

Linz, am 20. Juni 2023

Unterlage zum Pressegespräch

## Generation Z & psychische Belastungen –

Die *start.box* – Zentrum für psychische Gesundheit junger

Menschen – hilft seit einem Jahr der Jugend

Ihre Gesprächspartner:innen:

**Dr. Wolfgang Hattmannsdorfer**, Sozial- und Jugend-Landesrat

**Mag.<sup>a</sup> Manuela Nemesch**, Geschäftsfeldleiterin pro mente Jugend

**Holger Schaller, BA**, Teamleiter start.box, pro mente OÖ

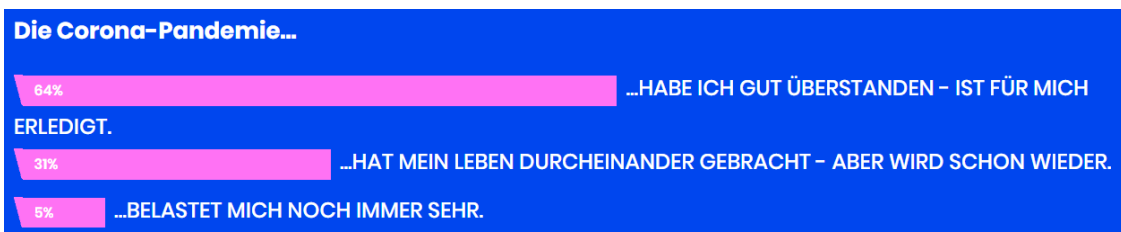
**Dienstag, 20. Juni 2023, 10.00 Uhr**

start.box, Waldeggstr. 12, 4020 Linz

„Jugendliche unter Druck“ – „Junge Menschen in der Krise“ – „Jugendliche sind massiv von psychischen Problemen betroffen“: Jede:r kennt diese oder ähnliche Berichterstattungen und Studien zu dem Thema aus den Medien. Krieg, Klima- und Teuerungskrise, die Nachwirkungen der Pandemie – viele Menschen sind stark belastet. Vor allem junge Menschen haben mit psychischen Problemen zu kämpfen. Die start.box – Zentrum für psychische Gesundheit junger Menschen, ein niederschwelliges Angebot von pro mente OÖ und Soziales Oberösterreich, berät, begleitet und betreut junge Menschen mit psychischen Problemen seit über einem Jahr in schwierigen Zeiten.

„71 % der Jugendlichen geht es nach eigenen Angaben psychisch sehr gut oder eher gut. **Das ist in Zeiten vieler Krisen ein gutes Zeichen.** 25 % geht es psychisch eher schlecht, 4 % sehr schlecht. **Hier müssen wir helfen.** Wir müssen die Probleme und Sorgen der Jugendlichen ernst nehmen und Räume schaffen, in denen sie offen darüber sprechen können. Die start.box ist dafür ein erfolgreiches Beispiel, da ihre Angebote **niederschwellig und leicht zugänglich** sind. Erfreulich ist auch, dass das Gesundheitsministerium erst gestern **weitere 19 Millionen Euro für 10.000 Psychotherapie-Plätze** angekündigt hat. Damit bekommen junge Menschen rasch und zielgerichtet passende Angebote.“

Sozial- und Jugend-Landesrat Dr. Wolfgang Hattmannsdorfer



Einstellung junger Menschen in Österreich zw. 16-25 Jahren nach der Corona-Pandemie (Quelle: Ö3-Jugendstudie 2023)

„Junge Menschen sind derzeit nachweislich besonders schwer belastet: Nicht nur die typischen Entwicklungsaufgaben wie körperliche Reifung, Aufbau sozialer Kompetenzen oder Entwicklung von Zukunftsperspektiven fordern heraus, sondern auch **viele Einflüsse von außen belasten zusätzlich**“, sagt Manuela Nemesch, Geschäftsfeldleiterin von pro mente Jugend. „Das spüren wir in unserer Arbeit tagtäglich. Das war auch der Grund, warum es uns wichtig war, ein niederschwelliges Angebot wie die start.box ins Leben zu rufen. Hier können sich Jugendliche **kostenlos und unbürokratisch** hinwenden, die sich psychisch belastet fühlen. Dafür bedarf es **keiner Diagnose oder manifestierten psychischen Erkrankung.**“

Handlungsbedarf hat auch der Bund erkannt und gestern ein weiteres Hilfspaket für junge Menschen mit psychischen Problemen geschnürt: Weitere 19 Mio. € für insgesamt 10.000 Therapieplätze werden im Rahmen des Projekts „Gesund aus der Krise“ bereitgestellt. Dieses Programm wurde bereits 2022 als Abfederung für psychosoziale Folgen der Covid-Pandemie mit 13 Mio. € und 8.000 Plätzen dotiert. Die Mittel werden über den Berufsverband der österreichischen Psychologen (BÖP) entsprechenden Stellen, die Plätze anbieten, zugewiesen. *„Wichtig ist, dass das Geld rasch ankommt und die betroffenen jungen Menschen schnell einen passenden Therapieplatz bekommen“*, so Jugend-Landesrat Hattmannsdorfer.

### **1 Jahr start.box – Zentrum für psychische Gesundheit junger Menschen**

*„Wir freuen uns sehr, dass wir heuer unser einjähriges Jubiläum feiern dürfen“*, sagt Holger Schaller, Teamleiter der start.box. *„Besonders glücklich macht uns, dass wir unser Angebot um die ‚chat.box‘ erweitern konnten, die vom Bundesministerium Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz gefördert wird. Hier können sich Jugendliche auch online an uns wenden.“*

Neben diesem Angebot bietet die start.box auch:

- Clearinggespräche; psychosoziale Beratung, Begleitung und Sozialarbeit
- offene Treffs
- Tagesstrukturierung (Küche, Werkstatt, Garten, Kultur, Ausflüge)
- Erweiterung persönlicher Kompetenzen
- Workshops & Fachvorträge
- Psychoedukation; Psychotherapie; fachärztliche Beratung (sowohl Fachärzt:innen für Psychiatrie als auch Fachärzt:innen für Kinder- und Jugendpsychiatrie)

Die Zahlen sprechen klare Worte: Im vergangenen Jahr wurden **230 Jugendliche regelmäßig betreut**, die start.box verzeichnete insgesamt **4.800 Kontakte**. 66 junge Menschen haben das Programm „abgeschlossen“, 40 erhielten zusätzlich auch Psychotherapie. 50 weitere Jugendliche befinden sich zurzeit auf der Warteliste. *„Der Andrang ist enorm, pro Tag kommt im Schnitt ein Jugendlicher dazu. Das zeigt auch, dass es unbedingt notwendig ist, dieses Angebot noch breitflächiger zu denken“*, sagt Manuela Nemesch.

**start.box – Hier bist du RICHTIG! Du bist uns WICHTIG! Miteinander für psychische Gesundheit**

Die start.box, Zentrum für psychische Gesundheit junger Menschen **zwischen 14 und 29 Jahren**, ist ein Angebot von **pro mente OÖ und wird vom Land OÖ finanziert**. Im Team arbeiten Sozialarbeiter:innen, Psycholog:innen, Therapeut:innen, Ärzt:innen und Pädagog:innen.

In der start.box bleiben die Ängste und Sorgen der Jugendlichen natürlich anonym, das Angebot ist **kostenlos, bescheidfrei und vor allem unkompliziert**. Die Mitarbeiter:innen begleiten die Jugendlichen auf ihrem Lebensweg, unterstützen sie dabei, sich im Leben neu zu orientieren, und begleiten sie bei ihren nächsten Schritten.

**Die Grundsätze der start.box:**

- „Wir nehmen dich an wie du bist.“
- „Wir reden mit dir und hören dir zu.“
- “Wir bleiben gemeinsam aktiv.”
- „Wir unterstützen dich dabei, Neues zu lernen.“
- „Wir bleiben mit dir laufend in Kontakt.“
- „Wir sind gemeinsam kreativ und gestalten gemeinsam Neues.“
- „Wir bieten dir die Möglichkeiten, dich auch in eine Gruppe einzubringen.“
- „Wir unterstützen dich, wenn du unsere Hilfe brauchst.“
- „Wir können auch einmal gemeinsam entspannen.“
- „Wir geben dich nicht auf.“

„Die start.box ist einmalig und unverzichtbar. Ihr Erfolg zeigt, dass niederschwellige Angebote gebraucht werden und ankommen. Weiteres Potenzial für niederschwellige Angebote sehen wir vor allem in Steyr und Wels, im ländlichen Raum speziell in der Region Innviertel und in Attnang-Puchheim“, betont Manuela Nemesch. „Unser Ziel ist es, dass es keine Wartelisten mehr gibt und die Jugendlichen in der start.box rasch ‚aufgefangen‘ werden können. Wenn man, so wie bei der start.box, rechtzeitig auf niederschwellige oder auch präventive Angebote setzt, erspart man den Betroffenen viel Leid, Gesundheitseinrichtungen werden entlastet und die teuren Mehrkosten einer psychosozialen Nachsorge können eingespart werden.“

### **Einfacher und niederschwelliger Zugang**

Die start.box befindet sich in der Waldeggstr. 12, 4020 Linz und ist telefonisch und per WhatsApp unter 0664 / 849 41 49 erreichbar. Auch per Mail ([start.box@promenteoee.at](mailto:start.box@promenteoee.at)), über die chat.box (<https://www.start-box.at/chat-box/>) oder über die Social-Media-Kanäle kann man sich an die Mitarbeiter:innen wenden. Die Öffnungszeiten sind: Mo von 09.00 bis 12.00 Uhr / Di, Mi, Do von 13.00 bis 16.00 Uhr Mehr Infos finden Sie auf der Website [www.start-box.at](http://www.start-box.at).

### **LR Hattmannsdorfer: Psychische Gesundheit als Schwerpunkt in der Jugendarbeit**

Seit Antritt von Jugend-Landesrat Hattmannsdorfer hat das JugendService des Landes Oberösterreich das **Beratungsangebot im Bereich der psychischen Gesundheit merkbar ausgebaut**.

- Neues **Informationsportal** ([www.fuer-dich-da.at](http://www.fuer-dich-da.at)) des Landes Oberösterreich für Jugendliche und Eltern
- Einführung von **digitalen Beratungen** mit zertifizierten, anonymen Online-Beratungen und digitale Face-to-Face Beratungsgespräche
  - 2023 wurden bis dato **1.707 Beratungen** (länger als 30 Minuten) abgehalten
- „**Ich schau auf mich**“-Workshops für Schulklassen, Gemeinden, Jugendvereine und -zentren für Jugendliche zwischen 14 und 19 Jahren
  - In Summe **knapp 100 Workshops** in diesem Schuljahr 22/23
- Neuausrichtung & Überarbeitung des Infomaterials:

- Das **Kraftbuch**, ein kompakter Ratgeber für psychische Gesundheit, wird jetzt neu aufgelegt – 1. Auflage mit 5.000 Exemplaren ist bereits vergriffen
- **25 Jugendberater:innen** stehen den Jugendlichen in den 14 regionalen Infostores des Landes als Berater zur Seite

Das Land Oberösterreich unterstützt zudem weitere Angebote von pro mente, die Jugendliche mit psychischen Beeinträchtigungen unterstützen:

red box	Übergangswohnhaus für <b>männliche Jugendliche</b> und junge Erwachsene mit einer psychischen Erkrankung und/oder psychosozialer Beeinträchtigung. Budget: rund € 0,55 Mio
green box	teiltretete Übergangswohngemeinschaft für <b>weibliche bzw. männliche Jugendliche</b> bzw. junge Erwachsene; bietet jeweils 5 Plätze in getrennten Wohneinheiten. Budget: rund € 0,27 Mio
blue box	Übergangswohnhaus für <b>weibliche Jugendliche und junge Erwachsene</b> mit einer psychischen Erkrankung und/oder psychosozialer Beeinträchtigung. Budget: rund € 0,55 Mio

### FACTBOX - was wichtig ist:

- Junge Menschen sind besonders oft psychisch belastet – die start.box hilft schnell und unkompliziert!
- Massive Nachfrage: Die start.box wurde nach einem Jahr 5.000 Mal kontaktiert!
- Krieg, Klima- und Teuerungskrise und die Nachwirkungen der Pandemie besorgen die jungen Menschen zurzeit am meisten!
- Niederschwellige Angebote helfen rasch bei psychischen Problemen – „Nichts tun“ kostet mehr!