



Co-funded by  
the European Union

F3 – Fitter Minds, Fitter Vet, Fitter Job  
Project 2023-1-PT01-KA220-VET-000156229



**F3 – Fitter Minds, Fitter  
Vet, Fitter Job Project**

**2023-1-PT01-KA220-VET-000156229**

Arbeitspaket 2

# **Forschungsergebnisse mit Empfehlungen für die Umsetzung von Aktivitäten**

## **Verbesserung des Wohlbefindens im Bereich der psychischen Gesundheit**

### **Bericht**

Silke Hillermann, Claudia Naudieth-Brinkmann, Sascha Brüggemann

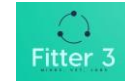
BBS Syke  
EUROPASCHULE,  
Germany

11. November 2024



## Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis .....	2
<b>1. Einleitung</b> .....	3
<b>2. Beschreibung der Stichprobe</b> .....	3
<b>3. Quantitative Analyse</b> .....	3
<b>3.1 Gültigkeit der Umfrageantworten</b> .....	3
<b>3.2 Wissen über psychische Gesundheit</b> .....	3
<b>3.3 Vorurteile und Stigmatisierung</b> .....	4
<b>4. Qualitative Analyse</b> .....	4
<b>4.1 Schülerperspektive</b> .....	4
<b>4.2 Lehrerperspektive</b> .....	5
<b>5. Diskussion</b> .....	5
<b>5.1 Vergleich der Antworten von Schülern und Lehrern</b> .....	5
<b>5.2 Einzigartige Einblicke aus dem deutschen Kontext</b> .....	6
<b>6. Empfohlene Lösungen</b> .....	7
<b>7. Fazit</b> .....	8



## 1. Einleitung

Dieser Bericht präsentiert die Ergebnisse der Studie zur Wahrnehmung, Einstellung und dem Wissen über psychische Gesundheit unter Schülern und Lehrern in der beruflichen Bildung (VET) in Deutschland. Die Ergebnisse basieren auf quantitativen Daten aus Schüler- und Lehrerbefragungen in Norddeutschland und geben Einblicke in das aktuelle Verständnis und die Unterstützungsmöglichkeiten in den berufsbildenden Institutionen.

---

## 2. Beschreibung der Stichprobe

Die Befragung umfasste eine vielfältige Gruppe von Teilnehmern:

- **Schüler:** Insgesamt wurden 300 Antworten erfasst, wobei über 90% gültig waren, was eine hohe Teilnahmebereitschaft zeigt.
  - **Lehrer:** 124 Lehrkräfte, einschließlich Pädagogen, nicht-lehrendem Personal und Schulleitungen, nahmen teil und boten eine breite Perspektive auf das Thema psychische Gesundheit.
- 

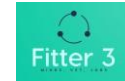
## 3. Quantitative Analyse

### 3.1 Gültigkeit der Umfrageantworten

- Beide Gruppen (Schüler und Lehrer) zeigten eine hohe Gültigkeit der Antworten, mit nur wenigen Ausschlüssen aufgrund unvollständiger Umfragen. Die Lehrer füllten die Umfrage größtenteils ohne Moderation aus, was zu einigen unvollständigen Antworten führte.

### 3.2 Wissen über psychische Gesundheit

- **Hohe Kenntnis über Angst und Depression:** Lehrer zeigten ein starkes Bewusstsein für häufige psychische Erkrankungen. Beispielsweise erkannten 85% der Lehrer Symptome von Depressionen und Angstzuständen, was etwas höher ist als bei den Schülern und auf ein größeres Fachwissen der Lehrkräfte hinweist.



- **Wissenslücken bei komplexen Störungen:** Das Wissen über Erkrankungen wie bipolare Störungen und Substanzmissbrauch war weniger ausgeprägt. Nur etwa 50% der Lehrer konnten die Symptome korrekt identifizieren, was eine ähnliche Wissenslücke wie bei den Schülern und in der slowenischen Stichprobe zeigt.

### 3.3 Vorurteile und Stigmatisierung

- **Wahrnehmung psychischer Erkrankungen als Schwäche:** Etwa 30% der Lehrer stimmten der Aussage zu, dass psychische Erkrankungen als Zeichen persönlicher Schwäche angesehen werden könnten, ein Vorurteil, das auch unter den Schülern festgestellt wurde. Dies spiegelt bestehende gesellschaftliche Stigmata wider, ähnlich den Trends in anderen Ländern.
- **Zögerlichkeit bei der Inanspruchnahme professioneller Hilfe:** Ein erheblicher Teil der Lehrer (ca. 35%) äußerte Zurückhaltung, selbst professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen, aus Angst vor Urteilen oder als unfähig wahrgenommen zu werden. Dieses Ergebnis deckt sich mit den Schülerantworten und deutet auf eine gemeinsame Zurückhaltung in beiden Gruppen hin.

---

## 4. Qualitative Analyse

### 4.1 Schülerperspektive

- **Stigmatisierung und Angst vor Offenlegung:** Viele Schüler gaben an, dass sie sich unwohl fühlen, über ihre psychischen Probleme offen zu sprechen, aus Angst vor negativen Reaktionen der Mitschüler. Dies stimmt mit den qualitativen Erkenntnissen aus anderen Ländern überein, wo Schüler bevorzugt im vertrauten Kreis über psychische Gesundheit sprechen.



- **Bedarf an besseren Ressourcen:** Schüler hoben hervor, dass die Unterstützungsmöglichkeiten an ihren Schulen oft nicht ausreichend sichtbar sind, wobei nur 45% angaben, sicher zu wissen, wo sie Hilfe suchen könnten. Dies ist deutlich niedriger als in vielen anderen Ländern, wo die Schulen besser etablierte Protokolle zur psychischen Gesundheit hatten.

## 4.2 Lehrerperspektive

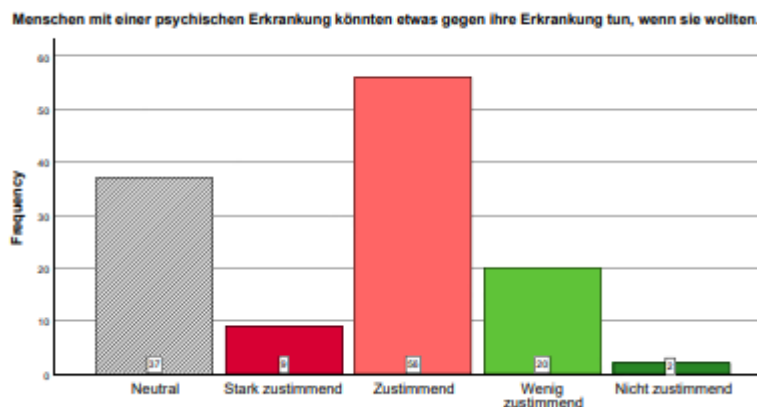
- **Zunahme psychischer Probleme nach der Pandemie:** Lehrer berichteten über eine merkliche Zunahme von psychischen Problemen bei Schülern seit der Pandemie, darunter Angstzustände, Depressionen und sozialer Rückzug. Diese Beobachtung stimmt mit globalen Trends.
- **Herausforderungen bei der Unterstützung der Schüler:** Viele Lehrer (etwa 70%) fühlten sich unvorbereitet, um Schüler mit psychischen Problemen effektiv zu unterstützen, obwohl sie die Bedeutung ihrer Rolle anerkennen. Eine Mehrheit sprach sich für mehr Schulungen und klarere Richtlinien aus.

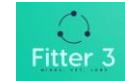
---

## 5. Diskussion

### 5.1 Vergleich der Antworten von Schülern und Lehrern

- **Geteilte Vorurteile und Missverständnisse:** Beide Gruppen in Deutschland zeigten Vorurteile gegenüber psychischen Erkrankungen, insbesondere bei der Wahrnehmung, dass psychische Probleme ein Zeichen von Schwäche sein könnten. Dies war in den Schüler- und Lehrerbefragungen.

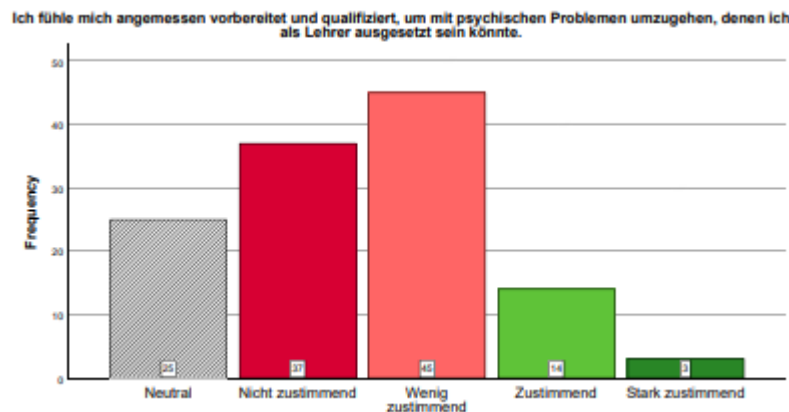




- **Unterschiede im Zugang zu Ressourcen:** Während Schüler eine geringere Kenntnis und einen geringeren Zugang zu Unterstützungsmöglichkeiten berichteten, waren Lehrer sich der verfügbaren Ressourcen eher bewusst, fühlten sich jedoch unzureichend vorbereitet, diese effektiv zu nutzen. Diese Diskrepanz wurde auch im slowenischen Bericht hervorgehoben.

## 5.2 Einzigartige Einblicke aus dem deutschen Kontext

- **Höhere Zurückhaltung bei der Inanspruchnahme von Hilfe:** Deutsche Schüler und Lehrer zeigten eine leicht höhere Zurückhaltung bei der Inanspruchnahme von Hilfe im Vergleich zu ihren slowenischen Kollegen. Dies könnte auf kulturelle Unterschiede in den Einstellungen gegenüber psychischen Gesundheitsdiensten oder auf unterschiedliche Zugangs- und Vertrauensniveaus hindeuten.
- **Bedarf an stärkeren Schulrichtlinien:** Nur 27% der Lehrer glaubten, dass ihre Schule über ausreichende Protokolle zum Umgang mit psychischen Problemen verfügt, was auf einen wichtigen Verbesserungsbereich hinweist. Diese Zahl stimmt mit dem Feedback der Schüler überein, die ebenfalls unzureichende Unterstützungsstrukturen wahrnahmen.





## 6. Empfohlene Lösungen

Basierend auf den Ergebnissen werden folgende Empfehlungen vorgeschlagen:

### 1. Steigerung des Bewusstseins und der Bildung:

- Umfassende Workshops für Schüler und Lehrer zu den Symptomen psychischer Erkrankungen, mit einem Fokus auf weniger bekannte Störungen wie bipolare Störungen.
- Verteilung von Informationsmaterialien, darunter Broschüren und Online-Ressourcen, um die Zugänglichkeit und das Bewusstsein für psychische Gesundheitsdienste zu verbessern.

### 2. Reduzierung der Stigmatisierung:

- Start einer schulweiten Kampagne zur Reduzierung des Stigmas psychischer Erkrankungen, um hilfesuchendes Verhalten zu normalisieren und Mythen über psychische Erkrankungen zu entkräften.
- Einführung von Peer-Support-Programmen und mentalen Gesundheitsclubs, um eine unterstützende und inklusive Schulumgebung zu fördern.

### 3. Verbesserung der Unterstützungsstrukturen:

- Entwicklung klarer, zugänglicher Protokolle für Schüler und Lehrer zur Hilfesuche bei psychischen Problemen, und Sicherstellung, dass diese innerhalb der Schulgemeinschaft weit verbreitet sind.
- Zusätzliche Schulungen für Lehrer im Umgang mit psychischen Gesundheitsproblemen im Klassenzimmer und in der Weiterleitung an Fachkräfte.

### 4. Stärkung der Beteiligung der Schulleitung:

- Schulungen für Schulleitungen zur Bedeutung der psychischen Gesundheit und zur Schaffung eines unterstützenden Schulumfelds.



- Förderung von Partnerschaften mit lokalen Organisationen im Bereich der psychischen Gesundheit, um externe Expertise und Ressourcen einzubringen.
- 

## 7. Fazit

Die Analyse der Schüler- und Lehrerumfrageergebnisse aus Deutschland zeigt ein hohes Bewusstsein für häufige psychische Gesundheitsprobleme, weist jedoch auch auf anhaltende Stigmata und unzureichende Unterstützungsstrukturen hin. Es besteht ein klarer Bedarf an verstärkten Bildungsmaßnahmen, verbessertem Zugang zu Ressourcen und stärkeren Richtlinien, um ein unterstützendes und inklusives Umfeld für die Bewältigung von psychischen Problemen in den berufsbildenden Schulen zu schaffen.