

# Aufwachsen in einer Zeit der Krisen

**Caroline Culen**, die Geschäftsführerin der Österreichischen Liga für Kinder- und Jugendgesundheit im Interview darüber, was Kinder und Jugendliche wirklich brauchen und was Gesundheitsförderung dazu beitragen kann.

INTERVIEW: DIETMAR SCHOBEL

## GESUNDES ÖSTERREICH

**Frau Culen, womit beschäftigt sich die Österreichische Liga für Kinder- und Jugendgesundheit?**

**Caroline Culen:** Die Österreichische Liga für Kinder- und Jugendgesundheit oder kurz Kinderliga ist ein interdisziplinäres Netzwerk, dem 116 Organisationen aus den Bereichen Gesundheitsversorgung, Kindeswohl, Bildung und soziale Integration angehören. Wir wollen uns vor allem dort für Kinder und Jugendliche einsetzen, wo diese das selbst nicht können oder wollen. Die körperliche, psychische, soziale und seelische Gesundheit sowie der Schutz und die Förderung von Kindern und Jugendlichen sind unsere Hauptanliegen. Wir sehen uns an, welche Aktivitäten es dafür in Österreich schon gibt und was noch fehlt. Wir greifen Themen auf, die uns alle aktuell beschäftigen, wie den Klimawandel, die psychischen Beschwerden von Kindern und Jugendlichen oder die Kinderarmut. Unterschiedliche Formate wie Tagungen, Arbeitsgruppen, Gremien, Round Tables, das Kinderligaforum oder das Kinderligafrühstück dienen dem Wissenstransfer oder der Entwicklung neuer Projekte.

## GESUNDES ÖSTERREICH

**Seit 2019 haben wir die COVID-19-Pandemie, den Krieg in der Ukraine, eine Inflation und den Terrorangriff auf Israel erlebt. Dazu kommt die fortdauernde Bedrohung durch den Klimawandel. Was bedeutet es für Kinder und Jugendliche während einer Zeit der Krisen aufzuwachsen?**

Kinder und Jugendliche sind eine Gruppe der Bevölkerung, auf die sich die COVID-19-Pandemie besonders negativ ausgewirkt hat. Das wird inzwischen durch zahlreiche Forschungsarbeiten belegt. Die „COPSY-Studie“ aus Deutschland zeigt, dass es danach zwar zu einer Erholung gekommen ist. Dennoch ist die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen nach wie vor mehr belastet, als dies vor der COVID-19-Pandemie der Fall war. 2022 haben drei von zehn 7- bis 17-Jährigen angegeben, nur über eine „geringe Lebensqualität“ zu verfügen. 2019 haben dies nur zwei von zehn Kindern von sich selbst gesagt. Ängste und psychische Beeinträchtigungen wie Depressionen und Essstörungen sind häufiger geworden, und sozial benachteiligte Kinder sind überdurchschnittlich davon betroffen. Insgesamt betrachtet gehen die Kinder und Jugendlichen von heute nicht mehr davon aus, dass sie es einmal besser haben werden als ihre Eltern. Viele machen sich große Sorgen, wie ihre Zukunft aussehen wird. Angesichts der aktuellen gesellschaftlichen Entwicklungen fühlen sie sich verzweifelt und ohnmächtig. Das ist auch spürbar.

## GESUNDES ÖSTERREICH

**Was sollte unternommen werden, um die psychosoziale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zu verbessern?**

Wir brauchen kostenfreien niederschweligen Zugang zu psychologischer und psychotherapeutischer Beratung und Behandlung für Kinder und Jugendliche.

Dass die Initiative „Gesund aus der Krise“ des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz bis Sommer 2024 verlängert wird, ist in dieser Hinsicht ein positives Signal. Dadurch stehen weitere 10.000 kostenfreie Plätze für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene zur Verfügung. Gleichzeitig muss für bedrohliche Krisen und psychische Erkrankungen auch das Angebot an kinderpsychiatrischer Versorgung in den Krankenhäusern, aber auch im niedergelassenen Bereich deutlich erweitert werden. Nicht zuletzt sind mehr gesundheitsförderliche und präventive Maßnahmen notwendig, um gegen psychische Belastungen und Krisen vorzubeugen.

## GESUNDES ÖSTERREICH

**Wie kann Gesundheitsförderung dazu beitragen, das psychosoziale Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen zu stärken?**

Besonders wichtig wäre es, eine gesundheitsförderliche Lebensumwelt zu schaffen, die Kindern und Jugendlichen genügend Raum für gesundheitsförderliche Bewegung, genügend Möglichkeiten für ausgewogene Ernährung sowie Zeit für Schlaf und Erholung bietet.

## GESUNDES ÖSTERREICH

**Ist es heute einfacher geworden, psychische Beschwerden einzugehen und Hilfsangebote zu nutzen als noch vor 10, 20 oder 30 Jahren?**

Wenn es um Burnout, Depressionen, Angst- oder Essstörungen geht, so ist es wahrscheinlich tatsächlich schon



„Wir sollten unseren Kindern und Jugendlichen aufmerksamer zuhören.“

CAROLINE CULEN,  
GESCHÄFTSFÜHRERIN DER KINDERLIGA

den Umgang mit psychischen Auffälligkeiten erhalten sollen (siehe auch Artikel auf den Seiten 48 bis 50). Die neue Initiative „ABC der psychosozialen Gesundheit junger Menschen“ wird im Rahmen der Agenda Gesundheitsförderung des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz umgesetzt. Sie soll Informationen und Maßnahmen bündeln, sichtbar und zugänglich machen. Sie transportiert drei einfache Kernbotschaften: A – Achte auf dich, B – Bleibe in Kontakt, C – Check dein Umfeld und engagiere dich.

#### GESUNDES ÖSTERREICH

**Was gibt Ihnen aktuell – trotz allem – Hoffnung für eine gute und gesunde Zukunft unserer Kinder und Jugendlichen?**

Die Kinder und Jugendlichen selbst. Ich bin stets aufs Neue begeistert, wie reflektiert, liebevoll und offen Heranwachsende jeden Alters meistens sind. Wenn man Kinder in ganz unterschiedlichen Ländern der Welt fragt, was sie wirklich brauchen und wollen, so ist die Antwort darauf stets klar und einfach: Sie wünschen sich ein verlässliches soziales Netz, ein sicheres Zuhause, eine intakte Umwelt, gleiche Chancen für alle und Frieden auf der Welt. Das ist letztlich dasselbe, was das Leben für Erwachsene lebenswert macht – oder lebenswerter machen würde. Wir sollten unseren Kindern und Jugendlichen aufmerksamer zuhören, ihre Bedürfnisse besser wahrnehmen, sie ernst nehmen und die bestmöglichen Rahmenbedingungen dafür schaffen, dass sie gesund aufwachsen und ihre Potenziale ausschöpfen können.

etwas einfacher geworden, derartige Beschwerden anzusprechen. Dennoch ist die Gefahr, aufgrund von psychischen Leiden stigmatisiert zu werden, nach wie vor groß. Für viele betroffene Menschen und speziell auch Kinder und Jugendliche ist somit die Hemmschwelle dafür, Hilfsangebote zu nutzen, weiterhin hoch. Das macht es umso wichtiger, mehr Wissen über psychosoziale Gesundheit zu vermitteln und dieses Thema zu entstigmatisieren. Hier befinden wir uns auch in Konkurrenz zu den digitalen sozialen Medien, über die viele falsche Informationen verbreitet werden. Initiativen, die wissenschaftlich fundierte Daten und Fakten kommunizieren, sollen dem entgegenwirken.

#### GESUNDES ÖSTERREICH

**Welche Initiativen gibt es dafür aktuell in Österreich?**

Dazu zählt unter anderem das Programm „Erste Hilfe für die Seele“ von pro mente Austria, durch das Privatpersonen sowie Mitarbeitenden verschiedenster Unternehmen in ganz Österreich in Seminaren Basiswissen zu psychischen Erkrankungen sowie zu Maßnahmen bei Problemen und Krisen vermittelt wird. „TOPSY“ ist ein aus Mitteln der Agenda Gesundheitsförderung und des Fonds Gesundes Österreich gefördertes Projekt der Kinderliga und der Bundesjugendvertretung, durch das Jugendarbeiter:innen und Personen aus der Gesundheitsversorgung grundlegendes Know-how für