

# TAGUNGSERGEBNISSE 5. KANTONALES AUSTAUSCHTREFFEN DEUTSCHSCHWEIZ (KAD) VOM 28. MÄRZ 2023

---

«Übergänge begleiten und mitgestalten. Gesundheitsförderung und Prävention bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen», Volkshaus Zürich

## ZUSAMMENFASSUNG

---

Die KAD sind Teil der nationalen Strategie Nichtübertragbare Krankheiten (NCD) und der Strategie Sucht. Sie bieten einen Ort für den Erfahrungsaustausch und die Vernetzung von Agierenden in den Bereichen Gesundheitsförderung, Prävention und Sucht. Die Trägerschaft – bestehend aus der Schweizerischen Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektorinnen und -direktoren (GDK), dem Bundesamt für Gesundheit (BAG), Gesundheitsförderung Schweiz und Bundesamt für Zoll und Grenzsicherheit (BAZG) – arbeitet zusammen, um diesen Austausch zwischen den Fachpersonen aus verschiedenen Regionen und Fachbereichen zu fördern.

Das Zielpublikum dieser fachlichen Austauschtreffen sind Fachpersonen aus der Praxis, NGOs, Ligen, die städtischen Delegierten für Suchtfragen sowie kantonale Verantwortliche aus den Bereichen NCD und Sucht. Die Teilnehmenden tauschen sich über ihre Aktivitäten aus, erhalten theoretische und praxisorientierte Inputs und können ihre Tätigkeiten optimieren. Die Themen der Veranstaltungen werden im Vorfeld mit den Kantonen und Partner:innen bestimmt. Der Fachverband Sucht wurde von der Trägerschaft mandatiert, die KAD letztlich zu konzipieren, organisieren, moderieren und evaluieren. Die KAD konnten sich über die letzten Jahre etablieren. Um den Erkennungswert und die «Marke» KAD weiter zu stärken, wurde in Absprache mit der Trägerschaft ein Logo für die KAD entworfen. Dieses wurde an der fünften Ausgabe präsentiert.

Das 5. Kantonale Austauschtreffen Deutschschweiz (KAD) fand am 28. März 2023 im Zürcher Volkshaus statt. Es widmete sich den Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Jugendliche und junge Erwachsene stehen vor einer ganzen Reihe von Entwicklungsaufgaben. Dazu zählen unter anderem die Autonomieentwicklung und Ablösung von Zuhause, Freundschaften und erste Liebschaften, Sexualität, schulische und berufliche Entscheidungen. Die Adoleszenz beinhaltet daher unterschiedlichste Übergänge (z.B. Eintritt in die Arbeitswelt, Eintritt ins Erwachsenenalter, Eintritt in die soziale und finanzielle Unabhängigkeit, Einzug in eine eigene Wohnung). Auch aus neurologischer Sicht ist die Adoleszenz von Veränderung geprägt. Kurzum: Es ist eine Phase, die von Chancen und Neuanfängen geprägt ist, aber auch eine erhöhte Vulnerabilität mit sich bringt. Aus diesem Grund sind Prävention und Gesundheitsförderung in diesem Lebensabschnitt besonders zentral. Die fünfte Ausgabe der KAD widmete sich ebendiesen Themenbereichen und ging insbesondere auf die psychische Gesundheit von Jugendlichen und jungen Erwachsenen ein. Diese

In Kooperation mit:

scheint sich gemäss unterschiedlichen Berichten und Entwicklungen zufolge zu verschlechtern. Die psychische Gesundheit stand insbesondere im Hauptreferat im Zentrum, in dem eine Studie von UNICEF vorgestellt wurde. In den Vertiefungsgefässen wurden anschliessend Themenfelder, die Jugendliche und junge Erwachsene aktuell beschäftigen oder die mit ihnen in Verbindung gebracht werden, näher behandelt.

## INPUTREFERAT

---

### «Was beschäftigt Jugendliche und junge Erwachsene heute?»

Florian Hadatsch, UNICEF Schweiz und Liechtenstein

Eine der Aufgaben von UNICEF ist es, Lücken in der Umsetzung der UN-Kinderrechtskonvention zu identifizieren und entsprechend Massnahmen zu ergreifen. Die durch die Pandemie erschwerte Lebenssituation sowie die mangelnde Datenlage zum Wohlergehen der jungen Menschen in der Schweiz und in Liechtenstein wurde als solche Lücke identifiziert. Die UNICEF-Studie zur psychischen Gesundheit und Situation von jungen Menschen war eine Reaktion darauf.

Im Referat führte Florian Hadatsch zuerst in die Grundlagen der UN-Konvention ein, präsentierte Fakten zum Befinden junger Menschen in der Schweiz und weltweit und stellte anschliessend die oben genannte Studie (Methodik und Ergebnisse) vor ([siehe Folien](#)). Die Ergebnisse der Studie sind alarmierend. So ist ein Drittel der 14- bis 19-Jährigen in der Schweiz und in Liechtenstein von psychischen Problemen betroffen. Jede:r elfte Jugendliche hat bereits versucht, sich das Leben zu nehmen.

#### Take-Home-Messages:

- Die Zahlen zur psychischen Gesundheit von jungen Menschen in der Schweiz sind besorgniserregend.
- Ein Drittel der Betroffenen bleibt mit den Problemen alleine. Weniger als die Hälfte bekommt professionelle Hilfe.
- Es gibt Risikofaktoren (z.B. schwierige Familienverhältnisse), die die psychische Gesundheit negativ beeinflussen können.
- Präventionsprogramme sollten junge Menschen früh erreichen.
- Ein systematisches, regelmässiges Monitoring ist nötig.
- Obwohl die psychische Gesundheit von Jugendlichen schlechter wird, haben immer noch viele keinen Zugang zu (professioneller) Hilfe. Die Stigmatisierung von psychischen Krankheiten und der Inanspruchnahme von Hilfsangeboten müssen abgebaut und Angebote für/mit Jugendlichen ausgebaut werden.

In Kooperation mit:

## VERTIEFUNGSGEFÄSSE

---

### Subplenum «Medikamenten(misch)konsum bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen»

Leitung: Alwin Bachmann, stv. Leiter, Infodrog

In den letzten Jahren mehrten sich sichtbare Fälle von gefährlichem Mischkonsum von Alkohol, Medikamenten und anderen Substanzen bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Infodrog hat in diesem Zusammenhang eine Situations- und Bedarfsanalyse erstellt. Die Resultate – auch im Vergleich mit anderen Studien aus der Schweiz – und daraus entstandene Empfehlungen wurden im Plenum vorgestellt ([siehe Folien](#)). Der Handlungsbedarf ist gross. Dies wurde auch aus den Empfehlungen, die Infodrog im Rahmen des Berichts macht, deutlich.

#### Take-Home-Messages:

- Ein systematisches Monitoring über längere Zeiträume fehlt. Folglich sind auch wirklich ausschlaggebende Zahlen, die Aussagen über Trends und über Entwicklungen über einen längeren Zeitraum ermöglichen, nicht vorhanden. Teilweise werden Lücken gefüllt; z.B. hat SRF Zahlen zu Todesfällen aufgrund Medikamentenmischkonsum eruiert → jedoch gibt es hier eine hohe Dunkelziffer.
- Nationale Referenzstudien, die alle vier Jahre durchgeführt werden, sind schlicht zu wenig und zu ungenau.
- Es gibt kaum Angebote, die sich explizit an Jugendliche richten.
- Es gibt einen eklatanten Mangel an Behandlungsplätzen und Behandlungskompetenz für Jugendliche mit Substanzstörungen.
- Empfehlungen von Infodrog sind sehr vielfältig und beziehen sich auf verschiedenste Bereiche. Es wird spannend, zu sehen, was in Zukunft davon umgesetzt wird.

### Workshop 1: «Psychische und physische Gesundheit von jungen queeren Menschen»

Leitung: Sandra Schäfer, Jugendarbeiterin und Programmleiterin bei du-bist-du

In der Adoleszenz, die geprägt ist von neuen Entwicklungs- und Bewältigungsaufgaben, sind LGBTIQ\*-Menschen zusätzlich mit psychischen und sozialen Herausforderungen konfrontiert. Der Workshop gab Einblick in queere Lebenswelten. Nebst Grundlagen zu Geschlechtsidentität und romantischer/sexueller Orientierung, wurden zusätzliche Herausforderungen für junge LGBTQA\*-Menschen, wie Identitätsentwicklungsaufgaben oder Minoritätenstress, behandelt. Ausserdem wurde das queere Bewusstsein in der Sozialen Arbeit sowie die Gesundheit von LGBTQA\*-Personen thematisiert ([siehe Folien](#)).

In Kooperation mit:

#### Take-Home-Messages:

- Viele Menschen sind queer/LGBTQIA\*, z.B. 5-10% homo- und bisexuell. Personen in der Sozialen Arbeit kommen also unausweichlich mit LGBTQIA\*-Personen und ihren spezifischen Problemen in Kontakt.
- Queere Jugendliche haben zusätzlich zu den Herausforderungen des pubertären Entwicklungsprozesses Minoritätenstress und Identitätsentwicklungsaufgaben → Coming-Out und Diskriminierung
- Mögliche Auswirkungen: Höhere Depressions-/Suizidrate, schlechtere schulische Leistung, höheres Risikoverhalten und Substanzkonsum → benötigt queergerechte soziale Arbeit
- Queeres Bewusstsein in der Sozialen Arbeit durch Hinterfragen von Hetero- und Cisnormativität, Informiertheit über LGBTQIA\*, korrekte Begrifflichkeiten, Mitdenken von queeren Lebenswelten.

#### Workshop 2: «Jugendliche und junge Erwachsene mit «Mehrfachproblematiken»»

Leitung: Lalitha Chamakalayil, wiss. Mitarbeiterin, Hochschule für Soziale Arbeit FHNW

Mit Hilfe von Zitaten aus Interviews mit jungen Menschen aus einer Studie der Fachhochschule Nordwestschweiz wurde deren Lebenslagen nachgezeichnet und aufgezeigt, wie komplexe Mehrfachproblematiken (MFP) entstehen und sich entwickeln. Anschliessend wurde an Analysen zu Mehrfachproblematiken gearbeitet, bevor die Herausforderungen und Chancen bestehender Hilfesysteme und Entwicklungsbedarfe beleuchtet wurden ([siehe Folien](#)).

#### Take-Home-Messages:

- Ansprüche an Jugendliche steigen stetig, gleichzeitig gibt es viele Wahlmöglichkeiten → erhöhter Druck während des Heranwachsens führt zu mehr psychischer Belastung, einem veränderten Lern- & Sozialverhalten oder einem Wandel in der Mediennutzung.
- Gleichzeitig ist der Übergang zwischen Jugend und Erwachsen-Sein nicht mehr linear, sondern wechselt Yo-Yo-artig immer wieder ab.
- Das Vorhandensein von Problemen führt schnell zu mehr Problemen → Mehrfachproblematiken
- Verschiedene Probleme brauchen verschiedene Hilfen → Hilfen müssen Kultur der Zusammenarbeit leben. MFP brauchen eine breitere Palette an Hilfen sowie kontinuierliche(re) Begleitung, welche auch die strukturelle Perspektive einbezieht.

#### Workshop 3: «Medienkompetenz: Junge Menschen sensibilisieren, stärken und begleiten»

Leitung: Nina Hobi, Projektleiterin Jugend und Medien, und Andrin Schnegg, Fachmitarbeiter zischtig.ch

Digitale Medien gehören heute zum Alltag von Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Online-Plattformen eröffnen ihnen spannende Möglichkeiten, sie treffen aber auch auf problematische Inhalte und erleben schwierige Situationen in der Interaktion mit anderen – etwa in Zusammen-

In Kooperation mit:

hang mit Cybermobbing, Rassismus oder anderen Formen der Diskriminierung. Nach Vorstellung der beiden Akteure [Jugend und Medien](#) und [Zischtig.ch](#) wurden in Kleingruppen verschiedene Beispiele diskutiert, wie mit (problematischem) Medienkonsum von Jugendlichen umgegangen werden soll und was Orientierungshilfen sein könnten ([siehe Folien](#)). Diese Diskussion wurde dann im Plenum präsentiert.

#### Take-Home-Messages:

- Der Perspektivenwechsel ist eminent: Von der medienzentrischen (was machen Medien mit den Menschen?) hin zur rezipientenzentrischen (was machen Menschen mit Medien?) Perspektive.
- Medienkonsum von Kindern und Jugendlichen sollte stets im Kontext der altersentsprechenden Entwicklungsaufgaben beurteilt werden (Interaktion mit Gleichaltrigen, Entwicklung des moralischen Urteils, Umgang mit Autoritäten, Aufbau eines eigenen Wertesystems etc.).
- Medienkompetenz und das Arbeiten an Entwicklungsaufgaben bedingen sich gegenseitig.

#### Workshop 4: «Prävention am Arbeitsplatz»

Leitung: Marie-Noëlle McGarrity, Projektleiterin Prävention, Sucht Schweiz

Das Programm [Prev@Work](#) richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene in der Ausbildung und an deren berufliches Umfeld, und vereint Suchtprävention und psychische Gesundheit. Im Workshop wurde das Programm und dessen Aufbau vorgestellt ([siehe Folien](#)). Anschliessend gab es die Möglichkeit, Fragen dazu zu stellen. Ausserdem wurde anhand eines Praxisbeispiels näher auf den Übergang von der Schule zum Arbeitsplatz eingegangen und die Potenziale dieser Settings aufgezeigt.

#### Take-Home-Messages:

- Der Arbeitsplatz ist ein idealer Ort für Prävention und Gesundheitsförderung, da Menschen dort besonders gut erreichbar sind.
- Das Wissen zum Umgang mit Stress hilft auch, anderen Problemen vorzubeugen.
- Die Herausforderungen bei Projekten wie Prev@Work liegen – wie für viele Projekte im Sozial- oder Gesundheitsbereich – bei den fehlenden Ressourcen. Eine Herausforderung ist oftmals, Unternehmen zu überzeugen, dass die investierte Zeit (fehlende Arbeitsstunden) und die Kosten sich lohnen. Interessanterweise wird das Projekt in Deutschland (wo das Projekt ursprünglich herkommt) von der Krankenkasse finanziert.
- Damit stellt sich einmal mehr die Frage, welchen Stellenwert Prävention und Gesundheitsförderung haben.

In Kooperation mit: