

ORF.at



Foto: ORF

Foto: ORF

LIFESTYLE

## Kostenlose Psychotherapie im Mozarthof

**Die letzten Jahre waren für Kinder und Jugendliche nicht einfach. Auf Initiative des Klagenfurter Jugendreferats steht ab heuer eine kostenlose psychosoziale Beratung im stadt-eigenen Jugendzentrum Mozarthof zur Verfügung.**

28.01.2023 10.53

Die letzten zwei Pandemiejahre seien von Unsicherheit, Distanz, Zukunftsängsten und Überforderungen geprägt gewesen, heißt es in einer Aussendung des Klagenfurter Jugendreferats. Darunter hätten Kinder und Jugendliche mehr gelitten, als zunächst angenommen worden sei. Fälle von Erschöpfung, Ängsten, Depressionen, Essstörungen oder Aggressivität seien keine Seltenheit. Eine psychologische Beratung könne hier sehr viel bewirken und helfen. „Uns ist es ein großes Anliegen, das Thema Psychotherapie zu enttabuisieren und ein niederschwelliges Angebot für Jugendliche zu schaffen“, so Jugendreferentin Corinna Smrečnik.

### Keine falsche Scham: Sich Hilfe zu suchen ist ok

In erster Linie solle den Kindern und Jugendlichen vermittelt werden, dass man sich für eine professionelle psychologische Betreuung nicht schämen müsse. Zwar gebe es Beratungs- und Anlaufstellen, oft sei die Hemmschwelle aber zu groß, bzw. würden komplizierte Zugänge oder Preise abschrecken. Auf Initiative Smrečniks wird deshalb ab heuer ein einfacher Zugang zu psychologischer Hilfe ermöglicht - kostenlos für Kinder und Jugendliche im Jugendforum Mozarthof: "Gerade Jugendliche, die keinen Rückhalt innerhalb der Familie haben oder sich nicht trauen mit ihren Eltern zu sprechen, können dieses Angebot in Anspruch nehmen".

### Alle Jugendzentren informiert und involviert

Etwa drei bis vier Mal im Monat komme eine Psychologin in den Mozarthof. Wer möchte, könne mit dieser in Ruhe ein vertrauliches Gespräch führen. Alle Jugendzentren in Klagenfurt seien über das Angebot informiert worden und könnten es in Anspruch nehmen. Smrecnik: „Wir müssen dafür Sorge tragen, dass unsere Kinder und Jugendlichen zurück zur Normalität finden, sie Spaß und Freude in ihrem Alltag haben und positiv in die Zukunft blicken können“.

red, kaernten.ORF.at

