

Mental Health Matters

Gemeinsam schaffen wir Wege, um die psychische Gesundheit Jugendlicher zu stärken und die Versorgungskrise zu lindern!



Im Kanton Bern hat sich ein interprofessionelles Expert:innen Forum formiert, das die Vernetzung der Akteure im Bereich der psychischen Gesundheit der Jugend verbessern möchte. Das Forum richtet sich an verschiedene Berufsdisziplinen, die besser zusammenspannen wollen.

Nebst Vertreter:innen aus psychiatrischen, psychologischen, haus-/kinderärztlichen sowie pflegerischen Fachorganisationen und aus dem Public Health Sektor, engagieren sich weitere Fachleute aus den Bereichen **Bildung, Gesundheit, Soziales und Sicherheit**.

Ausgangslage

- **Psychische Belastungen haben stark zugenommen.** Bei den weiblichen Jugendlichen und jungen Frauen fühlen sich fast 70% energielos und müde (BFS, 03.11.2023). Auch männliche Jugendliche und junge Erwachsene sind betroffen, doch holen sich diese weniger oft Hilfe. Spitalaufenthalte aufgrund Selbstverletzung, Suizidversuch sind 2021 bei 10- bis 24-Jährigen massiv angestiegen +26% im Vergleich zum Vorjahr (BFS, 12.12.2022).
- **Psychische Erkrankungen beginnen früh.** 50% der Erkrankungen beginnen vor dem 18. und 75% vor dem 25. Lebensjahr (Ensa, 2023).
- **Es mangelt an Unterstützung.** Angebote zur Stärkung sowie niederschwellige, frühe Angebote sind zu wenig bekannt (Voja, 30.08.2022) und Stigmatisierung erschwert den Zugang zur Gesundheitsversorgung (BAG, 2018). Selbst in psychischen Krisen bleiben Jugendliche zu oft sich selbst überlassen, da Angehörige häufig überfordert sind und lange Wartezeiten auf Behandlungen bestehen. Das hat folgenschwere Auswirkungen auf Betroffene und Bezugspersonen und kann sich negativ auf den beruflichen Erfolg auswirken (Aschwanden, 15.09.2022).
- **«Mental Health Matters».** Beeinträchtigungen der psychischen Gesundheit kosten die Schweizer Wirtschaft jedes Jahr geschätzte 19 Milliarden CHF - 3,2% des BIP - aufgrund von Produktivitätsverlusten, Kosten durch Gesundheitsversorgung und Sozialausgaben (WEF, 2017). Die Kosten für die psychiatrische Gesundheitsversorgung machen aber nur ungefähr 6,5 Prozent der Gesamtkosten der obligatorischen Krankenpflegeversicherung OKP aus (Obsan, 16.05.2023) und Investitionen in Psychotherapien ermöglichen Einsparungen in doppelter Höhe, da Sozialausgaben gar nicht erst anfallen oder die Kosten für körperliche Behandlungen tiefer sind (Layard, 2016). Die Rede ist von der bio-psycho-sozialen Wechselwirkung.

Was braucht es, um die Entstehung und die Auswirkungen psychischer Erkrankungen zu vermindern?

- Es braucht eine **koordinierte und verankerte Zusammenarbeit der Bereiche Bildung, Gesundheit, Soziales und Sicherheit**, um belastete Jugendliche und junge Erwachsene frühzeitig mit passenden Angeboten zu vernetzen, bei Fachkräften **Kompetenzen zur psychischen Gesundheit zu stärken sowie Ressourcen** und Projekttideen zu multiplizieren.
- **Gesundheitsförderung, Prävention, Früherkennung/-intervention** sind notwendig, um die psychische Gesundheit dauerhaft zu fördern und die Überlastung der Gesundheitsversorgung sowie wirtschaftliche Folgekosten zu vermindern. Zudem brauchen wir dringend eine stärkere und erweiterte Ausbildungsoffensive für psychiatrische Fachkräfte (u.a. Fachärzt:innen, psychiatrische Pflegefachpersonen).

Vision

- Das Expert:innen Forum Psychische Gesundheit Jugend EFPJU stärkt das Wissen über bestehende Angebote und eröffnet innovative, **interprofessionelle Handlungsspielräume** in der Unterstützung von psychisch belasteten sowie psychosozial benachteiligten Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Dadurch können das **Empowerment der Betroffenen gesteigert** und ihre **Fähigkeiten zu aktivem gesundheitsrelevantem Handeln gefördert** werden.
- Anstelle von Schnittstellen werden zukünftige **Nahtstellen im Versorgungspfad** angestrebt. Das Expert:innen Forum treibt die **Entwicklung interprofessioneller Strategien und Massnahmen zu psychischer Gesundheit** bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen (12- bis ca. 25-Jährigen) koordinierter voran. Es schlägt die Brücke zwischen Institutionen und selbstständig erwerbenden Fachkräften aus den Bereichen Bildung, Gesundheit, Soziales und Sicherheit.
- Das Expert:innen Forum sucht nach innovativen Wegen für **Gesundheitsförderung, Prävention, Früherkennung, Frühintervention** und Verbesserung von Angebotsübersichten.
- Die teilnehmenden Fachpersonen verbreiten als **Multiplikator:innen** ihr Wissen und Materialien rund um **Gesundheitsförderung und Prävention** in ihren Organisationen/Ausbildungsorten. Sie leisten auch einen Beitrag zur **Stigmareduktion in Bezug auf Mental Health**.

Ziele

- **Konsolidierung von Expert:innen Forum EFPJU mit drei Fachanlässen pro Jahr.** Das interprofessionelle Projektteam organisiert die Anlässe, um die Akteure zu vernetzen, weiter- und fortzubilden und Handlungsoptionen abzuleiten.
- **Brückenschlag aufzubauen zwischen den Bereichen Bildung, Gesundheit, Soziales und Sicherheit sowie selbstständig Tätigen und Institutionen.**
- **Wirkung erzielen**, indem die teilnehmenden Vertreter:innen der Fachorganisationen - bspw. Berufsverbände (Vorstandsmitglieder), Behörden, Institutionen und Hochschulen (Fachpersonen in höheren Positionen) - die Informationen in ihre Organisationen zurückspielen.

Erste vielversprechende Resultate

- **Mehr als 50 Expert:innen von über dreissig Fachorganisationen** tauschen sich beim EFPJU aus: Selbstständig tätige Ärzt:innen (Vorstandsmitglieder von Berufsverbänden), Vertreter:innen aus Hochschulen, aus Institutionen und von Behörden aus den Bereichen Soziales, Bildung, Gesundheit und Sicherheit. Die **Anerkennung der Expert:innen Foren als Weiter-/Fortsbildung** in Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie ist erfolgt.
- **Seit Dez. 2021 regelmäßig Expert:innen Foren**, in denen sensibilisiert wurde und Lösungsmöglichkeiten zu Brennpunktthemen erarbeitet wurden.
- **Fachanlässe/Symposien und weitere Projekte wurden initiiert:** Das Peer-to-Peer-Projekt «**Wellguides.ch** - Junge Menschen informieren über psychische Gesundheit und Angebote» erhält finanzielle Unterstützung von der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz. Zudem unterstützt das initiierte **Projekt Fallbesprechung/Supervision** Lehrpersonen bzgl. psychischer Gesundheit von Jugendlichen an Oberstufen-/Mittelschulen.
- **Arbeitsgruppe Mental Health** Initierung durch einzelne Fachorganisationen Nov. 2022. Durch Berufsorganisationen/Stiftung Weiterentwicklung zu Allianz Mental Health.
- **Arbeitsgruppe Nachwuchsförderung** wurde 2023 angestoßen und hat zum Ziel das Interesse an der Arbeit der Fachärzt:innen in Kinder-, Jugend-, Psychiatrie und Psychotherapie zu fördern. Weiterentwicklung der Arbeitsgruppe erfolgt nun durch die Berufsorganisationen zusammen mit UPD.

Kontakt ZHAW Prof. Dr. Frank Wieber, frank.wieber@zhaw.ch und BGKJPP Dr. med. Cornelia Hediger, Initiantin, projekte.hediger@hin.ch

Die psychische Gesundheit hat Auswirkungen auf verschiedene Bereiche.

Dazu gehören beispielsweise auch körperliche Gesundheit, soziale Kontakte, schulische und berufliche Ausbildung, Berufstätigkeit, Wirtschaft und Sicherheit. Gerade im Jugend- und jungen Erwachsenenalter gilt es in kurzer Zeit eine Vielzahl von Herausforderungen zu bewältigen wie Ablösung von den Eltern, Hinwendung zu Peers, Berufsfindungsprozess, Ausbildung, Ausbildungsabschluss und Einstieg in den Arbeitsmarkt. Fachorganisationen und staatliche Stellen versuchen auf verschiedenen Ebenen Jugendliche und junge Erwachsene im Kanton Bern zu unterstützen und zu begleiten.

Auf Grund der Komplexität ist es wichtig, dass Fachpersonen/-organisationen die Herausforderungen gesamtheitlich erfassen und berufsgruppenübergreifend sowie sektorenübergreifend angehen und multiprofessionell vernetzt zusammenarbeiten.

Somit können junge Menschen in ihrer Entwicklung optimal unterstützt werden.

Das interprofessionelle Expert:innen Forum Psychische Gesundheit Jugend EFPJU entwickelt sich laufend weiter, ist im Kanton Bern tätig und auch national vernetzt.

Aktuelles Projektteam EFPJU



BGKJPP
Bernische Gesellschaft für
Kinder- und Jugendpsychiatrie
und -psychotherapie



Verein Berner
Schulsozialarbeit

PHBern

Pädagogische Hochschule



Verband offene
Kinder- und Jugendarbeit
Kanton Bern



Eine Auswahl weiterer involvierter Fachorganisationen



Verein Berner
Haus- und
KinderärztInnen



Verband Berner
Psychologinnen und Psychologen



Kanton Bern
Canton de Berne



Stadt Bern

Berner Gesundheit
Santé bernoise



BIZ Berufsberatungs- und Informationszentren
OP Centres d'orientation professionnelle

Eine vollständige Übersicht der Fachorganisationen EFPJU (Multiprofessionelles Netzwerk) findet sich auf der Webseite:

www.efpju.ch

Sind Sie interessiert, die Arbeit des Expert:innen Forum EFPJU zu unterstützen?

Wir freuen uns über personelle und finanzielle Unterstützung, herzlichen Dank!

Im EFPJU bringen Vertreter:innen aus Hochschulen, Institutionen, Behörden und Berufsverbänden – Angestellte wie Selbstständige – ihr wertvolles Wissen ein. Sehr gerne erweitern wir das Forum um Ihre wertvolle Mitarbeit!

Die selbstständig tätigen Fachpersonen engagieren sich bisher mehrheitlich ehrenamtlich im Projektteam. Spenden und Sponsorenbeiträge werden von der ZHAW verwaltet und vorerst verwendet, um eine gewisse Entschädigung der selbstständig tätigen Fachpersonen im Projektteam zu ermöglichen.

Spenden und Sponsorenbeiträge

IBAN CH79 0070 0110 0012 1721 8 Vermerk: Wellguides Netzwerk BE.

Kontoinhaber: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Gertrudstr. 15, 8400 Winterthur.

Finanzinstitut: Zürcher Kantonalbank, Postfach, 8010 Zürich