

Factsheet

Maßnahmen zur Stärkung der psychosozialen Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen

Rosemarie Felder-Puig, Brigitte Lindner, Irina Vana, Lisa Schlee, Gerlinde Rohrauer-Näf,
September 2023

Inhalt: Das vorliegende Factsheet gibt einen kurzen Überblick über rezente Studienergebnisse zur psychischen Gesundheit von jungen Menschen, listet die wesentlichen Angebote und Hilfsysteme, die es aktuell in Österreich gibt, entlang der Entwicklungsstufen auf und ergänzt diese um Angaben zur Wirksamkeit der jeweiligen Angebotskategorien. Angesichts der aktuell hohen Prävalenzzahlen psychischer Belastungen, des steigenden Präventions- und Unterstützungsbedarfs und der Brisanz des Themas werden koordinierte Aktivitäten und die Formulierung abgestimmter Strategien und Aktionspläne mit Fokus auf die Gesundheitsförderung sowie ein koordinierter Ausbau der bestehenden Leistungen empfohlen.

Wie steht es um die psychische Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Österreich?

Psychische Gesundheit ist ein Zustand des Wohlbefindens, in dem eine Person ihre Fähigkeiten ausschöpfen, die normalen Lebensbelastungen bewältigen, produktiv arbeiten und einen Beitrag zu ihrer Gemeinschaft leisten kann (Definition der Weltgesundheitsorganisation).

Psychische Gesundheit ist das Ergebnis einer gesunden Entwicklung und gesunder Lebensbedingungen von Kindern und Jugendlichen. Sie kann durch belastende Lebensereignisse, aber auch durch wiederkehrende Symptome wie Angst, Niedergeschlagenheit, Nervosität oder Schlafprobleme beeinträchtigt werden. In bestimmten Fällen und zumeist in Kombination mit weiteren Symptomen kann eine Beeinträchtigung der psychischen Gesundheit ein Anzeichen für eine psychische Störung oder Erkrankung darstellen. Positive soziale Beziehungen sind ein besonders relevanter Faktor für die Entwicklung und den Erhalt der psychischen Gesundheit. Deshalb hat die Förderung der psychischen Gesundheit oft auch direkte Auswirkungen auf das Sozialverhalten, die Beziehungsfähigkeit und die Erfüllung von Rollenerwartungen.

Psychische Erkrankungen zählen weltweit zu den häufigsten Erkrankungen in der Kindheit und Jugend. Ungefähr die Hälfte der psychisch erkrankten Erwachsenen war bereits im Jugendalter belastet (Fuchs/Karwautz 2017). Für Österreich beziffern Wagner et al. (2017) die Punktprävalenz mindestens einer psychischen Störung unter den 10- bis 18-Jährigen mit 23,9 % (\pm 4,2 %) und die Lebenszeitprävalenz bis ins Erwachsenenalter mit 35,8 % (\pm 4,8 %). Die höchsten

Lebenszeitprävalenzen werden dabei für Angststörungen (15,6 %; \pm 3,6 %), neurologische Entwicklungsstörungen (9,3 %; \pm 2,6 %) und depressive Störungen (9,3 %; \pm 2,6 %) registriert (ebd.).

Es gibt Evidenz dafür, dass sich die psychische Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen seit den 2000er-Jahren und besonders in den letzten paar Jahren verschlechtert hat (Kauhanen et al. 2023; Reinhardt/Petermann 2010; Samji et al. 2022; Schlack et al. 2023). In den HBSC-Daten für Österreich bildet sich dieser Trend besonders seit der Erhebung 2014 ab (Felder-Puig et al. 2023a): Der Anteil der älteren Kinder und Jugendlichen, die zumindest von einem häufig auftretenden Symptom wie Niedergeschlagenheit, Nervosität, Gereiztheit oder Einschlafproblemen berichten, ist kontinuierlich gestiegen (2010: 28,2 %; 2014: 32,9 %, 2018: 43,1 %, 2022: 52,8 %). Besonders während der COVID-19-Pandemie waren viele junge Menschen psychisch stark belastet. In einer österreichischen Erhebung im Herbst 2021 zeigten 62 % der Schülerinnen und 38 % der Schüler der Sekundarstufe 2 depressive Symptome, und 47 % der Schülerinnen und 32 % der Schüler hatten Suizidgedanken (Dale et al. 2023).

Psychische Probleme in der Kindheit und Jugend beeinträchtigen nicht nur die aktuelle Lebensqualität, Beziehungen und Gesundheit, sondern haben auch häufig langfristige Auswirkungen auf den Bildungs- und späteren beruflichen Erfolg (Sellers et al. 2019). Bestimmte Subgruppen sind stärker von psychischen Beschwerden betroffen als andere: jugendliche Mädchen mehr als Burschen, sozioökonomisch benachteiligte Schüler:innen mehr als jene aus finanziell besser gestellten Verhältnissen, junge Menschen mit Migrationshintergrund mehr als autochthone (Felder-Puig et al. 2023b). Die Förderung psychischer Gesundheit und die Prävention psychischer Störungen bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen gehören zu den wichtigsten Aufgaben eines Landes. Deshalb gibt es in Österreich bereits zahlreiche Angebote und Unterstützungssysteme, deren Umfang angesichts der gestiegenen Prävalenzen nicht mehr ausreichen dürfte. Dass sich Investitionen in eine entsprechende Unterstützung von Kindern und jungen Menschen rechnen, haben verschiedene Studien gezeigt (z. B. Caspi et al. 2016; Fischer/Stanak 2017). So wurde z. B. von Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftern der London School of Economics berechnet, dass für jedes in Elternprogramme oder Programme gegen Mobbing investierte Pfund langfristig 9,30 Pfund an Interventionskosten eingespart werden könnten (McDaid et al. 2022).

Dieses Factsheet soll einen Überblick über bestehende Angebote und Unterstützungssysteme entlang der verschiedenen Entwicklungsstufen geben. Der Fokus liegt dabei auf Gesundheitsförderungs- und Präventionsansätzen. Auf die Behandlung von psychiatrischen Zustandsbildern wird nicht eingegangen, da hierfür eine eigene Betrachtungsweise und Analyse notwendig sind.

Maßnahmen im österreichischen Kontext

Die Förderung der psychischen Gesundheit bedeutet neben der Verhinderung oder Heilung psychischer Erkrankungen auch die Stärkung kognitiver, psychosozialer und emotionaler Kompetenzen und Ressourcen, damit sich Kinder und Jugendliche zu selbstbestimmten und eigenverantwortlichen Erwachsenen entwickeln können. Dafür sind die entsprechenden Rahmenbedingungen und Unterstützungsmöglichkeiten in den Lebenswelten der Betroffenen zu schaffen, was in entwickelten Staaten als Aufgabe des Gemeinwesens gilt. Welche Maßnahmen dies für die Zeitspanne von vor der Geburt bis ins junge Erwachsenenalter sein können, ist exemplarisch in Abbildung 1 dargestellt.

Abbildung 1:

Maßnahmen zur Stärkung der psychosozialen Gesundheit für Null- bis 24-Jährige

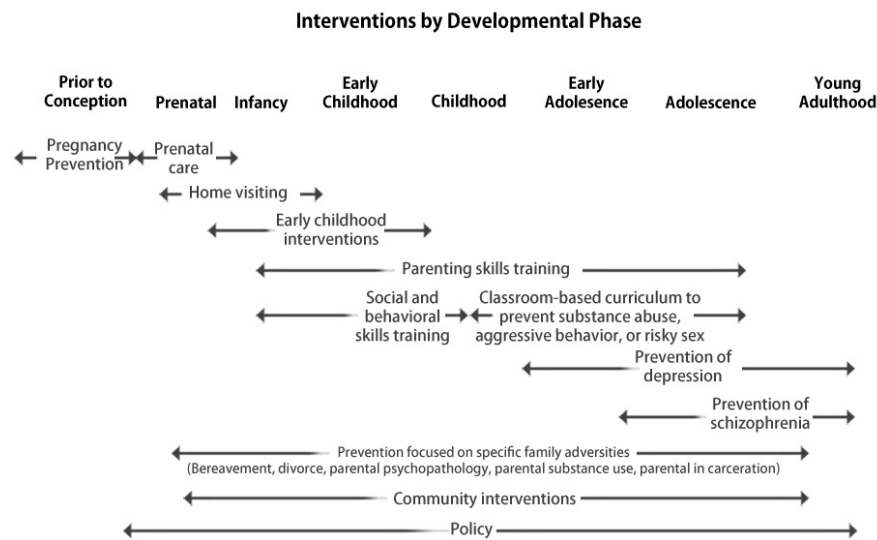


FIGURE II-1 Interventions and their targeted developmental stages.

Quelle: youth.gov (2023)

Betreuung in der Schwangerschaft und nach der Geburt

In Österreich sind die medizinische Begleitung und Betreuung von werdenden Müttern mit dem Mutter-Kind-Pass bereits seit vielen Jahren institutionalisiert (Mutter-Kind-Pass; sozialministerium.at). Dieser wird derzeit überarbeitet und soll bald als neuer, digitaler Eltern-Kind-Pass, der zusätzliche Untersuchungsparameter enthält, zur Verfügung stehen (Eltern-Kind-Pass-Gesetz; www.oesterreich.gv.at). Dabei sollen auch psychische Probleme von Eltern, die Auswirkungen auf das un- oder neugeborene Kind haben können, sowie die psychosoziale Entwicklung des Kindes stärkere Berücksichtigung finden. Ein aktuelles Assessment des Austrian Institute for Health Technology Assessment ortet hier in Österreich im Vergleich zu anderen Ländern Nachholbedarf (Zechmeister-Koss 2023).

Aufsuchende Familienarbeit und -begleitung

Die Initiative „Frühe Hilfen“ unterstützt junge Familien, die in der Schwangerschaft oder in den ersten drei Lebensjahren des Kindes mehrfache Belastungen erleben (Frühe Hilfen Österreich; https://www.fruehehilfen.at/). Die Frühen Hilfen zielen darauf ab, Entwicklungsmöglichkeiten und Gesundheitschancen von Kindern und Eltern in der Familie und Gesellschaft frühzeitig und nachhaltig zu verbessern. Die Familienbegleiter:innen identifizieren gemeinsam mit den Familien den Unterstützungsbedarf und vermitteln zu spezifischen Angeboten aus der Region weiter. Der Austausch im Rahmen von persönlichen Gesprächen, bei denen neben Tipps auch Wertschätzung vermittelt wird, wird von den Familien sehr geschätzt. Beides trägt zu einer Entlastung und Verbesserung der Erziehungs- und Gesundheitskompetenz bei und wirkt langfristig präventiv (siehe Wirkmodell von Marbler et al. 2020). Die Frühen Hilfen werden laufend evaluiert und gelten als Vorzeigeprojekt. Laut der Fallstudie von Juraszovich (2017) liegt das langfristig kalkulierte

Kosten-Nutzen-Verhältnis der „Frühen Hilfen“ zwischen 1:16 und 1:25 (bei Berücksichtigung des Nutzens höherer Wertschöpfung). Seit Sommer 2023 ist das Angebot in allen Bezirken Österreichs verfügbar.

Auch die österreichische Kinder- und Jugendhilfe trägt dazu bei, die Rechte der Kinder und Jugendlichen auf Förderung ihrer Entwicklung und Erziehung zu eigenverantwortlichen und gemeinschaftsfähigen Persönlichkeiten zu unterstützen, sie vor allen Formen der Gewalt zu schützen und die Erziehungskraft der Familien zu stärken (BKA 2023). Sie ist aber nicht nur für junge Kinder, sondern für alle Altersgruppen zuständig. Aufgrund steigender Gefährdungsmeldungen bei gleichzeitigem Fachkräftemangel machte der Dachverband zuletzt auf die derzeit schwierige Situation der Kinder- und Jugendhilfe in Österreich aufmerksam (OTS 2022).

Frühförderung

Die Frühförderung zielt auf Familien mit Kindern, die eine Behinderung oder Entwicklungsverzögerung aufweisen, ab ([Frühförderung; oesterreich.gv.at](#)). Sie wird in den einzelnen Bundesländern von unterschiedlichen Trägern angeboten. In ihr arbeiten in der Regel Expertinnen und Experten aus den Fachrichtungen Psychologie, Physiotherapie, Ergotherapie und Logopädie. Ein österreichisches Assessment bescheinigt der Frühförderung einen empirisch belegten Nutzen, vor allem für Kinder aus sozial benachteiligten Familien (Petanovitsch/Schmid 2012). Fade-out-Effekte sind aber möglich, wenn die Erfolge im Zeitverlauf wieder „verpuffen“. Außerdem sei Frühförderung nicht in der Lage, herkunfts- oder milieubedingte Nachteile vollständig zu kompensieren.

Elternbildung

In Österreich bedeutet Elternbildung, in Vorträgen, Workshops, Eltern-Seminaren oder begleiteten Eltern-Kind-Gruppen Informationen zu sammeln, Erfahrungen mit anderen Eltern auszutauschen, eigene Stärken zu entdecken und praktische Anregungen für den Erziehungsalltag mitzunehmen. Ziel ist, die elterliche Kompetenz und die Erziehungsfähigkeit zu stärken und damit Schwierigkeiten in der Eltern-Kind-Beziehung vorzubeugen ([Elternbildung und Erziehungsfragen; bundeskanzleramt.gv.at](#)). Sie grenzt sich dabei von Elternberatung, Familienberatung, Therapien, Coachings und standardisierten Elterntrainings ab.

Im internationalen Kontext gibt es zahlreiche kontrollierte Studien, die Elternbildungsmaßnahmen Wirksamkeit bescheinigen, auch jenen, die online angeboten werden, um Eltern in ländlichen Gebieten einen einfachen Zugang zu ermöglichen (Barlow/Coren 2018; Corralejo/Domenech Rodríguez 2018; Florean et al. 2020; Grey et al. 2022). Kritik gibt es hingegen immer wieder daran, dass gerade Eltern, die solche Maßnahmen besonders brauchen würden, damit nicht erreicht werden (Buchebrner-Ferstl et al. 2011).

Förderung der psychosozialen Gesundheit in Bildungseinrichtungen

Gesundheitsförderung in Bildungseinrichtungen hat in Österreich eine jahrzehntelange Tradition ([Gesundheitsförderung; bmbwf.gv.at](#), [Gesundheitsförderung in der Schule; sozialversicherung.at](#)). Ein wichtiger Bereich ist dabei die Förderung der psychosozialen Gesundheit der Kindergartenkinder und Schüler:innen. Inwiefern diese umgesetzt werden kann, wird in den folgenden drei Subkapiteln vorgestellt.

Beziehungs- und Unterrichtsgestaltung, Gewaltprävention

Eine die psychosoziale Gesundheit unterstützende Beziehungs- und Unterrichtsgestaltung in den Bildungseinrichtungen ist deshalb wichtig, weil der Besuch von Kindergarten oder Schule auch zu schmerzvollen Mobbing- oder Ausgrenzungserfahrungen, Versagensängsten oder Verweigerungsverhalten führen kann. Um diese Gefahren zu mildern oder zu vermeiden, muss in Bildungseinrichtungen ständig am sozialen Klima, an den Beziehungsqualitäten und an der Gewaltprävention gearbeitet werden (Ramelow et al. 2013; Rohrauer-Näf et al. 2022) Gewaltprävention: bmbwf.gv.at). Dass z. B. die nationale Strategie zur schulischen Gewaltprävention des Bildungsministeriums, die 2008 ins Leben gerufen wurde, erfolgreich war, kann an den fallenden Prävalenzen von Mobbingopfern und Mobbingtäterinnen bzw. -tätern in österreichischen Sekundarschulen abgelesen werden (Felder-Puig et al. 2023a). Die Anstrengungen, die die Bildungseinrichtungen hier unternehmen, dürfen aber nicht nachlassen, u. a. auch deswegen, weil sich Anfeindungen gegenüber Schülerinnen und Schülern und zum Teil auch gegenüber Pädagoginnen und Pädagogen immer mehr in den digitalen Raum verlagern und nun auch jüngere Altersgruppen davon betroffen sind, was neue bzw. modifizierte Herangehensweisen erfordert. Zur Unterstützung können österreichische Schulen die qualitätsgesicherten Angebote zur Förderung der psychosozialen Gesundheit und zur (Cyber-)Mobbingprävention der Initiative Wohlfühlzone Schule nutzen (Wohlfühlzone Schule: wohlfuehlzone-schule.at).

Der Unterricht kann für die psychische Gesundheit förderlich sein, wenn die Schüler:innen unterschiedliche Lernwege gehen und in ihrem eigenen Tempo arbeiten können. Diesem individualisierten Lernen sind allerdings Grenzen gesetzt, Stichwort standardisierte Leistungsüberprüfungen (z. B. Matura, Lehrabschlussprüfung). Gerade ältere Schüler:innen klagen schon seit Jahren über den gestiegenen schulischen Leistungsdruck (Felder-Puig et al. 2023a). Deshalb fordern Schülervertreter:innen immer wieder eine Entrümpelung der Lehrpläne und eine Ergänzung um Themen, die für deren persönliche Entwicklung und Zukunft von Relevanz sind (Standard 2018).

Förderung von Lebenskompetenzen

Die Förderung von Lebenskompetenzen, wozu auch sozial-emotionale Kompetenzen und die Gesundheitskompetenz zu zählen sind, ist als Bildungs- und Erziehungsauftrag in den Lehrplänen verankert (Gesundheitsförderung: bmbwf.gv.at). Es gibt gut evaluierte Programme, die in kontrollierten Studien eine positive Wirkung auf das Sozialverhalten, schulische Leistungen und/oder Selbstwirksamkeitserwartungen der Schüler:innen zeigen konnten (Cipriano et al. 2021; Durlak et al. 2011; Pandey et al. 2018; Taylor et al. 2017). Die London School of Economics geht davon aus, dass für jedes investierte Pfund in entsprechende Programme an Schulen langfristig 7 Pfund an wirtschaftlichem Gewinn erzielt werden (McDaid et al. 2017).

Solche Programme werden in Österreich z. B. als „Gemeinsam stark werden“, „Plus“ für Sekundarstufe 1 und „Wetterfest“ für Sekundarstufe 2 oder „PERMA Teach“ als Weiterbildung für Lehrer:innen angeboten, die das Know-how im Unterricht anwenden sollen. Anbieter sind die Institute für Suchtprävention (Institut Suchtprävention: praevention.at) und pädagogische Hochschulen. Dafür werden die Pädagoginnen und Pädagogen in den Schulen ausgebildet und mit den nötigen Materialien ausgestattet. Allerdings scheinen dafür die nötigen zeitlichen und personellen Ressourcen in den Schulen oft zu fehlen, und der aktuelle Lehrkräftemangel macht diesbezüglich auch keine Hoffnung auf Verbesserung.

Damit diese Programme auch tatsächlich Erfolg zeigen, gibt es gemäß den zitierten Studien folgende Gelingensbedingungen:

in Bezug auf das Durchführungskonzept:

- » strukturiertes, aufeinander aufbauendes Lernen
- » interaktive Durchführung
- » hinreichende Intensität
- » rechtzeitig und entwicklungsangemessen
- » ausreichende Motivation der Zielgruppe

in Bezug auf die Implementierung:

- » politische Unterstützung
- » ausreichende Ressourcen und Finanzierung
- » Beteiligte überzeugt von Notwendigkeit und Nutzen
- » Konzepttreue
- » Kommunikation und Kooperation zwischen Beteiligten

Zu überlegen ist also, wie diese Programme in Bildungseinrichtungen für möglichst alle Altersgruppen effizient umgesetzt werden könnten und welche zusätzlichen Ressourcen dafür notwendig sind. Dazu muss auch erfasst werden, wie viele Kinder mit welcher Intensität von den Programmen überhaupt erreicht werden können – diese Informationen fehlen derzeit.

Zu spezifischen Fragestellungen (z. B. zur Sucht-, Gewalt- oder Suizidprävention oder zur Sexualpädagogik) gibt es in Österreich kostenfreie Workshops, die von externen Expertinnen und Experten in Schulklassen abgehalten und von den Schulen auf Wunsch gebucht werden können. Diese sind in der Regel aber auf wenige Unterrichtseinheiten begrenzt, womit sie einige der o. a. Gelingensbedingungen nicht erfüllen dürften.

Früherkennung, individuelle Unterstützung und Weitervermittlung

Da die Pädagoginnen und Pädagogen in den Bildungseinrichtungen engen und regelmäßigen Kontakt mit den Kindern und Jugendlichen haben, sollten sie über die notwendigen Kompetenzen verfügen, um psychosoziale Problemstellungen frühzeitig erkennen und die notwendigen Handlungsschritte setzen zu können. Dafür braucht es (verpflichtende) Aus- und regelmäßige Fortbildungen, die von den Pädagogischen Hochschulen oder anderen Institutionen angeboten werden sollten.

Unterstützung können Pädagoginnen, Pädagogen, Erziehungsberechtigte, aber v. a. auch die Schüler:innen selber von dem in den letzten Jahren in Österreich ausgebauten psychosozialen Unterstützungssystem in und für Schulen erhalten (Grandy/Felder-Puig 2016). Dieses umfasst v. a. die Schulpsychologie ([Schulpsychologie; bmbwf.gv.at](http://schulpsychologie.bmbwf.gv.at)) und die Schulsozialarbeit ([Schulsozialarbeit; bmbwf.gv.at](http://schulsozialarbeit.bmbwf.gv.at)). Zudem stehen in Bundesschulen, jedoch selten in Pflichtschulen, Schulärztinnen bzw. Schulärzte zur Verfügung, die auch bei psychosozialen Fragestellungen unterstützen bzw. weitervermitteln können ([Schulärztlicher Dienst; bmbwf.gv.at](http://schulärztlicher.dienst.bmbwf.gv.at)). Für die schulische und berufliche Laufbahnberatung gibt es ab der 5. Schulstufe Lehrkräfte, die zu Schüler- und Bildungsberater:innen bzw. -beratern ausgebildet worden sind ([Schüler- und Bildungsberatung; schulpsychologie.at](http://schueler-und-bildungsberatung.schulpsychologie.at)).

Die verschiedenen psychosozialen Unterstützungssysteme werden von Zeit zu Zeit evaluiert. Dabei zeigte sich zuletzt eine Versorgungslücke bei den bzw. ein Mangel an Schulpsycholog:innen, -psychologen, Schulsozialarbeiterinnen und -arbeitern (Grandy/Felder-Puig 2016).

Für Studierende steht die Psychologische Studierendenberatung per Telefon, E-Mail oder via Chatberatung zur Verfügung (Psychologische Unterstützung für Studierende; bmbwf.gv.at).

Außerschulische Unterstützungsangebote

Die offene Jugendarbeit mit ihren 680 Einrichtungen in ganz Österreich (Bundesweites Netzwerk Offene Jugendarbeit; boJA.at) begleitet und fördert Jugendliche auf ihrem Weg in die erwachsene Selbstständigkeit und Mündigkeit. Der niederschwellige und freiwillige Zugang begünstigt den Erwerb von Bildungsinhalten, die für alltägliche Handlungs- und Sozialkompetenzen wichtig sind.

Die Sozialversicherungen bieten eine limitierte Anzahl an kostenfreien Psychotherapieplätzen an. Weil dieses Angebot nicht reicht, hat das BMSGPK das Projekt „Gesund aus der Krise“ (Gesund aus der Krise; gesundausderkrise.at) ins Leben gerufen, das bis Mitte 2024 laufen soll. Dabei können die Betroffenen 15 kostenfreie klinisch-psychologische, gesundheitspsychologische oder psychotherapeutische Einheiten im Einzel- oder Gruppensetting in Anspruch nehmen.

Kostenlose psychologische telefonische, E-Mail- und Chat-Beratung bietet die Notrufnummer für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene „Rat auf Draht“ (147 Rat auf Draht; rataufdraht.at), an die sich auch die Bezugspersonen der jungen Menschen wenden können. „Rat auf Draht“ gibt es bereits seit mehreren Jahrzehnten, hat einen hohen Bekanntheitsgrad und verzeichnet aktuell ca. 47.000 Beratungen pro Jahr. Die Onlineberatung der Telefonseelsorge Österreich (Chatberatung; telefonseelsorge.at) wird v. a. von jungen Menschen in Anspruch genommen, jährlich wurden zuletzt ca. 10.000 Onlineberatungen verzeichnet. Als breites Angebot für Jugendliche zu verschiedenen gesundheitsrelevanten Themen ist v. a. die interaktive Website feel-ok (feel-ok.at) zu nennen, die auch über Workshops in Schulen oder Jugendzentren und Multiplikatorenschulungen beworben wird und jährlich ca. 160.000 Zugriffe aufweist.

Parallel dazu gibt es Unterstützungsmöglichkeiten für spezifische Problemstellungen, österreichweit oder in einzelnen Bundesländern. Darunter sind, ohne Anspruch auf Vollständigkeit, zu nennen:

Beratung und Unterstützung

- » in Ausbildungsfragen für ausgrenzungsgefährdete Jugendliche (Jugendcoaching; sozialministeriumservice.at, AusbildungsFit; sozialministeriumservice.at)
- » für Mädchen und junge Frauen (Netzwerk Frauen- und Mädchenberatungsstellen; netzwerk-frauenberatung.at)
- » für junge queere Menschen (Beratungsstelle Courage; courage-beratung.at)
- » in krisenhaften Situationen (Kinder- und Jugendanwaltschaften Österreichs; kija.at, Kriseneinrichtungen und psychosoziale Hilfsangebote, gesundheit.gv.at, verschiedene NGOs wie Kinderhilfswerk, Caritas, Möwe, Rainbows, Volkshilfe, pro mente, Rotes Kreuz u. a.)
- » für Kinder und Jugendliche mit psychisch kranken Eltern (Verrückte Kindheit; verrueckte-kindheit.at)
- » für Suchtgefährdete und deren Angehörige (Suchtberatung, gesundheit.gv.at)

Betreuungs- und Beratungsangebote sowie Psychotherapie zur Stärkung der psychischen Gesundheit, wie sie in den beschriebenen Maßnahmen stattfinden, wurden in unzähligen Studien evaluiert und verfügen generell über eine belastbare Evidenz für deren Wirksamkeit in vielen Fällen (neuere systematische Reviews z. B. von Duffy et al. 2019; Li et al. 2021; Oud et al. 2019; Reangsing et al. 2021; Sapthiang et al. 2019), allerdings gibt es dafür bestimmte Gelingensbedingungen:

- » gemeinsame Auftragsklärung und Zielsetzung
- » relevante Ausbildung und entwicklungspsychologische Expertise der Berater:innen / Therapeutinnen und Therapeuten
- » wertschätzende und empathische Haltung der Berater:innen / Therapeutinnen und Therapeuten
- » ausreichend Raum/Zeit für die Rat-/Hilfesuchenden, um eigene Gefühle, Vorstellungen, Wünsche, Einwände etc. auszudrücken
- » Erzeugen von Resonanz bei den Rat-/Hilfesuchenden

Deshalb sollen sich Berater:innen, Therapeutinnen und Therapeuten in regelmäßigen Abständen einer internen Reflexion oder Evaluation in den Einrichtungen, in denen sie tätig sind, und/oder einer Supervision unterziehen.

Politische Strategien

Für die Schaffung von für die Bevölkerung kostenfreien Angeboten sind politische Strategien notwendig. Dabei wird

- » festgelegt, was genau erreicht werden soll,
- » analysiert, welche Zielgruppen erreicht werden sollen und wer bzw. was konkret gebraucht wird, um die festgelegten Ziele zu erreichen, und
- » entschieden, welche Maßnahmen umgesetzt werden müssen, um die Ziele zu erreichen.

In Österreich gibt es mehrere politische Strategien, die u. a. die Verbesserung von Rahmenbedingungen in Settings und spezifische Angebote zur Stärkung der psychosozialen Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen im Blick haben. Darunter sind zu nennen: die österreichischen Gesundheitsziele ([Gesundheitsziele Österreich; gesundheitsziele-oesterreich.at](https://www.gesundheitsziele-oesterreich.at)), die Kinder- und Jugendgesundheitsstrategie des BMSGPK ([Kinder- und Jugendgesundheitsstrategie; sozialministerium.at](https://www.kinder-und-jugendgesundheitsstrategie.sozialministerium.at)), die nationale Strategie zur psychischen Gesundheit des BMSGPK ([Nationale Strategie zur psychischen Gesundheit; sozialministerium.at](https://www.nationale-strategie-zur-psychischen-gesundheit.sozialministerium.at)) und die Strategie der österreichischen Sozialversicherung zur Psychischen Gesundheit ([Strategie Psychische Gesundheit; sozialversicherung.at](https://www.strategie-psychische-gesundheit.sozialversicherung.at)). Auch die in einem partizipativen Strategieprozess 2021 und 2022 entwickelte Roadmap „Zukunft Gesundheitsförderung“ beinhaltet Vorschläge für zukünftige Strategien und Maßnahmen im Bereich psychosozialer Gesundheit.

Angesichts der aktuell hohen Prävalenzzahlen, des steigenden Präventions- und Unterstützungsbedarfs und der Brisanz des Themas ist zu empfehlen, eine eigenständige Strategie zu entwickeln, die ausschließlich die Zielgruppen Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene im Blick hat. Diese sollte unter Einbindung aller relevanten Stakeholder und unter Berücksichtigung eines rezenten Assessments des AIHTA (Jeindl/Hofer 2022) erfolgen.

Fazit

Die Förderung der psychosozialen Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen ist eine politische Querschnittsaufgabe, deshalb müssen neben der Gesundheit auch andere Ressorts – Soziales, Bildung, Familie, Jugend, Wirtschaft, Justiz – eingebunden werden. Die verschiedenen Politikebenen (Gemeinden, Bundesländer, Bund) stehen ebenso in der Verantwortung wie die Sozialversicherung. Statt Zuständigkeiten differenziert abzugrenzen, kommt es darauf an, die gemeinsame Verantwortung zu erkennen und wahrzunehmen.

Eine neue Strategie könnte wichtige Impulse setzen, wenn sie den Fokus auf folgende Inhalte setzt:

- » Zur Förderung der psychischen Gesundheit von Kindern und jungen Menschen gibt es eine Reihe gut evaluierter Programme (z. B. die Lebenskompetenzprogramme für unterschiedliche Altersgruppen und/oder mit verschiedenen Schwerpunktsetzungen), die aber mit zu wenigen Ressourcen ausgestattet sind und/oder den Schulen zur freiwilligen Umsetzung überlassen werden. Stattdessen sollten diese Programme langfristig, mit gesicherter Finanzierung und zusätzlichen Ressourcen ausgestattet in den Bildungseinrichtungen und der offenen Jugendarbeit implementiert werden.
- » Einen wichtigen Beitrag kann die Schaffung eines einheitlichen Onlinemedium leisten, über das sich Betroffene, Angehörige, Pädagoginnen, Pädagogen und andere Personen, die mit Kindern oder jungen Menschen arbeiten, informieren können, welche (unbefristeten) Angebote es für welche Zielgruppen, zu welchen Problemstellungen und in welcher Region gibt
- » Es braucht mehr Maßnahmen für junge Erwachsene, Lehrlinge und sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche.
- » Zur Früherkennung von psychosozialen Problemstellungen sollte eine verpflichtende Aus- und Weiterbildung von Personen, die mit Kindern oder jungen Menschen arbeiten, eingeführt werden.
- » Eine zentrale Empfehlung ist die Entwicklung und Implementierung von Elternbildungsmaßnahmen, mit denen auch Personen aus bildungsfernen und/oder migrantischen Milieus erreicht werden.
- » Etabliert werden sollte die finanzielle Förderung von größeren, gut vorbereiteten und Erfolg versprechenden Pilotprojekten, für die eine hohe Wahrscheinlichkeit der Anschlussfinanzierung besteht bzw. die Skalierung von erfolgreichen Programmen als Weiterentwicklung der aktuellen Angebotsstruktur von geförderten kleinen, zeitlich befristeten Projekten.
- » Aktuell und in naher Zukunft müssen fehlende Ressourcen (z. B. Lehrkräftemangel, Mangel an Schulärztinnen bzw. -ärzten für Pflichtschulen, zu wenige Schulpsychologinnen und -psychologen, weite Wege in ländlichen Regionen etc.) bei den Planungen immer mitgedacht werden.
- » Über ein laufendes Monitoring soll überprüft werden, ob die Maßnahmen im Gesamten erfolgreich sind. Dieses gibt es zwar mit der HBSC-Studie, sie umfasst aber nur Schüler:innen aus den Sekundarstufen und Lehrlinge.

Literatur

- Barlow, Jane; Coren, Esther (2018): The effectiveness of parenting programs: A review of Campbell reviews. In: *Research on Social Work Practice* 28/1:99–102
- BKA (2023): Ziele und Aufgaben der Kinder- und Jugendhilfe [online]. Bundeskanzleramt Österreich. <https://www.bundeskanzleramt.gv.at/agenda/familie/begleitung-beratung-hilfe/kinder-und-jugendhilfe/ziele-aufgaben.html> [Zugriff am 21.08.2023]
- Buchebner–Ferstl, S.; Baierl, A., Kapella, O.; Schipfer, R. K. (2011): Erreichbarkeit von Eltern in der Elternbildung. Forschungsbericht. Österreichisches Institut für Familienforschung an der Universität Wien, Wien
- Caspi, Avshalom; Houts, Renate M; Belsky, Daniel W; Harrington, Honalee; Hogan, Sean; Ramrakha, Sandhya; Poulton, Richie; Moffitt, Terrie E (2016): Childhood forecasting of a small segment of the population with large economic burdens. In: *Nature human behaviour* 1/1:0005
- Cipriano, Christina; Strambler, Michael J; Naples, Lauren H; Ha, Cheyeon; Kirk, Megan; Wood, Miranda; Sehgal, Kaveri; Zieher, Almut K; Eveleigh, Abigail; McCarthy, Michael (2021): The state of evidence for social and emotional learning: A contemporary meta-analysis of universal school-based SEL interventions. *Child Development*. Yale Child Study Center, Yale School of Medicine, New Haven
- Corralejo, Samantha M; Domenech Rodríguez, Melanie M (2018): Technology in parenting programs: A systematic review of existing interventions. In: *Journal of Child and Family Studies* 27/:2717–2731
- Dale, R.; Jesser, A.; Pieh, C.; O'Rourke, T.; Probst, T.; Humer, E. (2023): Mental health burden of high school students, and suggestions for psychosocial support, 1.5 years into the COVID-19 pandemic in Austria. In: *European Child and Adolescent Psychiatry* 32/6:1015–1024
- Duffy, Fiona; Sharpe, Helen; Schwannauer, Matthias (2019): The effectiveness of interpersonal psychotherapy for adolescents with depression—a systematic review and meta-analysis. In: *Child and adolescent mental health* 24/4:307–317
- Durlak, Joseph A; Weissberg, Roger P; Dymnicki, Allison B; Taylor, Rebecca D; Schellinger, Kriston B (2011): The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. In: *Child Development* 82/1:405–432
- Felder–Puig, Rosemarie; Teutsch, Friedrich; Winkler, Roman (2023a): Gesundheit und Gesundheitsverhalten von österreichischen Schülerinnen und Schülern Ergebnisse des WHO–HBSC–Survey 2021/22. Hg. v. Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK), Wien
- Felder–Puig, Rosemarie; Teutsch, Friedrich; Winkler, Roman (2023b): Psychische Gesundheit von österreichischen Jugendlichen. HBSC Factsheet 01 aus Erhebung 2021/22. Hg. v. Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK), Wien

- Fischer, Stefan; Stanak, Michal (2017): Social Return on Investment in Child and Adolescence Health LBI-HTA Projektbericht Nr. 96. Hg. v. Assessment, Ludwig Boltzmann Institut für Health Technology. Ludwig Boltzmann Gesellschaft GmbH, Wien
- Floorean, Ionuț Stelian; Dobrean, Anca; Pășărelu, Costina Ruxandra; Georgescu, Raluca Diana; Milea, Ion (2020): The efficacy of internet-based parenting programs for children and adolescents with behavior problems: A meta-analysis of randomized clinical trials. In: *Clinical child and family psychology review* 23/:510–528
- Fuchs, Martin; Karwautz, Andreas (2017): Epidemiologie psychischer Störungen bei Kindern und Jugendlichen. Eine narrative Übersichtsarbeit unter Berücksichtigung österreichischer Daten. In: *Neuropsychiatrie* 31/:96–102
- Grandy, Simone; Felder-Puig, Rosemarie (2016): Psychosoziale Versorgung durch schulische Unterstützungssysteme. In: *Prävention und Gesundheitsförderung* 2/11:133–139
- Grey, E. B.; Atkinson, L.; Chater, A.; Gahagan, A.; Tran, A.; Gillison, F. B. (2022): A systematic review of the evidence on the effect of parental communication about health and health behaviours on children's health and wellbeing. In: *Preventive Medicine* 159/:107043
- Jeindl, Reinhard; Hofer, Viktoria (2022): Child and adolescent mental health care models. A scoping review. AIHTA Project Report No.: 149. HTA Austria – Austrian Institute for Health Technology Assessment GmbH, Vienna
- Juraszovich, Brigitte (2017): Zur Wirkung und Wirksamkeit von Frühen Hilfen – Darstellung von Kosten und Nutzen anhand exemplarischer Fallvignetten. *Gesundheit Österreich*, Wien
- Kauhanen, Laura; Wan Mohd Yunus, Wan Mohd Azam; Lempinen, Lotta; Peltonen, Kirsi; Gyllenberg, David; Mishina, Kaisa; Gilbert, Sonja; Bastola, Kalpana; Brown, June SL; Sourander, Andre (2023): A systematic review of the mental health changes of children and young people before and during the COVID-19 pandemic. In: *European child & adolescent psychiatry* 32/6:995–1013
- Li, Jing; Liang, Jing-hong; Li, Jia-yu; Qian, Sheng; Jia, Rui-xia; Wang, Ying-quan; Xu, Yong (2021): Optimal approaches for preventing depressive symptoms in children and adolescents based on the psychosocial interventions: A Bayesian network meta-analysis. In: *Journal of Affective Disorders* 280/:364–372
- Marbler, Carina; Weigl, Marion; Haas, Sabine; Winkler, Petra (2020): Wie wirken Frühe Hilfen? Das Frühe-Hilfen-Wirkmodell. *Gesundheit Österreich*, Wien
- McDaid, David; Park, A-La; Davidson, Gavin; John, Ann; Knifton, Lee; Shari, McDaid; Morton, Alec; Lucy, Thorpe; Wilson, Naomi (2022): The economic case for investing in the prevention of mental health conditions in the UK. In: *The Mental Health Foundation*, London, UK:
- McDaid, David; Park, A. La; Knapp, Martin (2017): *Commissioning Cost-Effective Services for Promotion of Mental Health and Wellbeing and Prevention of Mental Ill-Health*.
- OTS (2022): *Kinder- und Jugendhilfe brennt!*, Dachverband Österreichischer Jugendhilfeeinrichtungen
- Oud, Matthijs; De Winter, Lars; Vermeulen-Smit, Evelien; Bodden, Denise; Nauta, Maaïke; Stone, Lisanne; Van Den Heuvel, Marieke; Al Taher, Reham; De Graaf, Ireen; Kendall, Tim (2019):

- Effectiveness of CBT for children and adolescents with depression: A systematic review and meta-regression analysis. In: *European psychiatry* 57/:33–45
- Pandey, Anuja; Hale, Daniel; Das, Shikta; Goddings, Anne-Lise; Blakemore, Sarah-Jayne; Viner, Russell M (2018): Effectiveness of universal self-regulation-based interventions in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. In: *JAMA pediatrics* 172/6:566–575
- Petanovitsch, Alexander; Schmid, Kurt (2012): Zum Nutzen frühkindlicher Betreuung und Förderung. Ökonomische, soziale und pädagogische Effekte frühkindlicher Betreuung, Bildung und Erziehung. *ibw – Institut für Bildungsforschung der Wirtschaft, Wien*
- Ramelow, Daniela; Unterweger, Katrin; Gugglberger, Lisa; Felder-Puig, Rosemarie (2013): Die Bedeutung des Schulklimas für die Gesundheit von Schüler/inne/n und Lehrer/inne/n. *Ludwig Boltzmann Institut, Wien*
- Reangsing, Chuntana; Punsuwun, Sasinun; Schneider, Joanne Kraenzle (2021): Effects of mindfulness interventions on depressive symptoms in adolescents: A meta-analysis. In: *International Journal of Nursing Studies* 115/:103848
- Reinhardt, D.; Petermann, F. (2010): Neue Morbiditäten in der Pädiatrie. In: *Monatsschrift Kinderheilkunde* 1/158:14
- Rohrauer-Näf, Gerlinde; Haller, Beatrix; Wallner, Florian; Felder-Puig, Rosemarie; Antosik, Jennifer; Griebler, Robert (2022). Initiative Wohlfühlzone Schule – ein Programm zur Förderung der psychosozialen Gesundheit und (Cyber-)Mobbingprävention an österreichischen Schulen. *Gesundheit Österreich, Wien*
- Samji, Hasina; Wu, Judy; Ladak, Amilya; Vossen, Caralyn; Stewart, Evelyn; Dove, Naomi; Long, David; Snell, Gaelen (2022): Mental health impacts of the COVID-19 pandemic on children and youth—a systematic review. In: *Child and adolescent mental health* 27/2:173–189
- Sapthiang, Supakyada; Van Gordon, William; Shonin, Edo (2019): Health school-based mindfulness interventions for improving mental health: A systematic review and thematic synthesis of qualitative studies. In: *Journal of Child and Family Studies* 28/:2650–2658
- Schlack, Robert; Neuperd, Laura; Junker, Stephan; Eicher, Sophie; Hölling, Heike; Thom, Julia; Ravens-Sieberer, Ulrike; Beyer, Ann-Kristin (2023): Veränderungen der psychischen Gesundheit in der Kinder- und Jugendbevölkerung in Deutschland während der COVID-19- Pandemie – Ergebnisse eines Rapid Reviews. In: *Journal of Health Monitoring* 51:1–74
- Sellers, Ruth; Warne, Naomi; Pickles, Andrew; Maughan, Barbara; Thapar, Anita; Collishaw, Stephan (2019): Cross-cohort change in adolescent outcomes for children with mental health problems. In: *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 60/7:813–821
- Standard, Der (2018): Was sich die Schülervorteiler von der Politik wünschen [online]. <https://www.derstandard.at/story/2000087965731/was-sich-die-schuelervorteiler-von-der-politik-wuenschen> [Zugriff am 11.09.2023]
- Taylor, Rebecca D; Oberle, Eva; Durlak, Joseph A; Weissberg, Roger P (2017): Promoting positive youth development through school-based social and emotional learning interventions: A meta-analysis of follow-up effects. In: *Child Development* 88/4:1156–1171

Wagner, G.; Zeiler, M.; Waldherr, K.; Philipp, J.; Truttmann, S.; Dur, W.; Treasure, J. L.; Karwautz, A. F. K. (2017): Mental health problems in Austrian adolescents: a nationwide, two-stage epidemiological study applying DSM-5 criteria. In: Eur Child Adolesc Psychiatry 26/12:1483–1499

youth.gov (2023): Mental Health Promotion and Prevention [online]. U.S. government.
<https://youth.gov/youth-topics/youth-mental-health/mental-health-promotion-prevention>
[Zugriff am 21.08.2023]

Zechmeister-Koss, Ingrid (2023): Perinatal and infant mental health care in Austria. A mapping report of existing prevention, screening and care structures, with a specific focus on Tyrol. AIHTA Project Report No. 151. HTA Austria – Austrian Institute for Health Technology Assessment GmbH, Vienna

Zitiervorschlag: Felder-Puig, Rosemarie; Lindner, Brigitte; Vana, Irina; Schlee, Lisa; Rohrauer-Näf, Gerlinde (2023): Maßnahmen zur Stärkung der psychosozialen Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Factsheet. Gesundheit Österreich, Wien
