



# ***Psychische Gesundheitskompetenz und Stigma im Schulalltag (Sekundarstufe II): Praktische Implikationen der SchülerInnen- und Schulpersonalbefragung***

Finanziert durch den SNF (10001C\_173235)

Michelle Dey & Laurent Marti

Erfahrungsaustausch- und Impulstagung, 29. März 2019

---

# Themen des Workshops

## Einstiegsthema

**Thema 1:** Schulische Angebote im Bereich psychische Krankheit / Gesundheit  
*Bestehen schulische Unterstützungsangebote zur Behandlung, Aufrechterhaltung und Förderung der psychischen Gesundheit? (Schulpersonalbefragung)*

## Wahlthemen

**Thema 2:** Herausforderungen für SchülerInnen der Stufe Sek II  
*Welche Herausforderungen erleben SchülerInnen der Sek II gemäss Lehrpersonen, RektorInnen, usw.? (Schulpersonalbefragung)*

**Thema 3:** Lehrpersonen als HelferInnen  
*Wie hilfreich schätzen SchülerInnen Lehrpersonen ein, um einem / einer SchülerIn mit einem psychischen Problem zu helfen? (SchülerInnenbefragung)*

**Thema 4:** Erfragen von Suizidgedanken  
*Wie hilfreich wird das Erfragen von Suizidgedanken von SchülerInnen vs. dem Schulpersonal eingeschätzt? (SchülerInnen- / Schulpersonalbefragung)*

**Thema 5:** «Erste Hilfe»-Fertigkeiten  
*Schätzen SchülerInnen dieselben «Erste Hilfe»-Fertigkeiten als hilfreich bzw. schädlich ein wie Fachpersonen? (SchülerInnenbefragung)*

# SCHULISCHE ANGEBOTE IM BEREICH PSYCHISCHE KRANKHEIT /

## GESUNDHEIT:

BESTEHEN SCHULISCHE UNTERSTÜTZUNGSANGEBOTE  
ZUR BEHANDLUNG, AUFRECHTERHALTUNG UND  
FÖRDERUNG DER PSYCHISCHEN GESUNDHEIT?

SCHULPERSONALBEFRAGUNG

## Therapie- / Beratungsangebot für SchülerInnen mit psychischen Problemen

- Über 90% der Schulen haben ein niederschwelliges internes Angebot / eine Ansprechperson
- 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.
- Den Angeboten gemeinsam ist:
  - Ansprechperson untersteht der Schweigepflicht;
  - zumindest die ersten Beratungsgespräche sind kostenlos;
  - Triagefunktion.

## Präventions- und Gesundheitsförderungsprogramme zur Aufrechterhaltung der psychischen Gesundheit der SchülerInnen

- 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.
- Andere, seltener erwähnte Präventions- und Gesundheitsförderungsprogramme:
  - Sporttag / freiwilliges Sportangebot;
  - Yoga, Meditation, Entspannungstraining, mentales Training;
  - Kurse zum Selbstmanagement bzw. Stress(bewältigung);
  - etc.
- Vereinzelt: Thema «psychische Gesundheit» = Bestandteil der Ausbildung (z.B. Fachfrau/-mann Gesundheit) bzw. des allgemeinbildenden Unterrichts
- Programmanbieter: dafür angestellte Fachpersonen (z.B. PsychologInnen); externe Fachstellen; speziell dafür ausgebildete Lehrpersonen / Personen der Schulleitung

## Schulische Angebote im Bereich psychische Krankheit / Gesundheit: Vorläufiges Fazit

- Die meisten Schulen haben ein Angebot für SchülerInnen mit einem psychischen Problem.
- Präventions- beziehungsweise Gesundheitsförderungsprogramme im Bereich psychische Gesundheit sind weniger gut etabliert und werden stattdessen oftmals nur punktuell und hauptsächlich mit dem thematischen Fokus auf Sucht angeboten.

# Wahlthemen

## **Thema 2:** Herausforderungen für SchülerInnen der Stufe Sek II

*Welche Herausforderungen erleben SchülerInnen der Sek II gemäss Lehrpersonen, RektorInnen, usw.? (Schulpersonalbefragung)*

## **Thema 3:** Lehrpersonen als HelferInnen

*Wie hilfreich schätzen SchülerInnen Lehrpersonen ein, um einem / einer SchülerIn mit einem psychischen Problem zu helfen? (SchülerInnenbefragung)*

## **Thema 4:** Erfragen von Suizidgedanken

*Wie hilfreich wird das Erfragen von Suizidgedanken von SchülerInnen vs. Schulpersonal eingeschätzt? (SchülerInnen- / Schulpersonalbefragung)*

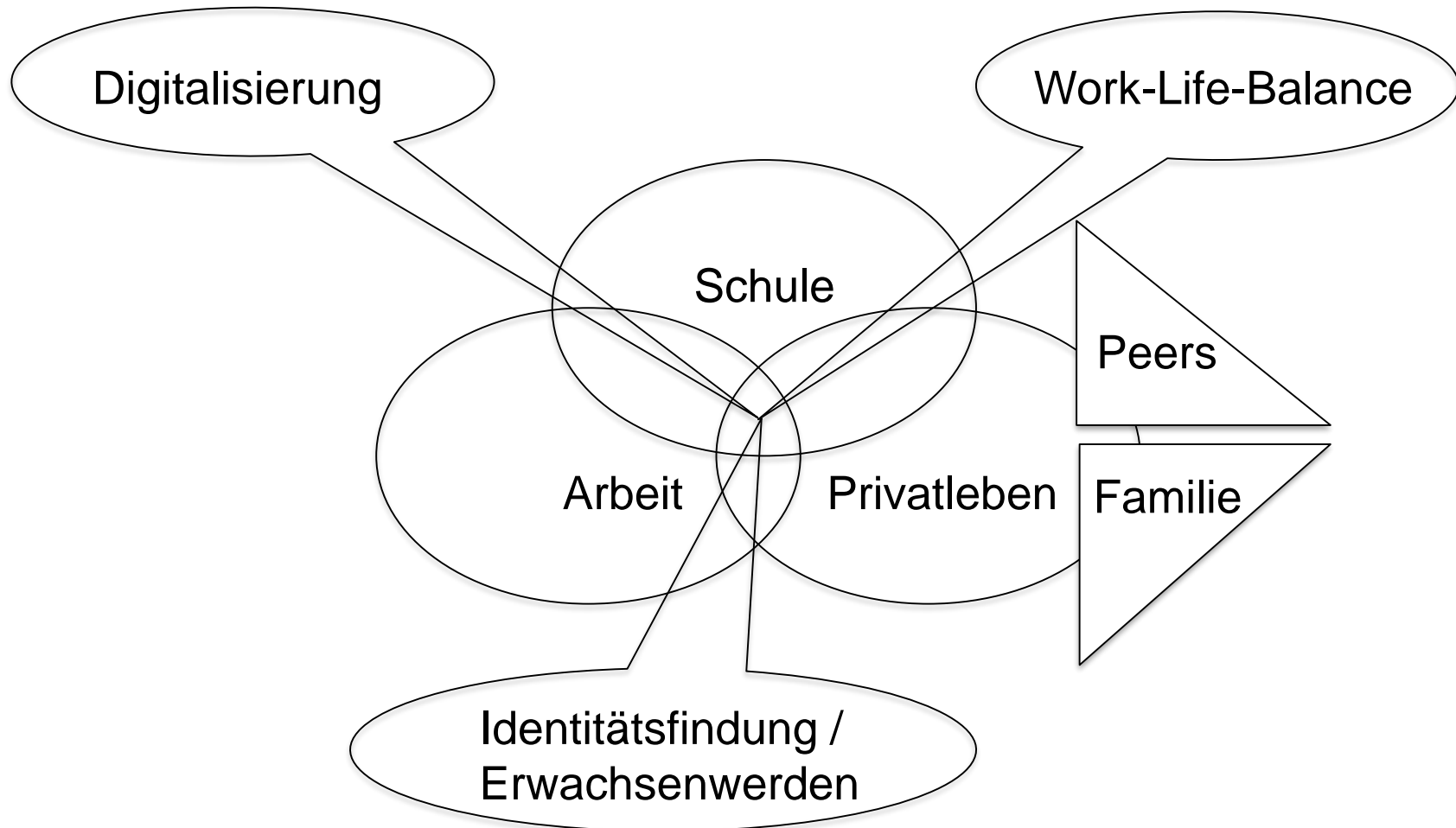
## **Thema 5:** «Erste Hilfe»-Fertigkeiten

*Schätzen SchülerInnen dieselben «Erste Hilfe»-Fertigkeiten als hilfreich bzw. schädlich ein wie Fachpersonen? (SchülerInnenbefragung)*

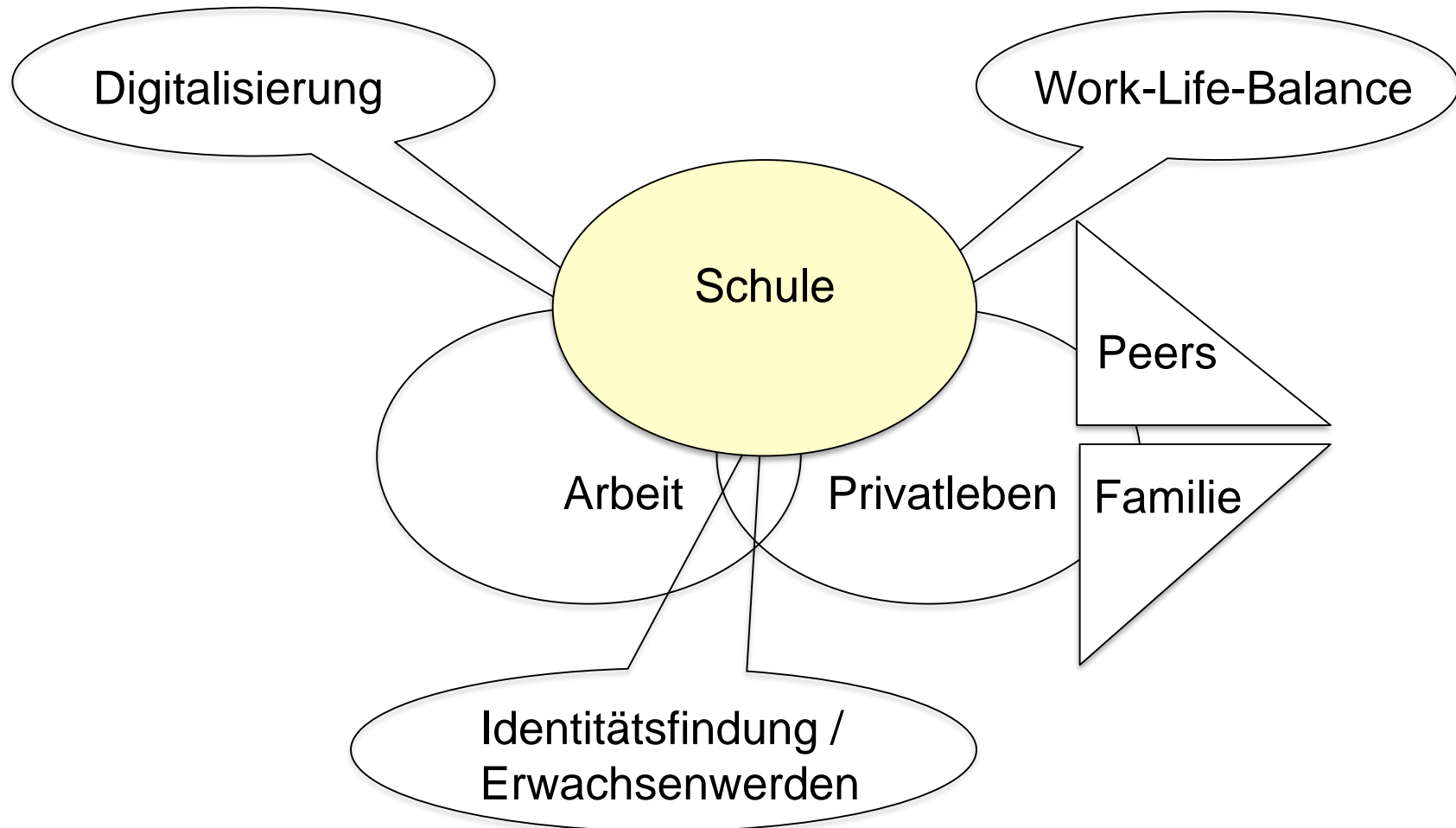
# HERAUSFORDERUNGEN FÜR SCHÜLERINNEN DER STUFE SEK II: WELCHE HERAUSFORDERUNGEN ERLEBEN SCHÜLERINNEN DER SEK II GEMÄSS LEHRPERSONEN, REKTORINNEN, USW.? SCHULPERSONALBEFRAGUNG



# Vom Schulpersonal identifizierte Herausforderungen für Sek-II-SchülerInnen



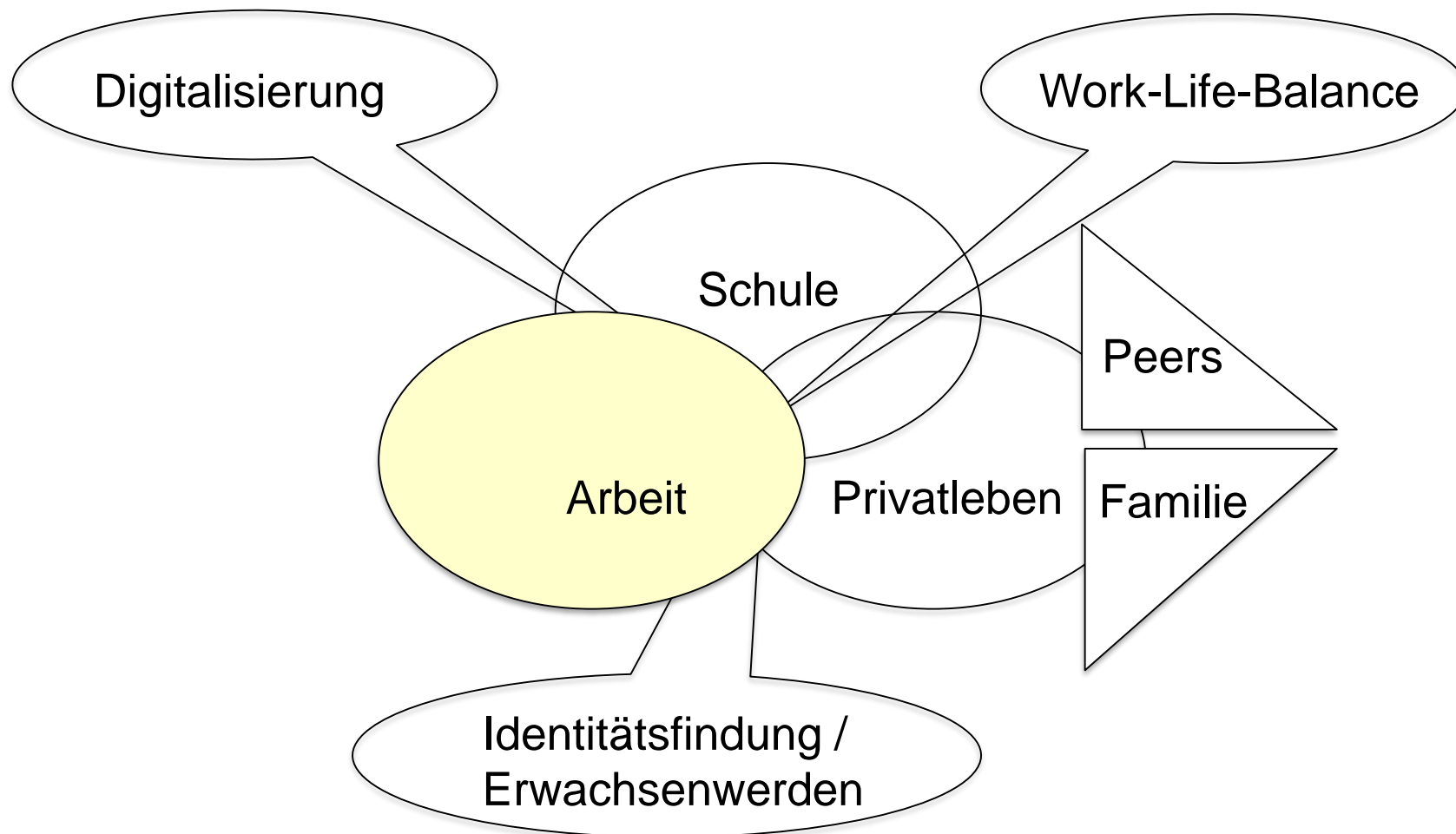
# Vom Schulpersonal identifizierte Herausforderungen für Sek-II-SchülerInnen



## Schule: Antwortbeispiele des Schulpersonals

- *„Häufig starker familiärer / gesellschaftlicher Druck, am Gymnasium zu reüssieren.“*
- *„Prüfungsstress gegen Ende Semester.“*
- *„Die Belastung durch die hohe Stundenzahl und die vielen Fächer und Prüfungen.“*

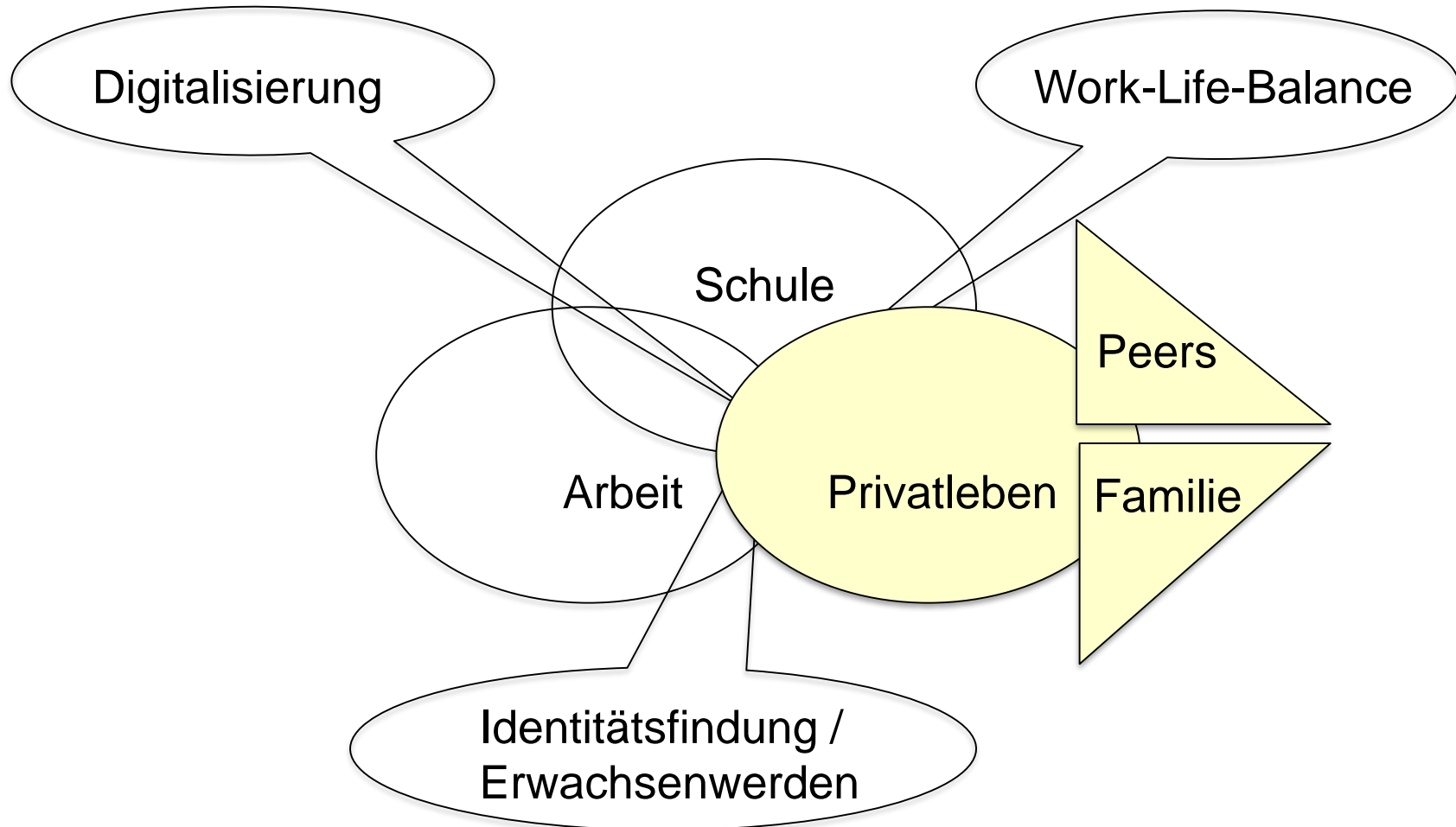
# Vom Schulpersonal identifizierte Herausforderungen für Sek-II-SchülerInnen



## Arbeit: Antwortbeispiele des Schulpersonals

- *„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.).“*
- *„Umgang mit der Unsicherheit, ob ihr Berufsfeld in der Zukunft überhaupt noch existiert.“*

# Vom Schulpersonal identifizierte Herausforderungen für Sek-II-SchülerInnen



# Privatleben: Antwortbeispiele des Schulpersonals

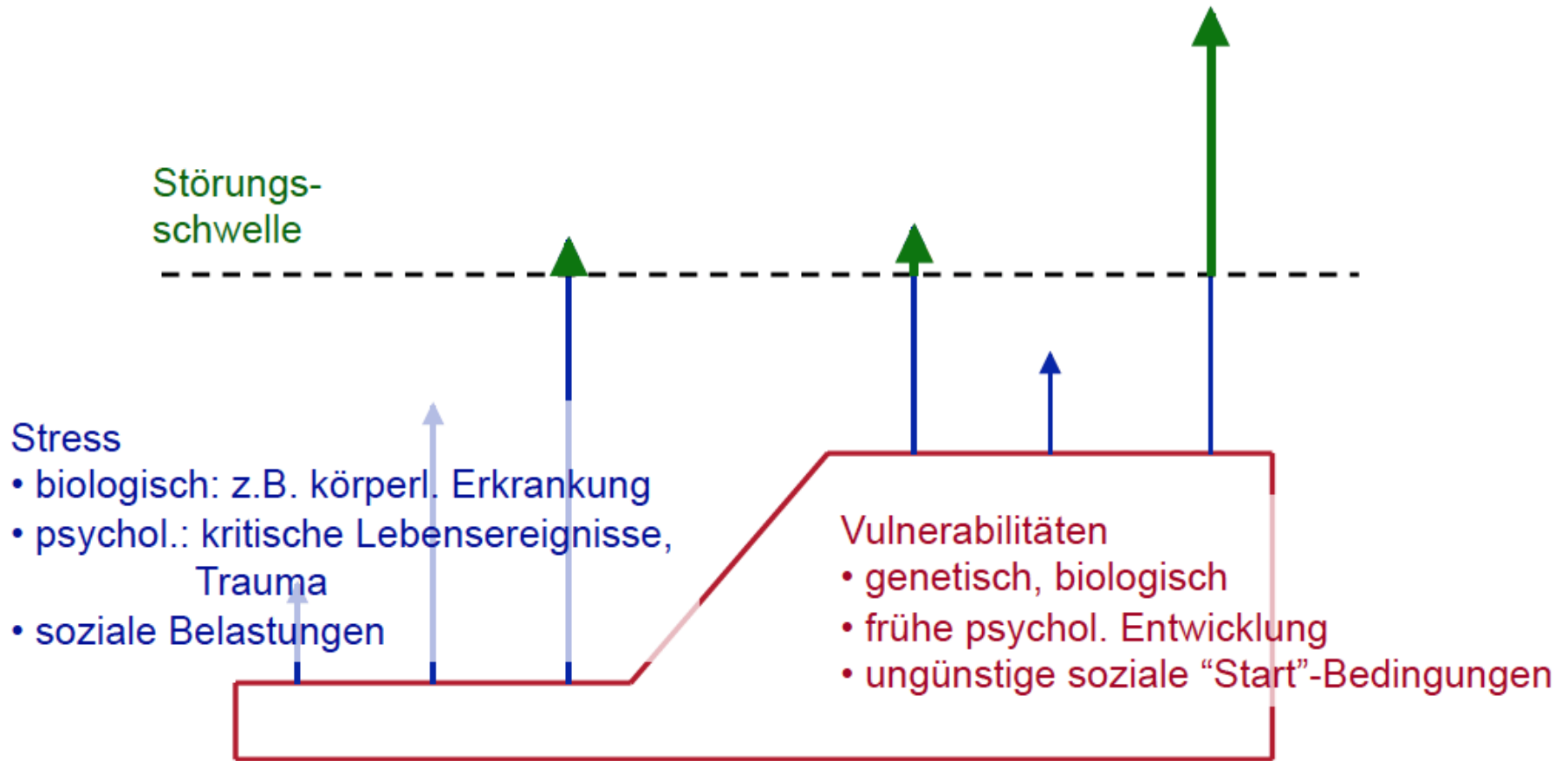
## **Peers**

- *„Peer pressure.“*
- *„Auseinandersetzung mit Mitschülern.“*
- *„Die eigenen Wünsche und die Rolle in Liebensbeziehungen / Sexualität zu finden.“*

## **Familie**

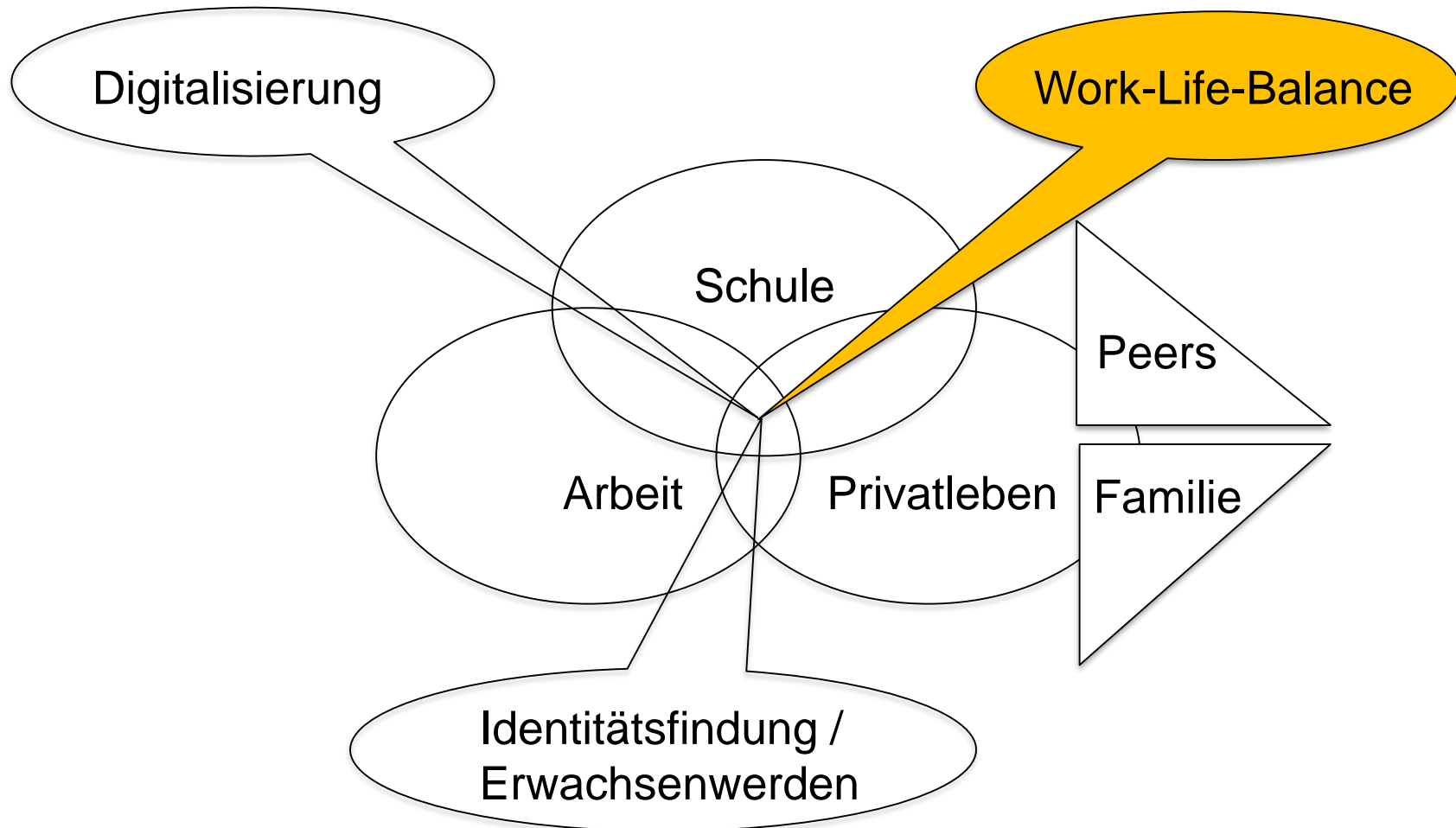
- *„Ablösung vom Elternhaus.“*
- *„Schwierige Familienverhältnisse, nur teilweise altersadäquate Betreuung durch die Eltern.“*
- *„Familiäre Probleme inkl. Leben in zwei Kulturen (ca. 80-90% meiner Berufsschülerinnen sind „secondas“ aus aller Welt).“*

# Vulnerabilitäts-Stress-Modell





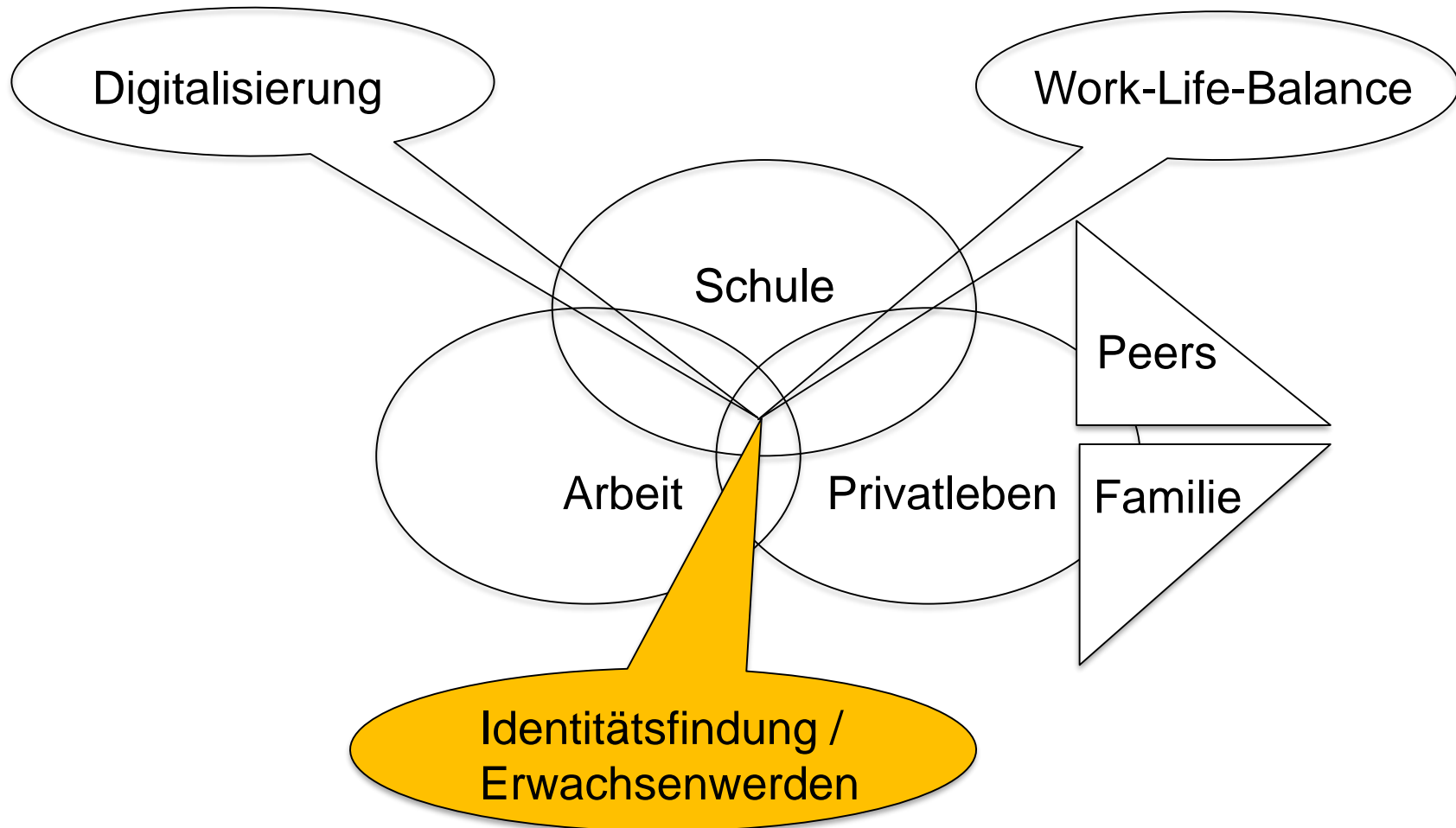
# Vom Schulpersonal identifizierte Herausforderungen für Sek-II-SchülerInnen



## Work-Life-Balance: Antwortbeispiele des Schulpersonals

- *„Privates und Schule unter einen Hut zu bringen.“*
- *„Schaffen einer Koordination und eines Gleichgewichts zwischen schulischen und privaten Tätigkeiten.“*

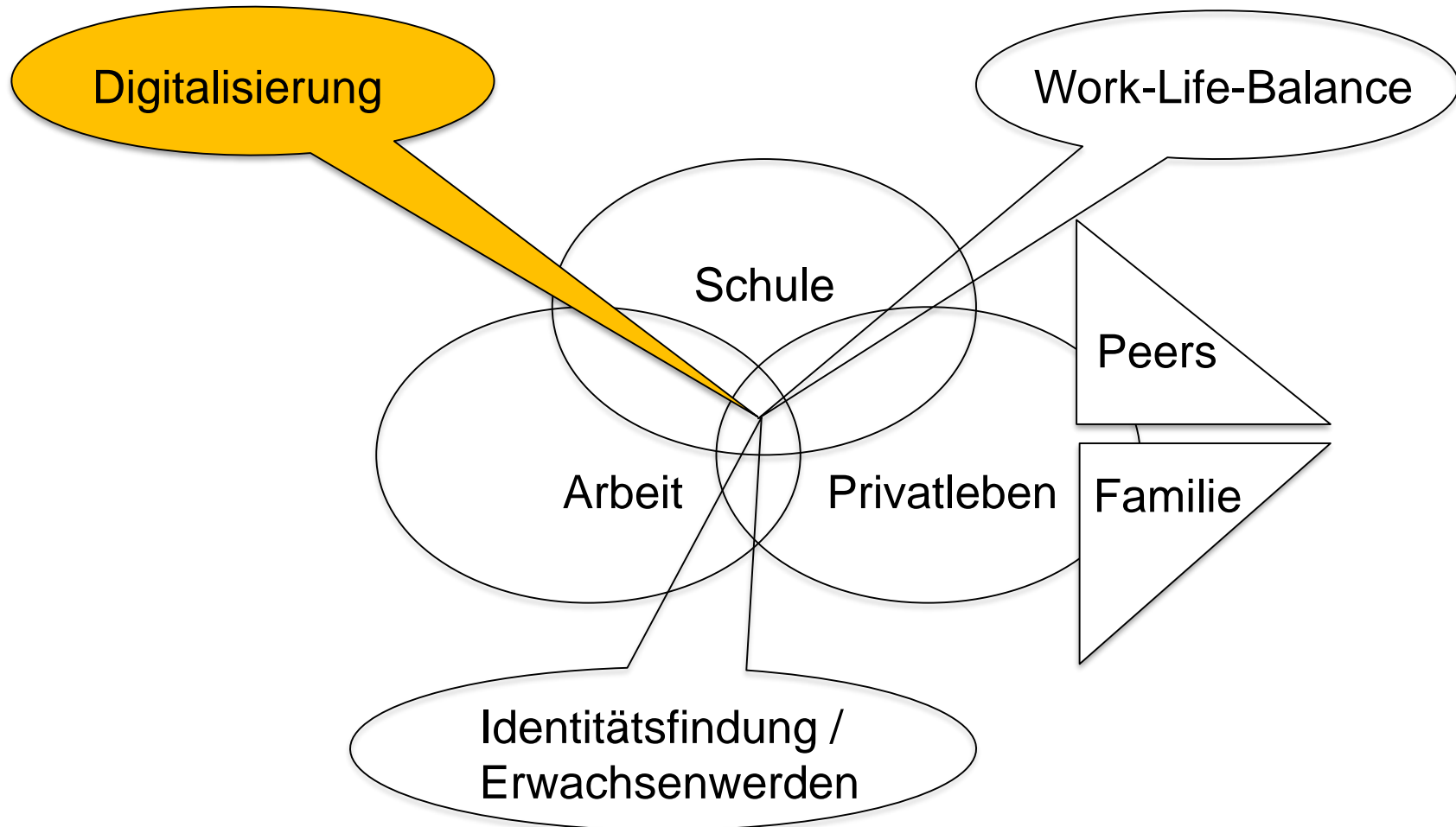
# Vom Schulpersonal identifizierte Herausforderungen für Sek-II-SchülerInnen



## Identitätsfindung / Erwachsenwerden: Antwortbeispiele des Schulpersonals

- *„Identität: Entwicklung eines gesunden Selbstbildes (Beeinflussung durch Peers, Werbung, soziale Medien).“*
- *„Eigene Persönlichkeitsentwicklung / Adoleszenzkrisen.“*
- *„Klärung der Zukunftsfrage / Umbruchsituation und damit verbundene Unsicherheiten: was will ich in meinem Leben, was macht Sinn, was mache ich gerne, ...“*
- *„Sich in einer immer komplexeren Welt mit vielen Widersprüchlichkeiten und Ungerechtigkeiten zurechtzufinden.“*

# Vom Schulpersonal identifizierte Herausforderungen für Sek-II-SchülerInnen



## Digitalisierung: Antwortbeispiele des Schulpersonals

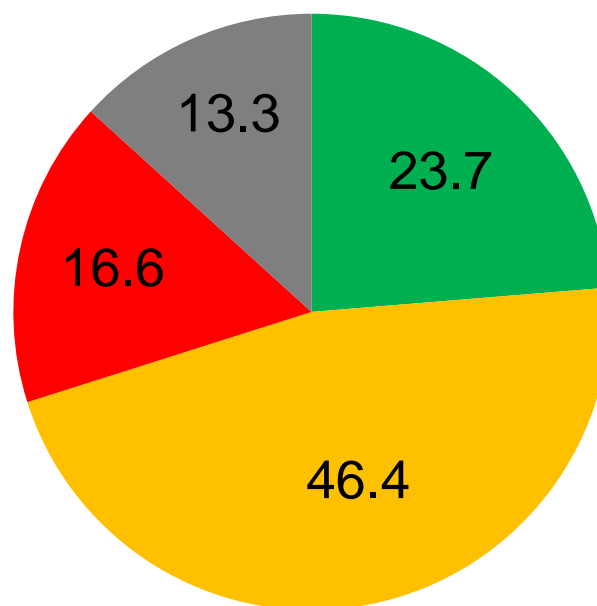
- *„Ständige Ablenkungsmöglichkeiten durch Smartphones machen Konzentration und Lernen schwierig (vor allem nach der Schule, während dem Unterricht lässt es sich einigermaßen kontrollieren).“*
- *„Informationsflut und Beurteilung der Wertigkeit und Sinnhaftigkeit von Information und Wissen.“*
- *„Themenkreis Cybermobbing – Nacktselfies u.ä. und ständiges Kuratieren der eigenen Persönlichkeit für Instagram und Snapchat.“*
- *„Steigende Ansprüche des Arbeitsmarkts (Flexibilität, Digitalisierung etc.).“*

# LEHRPERSONEN ALS HELFERINNEN:

WIE SCHÄTZEN SCHÜLERINNEN LEHRPERSONEN EIN?  
SCHÜLERINNENBEFRAGUNG

# Einschätzung von Lehrpersonen durch SchülerInnen

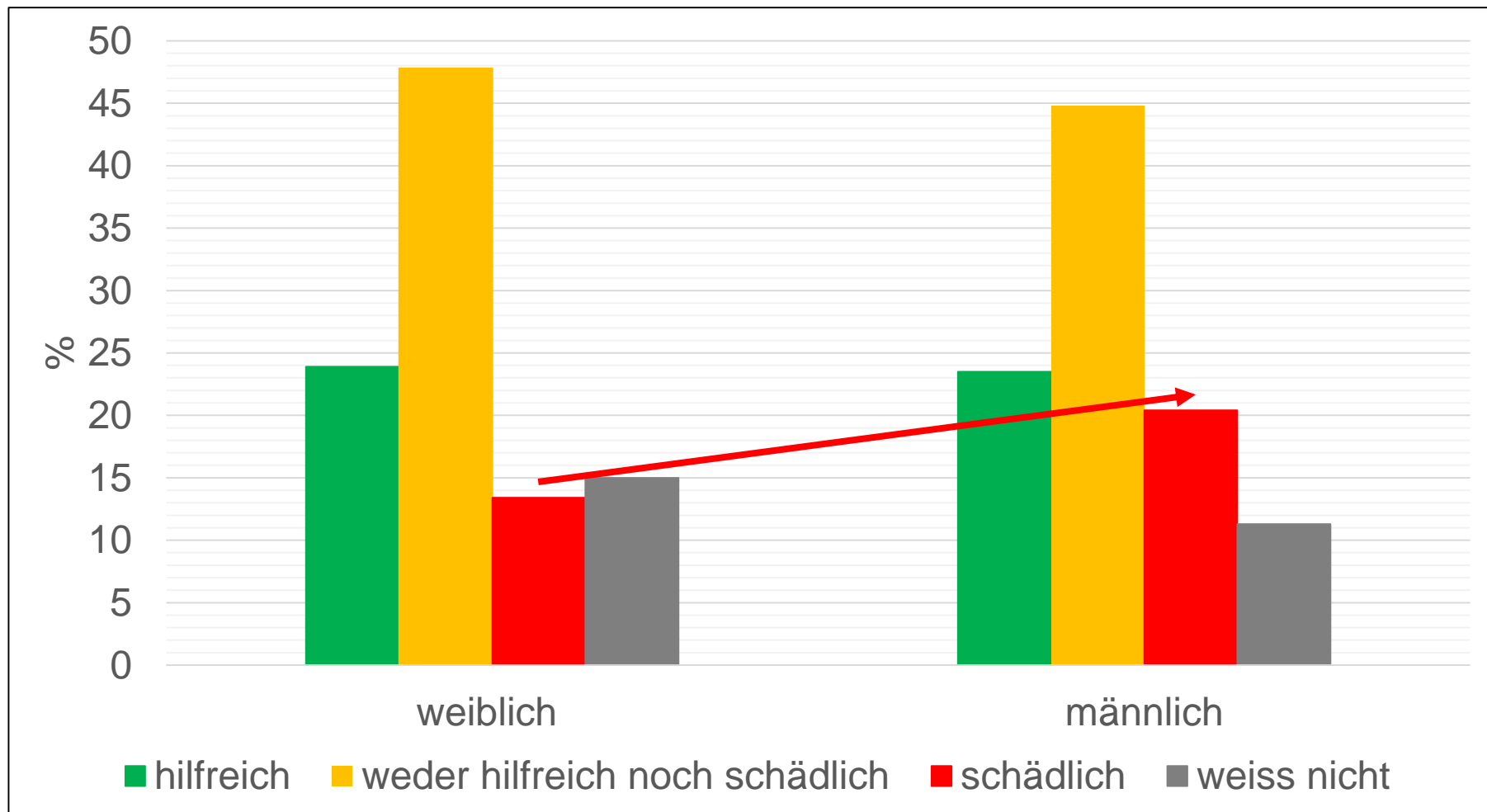
Fragestellung: Wie hilfreich beziehungsweise schädlich der Einbezug von Lehrpersonen eingeschätzt wird, um Anna / Lukas zu helfen.



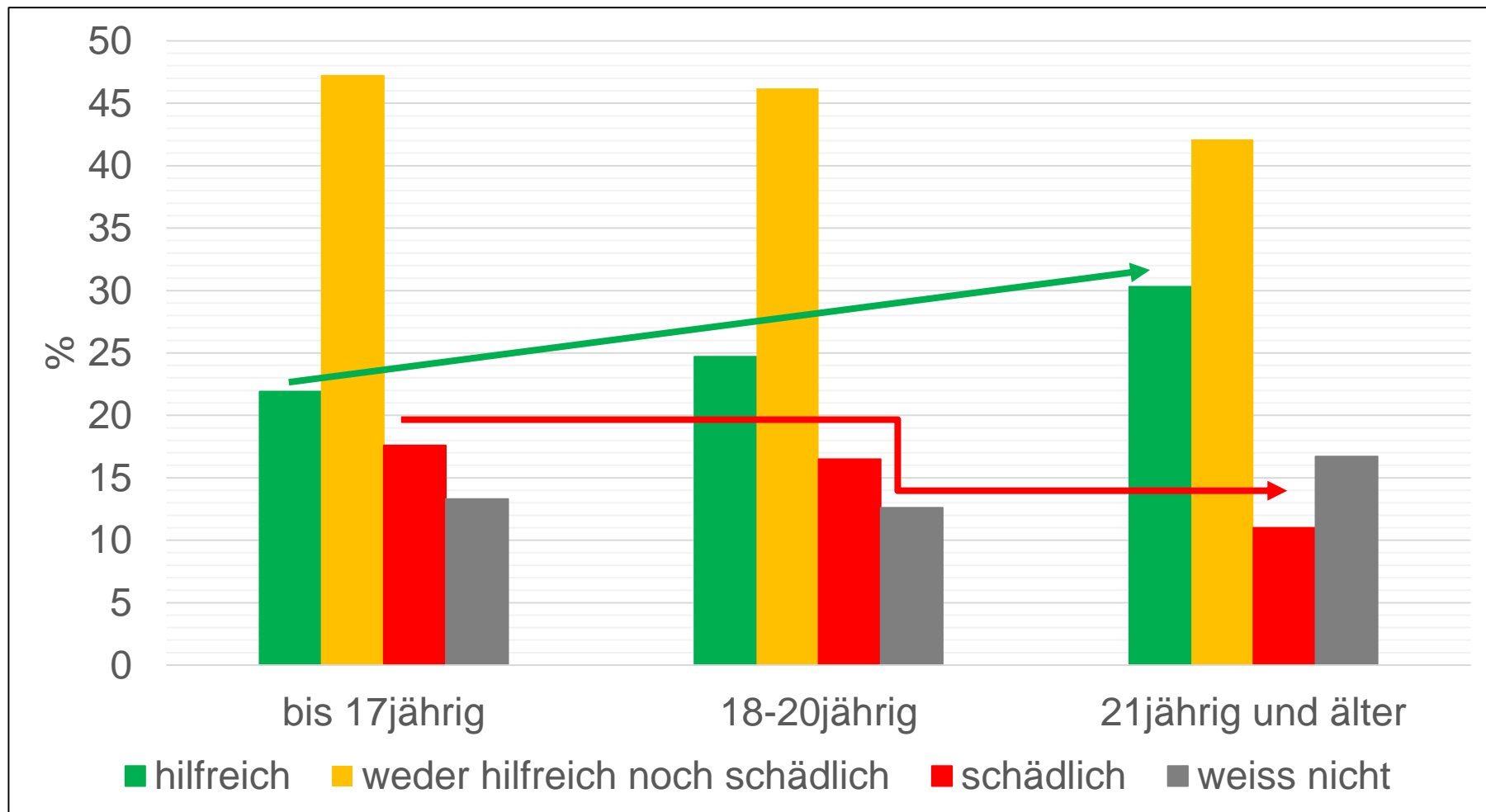
■ hilfreich ■ weder hilfreich noch schädlich ■ schädlich ■ weiss nicht



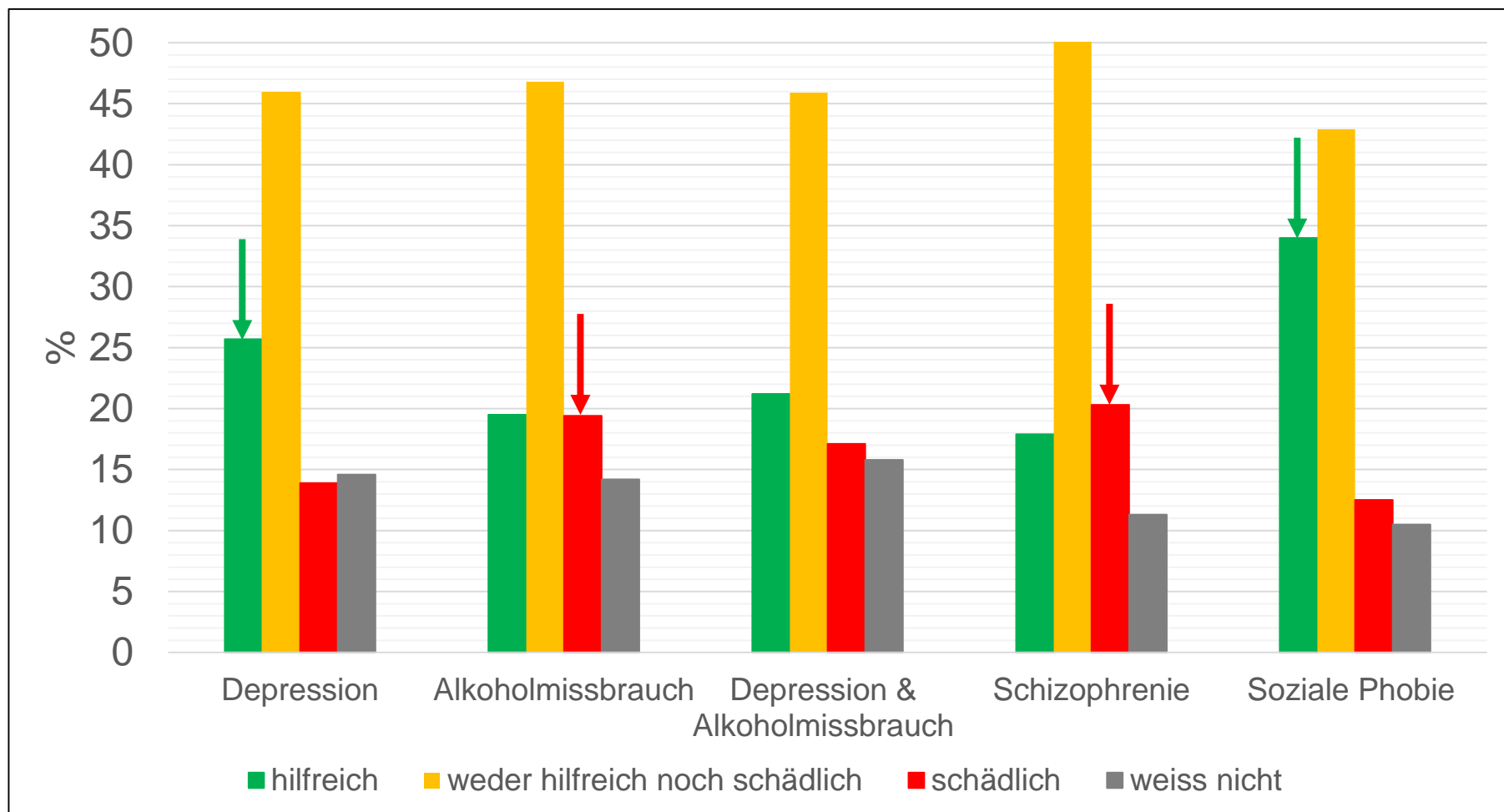
# Einschätzung von Lehrpersonen durch SchülerInnen nach Geschlecht



# Einschätzung von Lehrpersonen durch SchülerInnen nach Alter



# Einschätzung von Lehrpersonen durch SchülerInnen nach Vignette



# Einschätzung von Lehrpersonen durch SchülerInnen: Vorläufiges Fazit

- Wenn Lehrpersonen SchülerInnen mit psychischen Problemen helfen möchten, dann sind die SchülerInnen möglicherweise nicht immer gewillt, diese Hilfe anzunehmen bzw. über ihre Probleme zu sprechen, insbesondere...
  - männliche Schüler
  - jüngere SchülerInnen
  - beim Vorliegen von bestimmten psychischen Problemen

# ERFRAGEN VON SUIZIDGEDANKEN:

WIE HILFREICH WIRD DAS ERFRAGEN VON  
SUIZIDGEDANKEN VON SCHÜLERINNEN VS. DEM  
SCHULPERSONAL EINGESCHÄTZT?

SCHÜLERINNEN- / SCHULPERSONALBEFRAGUNG

# Kampagne Pro Juventute / SBB / Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich



# Mental health first aid action plan: ALGEE

(Kitchener & Jorm, 2008)



**A**pproach, assess and assist with any crisis

**L**isten and communicate non-judgmentally

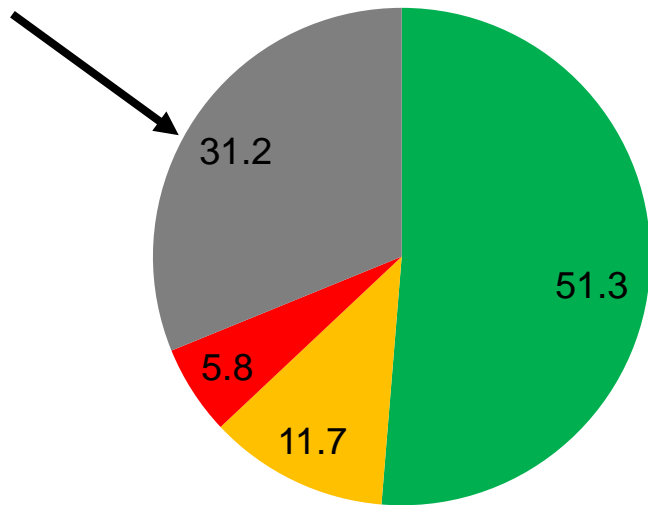
**G**ive support and information

**E**ncourage appropriate professional help

**E**ncourage other supports

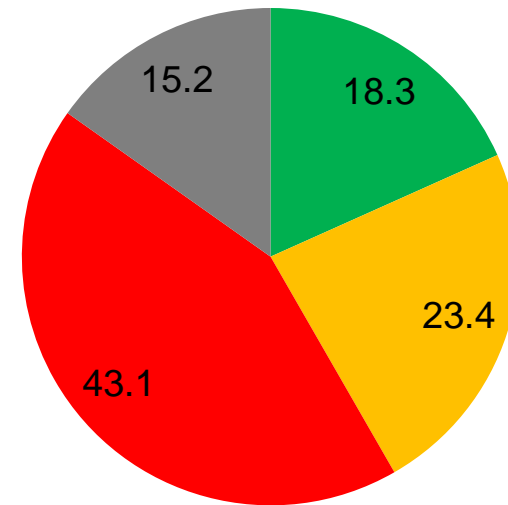
# Wie hilfreich / schädlich wird das Erfragen von Suizidgedanken eingeschätzt

Antworten von **Lehrpersonen:** Hilfreich bzw. schädlich, ein/e Schüler/in nach Suizidgedanken zu fragen



- hilfreich
- weder hilfreich noch schädlich
- schädlich
- weiss nicht

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

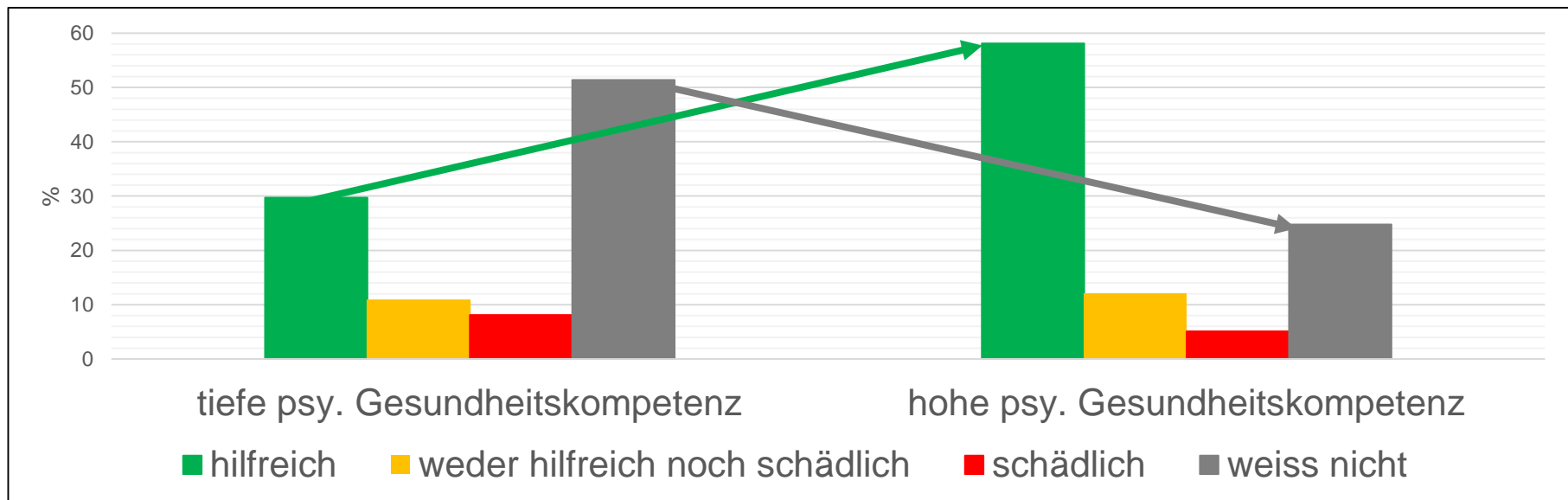


- hilfreich
- weder hilfreich noch schädlich
- schädlich
- weiss nicht



# Wie hilfreich / schädlich wird das Erfragen von Suizidgedanken eingeschätzt

- Mögliche Gründe für diesbezügliche Unsicherheit bei Lehrpersonen:
  - Nicht genug kompetent fühlen / nicht wissen, was unternehmen, wenn SchülerIn tatsächlich suizidal ist.



# Wie hilfreich / schädlich wird das Erfragen von Suizidgedanken eingeschätzt

- Angst haben, dass durch das Erfragen von Suizidgedanken erst entsprechende Gedanken hervorgerufen werden;
  - Diese Angst scheint aber wissenschaftlich unbegründet zu sein (Gould et al., 2005);
- Nicht verantwortlich fühlen;
- Das Erfragen von Suizidgedanken als Grenzüberschreitung wahrnehmen;
- «Normales pubertäres Verhalten» bzw. ein schwerwiegenderes Problem sind schwierig zu differenzieren.

# Wie hilfreich / schädlich wird das Erfragen von Suizidgedanken eingeschätzt: Vorläufiges Fazit

- Dass das Erfragen von Suizidgedanken wichtig ist, zeigt sich in wissenschaftlichen Untersuchungen. Daher ist nicht erstaunlich, dass auch unterschiedliche (Präventions)kampagnen die Wichtigkeit des Erfragens von Suizidgedanken hervorheben.
- Dass das Erfragen von Suizidgedanken hilfreich sein kann, sollte sowohl SchülerInnen als auch Lehrpersonen vermittelt werden. Hindernisse für das Ansprechen sollten zur Kenntnis genommen werden.
- Viele Schulen haben Abläufe für die Krisensituation „Suizid(versuch) einer Schülerin / eines Schülers beziehungsweise des Schulpersonals“ definiert:
  - diese Abläufe besser bekannt machen;
  - in Schulen, in denen solche Abläufe noch nicht definiert sind, sollten diese noch ausformuliert werden.

# «ERSTE HILFE»- FERTIGKEITEN:

SCHÄTZEN SCHÜLERINNEN DIESELBEN «ERSTE HILFE»-  
FERTIGKEITEN ALS HILFREICH BZW. SCHÄDLICH EIN  
WIE FACHPERSONEN?

SCHÜLERINNENBEFRAGUNG

# «Erste Hilfe»-Fertigkeiten

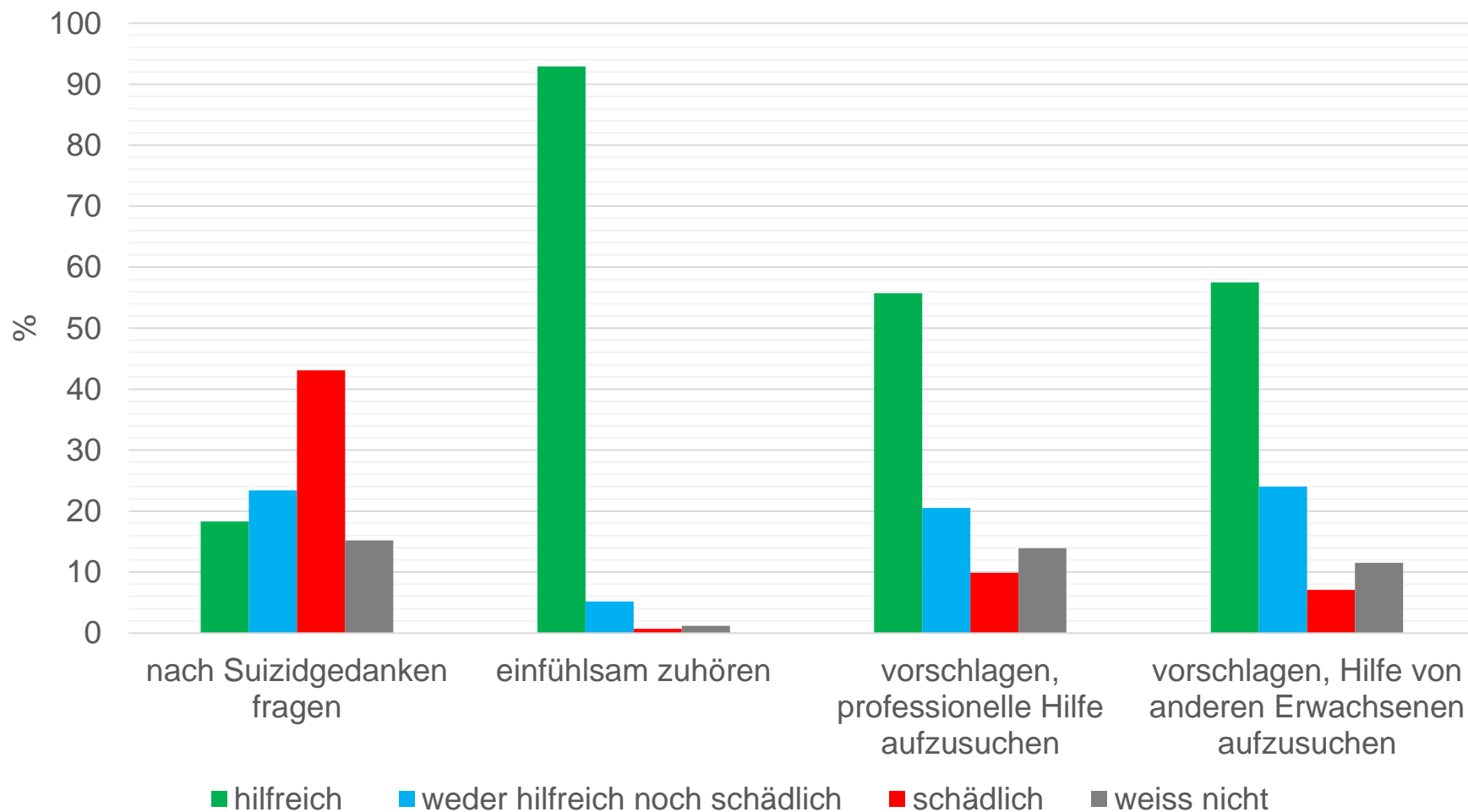
## ALGEE



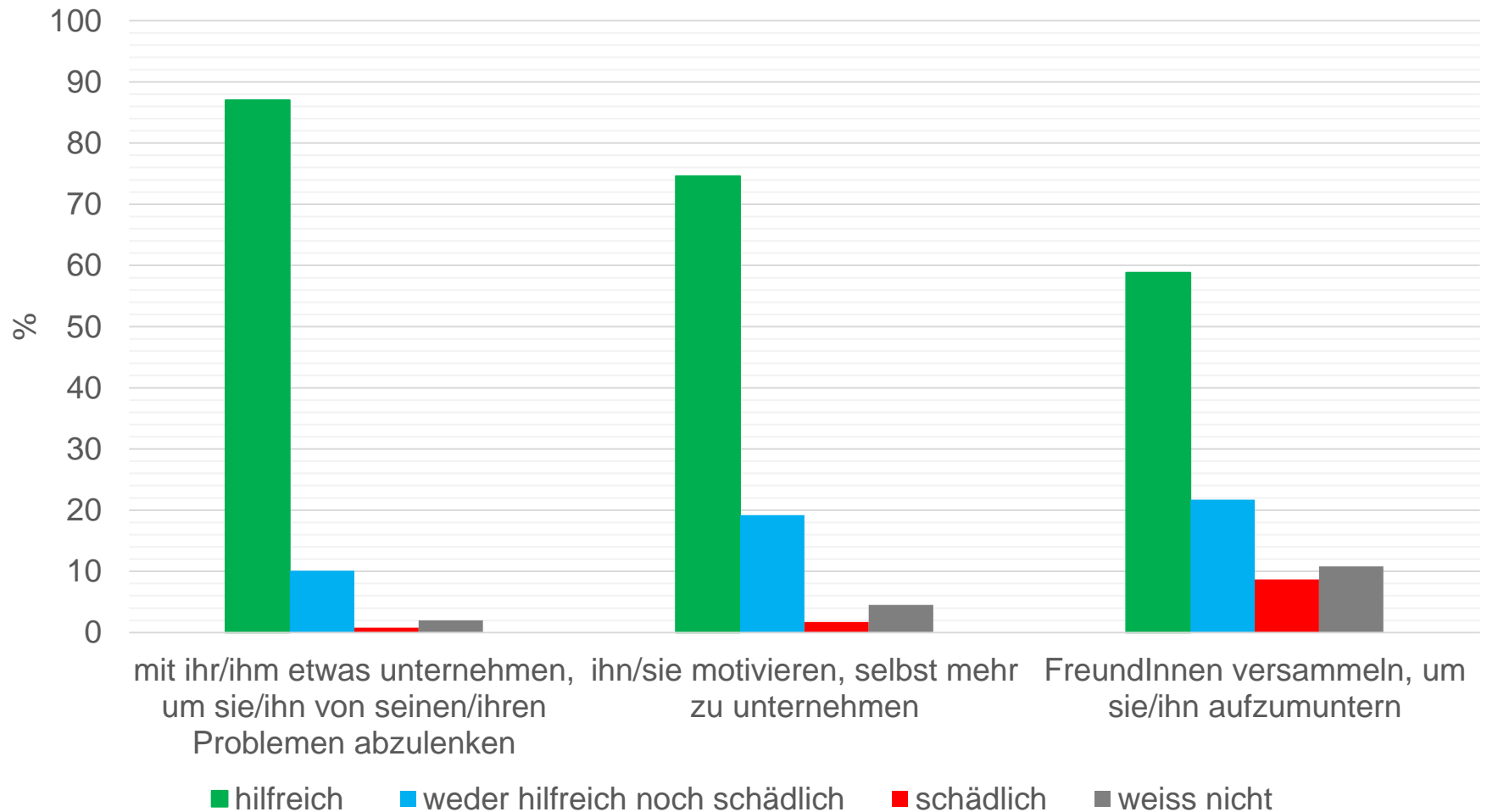
- A**pproach, assess and assist with any crisis
- L**isten and communicate non-judgmentally
- G**ive support and information
- E**ncourage appropriate professional help
- E**ncourage other supports

Bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen: Hinzuziehen von Erwachsenen ist wichtig (z.B. Eltern, Lehrpersonen, SchulpsychologInnen) (Kelly & Jorm, 2007; Ross et al., 2012)

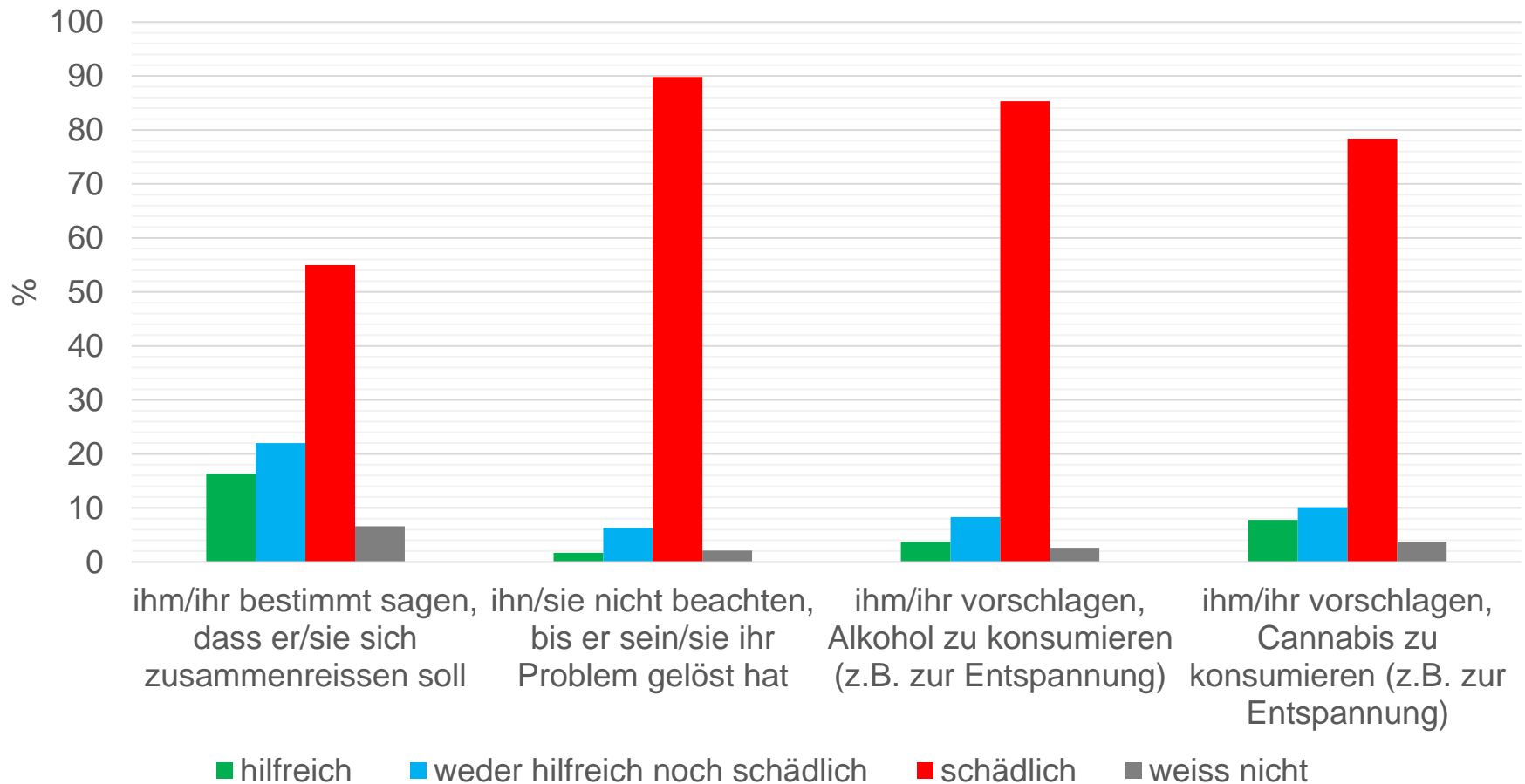
## Werden die von Fachpersonen als hilfreich beurteilten «Erste Hilfe»-Massnahmen auch von SchülerInnen entsprechend beurteilt?



## Werden die von Fachpersonen als *bedingt* hilfreich beurteilten «Erste Hilfe»-Massnahmen auch von SchülerInnen entsprechend beurteilt?

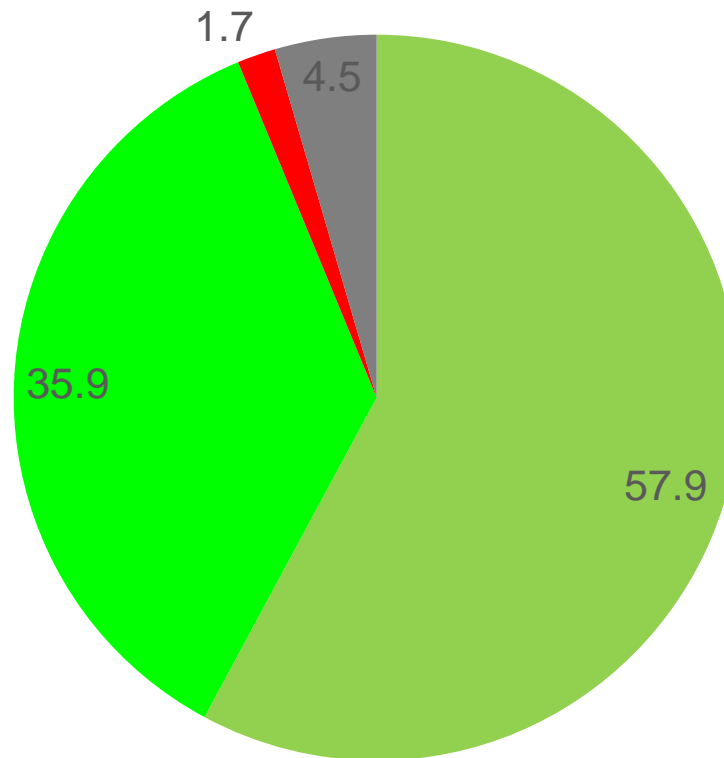


## Werden die von Fachpersonen als schädlich beurteilten «Erste Hilfe»-Massnahmen auch von SchülerInnen entsprechend beurteilt?





# Denkst du, du könntest und würdest Anna / Lukas helfen?



■ ja, definitiv   ■ ja, wahrscheinlich schon   ■ nein   ■ weiss nicht

## «Erste Hilfe»-Fertigkeiten: Vorläufiges Fazit

- Obwohl Jugendliche / junge Erwachsene gewisse «Erste Hilfe»-Massnahmen vergleichbar einschätzen wie ExpertInnen (hilfreich bzw. schädlich), weichen sie in anderen Bereichen stark vom ExpertInnenurteil ab.
- Wichtig ist unter anderem, dass nur ein Teil der Befragten Hilfe von Erwachsenen beiziehen würde. Dies kann auch an der Zuversicht von Heranwachsenden liegen, dass sie einem Peer mit einem psychischen Problem selbst helfen könnten.

# Referenzen

- Gould MS, Marrocco FA, Kleinman M, Thomas JG, Mostkoff K, Cote J, et al. (2005): Evaluating iatrogenic risk of youth suicide screening programs. *JAMA*, 293, 1635.
- Kelly, C. M., & Jorm, A. F. (2007). Adolescents' intentions to offer assistance to friends with depression or conduct disorder: Associations with psychopathology and psychosocial characteristics. *Early Intervention in Psychiatry*, 1(2), 150–156. <http://doi.org/10.1111/j.1751-7893.2007.00009.x>
- Ross, A. M., Hart, L. M., Jorm, A. F., Kelly, C. M., & Kitchener, B. A. (2012). Development of key messages for adolescents on providing basic mental health first aid to peers: A Delphi consensus study. *Early Intervention in Psychiatry*, 6(3), 229–238. <http://doi.org/10.1111/j.1751-7893.2011.00331.x>
- Wittchen, H.-U. & Hoyer, J. (2011). Was ist Klinische Psychologie? Definitionen, Konzepte und Modelle. In H. U. Wittchen & J. Hoyer (Hrsg.), *Klinische Psychologie und Psychotherapie (2. Aufl.)* (S. 3-25). Berlin: Springer.