

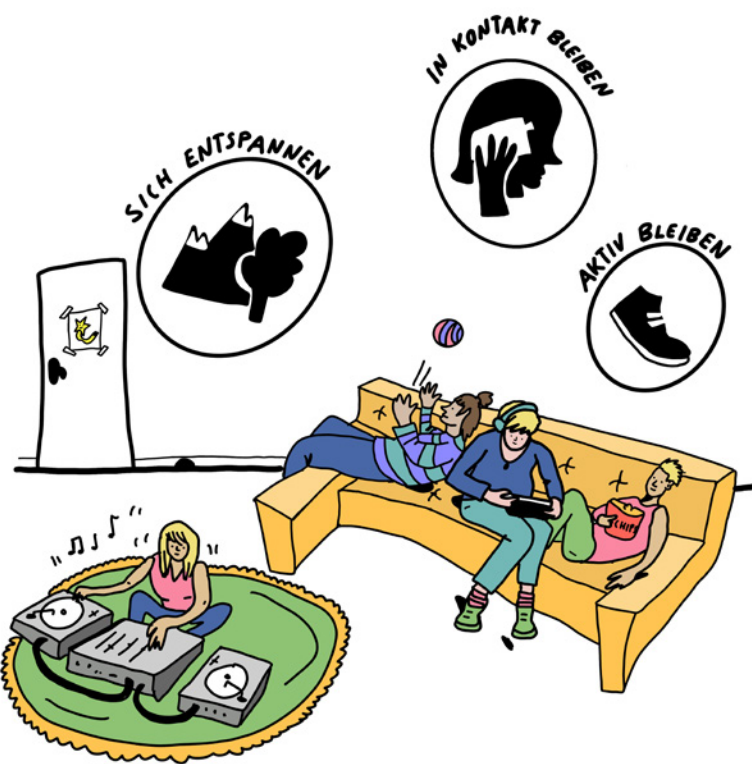
Offene Kinder- und Jugendarbeit (OKJA) stärkt die psychische Gesundheit und fördert die Resilienz von Kindern und Jugendlichen. Dies geschieht in den Angeboten spontan nach Bedarf und gezielt mittels Aktivitäten. Dazu tragen bereits Ort und Kontext bei, weiter Angebote und Haltung sowie Grund- und Arbeitsprinzipien der OKJA. Grundlage sind die Beziehungen der Fachpersonen zu den Kindern und Jugendlichen.

Dieses Plakat zeigt auf, wie die OKJA psychische Gesundheit konkret fördert. Es basiert auf den Grundprinzipien der OKJA und den geläufigen 10 Schritten für psychische Gesundheit.

Offene Kinder- und Jugendarbeit in der Schweiz.  
DOJ/AFAJ, [doj.ch/publikationen](http://doj.ch/publikationen)

10 Schritte für deine psychische Gesundheit,  
Gesundheitsförderung Schweiz, [gesundheitsfoerderung.ch](http://gesundheitsfoerderung.ch)

### Entspannung und Erholung dank Freiräumen



Die OKJA ist offen, parteipolitisch und konfessionell neutral. Sie bietet somit **Freiräume und Zugang** zu Material, Räumen und Aktivitäten für alle. Die **Niederschwelligkeit** der Angebote ermöglicht Chancengerechtigkeit und Integration.

Kinder und Jugendliche finden Räume ohne Leistungsdruck und Bewertungen. Sie können sie selbst sein und sich ihren Bedürfnissen und Interessen entsprechend entfalten. Sie finden Raum, um **mit Freund\*innen zusammen zu sein**, sich aktiv und kreativ zu erleben, Neues zu entdecken und **sich zu entspannen und zu erholen**.

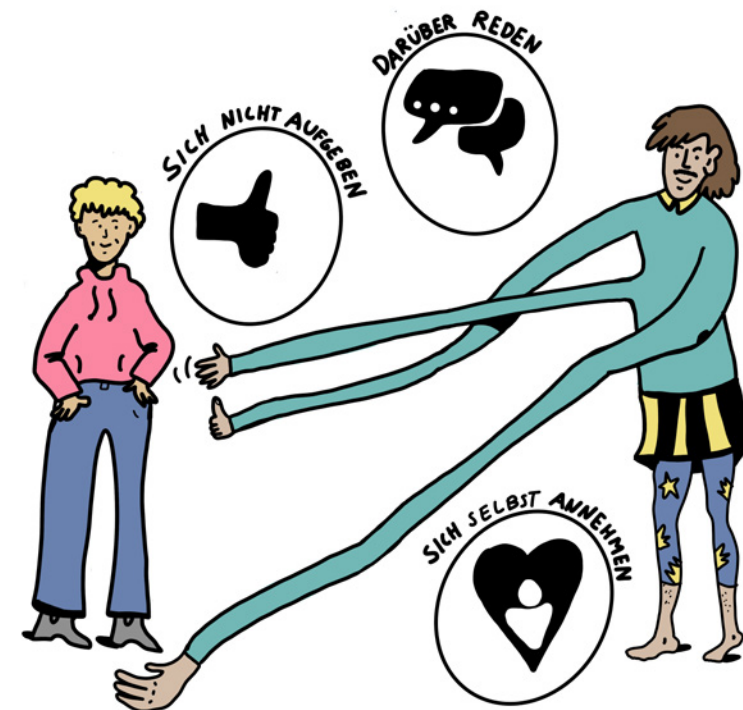
### Vertrauen durch tragfähige Beziehungen



Fachpersonen der OKJA sind für Kinder und Jugendliche **wichtige Bezugspersonen**. Die akzeptierende Grundhaltung, der niederschwellige Zugang der Angebote sowie das nichthierarchische Verhältnis schaffen **Vertrauen** und ermöglichen ehrliche und **tragfähige Beziehungen**.

Kinder und Jugendliche öffnen sich, **stellen Fragen**, auch zu heiklen Themen, und **sprechen über Probleme**. Das Gespräch mit Fachpersonen stärkt sie in schwierigen Situationen und ermutigt sie, Hilfe zu holen.

### Persönliche Entwicklung dank mehreren Chancen



Die OKJA pflegt eine **Kultur der 2., 3., und 4. Chance** und die Fachpersonen brechen den Kontakt bei Problemen und Konflikten nicht ab. Sie bietet Kindern und Jugendlichen ein Lernumfeld und die Möglichkeit neue **Handlungsoptionen auszuprobieren**.

Kinder und Jugendliche sammeln Erfahrungen und **entwickeln sich weiter**. Sie lernen **sich selbst nicht aufzugeben** und nach einem Fehler oder Misserfolg wieder aufzustehen und neu zu versuchen. Die Kinder und Jugendlichen fühlen sich mit all ihren Eigenschaften akzeptiert und unterstützt.

## Wie Offene Kinder- und Jugendarbeit psychische Gesundheit fördert

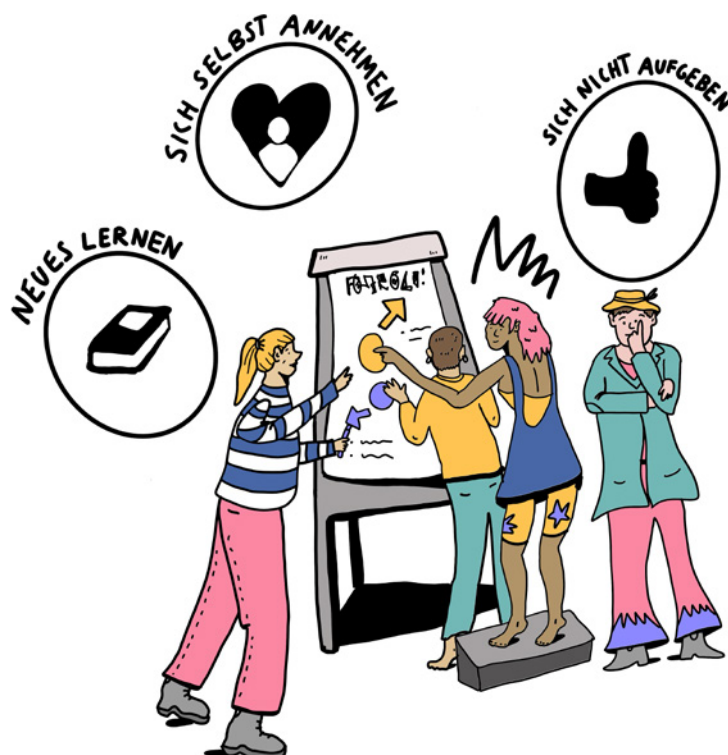
### Identitätsbildung durch Begegnung



Fachpersonen der OKJA begegnen Kindern und Jugendlichen **ohne Vorurteile und bieten Raum für Diversität**. Sie stossen Auseinandersetzungen in Bezug auf Geschlechtervielfalt und kulturelle Identifikation an mit dem Ziel, Stereotypen aufzuweichen und **Haltungen und Werte zu reflektieren**.

Kinder und Jugendliche lernen verschiedene Lebensentwürfe und Identitäten kennen. Sie erfahren mehr über eigene Vorstellungen und sich selbst, **Identität und Selbstwertgefühl werden gestärkt**. Sie lernen **sich und andere anzunehmen**, so wie sie sind, und dass sie über alles sprechen dürfen.

### Stärkung durch Fokus auf Ressourcen



Die OKJA orientiert sich an den **Potentialen, Bedürfnissen und Themen** der Kinder und Jugendlichen. Die Fachpersonen beziehen deren Anliegen, Interessen und Ressourcen in die Gestaltung der Angebote, Räumlichkeiten und des Umgangs miteinander ein.

Kinder und Jugendliche lernen, ihre **Bedürfnisse zu erkennen und zu äussern**, und entdecken ihre individuellen Stärken. Sie fühlen sich **gehört und ernstgenommen**. Sie erleben, dass sie **Sorgen, Ärger aber auch schöne Erfahrungen teilen** und Neues entdecken dürfen.

### Wertschätzung durch Partizipation



Durch **freiwillige Angebote** unterstützt die OKJA die Selbstbestimmung der Kinder und Jugendlichen. Sie ermöglicht **Partizipation**, die Kindern und Jugendlichen **gesellschaftspolitische Teilhabe** in ihren Lebenswelten und im Gemeinwesen eröffnet.

Kinder und Jugendliche erleben **Zugehörigkeit und Selbstwirksamkeit**. Sie fühlen sich in der Gesellschaft **akzeptiert und wertgeschätzt**. Sie entdecken ihre **Kreativität** und lernen, Verantwortung zu übernehmen und sich gemeinsam mit anderen für Ziele einzusetzen.

### Mehr erfahren

Issue Psychische Gesundheit, [voja.ch](http://voja.ch)  
[undduso.ch](http://undduso.ch)  
[wie-geht-es-dir.ch](http://wie-geht-es-dir.ch)

Konzept/Text: DOJ/AFAJ und eine Expert\*innen-Gruppe  
Grafik: Roman Hartmann, starwish\*  
Illustrationen: DOJ/AFAJ, David Fürst  
Piktogramme: Pro Mente Oberösterreich

August 2022