



## Wie kann die Evangelisch-reformierte Kirche des Kantons Freiburg die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen stärken?

«(...) Führende Jugendpsychologen befürchten laut einer Erhebung des Bundes mittel- und längerfristige Corona-Folgen bei Jugendlichen: Eine ungünstige Veränderung des Beziehungs- und Bindungsverhaltens junger Menschen etwa» dies schreibt die Sonntagszeitung vom 24. Januar 2021.<sup>1</sup>

Erwiesenermassen werden im Jugendalter wichtige Grundsteine für das Erwachsenenleben gelegt. Gerade für die psychische Gesundheit sind Beziehungen von ausschlaggebender Wichtigkeit. Laut den neuesten Studien in der Depressionsforschung, ist Beziehungsarbeit ein zentraler Faktor für die Therapiebarkeit von Depressionen.

### Die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

Die Definition der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen wird, wie bei Erwachsenen, oftmals in Abgrenzung zur psychischen Erkrankung gestellt. Wer nicht krank ist, gilt als gesund. Da es sich bei der psychischen Gesundheit aber nicht um ein Kleidungsstück handelt, welches getragen wird oder nicht, bedarf es weiterführender Kontextualisierungen und genauerer Spezifikation:

Gemäss Kinderschutz Schweiz (2019), handelt es sich bei psychischer Gesundheit um "Aspekte wie Wohlbefinden, Zufriedenheit, Selbstbewusstsein, Beziehungsfähigkeit und Alltagsbewältigung". All diese Begriffe vereinen die Frage, ob "protektive, kompensatorische Ressourcen (Schutzfaktoren) gegenüber Belastungen (Risikofaktoren)" (Kinderschutz Schweiz 2019) überwiegen.

Gerade bei Kindern und Jugendlichen stellt sich die Fragen nach dem Umfeld, welche diese Schutzfaktoren zur Verfügung stellen (können). Oftmals haben die kirchliche Jugendarbeit, die Amtsstelle oder die in der Katechetik Tätigen einen besonderen Einblick in die Lebenssituation der Kinder und Jugendlichen.

---

<sup>1</sup> Sonntags Zeitung vom 24. Januar 2021 Seite 6

## **Die Datenlage**

Ein umfassender Bericht zur vorhandenen Datenlage konstatiert fehlende Erkenntnisse über die Situation der psychische Gesundheit/Krankheit bei allen Kindern und Jugendlichen in der Schweiz. Obwohl sich zurzeit viele Berichte aufgrund von Covid-19 mit der Thematik befassen, konzentrieren sich vorhandene Untersuchungen auf spezifische, oftmals delinquente, Kinder und Jugendliche. Die kantonalen Untersuchungen basieren oftmals auf Städte sowie auf Auswertungen von spezifischen Therapiezentren und Behandlungsinstitutionen. Weitere Zahlen können den Untersuchungen von Risikofaktoren, beispielsweise Suchtmittelkonsum, entnommen werden.

Alle (nicht repräsentativen) empirischen Befunde weisen darauf hin, dass psychische Erkrankungen auch bei Kindern und Jugendlichen vorkommen, und dass es geschlechtsbedingte Unterschiede gibt. Delaney und Smith (2012), konnten für die USA nachweisen, dass psychische Krankheiten auf die gesundheitliche Entwicklung einen Einfluss haben. Es ergeben sich nach Smith und Delaney (2012) Nachteile auf das spätere Einkommen und Bildungsniveau. Daher sollten kontextuelle und gesellschaftliche Bestrebungen parallel dazu erfolgen, so dass Interventionen eine effektive Wirkung erzielen.

## **Was sagt die Gesundheitspolitik dazu?**

Der Bundesrat hat den Bericht „Gesundheit 2020“ verabschiedet (BAG 2019). Darin hält er fest, dass die Förderung der psychischen Gesundheit sowie Verbesserungen auf dem Gebiet der Vorbeugung und Früherkennung psychischer Krankheiten anzustreben sind, um die Zahl der Erkrankungen zu reduzieren. Das Angebot an Grundinformationen im Bereich der psychischen Gesundheit und die erleichterte Orientierung innerhalb der verschiedenen bestehenden Leistungsangeboten zählen zudem zu den prioritären Massnahmen des Berichts des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) (2015a).

Gemäss dem BAG (2015b) soll es Ziel sein, dass allen Jugendlichen Zugang zu niederschweligen, gesundheitsfördernden Angeboten ermöglicht werden.

Des Weiteren sollen eine Enttabuisierung und das Transparenz-machen von psychischen Erkrankungen bereits in der Basisstufe erfolgen.

### **Was sagt die Gesellschaftspolitik dazu?**

Jugendliche und Kinder sollen in einer Gesellschaft aufwachsen können, in der neben einem hohen Leistungsdruck auch Akzeptanz für all diejenigen herrscht, welche Mühe mit den Leistungsanforderungen haben oder an psychischen Problemen erkrankt sind. Den Jugendlichen sollen niederschwellige Beratungsstellen zugänglich gemacht werden. Dabei sollen die Hemmschwellen so niedrig wie möglich gehalten und das Stigma von psychischen Krankheiten abgebaut werden. Dies erleichtert den Zugang und die Nutzung von Unterstützungsangeboten.

Um eine gerecht verteilte Entwicklungschance in der Bevölkerung zu garantieren, ist es zwingend, dass freie Zugänge zur Behandlung und gleiche Qualität bei der Behandlung psychischer Probleme für alle Teile der Bevölkerung geschaffen werden. Dadurch können Folgekosten verhindert werden, welche bei chronischen psychischen Krankheiten in der Kindheit auftreten (gemäss Currie 2010, Delaney und Smith 2012).

### **Das Potential für die Evangelisch-reformierte Kirche**

Die Kirche kann mit einer gesundheitsfördernden Haltung eine präventive Wirkung erzielen. Durch ihren Zugang zu Kindern und Jugendlichen kann sie einen wesentlichen Beitrag zur Entfaltung der Persönlichkeit und der Stärkung der psychischen Gesundheit in der Gesellschaft beitragen. Zugehörigkeit und Verbundenheit, also das Teil-Sein einer Gemeinschaft, lässt die Kinder und Jugendlichen Verantwortung übernehmen und gibt ihnen Mitgestaltungs-Möglichkeiten. Dies wiederum schafft den nötigen Raum, dass sie wachsen, lernen und sich entwickeln können und dabei Erfahrungen sammeln dürfen. All dies fördert ihre Selbstwirksamkeit und Handlungskompetenz und erweitert ihre Freiheit, indem sie Kompetenzen erkennen und einsetzen können und Eigenverantwortung übernehmen dürfen.

Eine solche Haltung der Kirche trägt bereits vor der Prävention zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen bei. Es fällt ihr dabei die Rolle der frühzeitigen Intervention sowie auch einer Triage-Stelle zu. Durch das Schaffen eines Bewusstseins für psychische Gesundheit, das Ansprechen bei Problemen und deren Enttabuisierung, kann die Kirche auf einen Fall eingehen und zum Beispiel Unterstützungsangebote vermitteln. Sie kann dadurch - bei optimal ablaufenden Bedingungen -, schlimmere Konsequenzen verhindern und somit persönliche, gesellschaftliche, wie auch ökonomische Folgen vermindern.

In allen Kantonen sind bereits Behandlungsangebote vorhanden, die bei einer psychischen Erkrankung für Kinder und Jugendliche weiterhelfen. Zur Verhinderung einer Erkrankung engagieren sich viele unkoordinierte Projekte in der Präventionsarbeit. "Gesundheitsförderung Schweiz" fokussiert in ihren Projekten auf die drei Teilthemen "Selbstwirksamkeit", "Lebenskompetenzen" und "soziale Unterstützung" im Bereich von "psychischer Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen".

Gerade den kirchlichen Stellen kommt hier der Auftrag der Früherkennung, der Vermittlung von Informationen sowie einer Triage zu. Es stellt sich die Frage, wie sich die kirchlichen Stellen zu diesen Themen positioniert, um dabei die Kinder und Jugendlichen in ihrer Entwicklung zu stärken. Im Zeitalter der Leistungs- und Selbstdarstellungsgesellschaft ist es zentral, dass die Kantonalkirche eine eigene Haltung entwickelt und diese in Wort und Tat repräsentiert.

### **Die Herausforderungen der Kirche**

Es ist wichtig für die Kirche sich diesen Herausforderungen bewusst zu sein:

- Sie muss eine Balance finden zwischen dem Erkennen und Ernstnehmen und einer übermässigen Pathologisierung.
- Sie muss im Gespräch den Leidensdruck der Kinder und Jugendlichen erfassen und ihm auf den Grund gehen.
- Es sind ein sorgfältiges Vorgehen und eine geeignete Hilfestellungen für das vorliegende Anliegen und Problem erforderlich.
- Transparente Aushandlungsprozesse mit den Kindern und Jugendlichen, dem Helfersystem, den Fachpersonen oder Vorgesetzten sind zentral für das Vertrauensverhältnis und eine erfolgreiche Zusammenarbeit.
- Es müssen Möglichkeiten abgewogen und das Vorgehen besprochen werden. Die Möglichkeiten, aber auch die Grenzen in Bezug auf die Handlungskompetenzen müssen mitgeteilt werden.
- Die Grenzen der Handlungskompetenz müssen erkannt werden, damit eine Absicherung gewährleistet ist und an Fachpersonen weitergeleitet werden kann.
- Die Vorgaben des Datenschutzes müssen eingehalten werden.
- Es können Themen auftauchen, welche die Meldepflicht tangieren: Physische oder psychische Vernachlässigung und Kindeswohlgefährdungen, die sich in der psychischen Gesundheit eines Kindes oder eines Jugendlichen manifestieren, nehmen eine Fachperson in die Pflicht.

Mitarbeiter der Kirche haben keinen therapeutischen Auftrag, können aber als wichtiges Bindeglied zwischen Fachstellen und Kinder- und Jugendlichen fungieren. In der Kirche braucht es daher einen diesbezüglichen Austausch und die Mithilfe von Vorgesetzten, einem Konvent, Weiterbildungsmöglichkeiten, usw., so dass die professionelle Grenzen als solche erkannt und die Fachpersonen der Kirche in ihrer Verantwortung entlastet werden können.

Die Kirche kann für das Thema sensibilisieren, indem sie Projekte anbietet, welche die psychische Gesundheit effektiv fördern und aufrechterhalten helfen. Das Gestalten von attraktiven Angeboten, vertrauensvoller und wertschätzender Gesprächsatmosphäre helfen der Kirche, ihre Ziele im Bereich psychischer Gesundheit zu erreichen.

### **Das Angebot der Kirche**

Für die Kirche stellt sich die Frage: Wie können wir in der kirchlichen Jugendarbeit das Beziehungs- und Bindungsverhalten von Jugendlichen positiv unterstützen? Wir bewegen uns bereits im freiwilligen und niederschweligen Bereich, was den Jugendlichen entspricht. Das heisst, wir können für die Jugendlichen da sein und als Ansprechpersonen fungieren, ohne dass sie zuvor hohe Hürden nehmen müssen, um einen Gesprächspartner zu finden. Wenn wir gute Beziehungsarbeit leisten können, ist die Wahrscheinlichkeit, dass Jugendliche mit ihren Problemen und Anliegen zu uns kommen, erhöht. Wir können dadurch präventiv und in akuten Situationen auf Jugendliche eingehen und mit ihnen weitere Schritte erarbeiten. Viele Faktoren sind wichtig für die psychische Gesundheit der Jugendlichen und deshalb wird sich ein Beitrag der Kantonalen Kirche positiv auf die psychische Verfassung auswirken. Durch unsere Angebote werden die Jugendlichen auch in ihrem Freizeitbereich niederschwellig begleitet und die Themen können präventiv aufgegriffen werden. Gerade im Freizeitbereich zeigen sich viele Facetten über die Realität der Jugendlichen.

Unsere Angebote sind auf verschiedene Bedürfnisse der Jugendlichen abgestimmt. Es braucht deshalb weiterhin und verstärkt die Möglichkeit die Jugendlichen auf verschiedenen Ebenen zu erreichen, sei dies mit niederschweligen Angeboten aus der kirchlichen Jugendarbeit, im Gottesdienst oder im Religionsunterricht.

## **Die Ziele der Kirche**

Die Arbeit der Kirche hat oft kurativen und präventiven Charakter, die Mitarbeitenden stellen für Kinder und Jugendliche Vorbilder dar und können dadurch Werte und Haltungen vermitteln.

- Wir unterstützen Kinder und Jugendliche in ihrer geistigen, emotionalen, physischen und psychischen Entwicklung.
- Wir leben eine vorurteilsfreie Gesellschaft vor gegenüber Personen mit psychischen Erkrankungen.
- Wir sind wachsam in Bezug auf das Thema psychische Gesundheit, sprechen das Thema in Diskussionen an und bieten bei Bedarf Hilfe an.
- Wir fördern eine hindernisfreie Zusammenarbeit zwischen Privatpersonen, Schulen, Behörden und weiteren Institutionen.
- Wir stehen für offene Diskussionen und einen Umgang, der frei von Stigma ist, was psychische Gesundheit und die Behandlung psychischer Erkrankungen angeht.
- Wir stellen niederschwellige Angebote für Kinder und Jugendliche sowie für deren Familien zur Verfügung, so dass die psychische Gesundheit gefördert und erhalten bleiben kann und angemessene Unterstützung frühzeitig geleistet werden kann.
- Wir fördern gemeinschaftliches Handeln, so dass Kindern und Jugendlichen ein Aufwachsen in einem wohlwollenden und unterstützenden Umfeld ermöglicht wird.
- Wir erstellen einen Leitfaden für kirchlich Tätige zur psychischen Gesundheit (vgl. Anhang)
- Wir führen einer Liste mit Beratungsangeboten und Informationen (vgl. Anhang)

Zusätzlich im Religionsunterricht:

- Wir stellen einen von Leistungsdruck befreiten, geschützten "Raum" für alle Kinder und Jugendliche zur Verfügung.
- Wir nehmen eine gesundheitsfördernde Haltung ein und fördern Lernfelder, Partizipation, Gleichheit und Freiräume.

- Wir führen ein Programm zur Förderung von sozial-kollegialer Hilfe auf Stufe 9-11H (2 Lektionen à 45') durch, zusammen mit der kirchlichen Jugendarbeit.<sup>2</sup>
- Wir rekrutieren und bilden Multiplikator\*innen aus im Sinne der Förderung sozial-kollegialer Hilfe.

Zusätzlich an den Gymnasien:

- Wir fördern die Unterstützung der Multiplikator\*innen und bieten Weiterbildungen im Sinne der Förderung sozial-kollegialer Hilfe.
- Eine Zusammenarbeit wird angestrebt zwischen kirchlicher Jugendarbeit und Gymnasium.

Zusätzlich in der kirchlichen Jugendarbeit:

- Wir organisieren Angebote für Kinder und Jugendliche, welche sich auf den Erwerb von Kompetenzen in den Bereichen Selbstwirksamkeit, Lebenskompetenzen und sozialer Unterstützung beziehen.
- Durchführung des Programmes auf Stufe 9-11H zur Förderung sozial-kollegialer Hilfe, zusammen mit den katechetisch tätigen Lehrpersonen oder Amtsträger\*innen.
- Aus/Weiterbildung Accomp+ zur Bildung von Multiplikator\*innen
- Organisation der Austauschtreffen der Multiplikator\*innen (quartalsweise)

---

<sup>2</sup> Kantonalkirchliches Programm zur Stärkung der psychischen Gesundheit und zur Bildung von Multiplikator\*innen (In Arbeit H. Hofmann)