



## Faktenblatt 109

# Evaluation «ZigZag Plus – Sichtbarkeit und Unterstützung für Kinder von Eltern mit psychischen Erkrankungen»

### Abstract

Das Projekt «ZigZag Plus – Sichtbarkeit und Unterstützung für Kinder von Eltern mit psychischen Erkrankungen» (kurz: ZigZag Plus) hat zum Ziel, das seit 2015 im Kanton Waadt getestete Angebot für Kinder und Jugendliche, die mit der psychischen Fragilität eines Elternteils konfrontiert sind, auf drei weitere Kantone (Freiburg, Wallis und Neuenburg) auszuweiten. ZigZag Plus, das von der Stiftung As'trame und ihrem Partner, dem Verein Office familial Fribourg, getragen wird, kombiniert einerseits Unterstützungsgruppen für Kinder, Selbsthilfegruppen für Eltern und narrative Arbeit mit Familien. Andererseits bietet es Sensibilisierung und Weiterbildung für Fachpersonen. ZigZag Plus wurde in den Jahren 2019–2023 durch die Projektförderung Prävention in der Gesundheitsversorgung (PGV) von Gesundheitsförderung Schweiz<sup>1</sup> unterstützt und gleichzeitig durch das IDHEAP und KEK-CDC evaluiert.

Die Evaluation sollte das Projektmanagement und die Qualitätssicherung während der Umsetzung unterstützen und gleichzeitig forschungsbasierte Erkenntnisse über die Zielerreichung und Wirksamkeit des Projekts liefern. Darüber hinaus sollte sie als Grundlage für die Gesamtevaluation der Projektförderung PGV dienen. Der Bericht zeigt, dass das Unterstützungssystem für Kinder psychisch kranker und suchtkranker Eltern im Kanton Waadt konsolidiert und in den Kantonen Freiburg und Neuenburg erfolgreich eingeführt werden konnte. Im Kanton Wallis hingegen verlief die Umsetzung sehr zögerlich. Insgesamt ist es dem Projekt gelungen, die Zielgruppen mit den zur Verfügung stehenden Ressourcen effektiv zu erreichen.

## 1 ZigZag Plus: Projekthintergrund

In den letzten Jahren hat die Prävalenz psychischer Erkrankungen in der Schweiz zugenommen.<sup>2</sup> Inmitten der wachsenden Besorgnis gibt es eine demografische Gruppe, die oft übersehen wird: Kinder von Eltern mit psychischen Erkrankungen oder Suchtproblemen. Obwohl es immer mehr Belege dafür

### Inhaltsverzeichnis

1	ZigZag Plus: Projekthintergrund	1
2	Wichtigste Ergebnisse	2
3	Optimierungspotenzial und Empfehlungen	6
4	Evaluationsdesign und Vorgehensweise	7

<sup>1</sup> Gesundheitsförderung Schweiz, Prävention in der Gesundheitsversorgung (PGV): [Geförderte Projekte: ZigZag Plus.](#)

<sup>2</sup> Peter, C., Tuch, A. & Schuler, D. (2023). *Psychische Gesundheit – Erhebung Herbst 2022. Wie geht es der Bevölkerung in der Schweiz? Sucht sie sich bei psychischen Problemen Hilfe?* (Obsan Bericht 03/2023). Schweizerisches Gesundheitsobservatorium.

gibt, dass diese Erkrankungen das Risiko der Kinder, ähnliche Bedingungen zu entwickeln, deutlich erhöhen, werden diese Kinder noch immer weitgehend vernachlässigt. Es ist daher von entscheidender Bedeutung, den gefährdeten jungen Menschen mehr Aufmerksamkeit und Unterstützung zukommen zu lassen, um die intergenerationale Übertragung von psychischen Gesundheitsproblemen zu verringern.

Das Projekt «ZigZag Plus – Sichtbarkeit und Unterstützung für Kinder von Eltern mit psychischen Erkrankungen» ist im Bereich psychische Gesundheit und Sucht angesiedelt. Die Finanzierung umfasst die Weiterentwicklung und Verbreitung eines innovativen Projekts, das seit 2015 von der Stiftung As'trame im Kanton Waadt erfolgreich erprobt wird. Die Stiftung As'trame widmet sich der Bewältigung von Familienkrisen und ist Hauptakteurin dieses Projekts, das in Zusammenarbeit mit verschiedenen kantonalen Stellen durchgeführt wird. Konkret wurde das Projekt im Laufe der vier Jahre im Kanton Waadt formalisiert und in drei weiteren Westschweizer Kantonen von den lokalen Antennen der Stiftung in Neuenburg und im Wallis sowie von ihrem Partnerverband in Freiburg, dem Office familial, entwickelt.

ZigZag Plus will einerseits Kindern und Jugendlichen, deren Eltern von psychischen Problemen oder Suchtproblemen betroffen sind, sowie deren Familien spezifische Unterstützung anbieten. Andererseits sollen Fachpersonen aus den Bereichen Gesundheit, Soziales, Kinderschutz und Bildung sensibilisiert, weitergebildet und vernetzt werden. Das im März 2020 gestartete Projekt umfasst mehrere koordinierte Aktionen, die sich an Familien und Fachpersonen richten. Sein Kernangebot sind die ZigZag-Parcours für betroffene Kinder und Jugendliche. Ursprünglich als Gruppenangebot konzipiert, hat das Projekt den Ansatz weiterentwickelt und bietet nun auch Einzel-, Geschwister- und seit Kurzem Familien- bzw. Eltern-Kind-Parcours an.

Die Umsetzung des Projekts startete zu Beginn der Covid-19-Pandemie, was eine Herausforderung darstellte, an die man sich anpassen musste, um den Bedürfnissen der betroffenen Kinder, Jugendlichen und Familien besser gerecht zu werden. Dies beinhaltete die Individualisierung der Unterstützungsangebote und die Bereitstellung von Online-Ressourcen für Fachpersonen. In der Folge wurden zahlreiche Präsenzveranstaltungen zur Sensibili-

sierung der Fachpersonen für das Projekt organisiert sowie zusätzliche Weiterbildungskurse konzipiert und durchgeführt (siehe [Abbildung 3](#)).

## 2 Wichtigste Ergebnisse

### 2.1 ZigZag Plus erreicht effektiv eine bisher oft vernachlässigte Zielgruppe: Kinder von Eltern mit psychischer Fragilität.

Die Evaluation hat gezeigt, dass ZigZag Plus ein soziales Problem aufgreift, das von bestehenden Angeboten nur teilweise adressiert wird. Die im Jahr 2023 online befragten Fachpersonen und die in Interviews und Workshops befragten Expert\*innen waren der Ansicht, dass das Projekt sehr relevant ist und grosse Zufriedenheit hervorruft. Mehrere Fachpersonen, die bereits mit den Angeboten von ZigZag Plus vertraut waren, gaben an, dass sie Patient\*innen, Kinder, Jugendliche oder Eltern an das Projekt weiterempfohlen oder verwiesen hätten.

Im Jahr 2023 hat das Projekt 44 ZigZag-Parcours (Einzel-, Geschwister-/Familien- und Gruppenparcours) durchgeführt, an denen insgesamt 68 Kinder und Jugendliche teilgenommen haben. Während die Verbreitung der Parcours in den Kantonen Wallis (2) und Neuenburg (5) eher zögerlich verlief, wurden in den Kantonen Waadt (19) und Freiburg (18) zufriedenstellende Zahlen erreicht. Seit 2020 hat die Zahl der Parcours und der erreichten Kinder und Jugendlichen jedoch zugenommen. Dasselbe gilt für die Anzahl der erreichten Familien.

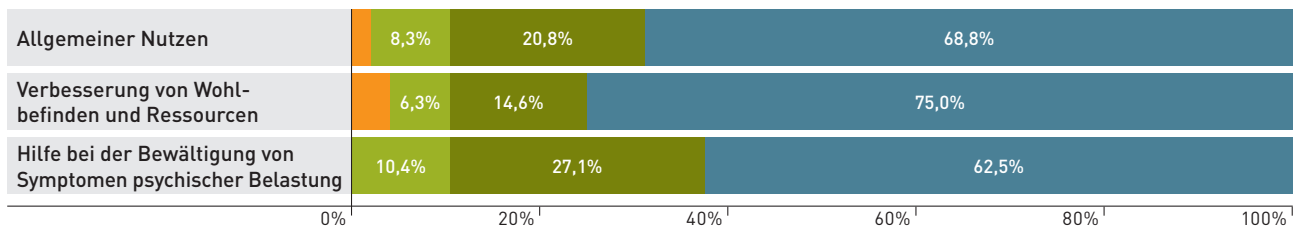
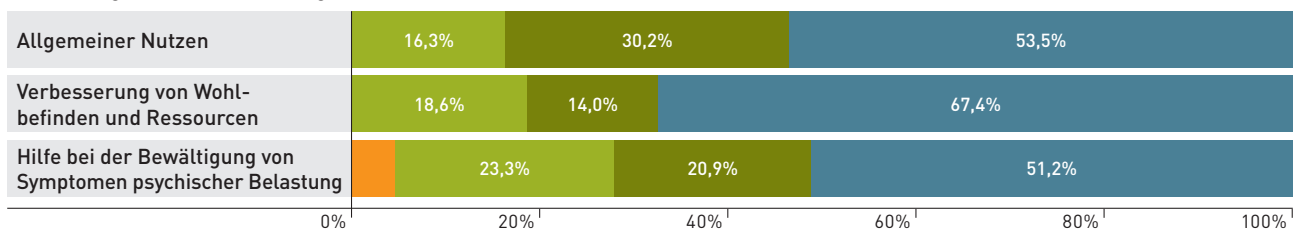
Die Bedeutung des Projekts wird von mehreren Expert\*innen hervorgehoben, die der Ansicht sind, dass ZigZag Plus den Familien und Kindern geholfen hat, die Situation der Eltern besser zu verstehen und damit umzugehen. Laut den Expert\*innen erhielten die Familien durch das Projekt mehr Unterstützung, was zur Stärkung der Familienbande und zur Verbesserung der Familiendynamik beitrug. Die psychologische Unterstützung und die Bildungsressourcen trugen dazu bei, ein stabileres und widerstandsfähigeres Familienumfeld zu schaffen. [Abbildung 1](#) zeigt, dass die Fachpersonen den Beitrag von ZigZag Plus vor allem im Umgang mit Symptomen psychischer Belastung sehen. Es muss jedoch auch erwähnt werden, dass die meisten Expert\*innen keine Angaben zu den Effekten auf Familien und Kinder machen konnten. Dies liegt zum einen daran, dass der Untersuchungszeitraum

## ABBILDUNG 1

**Einschätzungen der Fachpersonen zu den Wirkungen der ZigZag-Plus-Angebote auf die Familien, Eltern und Kinder, die sie weiterverwiesen haben**

«Inwieweit haben die ZigZag-Plus-Angebote zu den folgenden Aspekten bei Familien, Eltern und Kindern beigetragen?»

● gar nicht ● wenig ● eher ● voll und ganz ● weiss nicht

**Auswirkungen auf die Familien/Eltern (n = 48)****Auswirkungen auf die Kinder/Jugendlichen (n = 43)**

sehr kurz ist und die Effekte nur eingeschränkt beobachtet werden können. Zum anderen gibt es keine systematische Wirkungsbeobachtung durch die Fachpersonen, sodass sie oft nicht wissen, wie sich die jeweiligen Leistungen auf die Zielgruppen auswirken.

## 2.2 ZigZag Plus wird von Fachpersonen aus dem Gesundheits-, Sozial-, Kinderschutz- und Bildungsbereich als sehr relevant und nützlich eingeschätzt.

Das Projekt ZigZag Plus entspricht einem wichtigen Bedürfnis im Bereich der Betreuung von Kindern und Jugendlichen psychisch kranker oder suchtkranker Eltern. Die Antworten aus der Online-Befragung zeigen, dass in den Kantonen, in denen ZigZag Plus umgesetzt wird, ein grosser Teil der befragten Fachpersonen die kantonalen Angebote für Fachpersonen zur Unterstützung von Kindern psychisch kranker Eltern als (eher) ungenügend beurteilt.

Die ZigZag-Plus-Angebote für Fachpersonen umfassen unter anderem eine ausführliche Website und telefonische Beratung. Zudem hat das Projekt verschiedene Angebote für Fachpersonen entwickelt. Im Jahr 2023 wurden 16 Weiterbildungen mit

insgesamt 987 Fachpersonen durchgeführt, wobei die verschiedenen Kantone systematisch vertreten waren. Nimmt man alle Leistungen der letzten vier Jahre zusammen, wurden über 4000 Fachpersonen erreicht. Die Entwicklung seit 2020 ist sehr positiv, wobei die grosse Mehrheit der Weiterbildungen und Sensibilisierungsmassnahmen seit 2022 durchgeführt wurde.

Die Angebote des Projekts ZigZag Plus waren 69% der befragten Fachpersonen bereits bekannt und wurden von 85% mindestens einmal genutzt. Am häufigsten wurden die Weiterbildungsangebote, die Informationen auf der Projektwebsite, die Informationstage und die telefonische Beratung für Fachpersonen genannt (Tabelle 1). In Bezug auf die Angebote für Kinder, Jugendliche und Familien wünscht sich ein erheblicher Teil der befragten Fachpersonen, dass diese Angebote dauerhaft bestehen bleiben und weiter ausgebaut werden. Grundsätzlich haben die Angebote zu einer Sensibilisierung und Wissenserweiterung der Fachpersonen beigetragen, was die Fähigkeit, Kinder in komplexen Situationen zu erkennen und zu unterstützen, verbessert hat. Dieses bessere Verständnis führte zu einem empathischeren und effektiveren Handeln in der Praxis.

TABELLE 1

**Anzahl der Nutzer\*innen und Nützlichkeitscore pro Angebot von ZigZag Plus (n = 137)**

ZigZag-Plus-Angebote	Anzahl der Nutzer*innen	Nutzungsrate	Nützlichkeitscore, durchschnittl. Bewertung [1-4]
Informationen auf der Website	51	37,2%	3,69
Weiterbildungstag(e)	47	34,3%	3,89
Online-Matinee von As'trame	47	34,3%	3,76
Filmvorführung «Der Wald meines Vaters»	34	24,8%	3,61
Telefonberatung für Fachpersonen	24	17,5%	3,83
Online-Seminar	18	13,1%	3,88
Präsenzseminar	17	12,4%	3,69
Sensibilisierungsmodul	16	11,7%	3,69
Keine Nutzung der Angebote	20	14,6%	–

Antworten auf die Fragen «Welche der folgenden Angebote haben Sie genutzt?» (Multiple Choice) und «Für wie nützlich halten Sie die folgenden Angebote im Rahmen des ZigZag-Projekts?» mit folgenden Bewertungsmöglichkeiten: «1 – überhaupt nicht nützlich», «2 – wenig nützlich», «3 – eher nützlich», «4 – sehr nützlich».

Die Antworten in Tabelle 1 stammen von Befragten – Fachpersonen, Angehörigen, Betroffenen und Freiwilligen –, die bereits vor der Teilnahme an der Umfrage von ZigZag gehört hatten.

**2.3 ZigZag Plus hat das Unterstützungssystem und die interprofessionelle Zusammenarbeit gestärkt.**

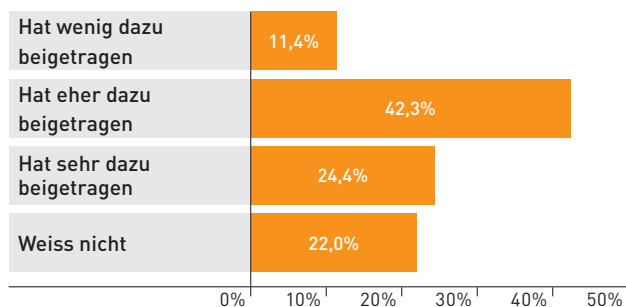
Das Projekt setzte auf eine breite Sensibilisierung der Fachpersonen durch Veranstaltungen und persönliche Kontakte, bei denen die Angebote vorgestellt wurden. Insgesamt wurden 148 Veranstaltungen durchgeführt und über 2700 Personen erreicht. Die befragten externen Expert\*innen stellten ausserdem während dieser Veranstaltungen einen deutlichen Anstieg der Angebote fest, die versuchten, das Fachpublikum so gut wie möglich zu erreichen. Zudem wurde die Zusammenarbeit in den kantonalen Netzwerken in den Kantonen Waadt, Freiburg und ab 2023 auch Neuenburg kontinuierlich ausgebaut.

Gemäss der Umfrage sind sich viele Fachpersonen einig, dass das Projekt zur Vernetzung und zur Stärkung der interdisziplinären Zusammenarbeit beigetragen hat. Konkret bedeutet dies einen verbesserten Zugang zu fachlich relevanten Instrumenten. Diese Feststellungen werden durch die Aussagen in den Workshops mit externen Expert\*innen bestätigt. Die Ergebnisse zeigen, dass ZigZag Plus eine positive Rolle bei der Sichtbarkeit des Themas gespielt hat, da mehr Fachpersonen auf Kinder und Jugend-

ABBILDUNG 2

**Outcome des Projekts ZigZag Plus in Bezug auf die Sensibilisierung von Fachpersonen**

«Inwieweit hat das Projekt ZigZag Plus Ihrer Meinung nach zur Sensibilisierung von Fachpersonen beigetragen?» (n = 123)

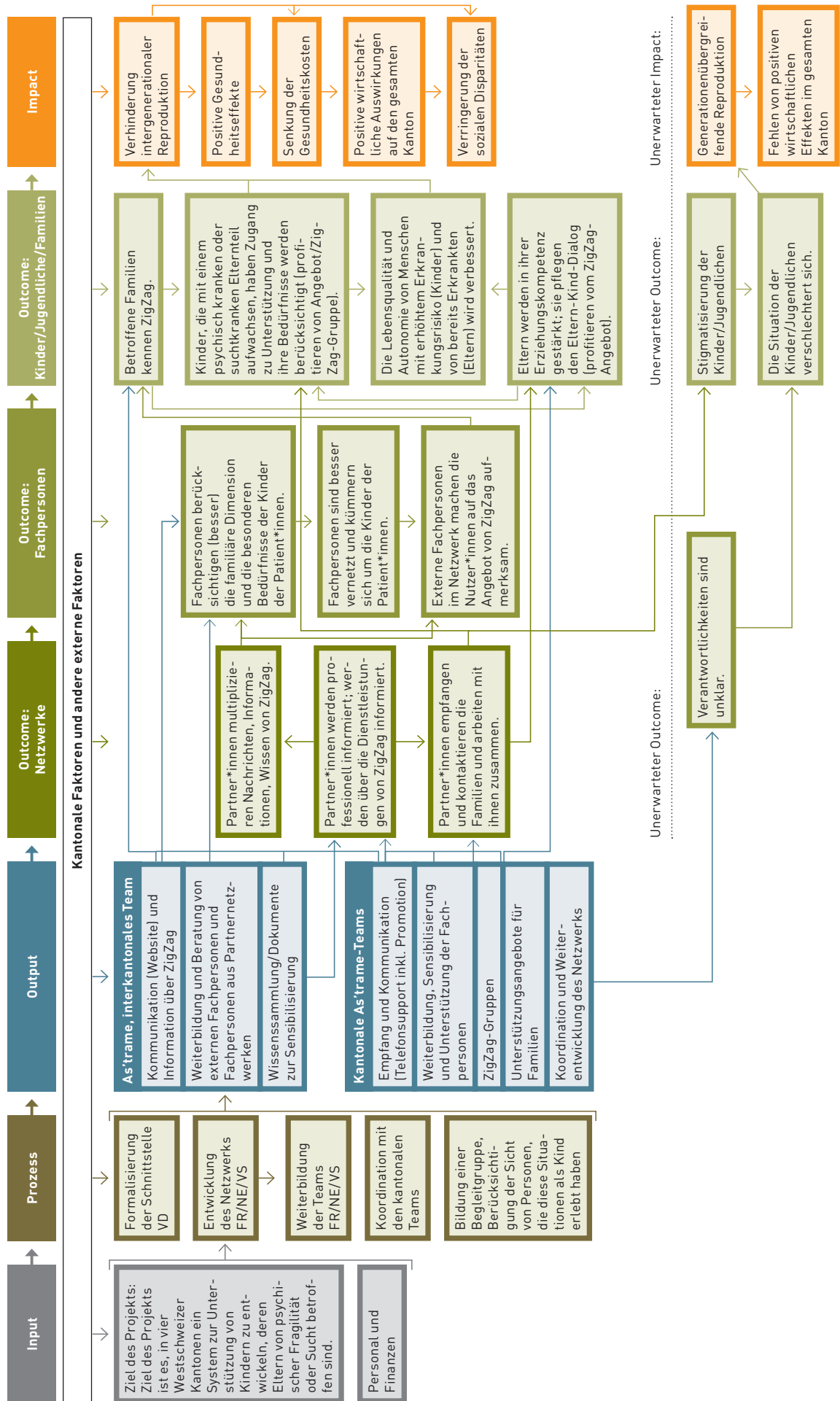


Die 123 Antworten stammen von den befragten Fachpersonen, die bereits vor der Teilnahme an der Umfrage von ZigZag gehört hatten.

liche mit psychisch kranken Eltern aufmerksam geworden sind (Abbildung 2). Das Projekt ZigZag Plus hat einen echten Anstoss gegeben, aber es ist wichtig, diesen Schwung mitzunehmen, um die bisher erzielten Veränderungen zu konsolidieren.

ABBILDUNG 3

Wirkungsmodell des Projekts ZigZag Plus



### 3 Optimierungspotenzial und Empfehlungen

Das Evaluationsteam hat acht Empfehlungen formuliert, die sich in zwei Kategorien einteilen lassen: Die Empfehlungen 1 bis 5 betreffen die Fortführung des Projekts und die Empfehlungen 6 bis 8 betreffen Akteur\*innen, die ein solches Projekt umsetzen möchten (Tabelle 2).

TABELLE 2

#### Zusammenfassung der Empfehlungen aus der Evaluation des Projekts ZigZag Plus

Empfehlungen für die Weiterführung des Projekts ZigZag Plus	
<b>1. Nachhaltige Finanzierung</b>	Sicherung stabiler Finanzierungsquellen durch Subventionen, Spenden und Partnerschaften mit Kantonen und anderen Organisationen, um die Kontinuität der Dienstleistungen von ZigZag Plus zu gewährleisten.
<b>2. Geografische Ausdehnung</b>	Ausweitung der Dienstleistungen auf unterversorgte Regionen, um mehr betroffene Kinder, Jugendliche und Familien in den französischsprachigen Kantonen zu erreichen.
<b>3. Vernetzung mit der Forschung</b>	Durch Vernetzung und Teilnahme an nationalen und internationalen Forschungsinitiativen kann das Projekt mit innovativen Best Practices Schritt halten.
<b>4. Stärkung des Unterstützungsnetzwerks</b>	Die Vernetzung mit Fachpersonen aus dem Gesundheits- und Sozialbereich soll gestärkt werden, um den Zugang zu den Angeboten zu erleichtern, beispielsweise durch die Zusammenarbeit mit regionalen Vereinigungen von Hausarzt*innen, Kinderarzt*innen, Psycholog*innen und Psychiater*innen.
<b>5. Erleichterung des Zugangs zu Unterstützungsangeboten für Familien</b>	Abbau finanzieller Hürden, damit alle Familien unabhängig von ihrer wirtschaftlichen Situation Zugang zu den Unterstützungsangeboten haben, die sie benötigen.
Empfehlungen für die weitere Verbreitung des Projekts an Fachpersonen, die es in anderen Regionen oder Kantonen einführen oder verbreiten möchten	
<b>6. Bewusstseinsbildung</b>	Die besonderen Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen psychisch kranker Eltern werden oft vernachlässigt. Daher ist es notwendig, die Öffentlichkeit und die politischen Entscheidungsträger*innen zu sensibilisieren, um Ressourcen für die Angebote zu erhalten.
<b>7. Unterstützung der Familien</b>	Um die Situation der betroffenen Kinder und Jugendlichen zu verbessern, ist es wichtig, dass sich die Angebote auch an die Familien richten. Dies zeigen die Erfahrungen von ZigZag Plus und wissenschaftliche Studien.
<b>8. Interprofessionelle Vernetzung</b>	Die interprofessionelle Zusammenarbeit hat sich als ganz entscheidend für den Erfolg von ZigZag Plus erwiesen. Akteur*innen, die das Projekt umsetzen wollen, müssen zu dieser Zusammenarbeit bereit sein.



#### 4 Evaluationsdesign und Vorgehensweise

Das methodische Vorgehen der Evaluation umfasste mehrere zentrale Schritte zur Beantwortung der Evaluationsfragen (Tabelle 3). Zunächst wurde eine Dokumenten- und Sekundärdatenanalyse durchgeführt, um die Projektdokumente und Daten zur Nutzung der Angebote von ZigZag Plus zu untersuchen. Anschliessend wurden 17 Interviews mit den Projektverantwortlichen, den kantonalen Partner\*innen und Expert\*innen geführt, um vertie-

fende Perspektiven einzuholen. Zudem wurde eine Online-Befragung von Fachpersonen, Angehörigen, Betroffenen und Freiwilligen durchgeführt, zu der insgesamt 600 Personen eingeladen wurden. Von den 207 Teilnehmenden (Rücklaufquote: 34,5%) waren 178 (86%) Fachpersonen und 29 (14%) Personen, die sich als Angehörige, Betroffene oder Freiwillige bezeichneten. Schliesslich wurden Workshops organisiert, um die Ergebnisse der Evaluation zu diskutieren und zu validieren.

TABELLE 3

#### Überblick über die Methodik und die Datenquellen der Evaluation des Projekts ZigZag Plus

Methodik	Datenquellen	Stichprobe	Zeitraum der Datenerhebung
Auswertung von Dokumenten und Sekundärdaten	<ul style="list-style-type: none"> <li>Konzeptionelle Grundlagen des Projekts, wissenschaftliche Grundlagen des Projekts</li> <li>Dokumente zur Umsetzung des Projekts in den vier Kantonen (FR, NE, VD, VS)</li> <li>Daten zu den erreichten Zielgruppen</li> <li>Daten zum Kontext</li> </ul>		2020–2024
Interviews	<ul style="list-style-type: none"> <li>Interviews mit den Verantwortlichen des Projekts ZigZag Plus, den kantonalen Netzwerkpartner*innen und externen Fachpersonen</li> </ul>	8 Personen	Januar–Februar 2021
		9 Personen	September–November 2021
Online-Befragung	<ul style="list-style-type: none"> <li>Standardisierte Befragung von Fachpersonen und Angehörigen, Betroffenen oder Freiwilligen</li> </ul>	600 Fachpersonen, Angehörige, Betroffene und Freiwillige (207 Antworten, Rücklaufquote: 34,5%)	April–Juni 2023
Workshops	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diskussion und Validierung des Evaluationsdesigns</li> <li>Diskussion und Validierung der Evaluationsergebnisse aus Sicht der Projektbeteiligten und externer Fachleute</li> </ul>		18.11.2021
			13.04.2021
			31.01.2023
			20.09.2023
			05.03.2024
Zusammenfassung	Zusammenfassung der gesammelten Daten für die Jahre 2020 bis 2024		März–April 2024

## Impressum

### Herausgeberin

Gesundheitsförderung Schweiz

### Projektleitung Gesundheitsförderung Schweiz

- Dr. Giovanna Raso, Projektleiterin Wirkungsmanagement
- Giada Gianola, Projektleiterin Wirkungsmanagement

### Autor\*innen

- Kathrin Frey
- Stéphane Bonny
- Pirmin Bundi

### Evaluationsbericht

Frey, K., Bundi, P. & Bonny, S. (2024). *Evaluation des Projekts «ZigZag Plus – Sichtbarkeit und Unterstützung für Kinder von Eltern mit psychischen Erkrankungen»*.

[Schlussbericht](#). KEK-CDC und IDHEAP Universität Lausanne.

### Fotonachweis Titelbild

Adobe Stock

### Reihe und Nummer

Gesundheitsförderung Schweiz, Faktenblatt 109

© Gesundheitsförderung Schweiz, Oktober 2024

### Auskünfte/Informationen

Gesundheitsförderung Schweiz

Wankdorffallee 5, CH-3014 Bern

Tel. +41 31 350 04 04

[office.bern@promotionsante.ch](mailto:office.bern@promotionsante.ch)

[www.gesundheitsfoerderung.ch/publikationen](http://www.gesundheitsfoerderung.ch/publikationen)