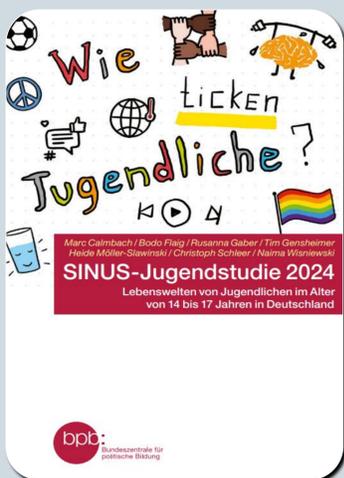


BeSOS – Schule, Beratung & Berufsorientierung als sicherer Hafen.

Situationsanalyse und Studienlage:

In den zurückliegenden Jahren ist der Anteil von Kindern und Jugendlichen mit psychischen Belastungen stark gestiegen. Mit einer (chronisch) erhöhten psychischen Belastung geht eine deutliche Verringerung der Orientierungsfähigkeit sowie der Lern- und Leistungsfähigkeit einher. Dadurch werden eine zielgerichtete Berufs- und Studienorientierung im Besonderen sowie soziale Teilhabe und individuelle Potenzialentfaltung im Allgemeinen erheblich erschwert. Die Corona-Pandemie wirkte dabei wie ein Katalysator auf bereits bestehende Entwicklungen und Trends. Vier interdisziplinäre Publikationen aus 2024 liefern einen empirischen Überblick:



SINUS- Jugendstudie

Schüler und Schülerinnen fühlen sich im Stich gelassen:

„Nur die Hälfte der Jugendlichen fühlt sich wohl an der Schule. Die Schüler:innen berichten von Überforderung, Konflikten, Diskriminierung, mangelhafter Ausstattung und überforderten Lehrkräften. Hilfe wird selten innerhalb der Schule gesucht, stattdessen dienen Freund:innen und Familie als Rettungsanker. [...]“

Social Media und mentale Gesundheit:

„Jugendliche erkennen, dass Social Media sowohl positive als auch negative Auswirkungen auf die psychische Gesundheit haben kann. Positive Aspekte sind die Enttabuisierung von Mental Health Problemen und die Bereitstellung von Hilfsangeboten. Negative Aspekte sind Mobbing, [...] Reizüberflutung und Zeitverschwendung. Wir müssen Jugendliche unterstützen und begleiten, sodass sie einen gesunden Umgang mit Social Media finden und sensibel für Mental Health-Themen werden.“

Eine Generation, viele Lebenswelten:

„Die junge Generation ist keine homogene Gruppe. Seit Jahren zeigt unsere Forschung, dass Jugendliche in ganz unterschiedlichen Lebenswelten leben. Hier reicht das Spektrum von traditionell-bürgerlichen, über konsum-materialistischen bis hin zu neo-ökologischen Jugendlichen, jeweils mit eigenständigen Werten, Einstellungen und Lebensweisen.“

Quelle: Sinus-Jugendstudie (2024), bpb-Schriftenreihe Band-Nr. 11133; hier „Kernaussagen“ [Stand: 19.03.2025].

Deutsches Schulbarometer

Psychische Auffälligkeiten:

„Ein Fünftel der Schüler:innen beschreibt sich als psychisch belastet. [...] Somit gibt es bei etwa jedem fünften jungen Menschen (21 %) im Alter von 8 bis 17 Jahren Hinweise auf psychische Auffälligkeiten. [...] Psychische Auffälligkeiten von Kindern und Jugendlichen bleiben damit auf stabilem, hohem Niveau und haben weiterhin noch nicht das prä-pandemische Niveau (vor Corona laut COPSY-Studie: 17,6 %) erreicht.“

Wissen zu psychischer Gesundheit und Hilfe:

„Die meisten Kinder und Jugendlichen ab 11 Jahren (70 %) geben an (eher) zu wissen, wo sie bei emotionalen Problemen an ihrer Schule Hilfe bekommen. Mehr als ein Viertel (27 %) – unter den Schüler:innen mit psychischen Auffälligkeiten sogar fast die Hälfte (45 %) – zweifelt jedoch (eher) daran, dass jemand an der Schule ihnen helfen könne. Auch zeigt sich, dass über ein Drittel (eher) nicht einschätzen kann, wann so ein Problem „schlimm genug“ ist, um dafür Hilfe zu bekommen (38 %). Ungefähr jede:r zehnte Befragte (11 %) berichtet, bereits (eher) schlechte Erfahrungen mit dem Besprechen solcher Probleme gemacht zu haben. Scham und Angst vor Stigmatisierung erweisen sich als potenzielle Barrieren [...]“

Quelle: Deutsches Schulbarometer der Robert Bosch Stiftung (2024), Befragung Schüler:innen. Ergebnisse von 8- bis 17-Jährigen und ihren Erziehungsberechtigten zu Wohlbefinden, Unterrichtsqualität und Hilfesuchverhalten.

The Lancet on youth mental health

Long-term developments requires immediate action:

“Like many others, including the European Commission, the European Council and the European Parliament, the authors of the Lancet Psychiatry Commission describe a Youth Mental Health Crisis, emphasizing that a clearly perceptible deterioration has occurred in many countries where we have reasonable epidemiological data, namely over the last 20 years, and not just since Corona.“

Youth mental health entering dangerous phase:

“The authors of the Lancet paper say that we may now have the last chance to prevent a fatal tipping point.“

Prevention is key:

“School-based approaches and school social work also need to be better integrated. However, before any intervention, prevention is key [...]. This must address the harmful megatrends and therefore also include political decisions for children and young people in our society to grow up in a mentally healthy way. Selective prevention aimed at risk settings such as child abuse and other early childhood stresses, peer victimisation and bullying and substance use can more easily demonstrate effectiveness than universal prevention measures, such as mindfulness exercises at school.“

Quelle: Jörg M. Fegert (2024), Global Youth Mental Health Crisis (10 – 25 years) – A commentary on the report of the Lancet Psychiatry Commission on Youth Mental Health from a German perspective.

Stellungnahme der Leopoldina

Wohlergehen und soziale Teilhabe:

„Kinder und Jugendliche sind die Zukunft unserer Gesellschaft und wie die psychologische und neuro-wissenschaftliche Forschung der letzten Jahre zeigt, sind ihre Selbstregulationskompetenzen von entscheidender Bedeutung für ihr Wohlergehen und ihre Entfaltungsmöglichkeiten, insbesondere für ihre psychische und körperliche Gesundheit, Bildung und soziale Teilhabe.“

Prävention und Partizipation:

„[Selbstregulationskompetenzen] wirken präventiv in Bezug auf die genannten Gefährdungen und leisten einen entscheidenden Beitrag dazu, dass junge Menschen ihr Potenzial entfalten und sozial partizipieren können, mit großem Gewinn für unsere ganze Gesellschaft. Darum halten die Autorinnen und Autoren dieser Stellungnahme eine Förderung dieser Kompetenzen für alle jungen Menschen in Kindertageseinrichtungen und Schulen für dringend geboten.“

Studienlage:

„Ein umfassendes Bild der psychischen Gesundheit von Heranwachsenden liefern mehrere Untersuchungen: die Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland des Robert Koch-Instituts (KiGGS) – als Teil davon insbesondere die BELLA-Studie – und die von der WHO koordinierte HBSC-Studie.“

Quelle: Nationale Akademie der Wissenschaften Leopoldina (2024), Förderung der Selbstregulationskompetenzen von Kindern und Jugendlichen in Kindertageseinrichtungen und Schulen. Halle (Saale).