



Gesundheit  
Österreich GmbH

# Ergebnisse und Erfahrungen aus Beteiligungsformaten: Maßnahmenempfehlungen zur Förderung der psychosozialen Gesundheit

---

Mag.<sup>a</sup> Gerlinde Rohrauer-Näf

Abteilungsleiterin Kompetenzzentrum Zukunft Gesundheitsförderung

# Nichts für junge Menschen ohne junge Menschen

*„Ohne Beteiligung gibt es keine wahre Gesundheit“ (WHO 2025)*

## Bedarf an mehr Mitsprache

- 8 von 10 Jugendlichen meinen, dass sie sich im Alltag regelmäßig (oft oder manchmal) **so fühlen, als könnten sie bestimmte Dinge nicht ändern**, als hätten sie keine Chance, diese zu beeinflussen ([YEP 2025](#)).
- Zwei Drittel meinen, dass ihre Stimmen zu wenig gehört werden ([Ö3 Jugendstudie 2025](#)).

## Junge Menschen möchten sich beteiligen!

- 29% der 16- bis 29-Jährigen meinen, dass sie sich gerne zu Gesundheitsfragen intensiv einbringen und mitentscheiden wollen (GÖG, Beteiligungsstrategie 2025).
- Jugendliche **wollen mehr Möglichkeiten haben, sich sozial zu engagieren** und anderen zu helfen ([YEP 2025](#)).

# Partizipative Entwicklung des Empfehlungspapiers



## Ab September 2023

Fokusgruppen mit jungen Menschen zur Bedarfserhebung, Konsultation von Expert:innen und Aufbereitung von Studienergebnissen



## Mai 2024- Juni 2024

*Online-Umfrage unter Expert:innen (157 Teilnehmende)* zur Priorisierung von Maßnahmenvorschlägen zur Förderung der psychosozialen Gesundheit in unterschiedlichen Settings (Gesundheitsversorgung, öffentlicher Raum & außerschulische Einrichtungen, Bildungseinrichtungen, Familie, digitaler Raum, Betrieb)



## September 2024

Sechs *Hybrid Konferenzen* mit Expert:innen zur Besprechung der Ergebnisse



## September 2024

Durchführung von vier *Validierungs-Workshops* mit 26 jungen Menschen (14-25 Jahre; Studierende, Schüler:innen, Lehrlinge, junge Arbeitnehmer:innen)



## Jänner 2025- Oktober 2025

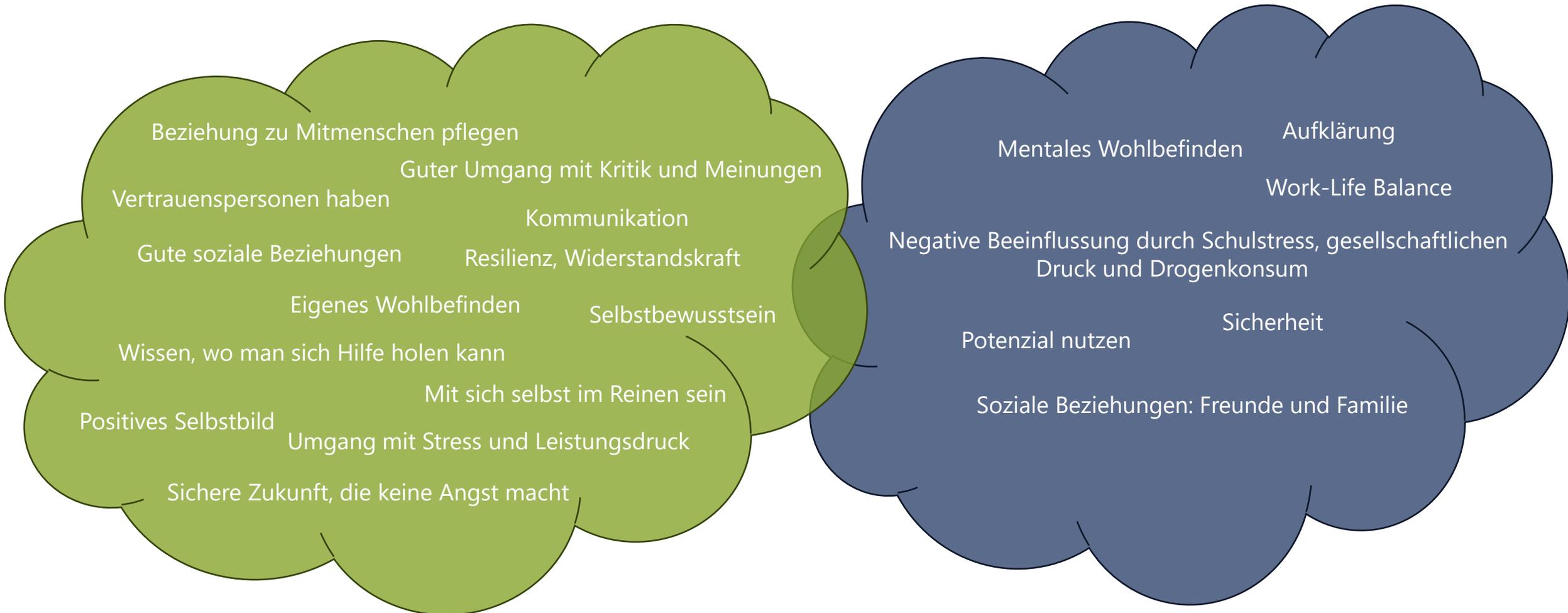
Vorstellung der Kernergebnisse in ausgewählten Gremien und Information von Programmen und Initiativen

## Oktober 2025



Veröffentlichung des abgestimmten Empfehlungspapiers

# Was ist psychosoziale Gesundheit aus Sicht junger Menschen?



# Setting-orientierte Empfehlungen

- **Familie:**  
Maßnahmen zur Bekämpfung von Kinderarmut
- **Bildungseinrichtungen:**  
Ausbau von psychosozialen Unterstützungspersonal, Personalressourcen und Aus- und Weiterbildung
- **Öffentlicher Raum und außerschulische Einrichtungen:**  
Sensibilisierungsmaßnahmen für Betreuende in Vereinen und Institutionen, öffentliche Begegnungs- und Gestaltungsräume ohne Konsumzwang für junge Menschen
- **Betriebe:**  
Ausbau von BGF-Maßnahmen mit Schwerpunktsetzung „psychosoziale Gesundheit junger Arbeitnehmer:innen“
- **Gesundheitsversorgung:**  
Aufstockung der kostenfreien Psychotherapieangebote für junge Menschen und den Ausbau von stationärer, teil-stationärer und ambulanter multiprofessioneller kinder- und jugendpsychiatrischer Versorgung
- **Digitaler Raum:**  
Aus- und Weiterbildungsangebote für Pädagog:innen und Betreuer:innen in Medienpädagogik und -didaktik, sowie eine nachhaltige Finanzierung von Safer Internet und dessen breite Dissemination priorisiert

# — Priorisierte Maßnahmen in unterschiedlichen Settings

## **Information und Sensibilisierung:**

Junge Menschen: Social Media Aufklärungskampagne für junge Menschen zu Körperselfbildern, Schönheitsidealen, Rolle von Influencern, Essstörungen

## **Weiterbildung und Sensibilisierungsmaßnahmen in der Schule, im Betrieb und in der außerschulischen Jugendarbeit:**

- Schulungen zu psychosozialer Gesundheitskompetenz, Kinderschutz, Medienkompetenz, Medienpädagogik und -didaktik, resilienzfördernde Beziehungspflege und psychosoziale Gesundheitskompetenz für
  - Betreuer:innen in Vereinen und Institutionen, in denen die Zielgruppen in ihrer Freizeit verschiedenen Aktivitäten nachgehen
  - in allen Schulen
  - Für Führungskräfte und Lehrlingsausbildner:innen

# Priorisierte Maßnahmen in unterschiedlichen Settings

## **Ressourcen und Chancengerechtigkeit:**

- Verstärkte Unterstützung beim Zugang zu psychologischer oder psychotherapeutischer Betreuung und Aufstockung des kostenfreien Angebots
- Unterstützungspersonal an den Schulen, die auch außerhalb der Schulstunden konsultiert werden können
- Einführung einer bundesweiten, einheitlichen, universellen und einkommensabhängigen Kindergrundsicherung (besonders Schulausflüge, Nachmittagsbetreuung,...)
- Vereinheitlichung der Jugendhilfe
- Junge Menschen: Ausbau von öffentlichen Begegnungs- und Gestaltungsräumen für junge Menschen ohne Konsumzwang

# Umfrage: Wie sollen Angebote zur Stärkung der psychischen Gesundheit junger Menschen gestaltet sein?

## Wie sollen Angebote zur Stärkung der psychischen Gesundheit junger Menschen gestaltet sein?

Du bist jünger als 25 Jahre? Lass uns wissen, wie Deiner Meinung nach, der Fonds Gesundes Österreich und das Kompetenzzentrum Zukunft Gesundheitsförderung eine bedarfsgerechte Gestaltung von Programmen zur Stärkung der psychischen Gesundheit junger Menschen fördern können!

Jetzt mitmachen!

 \*181 Teilnehmende



## Online Teilnehmende:

- 273 junge Menschen (Ø 18 Jahre)
- 22 % männlich, 75% weiblich



## Themen:

- Selbstwert stärken (54 %); Stressbewältigung (52 %) ; Umgang mit schwierigen Situationen (42 %); Konfliktbewältigung & Entscheidungsfindung (je 39 %)

## Formate & Orte:

- Studierende: Online & Einzelberatung
- Lehrlinge: Arbeitsplatz & Mitmach-Projekte
- Schüler:innen: Unterricht & spielerische Gruppen
- **Wichtig:** sensibel, freiwillig, altersgerecht, kleine Gruppen

## Vermittlung:

- Psycholog:innen / Psychotherapeut:innen (64 %)
- Peers (40 %), Lehrkräfte (25 %)

67 % der jungen Menschen sehen einen Fortbildungsbedarf bei Lehrer:innen

## Gegen Einsamkeit wünschen sich junge Menschen:

- Günstige Freizeit-/Sportangebote (41 %), Niederschwellige Treffpunkte (36 %)
- Konsumfreie Begegnungsorte (v. a. für Ü18)

## Engagement:

Etwa ein Drittel der Befragten möchte sich aktiv für andere junge Menschen engagieren, weitere 46% sind dafür "vielleicht" bereit.

# Kontakt

**Mag.<sup>a</sup> Gerlinde Rohrauer-Näf**  
Abteilungsleiterin

Kompetenzzentrum Zukunft Gesundheitsförderung Telefonnummer  
[gerlinde.rohrauer@goeg.at](mailto:gerlinde.rohrauer@goeg.at)

**Gesundheit Österreich GmbH**  
Stubenring 6, 1010 Wien  
[goeg.at](http://goeg.at)