

Zukunftsrat U24

Handbuch Stakeholder-Positionen

Es geht los – geballtes Wissen für dich gesammelt

Liebe Zukunftsrätinnen und Zukunftsräte

Nach monatelanger Planung ist es jetzt endlich soweit: Aus mehr als 1'000 Interessierten, die unserer Einladung zur Teilnahme am Zukunftsrat gefolgt sind, seid ihr die rund 80 Auserwählten, die das von eurer Generation gewählte Anliegen über die kommenden Monate angeht. Die Zusammensetzung des Zukunftsrates bildet die junge Bevölkerung in der Schweiz optimal ab. Aufgrund eurer unterschiedlichen Hintergründe in Bezug auf Alter, Geschlecht, Sprache, Wohnort, Herkunft oder Ausbildung, seid ihr das annähernd repräsentative Sprachrohr eurer Generation!

Mit deutlicher Mehrheit haben sich junge Menschen in der Schweiz für das Thema «Psychische Gesundheit» ausgesprochen, das hat eine repräsentative Befragung mit knapp 5'000 Personen im Alter von 16 bis 24 Jahren gezeigt. Die psychischen Probleme von Jugendlichen und jungen Erwachsenen in der Schweiz, wie auch im internationalen Kontext nehmen zu. Die mentale Gesundheit von jungen Menschen hängt von vielen Faktoren ab. Entsprechend komplex sind die Herausforderungen. Um Massnahmen und Lösungsansätze ausarbeiten zu können, haben wir in Zusammenarbeit mit wichtigen Organisationen im Bereich der psychischen Gesundheit eine konkrete Fragestellung ausgearbeitet, die ihr in den kommenden Monaten behandeln werdet.

Verschiedene Organisationen und Institutionen vertreten unterschiedliche Interessen im Bereich der psychischen Gesundheit. Von einigen dieser Interessenvertreter:innen hört ihr am ersten Wochenende Beiträge und könnt ihnen direkt Fragen stellen. Da nicht alle Organisationen vor Ort anwesend sein können, haben wir uns entschieden, ihre Positionen im Bezug zum Thema «Psychische Gesundheit» in diesem Handbuch festzuhalten. Sie sollen euch als Inspiration und Denkanstoss für eure Diskussionen dienen, sind aber keine Pflichtlektüre, die zwingend in eure Überlegungen einbezogen werden müssen. Denn im Kontrast zu Beiträgen von wissenschaftlichen Expert:innen vertreten diese Organisationen spezifische Meinungen und Positionen, die teilweise auch im Gegensatz zueinander stehen können.

Wir wünschen euch allen eine aufregende und inspirierende Zeit als Teil dieses Pionierprojekts und freuen uns darauf, euch bei eurer Arbeit in den kommenden Wochen tatkräftig unterstützen zu dürfen.

Herzlich,

Che Wagner & Lara Oliveira König, Co-Projektleitung Zukunftsrat U24

zukunftsrat.ch



Inhaltsverzeichnis

	Seite
Es geht los - geballtes Wissen für dich gesammelt	3
Inhaltsverzeichnis	5
Themenwahl & Fragestellung	6
Stakeholder-Positionen	7
Careum	8
CSS	9
Dachverband Regenbogenfamilien	10
Dachverband Lehrerinnen und Lehrer Schweiz LCH	11
Dachverband Offene Kinder- und Jugendarbeit Schweiz DOJ	12
Eidgenössische Migrationskommission EKM	13
Eidgenössische Kommission für Fragen zu Sucht und Prävention nichtübertragbarer Krankheiten EKSJ	14
Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen FSP	15
Kinderärzte Schweiz, Berufsverband der Kinder- und Jugendärzt:innen in der Praxis	16
Kompetenzzentrum für psychische Gesundheit der OST	17
Living Museum	18
Pro Juventute	19
Public Health Schweiz	20
Schweizerischer Berufsverband für Angewandte Psychologie SBAP	21
Schweizerischer Arbeitgeberverband	22
Sozialpädiatrisches Zentrum SPZ, Kantonsspital Winterthur	23
Schweizerisches Rotes Kreuz Jugend	24
Stiftung CareCross & Schweizerische Berufsverband für Hypnosetherapie SBVH	25
Travail.Suisse und Jeunes.Suisse	26
syndicom	27
UNICEF Schweiz und Liechtenstein	28
ZETA Movement	29
Zürcher Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie ZGPP	30
Notizen	32
Publireportage Medienpartnerschaft	42

Themenwahl & Fragestellung

Das Thema *psychische Gesundheit* hat sich bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen als klare Themen-Priorität im Jahr 2023 erwiesen.

Das Thema wurde durch einen mehrstufigen Prozess gewählt:

- Im Januar 2023 haben wir Jugendliche und junge Erwachsene in der Schweiz aufgefordert, für sie relevante Themen einzugeben. Dabei kamen über 739 gültige Eingaben aus der ganzen Schweiz zusammen.
- Die Trägerschaft des Projekts hat alle Eingaben gebündelt und in Themenfelder eingeteilt.
- Am 28. Februar 2023 tagte die 30-köpfige Themenkommission des Zukunftsrats, diskutierte die Themenfelder und wählte 5 davon aus: Psychische Gesundheit, Bildung für Chancengerechtigkeit, sozial tragbare Nachhaltigkeit, Migration und Zusammenhalt, Demokratische Mitgestaltung.
- Von Mitte März bis Mitte Mai 2023 haben 20'000 junge Erwachsene im Alter von 16 bis 24 Jahren in einer schweizweit repräsentativen Umfrage aus diesen fünf Themen eines ausgewählt. Die Befragung führte zu einem überraschend klaren Resultat: 40.1% haben «Psychische Gesundheit» als ihr Top-Thema angegeben.

Für die Entwicklung und Festlegung der konkreten Fragestellung zum Thema psychische Gesundheit haben wir verschiedene Interessensvertreter:innen schriftlich eingeladen, mögliche Fragestellungen einzugeben und am Workshop zur Festlegung der finalen Fragestellung teilzunehmen.

Die finale Fragestellung des Zukunftsrats U24 lautet:

Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen - insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

Stakeholder-Positionen

Im Zukunftsrat U24 sollen verschiedene Standpunkte, Meinungen und Erfahrungen Platz haben. Deshalb wurdet ihr als Mitglieder per Losverfahren ausgewählt und somit der Zukunftsrat möglichst repräsentativ zusammengesetzt.

Gemäss des Regelbuchs des Zukunftsrats hat jede Organisation, informelle Gruppe oder Institution (nachfolgend Stakeholder genannt), deren Arbeitsbereich und Fachwissen mit dem Thema des Zukunftsrats U24 zusammenhängen (Abschnitt 2.16) oder die von den während des Zukunftsrats U24 angesprochenen Themen direkt betroffen ist (Abschnitt 17.1) das Recht, den Mitgliedern des Zukunftsrats U24 ihre Anliegen mitzuteilen.

Im Juli und August 2023 hat das Projektteam mehr als 100 Stakeholder schriftlich eingeladen, den Mitgliedern des Zukunftsrats ihre Inputs und Positionen zum Thema psychische Gesundheit mitzugeben. Insgesamt 23 Stakeholder sind dieser Einladung gefolgt.

Nachfolgend findest du alphabetisch geordnet die Antworten der Stakeholder.

Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

Um die psychische Gesundheit junger Menschen langfristig zu verbessern, bieten sich unterschiedliche Ansätze für Massnahmen an, die sich gegenseitig unterstützen:

1. Erstens gilt es, die Gesundheitskompetenz von Kindern und Jugendlichen zu fördern, d.h. ihre Fähigkeit, gesundheitsrelevante Informationen zu finden, zu verstehen, zu beurteilen und darauf basierend im Alltag Entscheidungen für die eigene – und damit auch die psychische – Gesundheit treffen zu können. Hierfür sind adäquate Sensibilisierungs- und Bildungsmassnahmen nötig.
2. Zweitens muss der Zugang zu einfach verständlichen Informationen wie auch zu psychologischer Beratung, Betreuung und Therapie für junge Menschen niederschwellig gestaltet sein.
3. Drittens ist der Stigmatisierung von psychischen Problemen auch bei jungen Menschen entgegenzuwirken. Mit entsprechenden Kampagnen und Aufklärungsarbeit können das Bewusstsein für die Thematik, die Akzeptanz und der Umgang damit in unserer Gesellschaft verbessert werden.

Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

Psychische Gesundheit in der Ausbildung: Lehrbetrieb als Nährboden für einen gesunden Start ins Berufsleben

Der Start ins Arbeitsleben ist eine aufregende Zeit. Man lernt viele neue Menschen kennen und verdient möglicherweise zum ersten Mal das eigene Geld. Gleichzeitig wird man mit zahlreichen neuen Aufgaben konfrontiert und muss auch noch den schulischen sowie betrieblichen Anforderungen des Lehrbetriebes gerecht werden. Um zu vermeiden, dass einem alles über den Kopf wächst und man seelisch darunter leidet, sollte man sich selbst Sorge tragen. Denn wer sich um seine Psyche kümmert, kann auch seine Lernfähigkeit und Belastbarkeit steigern.

Lehrbetriebe können die psychische Gesundheit von jungen Arbeitnehmenden positiv beeinflussen, indem sie:

1. Offen über mentale Gesundheit sprechen; Wissen zum Thema psychische Gesundheit aktiv vermitteln;
2. Im Arbeitsalltag Zeit für wertvolle Achtsamkeitsmomente schaffen;
3. Die Fähigkeit fördern, mit Stress, Rückschlägen und Krisen umzugehen

Dachverband Regenbogenfamilien



Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

Der Dachverband Regenbogenfamilien möchte erreichen, dass die LGBTQIA+ Gemeinschaft insbesondere in Schulen und Spitälern besser sichtbar wird. Insbesondere sollte jede öffentliche oder private Schule in der Schweiz den Lehrerinnen und Lehrern ermöglichen (oder sogar vorschreiben), in allen Altersstufen über queere Themen zu sprechen: Von den jüngsten Kindern bis zu den Teenagern. Den Lehrkräften sollten regelmässig Weiterbildungen angeboten werden, um die Inklusion von Betroffenen und Kindern aus Regenbogenfamilien zu ermöglichen, aber auch um gegen die verschiedenen Diskriminierungen anzukämpfen. Unser Verein stellt bereits Unterrichtsmaterial für Fachpersonen mit verschiedenen Informationsbroschüren für Erwachsene und Bücher für Schülerinnen und Schüler zur Verfügung.

Dachverband Lehrerinnen und Lehrer
Schweiz LCH



Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

Die psychische Gesundheit junger Menschen ist in der Schweiz ein wichtiges Anliegen für den Dachverband Lehrerinnen und Lehrer Schweiz (LCH). Der LCH fordert Massnahmen zur Verbesserung:

1. Förderung der psychischen Gesundheit in der Bildung: Schulen sollen ein sicherer Ort sein, der Entfaltung und Entwicklung Raum bietet. Lehrpersonen und Schulleitungen brauchen entsprechende Ausbildung, Unterstützung durch Fachstellen und Ressourcen, um frühzeitig auf Probleme reagieren zu können.
2. Stärkung sozialer Beziehungen: Soziale Kontakte sind essentiell für das Wohlbefinden junger Menschen. Daher sollen Jugendarbeit, Sport und Freizeitaktivitäten gefördert werden.
3. Ausbau des Gesundheitsangebots für junge Menschen: Mehr Aufklärung über psychische Erkrankungen durch Fachstellen, schnellerer Zugang zu Therapien und bessere Unterstützung für Betroffene sind notwendig.

Dachverband Offene Kinder- und
Jugendarbeit Schweiz DOJ

DOJ Dachverband Offene Kinder- und Jugendarbeit Schweiz
Association faitière suisse pour l'animation socioculturelle enfance et jeunesse
AFAJ Associazione svizzera animazione socioculturale infanzia e gioventù

Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

1. Angebote und Bezugspersonen der ausserschulischen Kinder- und Jugendarbeit sind wichtige stabilisierende und schützende Faktoren in Sachen psychische Gesundheit, besonders in der Früherkennung und -prävention. Diese Strukturen müssen schweizweit auf kommunaler Ebene ausgebaut werden.
2. Aufklärungs- und Sensibilisierungsarbeit müssen in allen Bildungs- und Lebensbereichen von jungen Menschen geleistet und gefördert werden. Bei Präventionsprogrammen müssen Kinder und Jugendliche altersgerecht einbezogen werden. Alle Angebote müssen leicht zugänglich sein und über genügend Kapazitäten verfügen.
3. Es müssen regelmässig Daten zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen und zur Versorgungslage mit psychiatrischen und psychotherapeutischen Dienstleistungen erhoben werden, um sicherzustellen, dass eine adäquate Versorgung gewährleistet ist.



Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

Inklusion und Chancengerechtigkeit sind zentral:

1. Eine gesellschaftliche Haltung der Wertschätzung von Jugendlichen, unabhängig von Nationalität, Migrationshintergrund, Geschlecht etc. sowie die dafür notwendige Politik der Inklusion sind unabdingbar. Grosses Verbesserungspotential besteht beim Zugang zu den Bürgerrechten und bei der partizipativen Gestaltung der Lebenswelten.
2. Die Kinderrechte müssen in Gesetzgebungsprozessen und in der behördlichen Praxis auch in Bezug zur Migration besser geschützt werden. Entsprechend sind umfassende Integrationsmassnahmen für alle migrantischen Jugendlichen nötig - als Investition in ihre Bildungs-, Arbeits-, langfristige Integrations- oder allfällige Rückkehrfähigkeit.
3. Innovationen und Kompetenzaufbau in den Institutionen sind zentral, um die strukturelle Diskriminierung von Jugendlichen mit Migrationsgeschichte zu überwinden. Dazu gehören auch alle Verbesserungen der Lebenssituation von marginalisierten und vulnerablen Gruppen.

Eidgenössische Kommission für Fragen zu Sucht und Prävention nichtübertragbarer Krankheiten EKS/N

Eidgenössische Kommission für Fragen zu Sucht und Prävention nichtübertragbarer Krankheiten
Commission fédérale pour les questions liées aux addictions et à la prévention des maladies non transmissibles
Commissione federale per le questioni relative alle dipendenze e alla prevenzione delle malattie non trasmissibili
Cumissiun federala per dumondas davart la dependenza e davart la prevenziun da malsognas betg transmissiblas

Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

Die Grundlage für die psychische Gesundheit wird in der frühen Kindheit gelegt, weshalb die EKS/N einen Fokus auf Massnahmen für Familien in benachteiligten Lebenssituation empfiehlt:

1. Verbesserung der sozioökonomischen Rahmenbedingungen:
Der Armutsabbau gilt als eine der prioritären Massnahmen, um die psychische Gesundheit von Eltern und ihren Kindern zu stärken. Dazu gehört ein universeller Zugang zu qualitativ guten Betreuungsangeboten, von dem Kinder aus benachteiligten Verhältnissen stärker profitieren.
2. Niederschwellige familienbasierte Unterstützungsprogramme für Eltern von Kleinkindern haben nachweislich eine positive Wirkung auf die Erziehungskompetenzen von Eltern und damit verbunden auf das psychische Wohlbefinden von benachteiligten Kindern. Wichtig sind niedrigschwellige, aufsuchende Zugänge, z.B. in Form von Hausbesuchen.

Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

Das Angebot an psychotherapeutischen Plätzen ist in der Schweiz geringer als die Nachfrage. Besonders bei Kindern und Jugendlichen gibt es eine grosse Angebotslücke, welche durch die Pandemie noch verschärft wurde.

Die FSP sieht drei Lösungsansätze:

1. Ausweitung von Weiterbildungsmöglichkeiten im Bereich Kinder und Jugendliche: Ein besser ausgebautes Angebot erhöht die Anzahl Fachkräfte, die sich auf den Bereich Kinder und Jugendliche spezialisieren.
2. Verstärkte Prävention und Aufklärung: Erwachsene, die in regelmässigem Kontakt mit Kindern und Jugendlichen stehen, sollen besser über psychische Erkrankungen, deren Erscheinungsbild und Anlaufstellen bei einem Verdacht informiert werden.
3. Schaffung von mehr ambulanten und stationären Plätzen: Bei psychischen Erkrankungen ist eine frühzeitige, professionelle Behandlung wichtig. Dadurch kann verhindert werden, dass sich Krankheiten chronifizieren oder schwerwiegende Massnahmen, wie zum Beispiel Klinikaufenthalte, notwendig werden.

**Kinderärzte Schweiz, Berufsverband der
Kinder- und Jugendärzt:innen in der Praxis**



Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

1. Erarbeiten einer Datengrundlage über die psychische Gesundheit von jungen Menschen: Damit effektive Präventionsarbeit und Aufklärung über psychische Gesundheit möglich ist, brauchen wir in der Schweiz bessere Daten zur psychischen Gesundheit in dieser Altersgruppe.
2. Aufklärung und niederschwellige Angebote: Junge Menschen müssen über die Wichtigkeit von psychischer Gesundheit besser aufgeklärt werden, z.B. in Schulen und Lehrstellen. Gleichzeitig muss es niederschwellige Angebote geben, wo jungen Menschen unkompliziert geholfen werden kann.
3. Mehr Angebote für professionelle Unterstützung: Es fehlt in der Schweiz an ausreichend ausgebildeten Psycholog:innen für Kinder und Jugendliche und Kinder- und Jugendpsychiater:innen. Es müssen Rahmenbedingungen geschaffen werden, dass Kinder und Jugendliche, welche Hilfe brauchen, zeitnah und fachlich kompetent beraten und begleitet werden.

Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

1. Bessere Vernetzung der Lebenswelten: Das bedeutet zum Beispiel, Lehrbetriebe müssen enger mit Ausbildungsinstitutionen, wie Berufsfachschulen arbeiten und sich absprechen. Die Lehrbetriebe sollten ähnliche Voraussetzungen für Jugendliche anvisieren. Diese unterscheiden sich z.T. massiv in der Realität.
2. Angepasste Präventive Arbeit und Förderung der psychischen Gesundheit: So weiss die Literatur, dass beispielsweise Achtsamkeit gut ist. Aber diese Empfehlung ist nicht für alle Jugendliche geeignet. Dafür braucht es settingspezifische Ansätze, die nah an den Bedürfnissen sind.
3. Auseinandersetzung und Differenzierung: So ist Stress nicht gleich psychische Gesundheit. Ein Fehler, den auch einige Organisationen nach wie vor machen. Die psychische Gesundheit ist wesentlich breiter definiert. Dazu zählen für uns auch Qualitätskriterien. Aktuell bewegen sich viele Akteure im Feld der psychischen Gesundheit, die keine fachliche Ausbildung haben. Da kann trotz besten Absichten Schaden verursacht werden.

Living Museum

LIVING
MUSEUM
SWITZERLAND
www.living-museum.com

Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen - insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

Es braucht mehr niedrigschwellige, lokale und vor allem noch nicht mit einer „Diagnose/Stigma“ verbundenen Angebote. Oft reicht schon, Gleichgesinnte oder Gleichaltrige in einer sicheren, entspannten Atmosphäre zu treffen, wo man erst mal nur „sein“ darf - und nicht sofort reden muss. Das Reden kommt von alleine - über die gemeinsame Leidenschaft.

Damit das geht, müssen die Rahmenbedingungen aufgebrochen werden: Jetzt hängt alles an der Frage „Wer bezahlt“ = Grund-/Zusatzversicherung, IV bzw. „Wie darf abgerechnet werden“ = Stunden/Pauschalen/Gutscheine - aber nicht am Bedürfnis der betroffenen Person und/oder ihrer Familie.

Bestehende medizinische Angebote sind nur bis 18 Jahre für Kinder/Jugendliche - danach gelten sie in der Psychiatrie offiziell als Erwachsene. Was eine riesige Angst auslösen kann. Im Bereich Arbeit ist es sehr heikel: Hier herrscht so viel Stigmatisierung, dass es überhaupt erstmal positive Beispiele geben muss...

Pro Juventute



Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

Angesichts der erhöhten psychischen Belastung von Kindern und Jugendlichen braucht es eine sofortige Stärkung von niederschweligen Erstberatungsstellen wie dem 147. Diese Erstberatungsstellen müssen bei der Zielgruppe stärker bekannt gemacht werden. Nachgelagerte psychotherapeutische und psychiatrische Versorgungsangebote müssen ausgebaut und weiterentwickelt werden. Nicht zuletzt braucht es mehr Prävention, welche die Resilienz und die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen stärkt. Möglich wird dies durch ausreichende Angebote in der frühen Förderung, dem Erlernen aktiver Stressbewältigung oder in der aktiven Medienerziehung.

Public Health Schweiz



Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

1. Es braucht mehr Forschung und Studien, um die Ursachen der abnehmenden psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu verstehen und darauf basierend Massnahmen ergreifen zu können.
2. Es braucht mehr niederschwellige Angebote, aber auch Therapieplätze für junge Menschen.
3. Es braucht eine gesellschaftliche Debatte mit jungen Menschen, Erwachsenen und Expert:innen zu diesem Thema, in der auch Faktoren wie Zugang und Gebrauch von Social Media, Klimaschutz etc. verhandelt werden.

Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

1. Bildung: Psychologische Kurzbegleitung in allen Bildungsinstitutionen zum Auffangen von akuten Krisen bis die Kinder/Jugendlichen eine geeignete langfristige Begleitung gefunden haben, sowie zur Prävention.
2. Ebenfalls ist die Umsetzung gewisser Nachteilsausgleiche noch immer nicht zufriedenstellend. Daher der Appell an die Bildungsinstitutionen, dass sie sich erneut mit der Umsetzung davon auseinandersetzen.
3. Im Bereich der Arbeit: Grosses Potential in den flexiblen Arbeitsmodellen, um die Vereinbarkeit von verschiedenen Lebensbereichen zu erleichtern.
4. Grundsätzliches: Die Versorgung von psychologischen Unterstützungsangeboten zur Psychotherapie fördern. Lange Wartezeiten und oftmals damit verbundenen Verschlechterung der psychischen Gesundheit reduzieren. Daher arbeitet der SBAP daran, dass von uns zertifizierte psychologische Berater*innen über die Zusatzversicherung abrechnen können.

Schweizerischer Arbeitgeberverband



SCHWEIZERISCHER ARBEITGEBERVERBAND
UNION PATRONALE SUISSE
UNIONE SVIZZERA DEGLI IMPRENDITORI

Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

Sensibilisierung ist alles. Deshalb ist wichtig, dass Arbeitgebende und Arbeitnehmende gleichermaßen sensibilisiert werden, sodass solche Fälle präventiv vorgebeugt werden können. Oft hilft den Arbeitnehmenden zudem Flexibilität bei der Arbeit, so dass sie sich den Tag planen können, wie sie wollen.

Sozialpädiatrisches Zentrum SPZ,
Kantonsspital Winterthur



Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

1. Einführung Fach „Gesundheit & Leben“ an Schulen: Vermittlung praktischer Kompetenzen zu psychischer Gesundheit, Well-being, Balance, nachhaltige Ernährung, Schlaf, Bewegung, Stressmanagement, Lerntraining, Lebensthemen, gesunde Nutzung digitaler Medien, Selbstwirksamkeit und Planetary Health mit konzeptioneller Co-Creation durch Jugendliche, Lehrpersonen, Arbeitgeber:innen, Eltern, Betroffene und Fachpersonen mit gesetzlicher Verankerung und ausreichend Ressourcen.
2. Entwicklung eines zukunftsfähigen Labels „nachhaltige“ statt „Leistungs-“Gesellschaft durch gemeinsamen Thinktank mit Wirtschaft, Politik, Bildung, Gesundheit, Wissenschaft und jungen Menschen (#Planetary Health, #Klima-/Umweltverantwortung).
3. Gesellschaftliche Aufwertung von Familie, gendergerechte Löhne/ Karrierechancen, bessere Bezahlung psychosozialer Berufe, integrative Gesundheitszentren, nationale Daten/Langzeitstudien zur psychischen Gesundheit und vorübergehend mehr Beratungs- und Behandlungsangebote.

Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

Wir wünschen uns in erster Linie, dass offener über das Thema gesprochen wird und psychische Gesundheit nicht mehr so stark stigmatisiert ist. Ohne über das Thema zu sprechen, können wir auch keine Veränderungen bewirken. So ist die psychische Gesundheit zum Beispiel eng mit der physischen Gesundheit verbunden. Des Weiteren wünschen wir uns einen breiteren Ansatz, um dem Problem zu begegnen. Konkret sollen verschiedene Organisationen, die in dem Bereich aktiv sind, besser vernetzt werden. Dadurch soll erreicht werden, dass alle Betroffenen zur richtigen Zeit die richtige Art Support erhalten. Ebenfalls wünschen wir uns, dass speziell junge Menschen zu dem Thema geschult werden und dies dann als „Botschafter*innen“ in die breite Bevölkerung tragen und so ihren Teil zur Sensibilisierung beitragen. Zuletzt soll das Thema auch in Verbindung mit Freiwilligenarbeit behandelt werden.

Stiftung CareCross & Schweizerische
Berufsverband für Hypnose-therapie SBVH



Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen - insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

Spitzensportler befassen sich täglich mit mentalCARE um Höchstleistungen erbringen zu können. Ihre Techniken (Vorstellungsvermögen: Ich kann das!, Arbeit mit dem Unterbewussten, Selbsthypnose) können aber von allen (und besonders leicht von allen jungen Menschen) gelernt werden, um Ängste zu überwinden, Selbstwert zu steigern, Prüfungen aller Art zu bestehen.

Wer seiner Psyche Sorge trägt und mentalCARE anwendet stärkt seine Resilienz und hat's im Leben rundum leichter. mentalCARE gehört darum in die Schulen und die Lehre, an den Arbeitsplatz, in die (Sport) Vereine, und auch in die Familien. Und gehört darum in die Ausbildung von Lehrern, Chefs, Trainern - von allen Erziehungsberechtigten. Behördliche und private Bildungsanbieter sollen mentalCARE in ihre Ausbildungsprogramme aufnehmen und Kurse für Interessenten anbieten.

Die Gesundheitsinstitutionen (inkl. Krankenkassen) sind aufgefordert, die Prävention psychischer Leiden mit mentalCARE zu honorieren und Förderbeiträge auszurichten.

Travail.Suisse und Jeunesse.Suisse

Travail.Suisse

Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

Jeunesse.Suisse, die Jugendorganisation von Travail.Suisse erachtet die psychische Gesundheit von Jugendlichen als wichtiges Thema.

Um die Situation zu verbessern, braucht es einerseits präventive Massnahmen. Dazu gehören strukturelle Änderungen im Bereich der Vereinbarkeit von Berufsschule und Lehre, die im Moment eine sehr hohe Belastung darstellt. Ein mögliches Mittel wäre die Gewährung von 6 Wochen Ferien für Lernende. Zudem sollten Personen, die Lernende betreuen, besser ausgebildet werden. Heute reicht dazu z.B. in der Gastrobranche ein Kurs von 5 Tagen. Die Prävention müsste auch durch Bildung zu psychischer Gesundheit verstärkt werden.

Andererseits sind heute die Angebote im Akutfall oft ungenügend, so dass lange Wartezeiten resultieren. Es braucht genügend und angemessene Angebote und Plätze im Bereich der Jugendpsychiatrie, damit sich psychische Probleme nicht verschlimmern und den für die psychische Gesundheit wichtigen Berufseinstieg nicht verzögern oder verunmöglichen.

Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

syndicom schlägt unter anderem folgende Massnahmen zur Verbesserung der psychischen Gesundheit junger Menschen in der Schweiz vor:

1. **Arbeitszeitreduktion**
Auf Anregen der Gewerkschaftsjugend beschloss die Schweizerische Arbeitsgemeinschaft der Jugendverbände SAJV eine Forderung nach Erwerbsarbeitszeitverkürzung für Lernende und junge Erwachsene. Die Gewerkschaften setzen sich besonders für dieses Anliegen ein. Eine Reduktion der Arbeitszeit führt nachweislich zu Verbesserungen der physischen und psychischen Gesundheit junger Arbeitnehmer:innen.
2. **Bekämpfung von Stigma und Diskriminierung durch Aufklärung**
Menschen in der Schweiz müssen über psychische Probleme/ Erkrankungen oder Stress sprechen, damit Stigmata und Diskriminierung verringert werden können. Auch am Arbeitsplatz und im Gespräch mit Arbeitgeber:innen - Aufklärung und Awareness sind dabei zentral.



Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

Psychische Erkrankungen sind ein globales Problem, das jeden vierten Menschen im Laufe seines Lebens betrifft. Risikofaktoren sind Armut, Gewalt, Diskriminierung, Krankheit und Krisen. Die Bedingungen, in denen wir leben, haben einen grossen Einfluss auf unsere Gesundheit und unser mentales Wohlbefinden. UNICEF Schweiz und Liechtenstein sieht dringenden Handlungsbedarf, um die Situation in der Schweiz zu verbessern:

1. Die Datenlage zur psychischen Gesundheit junger Menschen muss verbessert werden. Studien sind notwendig, um Lücken aufzuzeigen, bedarfsorientierte Massnahmen zu entwickeln und die Wirkung von Massnahmen zu messen.
2. Das Stigma um Mental Health muss abgebaut werden. Dies kann durch Aufklärungskampagnen und die Einbeziehung junger Menschen erreicht werden.
3. Es braucht Allianzen, Lobbying und die Partizipation junger Menschen. Alle Bereiche der Gesellschaft müssen einen Beitrag leisten, um die Gesundheit junger Menschen zu stärken. Nur gemeinsam schaffen wir Veränderung.

ZETA Movement



ZETA Movement

Youth for Mental Health Awareness Switzerland
Für einen offenen und ehrlichen Dialog zur Psychischen Gesundheit
Pour un dialogue ouvert et honnête sur la santé mentale
Per un dialogo aperto e sincero sulla salute mentale

Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

1. Akuthilfe ermöglichen, Wartezeiten eliminieren
Momentan gibt es viel zu wenige Plätze in psychiatrischen Institutionen, bei Psycholog:innen, und niederschwelligeren Angeboten für junge Menschen. Die Wartezeiten sind teilweise extrem lange und sollten dringend verkürzt werden. Ein Ausbau der Akuthilfe würde hier Abhilfe schaffen und verhindern, dass zu viele junge Menschen für lange Zeit ohne Therapie oder andere Hilfsangebote auskommen müssen.
2. Weiterbildung für Entscheidungsträger:innen
Oft sind diejenigen Personen, die Entscheidungen treffen in Bezug auf psychische Gesundheit bei jungen Menschen, zu wenig informiert und aufgeklärt. Weiterbildungen sind hier essentiell.
3. Präventionsangebote stärken und bekannter machen
Es gibt in der Schweiz viele Präventionsangebote, welche aber zu wenig bekannt sind (Quelle: Sotomo, Die Schweizer Jugend in der Pandemie). Hier sollte man Abhilfe schaffen und niederschwellig eine umfassende Übersicht bereitstellen.

Welche Massnahmen soll die Schweiz ergreifen, um Rahmenbedingungen für die Verbesserung der psychischen Gesundheit von jungen Menschen zu schaffen – insbesondere in den Bereichen Bildung, Arbeit, Freizeit, Familie und Gesundheitsangebot?

Um der wachsenden Zahl von psychisch Erkrankten (u.a. junge Menschen) in der Schweiz gerecht zu werden, sieht die ZGPP in erster Linie Handlungsbedarf in der Versorgungssituation (Gesundheitsangebot) und erachtet folgende Massnahmen in diesem Bereich als vordringlich:

1. Mehr Studienplätze für die Medizin (u.a. Anpassungen beim Numerus Clausus zu Gunsten der Psychiatrie). Die Schweiz muss mehr medizinisches Fachpersonal selber ausbilden und die Abhängigkeit vom Ausland reduzieren.
2. Nachwuchsförderung bei den Medizinstudent:innen (u.a. Mentoring der Psychiatrie durch stärkere Präsenz an den Unis). Zu wenige Student:innen beschreiten den Weg zur Facharztausbildung Psychiatrie und Psychotherapie, auch weil Stigmatisierungen gegenüber der Psychiatrie vorherrschen.
3. Stärkung der ambulanten Psychiatrie (u.a. durch Erhöhung des Taxpunktwerts).

Notizen

A large area of dotted lines for taking notes, consisting of 20 horizontal rows of 40 dots each.

Notizen

A large area of dotted lines for taking notes, consisting of 20 horizontal rows of small dots.

Notizen

A large area of dotted lines for taking notes, consisting of 20 horizontal rows of evenly spaced dots.

Notizen

A large area of dotted lines for taking notes, consisting of approximately 30 horizontal rows of small dots.

Notizen

A large area of dotted lines for taking notes, consisting of 20 horizontal rows of 40 dots each.

Notizen

A large area of dotted lines for taking notes, consisting of approximately 30 horizontal rows of small dots.

Notizen

A large area of dotted lines for taking notes, consisting of approximately 30 horizontal rows of evenly spaced dots.

Notizen

A large area of dotted lines for taking notes, consisting of approximately 30 horizontal rows of small dots.

Notizen

A large area of dotted lines for taking notes, consisting of 20 horizontal rows of evenly spaced dots.

Notizen

A large area of dotted lines for taking notes.

Rot, orange oder grün: eine Ampel gegen Fake News

Berufsfachschüler:innen tüfteln an Tools, um die Wahrheit von News zu überprüfen. Eine Initiative unterstützt von der SRG.

Pascal Straumann ist 24 Jahre alt, Hochbauzeichner und auf dem Weg zur Berufsmatura. Im Rahmen des Lernprogramms «myidea» hat er sich in den Bereich «Fake News» vertieft: «Spannend finde ich, welche Interessen hinter einer Aussage stehen. Gibt es komplett neutrale Aussagen? Interessant ist doch, wer dahinter steht, ob die Person zum Beispiel finanziell mit drinhängt.»



Pascal Straumann



Spannend finde ich, welche Interessen hinter einer Aussage stehen. Gibt es komplett neutrale Aussagen?»

**Pascal Straumann,
Teilnehmer an «myidea»**

ist der Wahrheitsgehalt? Für die Finanzierung hatte er Spenden und engagierte Fachexpert:innen im Sinn. «Wahrscheinlich ist eine solche Geschäftsidee nicht realisierbar, es war ein Gedankenspiel. Aber ich fände es schon gut, wenn man Inhalte schnell überprüfen könnte.»



[...] ich fände es schon gut, wenn man News, Filme oder Aussagen schnell und einfach auf ihren Wahrheitsgehalt hin prüfen könnte.»

**Pascal Straumann,
Teilnehmer an «myidea»**

Straumann hat eine Geschäftsidee entwickelt um den Wahrheitsgehalt von Informationen zu prüfen. «Ich habe mich am Lebensmittellabel NutriScore orientiert. Ist eine Meldung oder eine Aussage richtig, gibt es einen grünen Haken, bei Zweifelsfällen leuchtet sie orange, und wenn sie falsch ist, ist sie rot.»

Straumann stellte sich vor, dass jede Meldung, jeder Film verschiedene Stationen durchläuft mit folgenden Fragestellungen: Kann das Bild einem Land zugeordnet werden? Wo ist der genaue Standort? Wer ist Autor:in oder Filmer:in? Und wie hoch

Solche Geschäftsideen einmal durchzuspielen, das ist das Ziel des Lernpro-

gramms «myidea», das die SRG unterstützt. Junge Unternehmer:innen erhalten dort das Rüstzeug, um sich im Markt zu bewähren. «Unternehmerisches Denken und Handeln heisst eben auch, kritisches Denken anzuwenden», sagt Georg Berger, Direktor BBZ Olten und Präsident des Schweizerischen Zentrums für unternehmerisches Denken und Handeln (szUDH). «Wer Probleme lösen will, muss sie zuerst erkennen, dann die Sachverhalte prüfen und eigene Annahmen validieren – das sind alles Elemente des kritischen Denkens.»



Wer Probleme lösen will, muss sie zuerst erkennen.»

**Georg Berger,
Direktor BBZ Olten und
Präsident szUDH**

Und dieses kritische Denken ist sowohl für Innovation als auch für das Erkennen von Desinformation wichtig. Fake News und Verschwörungstheorien wurden zwar schon früher verbreitet, aber durch den digitalen Wandel werden sie heute schneller verbreitet denn je. Projekte wie «myidea», die das kritische Denken schärfen, sind eine wichtige Antwort darauf.

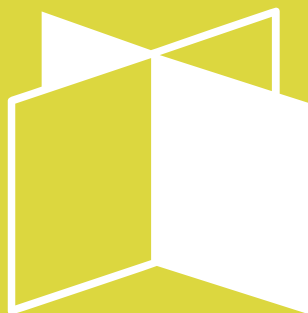
Autorin: Daniela Huwyler

Kritisches Denken und Medienkompetenz sind für die direkte Demokratie unabdingbar. Deshalb ist die SRG eine Partnerschaft mit der Schweizerischen Direktorinnen- und Direktorenkonferenz der Berufsfachschulen (SDK) eingegangen. Das Lernprogramm «myidea» verfolgt das Ziel, allen Berufsfachschüler:innen die gleichen Chancen zu bieten und ihnen auch die Gelegenheit zu geben, sich unternehmerische Kompetenzen anzueignen. «SRG und SDK haben ähnliche Interessen. Darum ergibt es Sinn, dass sie junge Menschen gemeinsam unterstützen», sagt szUDH-Präsident Georg Berger.

Mehr als **200 Lehrpersonen** wurden bereits für den besonderen Lehrgang geschult, und rund 3000 Lernende aus der ganzen Schweiz haben schon bei «myidea» mitgemacht. publicvalue.srgssr.ch



ZUSAMMENHALT



1 Medienhaus, mehrere Sprachen

Die SRG ist das einzige Medienhaus in der Schweiz, das in allen vier Sprachregionen und in allen Landessprachen audiovisuelle Inhalte produziert.

DEMOKRATIE



Politik in allen vier Sprachen

Die SRG ist Produktionspartnerin des Bundes und zeichnet alle Debatten des Parlaments auf. Und berichtet daraus in allen vier Landessprachen.

JUGEND



«Fight Fake News» für 5000 Schüler:innen

Die SRG unterstützt «My Idea», damit 5000 Berufsschüler:innen lernen Fake News zu erkennen.

Die Trägerschaft des Zukunftsrats U24 besteht aus der Schweizerischen UNESCO-Kommission und der Schweizerischen Gemeinnützigen Gesellschaft (SGG). Für die Umsetzung ist Pro Futuris zuständig, der Think + Do-Tank der SGG.



Schweizerische Gemeinnützige Gesellschaft
Société suisse d'utilité publique
Società svizzera di utilità pubblica
Societad svizra d'utilitad publica

Pro Futuris Think
+
Do Tank

Der Zukunftsrat U24 kann dank der grosszügigen Unterstützung unserer Sponsoren und Partner durchgeführt werden.



Kanton Zürich
Gemeinnütziger Fonds



Schweizer
Jugendherbergen®



MIGROS
Kulturprozent

Loterie Romande

Swisslos-Fonds der Kantone Aargau, St. Gallen, Solothurn und Luzern

Larix Foundation