter Ängsten, ein Viertel unter Schlafstörung und 16 Prozent haben suizidale Gedanken.

„Die Häufigkeit depressiver Symptome, Angstsymptome aber auch Schlafstörungen hat sich mittlerweile verfünf- bis verzehnfacht, Tendenz steigend. Die Ergebnisse sind besorgniserregend. Insbesondere, dass so ein hoher Anteil an Jugendlichen aktuell suizidale Gedanken hat“, so der Studienleiter Univ.-Prof. Dr. Christoph Pieh von der Donau-Universität Krems.

Vom 3. bis 28. Februar 2021 wurden 3.052 Schülerinnen und Schüler (ab 14 Jahre) aus ganz Österreich zu ihrer psychischen Gesundheit befragt. Die Ergebnisse zeigen, dass sich im Vergleich zu epidemiologischen Studien vor der COVID-19-Pandemie die psychischen Symptome vervielfacht haben.

„Ganz besonders alarmierend ist die Tatsache, dass rund 16 Prozent entweder täglich oder an mehr als der Hälfte der Tage suizidale Gedanken angeben. Das ist im Vergleich zu den letzten verfügbaren Daten aus Österreich ein deutlicher Anstieg“, erklärte der Studienautor Univ.-Prof. Dr. Paul Plener, Leiter der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie der MedUni Wien.

Dringender Handlungsbedarf an unterschiedlichen Ebenen

„Die Ergebnisse machen eines klar: Hier besteht dringender Handlungsbedarf, und zwar an ganz unterschiedlichen Stellen. Es ist ein dringender Appell, bei zukünftigen Entscheidungen die psychosozialen Folgen der Pandemie stärker zu berücksichtigen“,

erörterte der Experte für Gesundheitsforschung, Christoph Pieh. Neben einer raschen und je nach Schwere angepassten psychischen Betreuung sollte körperliche Bewegung gefördert werden.

Ein weiteres Ergebnis ist der deutliche Anstieg der Handynutzung: Mittlerweile verbringen rund die Hälfte der SchülerInnen täglich fünf oder mehr Stunden am Smartphone. Im Vergleich zu 2018 hat sich das verdoppelt. „Das ist umso bedenklicher, als dass mit steigender täglicher Handynutzung auch die Häufigkeit psychischer Beschwerden deutlich zunimmt“, erklärt Pieh. Gleichzeitig zeigt sich eine deutliche Abnahme der körperlichen Bewegung. Die Smartphones wurden auch genutzt, um in Zeiten der Einschränkungen soziale Kontakte aufrechtzuerhalten. Dennoch scheinen Instagram, Face-Time, TikTok und Co den persönlichen Kontakt, sei es beim Fußballspielen, Ausgehen oder wie auch immer gemeinsam Zeit verbracht wird, nicht ersetzen zu können.

#### Psychische Belastungen ernst nehmen

Aufgrund der Häufung psychischer Auffälligkeiten sei es wesentlich basale Stützen der psychischen Gesundheit in den Fokus zu nehmen. „Wir müssen die Aufmerksamkeit auf die Einhaltung eines Tag-Nacht-Rhythmus mit ausreichendem Schlaf, auf körperliche Betätigung und die Wiederaufnahme sozialer Kontakte legen“, präzisierte der Experte für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Paul Plener. Wenn aber die Probleme zu groß werden, sollte Hilfe in Anspruch genommen werden. „Gerade in schweren Fällen und vor allem dann, wenn Gedanken auftauchen nicht mehr weiterleben zu wollen, ist eine professionelle Hilfe wichtig und auch möglich“, betont Studienautor Paul Plener.

#### Link zur Studie:

[[https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=3795639](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3795639)]  
([https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=3795639](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3795639))

~

#### Rückfragehinweis:

Univ.-Prof. Dr. Christoph Pieh  
Department für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit  
Donau-Universität Krems  
Tel. +43 (0)650 2000425  
[christoph.pieh@donau-uni.ac.at](mailto:christoph.pieh@donau-uni.ac.at)

[www.donau-uni.ac.at/psycho](http://www.donau-uni.ac.at/psycho)

Univ.-Prof. Dr. Paul Plener, MHBA  
Medizinische Universität Wien  
Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie  
Tel.: +43 (0)1 40400 30115  
[paul.plener@meduniwien.ac.at](mailto:paul.plener@meduniwien.ac.at)

~

Digitale Pressemappe: <http://www.ots.at/pressemappe/795/aom>

\*\*\* OTS-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLISSLICHER  
INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSENDERS - WWW.OTS.AT \*\*\*

OTS0060 2021-03-02/10:15

021015 Mär 21

Link zur Aussendung:

[https://www.ots.at/presseaussendung/OTS\\_20210302\\_OTS0060](https://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20210302_OTS0060)