



UNIVERSITÄT
LEIPZIG

Institut für Psychologie
**Klinische Kinder- und
Jugendpsychologie**

**Psychotherapeutische
Hochschulambulanz für
Kinder- und Jugendliche**

Prof. Dr. Julian Schmitz

Universität Leipzig, Institut für Psychologie, 04081 Leipzig

**Herrn Martin Habersaat
Vorsitzender des Bildungsausschusses
Landtag Schleswig-Holstein**

Schleswig-Holsteinischer Landtag
Umdruck 20/3376

21. Juni 2024

**Schriftliche Stellungnahme zum Fachgespräch zur psychischen
Gesundheit von Schülerinnen und Schülern des Bildungsausschusses
des Landtag Schleswig-Holstein 11. Juli 2024**

**Wie geht es den Schülerinnen und Schülern und welche Ursachen gibt
es dafür?**

Aktuelle empirische Daten zeigen, dass der Anteil von Schülerinnen und Schülern, die unter einer erhöhten psychischen Belastung und einem eingeschränkten psychischen Wohlbefinden leiden, im Vergleich zu Erhebungen vor der COVID-19 Pandemie deutlich zugenommen hat (Wolf & Schmitz, 2023). Betroffen sind besonders jugendliche Mädchen sowie Kinder und Jugendliche aus sozial benachteiligten Familien. Dies bildet sich auch in einem deutlich erhöhten Anfrageaufkommen in ambulanten psychotherapeutischen Praxen für Kinder und Jugendliche ab (Plötner, Moldt, In-Albon & Schmitz, 2022). Im Vergleich zur Phase der COVID-19 Pandemie mit Lockdowns und Schulschließungen sind die psychischen Belastungen in der Gruppe der Kinder und Jugendlichen zwar zurückgegangen, verharren jedoch auf einem erhöhten Niveau (Hanewinkel, Hansen & Neumann, 2023).

Universität Leipzig
Institut für Psychologie
Psychotherapeutische
Hochschulambulanz
Neumarkt 9-19
04109 Leipzig

Telefon
+49 341 97 35950

Fax
+49 341 97-35955

E-Mail
julian.schmitz@uni-leipzig.de

Web
www.biphaps.uni-leipzig.de/kkjp/

Kein Zugang für elektronisch
signierte sowie für verschlüsselte
elektronische Dokumente

Die Ursachen für psychische Belastungen, psychische Störungen und ein eingeschränktes psychisches Wohlbefinden von Schülerinnen und Schülern sind komplex und nicht auf einzelne Ursachen allein zurückzuführen. Deutlich ist jedoch, dass ein Anstieg von psychischen Auffälligkeiten in der Gruppe der Kinder und Jugendlichen seit dem Jahr 2020 insbesondere eine Folge der COVID-19 Pandemie ist (Ravens-Sieberer et al., 2023). Aber auch in den letzten zehn Jahren vor der Pandemie konnten empirische Studien eine Zunahme von psychischen Auffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen feststellen (Wolf & Schmitz, 2023).

Im Zuge der Pandemie sind viele Kinder und Jugendliche psychisch erkrankt oder zumindest stark psychisch belastet worden. Die Folgen sind vermehrte Depressionen, Angst- oder Essstörungen, Konzentrationsprobleme, sozialer Rückzug oder Schulabsentismus. Einschränkungen der psychischen Gesundheit als Folge der Pandemie klingen bei vielen betroffenen Schülerinnen und Schülern bis heute nach. Dies hat verschiedene Ursachen, darunter die oft nicht verfügbare zeitnahe professionelle psychosoziale Hilfe wie ambulante Psychotherapieplätze (Plötner et al., 2022) oder auch fehlende niedrigschwellige Hilfsangebote an Schulen (Robert-Bosch-Stiftung, 2022). Daten verdeutlichen, dass sich die bereits vor der Pandemie langen Wartezeiten auf einen Psychotherapieplatz für Kinder und Jugendliche in der Pandemie bundesweit praktisch verdoppelt haben. Zudem belegen Daten des Deutschen Schulbarometers der Robert-Bosch-Stiftung, dass viele Schulleitungen die Versorgung an ihren Schulen mit Schulsozialarbeit und Schulpsychologie als mangelhaft ansehen. Neben fehlender professioneller Hilfe wird aus empirischen Daten deutlich, dass viele Schülerinnen und Schüler nach der Pandemie unter einem hohen schulischen Leistungsdruck stehen. Schulischer Leistungsdruck ist ein Haupteinflussfaktor für das Entstehen von depressiven Symptomen bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen nach dem Ende von Schulschließungen (Quervain et al., 2021). Dabei ist zu berücksichtigen, dass sich die starken psychischen Belastungen als Folge der Pandemie selbst wiederum auf die schulische Leistungsfähigkeit negativ auswirken. Weitere wichtige Ursachen für aktuelle hohe psychische Belastungen sind zudem Armut und soziale Benachteiligung in Familien sowie Sorgen um weitere gesellschaftliche Krisen wie Krieg in Europa oder um die Auswirkungen der Klimakrise (Ravens-Sieberer et al., 2023). Die Pandemie hat viele Kinder und Jugendliche in ihrer psychischen Widerstandskraft nachhaltig geschwächt, neue Belastungen durch multiple gesellschaftliche Krisen und weiterhin bestehender schulischer Aufholdruck können von jungen Menschen daher nicht ausreichend kompensiert werden.

Welche Maßnahmen könnten die psychische Gesundheit an Schulen langfristig verbessern?

Zur Verbesserung der psychischen Gesundheit an Schulen sind verschiedene Maßnahmen aktuell notwendig:

- **Sicherstellung einer ausreichenden qualifizierten Personalausstattung an Schulen**

Der eklatante Lehrkräftemangel wirkt sich nicht nur unmittelbar auf die Qualität des Unterrichts an Schulen aus, sondern beschränkt insbesondere auch die Möglichkeiten von Schulen, Kinder und Jugendliche entsprechend ihrer Heterogenität auch bezogen auf das psychische Wohlbefinden, zu unterrichten und zu fördern. Zudem sind Lehrkräfte häufig erste Ansprechpersonen für psychische Probleme von Schülerinnen und Schülern und besitzen damit eine zentrale wichtige Funktion in der Früherkennung von psychischen Belastungen bei Schülerinnen und Schülern. All dies ist jedoch nur dann möglich, wenn Schulen ausreichend über qualifizierte Lehrkräfte verfügen. Wie dargestellt, verfügen viele Schulen zudem nicht über eine ausreichende Versorgung mit Schulsozialarbeit und Schulpsychologie, um psychisch belasteten Schülerinnen und Schülern niedrigschwellige Unterstützungsangebote machen zu können oder stärker belastete Kinder und Jugendliche in ein intensiveres Hilfesetting zu vermitteln. Daher ist neben der Lösung des Lehrkräftemangels auch ein Ausbau der Schulsozialarbeit und der Schulpsychologie an allen Schulformen dringend indiziert.

- **Anpassung von Unterrichtsprozessen zur Förderung von psychischer Gesundheit bei Schülerinnen und Schülern**

Guter, individueller und kompetenzorientierter Unterricht ist eine zentrale Grundlage für die funktionale Entwicklung des psychischen Wohlbefindens von Kindern und Jugendlichen. Das psychische Wohlbefinden ist wiederum Voraussetzung für erfolgreiches schulisches Lernen. Psychische Gesundheit und Lernerfolg sollten daher gemeinsam gedacht und umgesetzt werden. Schule und Unterricht sollten so gestaltet werden, dass sie über gute Unterrichtsqualität neben dem Lernerfolg auch das psychische Wohlbefinden fördern. Dies umfasst besonders und ausdrücklich die Partizipation von Schülerinnen und Schülern bei der Gestaltung von Schul- und Unterrichtsprozessen. Zudem müssen Schule und Unterricht an die aktuell weiterhin hohen psychischen Belastungen von Kindern und Jugendlichen angepasst werden. Schülerinnen und Schüler die in der Pandemie Lernlücken aufgebaut haben und in ihrem psychischen Wohlbefinden nachhaltig eingeschränkt sind, können nicht die gleichen Leistungen erbringen wie Kinder und Jugendliche ohne die einschneidenden Erfahrungen der Pandemie. Neben der gezielten Förderung von fehlenden schulischen Kompetenzen sollten auch Leistungsanforderungen und Prüfungsdichte überprüft werden. Insbesondere Prüfungsformate sollten über das Schaffen von Alternativen zur typischen

Klassenarbeit in Bezug auf die Heterogenität der Schülerschaft im psychischen Wohlbefinden angepasst werden.

- **Stärkung der Kompetenz von Schülerinnen und Schülern im Bereich der psychischen Gesundheit durch evidenzbasierte Präventionsprogramme in Schule und Unterricht**

Psychische Gesundheit und psychisches Wohlbefinden sind zentrale Themen für ein gesundes Aufwachsen von allen Kindern und Jugendlichen. Insbesondere bezogen auf psychische Störungen und psychische Belastungen herrscht – verglichen zu Themen der körperlichen Gesundheit – noch ein deutlicher Bedarf an Informations- und Kompetenzvermittlung sowie an Entstigmatisierung. Über schulische Präventionsprogramme können diese Ziele in großer Breite bei allen Schülerinnen und Schülern erreicht werden. In den letzten Jahren haben viele Bundesländer zunehmend solche Programme ihren Schulen zur Verfügung gestellt oder an Projekten, die solche Programme beinhalten, teilgenommen. Während das sehr begrüßenswert ist, fehlt in vielen Fällen sowohl die Nachhaltigkeit der Implementierung als auch eine strikte evidenzbasierte Auswahl der Programme. Auf dem „Markt“ findet sich ein schier unübersichtliches Angebot an schulischen Förder- und Präventionsprogrammen für psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Für viele der verfügbaren Programme ist die evidenzbasierte Wirksamkeit zum aktuellen Zeitpunkt leider nicht ausreichend belegt. Dies ist deshalb als hoch problematisch anzusehen, da empirische Daten zeigen, dass schulische Präventionsprogramme ebenfalls negative Auswirkungen auf die psychische Gesundheit von Schülerinnen und Schülern haben können, wie beispielsweise eine zunehmende Sensibilität und Belastung bei schon beeinträchtigten Schülergruppen (Montero-Marin et al., 2022). Daher sollte es das zentrale Ziel sein, Schulen bei der Auswahl und nachhaltigen Implementierung von Präventionsprogrammen klare Empfehlungen und Hilfestellungen zu geben, sowie auf eine strikte Evidenzbasierung von Förderprogrammen inkl. unerwünschter Nebenwirkungen zu achten.

- **Schaffen einer zuverlässigen Datengrundlage („Monitoring) zur psychischen Gesundheit und Zugang zu Hilfe in Schulen**

Die COVID-19 Pandemie hat sehr deutlich gemacht, dass es bundesweit und in den Bundesländern an einer systematischen Erfassung der psychischen Gesundheit von Schülerinnen und Schülern fehlt (Wolf, Schmitz & Bauch, 2023). Aktuell können von den Bundesländern kaum zuverlässige Aussagen darüber getroffen werden, wie viele Kinder und Jugendliche in Schulen bedeutsam psychisch belastete sind, professionelle psychosoziale Hilfsangebote benötigen oder wie viele Schülerinnen und Schüler mit Hilfebedarf überhaupt einen Zugang zu Hilfsangeboten haben. Durch diesen Datenmangel kann die Lage in den Schulen nicht nur absolut

unzureichend eingeschätzt werden, sondern es können auch die Bedarfsschätzungen und die Planung von Hilfsmaßnahmen nicht präzise vorgenommen werden.

Aktuell baut die Universität Leipzig gemeinsam mit der Robert-Bosch-Stiftung ein bundesweites Monitoring zu psychosozialen Versorgungssituationen an allgemeinbildenden Schulen mit seinem Projekt „Monitor Bildung und Psychische Gesundheit“ (www.bipsy.de) auf. Auch das Bundesland Schleswig-Holstein nimmt an dem Monitoring seit 2024 teil. Zudem erheben die Robert-Bosch-Stiftung und die Universität Leipzig gemeinsam das Kinder- und Jugendschulbarometer unter der wissenschaftlichen Leitung von Prof. Dr. Julian Schmitz, welches bundesweit ebenfalls ab 2024 die psychische Gesundheit, schulische Faktoren und Zugang zu Hilfeformaten aus der Sicht von Schülerinnen und Schülern erhebt (<https://www.bosch-stiftung.de/de/projekt/das-deutsche-schulbarometer/schuelerinnen>). Während diese Datenerhebungen zweifelsohne dazu beitragen können, die genannten offenen Fragen zu beantworten, ist es mittel- und langfristig notwendig, dass jeweilige Bundesländer selbst ein entsprechendes Monitoring der psychischen Gesundheit in Schulen einrichten. Nur so können Daten pro Bundesland mit der notwendigen Datentiefe und unabhängig von externen Projektlaufzeiten gewonnen werden.

Auf welchen Maßnahmen sollte dabei der Fokus liegen und welche Fachkräfte werden benötigt?

Von den bereits beschriebenen Maßnahmen sollte der unmittelbare Fokus auf der Sicherstellung der notwendigen Personalausstattung mit Lehrkräften, Schulsozialarbeit und Schulpsychologie liegen. Fachkräfte an Schulen sind die Grundvoraussetzung, um viele der beschriebenen notwendigen Maßnahmen umsetzen zu können wie Unterrichtsentwicklung oder Präventionsprogramme. Neben dem Fokus auf Personalmaßnahmen ist es empfehlenswert den Aufbau eines Monitorings zur Erfassung der psychischen Gesundheit und psychosozialen Versorgung an Schulen zeitnah zu beginnen, um zukünftig entsprechende Entscheidungen evidenz- und datenbasiert treffen zu können.

Gez.

Prof. Dr. Julian Schmitz

Universität Leipzig

Leitung Monitor Bildung und Psychische Gesundheit

Referenzen

Hanewinkel, R., Hansen, J. & Neumann, C. Wohlbefinden und Gesundheitsverhalten von Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Ausgewählte Ergebnisse des Präventionsradar 2022/2023. (Bd. 2023). Kiel: IFT-Nord.

Montero-Marín, J., Allwood, M., Ball, S., Crane, C., Wilde, K. de, Hinze, V. et al. (2022). School-based mindfulness training in early adolescence: what works, for whom and how in the MYRIAD trial? *Evidence-Based Mental Health*, 25(3), 117–124. <https://doi.org/10.1136/ebmental-2022-300439>

Plötner, M., Moldt, K., In-Albon, T. & Schmitz, J. (2022). Einfluss der COVID-19-Pandemie auf die ambulante psychotherapeutische Versorgung von Kindern und Jugendlichen. *Die Psychotherapie*, 67(6), 469–477. <https://doi.org/10.1007/s00278-022-00604-y>

Quervain, D. de, Aerni, A., Amini, E., Bentz, D., Coynel, D., Gerhards, C. et al. (2021). *The Swiss Corona Stress Study: November 2021*. <https://doi.org/10.31219/osf.io/x6zu7>

Ravens-Sieberer, U., Devine, J., Napp, A.-K., Kaman, A., Saftig, L., Gilbert, M. et al. (2023). Three years into the pandemic: results of the longitudinal German COPSY study on youth mental health and health-related quality of life. *Frontiers in Public Health*, 11, 1129073. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1129073>

Robert-Bosch-Stiftung. (2022). *Das Deutsche Schulbarometer. Schulleitungsbefragung: Wirkung der Corona-Aufholprogramme und Beschulung Zugewanderter*.

Wolf, K. & Schmitz, J. (2023). Scoping review: longitudinal effects of the COVID-19 pandemic on child and adolescent mental health. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 1–56. <https://doi.org/10.1007/s00787-023-02206-8>

Wolf, K., Schmitz, J. & Bauch, J. (2023). Psychosoziale Belastungen von Schüler*innen in Deutschland: Warum wir ein Versorgungsmonitoring brauchen. *Praxis Schulpsychologie*, 35, 9–10.