

An die Gemeinden, welche an der Corona-Studie
im Kt. Bern teilnahmen

Oktober 2022

Ergebnisse der Studie «Auswirkungen der Corona-Pandemie auf Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene im Kanton Bern, inkl. (Präventions-) Massnahmen

CORABE-Studie (Corona-Studie im Kanton Bern)

1. Hintergrundinformationen zur Studie

(a) Wozu wurde diese Studie erstellt?

Der Verband voja engagiert sich für gute Aufwuchsbedingungen von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen in den Gemeinden im Kanton Bern. Gute Aufwuchsbedingungen ermöglichen es Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen vielfältige Erfahrungen zu sammeln, Kompetenzen zu erwerben, Potenzial zu entfalten, Grenzen auszuloten, Lebensräume und Lebensstränge zu entdecken und Verantwortung für sich und die Gesellschaft zu übernehmen. Damit auch in einer Pandemie-Situation weitgehend gute Aufwuchsbedingungen gewährleistet werden können, wurde mit einer Studie untersucht:

- wie es den älteren Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen rund um das Corona-Virus geht (physische und psychische Gesundheit) und wie sie mit der Pandemie-Situation umgehen;
- welche Auswirkungen die Pandemie auf die Aufwuchsbedingungen hat und
- wo sich Herausforderungen und Probleme abzeichnen bzw. wie die offene Kinder- und Jugendarbeit (OKJA) im Kanton Bern Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene und ihre Familien am besten unterstützen kann.

(b) Warum wurde das vorliegende Grunddesign gewählt und die Kooperation des Verbands voja mit der Universität Bern eingegangen?

Forscher*innen der Universitäten Bern und Zürich befragten im 2020 in einer internationalen Studie in der Schweiz, Liechtenstein, Deutschland und Österreich 5823 Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 1 und 19 Jahren zu ihrem Erleben und Verhalten während der Corona-Pandemie. Zwischen 15 und 43% der Teilnehmenden erlebten eine Zunahme emotionaler und verhaltensbezogener Probleme. Zwischen 2 und 10% berichteten sogar von behandlungsbedürftigen psychischen Problemen. Die internationale Studie zeigte auf, dass Jugendliche zwischen 11 und 19 Jahren während der Corona-Pandemie verstärkt unter Ängsten und Depressionen litten. Standen wichtige Zukunftsentscheidungen – wie beispielsweise die Übergangsphase

von der obligatorischen Schulzeit in die Berufswelt – an, wurde wegen der Pandemie der Leistungsdruck besonders verstärkt. Hilfreich sind laut dieser Studie beispielsweise «Selbstwirksamkeit» und eine gute «Regulierung von Emotionen», welche Grundpfeiler der offenen Kinder- und Jugendarbeit sind.

Die Befunde zeigten zusammenfassend die Notwendigkeit gezielter und altersangepasster (Präventions-) Massnahmen - insbesondere auch für Risikogruppen - auf.

Es wurde ein Studiendesign entwickelt, das möglichst repräsentativ ist und bei dem auch die vulnerablen Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen erreicht werden können (diese konnten in der internationalen Studie kaum erreicht werden). Deshalb schrieb der Verband voja in Zusammenarbeit mit dem Institut für klinische Psychologie des Kindes- und Jugendalters der Universität Bern und den interessierten Gemeinden rund 35 000 Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 11 und 21 Jahren im Kanton Bern per Brief an (Deutsch und Französisch). Damit die «Originalstimme» der Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen eingefangen werden konnte und aufgrund der Annahme, dass im Alter von ca. 11 Jahren der angedachte Fragebogen selbständig ausgefüllt werden kann, wurde sowohl bei der ersten als auch bei der zweiten Befragung das Altersspektrum von 11 bis 21 Jahren gewählt.

(c) Längerfristige Perspektive

Um auch langfristige Auswirkungen der Corona-Pandemie zu erfassen, soll die Befragung mehrmals durchgeführt werden: im Sommer 2021 und im Frühling 2022. Die Durchführung einer allfälligen dritten Befragung ist aktuell noch offen und abhängig vom Bedarf der Gemeinden und vom weiteren Verlauf der Pandemie.

2. Ergebnisse der Studie

HINWEISE:

- Die Ergebnisse der zweiten Befragung / Follow-up (inkl. Vergleich) stehen in **Blau**.
- Weitere Ergebnisse der Studie finden Sie in der beiliegenden **Präsentation** im Anhang.
- Die individuellen Ergebnisse pro Gemeinde (inkl. Dokument) mit den Orten / Fachstellen aus der Region) werden individuell an die entsprechende Gemeinde zugestellt.

Steckbrief (1. Befragung)

Umfrage: Anonyme und möglichst repräsentative Online-Umfrage

Sprachen: Deutsch / Französisch

Zeitpunkt der ersten Befragung: Sommer 2021 (12. Juni 2021 – 6. September 2021)

Teilnehmende Gemeinden: Bern, Biel / Bienne, Burgdorf, Frauenkappelen, Gerzensee, Gstaad und Umgebung, Jaberg, Langnau, Lyss, Neuenegg, Ostermundigen, Spiez, Thun, Worb

Teilnehmer*innen: Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene im Alter zwischen 11 und 21 Jahren, die in einer der teilnehmenden Gemeinden wohnen, über genügend gute Deutsch- oder Französischkenntnisse verfügen und bereit waren, die Umfrage auszufüllen. Damit alle Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen der teilnehmenden Gemeinden erreicht werden konnten, wurden sie per Brief angeschrieben und eingeladen, an der Online-Umfrage (Link / QR-Code) teilzunehmen.

Rücklauf: 3'579 Teilnehmende haben den Fragebogen fast vollständig ausgefüllt (davon waren 62% der Teilnehmenden weiblich und 38% männlich). Jedes Alter zwischen 11 und 21 Jahren war mit je 7-10% gut vertreten.

Steckbrief (2. Befragung)

Umfrage: Anonyme und möglichst repräsentative Online-Umfrage

Sprachen: Deutsch / Französisch

Zeitpunkt der ersten Befragung: Frühling 2022 (10. März bis 9. Mai 2022)

Teilnehmende Gemeinden: Bern, Biel / Bienne, Diemtigen, Frutigen, Gerzensee, Gstaad und Umgebung, Kandergrund, Kandersteg, Langnau, Lyss, Ostermundigen, Spiez, Thun, Worb

Teilnehmer*innen: Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene im Alter zwischen 11 und 21 Jahren, die in einer der teilnehmenden Gemeinden wohnen, über genügend gute Deutsch- oder Französischkenntnisse verfügen und bereit waren, die Umfrage auszufüllen. Damit alle Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen der teilnehmenden Gemeinden erreicht werden konnten, wurden sie per Brief angeschrieben und eingeladen, an der Online-Umfrage (Link / QR-Code) teilzunehmen.

Rücklauf: 2'840 Teilnehmende haben mind. 52% des Fragebogens ausgefüllt (davon waren 61.2% der Teilnehmenden weiblich, 37.3 männlich und 1.2% anderes). Jedes Alter zwischen 11 und 21 Jahren war mit je 7-11.3% erneut gut vertreten.

3. Was wurde in der Studie genau untersucht?

Im Fokus der Befragung standen die Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die **psychische Gesundheit und psychische Belastung** der Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen. In der Studie wurden hierzu u.a. folgende Aspekte genauer untersucht:

- Angst / Depression (z.B. weinen, nervös sein, sich ungeliebt oder wertlos fühlen, Sorgen haben)
- Rückzug / Depression (z.B. lieber alleine sein, wenig Freude haben, traurig sein, wenig aktiv sein)
- Aggressives Verhalten (z.B. streiten, wütend oder störrisch sein, schreien)
- Körperliche Probleme (z.B. Kopf- und Bauchschmerzen, Schwindel)

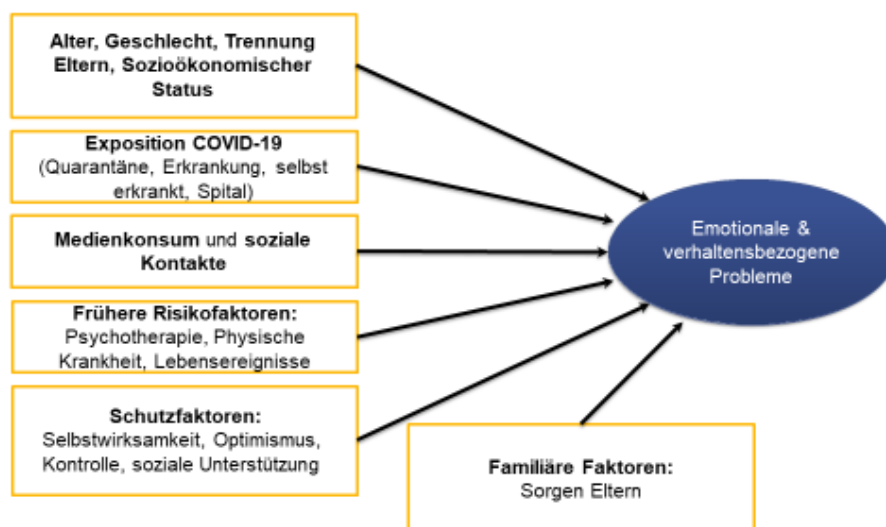
Einflussfaktoren auf die psychische Gesundheit und psychische Belastung

Um wesentliche Einflussfaktoren für die psychische Gesundheit und Belastung zu analysieren, wurden Fragen zu folgenden Bereichen erfasst:

- **zur Person** wie z.B. zum Alter, Geschlecht, sozioökonomischen Status;
- zur **persönlichen Betroffenheit** der Corona-Pandemie (z.B. wer musste in die Quarantäne, wer wurde selbst krank? Wer kennt jemanden, der erkrankt ist oder sogar in das Spital musste?);
- zum **Medienkonsum** und zu den **sozialen Kontakten**;
- zu **bisherigen Risikofaktoren** (z.B. kritische Lebensereignisse, bisherige psychische Erkrankungen);
- zu **Schutzfaktoren** (z.B. Optimismus, Selbstwirksamkeit, soziale Unterstützung) sowie
- Fragen zur **Familie** (inkl. der Sorgen der Eltern im Zusammenhang mit der Corona-Pandemie).

Methoden

Einflussfaktoren auf psychische Probleme



Landolt & Volrath, 1998

5

Vertiefungsfragen zur OKJA (2. Befragung)

In der zweiten Befragung wurden zudem noch diverse Fragen, die der Vertiefung der ersten Befragung dienen und die für die Gestaltung der OKJA-Angebote hilfreich sind, aufgenommen.

Folgende Fragen wurden u.a. in der 2. Befragung im letzten Block ergänzt oder vertieft:

- Was sind aktuell Deine 3 grössten Herausforderungen oder Schwierigkeiten?
- Wenn Du an die letzten zwei Jahre Corona-Pandemie denkst, was war aus Deiner Sicht besonders schwierig oder herausfordernd?
- Was hast Du aus der Corona-Pandemie gelernt?
- Braucht es Deiner Meinung nach bestimmte Angebote, damit Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene möglichst gut zurück ins «normale» Leben (ohne Pandemie) finden (Antwortmöglichkeiten: *nein, eher nein, weiss nicht, eher ja, ja. Wenn eher ja oder ja, welche?*)?
- Wenn Du an Dich und Deine Kolleg*innen denkst, was könnte in der aktuellen Situation hilfreich bzw. passend sein? (Skalenregulierung 1-10 (*1= braucht es nicht / nicht hilfreich; 10= braucht es unbedingt / sehr hilfreich*). Antwortmöglichkeiten: *Beratungsangebote (einzeln); Beratungsangebote (in Gruppen), Liste mit Hilfs- und Unterstützungsangeboten; Workshop zum Umgang mit «Stress»; Workshop zum Thema «Psychische Erkrankungen» (z.B. «Depressionen», soziale Ängste); Workshop zum Thema «Psychische Gesundheit»; Anlässe / Erlebnisse, die Freude machen (z.B. Fest, Ausflug etc.). Wenn ja, welche?; Selbstverwaltete Räume (= Räume ohne Betreuung), in denen man Gleichaltrige treffen kann; Betreute Räume, in denen man Gleichaltrige treffen kann; Für Jugendliche der 8./9./10. Klasse: Unterstützungsangebote beim Finden von Schnupperlehren, Praktika und Lehrstellen (inkl. beim Bewerben); Für Jugendliche, die eine Lehre oder eine weiterführende Schule abgeschlossen haben: Unterstützungsangebote beim Übergang in das Berufsleben).*

- Welche Form von Beratung bevorzugst Du? (Priorisieren von 1-7: *Telefon; Persönlich; Chat mit einer Fachperson; Chat mit anderen Kindern oder Jugendlichen; Online-Programm, das man selbstständig durcharbeiten kann; Im Freien (z.B. Spaziergang); Andere Form.*)
- Welche Aussage trifft am meisten auf Dich zu? (Antwortmöglichkeiten: *Ich bevorzuge Freizeitangebote, die vor Ort stattfinden; Ich bevorzuge Freizeitangebote, die virtuell / online stattfinden; Ich bevorzuge in der Freizeit einen guten Mix aus virtuellen / Online-Angeboten und Angeboten vor Ort; Ich bevorzuge in der Freizeit Räume, in welchen ich mich unbeaufsichtigt mit Freund*innen treffen kann*).
- Kennst Du Orte / Fachstellen, an denen Du Dich in Deiner Region beraten lassen kannst (z.B. wenn Du eine Frage oder ein Problem hast oder Hilfe benötigst)? Wenn ja, welche?
- Machst Du Dir viele Sorgen bezüglich der Zukunft? (Antwortmöglichkeiten: *sehr; ein wenig; gar nicht*).
- Welche drei Aspekte machen Dir am meisten Sorgen bezüglich der Zukunft?

4. Was sind die Ergebnisse der Studie?

Im Folgenden werden die wichtigsten Ergebnisse der ersten und der zweiten Befragung zusammengefasst und verglichen. Im Weiteren wird aufgezeigt, was die Ergebnisse für die Praxis konkret bedeuten bzw. inwiefern Handlungsbedarf besteht.

Wie geht es den Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen rund um das Corona-Virus im Kanton Bern und welche Auswirkungen hat die Pandemie auf die Aufwuchsbedingungen?

1. Befragung

Die Ergebnisse zeigen generell auf, dass sich zwischen 19% und 31% der Befragten psychisch belasteter fühlen als vor der Corona-Pandemie. Dabei haben insbesondere Angst / Depression zugenommen. Zwischen 11% und 13% berichten aber auch Verbesserungen im Rahmen der Corona-Pandemie.

Im Vergleich zu den Ergebnissen der internationalen Studie im Frühjahr 2020 fällt auf, dass sich im Sommer 2021 immer noch viele Personen psychisch belastet fühlen, obwohl die Corona-Massnahmen zu diesem Zeitpunkt weniger einschneidend fürs Alltagsleben waren.

2. Befragung

Keine Abnahme der psychischen Probleme zwischen Sommer 2021 und Frühling 2022

Das Befinden hat sich zwischen den beiden Befragungen nicht wesentlich verändert. Im Sommer / Frühherbst 2021 ging es laut eigener Aussage zwischen 19 und 31 Prozent der Befragten psychisch und teilweise auch körperlich während der Corona-Pandemie schlechter; im Frühling 2022 waren es immer noch zwischen **23 und 30 Prozent**. In der zweiten Befragung erklärten junge Menschen zusätzlich, dass sie im Vergleich zu früher lieber allein sein möchten, häufiger Streit hätten und mehr Kopfschmerzen verspüren würden.

Die folgenden 3 Abbildungen (Abbildung 1: Resultate der internationalen Studie; Abbildung 2: Resultate der ersten Befragung im Kanton Bern und Abbildung 3: die Resultate der zweiten Befragung) zeigen auf, dass insbesondere Angst und Depressivität zugenommen haben. Im Kanton Bern liegt bei der ersten Befragung der Wert bei 30.8% und bei der zweiten Befragung

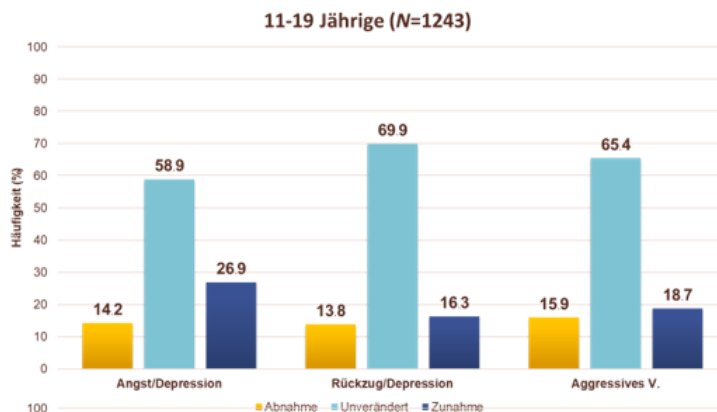
bei 29.8%. Auffallend ist, dass bei der zweiten Befragung im Kanton Bern die körperlichen Probleme (z.B. Kopfschmerzen, Bauchschmerzen, Schwindel) zugenommen haben. Bei der ersten Befragung hatten 22.1% der Befragten mehr körperliche Problem und bei der zweiten Befragung 29.3%.

Ergebnisse Veränderungen seit COVID-19 – Vergleich mit internationaler Studie

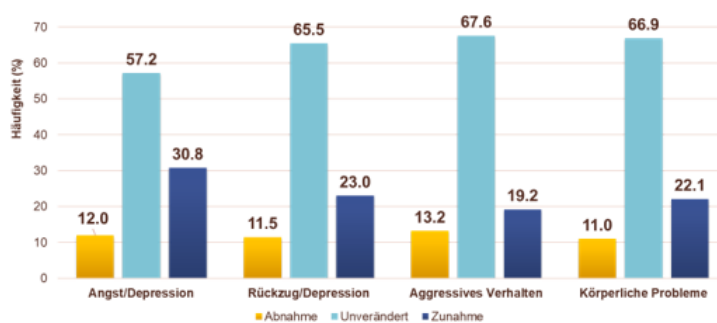


UNIVERSITÄT
BERN

Internationale Studie



CORABE-Studie

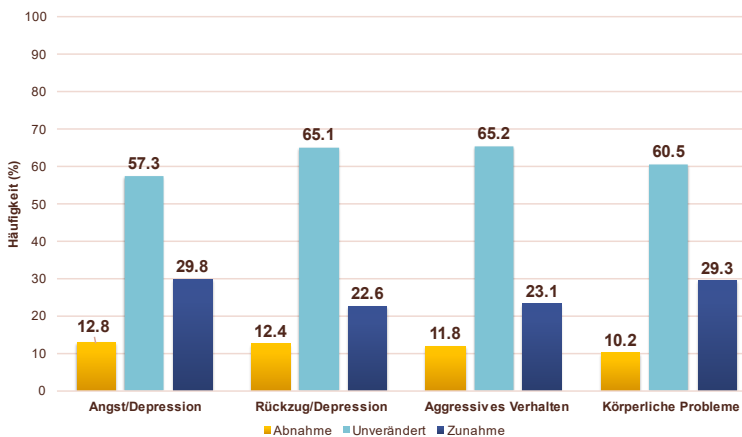


CORABE-Studie 2. Befragung bzw. Follow-up

CORABE-Ergebnisse Follow-up Veränderungen seit COVID-19



UNIVERSITÄT
BERN



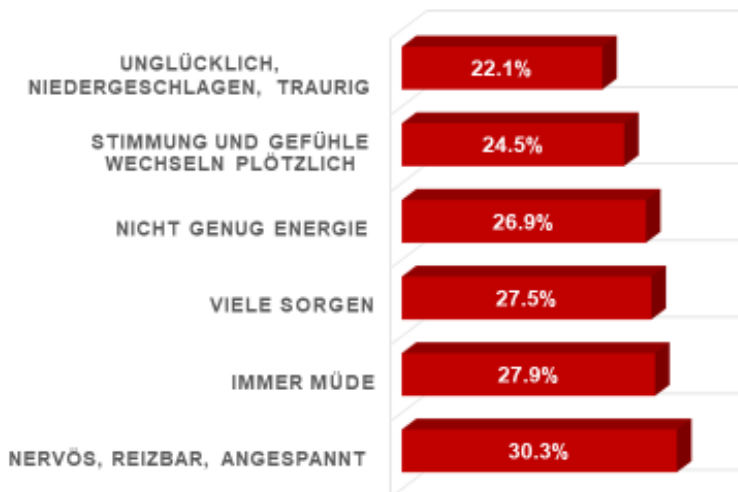
14

Die folgende Abbildung zeigt, welche psychischen Probleme am meisten zugenommen haben. Zuerst werden die Ergebnisse der ersten Befragung abgebildet, anschliessend die der zweiten Befragung.

Ergebnisse Zunahme psychischer Probleme: 1. Befragung

Ergebnisse

Zunahme psychischer Probleme während COVID-19 (> 20%)



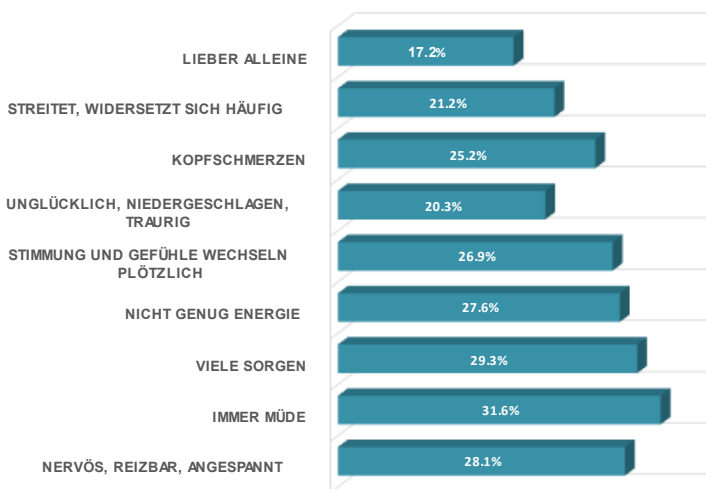
9

Ergebnisse Zunahme psychischer Probleme: 2. Befragung

In der folgenden Abbildung werden die Antworten aufgezeigt, welche bei der 2. Befragung (Follow-up) genannt wurden:

CORABE-Ergebnisse Follow-up

Zunahme psychischer Probleme während COVID-19

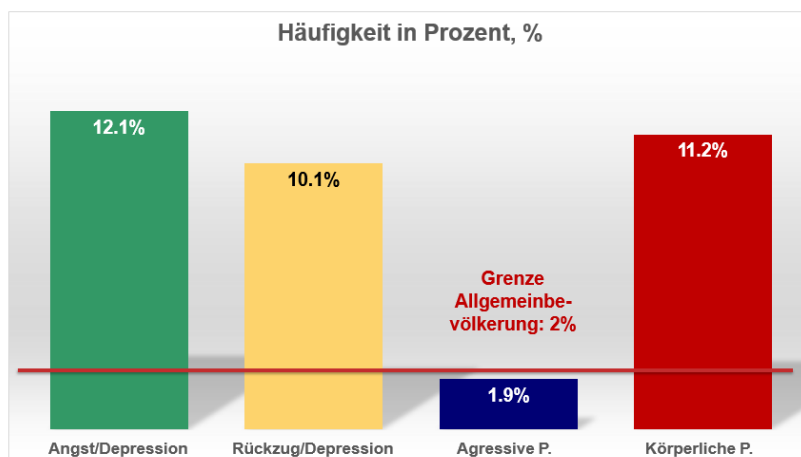


16

Die Ergebnisse der nächsten Abbildung zeigen, wie viele Personen von behandlungsbedürftigen psychischen Problemen berichteten. Mit Ausnahme der aggressiven Probleme lag dieser Prozentsatz deutlich über den 2%, die man normalerweise in der Allgemeinbevölkerung erwarten würde.

Ergebnisse

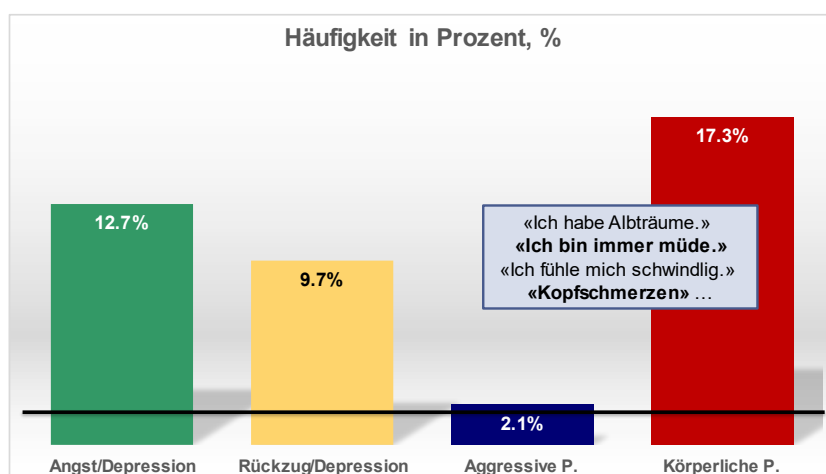
Klinisch relevante psychische Probleme



Bei der zweiten Befragung haben insbesondere die oben erwähnten körperlichen Probleme zugenommen (z.B. Kopfschmerzen, Schwindel).

CORABE-Ergebnisse Follow -up

Klinisch relevante psychische Probleme



19

Wie die folgende Abbildung «Vergleich aktueller psychischer Probleme pro Altersgruppe» zeigt, unterscheiden sich die teilnehmenden Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen darin, wie stark psychisch belastet sie waren. Während die 11-, 12- und 13-Jährigen vergleichsweise von wenigen psychischen Problemen berichteten, stieg die psychische Belastung mit dem 14. Lebensjahr deutlich an und blieb bis ins junge Erwachsenenalter auf einem gleichbleibend hohen Niveau bestehen. Die einzige Ausnahme stellten aggressive Probleme dar, die über alle Altersgruppen hinweg selten berichtet wurden.

Ergebnisse

Alterseffekte auf aktuelle psychische Probleme



Bei der zweiten Befragung sind die Alterseffekte ähnlich: Besonders mit dem 14. Lebensjahr steigt die psychische Belastung deutlich an und erreicht beim 17. Lebensjahr den Höhepunkt (dieser kristallisiert sich im Vergleich zur ersten Befragung noch deutlicher hervor).

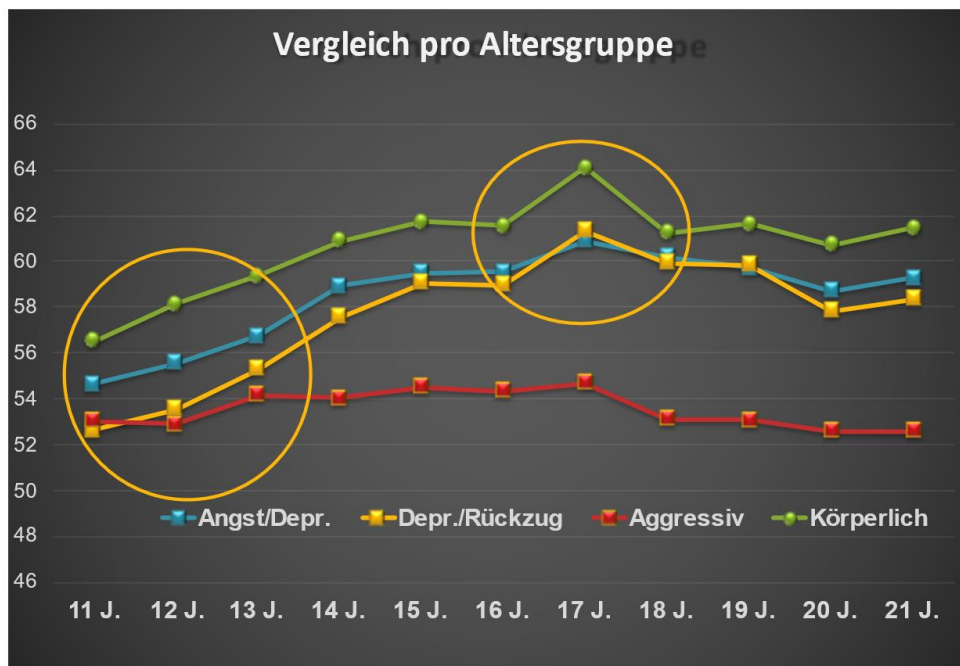
Auffallend ist ausserdem, dass sich die Mehrheit der jungen Menschen (53%) Sorgen um die Zukunft macht. Am häufigsten betreffen diese Sorgen schulische und berufliche Herausforderungen im Rahmen von Leistungsanforderungen sowie beim Übergang in die Lehre und das Berufsleben. Auch Zukunftssorgen, der Wunsch nach weniger Stress und mehr Selbstvertrauen und fehlende / reduzierte zwischenmenschliche Beziehungen zu Gleichaltrigen belasten die jungen Menschen.

Auch diese Studie bestätigt damit eindrücklich, dass Peers bei Jugendlichen am wichtigsten sind. Bei 84% der Befragten stehen Freund*innen als Bezugspersonen an erster Stelle.

Zwischen 10 und 13 Prozent der Befragten berichteten aber auch über Verbesserungen im Rahmen der Corona-Pandemie. Beispielsweise litten sie durch die reduzierten sozialen Kontakte und Anforderungen weniger unter Ängsten, Depressivität und aggressiven Problemen als früher.

CORABE-Ergebnisse Follow -up

Alterseffekte



21

Wo zeichnen sich bei den Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen im Kanton Bern insbesondere Herausforderungen und Probleme ab?

In einer offenen Frage (ohne vorgegebene Antworten) wurde gefragt, was die drei grössten Probleme / Herausforderungen der Corona-Pandemie sind.

Folgende Probleme / Herausforderungen wurden dabei am meisten genannt:

- Teils keine oder zumindest weniger soziale Kontakte zu haben (38.4%);
- die Phase während des Home-Schoolings oder des Fernstudiums (26.6%);
- die Hobbies, die nur teils oder gar nicht mehr ausgeübt werden konnten oder der fehlende Ausgang (19%) sowie
- psychische Probleme (11.5%),
- das Maskentragen (10.8%) und
- Motivationsprobleme (5.3%).

Auf die Frage «Welche drei Aspekte machen Dir am meisten Sorgen bezogen auf die Zukunft?» standen bei der zweiten Befragung deutlich *Schule und Beruf* an erster Stelle. Schaffe ich die Schule oder die beruflichen Anforderungen? Treffe ich die richtige Wahl bzw. habe ich die richtige Wahl getroffen? Etc.



Fazit Befragung I

Eine bedeutende Anzahl Kinder, Jugendlicher und junger Erwachsener zeigt **psychische Auffälligkeiten**, die sich teils auch körperlich äussern und sich je nach Alter unterschiedlich zeigen. Besonders betroffen sind **Jugendliche ab 14 Jahren**. Zentrale Themen sind: **Sorgen und Zukunftsängste** insbesondere im Kontext vom Übergang in die Lehre und das Berufsleben sowie **Entwicklungsthemen** wie z.B. Identität, Selbstvertrauen, fehlendes Feedback durch die Peers (Gleichaltrige). Auch in dieser Studie kam sehr deutlich zum Vorschein, dass Peers bei Jugendlichen am wichtigsten sind und es für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene von grosser Bedeutung ist, dass sie Gleichaltrige / Freund*innen treffen und sich mit ihnen austauschen können.

Fazit Befragung II

Auch mehr als zwei Jahre nach Coronausbruch leiden viele Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene im Kanton Bern unter Angst, Depressivität, sozialem Rückzug und körperlichen Beschwerden. Mehr als die Hälfte der Befragten blickt mit Sorge in die **Zukunft (Anforderungen: Beruf / Schule)**. Besonders betroffen sind Jugendliche ab 14 Jahren.

Das Befinden hat sich zwischen den beiden Befragungen nicht wesentlich verändert. Im Sommer / Frühherbst 2021 ging es laut eigener Aussage zwischen 19 und 31 Prozent der Befragten psychisch und teilweise auch körperlich während der Corona-Pandemie schlechter; im Frühling 2022 waren es immer noch zwischen 23 und 30 Prozent. In der zweiten Befragung erklärten

junge Menschen zusätzlich, dass sie im Vergleich zu früher lieber allein sein möchten, häufiger Streit hätten und mehr Kopfschmerzen verspüren würden.

5. Was bedeuten diese Ergebnisse konkret für die Praxis bzw. wo kann die OKJA ansetzen?

Wie und in welcher Kooperation kann die OKJA Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene und ihre Familien im Kanton Bern aktuell bestmöglich unterstützen, damit gute Aufwuchsbedingungen auch in der Pandemie-Situation gewährleistet sind?

Was bedeuten diese Ergebnisse konkret für die Praxis? Diese Frage wurde gemeinsam mit den Stellenleiter*innen der Kinder- und Jugendfachstellen des Kantons Bern analysiert und diskutiert. Folgende konkrete Massnahmen wurden im Oktober 2021 definiert:

Es ist wichtig, dass Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bei Bedarf bei der Bewältigung von «Lebensentwicklungsaufgaben» und beim Schaffen von Zukunfts-Perspektiven Unterstützung erhalten.

Diese kann konkret darin bestehen:

- den Jugendlichen bei der Suche nach Schnupperlehren, Praktika und Lehrstellen zu helfen und den **Bewerbungsprozess** zu begleiten sowie die Hürden für Bewerbungen zu senken.
- junge Menschen dabei zu unterstützen, die **eigene Balance** zu finden, also z.B. eine gute Tagesstruktur festzulegen, Strategien fürs Selbstmanagement und im Umgang mit Stress zu entwickeln und für sich selbst Perspektiven zu schaffen.
- ihnen Highlights und **«Inseln» der Freude** zu ermöglichen; regelmässig stattfindende (auch in Zeiten der Pandemie) Feste, Lager und Projekte geben Halt und Struktur, bereiten Freude und geben Hoffnung und bieten die Möglichkeit, aus der Alltagsroutine auszubrechen.
- den jungen Menschen niederschwellig **Wissen über Ängste und Depressionen und über Hilfsangebote zur Stärkung der psychischen Gesundheit** zu vermitteln. Entscheidend sind dabei passende und attraktive Kanäle (z.B. soziale Medien).
- **physische Räume** zur Verfügung stellen, wo sich Jugendliche treffen und austauschen können.

Die Ergebnisse der 2. Befragung wurden erneut mit den Stellenleiter*innen an der Konferenz vom 15. September 2022 diskutiert.

Fazit

- **Niederschwelligkeit ist zentral, aber auch anspruchsvoll:** Der niederschwellige Zugang zur OKJA und auch ihre niederschweligen Beratungsangebote sind enorm wichtig, einmalig und bieten für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene eine grosse Chance.

Gleichzeitig ist dieses niederschwellige Beratungssetting der OKJA jederzeit und spontan, d.h. ohne Vorlaufzeit und oft zwischen Tür und Angel zu reagieren und passend zu beraten, auch äusserst anspruchsvoll.

- **Kernaufgaben der OKJA fokussieren und vertiefen:** Die OKJA-Angebote decken sehr viele der oben genannten Empfehlungs-Punkte bereits ab. Deshalb «Stay on track»: Es sind nicht zwingend neue OKJA-Angebote nötig, aber es ist bedeutend, dass sich die OKJA immer wieder auf ihre Kernaufgaben fokussieren und sich weiterentwickeln kann. Das bedeutet einerseits eine fortlaufende Prüfung der Rolle der OKJA und andererseits, dass sich die Fachpersonen regelmässig weiterbilden und weiterentwickeln können (z.B. im Themenbereich der psychischen Gesundheit, beruflichen Integration etc.).
- **Vernetzte und interdisziplinäre Zusammenarbeit und eine gute Triage sind entscheidend:** Ein guter und fortwährender Aufbau des lokalen und auch regionalen Netzwerks ist bedeutend. Eine wichtige Rolle spielen dabei auch die interdisziplinäre Zusammenarbeit und eine zielführende Triage. Die OKJA kann sich dabei aus Sicht der Stellenleiter*innen noch mehr als Ort der Triage etablieren (z.B. für Eltern, Öffentlichkeit).
- **Prävention, Früherkennung und den Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen eine Stimme zu geben ist wichtig:** Prävention und Früherkennung sind entscheidend sowie auch den Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen eine Stimme zu geben und auf ihre Bedürfnisse (z.B. durch Öffentlichkeitsarbeit) aufmerksam zu machen und einzugehen.
- **Informationen gut aufbereiten und verbreiten:** Informationen können noch besser altersspezifisch, barrierefrei und zielgruppengerecht (z.B. via Social Media) aufbereitet und verbreitet werden, so dass sie möglichst alle Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen erreichen. Die Resultate haben gezeigt, dass teils z.B. Hilfsangebote zu wenig bekannt sind.
- **Fokus auf 15+:** Gerade ab 15 Jahren stehen sehr grosse Entwicklungsaufgaben (z.B. Selbst- und Berufsfindung) an: Die Bedürfnisse der Jugendlichen verändern sich (z.B. grösserer Bewegungsradius, Ablösung vom Elternhaus und Peers an erster Stelle) und der Übergang von der obligatorischen Schule in die Berufslehre oder an weiterführende Schule ist oft mit viel Druck, Stress und Unsicherheiten verbunden (Was will ich? Suche nach Schnupper-Stellen und Lehrstellen, Übertrittsverfahren etc.). Es ist wichtig, dass die Jugendlichen 15+ einerseits Freizeitangebote (inkl. Räume) zur Verfügung haben, die ihren Bedürfnissen entsprechen und andererseits, dass sie beim Bewältigen des Übergangs von der obligatorischen Schule in die Berufslehre oder an weiterführende Schulen unterstützt werden (z.B. Unterstützung bei der Berufswahl, beim Schnuppern, beim Bewerben oder auch bei einem Abbruch des eingeschlagenen Weges oder beim Übergang von der Lehre / Ausbildung ins Berufsleben). Diese Unterstützung beinhaltet auch, dass Kinder und Jugendliche frühzeitig Strategien im Umgang mit Leistungsdruck, Stress und Ungewissheit kennen und anwenden lernen.

<p>Ausblick Den Bedarf einer allfälligen 3. Befragung im 2023 werden wir mit Ihnen an der Trägertagung vom Samstag, 19. November 2022 in Thun diskutieren.</p>
--