

*Marianne Roth*

## EKKJ verlangt Förderung der psychischen Gesundheit Jugendlicher



**à jour!**

**Psychotherapie-Berufsentwicklung**

10. Jahrgang, Nr. 1, 2024, Seite 20–21

DOI: 10.30820/2504-5199-2024-1-20

Psychosozial-Verlag

# Impressum | Mentions légales

## à jour! – Psychotherapie-Berufsentwicklung

ISSN 2504-5199 (Print-Version)

ISSN 2504-5202 (digitale Version)

10. Jahrgang Heft 1 / 2024, Nr. 19

<https://doi.org/10.30820/2504-5199-2024-1>

### Herausgeber

Assoziation Schweizer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten ASP  
Riedtlistr. 8 | 8006 Zürich | Tel.: 043 268 93 00 | [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)  
Die Zeitschrift à jour! Psychotherapie-Berufsentwicklung ist ein Informationsorgan der ASP. Gleichzeitig versteht sie sich als Forum ihrer Mitglieder, in dem auch Meinungen geäußert werden, die unabhängig von der Meinung des Vorstandes und der Redaktion sind.

### Redaktion

Peter Schulthess | Redaktionsleitung  
[peter.schulthess@psychotherapie.ch](mailto:peter.schulthess@psychotherapie.ch) | Tel.: 076 559 19 20  
Christiane Stieglitz | [christiane.stieglitz@psychotherapie.ch](mailto:christiane.stieglitz@psychotherapie.ch)  
Nathalie Jung | [nathalie.jung@psychotherapie.ch](mailto:nathalie.jung@psychotherapie.ch)  
Sandra Feroletto | [sandra.feroletto@psychotherapie.ch](mailto:sandra.feroletto@psychotherapie.ch)

### Redaktionsschluss

1. März für Juni-Heft | 15. September für Dezember-Heft

### Verlag

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG  
Walltorstr. 10 | D-35390 Gießen | Tel.: +49 641 96 99 78 26  
[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de) | [info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)

### Abo-Verwaltung | Bezugsgebühren

Psychosozial-Verlag | [bestellung@psychosozial-verlag.de](mailto:bestellung@psychosozial-verlag.de)  
Jahresabonnement € 44,90 (zzgl. € 6,- Versand)  
Einzelheft € 24,90 (zzgl. € 6,- Versand)  
Studierende erhalten gegen Nachweis 25 % Rabatt auf das Abonnement.  
Das Abonnement verlängert sich um jeweils ein Jahr, sofern nicht eine Abbestellung bis acht Wochen vor Ende des Bezugszeitraums erfolgt.  
ASP-Mitglieder erhalten das Jahresabonnement zu einem Sonderpreis von € 35,- (zzgl. € 6,- Versand).

### Anzeigen

Anfragen zu Anzeigen richten Sie bitte an den Verlag ([anzeigen@psychosozial-verlag.de](mailto:anzeigen@psychosozial-verlag.de)) oder die Geschäftsstelle der ASP ([asp@psychotherapie.ch](mailto:asp@psychotherapie.ch)).  
Es gelten die Preise der auf [www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de) einsehbaren Mediadaten.  
ASP-Mitglieder wenden sich bitte direkt an die Geschäftsstelle der ASP.

### Titelbild

Titelbild: © Adobe Stock / Vitaliy

### Digitale Version

Die Zeitschrift à jour! Psychotherapie-Berufsentwicklung ist auch online einsehbar:  
[www.a-jour-asp.ch](http://www.a-jour-asp.ch)



Die Beiträge dieser Zeitschrift sind unter der Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 DE Lizenz lizenziert. Diese Lizenz erlaubt die private Nutzung und unveränderte Weitergabe, verbietet jedoch die Bearbeitung und kommerzielle Nutzung. Weitere Informationen finden Sie unter: [creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de)

## à jour! – Evolution de la profession de psychothérapeute

ISSN 2504-5199 (Version papier)

ISSN 2504-5202 (Version numérique)

10. tome numéro 1 / 2024, 19

<https://doi.org/10.30820/2504-5199-2024-1>

### Editeur

Association Suisse des Psychothérapeutes ASP  
Riedtlistr. 8 | 8006 Zürich | Tel.: 043 268 93 00 | [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)  
La revue à jour! Évolution de la profession du psychothérapeute est un organe d'information de l'ASP. En plus, c'est un forum dans lequel on exprime des avis qui sont indépendants de l'avis du comité et de la rédaction.

### Rédaction

Peter Schulthess | Directeur de rédaction  
[peter.schulthess@psychotherapie.ch](mailto:peter.schulthess@psychotherapie.ch) | Tel.: 076 559 19 20  
Christiane Stieglitz | [christiane.stieglitz@psychotherapie.ch](mailto:christiane.stieglitz@psychotherapie.ch)  
Nathalie Jung | [nathalie.jung@psychotherapie.ch](mailto:nathalie.jung@psychotherapie.ch)  
Sandra Feroletto | [sandra.feroletto@psychotherapie.ch](mailto:sandra.feroletto@psychotherapie.ch)

### Date de rédaction finale

1er mars pour juin | 15 septembre pour décembre

### L'éditeur

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG  
Walltorstr. 10 | D-35390 Gießen | Tel.: +49 641 96 99 78 26  
[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de) | [info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)

### Gestion des abonnements | Frais de souscription

Psychosozial-Verlag | [bestellung@psychosozial-verlag.de](mailto:bestellung@psychosozial-verlag.de)  
Abonnement annuel € 44,90 (plus € 6,- de frais de port)  
Prix du numéro € 24,90 (plus € 6,- de frais de port)  
Les étudiants bénéficient d'une réduction de 25 % sur l'abonnement sur présentation d'un justificatif.  
L'abonnement est reconduit d'année en année, à moins qu'une annulation ne soit effectuée au plus tard huit semaines avant la fin de la période d'abonnement.  
Les membres de l'ASP reçoivent l'abonnement annuel au prix spécial de € 35,- (plus € 6,- de frais de port).

### Annonces

Veillez adresser vos demandes de renseignements sur les annonces à l'éditeur ([anzeigen@psychosozial-verlag.de](mailto:anzeigen@psychosozial-verlag.de)) ou au bureau de l'ASP ([asp@psychotherapie.ch](mailto:asp@psychotherapie.ch)).  
Les prix valables sont ceux publiés dans les données médiatiques sur [www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de).  
Les membres ASP sont priés de s'adresser directement à la rédaction.

### Couverture

Couverture: © Adobe Stock / Vitaliy

### Version numérique

La revue à jour! Psychothérapie-Développement professionnel est également consultable en ligne : [www.a-jour-asp.ch](http://www.a-jour-asp.ch)



Les articles de cette revue sont disponibles sous la licence Creative Commons 3.0 DE en respectant la paternité des contenus – pas d'utilisation commerciale – sans œuvre dérivée. Cette licence autorise l'utilisation privée et la transmission sans modification, interdit cependant le traitement et l'utilisation commerciale. Veuillez trouver de plus amples informations sous : [creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de)

# EKKJ verlangt Förderung der psychischen Gesundheit Jugendlicher

Marianne Roth



In einem lesenswerten Positionspapier<sup>1</sup> nimmt die Eidgenössische Kommission für Kinder- und Jugendfragen (EKKJ) Bezug auf psychische Probleme bei Kindern und Jugendlichen, was aktuell die häufigste gesundheitliche Herausforderung darstellt. Zahlreiche Quellen und Studien bestätigen diesen Befund. So berichtet eine Studie der UNICEF<sup>2</sup>, dass 37% der 14–19-Jährigen in der Schweiz und Liechtenstein von psychischen Problemen betroffen sind. 8% hätten versucht, sich das Leben zu nehmen, und 29,1% würden mit niemandem über ihre Probleme sprechen. Begründet wird dies von den Jugendlichen mit schlechten Kindheitserfahrungen (89%), Belästigung und Mobbing in der Schule (44,4%), sich schutzlos und ungeliebt zu fühlen (28,4%), verbale Erniedrigung (25,2%) oder Diskriminierungserfahrungen aufgrund der sexuellen Orientierung (12,9%). Das Positionspapier verweist auf die Tatsache, dass die psychische Belastung bei Jugendlichen immer noch höher ist als vor der COVID-19-Pandemie. Bemerkenswert ist dabei, dass sie bei jungen Frauen mit 36% viel stärker ausgeprägt ist als bei jungen Männern mit 15%. Die EKKJ kommt zum Schluss, dass es sich bei jungen Menschen um eine besonders vulnerable Gruppe handelt und dringender Handlungsbedarf besteht, um deren psychische Gesundheit zu fördern und zu schützen. Das ausführliche Literaturverzeichnis im Anhang des Dokuments liefert eine beeindruckende Evidenz dieses Befundes.

## Krasse Unterversorgung

In Bezug auf die Unterstützung von jungen Menschen mit psychischen Problemen herrscht eine Versorgungslücke, die gegenüber dem Bedarf eine markante Diskrepanz darstellt. Nicht zuletzt ist diese darauf zurückzuführen, dass der Fokus in der Versorgung in der Regel auf einem Vollbild psychischer Störungen liegt und subklinischen psychischen Problemen zu wenig Beachtung geschenkt wird, obwohl hier mit griffigen Mass-

nahmen präventiv und erfolgversprechend vorgegangen werden sollte. Aus diesem Grund und aufgrund der Unterversorgung nehmen zahlreiche Jugendliche keine Hilfe in Anspruch. Vermutungen gehen von 375.000 Personen aus, die trotz psychischer Probleme keine Hilfe suchen. Nicht zuletzt spielen soziale Normen zur Hilfesuche eine Rolle, was dazu führt, dass junge Frauen häufiger Hilfe in Anspruch nehmen als junge Männer.

Die EKKJ unterscheidet zwischen verschiedenen Ansprechpersonen und Quellen, bei denen Hilfe gesucht wird. Formelle Unterstützung bieten Fachpersonen, z.B. Psycholog\*in, Psychiater\*in, Ärzt\*in, semi-formelle Unterstützung Fachpersonen ohne spezifische Rolle in der psychischen Versorgung, z.B. Lehrpersonen, Schulsozialarbeiter\*in, informelle Unterstützung, z.B. Freundeskreis, Partner\*in, Kolleg\*in und Selbsthilfe, z.B. Informationen auf einer Webseite, Online-Programme. All diese Stellen müssten gestärkt und ausgebaut werden.

## Barrieren zur Hilfesuche

Stigmatisierung stellt für junge Menschen ein grösseres Hindernis dar als für ältere Menschen. Junge Menschen verfügen häufig auch noch nicht über die notwendige Gesundheitskompetenz und damit die Möglichkeit, psychische Probleme zu erkennen. Erwähnung findet in der Studie zudem die Problematik von Personen mit einem Migrationshintergrund, die mangels Information einen erschwerten Zugang zum Versorgungssystem haben. Einfluss kann auch der kulturelle Hintergrund haben, der psychischer Gesundheit einen anderen Stellenwert beimisst. Eine nicht zu unterschätzende Rolle spielen wirtschaftliche Gründe, weshalb eine Hilfesuche nicht in Anspruch genommen werden kann. Nicht zuletzt sind Kinder, die in Armut aufwachsen, grösserer Stigmatisierung ausgesetzt und dadurch stärker isoliert, was ihre Entwicklung und psychische Gesundheit nachhaltig beeinflussen kann. Das bedeutet, dass die sozialen Bedingungen die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen wesentlich mitbestimmen.

Weitere Barrieren sind systemischer Natur, wie bspw. eine fehlende Kostenübernahme für die Behandlung psychischer Probleme. Zudem herrscht ein akuter Fachkräftemangel im Bereich der psychischen Behandlung junger Menschen. Die EKKJ ortet das Problem indes nicht

<sup>1</sup> EKKJ: Nachhaltige Förderung der psychischen Gesundheit im Kindes- und Jugendalter. Ein Positionspapier der Eidgenössischen Kommission für Kinder- und Jugendfragen. Bern, März 2024.

<sup>2</sup> UNICEF: Psychische Gesundheit von Jugendlichen. Studie der Situation in der Schweiz und Liechtenstein. Zürich, 2021.

nur beim Fachkräftemangel, sondern auch darin, dass die Angebote zu wenig auf die Bedürfnisse der jugendlichen Anspruchsgruppen ausgerichtet sind. Sie empfiehlt daher den Einbezug junger Menschen zur Entwicklung und Ausgestaltung adäquater Angebote.

### Empfehlungen

Die EKKJ legt einen Strauss von Massnahmen zur Verbesserung der Situation in Bezug auf die psychische Gesundheit junger Menschen vor. Neben einem langfristigen Monitoring zur Verbesserung der Datenlage schlägt sie strukturelle Massnahmen vor, z. B. die politische und gesellschaftliche Partizipation von Kindern und Jugendlichen, präventive Massnahmen zur Verhinderung von Gewalt und Diskriminierung, die Stärkung von sozialen Bindungen und Grup-

penzugehörigkeit, das Angebot von Perspektiven in Zeiten von Krisen und weltweiten Herausforderungen, die Stärkung von Medienkompetenz und Unterstützung im Umgang mit sozialen Medien. Auch sollen der Leistungsdruck verringert und freies Spielen gefördert werden usw. Last but not least erfolgt eine Aufzählung von Massnahmen zur Verbesserung des Angebots im Bereich Versorgung. So soll die Kapazität ambulanter und stationärer Angebote erhöht und die Information über bestehende Unterstützungs- und Beratungsangebote verbessert werden. Ob die zwar ehrgeizigen, aber richtigen Empfehlungen auf politischer Ebene Gehör finden und deren Finanzierung gewährleistet werden kann, wird sich weisen müssen.

Marianne Roth ist ehemalige Geschäftsführerin der ASP.

**Weiterbildungscurriculum**

# Psychotrauma-Therapie

*Click me* →

**Dr. med. Erwin Lichtenegger**  
 Facharzt Psychiatrie und Psychotherapie FMH, spezielle Psychotherapieratherapie DeGPT

**Dr. med. Marion Mohnroth**  
 Fachärztin Psychiatrie und Psychotherapie FMH, spezielle Psychotherapieratherapie DeGPT

**lic. phil. Selina Brunner**  
 Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, spezielle Psychotherapieratherapie DeGPT

**MEHR INFOS**  
 psychotrauma-ikp.ch

**IKP** Institut für Körperzentrierte Psychotherapie

Für Psychologinnen, Therapeutinnen und Fachärztinnen

**entsprechend den Vorgaben der DeGPT**

Anzeige