



Kurzbericht EARLY-Expert:innenumfrage und Workshop an der Swiss Public Health Conference

EARLY-Expert:innenumfrage

Hintergrund

Im Rahmen des europäischen HORIZON-Projekts EARLY (Evaluating, Identifying and Reducing Determinants for Mental Health Conditions in Youth; www.zhaw.ch/early) wurde im Frühjahr 2025 in der Schweiz sowie in 11 weiteren Ländern (Albanien, Belgien, Deutschland, Israel, Italien, Moldawien, Polen, Portugal, Rumänien, Serbien, Spanien) eine Expert:innenbefragung durchgeführt. Ziel war es, die psychische Gesundheit von 15- bis 24-Jährigen sowie bestehende psychosoziale Angebote, Gesetzgebungen und Policies in diesem Bereich einzuschätzen. Die nachfolgenden Ausführungen beziehen sich ausschliesslich auf die Schweiz.

Teilnehmende

Von den 270 kontaktierten Fachleuten aus den Bereichen Forschung, Bildung, Gesundheits- und Sozialwesen, Politik und NGOs beteiligten sich 86 (Rücklaufquote: 32%). Die Mehrheit der Teilnehmenden war weiblich (55%), zwischen 45 und 54 Jahre alt (33%) und verfügte über mehr als 10 Jahre Berufserfahrung (71%). Am häufigsten vertreten waren Fachpersonen aus der Forschung, Psychologie und dem Bildungswesen.

Einschätzung der psychischen Gesundheit junger Menschen

Die Expertinnen und Experten waren sich einig, dass sich die psychischen Belastungen von Jugendlichen und jungen Erwachsenen deutlich von denen anderer Altersgruppen unterscheiden. Über drei Viertel der Befragten stimmten zu, dass sich die psychische Gesundheit junger Menschen in den vergangenen Jahren verändert hat – vermutlich vorwiegend zugunsten einer Verschlechterung.

Zugang zu und Qualität von psychosozialen Gesundheitsangeboten

Zwar werden psychosoziale Unterstützungsangebote für junge Menschen in der Schweiz als besser verfügbar eingeschätzt als in anderen Ländern, dennoch gaben fast drei Viertel der Befragten an, dass ein zusätzlicher Bedarf besteht. Zudem bestätigte ein grosser Anteil der Teilnehmenden das Vorliegen der folgenden Zugangsbarrieren zu bestehenden Angeboten:

- lange Wartezeiten (88%),
- mangelnde Kenntnis über verfügbare Angebote (75%),
- geografische Hindernisse (45%),
- Scham und Angst vor mangelnder Vertraulichkeit (45%),
- finanzielle Hürden (39%).

Qualitätsdefizite wurden unter anderem in der unzureichenden Verfügbarkeit qualifizierter Fachpersonen, in mangelnder Kontinuität der Betreuung und Nachsorge sowie in der unzureichenden Integration psychosozialer Angebote in die Primärversorgung festgestellt.



Positiv beurteilt wurden hingegen die kulturelle und geschlechtsspezifische Sensibilität der Fachpersonen sowie die gemeinsame Entscheidungsfindung mit den Betroffenen.

Gesetzgebung und Strategien

Nur 18% der Befragten erachten die Schweizer Gesetzgebung im Bereich der psychischen Gesundheit Jugendlicher und junger Erwachsener als angemessen. 26% bewerten bestehende Strategien und Programme positiv. Insbesondere in den folgenden Bereichen nahmen die Befragten Lücken wahr:

- unzureichende Finanzierung psychosozialer Dienste (45%),
- uneinheitliche Policies in verschiedenen Regionen (41%),
- unzureichende Versorgung, z.B. in ländlichen Gebieten (39%).

Erfolgreiche Programme

Positiv bewertet wurden schulbasierte und niedrigschwellige Programme (leicht zugänglich, kostenlos).

Empfehlungen

Im internationalen Konsortium werden derzeit die Ergebnisse der Expert:innenbefragung intensiv ausgewertet und diskutiert. Darauf aufbauend werden Handlungsempfehlungen für die Politik erarbeitet und veröffentlicht (siehe «weitere Schritte»).



Workshop an der Swiss Public Health Conference

Workshopverantwortliche: Pauline Raymer^{1,2}, Michelle Dey¹, Annette Fahr³, Sarah Mantwill⁴, Jutta Lindert⁵, Mihai Pirlog⁶, Julia Dratva^{1,7}

1. Institut für Public Health, Departement Gesundheit, ZHAW
2. Fakultät für Gesundheitswissenschaften und Medizin, Universität Luzern
3. Sektion wissenschaftliche Grundlagen, Bundesamt für Gesundheit (BAG)
4. Swiss Learning Health System (SLHS), Universität Luzern, Schweiz
5. Fachbereich Soziale Arbeit und Gesundheit, Hochschule Emden/Leer, Deutschland
6. Universität für Medizin und Pharmazie in Craiova, UMFCV, Craiova, Rumänien
7. Medizinische Fakultät, Universität Basel

Workshopinhalte und Problemdefinition

Am 11. September 2025 führte das ZHAW-EARLY-Team gemeinsam mit der Universität Luzern (Sarah Mantwill) und dem Bundesamt für Gesundheit (BAG; Annette Fahr) im Rahmen der Swiss Public Health Conference in Lugano einen 75-minütigen Workshop durch. Ausgangspunkt des Workshops bildeten die Ergebnisse der EARLY-Expert:innenumfrage Schweiz (siehe Beschreibung weiter oben) sowie eine Präsentation des BAG zu den rechtlichen Rahmenbedingungen, politischen Initiativen und Strategien im Bereich der psychischen Gesundheit. Dabei wurden auch zentrale Handlungsfelder aufgezeigt. Ein besonderer Schwerpunkt lag auf der Notwendigkeit, Interventionen systematisch zu evaluieren und bei der Umsetzung auf evidenzbasierte Programme zu setzen. Insbesondere im schulischen Kontext zeigt sich laut BAG-Analysen, dass zahlreiche Programme zur Förderung der psychischen Gesundheit umgesetzt werden, deren Wirksamkeit bislang nicht oder unzureichend belegt ist.

Aus den Inputs der ZHAW und des BAG wurden zwei zentrale Problemstellungen definiert:

Problem 1: Junge Menschen haben ein mangelndes Bewusstsein für verfügbare psychosoziale Unterstützungsangebote.

Abgeleitete Fragestellung: Wie kann das Bewusstsein für psychosoziale Unterstützungsangebote unter jungen Menschen verbessert werden?

Problem 2: Schulbasierte Programme zur psychischen Gesundheit sind selten evidenzbasiert, theoretisch fundiert oder evaluiert.

Abgeleitete Fragestellung: Wie kann die Nutzung von evidenzbasierten Programmen zur psychischen Gesundheit in Schulen gestärkt werden?

Ziel und methodisches Vorgehen

Ziel des Workshops war, in interdisziplinär zusammengesetzten Gruppen (u.a. Psycholog:innen, Sozialarbeiter:innen, Forschende, Studierende, Politiker:innen und NGO-Vertreter:innen) konkrete, innovative und praxisnahe Massnahmen für die zwei oben erwähnten Problemstellungen zu entwickeln.

Methodisch kam ein Policy-Sprint-Ansatz zum Einsatz – ein kurzer, fokussierter und partizipativer Prozess, der auf die schnelle Entwicklung umsetzbarer politischer Massnahmen abzielt. Zu Beginn der Gruppenarbeiten formulierten alle Teilnehmenden individuelle Ideen zu ihrem gewählten Problem. Anschliessend einigte sich jede Gruppe auf eine zentrale Massnahme, die mithilfe des Policy Canvas vertieft ausgearbeitet wurde. Dieses visuelle Instrument ermöglicht eine strukturierte Darstellung politischer Massnahmen und die systematische Analyse wesentlicher Elemente, wie Problemdefinition, erwartete Effekte, relevante Stakeholder, Implementierung, Risiken und Wissenslücken. Abschliessend präsentierte jede Gruppe ihre ausgearbeitete Massnahme im Plenum.



Resultate

Problem 1: Mangelndes Bewusstsein für verfügbare psychosoziale Unterstützungsangebote

Die von den Gruppenmitgliedern vorgeschlagenen strategischen Massnahmen zur Verbesserung des Bewusstseins für psychosoziale Unterstützungsangebote umfassten die folgenden drei Hauptbereiche:

1. Information und Sichtbarkeit:
 - a. Entwicklung einer zentralen, jugendgerecht gestalteten Online-Plattform, die einen Überblick über verfügbare Unterstützungsangebote gibt und junge Personen basierend auf einem Screening passende Angebote vorschlägt.
 - b. Werbekampagne für die von jedem Kanton angebotenen Dienstleistungen.
2. Vernetzung und Multiplikation:
 - a. Schulung von Schlüsselpersonen, die regelmäßig mit jungen Personen in Kontakt stehen, damit sie Heranwachsende gezielt über Hilfsangebote informieren können.
 - b. Bewusstsein für das Thema "psychische Gesundheit von jungen Personen" insbesondere im Schulsetting verbessern (Schulung von Lehrpersonen).
3. Strukturelle Unterstützung:
Gesetzliche Grundlage für die langfristige Finanzierung von Beratungs- und Helpline-Angeboten (143, 147, ciao.ch wurden erwähnt).

Fallstudie:

Die Gruppe entschied, mithilfe des Policy Canvas die Entwicklung einer Online-Plattform für junge Menschen weiterzuverfolgen. Diese Plattform soll verfügbare Unterstützungsangebote zentral und übersichtlich bündeln. Dabei soll die gesamte Bandbreite von Online-, Einzel- und Gruppentherapien sichtbar gemacht werden. Ein kurzer Screening-Prozess könnte helfen, Angebote gezielt an die individuellen Bedürfnisse der Hilfesuchenden anzupassen.

Als zentrale Herausforderungen für die Umsetzung wurden der Föderalismus und die regionalen Unterschiede identifiziert. Diese wirken sich auf den Zugang zu Dienstleistungen, die spezifischen Bedürfnisse und Anforderungen, die Kommunikationsstile, die verfügbaren Ressourcen sowie das Informationssuchverhalten aus.

Bezüglich der erwarteten Effekte betonte die Gruppe, dass die Massnahme einen schnelleren und einfacheren Zugang zu Wissen schaffen könnte, indem relevante Informationen an einem Ort zusammengeführt werden. Gleichzeitig könnten Daten zur Nutzung der Plattform und zu Wartezeiten bestehender Angebote erhoben werden.

Als zentrale Zielgruppen und Stakeholder wurden junge Menschen sowie Akteur:innen aus Politik, Verwaltung und der Zivilgesellschaft benannt. Die Finanzierung könnte nach Einschätzung der Gruppe über die Gesundheits- und Sozialbehörden erfolgen. In die Umsetzung sollten Dienstleistungsorganisationen wie die Föderation der Schweizer Psycholog:innen (FSP), bestehende Netzwerke und NGOs, Pro Juventute (147), IT-Dienstleister:innen, politische Entscheidungsträger:innen sowie weitere Interessengruppen eingebunden werden.

Für die Implementierung empfahl die Gruppe eine politische Unterstützungsaktion in allen Kantonen, um eine landesweite Verfügbarkeit sicherzustellen. Junge Menschen sollten dort erreicht werden, wo sie sich aufhalten – etwa online, in Schulen oder über soziale Medien. Zudem wird eine enge Zusammenarbeit mit Pro Juventute, die mit der Hotline 147 bereits ähnliche Ansätze verfolgt, sowie mit dem BAG vorgeschlagen.



Problem 2: Mangel an evidenzbasierten Ansätzen für schulbasierte Interventionsprogramme

Zwei Gruppen entwickelten politische Massnahmen zur Bearbeitung dieser Problemstellung. Die von Gruppe 2 vorgeschlagenen Strategien lassen sich in drei Hauptbereiche gliedern:

1. Evaluation und kontinuierliche Verbesserung von Programmen:
 - a. Nutzung von Apps zur Evaluation schulbasierter Programme
 - b. Einrichtung eines Beirats aus jungen Menschen, der aktiv an der Evaluation beteiligt ist
 - c. Durchführung von Reallaboren zur praktischen Erprobung und Weiterentwicklung von Angeboten
2. Verstärkte Nutzung bestehender, wirksam erprobter Programme:
Aufbau auf bestehenden evidenzbasierten Programmen, gegebenenfalls mit regionalen Anpassungen
3. Prävention, Regulierung und Sensibilisierung
Entwicklung regulatorischer Massnahmen zum Umgang mit Mobiltelefonen, um gezielt soziale Interaktionen im Offline-Bereich zu fördern

Die von Gruppe 3 vorgeschlagenen politischen Massnahmen konzentrierten sich ebenfalls auf drei zentrale Handlungsfelder:

1. Evidenzbasierte Standards und Definitionen
 - a. Festlegung klarer Kriterien und Kompetenzen für evidenzbasierte Programme; Finanzierung ausschliesslich solcher Angebote
 - b. Unterscheidung zwischen universellen und selektiven Massnahmen
2. Bewertung, Messung und Verantwortlichkeit
 - a. Einrichtung eines Evaluationsfonds zur Förderung ergebnisorientierter Evaluationsverfahren in Schulen
 - b. Definition zentraler Indikatoren für Gesundheitsergebnisse (ein «Minimal Common Outcome Measure Set»), die durch präventive Massnahmen beeinflussbar sind und in der Evaluation berücksichtigt werden sollten.
 - c. Anwendung von Clusterrandomisierung in Interventionsstudien
3. Kapazitätsaufbau und Anreizstrukturen
 - a. Stärkung der Hochschul- und Berufsbildung im Bereich Public Health (inkl. finanzielle Anreize), insbesondere im Hinblick auf Qualitätsbewusstsein und Wirksamkeitsevaluation
 - b. Schaffung von Anreizen zur Förderung evidenzbasierter Interventionen

Fallstudie: Die Gruppe 3 konzentrierte sich auf die Entwicklung einer Massnahme, die definiert, was ein evidenzbasiertes Programm ausmacht, und sicherstellt, dass Ressourcen ausschliesslich für wirksame Interventionen eingesetzt werden. In ihren Diskussionen betonte die Gruppe die Bedeutung klarer Kriterien und Kompetenzen, um fundierte Entscheidungen darüber treffen zu können, welche Ansätze in den Bereichen Gesundheitsförderung und Bildung tatsächlich wirken.

Bei der Analyse der Hindernisse für diese politische Massnahme identifizierte die Gruppe einen weit verbreiteten Mangel an systematischen Evaluationen sowie Herausforderungen bei der Übertragbarkeit vorhandener Evidenz. Diese ergeben sich unter anderem aus kulturellen und regionalen Unterschieden sowie aus den Besonderheiten des föderalen Systems (inkl. Kommunikationsschwierigkeiten zwischen den Kantonen). Zudem wiesen die Gruppenmitglieder auf das Fehlen einer ausgeprägten Evaluationskultur in den Schulen hin. Zentrale Fragen betrafen die Bestimmung von Kriterien, wann ein Programm tatsächlich wirksam ist, und welche Arten von Zertifizierungen oder Validierungen erforderlich sind.

In Bezug auf die erwarteten Effekte ging die Gruppe davon aus, dass eine klarere Definition evidenzbasierter Praxis zu einer effizienteren Ressourcennutzung, einer erhöhten Resilienz von Heranwachsenden und einer stärkeren Beteiligung relevanter Akteur:innen führen würde.



Zu den wichtigsten Akteur:innen gehörten die Gesundheitsförderung Schweiz, das BAG, Forschende, Expert:innen für Kulturentwicklung sowie Vertreter:innen aus dem Gesundheits- und Bildungsbereich (inkl. Pädagog:innen). Jugendliche und Schüler:innen wurden als die primäre Zielgruppe anerkannt, die direkt von besser konzipierten und wirksameren Programmen profitieren würde, gleichzeitig aber auch in die Gestaltung der Massnahme einbezogen werden sollte. Für die Umsetzung und die nächsten Schritte schlug die Gruppe unter anderem vor, Anreize für eine erfolgreiche Implementierung und Evaluation zu schaffen, die Kompetenzen des Personals zu stärken und die Kommunikation aktueller Erkenntnisse zu wirksamen Programmen zu verbessern.

Diskussion

Das im Workshop angewandte methodische Vorgehen förderte eine intensive Auseinandersetzung mit der Thematik und ermöglichte allen Teilnehmenden eine aktive Mitwirkung. Trotz der anspruchsvollen Zielsetzung, innerhalb des begrenzten Zeitrahmens von 75 Minuten Massnahmen zu entwickeln, zeigte sich ein hohes Mass an Engagement. Der kollaborative Prozess führte zu kreativen und praxisnahen Lösungsvorschlägen.

Zukünftige Workshops dieser Art könnten den Austausch zwischen unterschiedlichen Interessengruppen weiter stärken und zur Entwicklung realistischer, wirksamer Massnahmen beitragen. Dabei ist jedoch zu beachten, dass die endgültige Entscheidung über politische Massnahmen mehr Zeit in Anspruch nimmt. Ebenso müssen Machbarkeit (z. B. Finanzierung) und die breite Akzeptanz der Massnahmen gewährleistet werden. Bereits in den kleinen Workshopgruppen wurden einzelne vorgeschlagene Massnahmen – einschliesslich der mit dem Policy Canvas vertieften Vorschläge – teilweise kontrovers diskutiert.

Weitere Schritte

Die Befunde der EARLY-Expert:innenumfrage werden wir noch vertieft wissenschaftlich analysieren, mit dem Ziel, sie für fachliche Publikationen sowie gegebenenfalls für weitere Formate wie Policy Briefs aufzubereiten. Veröffentlichungen werden auf unserer Webseite bereitgestellt: www.zhaw.ch/early

Besten Dank für Ihr Interesse und Ihr Mitwirken an der Expert:innenumfrage und/oder am Workshop der Swiss Public Health Conference. Für Rückmeldungen und Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

ZHAW-EARLY-Team

early.gesundheit@zhaw.ch

Prof. Dr. Julia Dratva

Dr. Michelle Dey

MSc Pauline Raymer

Co-Leiterin Institut für
Public Health IPH; ZHAW)
Projektleitung EARLY Schweiz

Wissenschaftliche Mitarbeiterin
IPH ZHAW
Co-Projektleitung EARLY Schweiz

Doktorandin
IPH ZHAW
Doktorandin EARLY Schweiz

EARLY

Finanziert durch die Europäische Union im Rahmen der Fördervereinbarung Nr. 101095392 und in der Schweiz durch das Staatssekretariat für Bildung, Forschung und Innovation. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind ausschliesslich die der Autorinnen und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Forschungsagentur (REA) wider. Weder die Europäische Union noch die Förderbehörde sind für die hierin geäußerten Ansichten und Meinungen verantwortlich.