



Europäische  
Kommission

# Systemische und ganzheitliche Förderung der psychischen Ge- sundheit in europäischen Schulen

*Kurzfassung*



Allgemeine und  
Berufliche Bildung

### **Kontakt mit der EU aufnehmen**

Europe Direct ist ein Dienst, der Ihre Fragen zur Europäischen Union beantwortet. Sie können diesen Service kontaktieren:

- kostenlos unter der Nummer: 00 800 6 7 8 9 10 11  
(Bestimmte Anbieter berechnen Ihnen möglicherweise Gebühren für diese Anrufe),
- über folgender Standardnummer: +32 22999696 oÙ
- per E-Mail an: [https://europa.eu/european-union/contact\\_de](https://europa.eu/european-union/contact_de)

Luxembourg: Amt für Veröffentlichungen der Europäischen Union, 2021

© Europäische Union, 2021

Weiterverwendung mit Quellenangabe gestattet.

Die Weiterverwendung von Dokumenten der Europäischen Kommission ist durch den Beschluss 2011/833/EU (ABl. L 330 vom 14.12.2011, S. 39) geregelt.

Dieses Dokument wurde für die Europäische Kommission erstellt. Es gibt jedoch lediglich die Meinung der Autoren wieder, und die Kommission kann nicht für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen verantwortlich gemacht werden.

Für die Benutzung oder den Nachdruck von Fotos, die nicht dem Copyright der Europäischen Union unterstellt sind, muss eine Genehmigung direkt bei dem (den) Inhaber(n) des Copyrights eingeholt werden.

Image(s) © [carloscastilla + 11900361], 2012. Source: [depositphotos.com]

**Bitte zitieren Sie diese Veröffentlichung wie folgt:**

Cefai, C., Simões, C. and Caravita, S. (2021) „Systemische und ganzheitliche Förderung der psychischen Gesundheit in europäischen Schulen“ *NESET Bericht. Kurzfassung*. Luxemburg: Amt für Veröffentlichungen der Europäischen Union. doi: 10.2766/240780.

## ÜBER NESET

NESET ist ein Netzwerk von Experten, die sich mit der sozialen Dimension der allgemeinen und beruflichen Bildung beschäftigen.

Die Generaldirektion für Bildung und Kultur der Europäischen Kommission initiierte die Gründung des Netzwerks als Nachfolger der Netzwerke NESSE (2007-2010), NESET (2011-2014) und NESET II (2015-2018).

Für die Verwaltung des Netzwerks NESET ist das Public Policy and Management Institute (PPMI) verantwortlich. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an: [info-neset@ppmi.lt](mailto:info-neset@ppmi.lt)

## AUTOR/INN/EN:

**Carmel CEFAl**, Universität Malta, Malta  
**Celeste SIMÕES**, Universität Lissabon, Portugal  
**Simona C.S. CARAVITA**, Universität Stavanger, Norwegen

## PEER REVIEWERS:

**Paul COOPER**, Emeritus Brunel University, Vereinigtes Königreich  
**Dragana AVRAMOV**, Wissenschaftliche Koordinatorin von NESET

## STUDIENKOORDINATOR

**Cosmin NADA**, Administrativer Koordinator bei NESET

## LEKTORAT:

**James Nixon**, freiberuflicher Lektor

## EUROPÄISCHE KOMMISSION

Generaldirektion Bildung, Jugend, Sport und Kultur  
Drektion A – Politische Strategie und Evaluierung  
Unit A.4 – Evidenzgestützte Politik und Evakuierung  
E-Mail: [eac-unite-a4@ec.europa.eu](mailto:eac-unite-a4@ec.europa.eu)

Europäische Kommission  
B-1049 Brüssel

## Vertragspartner:

**PPMi**

Gedimino ave. 50, LT - 01110 Vilnius, Litauen  
Tel: +370 5 2620338 Fax: +370 5 2625410  
[www.ppmi.lt](http://www.ppmi.lt)

Direktor: Rimantas Dumčius

## Zu den Autor/inn/en

Dr. **Carmel Cefai**, FBPS, ist Gründungsdirektor des *Centre for Resilience and Socio-Emotional Health* und Professor der Psychologie an der Universität Malta. Er ist Ehrenvorsitzender des *Europäischen Netzwerks für soziale und emotionale Kompetenz* und Mitbegründer und Herausgeber des *International Journal of Emotional Education*. Außerdem ist er Mitglied des NESET-Koordinationsteams. Sein Forschungsschwerpunkt ist die Gestaltung positiver Räume, die Resilienz, Wohlbefinden und psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen fördern. Er hat mehrere nationale, europäische und internationale Forschungsprojekte zur sozialen und emotionalen Bildung sowie zur Gesundheit und Resilienz von Kindern geleitet. Zu seinen zahlreichen Veröffentlichungen gehören auch die NESET-Berichte *Sozial-emotionales Lernen als wichtiges Element von Lehrplänen in der EU (2018)* und *Ein formativer, auf Inklusion ausgerichteter und das Schulumfeld umfassender Ansatz zur Beurteilung der sozialen und emotionalen Bildung (2021)*.

Dr. **Celeste Simões** ist außerordentliche Professorin am Institut für menschliche Kinetik der Humanistischen Fakultät der Universität Lissabon. Sie ist Mitglied des Environmental Health Institute der medizinischen Fakultät in Lissabon und des Forschungsprojekts „Social Adventure“. Von 2014 bis 2017 war sie Vorsitzende des Europäischen Netzwerks für soziale und emotionale Kompetenz. Ihre wichtigsten Forschungsgebiete sind die soziale und emotionale Bildung, Resilienz, Gesundheitsförderung in Schulen und das Risikoverhalten Jugendlicher. Sie hat, zum Teil in Kooperation mit internationalen Partnern, mehrere Projekte koordiniert hat, in denen die mit Risikoverhalten und Resilienz verbundenen Prozesse und die Auswirkungen von sozialer und emotionaler Bildung und von Programmen zur Stärkung der Resilienz untersucht wurden. Die Ergebnisse dieser Projekte hat sie in Fachzeitschriften veröffentlicht und auf nationalen und internationalen Tagungen vorgestellt.

Dr. **Simona C.S. Caravita** ist Professorin der Bildungspsychologie am norwegischen Zentrum für Lernumwelt und Verhaltensforschung in der Bildung der Universität Stavanger (Norwegen). Außerdem ist sie außerordentliche Professorin für Entwicklungs- und Bildungspsychologie an der Università Cattolica del Sacro Cuore (Italien). Sie arbeitet mit mehreren wissenschaftlichen Gesellschaften zusammen und ist Vorstandsmitglied der European Association for Developmental Psychology. Sie sitzt im Redaktionsausschuss des *European Journal of Developmental Psychology* und mehrerer anderer Fachzeitschriften. Zu ihren Forschungsinteressen gehören Mobbing und aggressives Verhalten, Beziehungen zwischen Gleichaltrigen, moralische Entwicklung, Gesundheit und positive Entwicklung. Sie hat als Mitglied oder Leiterin mit unterschiedlichen Forschungsteams europa- oder landesweite Projekte durchgeführt und bisher sieben Bücher und über 100 Artikel in angesehenen Fachzeitschriften veröffentlicht.

---

## Kurzfassung

---

### Ziele

Alle Mitgliedstaaten sind sich einig, dass jungen Menschen mehr brauchen als akademisches Wissen, um ihre Rolle als aktive Bürger wahrnehmen, die sozialen und wirtschaftlichen Aspekte ihres Lebens meistern und Ungleichheit, Armut, Diskriminierung, Marginalisierung und Ausgrenzung vermeiden zu können. Im 21. Jahrhundert muss Bildung die Ausrichtung an der akademischen Leistung und anderen eng gesteckten Zielen des Bildungssystem überwinden. Und sie muss aktiv zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen beitragen, deren psychischen Bedürfnisse immer offensichtlicher und anspruchsvoller werden. Die Europäische Kommission hat im letzten Jahr eine Mitteilung über die Vollendung des europäischen Bildungsraums bis 2025 (Europäische Kommission, 2020) veröffentlicht und damit einen Prozess in Gang gesetzt, in dem die Länder gemeinsam überlegen, wie Schulen die pädagogischen, sozialen und emotionalen Bedürfnisse der Lernenden – und insbesondere der Schülerinnen und Schüler mit schulischen Problemen – erfüllen und ihnen eine ausgewogene und hochwertige Bildung vermitteln können, die den Weg in ein aktives, produktives und gesundes Leben eröffnet. Der vorliegende Bericht greift diese Initiative auf und wirbt dafür, dass Schulen in ganz Europa stärker auf die psychische Gesundheit und das psychische Wohlergehen von Kindern achten und diese in einem sicheren Umfeld, das niemand ausgrenzt, aktiv fördern. Konkret fasst sie den internationalen Forschungsstand zur Förderung von psychischer Gesundheit und psychischem Wohlergehen und zur Prävention von Mobbing an Schulen zusammen. Außerdem entwickelt sie einen theoretischen Rahmen für die Methoden, mit denen Schulen aller Bildungsstufen, in Kooperation mit ihrem Umfeld, ein alle schulischen Aspekte umfassendes System schaffen können, das die psychische Gesundheit und das psychische Wohl der Lernenden stärkt. Der Bericht enthält Empfehlungen für die erfolgreiche Umsetzung eines systemischen und ganzheitlichen Konzepts zur Förderung der psychischen Gesundheit und zur Prävention von Mobbing in allen europäischen Schulen. Dabei zeigt er, dass für dieses systemische und die ganze Schule umfassende Konzept vor allem interaktive Subsysteme notwendig sind, die über einzelne Akteure und Gruppen hinausgehen.

### Methoden

Für diese Studie wurden vorwiegend Methoden verwendet, mit denen Sekundärdaten über die Förderung der psychischen Gesundheit und des psychischen Wohlergehens in Schulen erfasst werden können. Auf der Grundlage der internationalen Forschungsliteratur und insbesondere aktueller systematischer Übersichtsstudien und Meta-Analysen und anderer zentraler Studien auf diesem Gebiet wurde untersucht, wie sich unterschiedliche Maßnahmen auf die Lernenden auswirken und welche Prozesse besonders wirksam sind. Die Untersuchung konzentrierte sich dabei auf Literatur über gesundheitsfördernde Schulen, soziale und emotionale Bildung, die Prävention von psychischen Problemen, Schulklima, Mobbing und verwandte Themen. Des Weiteren wurden einzelne Aspekte des ganzheitlichen Schulkonzepts tiefgehend analysiert, zu denen universelle Interventionen, Unterrichtsklima, schulisches Ökosystem, Resilienz und gezielte Interventionen gehören. Die Ergebnisse zu jedem dieser Aspekte werden in jeweils eigenen Kapiteln vorgestellt. Außerdem wurde nach Initiativen, vorbildlichen Praktiken und Projekten in den Mitgliedstaaten gesucht, mit denen die psychische Gesundheit gefördert und Mobbing an Schulen bekämpft werden können. Dabei wurden auch politische Dokumente der EU, die NESET-Berichte „Sozial-emotionales Lernen als wichtiges Element von Lehrplänen in der EU“ (Cefai et al., 2018) und „Bekämpfung von Mobbing und Gewalt in Europas Schulen“ (Downes and Cefai, 2016), die Online-Plattform „School Educational Gateway“ und relevante von der EU-geförderte Projekte berücksichtigt. Auf der Grundlage dieser Forschungsübersicht wurde ein theoretischer Rahmen formuliert, der Schulen dabei unterstützt, ein ganzheitliches Konzept umzusetzen, das die psychische Gesundheit und

das psychische Wohl aller Mitglieder der Schulgemeinschaft wirksam und nachhaltig fördert.

### **Datenlage zum Nutzen eines ganzheitlichen Schulkonzepts für die psychische Gesundheit**

Obwohl die Forschung in diesem Bereich noch Lücken aufweist, zeigen die Daten mehrere Überblicksstudien und Meta-Analysen, dass Maßnahmen von Schulen zur Förderung der psychischen Gesundheit und des psychischen Wohls der Schülerinnen und Schüler am ehesten dann Erfolg haben, wenn sie in ein systemisches, die ganze Schule umfassendes Konzept integriert sind. Sofern sie gut umgesetzt werden und in das schulische Umfeld eingebettet und längerfristig angelegt sind, wirken sich ganzheitliche Interventionen günstiger auf das Befinden der Lernenden aus als isolierte Einzelmaßnahmen. Ein ganzheitlicher Ansatz mobilisiert die Ressourcen der gesamten Schulgemeinschaft, einschließlich der Stimmen und aktiven Beteiligung der Lernenden, Mitarbeiter, Eltern und pädagogischen Fachkräfte, in einem gemeinsamen Engagement für die psychische Gesundheit und das psychische Wohlergehen aller. Wenn sie gut umgesetzt werden, begünstigen ganzheitliche Maßnahmen eine Vielzahl gesundheitlicher, sozialer, emotionaler und pädagogischer Aspekte. Sie vermitteln Wissen zum Thema psychische Gesundheit, stärken die soziale und emotionale Kompetenz, verbessern die psychische Gesundheit und das psychische Wohlbefinden und mildern bzw. verhindern Depressionen, Angststörungen, Drogenkonsum, anti-soziales Verhalten, Gewalt und Mobbing und andere psychische Symptome und Probleme. Maßnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit bauen außerdem negative Vorurteile über psychische Erkrankungen ab und sorgen dafür, dass bestimmte Verhaltensweisen weniger stigmatisiert werden. In mehreren Übersichtsstudien konnte gezeigt werden, dass sich die Mitglieder der Schulgemeinschaft durch solche Konzepte stärker in der Schule engagieren und mit ihr identifizieren, und sich ihre Lernmotivation und ihre akademische Leistung verbessern. Diese Faktoren können entscheidend dazu beitragen, einen vorzeitigen Schulabbruch zu verhindern, sie erhöhen die Wahrscheinlichkeit für eine erfolgreiche Hochschulausbildung und verbessern die späteren beruflichen Chancen. Ganzheitliche Maßnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit und des psychischen Wohls helfen besonders den Kindern, die bereits psychische Probleme haben oder entsprechend gefährdet sind, und sie können dazu beitragen, deren Resilienz zu stärken und soziale und wirtschaftliche Benachteiligungen auszugleichen.

### **Integrierter Rahmen für ein ganzheitliches Konzept zur Förderung der psychischen Gesundheit in den Schulen der EU**

Auf der Grundlage unserer Analyse der aktuellen Forschungsliteratur und vor dem Hintergrund der jüngsten Leitlinien, Mitteilungen und Berichte der EU, stellt dieser Bericht einen integrierten Rahmen für ein ganzheitliches Konzept zur Förderung der psychischen Gesundheit in Schulen vor. Zu diesem Konzept gehören Änderungen im Lehrplan und schulischen Umfeld, allgemeine und gezielte Interventionen und die Beteiligung der gesamten Schulgemeinschaft. Der Rahmen besteht aus drei Komponenten: Grundsätze, die den theoretischen Rahmen unterfüttern, Schlüsselemente auf Klassen-, Schul- und sektorenübergreifender Ebene und Nachhaltigkeitsprozesse, die diesen ganzheitlichen Ansatz stabilisieren. Die konzentrischen Elemente des Rahmens drehen sich um die Schülerinnen und Schüler und ermöglichen Interventionen auf der Ebene der einzelnen Klasse und der gesamten Schule, die von allen Mitarbeitern, den Lernenden und den Eltern mitgetragen werden. Dazu kommt eine fachübergreifende Ebene, auf der vor allem gezielte Maßnahmen angesiedelt sind, die in Kooperation mit dem lokalen Umfeld der Schule und externen Fachkräften und Stellen durchgeführt werden. Jede Ebene ist zirkulär und beeinflusst und verstärkt die anderen Ebenen. Der Rahmen konzentriert sich auf die psychische Gesundheit und das allgemeine Wohlergehen aller Schülerinnen und Schüler als wichtiges Schulziel, ergänzt durch zusätzliche gezielte Maßnahmen für besonders gefährdete Lernende und Kinder mit psychischen Problemen. Zum konzeptuellen Rahmen

gehört aber auch die Bildung und die psychische Gesundheit der Erwachsenen, die mit den Schülerinnen und Schülern arbeiten, also den Lehrpersonen und Eltern. Die oben genannten drei Komponenten des Rahmens bestehen aus den folgenden Elementen:

- Die wichtigsten Grundsätze: Ein ganzheitliches Schulkonzept zur Förderung der psychischen Gesundheit und des psychischen Wohls basieren auf den folgenden Grundsätzen: die Rechte von Kindern und Jugendlichen auf körperliche und psychische Gesundheit, Bildung von hoher Qualität, Schutz und Teilhabe, eine ganzheitliche Bildung und Entwicklung, eine systemische Perspektive, die die Schule als Ganzes in den Blick nimmt, Integration und Chancengleichheit, kulturell sensitive Maßnahmen und ein demokratischer, partizipatorischer Ansatz. Außerdem muss das Konzept gesundheits- und stärkenbezogen, sowie fach- und bereichsübergreifend sein, sich an zwischenmenschlichen Beziehungen orientieren und auch die psychische Gesundheit der Lehrpersonen und anderen beteiligten Erwachsenen berücksichtigen.
- Die wichtigsten Elemente:
  - Auf Ebene der einzelnen Klassen – allgemeine Lehrinhalte zum Thema „psychische Gesundheit“, Klassenklima, Aus- und Weiterbildung der Lehrpersonen und Mentorenprogramme;
  - Auf Schulebene – Schulklima, sichere Räume, Beteiligung der Lernenden, aktives Engagement der Eltern, Wohlergehen und psychische Gesundheit der Mitarbeiter;
  - Sektorenübergreifende Ebene – gezielte Interventionen, Partnerschaft mit anderen Fachkräften und Stellen, Partnerschaften mit der lokalen Gemeinschaft.
- Die wichtigsten Nachhaltigkeitsprozesse – durchdachte Umsetzung, partizipatorischer und flexibler Ansatz, Unterstützung durch lokale, regionale und nationale Behörden.

## Empfehlungen

Studien belegen, dass Konzepte zur Förderung der psychischen Gesundheit in Schulen sowohl die soziale und emotionale Entwicklung als auch die akademische Leistung von Kindern und Jugendlichen verbessern. Gleichzeitig nimmt die Zahl der jungen Menschen mit psychischen Problemen in ganz Europa zu. Vor diesem Grund empfehlen wir die folgenden Maßnahmen, mit denen die Bildungssysteme in Europa die Psyche von Schülerinnen und Schülern aktiv stärken und psychischen Problemen vorbeugen können.

### 1. Wege zur psychischen Gesundheit als verbindliches Lernziel einer Bildung für das 21. Jahrhundert

Derzeit werden in der EU politische Strategien zur Vollendung des europäischen Bildungsraums bis 2025 entwickelt. In diesem Zusammenhang sollte die Europäische Kommission die Mitgliedstaaten in einer Mitteilung dazu auffordern, die psychische Gesundheit als wichtiges Bildungsziel anzuerkennen, in den Lehrplan zu integrieren und durch ein ganzheitliches Schulkonzept zu fördern. Eine solche Initiative ist sinnvoll, weil zahlreiche Studien übereinstimmend zeigen, dass Schulen die psychische Gesundheit und das psychische Wohlergehen von Kindern und Jugendlichen wirksam fördern und verhindern können, dass in kritischen Phasen ihrer Entwicklung psychische Probleme entstehen. Außerdem entspricht sie den Rechten von Kindern und Jugendlichen auf körperliche und psychische Gesundheit, eine Bildung von hoher Qualität sowie Schutz und Teilhabe und trägt zur Erreichung der entsprechenden Nachhaltigkeitsziele bei. Nicht zuletzt zeigen die Daten, dass Maßnahmen zur Stärkung der psychischen Gesundheit in Schulen auch wirtschaftlich sinnvoll sind.



## **2. Integration der Themen psychische Gesundheit und psychisches Wohlergehen in Lehrpläne und didaktische Konzepte**

Ein strategischer Ansatz, der Schulen dazu ermutigt, ihre Agenda zu erweitern und die psychische Gesundheit als wichtiges Lernziel anzuerkennen, muss betonen, dass akademische Erfolge, Aufbau des Lehrplans und Didaktik untrennbar miteinander verknüpft sind. Die Bausteine für den akademischen Erfolg und soziale und emotionale Kompetenzen sind dieselben: Unterrichtsmethoden, die ein Gefühl der Verbundenheit und Zugehörigkeit fördern, eine konstruktivistische, auf Zusammenarbeit ausgerichtete Didaktik, die auf der aktiven Beteiligung der Schülerinnen und Schülern und kulturell sensiblen und offenen Praktiken basiert, und Rollenmodelle für soziale und emotionale Kompetenzen. Wenn diese Praktiken in den „Mainstream“ der schulischen Arbeit und ausdrücklich auch in den Aufgabenbereich aller Lehrpersonen integriert werden, kann dies dazu beitragen, Widerstände der Lehrerinnen und Lehrer gegen Konzepte zur Förderung der psychischen Gesundheit zu mindern. Dies ist der „Königsweg“, um dem psychischen Wohlergehen der gesamten Schulgemeinschaft eine hohe Priorität einzuräumen.

## **3. Größere Rolle des Bildungsziels „psychische Gesundheit“ bei der Leistungsbewertung von Schulen**

Ein wichtiger Schritt, um der psychischen Gesundheit in Schulen mehr Gewicht zu verleihen und die Bildung ausgewogener und sinnvoller zu machen, wäre es, den Kurs der psychischen Gesundheit zu erhöhen. Die Bildungssysteme sollten entsprechende Kennzahlen zur Bewertung von Schulen entwickeln und so deren Umbau in Schulen für das 21. Jahrhundert und die positive Entwicklung zur stärkeren Berücksichtigung des Wohlergehens der Lernenden unterstützen. Wenn zu den Indikatoren, mit denen Leistung und Erfolg von Schulen gemessen wird, auch die psychische Gesundheit der Schülerinnen und Schüler gehört, werden diese Aspekte auch in der Agenda der Schulen eine zentrale Stellung einnehmen. Diese Evaluierung muss jedoch formativ, offen und systemisch sein und es vermeiden, die Lernenden in Schubladen zu stecken, in eine Rangordnung zu bringen oder miteinander zu vergleichen. Um die Bildungsprioritäten so grundlegend zu ändern, müssen die Regierungen der Mitgliedstaaten neue Evaluierungssysteme für Schulen entwickeln und umsetzen.

## **4. Einführung eines systemischen und ganzheitlichen Schulkonzepts**

Schulische Interventionen mit dem Ziel, die Psyche der Schülerinnen und Schüler zu stärken, haben höhere Erfolgschancen, wenn sie in ein systemisches und ganzheitliches Schulkonzept integriert sind. Außerdem müssen sie gut umgesetzt, mit dem schulischen Umfeld verwoben und langfristig sein. Ein ganzheitlicher Ansatz mobilisiert die unterschiedlichen Ressourcen der gesamten Schulgemeinschaft, einschließlich der aktiven Beteiligung und Stimmen der Lernenden, Mitarbeiter, Eltern, pädagogischen Fachkräfte und des Umfelds vor Ort, in einem gemeinsamen Engagement für die psychische Gesundheit und das psychische Wohlergehen aller Beteiligten. Die universellen Interventionen beruhen auf einem theoretischen Rahmen, der die Schule als Ökosystem versteht und mit Kultur und Ethik der Schule verwoben ist. Ergänzt werden sie durch gezielte Interventionen für Lernende, die bereits unter psychischen Problemen leiden oder in dieser Hinsicht gefährdet sind.

## **5. Gefühl der Zugehörigkeit und Verbundenheit als zentrales Element zur Stärkung der Psyche**

Strukturen und Leitlinien sind wichtige Elemente zur Umsetzung eines ganzheitlichen Konzepts, mit dem die psychische Gesundheit gefördert werden kann. Jedoch müssen sie in ein Ethos der Verbundenheit und Fürsorge eingebettet sein. Ein Gefühl der Zugehörigkeit und Verbundenheit auf der Basis eines respektvollen, fürsorglichen und unterstützenden Umgangs aller Mitglieder der Schulgemeinschaft miteinander schafft positive Räume, in denen jeder Einzelne wachsen und gedeihen kann. Ein solches



Umfeld trägt auch dazu bei, schädliche Praktiken in der Schule zu verhindern, die der psychischen Gesundheit und dem Wohlergehen aller schaden. Dazu gehört Mobbing durch Gleichaltrige, auf Zwang, Angst und Bestrafung beruhende Unterrichtsmethoden, Ungleichheit und unfaire Behandlung sowie überzogener Leistungsdruck, der Stress und Ängste auslöst. Gleichzeitig wirkt es wie ein Gegengift gegen Stress und Burnout des Schulpersonals.

## **6. Ein demokratischer und partizipatorischer Ansatz, bei dem auch die Schülerinnen und Schüler gehört werden**

Die Schulen in Europa pflegen eine Kultur der Autonomie, der demokratischen Ermächtigung und der Eigenverantwortung. In diesem Sinne muss auch ein ganzheitliches Schulkonzept zur Förderung der psychischen Gesundheit von unten nach oben aufgebaut werden, partizipatorisch und flexibel sein und zum Ökosystem der Schule und des schulischen Umfelds passen. Mit einem demokratischen Ansatz ist außerdem gewährleistet, dass jede Initiative kulturell angemessen ist und die unterschiedlichen Bedürfnisse der Schülerschaft erfüllt. So wird in Maßnahmen investiert, die praktisch funktionieren und dem jeweiligen Kontext angemessen sind. Lehrpersonen, Schülerinnen und Schüler, Eltern und die lokale Gemeinschaft müssen aktiv an der Planung und Umsetzung aller Programme und Initiativen beteiligt werden. Wenn Eltern und das Umfeld vor Ort die Interventionen aktiv mitgestalten können, wird sicherstellen, dass diese relevant, verhältnismäßig und an den lokalen Zusammenhang angepasst sind und von Eltern und der Gemeinschaft eher unterstützt werden. Auch ist es sehr wichtig, dass die Lernenden einen starken und inhaltlichen Einfluss bekommen, damit sie sich mit den Maßnahmen identifizieren und diese „adoptieren“. Dazu gehört die Mitgestaltung von Materialien, Mitsprache bei Planung und Gestaltung von Interventionen, Teilhabe an Entscheidungsprozessen und spezielle, von Gleichaltrigen durchgeführte Interventionen. Dabei ist wichtig, dass die Vertretung der Lernenden repräsentativ ist und auch den Stimmen marginalisierter und gefährdeter Kinder Gehör verschafft.

## **7. Entwicklung eines Lehrplans für psychische Gesundheit, der alle europäischen Schülerinnen und Schüler erreicht**

Alle Kinder sollten während der gesamten Schulzeit von einem Lehrplan profitieren, der ihnen die nötigen Ressourcen und Kompetenzen vermittelt, um sich aktiv um ihre eigene psychische Gesundheit und das psychische Wohl anderer kümmern zu können. Dieser Lehrplan sollte soziale und emotionale Bildung, den Aufbau von Resilienz sowie Wissen über psychische Gesundheit (z. B. Kampf gegen Stigmatisierung und Vorurteile) enthalten und an Kontext und Bedürfnisse der einzelnen Schule angepasst werden können. Dieser Unterricht kann in andere Fächer integriert werden und bestehende Praktiken, Kompetenzen und Ressourcen nutzen. Obwohl das Thema „psychische Gesundheit“ durch entsprechende Anpassungen möglicherweise leichter in den Lehrplan integriert werden kann, muss jedoch darauf geachtet werden, dass der Schwerpunkt auf der Stärkung der psychischen Gesundheit und des psychischen Wohls liegt. In Kooperation mit europäischen Schulen sollten weitere praxisbezogene Studien durchgeführt und ein Lehrplan für psychische Gesundheit mit europäischer Identität entwickelt werden. Die Europäische Kommission hat bereits früher Kooperationsprojekte finanziert, in denen Fachkräfte aus der Schulpraxis und Forscher gemeinsam an diesem Ziel gearbeitet haben. Diese Arbeit sollte noch stärker gefördert werden.

## **8. Schulen als Schaltstellen für die fachübergreifende Unterstützung von Lernenden mit psychischen Problemen**

Die psychische Gesundheit hat viele Facetten. Deshalb müssen Schulen mit anderen Sektoren und Stellen zusammenarbeiten und so früh wie möglich gezielte Maßnahmen für Schülerinnen und Schüler anbieten, die bereits psychische Probleme haben oder in

dieser Hinsicht gefährdet sind. Durch eine enge fachübergreifende Zusammenarbeit mit Gesundheitsdiensten, psychologischen Beratungsstellen, Sozialdiensten und anderen Stellen können Schulen die Lernenden bei psychischen Problemen interdisziplinär unterstützen und die Eltern und die betroffenen Schülerinnen und Schüler in den Entscheidungsprozess einbeziehen. Diese sektorenübergreifenden Interventionen müssen möglichst niedrigschwellig, bedarfsgesteuert, adäquat und fair sein. Wenn die Schulen bei der Mobilisierung und Koordination von Hilfsangeboten für Lernende und deren Eltern eine Schlüsselrolle bekommen, ist gewährleistet, dass diese Dienste einfach und ohne Stigmatisierung zugänglich sind und mit anderen Unterstützungsangeboten an der Schule verknüpft werden können.

## **9. Strategischer Schwerpunkt auf den psychischen Problemen gefährdeter und marginalisierter Lernender**

Gefährdete, benachteiligte und marginalisierter Schülerinnen und Schüler entwickeln besonders häufig psychische Probleme. Dazu gehören zum Beispiel Kinder aus Familien mit niedrigem sozio-ökonomischem Status oder Migrationshintergrund und Kinder, die Missbrauch, Gewalt oder Mobbing erlebt oder ein anderes Trauma erfahren haben. In Schulen mit starkem Leistungs- und Konkurrenzdruck können die starke Lernbelastung, hohe Erwartungen oder Versagensängste ebenfalls zu psychischen Problemen führen. Schulen sind in einer einzigartigen Position, um durch Maßnahmen, die präventiv wirken und die Resilienz stärken, in einer kritischen Phase auf psychische Probleme besonders gefährdeter Lernenden zu reagieren und zu verhindern, dass sich daraus komplexere und chronische psychische Erkrankungen entwickeln. Diese Interventionen müssen in einem integrativen Rahmen stattfinden, damit die Betroffenen nicht in Schubladen gesteckt und stigmatisiert werden. Durch diesen strategischen Schwerpunkt können die Schulen zu mehr Chancengleichheit beitragen.

## **10. Beteiligung der gesamten Schulgemeinschaft an gezielten Interventionen im Kampf gegen Mobbing**

Mobbing erhöht das Risiko für psychische Erkrankungen bei den Opfern, aber auch bei den Tätern und unbeteiligten Mitschülern. Daher sollten in allen Schulen Präventionsmaßnahmen gegen Mobbing durchgeführt werden. Diese sollten im Rahmen des ganzheitlichen Schulkonzepts als universelle Maßnahmen mit hoher Priorität verankert sein. Ergänzt werden sollten diese durch selektive und bedarfsgesteuerte Interventionen für bestimmte Risikogruppen und einzelne Lernende. Welche Interventionen mit welchen Elementen wie umgesetzt werden, sollte genau auf die konkreten Bedürfnisse der jeweiligen Schülerinnen und Schüler (z. B. Pubertät, Minderheiten), der Schule, der lokalen Gemeinschaft und der Region abgestimmt werden. Dafür müssen das Phänomen Mobbing in der Schule bzw. dem Bereich, in dem es auftritt, genau analysiert und die Umsetzung der Maßnahmen und die Arbeit des größeren Netzwerks, das die Schule mit externen Fachkräften, der Politik und anderen Mitgliedern der Gemeinschaft verbindet, genau überwacht werden. Die Interventionen sollten sich auch an Schulmitarbeiter und Eltern richten und deren Rolle im Kampf gegen Mobbing stärken. Es sollte Kanäle geben, in denen die Stimmen der Schülerinnen und Schüler gehört und sie in einer ihrer Entwicklung angemessenen Art aktiv beteiligt werden.

## **11. Psychische Gesundheit als Priorität bei der Aus- und Weiterbildung von Lehrpersonen**

Bei Interventionen für die psychische Gesundheit spielen Lehrpersonen eine wichtige Rolle - nicht nur bei universellen und, in vielen Fällen, selektiven Interventionen, sondern auch als Teil des sektoren- und fachübergreifenden Teams, das Schülerinnen und Schüler mit psychischen Problemen unterstützt. Programme zur Förderung der psychischen Gesundheit in Schulen können daher nur dann erfolgreich umgesetzt werden, wenn bei der Aus- und Weiterbildung von Lehrpersonen dieses Thema

angemessen behandelt wird. Nationalen Rahmenpläne für die Lehrerausbildung und für Bildungsbehörden sollten daher Kernkompetenzen definieren, die Lehrer für die Förderung der psychischen Gesundheit in Schulen brauchen. Das heißt, Lehrerinnen und Lehrern müssen dazu ausgebildet werden, Interventionen im Bereich der psychischen Gesundheit auf Klassen- und Schulebene durchzuführen. Sie müssen aber auch eine konstruktivistische Didaktik lernen, die auf Kooperation basiert und das Kind in den Mittelpunkt stellt, und ihre eigenen sozialen und emotionalen Kompetenzen und ihre Resilienz stärken. Mentoren-Programme, berufliche Netzwerke, Lerngemeinschaften und Kooperationsplattformen bieten ein Lernumfeld, in dem Lehrpersonen sich über Praktiken zur Förderung der psychischen Gesundheit austauschen und voneinander lernen können. Angebote zur beruflichen Weiterbildung sollten mit den Lehrpersonen abgesprochen und auf ihre Bedürfnisse abgestimmt sein.

## **12. Schutz der psychischen Gesundheit von Erwachsenen, die mit Kindern arbeiten**

Die psychische Gesundheit von Schulmitarbeitern, Eltern, Familienmitgliedern und anderen Erwachsenen hat einen direkten Einfluss auf das psychische Wohl der Schülerinnen und Schülern und sollte deshalb durch entsprechende Maßnahmen gestärkt werden. Lehrerinnen und Lehrer brauchen die aktive Unterstützung lokaler Behörden, der Schulleitung und ihrer Kollegen, um die Herausforderungen und den Stress ihres Berufs zu bewältigen und ihr eigenes psychisches Wohlergehen zu schützen. Außerdem sollten Schulen die Eltern nicht nur ermutigen, an Maßnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit mitverantwortlich und aktiv teilzunehmen, sondern sie auch durch Elternkurse dabei unterstützen, sich um ihre eigene psychische Gesundheit zu kümmern.

## **13. Forschung und auf Forschung basierende Praktiken stärken**

Wie die meisten Übersichtsarbeiten betonen, die für diesen Bericht herangezogen wurden, haben viele der berücksichtigten Studien methodologische Schwächen. Das heißt, es fehlen gut konzipierte Forschungsprojekte und zuverlässige Daten darüber, wie die psychische Gesundheit und das psychische Wohlergehen in Schulen wirksam gefördert werden können. Besonders wenig Daten gibt es zu mehrschichtigen und komplexen ganzheitlichen Schulkonzepten, deren gelungen und dauerhafte Umsetzung besonders schwierig ist. Außerdem sollte weiter untersucht werden, wie der formale Lehrplan und didaktische Verfahren sowohl die psychische Gesundheit als auch akademisches Lernen stärken und optimieren können. Auch die Frage, welche universellen, selektiven und bedarfsgesteuerten Interventionen für welche Zielgruppen funktionieren, wurde (anders als in Nordamerika und Australien) in Europa noch zu wenig erforscht. Eine gründliche Evaluierung aller bestehenden und neu entwickelten Interventionen in europäischen Schulen würde die Datenbasis verbessern und Schulen in ganz Europa ein Repertoire datengestützter Interventionen bereitstellen, aus dem sie je nach Bedarf geeignete Maßnahmen auswählen und an ihren Kontext anpassen könnten. Dabei sollten auch Interventionen berücksichtigt werden, die von einzelnen Schulen entwickelt und umgesetzt wurden. Mit einer starken Datenbasis könnte die Förderung der psychischen Gesundheit und des psychischen Wohlergebens tief in den europäischen Bildungssysteme verankert werden.

Um die voranstehenden Empfehlungen umzusetzen, muss das Bildungssystem neu gedacht, gestaltet und operationalisiert werden. Dieser Prozess stößt womöglich bei Bildungsbehörden, Schulmitarbeitern und Eltern auf Widerstand, deren Verständnis, Erwartungen und Identität in Frage gestellt werden. Um die Schulen zu befähigen, diese Transformation von unten nach oben und partizipatorisch umzusetzen, braucht es neue Rechtsvorschriften, politisches Engagement und politische Initiativen, Aus- und Weiterbildung und die Unterstützung aller betroffenen Ebenen und Sektoren.

(Diese Seite wurde absichtlich leer gelassen)

### **Informationen über die EU finden**

#### Online

Informationen über die Europäische Union in allen Amtssprachen der EU finden Sie auf der Europa-Website unter: [https://europa.eu/european-union/index\\_de](https://europa.eu/european-union/index_de)

#### EU-Veröffentlichungen

Sie können kostenlose EU-Veröffentlichungen herunterladen oder bestellen unter: <https://publications.europa.eu/de/publications>. Mehrere Exemplare kostenloser Veröffentlichungen erhalten Sie, indem Sie sich an Europe Direct oder Ihr lokales Informationszentrum wenden (siehe [https://europa.eu/european-union/contact\\_de](https://europa.eu/european-union/contact_de)).

