

V-14 MentalHealthMatters! - Mentale Gesundheit in Schulen stärken

Antragsteller*in: Louis Krüger (KV Berlin-Pankow)

Tagesordnungspunkt: TOP 9 Verschiedenes

1 Definition und ganzheitlicher Ansatz von Mentaler Gesundheit in Schulen

2 Mentale Gesundheit wird von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) als „Zustand
3 des
4 Wohlbefindens“ definiert, „in dem eine Person ihre Fähigkeiten ausschöpfen, die
5 normalen
6 Lebensbelastungen bewältigen, produktiv arbeiten und einen Beitrag zur
7 Gemeinschaft leisten
8 kann“ (WHO 2019). Dieses Wohlbefinden hängt nicht nur von individuellen Faktoren
9 ab, sondern
wird maßgeblich durch die „sozialen Umstände“ und die „Umgebung“, in der Menschen
sich
bewegen, beeinflusst (WHO 2019). Für uns als Bündnis90/Die Grünen Berlin ist
klar:
Gesundheit bedeutet nicht nur die Abwesenheit von Krankheit, sondern umfasst das
gesamte
Wohlbefinden einer Person.

10 Schulen spielen hierbei eine zentrale Rolle, da sie für viele junge Menschen das
11 wichtigste
12 soziale Umfeld darstellen. Mitschüler*innen, Lehrkräfte und die gesamte
13 Schulgemeinschaft
14 prägen das tägliche Leben von Kindern und Jugendlichen. Wenn das soziale Umfeld
15 einen
16 entscheidenden Einfluss auf das Wohlbefinden hat, bedarf es eines ganzheitlichen
17 Ansatzes
18 zur Förderung der mentalen Gesundheit an Schulen. Alle Beteiligten –
19 Schüler*innen,
20 Lehrkräfte und Eltern – müssen hierbei mitgedacht werden. Lehrkräfte sind
Vorbilder für ihre
Schüler*innen und sollten daher in der Lage sein, auf ihre eigene Gesundheit zu
achten.
Eltern wiederum sind für den Lernerfolg und die Entwicklung der jungen Menschen
entscheidend. Auch sie sollten Unterstützung durch die Schule erfahren. Zudem
braucht es an

den Schulen Fachkräfte wie Schulsozialarbeiter*innen und Schulpsycholog*innen, die gezielt das Thema mentale Gesundheit betreuen.

21 Das Berliner Schulgesetz gibt den Schulen den Auftrag, den verantwortungsvollen
22 Umgang mit
23 der eigenen Gesundheit und der Gesundheit anderer zu vermitteln. Es heißt:
24 „Schulische
25 Bildung und Erziehung sollen die Schülerinnen und Schüler insbesondere befähigen,
26 [...] ihr
27 zukünftiges privates, berufliches und öffentliches Leben in Verantwortung für die
eigene
Gesundheit und die ihrer Mitmenschen auszugestalten, Freude am Leben und am
Lernen zu
entwickeln.“ Diesen Auftrag möchten wir als Bündnis90/Die Grünen Berlin endlich
in der
Realität der Berliner Schulen umsetzen.

28 **Wie verbessern wir die mentale Gesundheit an Schulen?**

29 Für uns als Grüne ist klar: Die Verbesserung der mentalen Gesundheit in Schulen
30 erfordert
31 grundsätzliche Veränderungen im Schulsystem. Der kürzlich veröffentlichte Kinder-
32 und
33 Jugendbericht der Bundesregierung (2024) zeigt erneut auf, dass „die gesamte
34 Struktur des
35 Schulsystems für einige junge Menschen eine Herausforderung darstellt“. Ein
36 zukunftsfähiges
37 Schulsystem muss Lernen und Unterricht neu denken. Der Rahmenlehrplan sieht
38 bereits vor,
dass gesundheitsfördernder Unterricht „individualisiert gestaltet ist,
Kooperation fördert
und zugewandte Unterstützung bietet“. Uns ist bewusst, dass die gegenwärtigen
Bedingungen,
unter denen Lehrkräfte in Berlin arbeiten, wenig Zeit und Energie für
grundlegende
Veränderungen im Unterrichtsalltag bieten. Dennoch sind wir als Grüne überzeugt,
dass diese
langfristig notwendig sind, um gesundes Lernen zu gewährleisten.

39 Doch auch im Hier und Jetzt können bereits Maßnahmen ergriffen werden, um die
40 mentale
Gesundheit in den Schulen zu stärken.

41 **Kurzfristige Maßnahmen zur Verbesserung der mentalen Gesundheit**

42 Um kurzfristig Stress im Schulalltag abzubauen, sind Maßnahmen wie Bewegung,
43 Achtsamkeitseinheiten und ausreichende Pausen von zentraler Bedeutung. Externe
44 Anbieter
45 können Schulen und Lehrkräfte dabei unterstützen, eigene Rituale für den
46 Schulalltag zu
47 entwickeln. Als Grüne wollen wir uns dafür stark machen, dass Angebote
48 langfristig
finanziell abgesichert werden, um eine nachhaltige Wirkung zu entfalten. Wir
setzen uns
außerdem für den Aufbau einer bundesweiten Datenbank ein, über die Schulen
unkompliziert mit
potenziellen Anbieter*innen in Kontakt treten können.

49 Die Übergänge zwischen Schulen und außerschulischen Hilfesystemen wie dem
50 Jugendamt, den
51 Kinder- und Jugendpsychiatrischen Diensten oder dem Schulpsychologische und
52 Inklusionspädagogische Beratungs- und Unterstützungszentren (SIBUZ) müssen
53 verbessert
54 werden. Oft gelangen betroffene Schüler*innen zu spät in Hilfeeinrichtungen,
55 sodass die
56 Erkrankung schon sehr weit fortgeschritten ist. Als Grüne sind wir überzeugt:
57 Eine
58 obligatorische Untersuchung der psychischen Gesundheit der Schüler*innen durch
59 Psychotherapeut*innen sollten als Standard sowohl in der Grundschule als auch in
60 der
61 Oberschule eingeführt werden. Ebenso muss für Schüler*innen, die aus
Hilfesystemen in die
Schule zurückkehren, der Übergang erleichtert werden – sei es durch die
Weiterentwicklung
und konsequente Anwendung von Nachteilsausgleichen, Übergangsschulen oder
Schulbegleitungen.
Um die Vernetzung der verschiedenen Systeme insgesamt weiter voranzutreiben,
fordern wir als
Bündnis90/Die Grünen Berlin die Einrichtung einer/s Landesbeauftragten für die
psychische
Gesundheit von Kindern und Jugendlichen.

62 Eltern spielen eine zentrale Rolle im sozialen Netz der jungen Menschen. Sie
63 stärker in die
64 Schulgemeinschaft einzubinden und ihnen entsprechende Angebote zu machen, ist
65 essenziell.
66 Sie müssen über die Schule auch für sich selbst und ihre Kinder Zugang zu
67 Hilfsangeboten
68 erhalten. Soziale Angebote wie Elterncafés oder gemeinsame Aktivitäten am
69 Nachmittag können
70 helfen, Vertrauen aufzubauen und den Austausch zwischen Eltern, Lehrkräften und

Schüler*innen zu fördern. Gleichzeitig muss zu jedem Zeitpunkt klar sein, welche Ansprechpersonen an der Schule für welche Anliegen zuständig sind und an welcher Stelle

Betroffene Informationen erhalten können. Hierbei wollen wir die Schulen Berlins über den

Landesbeauftragten für die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen unterstützen.

71 Gewalt, Mobbing und Suchtprobleme sind sowohl Ursachen als auch Symptome
72 psychischer
73 Erkrankungen und führen oft zu Schulabbrüchen. Dafür gibt es in Berlin
74 ausgebildete
75 Krisenteams in jedem Berliner Bezirk, die flexibel und schnell eingreifen. Wir
76 fordern, dass
77 Schulabwesenheit weiterhin konsequent an die Schulaufsicht gemeldet werden muss,
78 um
79 Schulabstinenz möglichst schnell Einhalt gebieten zu können. Langfristig sollen
80 Schulbegleitungen oder Mentoringprogramme finanziert und eingesetzt werden
81 können, bevor
82 eine Lernende Person schulabstinent wird. Mit der fortschreitenden
83 Digitalisierung entstehen
84 neue Risiken wie Mediensucht, Cybermobbing oder ein gesteigertes Vergleichen mit
anderen.
Das erhöht das Potenzial für Ängste, Depressionen, Einsamkeit und Probleme mit
dem
Körperbild. Gleichzeitig bietet die digitale Welt Chancen zur Emotionsregulation,
zum Aufbau
von sozialen Netzwerken oder zur Selbstentfaltung. Daher müssen wir als Grüne
einen
Schwerpunkt auf die Förderung der Medienkompetenz legen und andererseits konkrete
Maßnahmen
und Kriseninterventionen in Berlin durch ausreichend Personal und finanzielle
Mittel
gewährleisten.

85 Diskriminierung an Berliner Schulen ist eine Realität – mit gravierenden Folgen
86 wie Stress,
87 psychischen Erkrankungen, körperlichen Beschwerden und einem verringerten
88 Selbstwertgefühl.
89 Wir fordern daher, verpflichtende Inhalte zur Antidiskriminierung und Reflexion
90 eigener
91 Stereotype in der Lehrkräfteausbildung zu verankern und Fortbildungen in diesem
Bereich
stärker zu bewerben. Das muss sich auch entsprechend in einer
diskriminierungskritischen
Überarbeitung der Rahmenlehrpläne und Schulmaterialien niederschlagen. Zudem

braucht es
klare Anlauf-, Beschwerde- und Interventionsstrukturen.

92 Der Kinder- und Jugendbericht 2024 reiht sich ein in die zahlreichen
93 Untersuchungen, welche
94 den belastenden Leistungsdruck auf junge Menschen bestätigen. Durch die
95 Verdichtung der
96 Lehrinhalte verlieren junge Menschen Zeit, sich zu erholen. Die Abschaffung der
97 Ziffernoten
98 ist nach dem Berliner Schulgesetz bis zur 9. Klasse möglich. Dies ist aus unserer
99 Sicht in
100 Bezug auf die Mentale Gesundheit eine relevante Stellschraube, um den Druck auf
junge
Menschen zu verringern. Zudem denken wir als Grüne, dass Klausuren und Tests auf
ihre
Notwendigkeit überprüft und reduziert werden sollten, um sowohl Schüler*innen als
auch
Lehrkräfte zu entlasten. Langfristig braucht es eine Abschaffung der Ziffernoten,
eine
Abschaffung von klassischen Hausaufgaben sowie eine konsequente Entschlackung des
Lehrplans.

101 **Langfristige Maßnahmen zur Verbesserung der mentalen Gesundheit in Schulen**

102 Als Grüne ist für uns klar: Langfristig bedarf es einer strukturellen Verankerung
103 von
104 Inhalten zur mentalen Gesundheit im Rahmenlehrplan. Während der
105 fächerübergreifende Ansatz
106 im Lehrplan festgelegt ist, bleibt er in der Praxis oft unbeachtet. Junge
107 Menschen müssen in
108 der Schule Zeit und Raum erhalten, um den Umgang mit Gefühlen, die Gestaltung
109 zwischenmenschlicher Beziehungen sowie den Aufbau von Selbstbewusstsein und
Resilienz zu
erlernen. Solange der Unterricht nach Fächern geordnet bleibt, sollten diese
Inhalte fest im
Ethik-, Sport- oder Biologieunterricht verankert werden. Darüber hinaus muss das
Instrument
des Klassenrats, als Instrument der gemeinsamen Konfliktlösung, weiterhin
gefördert werden.

110 Für uns als Grüne ist wichtig: Lehrkräfte dürfen dabei nicht mit zusätzlichen
111 Aufgaben
112 überlastet werden. Stattdessen müssen multiprofessionelle Teams an Schulen
113 endlich Realität
114 werden. Schulpsycholog*innen, Sozialarbeiter*innen und weitere Fachkräfte müssen
115

116 fester
117 Bestandteil des Schulalltags sein. Ebenso sollte die Arbeitsbelastung der
118 Lehrkräfte durch
119 administrative Unterstützung, beispielsweise durch Verwaltungskräfte und IT-
120 Fachleute,
gesenkt werden. Um den Lehrkräften den Umgang mit den vielfältigen
Herausforderungen zu
erleichtern, sollten sie zudem regelmäßig und unbürokratisch Supervision in
Anspruch nehmen
können. Gesundheitsfördernde Maßnahmen für Lehrkräfte sollte ausgebaut und
konkret auf ihre
Bedürfnisse abgestimmt werden. Teamfähigkeit, das Lösen von Konflikten und der
Umgang mit
Herausforderungen sowie ein psychologisches Grundwissen müssen ein fester
Lerninhalt im
Studium und in Fortbildungen werden.

121 Wir sind als Grüne überzeugt: Ein wesentlicher Faktor für die Resilienz junger
122 Menschen ist
123 ihre Selbstwirksamkeit. Schüler*innen müssen stärker in Entscheidungen
124 eingebunden werden.
125 Ihre Beteiligung darf nicht nur symbolisch sein, sondern muss echte Mitbestimmung
126 ermöglichen – sei es in der Schulkonferenz oder im Unterricht selbst. Die
grundlegende
Demokratisierung des Schulsystems sehen wir als ein zentrales Instrument, um die
Mentale
Gesundheit junger Menschen zu fördern.

127 Die Lernumgebung spielt eine entscheidende Rolle für das Wohlbefinden aller
128 Beteiligten.
129 Marode Schulen, unzureichende Sanitäreinrichtungen und triste Schulhöfe mindern
130 das
131 Wohlbefinden. Schulen müssen saniert und modernisiert werden, um ein förderliches
132 Lernklima
133 zu schaffen. Neue Schulbauten sollten genug Platz für therapeutische Angebote
bieten und
offene Raumkonzepte berücksichtigen, die eine flexible Nutzung ermöglichen. Wir
sehen
kleinere Lerngruppen ebenfalls als einen Schlüssel zur Schaffung einer angenehmen
und
stressreduzierten Lernumgebung, weshalb wir uns schon seit einiger Zeit dafür
einsetzen.

134 Als Grüne ist uns bewusst: Junge Menschen haben einen anderen Biorhythmus als
135 Erwachsene.
136 Ein zu früher Schulbeginn kann bei Schüler*innen zu Leistungseinbußen,

137 Gedächtnislücken und
138 Stimmungsschwankungen führen. In Deutschland waren verschiedene Pilotprojekte für
139 eine
Gleitzeit an Schulen zum Beispiel in Baden-Württemberg und Nordrhein-Westfalen
bereits
erfolgreich. Wir wollen daran anknüpfen und Schulen dazu ermutigen, Gleitzeit-
Modelle zu
implementieren.

140 Wir als Grüne wissen: Schulentwicklung ist einer der entscheidendsten Schauplätze
141 auf dem
142 Weg zu einer gesunden Schule. Programme wie „Gute gesunde Schule“, welche den
143 Schulalltag
144 gesundheitsförderlicher gestalten sollen, wollen wir evaluieren und
145 weiterentwickeln.
Schulleitungen sollten standardmäßig durch Mental Health Coaches unterstützt
werden, um die
mentale Gesundheit der gesamten Schulgemeinschaft sowie ihre eigene Gesundheit im
Blick zu
behalten.

146 **Ausblick**

147 In dem aktuellen Kinder- Jugendbericht der Bundesregierung (2024) erfahren wir
148 wie es jungen
149 Menschen in Deutschland derzeit geht: Nach der Corona-Krise und der Zeit der
150 sozialen
151 Isolation zeigen junge Menschen noch Jahre später Anzeichen für psychische
152 Erkrankungen wie
153 Depressionen, Angststörungen und Essstörungen. Dazu kommen die aktuellen Krisen,
154 welche
155 junge Menschen zusätzlich belasten: Die Klimakrise, Kriege und die Inflation.
156 Besonders
157 betroffen sind junge Menschen, die in beengten Wohlverhältnissen leben oder
158 psychische
erkrankte Eltern haben – vor allem Familien mit wenigen finanziellen Mitteln oder
Menschen
mit Migrationsgeschichte. Als Grüne ziehen wir daraus folgenden Schluss: Wenn wir
die
psychische Gesundheit junger Menschen schützen und stärken wollen, müssen wir
strukturelle
Lösungen voranbringen. Neben den Veränderungen im Bildungssystem müssen wir Armut
beenden,
Diskriminierung bekämpfen, bezahlbaren Wohnraum schaffen und Antworten auf die
vielen Krisen
unserer Zeit finden.

159 Unsere Gesundheit ist das wichtigste Gut, das wir haben. Lasst uns gemeinsam
160 dafür sorgen,
161 dass die mentale Gesundheit junger Menschen und des gesamten schulischen Umfelds
höchste
Priorität hat!

Unterstützer*innen

Leonie Wingerath (KV Berlin-Neukölln), Johannes Mihram (KV Berlin-Mitte), Shirin Kreße (KV Berlin-Mitte), Vito Dabisch (KV Berlin-Friedrichshain/Kreuzberg), Tariq Kandil (LV Grüne Jugend Berlin), Tilmann Schade (KV Berlin-Pankow), Jenny Laube (KV Berlin-Friedrichshain/Kreuzberg), Meike Paula Berg (KV Berlin-Neukölln), Joana Zühlke (KV Berlin-Friedrichshain/Kreuzberg), Luisa Böldt (LV Grüne Jugend Berlin), Franziska Lorenz (KV Berlin-Pankow), Marie Anna Graser (KV Berlin-Tempelhof/Schöneberg), Bogusz Schmidt (KV Berlin-Reinickendorf), Lilly Aepfelbach (KV Berlin-Reinickendorf), Tobias Jahn (KV Berlin-Mitte), Wolfgang Schmidt (KV Berlin-Kreisfrei), Catherina Pieroth-Manelli (KV Berlin-Tempelhof/Schöneberg), Anke Dörsam (KV Berlin-Kreisfrei), Lillemor Mallau (KV Berlin-Pankow), Sascha Krieger (KV Berlin-Pankow), Dante Esteban Davis (KV Berlin-Lichtenberg), Sebastian Walter (KV Berlin-Tempelhof/Schöneberg), Henning van Ackeren (KV Berlin-Pankow), Klaus Pocher (KV Berlin-Pankow), Jörg Staudemeyer (KV Berlin-Kreisfrei), Lennart Gehrenkemper (KV Berlin-Pankow), Ertan Öztürk (KV Berlin-Spandau), Daniel Eliasson (KV Berlin-Steglitz/Zehlendorf), Louis Enzo Grotz (KV Berlin-Pankow), Tilo Pätzolt (KV Berlin-Kreisfrei), Katja Borchert (KV Berlin-Pankow), Michael Oberst (KV Berlin-Pankow), Linda Guzzetti (KV Berlin-Kreisfrei), Simon Cames (KV Berlin-Pankow), Manuel Honisch (KV Berlin-Kreisfrei), Jan Schönrock (KV Berlin-Kreisfrei), Jonas Jubitz (KV Berlin-Charlottenburg/Wilmersdorf), Hannah Wettig (KV Berlin-Pankow), Inez Mischitz (KV Berlin-Pankow), Moritz Wiechern (KV Berlin-Reinickendorf)