



**University of
Zurich**^{UZH}

**Zurich Open Repository and
Archive**

University of Zurich
University Library
Strickhofstrasse 39
CH-8057 Zurich
www.zora.uzh.ch

Year: 2018

**Schweizer Befragung von Jugendlichen / jungen Erwachsenen zur
psychischen Gesundheitskompetenz und Stigma**

Dey, Michelle ; Marti, Laurent ; Venzin, Vigeli

Posted at the Zurich Open Repository and Archive, University of Zurich

ZORA URL: <https://doi.org/10.5167/uzh-153031>

Published Research Report

Published Version

Originally published at:

Dey, Michelle; Marti, Laurent; Venzin, Vigeli (2018). Schweizer Befragung von Jugendlichen / jungen Erwachsenen zur psychischen Gesundheitskompetenz und Stigma. Zürich: ISGF.

Nachbefragung des Schulpersonals

In Ergänzung zur „Schweizer Befragung von Jugendlichen / jungen Erwachsenen zur psychischen Gesundheitskompetenz und Stigma“

Erste Resultate zuhanden der an der Studie teilnehmenden Schulen

Michelle Dey ¹
Laurent Marti ¹
Vigeli Venzin ²

¹ Schweizer Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung, Universität Zürich

² Mittelschul- und Berufsbildungsamt, Prävention und Sicherheit, Fachstelle Suchtprävention, Zürich

ISGF Bericht Nr. 391/2018

August 2018

Inhaltsverzeichnis

1	Hintergrund und Zusammenfassung der wichtigsten Resultate	3
2	Methode	5
3	Resultate	7
3.1	<i>Zentrale Herausforderungen der Schüler/innen aus Sicht des Schulpersonals</i>	<i>7</i>
3.2	<i>Erfahrungen und Umgang von Lehrpersonen mit Schüler/innen mit psychischen Problemen</i>	<i>12</i>
3.2.1	Lehrpersonen, die bereits Schüler/innen mit psychischen Problemen unterrichtet haben.....	12
3.2.2	Lehrpersonen, die noch keine Schüler/innen mit psychischen Problemen unterrichtet haben.....	14
3.2.3	Wie Lehrpersonen den Nutzen des persönlichen Erfragens von Suizidgedanken bei Schüler/innen einschätzen	16
3.3	<i>Schulinterne Angebote und definierte Abläufe im Bereich „psychische Gesundheit / psychische Probleme“</i>	<i>17</i>
3.4	<i>Einschätzung der eigenen psychischen Gesundheitskompetenz des Schulpersonals</i>	<i>20</i>
4	Fazit	21
	Referenzen.....	22
	Dank	22

1 Hintergrund und Zusammenfassung der wichtigsten Resultate

Die „Schweizer Befragung von Jugendlichen / jungen Erwachsenen zur psychischen Gesundheitskompetenz und Stigma“ (englisch: *Swiss Youth Mental Health Literacy and Stigma Survey*) wurde mit insgesamt 4983 Schülerinnen und Schülern von 314 Schulklassen an 105 zufällig ausgewählten Berufsschulen und Fachmittelschulen / Gymnasien in der Deutschschweiz durchgeführt. Im Anschluss an diese Schüler/innenbefragung wurde auch das Schulpersonal der teilnehmenden Schulen und Klassen mittels einer Onlineumfrage befragt. Ziel dieser Nachbefragung war es, ein vertieftes Verständnis des jeweiligen Schul- und Klassenkontexts zu erhalten und damit unter anderem die Antworten der Schüler/innen beziehungsweise Lernenden¹ besser einordnen und interpretieren zu können. Ungefähr 75% des angeschriebenen Schulpersonals haben an dieser Nachbefragung teilgenommen. Die wichtigsten Resultate können wie folgt zusammengefasst werden:

- **Breites Spektrum an Herausforderungen im Leben der Schüler/innen:** Gemäss den Befragten sind die Schüler/innen der Stufe Sek II mit unterschiedlichen Herausforderungen konfrontiert, welche auch für ihre psychische Gesundheit von Bedeutung sein können. Die Herausforderungen beziehen sich im Zuge des Erwachsenwerdens (inkl. Identitätsfindung und Übernahme von mehr Verantwortung) nicht nur auf den Arbeits- und Schulkontext und die weiteren sozialen Kontexte (z.B. Peergruppe), sondern auch auf das Herstellen eines Gleichgewichts zwischen den verschiedenen Lebensbereichen. Zudem stellen die zunehmende Digitalisierung und die damit verbundene Informationsflut neue Anforderungen an einen kompetenten Umgang mit sozialen Medien und Smartphones.
- **Erfahrungen mit und Unterstützung von Schüler/innen mit psychischen Störungen:** Über 90% der teilnehmenden Lehrpersonen haben bereits einmal eine/n Schüler/in mit einer bestätigten beziehungsweise vermuteten psychischen Störung unterrichtet. Von diesen Lehrpersonen gaben knapp drei Viertel an, dass sie der / dem betroffenen Schüler/in geholfen haben. Gut zwei Drittel der Hilfe leistenden Lehrpersonen gingen davon aus, dass sich die Situation der betroffenen Schülerin / des betroffenen Schülers durch ihre Hilfe verbessert hat. Lehrpersonen, die bereits einmal eine/n Schüler/in mit einer psychischen Störung unterrichtet haben, aber dieser /

¹ Wenn nicht näher spezifiziert, umfasst der Begriff „Schüler/innen“ nachfolgend sowohl Lernende als auch Gymnasiastinnen / Gymnasiasten etc.

- diesem keine Hilfe angeboten haben, begründeten das hauptsächlich damit, dass die / der betroffene Schüler/in bereits in Behandlung war oder sie für eine Hilfeleistung nicht die notwendige Erfahrung / Ausbildung haben. Die meisten Lehrpersonen, die bislang noch keine Schüler/innen mit psychischen Störungen unterrichtet haben, gaben an, dass sie – sollte dieser Fall einmal eintreten – den Betroffenen Hilfe anbieten würden.
- **Schüler/innen nach Suizidgedanken fragen und definierte Abläufe bei Suizid an der Schule:** Mehr als die Hälfte der Lehrpersonen erkennen den potentiellen Nutzen des Erfragens von Suizidgedanken. Vier Fünftel der Schulen haben Abläufe für die Krisensituation „Suizid(versuch) einer Schülerin / eines Schülers beziehungsweise des Schulpersonals“ definiert.
 - **Angebote beim Vorliegen von psychischen Problemen beziehungsweise zur Aufrechterhaltung / Förderung der psychischen Gesundheit:** Über 90% der Schulen haben ein niederschwelliges internes Angebot / eine Ansprechperson, an welche sich Schüler/innen mit einem (psychischen) Problem wenden können. Die Ausgestaltung dieser Angebote unterscheidet sich zwischen den Schulen hinsichtlich verschiedener Dimensionen (z.B. Umfang der behandelten Themen; professioneller Hintergrund der Ansprechperson; zeitliche Verfügbarkeit des Angebots; Kommunikationskanäle). Die Hälfte der Schulen führen zwar Präventions- beziehungsweise Gesundheitsförderungsprogramme im Bereich psychische Gesundheit durch, dies jedoch oft nur punktuell und hauptsächlich mit dem thematischen Fokus auf Sucht.
 - **Selbsteingeschätzte psychische Gesundheitskompetenz:** Das Schulpersonal schätzt die eigene psychische Gesundheitskompetenz (*=Vorstellungen und Wissen bezüglich psychischen Störungen, die zur Verbesserung der eigenen psychischen Gesundheit sowie jener von anderen Personen beitragen; [1]*) mehrheitlich als (sehr) gut ein.

In einem zweiten Schritt werden wir nun kurz in die Methoden der Nachbefragung einführen und einen Überblick zu den Charakteristika des befragten Schulpersonals geben. In einem dritten Schritt werden wir ausführlichere Einsichten in die vorläufigen Resultate der Studie geben. In einen vierten und abschliessenden Abschnitt weisen wir unter anderem auf mögliche Verbesserungspotentiale im Schulkontext hinsichtlich psychischer Gesundheitsförderung und Präventionsprogrammen hin.

2 Methode

Zwischen Mai bis Juli 2018 wurde das Schulpersonal angeschrieben, welches vorgängig an der „Schweizer Befragung von Jugendlichen / jungen Erwachsenen zur psychischen Gesundheitskompetenz und Stigma“ beteiligt war. Zum einen wurden die Personen in Leitungsfunktion (z.B. Rektorinnen / Rektoren) angeschrieben, welche die Möglichkeit einer Teilnahme der Schule an der Schüler/innenbefragung eröffnet haben. Zum anderen wurden die Lehrpersonen der befragten Klassen angeschrieben, falls diese zum Zeitpunkt der Schüler/innenbefragung vor Ort gewesen waren. Von den insgesamt 338 angeschriebenen Personen (exklusive Personen mit nicht mehr gültigen E-Mailadressen) haben 255 Personen die ca. 10-minütige Onlinebefragung (zumindest teilweise) ausgefüllt (Rücklaufquote: 75.4%). Tabelle 1 gibt Aufschluss über die Charakteristika der Teilnehmenden.

Lesehilfe

n = Anzahl Personen

Beispiel: „Gut ein Drittel der Teilnehmenden ($n = 89$) war weiblich.“

Das heisst: 89 weibliche Personen haben den Onlinefragebogen ausgefüllt.

Prozentangaben in Tabellen und im Text: Die Prozentangaben beziehen sich jeweils auf die Personen, die eine bestimmte Frage beantwortet haben. Personen mit fehlenden Werten in einer bestimmten Frage wurden also bei der Berechnung der Prozentwerte ausgeschlossen. Zudem ist zu bedenken, dass Personen in unterschiedlichen Funktionen (z.B. Lehrer/in versus Rektor/in) teilweise auch unterschiedliche Fragen beantworten mussten. Entsprechend wurde bei der Berechnung der Prozentangaben bei solchen Fragen nur die Teilmenge an Personen berücksichtigt, denen die Frage auch gestellt wurde.

Beispiel: „35.9% der Teilnehmenden waren weiblich.“

Für die Berechnung dieser Prozentangabe wurde nicht 255 (alle Teilnehmende) im Nenner verwendet, sondern lediglich 248 (d.h. nur die Personen, welche die Frage zum Geschlecht auch tatsächlich beantwortet haben).

Tabelle 1: Beschreibung der Teilnehmenden

	n (%)
Funktion an der Schule¹	
(Stv.) oder (Vize)-Direktor/in; (Kon / Pro)-Rektor/in	53 (20.8)
Schulleiter/in	19 (7.5)
Abteilungsleiter/in	30 (11.8)
Lehrperson	179 (70.2)
Wie lange bereits in dieser Funktion tätig (auch an anderen Schulen)	
(Stv.) oder (Vize)-Direktor/in; (Kon / Pro)-Rektor/in	
<=5 Jahre	15 (28.8)
5-10 Jahre	12 (23.1)
11-20 Jahre	21 (40.4)
21-30 Jahre	4 (7.7)
Schulleiter/in	
<=5 Jahre	8 (53.3)
5-10 Jahre	5 (33.3)
11-20 Jahre	2 (13.3)
Abteilungsleiter/in	
<=5 Jahre	13 (48.1)
5-10 Jahre	7 (25.9)
11-20 Jahre	4 (14.8)
21-30 Jahre	3 (11.1)
Lehrperson	
<=5 Jahre	25 (14.2)
5-10 Jahre	49 (27.8)
11-20 Jahre	58 (33.0)
21-30 Jahre	29 (16.5)
31-40 Jahre	15 (8.5)
Geschlecht	
Männlich	159 (64.1)
Weiblich	89 (35.9)
Alter	
Bis 39jährig	60 (24.2)
40-49jährig	56 (22.6)
50-59jährig	98 (39.5)
60jährig	34 (13.7)

Bemerkung: ¹ Mehrfachnennungen waren möglich (z.B. gleichzeitig Rektor/in und Lehrperson).

3 Resultate

An dieser Stelle ist darauf hinzuweisen, dass in den nachfolgenden Kapiteln lediglich vorläufige Resultate dargestellt werden. Einerseits kann es nach weiteren Datenbereinigungsschritten noch zu kleinen Anpassungen der bestehenden Resultate kommen. Andererseits werden es die anstehenden vertieften Analysen erlauben, komplexere Zusammenhänge und Sachverhalte aufzuzeigen. Die im vorliegenden Bericht aufgeführten Resultate dienen einem ersten Überblick.

3.1 Zentrale Herausforderungen der Schüler/innen aus Sicht des Schulpersonals

Einleitend wurden alle Befragten (das gesamte befragte Schulpersonal von der / dem Rektor/in bis zur Lehrperson) gebeten, die drei grössten Herausforderungen für Schüler/innen der Stufe Sek II (Berufsschüler/innen; Gymnasiastinnen / Gymnasiasten) zu beschreiben. Hierbei wurde betont, dass diese Herausforderungen nicht unbedingt den Schulkontext betreffen müssen. Die Antworten des befragten Schulpersonals werden nachfolgend in unterschiedliche Bereiche (z.B. „Schule / Arbeit“) zusammengefasst. Dazugehörige Beispiele werden exemplarisch in Tabelle 2 dargestellt (siehe Seite 10).

1. Schule / Arbeit

Der Grossteil des an der Nachbefragung teilnehmenden Schulpersonals erwähnte, dass eine der Hauptherausforderungen für die Schüler/innen darin besteht, den Anforderungen der Schule gerecht zu werden und damit auch den familiären / gesellschaftlichen Erwartungen zu entsprechen. Um diesen Anforderungen zu genügen, müssen die Schüler/innen die Motivation über die gesamte Ausbildungszeit aufrechterhalten (d.h. Durchhaltewillen zeigen), mit Belastungen umgehen (z.B. viele Prüfungen; grosser Stoffumfang) und sich selbst gut organisieren können. Bei den Berufsschüler/innen wurden auch die Herausforderungen im Lehrbetrieb hervorgehoben, welche teilweise auch berufsspezifisch sind (z.B. lange oder unregelmässige Arbeitszeiten, extreme körperliche Anstrengungen). Bei gewissen Schul- / Berufsprofilen scheint zusätzlich eine ungewisse Zukunftsperspektive als Belastung hinzuzukommen. Mangelnde Kommunikations- / Sprachkompetenzen (insbesondere betreffend der deutschen Sprache) der Schüler/innen wurden ebenfalls von einigen Befragten als Herausforderung beschrieben.

2. Sozial

A) Familie

Auch der familiäre Kontext wurde von den Befragten als Herausforderung für Schüler/innen der Stufe Sek II genannt. Die entsprechenden Herausforderungen ergeben sich etwa aus der Ablösung von den Eltern, aus dem von den Eltern ausgeübten schulischen Leistungsdruck oder allfälligen familiären Konflikten. Vereinzelt wurden zudem auch Herausforderungen genannt, welche mit dem kulturellen Hintergrund der Schüler/innen und deren Familien im Zusammenhang stehen.

B) Gleichaltrige (Freunde / Partner/innen)

Eine weitere Herausforderung besteht laut dem befragten Schulpersonal für Schüler/innen auch darin, sich in der Gruppe von Gleichaltrigen zurechtzufinden und möglicherweise auch dem Gruppendruck von Peers widerstehen zu können (z.B. in Bezug auf Substanzkonsum). Als wichtige Entwicklungsaufgabe dieser Altersgruppe wurde auch das Eingehen von Liebesbeziehungen genannt.

3. Bereichsübergreifende Themen

A) Work-Life-Balance

Im Zusammenhang mit den Herausforderungen, die der Schul- / Arbeitsalltag mit sich bringt, wurde von vielen Teilnehmenden auch das Herstellen einer Work-Life-Balance als zentrale Herausforderung für Schüler/innen genannt. Gemäss den Befragten ist es auch hier wieder bedeutsam, dass sich die Heranwachsenden gut organisieren können, so dass sie das Privatleben und die Schule / Berufsleben miteinander vereinen können.

B) Digitalisierung / Informationsflut / (soziale) Medien / Smartphones

Herausforderungen, die sich im Zuge der Digitalisierung sowie als Folge der zunehmenden Bedeutung sozialer Medien zeigen, wurden ebenfalls von vielen Befragten beschrieben. Am häufigsten gab das Schulpersonal an, dass es für Jugendliche und junge Erwachsene schwierig ist, sich nicht konstant von der Reizüberflutung (z.B. durch soziale Medien) ablenken zu lassen und sich dem sozialen Druck widersetzen zu können, sich ständig über solche Kanäle selbst darstellen zu müssen. Die übermässige Beschäftigung mit Smartphones wurde ebenfalls mehrfach als Problem genannt. Die entsprechenden Herausforderungen der Digitalisierung betreffen gemäss dem befragten Schulpersonal den privaten Bereich sowie den Schul- beziehungsweise Arbeitskontext.

C) Erwachsen werden (Identitätsfindung) / Verantwortung übernehmen

Weiter oben wurde bereits mehrfach erwähnt, dass eine Herausforderung der Schüler/innen der Stufe Sek II darin besteht, erwachsen zu werden und in unterschiedlichen Bereichen mehr Verantwortung zu übernehmen – z.B. im privaten Bereich durch die Ablösung vom Elternhaus oder im Arbeitsbereich durch den Einstieg ins Berufsleben, aber auch in finanziellen Belangen. Mit der Pubertät beziehungsweise dem Übergang zum Erwachsenenalter sind gemäss dem Schulpersonal auch weitere Herausforderungen verbunden, die beispielsweise mit den körperlichen und hormonellen Veränderungen einhergehen. Die Selbstfindung und die Entwicklung einer eigenen Identität wurden auch als zentrale Themen angesprochen.

D) Orientierung

Zudem wurde von mehreren Befragten beschrieben, dass eine zentrale Herausforderung für Jugendliche und junge Erwachsene darin besteht, sich in einer komplexen, sich dauernd verändernden Gesellschaft angemessen orientieren zu können.

Tabelle 2: Beispielsantworten zu den vom Schulpersonal erwähnten Herausforderungsbereichen von Schüler/innen der Stufe Sek II

Bereich	Beispielsantworten
1) Schule / Arbeit	<p>„Sich vier Jahre auf die Schule fokussieren zu können.“</p> <p>„Erfüllen der im Gymnasium gestellten Anforderungen.“</p> <p>„Häufig starker familiärer / gesellschaftlicher Druck, am Gymnasium zu reüssieren.“</p> <p>„Prüfungstress gegen Ende Semester.“</p> <p>„Die Belastung durch die hohe Stundenzahl und die vielen Fächer und Prüfungen.“</p> <p>„Eingliederung im Berufsalltag (neues soziales Umfeld / Pflichten als Berufstätige...).“</p> <p>„Start in die Arbeitswelt, damit verbunden Eintritt in die „Erwachsenenwelt“, diesbezüglich zunehmende Anforderungen bezüglich Sozial- und Selbstkompetenz (Teamarbeit, Kommunikation auf Erwachsenenenebene, Zuverlässigkeit, Arbeits- und Freizeitorganisation usw.).“</p> <p>„Umgang mit der Unsicherheit, ob ihr Berufsfeld in der Zukunft überhaupt noch existiert.“</p> <p>„Mangelndes Sprachverständnis – auch bei CH Lernenden.“</p>
2A) Sozial: Familie	<p>„Ablösung vom Elternhaus.“</p> <p>„Schwierige Familienverhältnisse, nur teilweise altersadäquate Betreuung durch die Eltern.“</p> <p>„Familiäre Probleme inkl. Leben in zwei Kulturen (ca. 80-90% meiner Berufsschülerinnen sind „secondas“ aus aller Welt).“</p>
2B) Sozial: Gleichaltrige	<p>„Peer pressure.“</p> <p>„Auseinandersetzung mit Mitschülern.“</p> <p>„Die eigenen Wünsche und die Rolle in Liebensbeziehungen / Sexualität zu finden.“</p>
3A) Bereichsübergreifend: Work-Life-Balance	<p>„Privates und Schule unter einen Hut zu bringen.“</p> <p>„Schaffen einer Koordination und eines Gleichgewichts zwischen schulischen und privaten Tätigkeiten.“</p>

Bereich	Beispielsantworten
<p>3B) Bereichsübergreifend: Digitalisierung / Informationsflut / (soziale) Medien / Smartphones</p>	<p>„Mediale Übersättigung.“ „Ständige Ablenkungsmöglichkeiten durch Smartphones machen Konzentration und Lernen schwierig (vor allem nach der Schule, während dem Unterricht lässt es sich einigermaßen kontrollieren).“ „Der Umgang mit den digitalen Medien: Ablenkung, mangelnde Konzentration, Müdigkeit.“ „Informationsflut und Beurteilung der Wertigkeit und Sinnhaftigkeit von Information und Wissen.“ „Die Schnellebigkeit unserer Zeit ist eine grosse Herausforderung. Sie wird durch die Digitalisierung und das grosse Freizeitangebot noch beschleunigt.“ „Themenkreis Cybermobbing – Nacktselfies u.ä. und ständiges Kuratieren der eigenen Persönlichkeit für Instagram und Snapchat.“ „Steigende Ansprüche des Arbeitsmarkts (Flexibilität, Digitalisierung etc.).“ „Digitalisierung im Unterricht.“</p>
<p>3C) Bereichsübergreifend: Erwachsen werden (Identitätsfindung) / Verantwortung übernehmen</p>	<p>„Erwachsen werden (mehr Verantwortung).“ „Probleme im Zusammenhang mit dem Erwachsenwerden (Pubertät, etc.).“ „Identitätsfindung.“ „Identität: Entwicklung eines gesunden Selbstbildes (Beeinflussung durch Peers, Werbung, soziale Medien).“ „Sich selbst zu sein und sich nicht von anderen und deren Meinung abhängig machen.“ „Eigene Persönlichkeitsentwicklung / Adoleszenzkrisen.“ „Finanzielle Probleme.“ „Klärung der Zukunftsfrage / Umbruchsituation und damit verbundene Unsicherheiten: was will ich in meinem Leben, was macht Sinn, was mache ich gerne, ...“</p>
<p>3D) Bereichsübergreifend: Orientierung</p>	<p>„Sich in einer immer komplexeren Welt mit vielen Widersprüchlichkeiten und Ungerechtigkeiten zurechtzufinden.“ „Orientierung in einer sich wandelnden Gesellschaft.“</p>

Bemerkung: Bei Bereichen, die von den Teilnehmenden besonders oft genannt wurden und eine Vielzahl von sehr unterschiedlichen Antworten vorlagen, werden mehr Beispiele aufgeführt als bei weniger oft genannten und homogener beschriebenen Herausforderungen.

3.2 Erfahrungen und Umgang von Lehrpersonen mit Schüler/innen mit psychischen Problemen

Die Fragen zu den beruflichen Erfahrungen mit Schüler/innen mit psychischen Problemen wurden lediglich an die Lehrpersonen (n=179) gerichtet. Auf die Frage, ob sie schon einmal eine/n Schüler/in mit einem psychischen Problem unterrichtet haben, antworten über 90% der Lehrpersonen mit ja (siehe Abbildung 1 A), Seite 15 > rote und dunkelrote Fläche des Kreisdiagramms). In den meisten dieser Fälle war das psychische Problem der Schülerin / des Schülers scheinbar bereits bestätigt. Weniger als 5% der befragten Lehrpersonen gingen davon aus, dass sie noch nie eine/n Schüler/in mit einem psychischen Problem unterrichtet haben. Weitere ca. 5% der Lehrpersonen gaben an, dass sie nicht wissen, ob jemals eine/r ihrer Schüler/innen ein psychisches Problem gehabt hat.

3.2.1 Lehrpersonen, die bereits Schüler/innen mit psychischen Problemen unterrichtet haben

Die in diesem Kapitel behandelten Fragen wurden nur von Lehrpersonen beantwortet, die angegeben haben, dass sie bereits einmal eine/n Schüler/in mit einem psychischen Problem unterrichtet haben. Zunächst beschrieben die Lehrpersonen das psychische Problem der betroffenen Schülerin / des betroffenen Schülers stichwortartig.² Nach absteigender Häufigkeit wurden die folgenden psychischen Probleme genannt:

- **Affektive Störungen**, vor allem Depression, teilweise in Kombination mit Suizidalität / (Suizid)versuchen, aber auch bipolare Störungen;
- **Essstörungen**, wie z.B. Magersucht oder Bulimie;
- **Probleme, die sich typischerweise bereits im frühen Kindesalter zeigen**, inklusive Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS), Aufmerksamkeitsdefizitstörung (ADS) oder Asperger-Syndrom;
- **Angststörungen**, wie z.B. Sozialphobie oder extreme Prüfungsangst;
- **Persönlichkeitsstörungen**: 12 Personen erwähnten „Borderline“ und 1 Narzissmus.

² Wenn schon mehrere Schüler/innen mit psychischen Problemen unterrichtet worden sind, wurden die Lehrpersonen gebeten, den am wenigsten lang zurückliegenden Fall zu beschreiben.

Neben den oben genannten Themenblöcken, die je von mindestens zehn Lehrpersonen angesprochen wurden, gab es auch psychische Probleme, welche weniger oft genannt wurden, wie etwa Schizophrenie / Psychosen, Burnout oder Alkoholprobleme (z.B. Alkoholmissbrauch). Zudem wurden auch andere Probleme genannt, welche als Ursachen einer Beeinträchtigung der psychischen Gesundheit verstanden werden müssten, so zum Beispiel familiäre Probleme und Belastungen, inklusive enormem Leistungsdruck durch die Eltern, Gewalt im Elternhaus, Missbrauch, oder der Tod eines Elternteils.

Auf die Frage, ob die Lehrpersonen der / dem betroffenen Schüler/in geholfen haben, antworteten ungefähr drei Viertel mit ja (siehe Abbildung 1 B)). Auf die Frage, was für Hilfe sie angeboten haben, wurden von den vorgegebenen Antwortkategorien vor allem die folgenden Optionen häufig gewählt: „der betroffenen Person aufmerksam zuhören“ (von knapp 60% gewählt) und „Empfehlung abgeben, professionelle Hilfe aufzusuchen“ (schulintern und extern: von je ca. 45% gewählt). Dahingegen haben nur circa ein Viertel der Lehrpersonen angegeben, dass sie auch dabei geholfen haben, professionelle Hilfe für die / den betroffene/n Schüler/in zu suchen. Lehrpersonal, welches eine solche Hilfestellung nicht leistete, begründete dies unter anderem damit, dass bereits professionelle Hilfe aufgegleist war. Weitere Hilfestellungen, die von den Lehrpersonen erwähnt wurden, umfassten unter anderem den Austausch mit den Eltern, dem Lehrbetrieb und den Fachpersonen, welche die Betroffenen professionell behandelten sowie eine Anpassung des eigenen Verhaltens gegenüber der / dem Schüler/in mit dem psychischen Problem (z.B. vermehrte Unterstützung und Anbieten von Hilfestellungen; Abbauen des schulischen Drucks; regelmässiges Nachfragen; positives Feedback; Verständnis zeigen; Verhalten aufmerksam beobachten; als Ansprechperson verfügbar sein).

Gut zwei Drittel der Lehrpersonen gaben an, dass sie davon ausgehen, dass sich die Situation der betroffenen Schülerin / des betroffenen Schülers aufgrund ihrer Hilfe verbessert hat (siehe Abbildung 1 C)). Etwas weniger als 10% der Lehrpersonen ging davon aus, dass sich die Situation der Schülerin / des Schülers nicht verbessert hat. Die restlichen Lehrpersonen gaben an, dass sie nicht wissen, ob sich die Situation der betroffenen Person durch ihre Hilfe verbessert hat.

Lehrpersonen, die angegeben haben, dass sie der / dem betroffenen Schüler/in mit einem psychischen Problem keine Hilfe angeboten haben (ca. ein Viertel), wurden nach den

Gründen dafür gefragt. Mit absteigender Häufigkeit wurden die folgenden vorgegebenen Antwortoptionen besonders häufig gewählt (Mehrfachantworten waren möglich)³:

Ich habe nicht geholfen, weil...

- ... die betroffene Person bereits in Behandlung war.
- ... ich nicht die notwendige Erfahrung / Ausbildung dazu habe.
- ... andere Personen besser geeignet sind, Schüler/innen mit psychischen Problemen zu helfen.

In den offenen Kommentaren wurde mehrfach betont, dass professionelle Behandlung bei psychischen Problemen nötig ist. Teilweise wurde auch erwähnt, dass die Klassenlehrperson, die Schulleitung, der Lehrmeister beziehungsweise die Eltern der Schülerin / des Schülers mit einem psychischen Problem Massnahmen ergreifen sollten beziehungsweise verantwortlich sind (und nicht die Fachlehrperson). Einige Lehrpersonen beschrieben auch, dass sie nicht (ausreichend) über das psychische Problem informiert worden sind (z.B. durch die Schulleitung beziehungsweise durch die / den Schüler/in selbst) und deshalb keine Hilfe leisten konnten. Auch die Ablehnung jeglicher Hilfe durch die Schüler/in mit dem psychischen Problem kann ein Grund dafür sein, dass eine Lehrperson sich nach einer Zeit mit Hilfestellungen zurückhält.

3.2.2 Lehrpersonen, die noch keine Schüler/innen mit psychischen Problemen unterrichtet haben

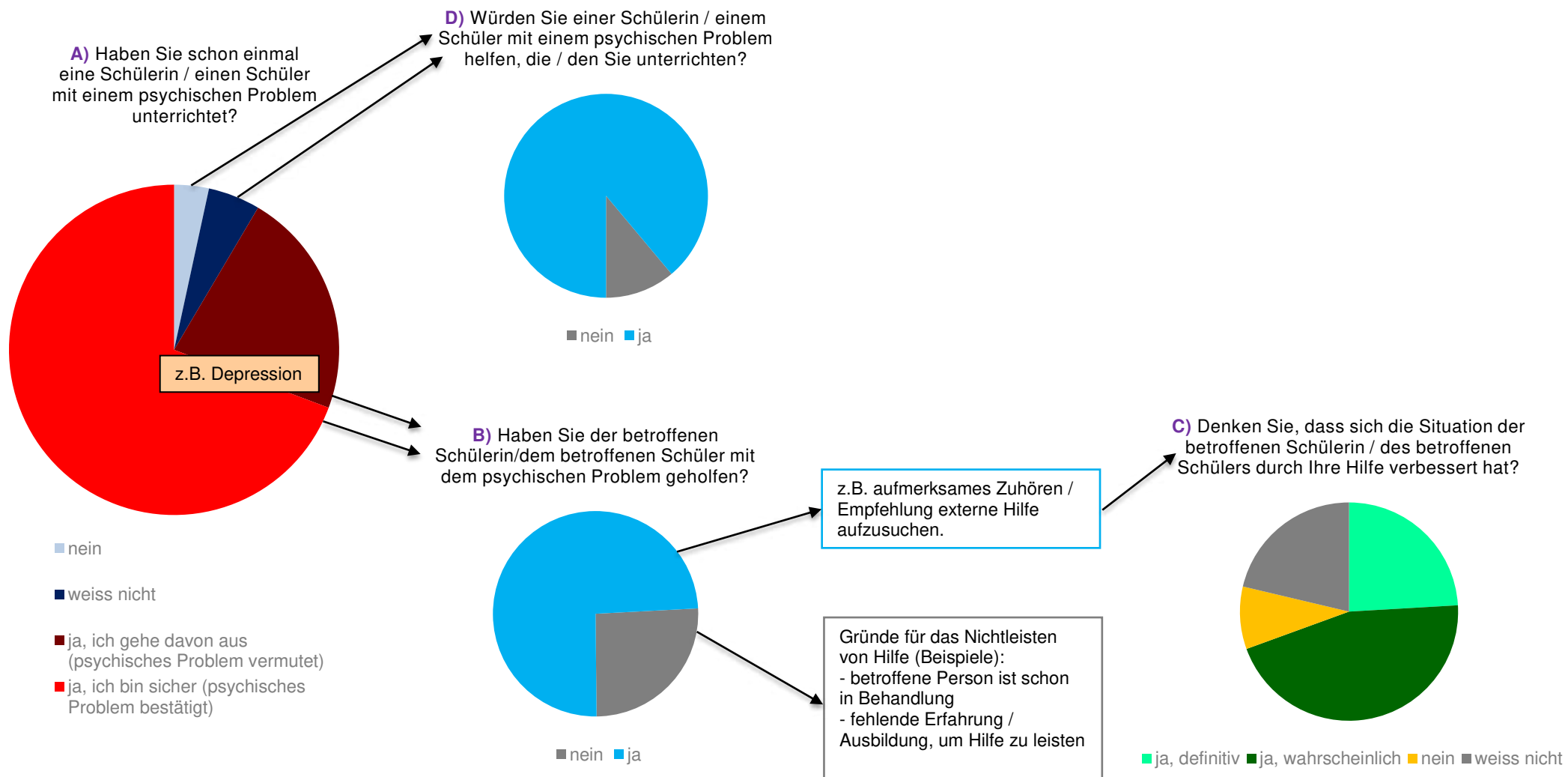
Die 15 Lehrpersonen, die angegeben haben, noch nie Schüler/innen mit psychischen Problemen unterrichtet zu haben⁴, wurden gefragt, ob sie – wenn sie jemals in diese Situation kommen würden – der betroffenen Person Hilfe anbieten würden. Die meisten, die diese Frage beantwortet haben, bejahten diese (knapp 90%; siehe Abbildung 1 D)). Hierbei sind ähnliche Hilfestellungen zu erwarten wie bei Lehrpersonen, die bereits Schüler/innen mit psychischen Problemen unterstützt haben.⁵

³ Vereinzelt wurden auch andere Antwortoptionen gewählt, wie etwa „Ich habe keine Hilfe angeboten, weil es eine Grenzüberschreitung darstellen würde, sich bei solchen Problemen einzumischen“.

⁴ Inklusive der Lehrpersonen, die angegeben haben, dass sie nicht wissen, ob sie bereits einmal solche Personen unterrichtet haben.

⁵ Aufgrund der kleinen Anzahl an Lehrpersonen, die noch nie eine/n Schüler/in mit einem psychischen Problem unterrichtet haben, werden die Antworten auf die nachfolgenden Fragen nicht im Detail aufgeführt.

Abbildung 1: Unterrichten von und Hilfeleistungen für Schüler/innen mit psychischen Störungen



3.2.3 Wie Lehrpersonen den Nutzen des persönlichen Erfragens von Suizidgedanken bei Schüler/innen einschätzen

Alle Lehrpersonen wurden gefragt, ob sie denken, dass es eher hilfreich oder schädlich ist, ein/e Schüler/in nach Suizidgedanken zu fragen. Eine vergleichbare Frage wurde auch in der Schüler/innenbefragung gestellt (in Bezug auf das Erfragen von Suizidgedanken von Peers). Wie beim Vergleich von Abbildung 2 und 3 ersichtlich wird, stufen anteilmässig weitaus mehr Schüler/innen das Erfragen von Suizidgedanken als schädlich ein als dies bei Lehrpersonen der Fall ist (43.1% vs. 5.8%).

Personen, die das Erfragen von Suizidgedanken als „schädlich“ einstufen, gehen möglicherweise davon aus, dass erst durch das Erfragen selbst entsprechende Gedanken beziehungsweise Handlungsabsichten hervorgerufen werden [2]. Es liegen allerdings keine wissenschaftlichen Hinweise vor, welche für einen solchen Zusammenhang sprechen [3]. Im Gegenteil, man kann davon ausgehen, dass im Gespräch mit einer Person mit Suizidgedanken diese womöglich sogar eher dazu motiviert wird, professionelle Hilfe aufzusuchen, was das Suizidrisiko entsprechend reduzieren würde. Demgemäss empfehlen auch diverse Kampagnen, allfällige Suizidgedanken anzusprechen (z.B. <https://www.147.ch/de/suizidpraevention/> und <https://www.suizidpraevention-zh.ch/>; siehe auch [4]).

Aus den offenen Kommentaren geht hervor, dass Lehrpersonen immer wieder mit der Thematik Suizid / Suizidalität von Schüler/innen (beziehungsweise von Jugendlichen / jungen Erwachsenen im Allgemeinen) konfrontiert werden. Von zwei Lehrpersonen wurde aber auch beschrieben, dass das Erkennen einer Suizidgefährdung gerade bei Heranwachsenden sehr schwierig sein kann und auch Jugendliche / junge Erwachsene Suizidgedanken haben können, bei denen man das nicht unbedingt erwarten würde (z.B. sehr gut integrierte, fröhlich wirkende Schüler/innen). Demgemäss wird auch in einer kürzlich erschienen Publikation beschrieben, dass suizidale Krisen von Jugendlichen oftmals nicht als solche erkannt werden, sondern als normale pubertäre Stimmungsschwankungen interpretiert werden [4]. Wie bereits weiter oben gezeigt wurde, ist es möglich, dass Schüler/innen nicht auf Suizidgedanken angesprochen werden, da die Lehrperson sich diesbezüglich zu wenig kompetent fühlt. Die Unsicherheit bezüglich der Thematik „Suizid“ und die Angst vor möglichen negativen Konsequenzen zeigen sich aber auch im vergleichsweise grossen Anteil an Lehrpersonen, die auf diese Frage mit „weiss nicht“ geantwortet haben (siehe Abbildung 2).

Abbildung 2: Hilfreich bzw. schädlich, ein/e Schüler/in nach Suizidgedanken zu fragen (Antworten von Lehrpersonen)

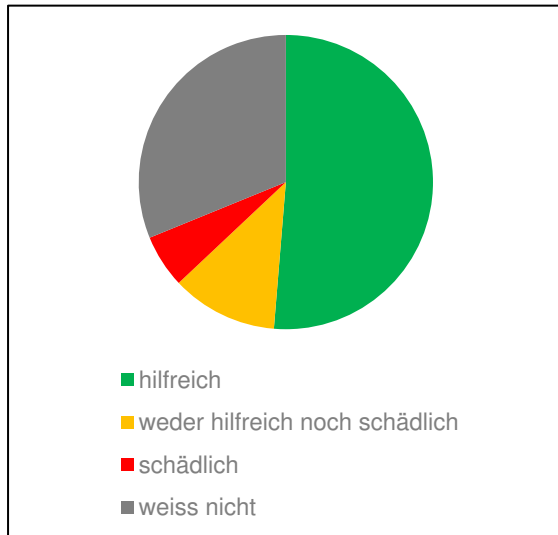
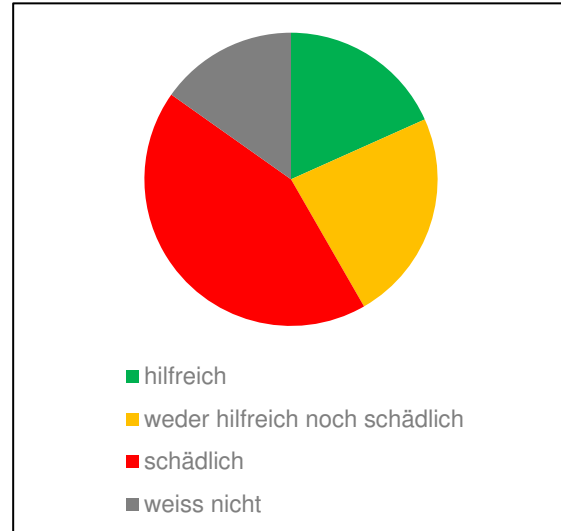


Abbildung 3: Hilfreich bzw. schädlich, einen Peer (Schüler/in) nach Suizidgedanken zu fragen (Antworten Schüler/innenbefragung)



3.3 Schulinterne Angebote und definierte Abläufe im Bereich „psychische Gesundheit / psychische Probleme“

Alle Personen, die an der Nachbefragung teilgenommen haben, wurden zu den bestehenden schulinternen Angeboten im Bereich „psychische Gesundheit / psychische Probleme“ befragt. Personen, die auch strategische Entscheidungen im Schulrahmen treffen / mitbeeinflussen (z.B. Rektorinnen/Rektoren, Schulleiter/innen) wurden zudem – beim Vorliegen eines bestimmten Angebotes – gebeten, dieses stichwortartig zu beschreiben beziehungsweise einen Link zum Angebot einzufügen. Da Personen mit Führungsfunktion am detailliertesten zur Thematik befragt wurden, werden auch nur deren Antworten für den vorliegenden Bericht berücksichtigt. Zudem wurden pro Schule nur die Antworten einer Person berücksichtigt. Im Falle von mehreren vorliegenden Antworten pro Schule, wurden jeweils nur die Antworten der Person berücksichtigt, die aufgrund ihrer Position zum grössten Ausmass strategische Entscheide der Schule mitbeeinflussen kann (z.B. Rektor/in anstelle von Abteilungsleiter/in). Insgesamt beruhen nachfolgende Ausführungen auf den Antworten von 81 Personen.

Therapie- / Beratungsangebot für Schüler/innen mit psychischen Problemen

Auf die Frage, ob die Schule ein internes Angebot / eine Ansprechperson hat, an welche sich Schüler/innen mit einem psychischen Problem wenden können, antworten über 90% der Befragten mit ja. Thematisch fokussierten einige Angebote vor allem auf schulbeziehungswise arbeitsspezifische Themen (z.B. Coaching bei schulischen Schwierigkeiten). Die meisten Angebote scheinen aber vom Umfang her weiter gefasst zu sein und können bei Belastungen unterschiedlichster Art genutzt werden, so etwa bei Konflikten mit Peers (z.B. Mobbing) oder mit den Eltern, bei finanziellen Schwierigkeiten, bei akuten Krisen und Notfällen, bei psychischen (z.B. Suchtproblematik, Ängste, Depression, Essstörungen, Schlafstörungen etc.) oder körperlichen Problemen usw. Die verantwortlichen Ansprechpersonen, die von den Befragten beschrieben wurden, umfassen die Schulleitung und Lehrpersonen (teilweise werden diese spezifisch für die entsprechende Aufgabe geschult), Psychologinnen / Psychologen, Theologinnen / Theologen, Seelsorger/innen, Sozialarbeiter/innen, Ärztinnen / Ärzte, Erwachsenenbildner/innen, Coaches, Mediatorinnen / Mediatoren etc. In gewissen Schulen sind Ansprechpersonen mehr oder weniger rund um die Uhr erreichbar, wohingegen sie in anderen Schulen nur punktuell beigezogen werden können (beispielsweise alle 14 Tage; nicht in den Ferien). Diese Unterschiede hängen möglicherweise mit der Grösse und den finanziellen Ressourcen der jeweiligen Schule zusammen. In den meisten Fällen kann die zuständige Ansprechperson persönlich aufgesucht werden (oft im Schulgebäude selbst). Es wurden aber auch weitere Kommunikationskanäle beschrieben (z.B. Telefon / SMS / E-Mail), die zumindest zur Vereinbarung eines Termins, teilweise aber auch für die Beratung selbst, genutzt werden können. In allen Schulen, zu welchen detailliert Auskunft gegeben wurde, kann das Angebot von den Schüler/innen gratis in Anspruch genommen werden (zumindest die ersten Beratungsgespräche sind kostenlos) und vielfach wird auch betont, dass die Ansprechpersonen der Schweigepflicht unterstehen. Die schulinterne Anlaufstelle scheint aber oftmals auch eine Triage-Funktion zu übernehmen, um Schüler/innen – falls nötig – an externe Stellen weiterzuleiten. Letztere dürften jedoch zumindest teilweise kostenpflichtig sein. Die Zusammenarbeit mit externen Stellen wird in gewissen Schulen als sehr eng beschrieben und es kommt vor, dass externe Fachpersonen (z.B. der Bildungsdirektion) für eine bestimmte Schule zuständig sind. Diverse Schulwebseiten listen auch externe Hilfsangebote für unterschiedliche Probleme auf, die von den Schülerinnen / Schülern aufgesucht werden können (z.B. Notfalltelefon). In einigen Schulen kann das Angebot neben den Schüler/innen auch von deren Eltern und dem Schulpersonal genutzt werden.

Präventions- und Gesundheitsförderungsprogramme zur Aufrechterhaltung der psychischen Gesundheit der Schüler/innen

Die Frage, ob es an der Schule Präventions- beziehungsweise Gesundheitsförderungsprogramme im Bereich psychische Gesundheit gibt, wurde von gut der Hälfte der Befragten bejaht. Besonders viele Schulen scheinen hierbei Programme im Bereich „Sucht“ (z.B. Alkohol, Drogen, Internet / Gaming) anzubieten. Als Präventions- und Gesundheitsförderungsprogramme im Bereich psychische Gesundheit wurden aber auch Angebote wie z.B. Sporttage / freiwillige Sportangebote, Yoga, Meditation, Entspannungskurse, mentales Training, Selbstverteidigungskurse, Exkursionswochen, (Cyber)Mobbing-Präventionsprogramme, Kurse zu Selbstmanagement, Stress(bewältigung) oder Ernährung genannt. Während gewisse Angebote von den Schüler/innen kontinuierlich genutzt werden können (z.B. wöchentliche Kurse), scheinen Präventions- und Gesundheitsförderungsprogramme mehrheitlich nur punktuell angeboten zu werden (z.B. an einem bestimmten Tag / in bestimmten Wochen des Jahres). Die Programme unterscheiden sich darin, ob sie freiwillig von den Schüler/innen genutzt werden können (z.B. Entspannungskurse) oder aber verpflichtender sind (z.B. alle Schüler/innen einer Klasse werden zu einem bestimmten Zeitpunkt hinsichtlich des Themas Sucht aufgeklärt). Vereinzelt wurde auch erwähnt, dass die Thematik „psychische Gesundheit“ integraler Bestandteil der Ausbildung der Lernenden ist (z.B. Fachfrau/-mann Gesundheit) beziehungsweise im allgemeinbildenden Unterricht angesprochen wird. An gewissen Schulen werden Präventions- und Gesundheitsförderungsprogramme hauptsächlich von dafür angestellten Fachpersonen (z.B. Psychologinnen / Psychologen) beziehungsweise von externen Fachstellen durchgeführt. An anderen Schulen werden die jeweiligen Angebote von speziell dafür ausgebildeten Lehrpersonen / Personen der Schulleitung durchgeführt. Nur das Schulpersonal einer Schule hat erwähnt, dass ein Weiterbildungsangebot zur Thematik „Fokus psychische Gesundheit bei Jugendlichen“ von allen Lehrpersonen besucht werden muss.

Definierte Abläufe bei Suizid an der Schule

Auf die Frage, ob die Schule Abläufe für die Krisensituation „Suizid(versuch) einer Schülerin / eines Schülers beziehungsweise des Schulpersonals“ definiert hat, antworteten 80% der Befragten mit ja, 18.8% mit nein und 1.3% gaben an, dass sie das nicht wissen.

3.4 Einschätzung der eigenen psychischen Gesundheitskompetenz des Schulpersonals

Alle Befragten (von Lehrpersonen hin zur / zum Rektor/in) wurden gebeten, ihre eigene psychische Gesundheitskompetenz auf einer Skala von 0 (sehr schlecht) bis 10 (sehr gut) einzuschätzen. Die psychische Gesundheitskompetenz wird definiert, als Vorstellungen und Wissen bezüglich psychischen Störungen, die zur Verbesserung der eigenen psychischen Gesundheit sowie jener von anderen Personen beitragen [1]. Die Antworten auf diese Frage weisen darauf hin, dass sich das Schulpersonal im Bereich der psychischen Gesundheit mehrheitlich kompetent fühlt (die von den meisten Personen gewählte Antwortkategorie = 8). Lehrpersonen, die ihre Gesundheitskompetenz höher einschätzen gaben auch häufiger an, dass sie bereits Schüler/innen mit einem psychischen Problem geholfen haben beziehungsweise – falls dieser Fall auftreten würde – helfen würden.

4 Fazit

Schüler/innen der Stufe Sek II sehen sich – nicht zu Letzt aufgrund der grossen Veränderungen, die diese Lebensphase mit sich bringt – mit einer Vielzahl an Herausforderungen in unterschiedlichen Lebensbereichen konfrontiert. Werden einzelne Herausforderungen für die Heranwachsenden zu belastend oder kumulieren sich, können psychische Probleme hervorgerufen werden.⁶

Die Lehrpersonen sind in ihrem beruflichen Alltag oft mit psychischen Problemen / Störungen und Krisensituationen von Schüler/innen konfrontiert. Aufgrund des (engen) Kontakts von Lehrerinnen / Lehrern mit den Schüler/innen kann das Lehrpersonal eine zentrale Rolle bei der (Früh)erkennung von entsprechenden Schwierigkeiten und beim Anbieten von ersten Hilfestellungen einnehmen. Gemäss der Nachbefragung übernehmen Lehrer/innen tatsächlich oftmals entsprechende Aufgaben, beispielsweise indem sie den betroffenen Schüler/innen empfehlen, professionelle Hilfe aufzusuchen. Hierbei können sich die Lehrer/innen den Sachverhalt zu Nutze machen, dass die meisten Schulen niederschwellige interne Angebote anbieten (z.B. Beratung durch Psychologinnen / Psychologen oder durch andere Fachpersonen), die von den Schüler/innen kostenlos genutzt werden können. Diese schulinternen Angebote übernehmen teilweise auch eine Triage-Funktion und überweisen Schüler/innen bei Bedarf an externe Fachstellen.

Im Gegensatz zu den Angeboten, die bei einem bereits vorliegenden (psychischen) Problem genutzt werden können, werden schulinterne Gesundheitsförderungs- und Präventionsprogramme (falls vorhanden) im Bereich psychische Gesundheit meistens nur punktuell – z.B. im Rahmen einer Blockwoche – angeboten und fokussieren vielfach auf das Thema Sucht. Andere, ebenso wichtige Themenbereiche, wie zum Beispiel emotionale Probleme (Depression, Suizidalität) scheinen dahingegen weniger oft angesprochen zu werden. Grundsätzlich fallen die Selbsteinschätzungen zur eigenen psychischen Gesundheitskompetenz durch das Schulpersonal positiv aus. Allerdings können in gewissen Fällen fehlendes Wissen / Erfahrung dazu führen, dass Schüler/innen mit einem psychischen Problem keine Hilfe erhalten beziehungsweise nicht auf Suizidgedanken angesprochen werden. Auch in diesen Belangen besteht entsprechend noch Verbesserungspotential.

⁶ Was als zu belastend erlebt wird, ist individuell sehr unterschiedlich. Ob eine Person eine psychische Störung entwickelt, hängt somit auch von ihrer Vulnerabilität ab, die auch genetisch mitbedingt wird.

Referenzen

1. Jorm A, Korten A, Jacomb P, Christensen H, Rodgers B, Pollitt P: "Mental health literacy": a survey of the public's ability to recognise mental disorders and their beliefs about the effectiveness of treatment. *Med J Aust* 1997;166:182–186.
2. Jorm AF, Wright A, Morgan AJ: Beliefs about appropriate first aid for young people with mental disorders: findings from an Australian national survey of youth and parents. *Early Interv Psychiatry* 2007;1:61–70.
3. Gould MS, Marrocco FA, Kleinman M, Thomas JG, Mostkoff K, Cote J, et al.: Evaluating Iatrogenic Risk of Youth Suicide Screening Programs. *JAMA* 2005;293:1635.
4. Institut für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention: Suizidprävention. *Magazin P&G* 2018.

Dank

Wir möchten uns beim Schulpersonal bedanken, das an der Nachbefragung teilgenommen hat, nachdem es uns bereits bei der Durchführung der Schüler/innenbefragung massgeblich unterstützt hat. Die Antworten der Teilnehmenden geben uns wichtige Einblicke in den Schulalltag und werden uns bei der Einordnung und Interpretation der Schüler/innenantworten helfen. Die vorliegende Nachbefragung ist thematisch mit der „Schweizer Befragung von Jugendlichen / jungen Erwachsenen zur psychischen Gesundheitskompetenz und Stigma“ (finanziert durch den Schweizerischen Nationalfonds: 10001C_173235) assoziiert.