

Bern Liebefeld, 15. Juni 2017

Bedarfsanalyse von Massnahmen zur Förderung der Psychischen Gesundheit im Bildungsbereich (BPGB)

Synthesebericht

Barbara Bonetti
Cornelia Conrad
Dagmar Costantini
Elisabeth Holdener
Marine Jordan
Doris Kunz Heim
Marion Zinniker
Andrea Zumbrunn

Dank

Unser Dank gilt allen, die zum Gelingen des Projektes beigetragen haben. Allen voran den Schulleitenden und Lehrpersonen, welche den Online-Fragebogen beantwortet haben und den verantwortlichen Personen auf nationaler oder kantonaler Ebene, die sich für ein Telefoninterview zur Verfügung gestellt haben, mit welchem Angaben zu Angeboten und Aktivitäten zur Förderung der Psychischen Gesundheit in Schulen präzisiert werden konnten. Unser Dank gilt auch bildung+gesundheit, Netzwerk Schweiz und dem Bundesamt für Gesundheit sowie der Pädagogischen Hochschule der Fachhochschule Nordwestschweiz für die Unterstützung der Studie.

Impressum

Auskunft:	Doris Kunz Heim, Tel. 056 202 79 42 doris.kunz@fhnw.ch
Bearbeitung:	Barbara Bonetti Cornelia Conrad Dagmar Costantini Elisabeth Holdener Marine Jordan Doris Kunz Heim Marion Zinniker Andrea Zumbrunn
Zu beziehen unter:	www.bildungundgesundheit.ch/deutsch/produkte
Copyright:	© bildung+gesundheit Netzwerk Schweiz (BAG)
Zitierhinweis:	Bonetti, B. et al. (2017). <i>Bedarfsanalyse von Massnahmen zur Förderung der Psychischen Gesundheit im Bildungsbereich (BPGB) - Synthesebericht</i> . Bern Liebefeld: bildung+gesundheit Netzwerk Schweiz, Bundesamt für Gesundheit.

Fragestellung, Aufbau und Kontext des Projektes

Im Projekt «Bedarfsanalyse von Massnahmen zur Förderung der Psychischen Gesundheit im Bildungsbereich» (BPBG) wurde folgende Hauptfragestellung bearbeitet:

Gibt es an Schweizer Volksschulen Handlungsbedarf in Bezug auf die Förderung der Psychischen Gesundheit der Kinder und Jugendlichen, respektive der Lehrpersonen und wenn ja, welchen?

Um die Fragestellung des Gesamtprojektes zu beantworten, wurden drei Teilprojekte realisiert.

Teilprojekt 1 beruht auf einer umfassenden Literaturrecherche. Es ging der Frage nach, was in der Fachliteratur über die Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen, sowie von Lehrpersonen bekannt ist und wie verbreitet psychische Störungen in diesen Personengruppen sind. Des Weiteren wurden in diesem Projekt die in der Fachliteratur beschriebenen Risiko- und Schutzfaktoren für psychische Störungen dargestellt. Zudem wurden Präventionsmassnahmen beschrieben, welche in Schulen durchgeführt werden können und deren Gelingensbedingungen beleuchtet.

In Teilprojekt 2 standen die Fragen im Zentrum, welche Angebote und Aktivitäten den Schulen für die Förderung der Psychischen Gesundheit der Schülerinnen und Schüler sowie der Lehrpersonen zur Verfügung stehen und welche Bedürfnisse die kantonalen Fachstellen diesbezüglich haben. Auf nationaler, sprachregionaler und kantonaler Ebene wurden mit Hilfe einer Internetrecherche aufgrund von zuvor festgelegten Ein- und Ausschlusskriterien geeignete Aktivitäten und Angebote identifiziert und beschrieben. Telefoninterviews dienten der Präzisierung und Vervollständigung der Angaben.

In Teilprojekt 3 wurde die Situation an den Schulen beleuchtet: Es interessierte, welche Herausforderungen die Schulen in Bezug auf die Förderung der Psychischen Gesundheit sehen, welche Angebote und Aktivitäten sie realisieren und welche Bedürfnisse sie diesbezüglich haben. Das Projekt wurde mit Hilfe einer Online-Befragung an einer repräsentativen Stichprobe von 448 Schulleitenden an Schweizer Volksschulen durchgeführt. 189 Personen (42.2%) beantworteten den Fragebogen selbst oder baten die an ihrer Schule für die Gesundheit verantwortliche Lehrperson dies zu tun.

Das Projekt steht im Kontext der Strategie "Gesundheit2020" des Bundesrates, in dessen Rahmen das Dialog-Projekt Psychische Gesundheit realisiert wurde. Die Projektgruppe, in der das Bundesamt für Gesundheit (BAG), die Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektorinnen und -direktoren (GDK), und die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz (GF-CH) vertreten waren, haben mit externen Partnern einen Bericht erarbeitet. In diesem Bericht wurde der Ist-Zustand sowie der Handlungsbedarf in Bezug auf die Weiterentwicklung der Strukturen, die Koordination der Akteure und die Umsetzung von Massnahmen aufgezeigt wird (Bürli, Amstad, Duetz Schmucki & Schibli (2015)¹. Das vorliegende Projekt beleuchtet diesbezüglich die Situation an den Schweizer Volksschulen.

Das Projekt entstand im Rahmen der Zusammenarbeit einer Arbeitsgruppe von Mitgliedern von bildung+gesundheit, Netzwerk Schweiz, Bundesamt für Gesundheit:

Dagmar Costantini	Programmleitung bildung+gesundheit Netzwerk Schweiz, Bundesamt für Gesundheit, Bern Liebefeld
Barbara Bonetti	Forum per la promozione della salute nella scuola, Bellinzona
Cornelia Conrad Elisabeth Holdener Marine Jordan	RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung, Gesunde Schulen, Luzern und Lausanne
Doris Kunz Heim Marion Zinniker Andrea Zumbrunn	Fachhochschule Nordwestschweiz, Kompetenzzentrum RessourcenPlus R+, Brugg-Windisch und Olten

¹ Psychische Gesundheit in der Schweiz. Bestandesaufnahme und Handlungsfelder. Bericht im Auftrag des Dialogs Nationale Gesundheitspolitik. Bern: Bundesamt für Gesundheit. ([Link](#))

Überblick über die Teilberichte des Projektes

Die Ergebnisse des Projektes sind in vier Teilberichten publiziert. Bei diesen Teilberichten handelt es sich um einzelne Dokumente, die online verfügbar sind.

Synthesebericht

Im ersten Teilbericht, dem Synthesebericht, wird das Projekt zunächst im Überblick beschrieben und in dessen Kontext verortet. Es folgen die Zusammenfassungen der Ergebnisse der drei Teilprojekte. Zudem enthält dieses Dokument auch die Hauptergebnisse des Projektes, respektive die Antwort auf die Frage ob es an Schweizer Volksschulen Handlungsbedarf in Bezug auf die Förderung der Psychischen Gesundheit der Kinder und Jugendlichen, respektive der Lehrpersonen gibt.

Bericht Teilprojekt 1 (TP 1)

Dieser Bericht enthält die Ergebnisse von Teilprojekt 1. Es trägt den Titel «Prävalenz, Prävention und bestehende Massnahmen zur Förderung der Psychischen Gesundheit in Schulen»².

Bericht Teilprojekt 2 (TP 2)

Dieser Bericht enthält die Ergebnisse von Teilprojekt 2. Es trägt den Titel «Angebote und Aktivitäten zur Förderung der Psychischen Gesundheit in der Schweiz und Bedürfniserhebung diesbezüglich aus Sicht von kantonalen Fachstellen»³.

Bericht Teilprojekt 3 (TP 3)

Dieser Bericht enthält die Ergebnisse von Teilprojekt 3. Es trägt den Titel «Situationsanalyse und Bedürfniserhebung hinsichtlich der Förderung von Psychischer Gesundheit an Schweizer Schulen»⁴.

² Zinniker, M. & Kunz Heim, D (2017). *Bedarfsanalyse von Massnahmen zur Förderung der Psychischen Gesundheit im Bildungsbereich (BPGB) - Bericht Teilprojekt 1. Prävalenz, Prävention und bestehende Massnahmen zur Förderung der Psychischen Gesundheit in Schulen*. Bern Liebefeld: bildung+gesundheit Netzwerk Schweiz, Bundesamt für Gesundheit.

³ Holdener, E., Conrad Zschaber, C. & Jordan, M. (2017). *Bedarfsanalyse von Massnahmen zur Förderung der Psychischen Gesundheit im Bildungsbereich (BPGB) - Bericht Teilprojekt 2. Angebote und Aktivitäten zur Förderung der Psychischen Gesundheit in der Schweiz und Bedürfniserhebung diesbezüglich aus Sicht von kantonalen Fachstellen*. Bern Liebefeld: bildung+gesundheit Netzwerk Schweiz, Bundesamt für Gesundheit.

⁴ Zumbrunn, A., Zinniker, M. & Kunz Heim, D (2017). *Bedarfsanalyse von Massnahmen zur Förderung der Psychischen Gesundheit im Bildungsbereich (BPGB) - Bericht Teilprojekt 3. Situationsanalyse und Bedürfniserhebung hinsichtlich der Förderung von Psychischer Gesundheit an Schweizer Schulen*. Bern Liebefeld: bildung+gesundheit Netzwerk Schweiz, Bundesamt für Gesundheit.

Synthesebericht

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung	6
2. Zusammenfassung der Teilberichte	7
2.1 Zusammenfassung Bericht Teilprojekt 1	7
2.1.1 Teil A: Kinder und Jugendliche	7
2.1.2 Teil B: Lehrpersonen und Schulleitende	8
2.2 Eckwerte aus dem Bericht von Teilprojekt 2	10
2.2.1 Nationale/sprachregionale Ebene	10
2.2.2 Kantonale Ebene	12
2.3 Zusammenfassung Bericht Teilprojekt 3	14
3. Synthese: Hauptergebnisse des Projektes	18
3.1 Einleitung	18
3.2 Begriffsverständnis und Wissensgrundlagen	18
3.2.1 Gemeinsames Verständnis des Themenbereiches entwickeln	18
3.2.2 Weiterbildungsangebote für Lehrpersonen entwickeln	19
3.3 Schülerinnen und Schüler	19
3.3.1 Gute Angebote und Aktivitäten auf allen Stufen fördern	19
3.3.2 Lebenskompetenzen fördern	20
3.3.3 Sensibilisierung für Symptome von Angststörungen und anderen internalisierenden Störungen	20
3.3.4 Verfahren der Früherkennung und Frühintervention auch im Umgang mit psychischer Gesundheit verwenden	21
3.3.5 Beratungsangebote optimieren	22
3.3.6 Zusammenarbeit mit Fachstellen verbessern	22
3.3.7 Information über Angebote verbessern	23
3.4 Lehrpersonen	23
3.4.1 Interkantonale Zusammenarbeit für Angebote zur Lehrpersonengesundheit pflegen	23
3.4.2 Betriebliche Gesundheitsförderung in Schulen umsetzen	24
3.5 Erfolgsfaktoren und Stolpersteine für die Umsetzung	24
3.5.1 Gelingensbedingungen für erfolgreiche Programme berücksichtigen	24
3.5.2 Hindernisse für die Umsetzung minimieren	25

1 Einleitung

Der vorliegende Synthesebericht enthält erstens eine Zusammenfassung der drei Teilberichte, die im Rahmen des Projektes «Bedarfsanalyse von Massnahmen zur Förderung der Psychischen Gesundheit im Bildungsbereich» (BPBG) erarbeitet worden sind. Zweitens enthält er die Ergebnisse des Projektes in Form von 13 Empfehlungen, welche aufgrund der Teilberichte erarbeitet worden sind und die Hauptfragestellung des Projektes beantworten, welche lautet: Gibt es an Schweizer Volksschulen Handlungsbedarf in Bezug auf die Förderung der Psychischen Gesundheit der Kinder und Jugendlichen, respektive der Lehrpersonen und wenn ja, welchen?

2. Zusammenfassung der Teilberichte

2.1 Zusammenfassung Bericht Teilprojekt 1

Prävalenz, Prävention und bestehende Massnahmen zur Förderung der Psychischen Gesundheit in Schulen

Ziel dieses Teilprojektes ist es, das in der Fachliteratur vorhandene Wissen zur Förderung der Psychischen Gesundheit in Schulen aufzuarbeiten. Zu diesem Zweck wurde eine umfassende Literaturrecherche durchgeführt, in die auch online-Quellen mit einbezogen wurden. Die Fragestellungen dieses Teilprojektes sind erstens, wie in der Forschungsliteratur wichtige Begriffe zum Thema psychische Gesundheit und psychische Störungen definiert werden, zweitens was über die Verbreitung von psychischen Störungen bei Kindern und Jugendlichen sowie bei Lehrpersonen und Schulleitenden bekannt ist. Drittens werden im Teilprojekt die Risiko- und Schutzfaktoren für psychische Störungen aufgezeigt und viertens bestehende Präventionsmassnahmen und deren Wirkungen beschrieben. Fünftens enthält der Teilbericht Ergebnisse zu Perspektiven und Bedürfnissen der Schulen, welche in der Fachliteratur in Bezug auf das Thema bereits enthalten sind.

2.1.1 Teil A: Kinder und Jugendliche

In Bezug auf die Förderung der psychischen Gesundheit in der Schule sind auch die Begriffe Wohlbefinden und psychische Störungen wichtig.

Psychische Gesundheit meint die Fähigkeit, sich an den positiven Seiten des Lebens zu erfreuen, sich am gemeinschaftlichen Leben beteiligen zu können und gegenüber den negativen Seiten des Lebens widerstandsfähig zu sein. Das Wohlbefinden in der Schule meint einen Gefühlszustand, bei dem die positiven Emotionen und Einstellungen gegenüber den schulischen Tätigkeiten und den Personen, mit denen man in der Schule in Kontakt kommt, die negativen Emotionen überwiegen.

Psychische Störungen führen zu Beeinträchtigung der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben, die mit einem Leiden der betroffenen Person einhergehen. Sie äussern sich im emotionalen und kognitiven Bereich sowie im Bereich des Verhaltens.

Angaben über die Verbreitung der psychischen Störungen im Kindes- und Jugendalter sind uneinheitlich:

- Rund 10% der Kinder und Jugendlichen sind von Angststörungen betroffen.
- 5% bis 7% sind von Störungen des Sozialverhaltens betroffen, wie z.B. die aggressiv-dissoziale Störungen.
- Rund 5% sind von einer hyperkinetischen Störung betroffen.
- Die Angaben zu depressiven Störungen schwanken besonders stark mit 1% bis 6%.
- Rund 2% bis 4% sind von Zwangsstörungen betroffen.
- Rund 0.7% von autoaggressivem Verhalten, 0.5% von Essstörungen und rund 1% von einer schizophrenen Psychose.

Zwischen 8% und 50% der Kinder und Jugendlichen mit einer psychischen Störung erhalten keine angemessene Behandlung oder Unterstützung.

In der Schule sollen weitere Symptome und Verhaltensweisen beachtet werden, weil sie Indikatoren für eine psychische Störung sein können, sowie das Wohlbefinden und die aktive Teilnahme am Unterricht beeinträchtigen:

- Rund 15% bis 20% sind von Gewalt und Schikane (Bullying) betroffen. Bei 3% bis 6% wird ein verfestigtes, aggressives Handlungsmuster vermutet.

- Rund 27% der Knaben und 23% der Mädchen haben sich während der 30 Tage vor dem Befragungszeitpunkt in den Rausch getrunken, 30% der Knaben und 19% der Mädchen haben bis im Alter von 15 Jahren Cannabis konsumiert.
- Unter den psychoaffektiven Beschwerden sind Kopfschmerzen am weitesten verbreitet. 30% der Jugendlichen sind einmal wöchentlich davon betroffen (Bauchschmerzen rund 23%, Rückenschmerzen 15%).

In der Literatur sind drei Massnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit in der Schule beschrieben:

a) Programme zur Prävention von psychischen Störungen

Diese Programme zeigen bei internalisierenden Problemen eine deutlich stärkere Wirkung. Sie sind vor allem wirkungsvoll, wenn sie im Unterricht umgesetzt werden, wenn sie sowohl universelle als auch zielgerichtete Elemente enthalten und relevante Akteure des Umfeldes mit einbeziehen. Ferner brauchen die Lehrpersonen die dafür notwendige Weiterbildung.

b) Merkmale des allgemeinen Unterrichts

Der Unterricht kann für die psychische Gesundheit förderlich sein, wenn die Schülerinnen und Schüler unterschiedliche Lernwege gehen und in ihrem Tempo arbeiten können und wenn Lehrpersonen nicht nur die kognitiven Fähigkeiten im Blick haben, sondern auch die sozioemotionalen Aspekte beachten und Schülerinnen und Schüler in diesem Bereich fördern.

c) Früherkennung und Frühintervention (F&F)

Lehrpersonen können, idealerweise mit Unterstützung der schulischen Sozialarbeiterin/dem schulischen Sozialarbeiter (*médiateur/médiatrice scolaire*; *servizio di sostegno pedagogico*), einen wichtigen Beitrag leisten, indem sie die Strukturen der Früherkennung und der Frühintervention (F&F) sowie das schulische Standortgespräch auch für die Prävention von psychischen Störungen nutzen.

In der Literatur werden auch Sichtweisen und die Bedürfnisse der Lehrerinnen und Lehrer beschrieben. Laut einer Studie in den USA sind mehr als 75% der Lehrpersonen mit störendem Verhalten, Problemen mit Unaufmerksamkeit, Hyperaktivität, abweichendem Verhalten, Stressoren in der Familie wie z.B. Tod eines Elternteils oder Scheidung, Problemen unter Gleichaltrigen, aggressivem Verhalten, Angstproblemen und Bullying konfrontiert.

Im Rahmen einer Erhebung in der Stadt Zürich erachteten die Befragten die psychische Gesundheit der Schülerinnen und Schüler als grosses Problem und sehen deshalb auch einen Bedarf an Massnahmen für den Schutz und die Förderung derselben. In Bezug auf die schulexternen Fachstellen erachten sie es als unklar, an wen sie sich im Falle eines auffälligen Kindes wenden können.

Das Vorgehen nach dem Modell der Früherkennung und Frühintervention bei psychosozialen Problemen bewährt sich aus ihrer Sicht dann, wenn die Zusammenarbeit mit den externen Fachstellen geklärt und das Schulpersonal für F&F sensibilisiert ist.

2.1.2 Teil B: Lehrpersonen und Schulleitende

Psychische Störungen gehören zu den häufigsten Krankheitsbildern des Erwachsenenalters. Die Zahlen zur Verbreitung von psychischen Störungen im Erwachsenenalter gehen auseinander und liegen zwischen rund 31% bis rund 38% für die Ein-Jahresprävalenz. Die Daten für die Schweiz liegen zwischen rund 17% bis 18%. Jüngere Personen sind öfter von psychischen Beeinträchtigungen betroffen als ältere und Frauen öfter als Männer. Am stärksten verbreitet sind Angststörungen (15.8%) gefolgt von affektiven Störungen und Depressionen (insgesamt 14.1%) und somatoformen Störungen (4.7%). Rund 1% der Erwachsenen ist in der Schweiz von psychotischen Störungen oder von Persönlichkeitsstörungen betroffen.

Für Lehrpersonen und für Schulleitende liegen keine spezifischen Angaben über die Verbreitung von psychischen Störungen vor, sondern nur Angaben über die Verbreitung von berufsbedingten gesundheitsgefährdenden Beanspruchungsfolgen, welche mit dem Konstrukt Burnout erhoben wurden. Gemäss verschiedener Studien sind zwischen 20% bis 30% der Lehrpersonen und zwischen 12% und 36% der Schulleitenden von Burnout betroffen.

Die Massnahmen zur Prävention von und zur Intervention bei negativen Beanspruchungsfolgen sind für Lehrpersonen und Schulleitende die Reduktion von Belastung und die Aktivierung von Ressourcen. Dabei müssen sowohl die Ebene der Individuen (Verhaltensprävention) als auch die verschiedenen Ebenen der Institution Schule und des Bildungssystems (Verhältnisprävention) berücksichtigt werden. Bezüglich der Ressourcen sind auf der Verhaltensebene fachbezogene Kompetenzen und eine damit verbundene Selbstwirksamkeitsüberzeugung wichtig. Auf der Ebene der Institution sind soziale Ressourcen wichtig wie zum Beispiel die gegenseitige Unterstützung oder das Teilen von positiven und negativen Erfahrungen. Auf dieser Ebene sind zum Beispiel auch eine funktionale Aufbauorganisation der Schule wichtig und ausreichend grosse sowie gut und freundlich eingerichtete Unterrichts- und Funktionsräume. Schliesslich spielt auf dieser Ebene auch das salutogene Leitungshandeln der Vorgesetzten eine bedeutende Rolle.

2.2 Eckwerte aus dem Bericht von Teilprojekt 2

Angebote und Aktivitäten zur Förderung der Psychischen Gesundheit in der Schweiz und Bedürfniserhebung diesbezüglich aus Sicht von kantonalen Fachstellen

Ziel dieses Teilberichtes ist es, eine Übersicht über die Angebote und Aktivitäten für das Setting Schule zu erhalten, welche von Anbietern auf nationaler und sprachregionaler Ebene und von den Kantonen für Kinder und Jugendliche sowie für Mitarbeitende an Schulen gemacht werden sowie Bedürfnisse aus Sicht der Kantone zu erheben.

Die Daten für diesen Bericht wurden in zwei Schritten erhoben. Zunächst wurden umfassende Internet-Recherchen durchgeführt und anschliessend wurden mit ausgewählten Projektanbietenden und Verantwortlichen in den Kantonen leitfadengestützte Interviews geführt, um fehlende Informationen zu vervollständigen, weiterführende Informationen zu erhalten sowie die Bedürfnisse auf kantonaler Ebene zu erheben. Die folgenden Ergebnisse sind vorsichtig zu interpretieren, da auch mit einer sorgfältig durchgeführten Internetrecherche vermutlich nicht alle relevanten Quellen gefunden werden können.

Da es keine eindeutige Definition oder Kriterien gibt, was als Angebot oder Aktivität Psychische Gesundheit gilt, wurde zunächst in der Arbeitsgruppe definiert, was erhoben werden sollte und anschliessend genaue Ein- und Ausschlusskriterien für die Angebote und Aktivitäten definiert, welche in die Analyse aufgenommen wurden.

Unter *Angeboten* werden Programme, Projekte, Beratungsangebote oder Massnahmen verstanden. Nachfolgend meint der Begriff «Angebote» immer alle diese Begriffe mit. Das Abgrenzungskriterium zur *Aktivität* ist der zeitliche Charakter. Eine Aktivität ist nicht dauerhaft, sie erfolgt meist einmalig.

2.2.1 Nationale/sprachregionale Ebene

Angebote und Aktivitäten auf nationaler/sprachregionaler Ebene:

Aufgrund der Internetrecherche und der von der Arbeitsgruppe verabschiedeten Ein- und Ausschlusskriterien wurden auf nationaler/sprachregionaler Ebene N=39 Angebote und Aktivitäten identifiziert, 33 für Kinder und Jugendliche, 6 für Mitarbeitende an Schulen. Es ist dabei zu beachten, dass es sich um eine Selbstdarstellung der Anbietenden handelt und z.B. ein national ausgeschriebenes Angebot nicht immer in allen Sprachregionen der Schweiz umfassend umgesetzt wird.

Die Reichweite dieser Angebote oder Aktivitäten stellt sich folgendermassen dar:

- 13 für die Deutschschweiz
- 10 für die französischsprachige Schweiz
- 8 für die ganze Schweiz
- 7 für die Deutschschweiz und die französischsprachige Schweiz
- 1 für die französisch- und die italienischsprachige Schweiz

Die Zielgruppen der 33 Angebote für Kinder und Jugendliche sind:

- 14 Angebote oder Aktivitäten für Schülerinnen und Schüler aller Schulstufen
- 12 Angebote oder Aktivitäten für die Sekundarstufe I
- 6 Angebote oder Aktivitäten für den Kindergarten und die Primarstufe
- 1 Angebot oder Aktivität nur für den Kindergarten

Die Ausprägungen der 20 Angebote und 13 Aktivitäten für Kinder und Jugendliche sind (jedes Angebot kann verschiedenen Bereichen zugeordnet werden):

- 21 beziehen sich nur auf die Verhaltensebene
- 9 beziehen sich auf die Verhaltens- und die Verhältnisebene
- 3 beziehen sich nur auf die Verhältnisebene
- 25 betreffen Gesundheitsförderung und Prävention
- 4 betreffen Früherkennung und Frühintervention
- 4 betreffen Sensibilisierung und Entstigmatisierung

Die 33 Angebote für Kinder und Jugendliche beziehen sich auf folgende Themenbereiche, Mehrfachzuweisungen waren möglich:

- 14 Gewalt
- 8 Mobbing
- 7 Sucht
- 4 Suizid
- 4 Ernährung
- 3 Bewegung

Aufgefallen ist, dass die Angebote und Aktivitäten vorwiegend einen problemspezifischen Zugang haben, insbesondere jene auf der Sekundarstufe I. Angebote ohne problemspezifische Zuordnung, z.B. zur Stärkung der Lebenskompetenzen, kamen selten vor.

Die 33 Angebote für Kinder und Jugendliche beziehen sich auf folgende Kompetenzen, wobei die meisten Angebote mehrere Themen umfassen:

- 16 Konfliktbewältigung
- 14 Stärkung der sozialen Kompetenz
- 9 Selbstwahrnehmung
- 8 Stärkung psychosozialer Faktoren
- 8 Empathie
- 6 psychische Gesundheit / Krankheit
- 6 Kreatives Denken
- 6 Gefühlsbewältigung
- 6 Stressbewältigung
- 4 Selbstwirksamkeit
- 4 Problemlösefähigkeit
- 3 Entscheidungen treffen
- 4 Beziehungsfähigkeit
- 3 Kommunikationsfähigkeit
- 2 Resilienz
- 2 kritisches Denken
- 1 Achtsamkeit

Ergebnisse aus den Interviews zu Angeboten und Aktivitäten auf nationaler/sprachregionaler Ebene

Es sind Interviews mit 18 Personen durchgeführt worden. Nebst den ergänzenden Informationen zu den Angeboten wurde deutlich, dass bei verschiedenen Projekten geplant ist, diese auf andere Stufen auszuweiten. Nicht alle Angebote welche gemäss Anbietenden schweizweit angeboten werden, haben auch einen italienischsprachigen Internet-Auftritt und können somit nicht in der italienischsprachigen Schweiz wahrgenommen werden.

Die Befragten signalisieren Offenheit für Neu- oder Weiterentwicklungen. Als erfolgversprechend erachten sie Angebote, bei denen Multiplikatoren ausgebildet werden (Kinder, Jugendliche oder Lehrpersonen) und wenn die Kinder und Jugendlichen ihre Themen einbringen können. Als wichtig erachten die Befragten, dass ein Angebot im Schulprogramm aufgenommen wird und dass die Lehrpersonen nicht nur theoretisch ausgebildet werden, sondern auch Kompetenzen erwerben, die Angebote zu realisieren.

2.2.2 Kantonale Ebene

Angebote und Aktivitäten auf kantonaler Ebene:

Aufgrund der Internetrecherche und der von der Arbeitsgruppe verabschiedeten Ein- und Ausschlusskriterien wurden N=206 Angebote und Aktivitäten identifiziert, die von einem Kanton angeboten wurden: 140 für Kinder und Jugendliche und 74 für Berufstätige an Schulen.

Die Zielgruppen der 140 Angebote oder Aktivitäten für Kinder und Jugendliche sind:

- 62 Angebote oder Aktivitäten für die Sekundarstufe I
- 46 Angebote oder Aktivitäten für alle Stufen
- 32 Angebote oder Aktivitäten für den Kindergarten und die Primarstufe

Die Ausprägungen der 70 Angebote und 70 Aktivitäten für Kinder und Jugendliche sind (jedes Angebot konnte verschiedenen Bereichen zugeordnet werden):

- 107 beziehen sich nur auf die Verhaltensebene
- 28 beziehen sich auf die Verhaltens- und die Verhältnisebene
- 5 beziehen sich nur auf die Verhältnisebene
- 129 betreffen Gesundheitsförderung und Prävention
- 7 betreffen Früherkennung und Frühintervention
- 4 betreffen Sensibilisierung und Entstigmatisierung

Bedürfnisse für Angebote und Aktivitäten auf kantonaler Ebene:

Es sind Interviews mit 31 Personen durchgeführt worden. Nebst den ergänzenden Informationen zu den Angeboten haben die Befragten auf die hohe Bedeutung der schulischen oder ausserschulischen Akteure hingewiesen, welche Aufgaben im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention übernehmen und somit auch einen wichtigen Beitrag zur Förderung der psychischen Gesundheit leisten. Es handelt sich dabei sowohl um die schulinternen Fachpersonen als auch um die Fachpersonen, die für schulexterne Fachstellen arbeiten.

Als Bedürfnisse der Befragten bezüglich der Angebote für Kinder und Jugendliche wurden genannt:

- Bestehendes nutzen und stärken sowie ergänzen
- Kommunikation und Bekanntmachung / Wissenstransfer
- Zusammenarbeit, Austausch und Koordination stärken
- Angebotslücken / -bedürfnisse in verschiedenen einzelnen Bereichen

- Wege finden, wie der Zugang zu den Schulen gewährleistet (verbessert) werden kann

Die kantonalen Stellen betonten, dass keine zusätzlichen Angebote generiert werden sollten, sondern vielmehr Bestehende zu stärken und mit den Aspekten der psychischen Gesundheit zu ergänzen oder auf eine zusätzliche Zielgruppe auszuweiten seien. Die Rahmenbedingungen für die Förderung der Psychischen Gesundheit im Setting Schule sollten übergeordnete Strategien auf nationaler und kantonaler Ebene bilden. Ein weiteres wichtiges Bedürfnis ist, dass Angebote in den schulischen Strukturen verankert werden können, möglichst massgeschneidert sind oder angepasst werden können und eine Verknüpfung mit den Lehrplänen gemacht werden kann. Um das Thema zielgerichtet sowie bedürfnisgerecht angehen zu können, braucht es aus Sicht der Kantone eine verstärkte Zusammenarbeit und Koordination der verschiedenen Akteure auf verschiedenen Ebenen.

Als Bedürfnisse der Befragten bezüglich Mitarbeitenden in den Schulen wurden genannt (Antworten von 17 Kantonen):

- Förderung von Angeboten zu Burnout-Prävention und Wohlbefinden von Lehrpersonen (6 Nennungen)
- Verbesserung der Synergien auf kantonaler Ebene oder mit schulnahen Strukturen (4 Nennungen)
- diverse Nennungen von jeweils einer Person.

Aus der Erhebung geht auch deutlich hervor, dass jeder Kanton im Thema Psychische Gesundheit in den kantonalen Strukturen und Vernetzungen sehr unterschiedlich aufgestellt ist. Diesem Umstand ist bei allen Aktivitäten, Strategien oder Handlungsempfehlungen Rechnung zu tragen.

2.3 Zusammenfassung Bericht Teilprojekt 3

Situationsanalyse und Bedürfniserhebung hinsichtlich der Förderung von psychischer Gesundheit an Schweizer Schulen

Ziel dieses Teilberichtes ist es zu erfahren, inwiefern und in welchem Masse die Schulen in der Schweiz Angebote und Aktivitäten zur Förderung der psychischen Gesundheit realisieren und welche Bedürfnisse sie diesbezüglich haben.

Die Daten für diesen Bericht wurden mit Hilfe einer online-Befragung an einer Stichprobe von 448 Personen erhoben. Für die Stichprobe wurde Repräsentativität für Schweizer Schulen der 3 Zyklen Harmos (Kindergarten bis 2. Schuljahr; 3. bis 6. Schuljahr; 7. bis 9. Schuljahr) und für die Sprachregionen angestrebt. Die Anfragen zur Teilnahme wurden an die Schulleitenden per Mail verschickt und sie wurden gebeten, den Fragebogen entweder selbst auszufüllen oder an eine Lehrperson weiterzuleiten, welche für Fragen der Gesundheit an der Schule zuständig ist. 189 Personen haben den Fragebogen vollständig ausgefüllt (Rücklauf = 42.2%). Diese relativ kleine Fallzahl führte dazu, dass statistische Korrekturverfahren (Gewichtungen) verwendet werden mussten. Trotz dieser Korrekturen müssen die Ergebnisse mit Vorsicht interpretiert werden, insbesondere diejenigen bezüglich Unterschieden zwischen Sprachregionen und Schulstufen.

Die Befragung wurde in fünf Hauptfragen unterteilt. Die Ergebnisse werden entlang dieser Fragen beantwortet.

Forschungsfrage 1:

Mit welchen Problemlagen sind die Schulen im Bereich der psychischen Gesundheit konfrontiert?

Mehr als die Hälfte der Befragten an den Schulen geben an, dass Aufmerksamkeits- und Aktivitätsstörungen von Schülerinnen und Schülern häufig vorkommen. Bei knapp einem Viertel der Schulen sind Hänseleien und Symptome schwacher Emotionskontrolle (z.B. Wut) häufig.

Zwischen 5% und 10% der Befragten geben an, dass emotionale Probleme (viele Ängste, sich unglücklich fühlen), sozial auffallendes Verhalten (häufig alleine sein, häufiges Schlagen) sowie gesundheitliche Probleme (häufige Schmerzen) an ihren Schulen häufig vorkommen.

Auffallend ist, dass zwischen 11% und 16% der Befragten die Fragen nach emotionalen und gesundheitlichen Problemen nicht beantworten konnten. Dies weist vermutlich darauf hin, dass Symptome "internalisierender" Problemverarbeitung ungleich schwieriger zu erkennen sind als Symptome "externalisierender" Verarbeitung. Dies ist vermutlich darauf zurückzuführen, dass die Symptome internalisierender Problemverarbeitungen weniger auffallen und geringeren Handlungsdruck generieren (bspw. keine Unterrichtsstörung).

Das Ausmass der Problemlagen unterscheidet sich signifikant zwischen den Sprachregionen. In der Deutschschweiz geben die Befragten bei sieben von neun Problemlagen deutlich seltener an, dass diese an ihren Schulen (häufig) vorkommen als die Befragten in der französisch- und der italienischsprachigen Schweiz. Dieser Unterschied bezieht sich sowohl auf Symptome internalisierender als auch externalisierender Problemverarbeitung.

Forschungsfrage 2:

Welche Angebote und Aktivitäten setzen die Schulen um? Welche Erfahrungen machen sie damit?

Knapp drei Viertel der befragten Schulen setzten im Jahr vor der Befragung mindestens ein Angebot oder eine Aktivität zur Stärkung der psychischen Gesundheit um, wobei rund 38% mehr als ein Angebot oder eine Aktivität umgesetzt haben. Der Anteil der Schulen mit mindestens einem Angebot ist in der

italienischsprachigen Schweiz mit knapp 50% deutlich geringer. Schulen, welche zum Schweizerischen Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen⁵ gehören, gaben häufigere Aktivitäten und Angebote an als die übrigen Schulen.

Bei den meisten der genannten Angebote und Aktivitäten handelt es sich um schulinterne, teilweise gemeinsam mit externen Partnern, entwickelte Massnahmen. Rund einen Fünftel der Angebote haben die Schulen von Externen übernommen. Mit den durchgeführten Angeboten und Aktivitäten zur Förderung der psychischen Gesundheit ist die grosse Mehrheit der Befragten zufrieden, wobei nicht erhoben wurde, worauf sich die Zufriedenheit genau bezieht.

Themen der Aktivitäten und Angebote in den Schulen

Ein knappes Drittel der genannten Angebote und Aktivitäten gehört zur Kategorie der *Verhaltensprävention*. Damit sind Massnahmen zur Verbesserung der Gesundheitskompetenz der Schülerinnen und Schüler gemeint. Insbesondere Angebote und Aktivitäten zur Gewaltprävention und zum Kompetenzerwerb im Umgang mit Konflikten wurden häufig genannt, aber auch die Förderung eines gesunden Körpergewichts oder der Medienkompetenzen, welche indirekt hinsichtlich Mobbing und Ausgrenzung einen Bezug zur psychischen Gesundheit haben können. Problem*unspezifische* Angebote und Aktivitäten wurden in dieser Kategorie seltener genannt. Diese dienen der allgemeinen Förderung der psychischen Gesundheit, ohne auf eine spezifische Problemlage einzugehen. Beispiel hierfür ist die Stärkung des Selbstvertrauens. Krankheitsspezifische Angebote, wie zum Beispiel die Sensibilisierung für die Krankheit Depression, wurden nicht erwähnt.

Ebenfalls ein knappes Drittel der genannten Angebote und Aktivitäten gehören zur zweiten Kategorie der *Verhältnisprävention*. Diese Kategorie umfasst Aktivitäten und Angebote, welche die Lebens-, Arbeits-, Umwelt- und Lernbedingungen in der Schule betreffen. Die Mitwirkung von Schülerinnen und Schülern an Entscheidungsprozessen sowie die Gemeinschaftsförderung, nannten die Befragten etwas weniger häufig.

Ein Fünftel der genannten Elemente sind zur dritten Kategorie gezählt worden. Dabei handelt es sich um *bestehende Angebote und Programme*, welche die Schulen aus dem Angebot der schulexternen Anbietenden ausgewählt und übernommen haben.

Schulstrukturelle Elemente

In Bezug auf die *schulstrukturellen Elemente* interessierte im Rahmen der Befragung u.a., ob und inwiefern an den Schulen die psychische Gesundheit im Schulprogramm verankert ist und ob die Vorgehensweisen in Bezug auf die Früherkennung und Frühintervention verbindlich vereinbart sind.

Über die Hälfte der Schulen hat die psychische Gesundheit als Ziel im laufenden Schulprogramm aufgeführt. Zudem verfügen laut den Befragten rund 70% der Schulen über Lehrpersonen mit (teilweise) vertieftem Wissen zum Thema der psychischen Gesundheit, was sich vermutlich förderlich auf die Aktivitäten der Schule zur Thematik auswirkt. Über eine solche Funktion des/-r "Wissenshüter/-in" verfügen deutlich häufiger Sekundar- als Primarschulen.

In rund vier Fünftel der befragten Schulen ist das Verfahren zur Früherkennung und Frühintervention von psychischen Auffälligkeiten intern abgesprochen, allerdings handelt es sich nur bei einem Drittel der Schulen um ein schriftlich festgelegtes Verfahren. Befragte an Primarschulen berichten signifikant seltener über schriftlich festgelegte Verfahren zur Früherkennung von möglichen Gefährdungen und Risikoentwicklungen als Befragte an Sekundarschulen.

⁵ Seit 21. März 2017: Schulnetz21 - Schweizerisches Netzwerk gesundheitsfördernder und nachhaltiger Schulen

Bei der Frage der Früherkennung zeigen sich *grundsätzliche, sprachregionale Unterschiede*. Es scheint, dass die Befragten aus der Westschweiz die Zuständigkeit für die Früherkennung von psychischen Auffälligkeiten stärker bei anderen im Schulkontext angesiedelten Fachpersonen wie z.B. der/dem médiateur/médiatrice sociale oder der infirmière scolaire sehen als bei Lehrpersonen.

Forschungsfrage 3: Welche Unterstützung bekommen Schulen bei der Umsetzung von Angeboten und Aktivitäten?

In der Befragung wurde zwischen schulinterner und schulexterner Unterstützung unterschieden. Schulinterne Unterstützungsstrukturen, wie z.B. schulinterne Beratungspersonen und -dienste, stellen für Schulen wichtige Ressourcen bei der Förderung der psychischen Gesundheit dar. Diese Schulstrukturen unterscheiden sich stark zwischen den Sprachregionen. Während in der Deutschschweiz primär die Schulsozialarbeit dazu gehört, teilen sich in der Westschweiz oftmals der travailleur social / die travailleuse sociale, der infirmier/ die infirmière scolaire und der médiateur / die médiatrice sociale diese Aufgaben. Im Tessin stehen allen Schulen der/die sostegno pedagogico zur Verfügung, welche/-r ursprünglich nur für die schulische Unterstützung der Kinder und Jugendlichen zuständig war, neu aber auch Aufgaben der Schulsozialarbeit übernimmt.

Die Ergebnisse zeigen, dass sich rund 70% der befragten Deutschschweizer sowie alle italienischsprachigen Schulen bei der Förderung der psychischen Gesundheit auf schulinterne Dienste stützen können, aber nur rund 44% der französischsprachigen Schulen. Allerdings wurde bei den französischsprachigen Schulen nur nach der Unterstützung durch den travailleur social /die travailleuse sociale gefragt und nicht auch nach der Unterstützung anderer schulinterner Dienste, was sprachregionale Vergleiche erschwert.

Was die Kooperationen mit externen Fachstellen betrifft, zeigt sich, dass die häufigsten Kontakte der befragten Schulen mit dem Schulpsychologischen Dienst bestehen (rund 57% haben häufigen Kontakt). Da dieser nicht primär in den Handlungsfeldern der Prävention und Gesundheitsförderung tätig ist, sondern im Bereich der Beratung und Therapie, wird er vermutlich erst bei bestehenden Problemen und Risiken beigezogen. Mit grossem Abstand folgen (zwischen rund 21% und rund 25% häufigem Kontakt) die Bildungsdirektion, der Kinder- und Jugendpsychiatrische Dienst, die Vormundschaftsbehörde und die sozialen sowie die schulärztlichen Dienste. Auffallend ist, dass nur 9.5% der Befragten angeben zu Suchtpräventionsstellen häufigen Kontakt zu haben und über 40% der Schulen überhaupt keinen Kontakt zu diesen Stellen haben.

Rund 30% der Befragten äussern Verbesserungswünsche an die Zusammenarbeit mit den externen Fachstellen.

Ein grosser Teil der Schulen ist mit den bestehenden Angeboten von externen Anbietern zufrieden. Zwei Drittel der befragten Schulen finden, dass das Angebot mit den Bedürfnissen der Schule übereinstimmt und genügend Projekte zur Förderung der psychischen Gesundheit zur Auswahl stehen. Für rund ein Viertel der Schulen ist die Situation jedoch unbefriedigend, insbesondere für Schulen aus der französisch- und italienischsprachigen Schweiz.

Forschungsfrage 4: Wo sehen Schulen Handlungsbedarf?

Bei fünf von zehn vorgelegten Elementen sehen rund 20% ein grosses und zwischen 30% und 40% ein mittleres Bedürfnis. An erster bis dritter Stelle stehen gemäss den Befragten Beratungs- und Unterstützungsangebote für betroffene Eltern, betroffene Schülerinnen und Schüler sowie Lehrpersonen mit psychisch beeinträchtigten Schülerinnen und Schülern. Das Bedürfnis nach Programmen zur Förderung der Lebenskompetenzen, welche die Stärkung aller Schülerinnen und Schüler zum Ziel haben, steht an vierter Stelle, gefolgt von Weiterbildungsangeboten zur Förderung der Kompetenzen bei Lehrpersonen für die Früherkennung und Frühintervention. Ob diese Bedürfnisse vor allem auf fehlende Angebote

zurückzuführen sind oder ob bestehende Angebote nicht bekannt sind und daher nicht genutzt werden, lässt sich anhand der erhobenen Daten nicht sagen. Fest steht, dass in der Westschweiz und im Tessin ein ungleich grösseres Bedürfnis nach Beratungs- und Unterstützungsangeboten sowie Elternbildungsmassnahmen besteht als in der Deutschschweiz. Dies weist auf einen sprachregional unterschiedlichen Handlungsbedarf hin. Insgesamt entsteht der Eindruck, dass an den befragten Schweizer Schulen ein Bedürfnis in Bezug auf manifeste psychische Probleme im Vordergrund steht, während für präventive oder gesundheitsförderliche Angebote ein geringeres Bedürfnis besteht.

Forschungsfrage 5: Welche Herausforderungen sehen Schulen bei der Einführung von Angeboten oder Aktivitäten?

Geld ist laut der Befragten nicht immer, aber häufig ein Problem, insbesondere bei Schulen aus der französisch- und italienischsprachigen Schweiz. Über die Hälfte der Schulen berichtet von finanziellen Schwierigkeiten bei der Umsetzung von Angeboten zur Förderung der psychischen Gesundheit. Knapp die Hälfte der befragten Schulen berichtet zudem von organisatorischen Herausforderungen, welche sich ihnen bei der Umsetzung der Angebote stellen, bspw. die fehlende Zeit im Unterricht. Weniger häufig, nämlich von einem Drittel der Befragten, werden das Fehlen fachlicher Kompetenzen genannt (mehrheitlich Primarschulen) bzw. ein Viertel gibt personelle Engpässe an.

3. Synthese: Hauptergebnisse des Projektes

3.1 Einleitung

In diesem Kapitel werden die Ergebnisse des gesamten Projektes in Form von 13 Empfehlungen vorgestellt. Diese 13 Empfehlungen bilden zugleich die Antwort auf die Hauptfragestellung des Projektes, die lautet:

Gibt es an Schweizer Volksschulen Handlungsbedarf in Bezug auf die Förderung der psychischen Gesundheit der Kinder und Jugendlichen, respektive der Lehrpersonen und wenn ja, welchen?

Die hier vorgestellten Empfehlungen sind auf Grund der Ergebnisse der drei Teilprojekte erarbeitet worden. In diesen wurden, wie erwähnt, folgende Teilfragen untersucht:

Teilprojekt 1: Was ist in der Fachliteratur über die Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen sowie Lehrpersonen bekannt?

Teilprojekt 2: Welche Angebote und Aktivitäten zur Förderung der Psychischen Gesundheit stehen den Schulen zur Verfügung? Welche Bedürfnisse haben kantonalen Fachstellen in Bezug auf Angebote und Aktivitäten?

Teilprojekt 3: Welche Herausforderungen sehen die Schulen in Bezug auf die Förderung der Psychischen Gesundheit? Welche Angebote und Aktivitäten realisieren sie und welche Bedürfnisse haben sie diesbezüglich?

Im Hinblick auf die Empfehlungen wurden die Berichte der drei Teilprojekte vergleichend analysiert und Themenbereiche identifiziert, bei denen ein Handlungsbedarf besteht.

Die Beschreibung der 13 Empfehlungen ist in drei Schritten aufgebaut: Zunächst wird der Sachverhalt, wie er sich in den Berichten der drei Teilprojekte darstellt, knapp zusammengefasst und anschliessend die entsprechenden Schlussfolgerungen gezogen. Darauf aufbauend werden Empfehlungen formuliert. Dabei werden keine konkreten Adressaten für die Empfehlungen genannt. Vielmehr richten sie sich an alle Akteure, für die es sinnvoll ist und die in der Lage sind, die einzelnen Empfehlungen umzusetzen.

Die 13 Empfehlungen sind in vier Kategorien eingeteilt worden. 2 Empfehlungen beziehen sich auf das Begriffsverständnis und die Wissensgrundlagen der Lehrpersonen und der Schulleitungen in Bezug auf die Förderung der Psychischen Gesundheit. 7 Empfehlungen beziehen sich auf die Ebene der Schülerinnen und Schüler und 2 auf die Ebene der Lehrpersonen. Weitere 2 Empfehlungen haben den Fokus auf Erfolgsfaktoren und Stolpersteine bei der Umsetzung von Angeboten und Aktivitäten.

3.2 Begriffsverständnis und Wissensgrundlagen

3.2.1 Gemeinsames Verständnis des Themenbereiches entwickeln

Sachverhalt

Aufgrund der Literaturrecherche hat sich gezeigt, dass im Bildungsbereich nebst dem Begriff der psychischen Gesundheit auch derjenige des Wohlbefindens wichtig ist (TP 1: Kapitel 2) und dass es keine einheitliche Definition des Begriffes "psychische Störungen" gibt. (TP 1: Kapitel 3).

Die Anbietenden auf nationaler oder kantonaler Ebene sowie die Akteure in den Schulen sind mit Hilfe von offenen Fragen gebeten worden anzugeben, welche Angebote und Aktivitäten sie zur Förderung der psychischen Gesundheit machen, resp. umsetzen. Dabei zeigt sich, dass in diesem Zusammenhang sehr viele unterschiedliche Themenbereiche genannt werden (TP 2: Kapitel 3.2). Es werden auch Aspekte genannt, deren Bezug zur psychischen Gesundheit erst auf den zweiten Blick deutlich wird (TP 3: Kapitel 4.4.4).

Schlussfolgerungen

Es besteht eine grosse Unschärfe bei der Definition der Begriffe *psychische Gesundheit* und *psychische Störungen*. Damit hängt zusammen, dass die getroffenen Massnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit sehr heterogen sind.

Empfehlung

- Auf der Basis der vorliegenden Berichte zum Projekt die Entwicklung eines gemeinsamen Verständnisses, einer gemeinsamen Sprache und einer gemeinsamen Haltung zu Psychischer Gesundheit resp. Psychischen Störungen auf den verschiedenen Ebenen des Schulsystems fördern. Dazu gehören ein gemeinsames Begriffsverständnis und ein Verständnis darüber, welche Massnahmen für die Schule relevant sind und Wirkung zeigen.

3.2.2 Weiterbildungsangebote für Lehrpersonen entwickeln

Sachverhalt

Es ist nicht Aufgabe der Lehrpersonen, psychische Störungen bei Schülerinnen und Schülern zu diagnostizieren. Sie können jedoch im Bereich der Prävention und der Früherkennung wertvolle Beiträge zur Förderung der psychischen Gesundheit leisten (TP 1: Kapitel 6).

Die Befragten in den Schulen geben an, dass Lehrpersonen grösstenteils ein gutes Vorwissen betreffend psychischer Gesundheit haben. Lücken werden jedoch im vertieften Wissen zu psychischer Gesundheit, insbesondere auf der Primarstufe, genannt (TP 3: Kapitel 4.5 Untertitel „Lehrpersonen mit vertieftem Wissen“).

Schlussfolgerungen

Insbesondere auf der Primarstufe besteht ein Bedürfnis nach gezielter Weiterbildung von Lehrpersonen in Bezug auf vertieftes Wissen zur psychischen Gesundheit. Zu berücksichtigen ist dabei, dass vor allem Wissen zu internalisierenden Störungen zu wenig bekannt sein könnte (siehe dazu auch Empfehlung 3.3.3).

Empfehlungen

- Schulungen von Lehrpersonen im Rahmen der Angebote fördern (z.B. eine Lehrperson schulen, welche die Kompetenzen im Team weitergibt).
- Sensibilisierung für psychische Gesundheit in der Aus- und Weiterbildung von Schulleitungen und Lehrpersonen (Pädagogische Hochschulen, schulinterne Weiterbildungen, Netzwerktreffen ...).

3.3 Schülerinnen und Schüler

Die Förderung der psychischen Gesundheit von Schülerinnen und Schülern bildete den Schwerpunkt der drei Teilprojekte. Folgende Empfehlungen ergeben sich aus Sicht der drei Teilprojekte:

3.3.1 Gute Angebote und Aktivitäten auf allen Stufen fördern

Sachverhalt

In der Fachliteratur ist die Zunahme an psychischen Störungen von Kindern und Jugendlichen umstritten (TP 1, Kapitel 4.2). Im Rahmen der Studie berichteten rund 31% der Befragten an Primarschulen von einer Zunahme der Problemlagen (TP 3: Kapitel 4.2). Gleichzeitig wurden für die Primarstufe weniger Angebote und Aktivitäten zur Förderung der psychischen Gesundheit dokumentiert als für die Sekundarstufe I (TP 2: Kapitel 2.2.1; 3.2.1). Anlässlich der Interviews auf kantonaler Ebene meinten die Befragten, dass nicht neue Angebote entwickelt, sondern bestehende sichtbar und allenfalls erweitert werden sollten (TP 2: Kapitel 3.3.3).

Schlussfolgerungen

Die unterschiedliche Einschätzung darüber, ob die psychischen Auffälligkeiten von Kindern und Jugendlichen häufiger werden oder nicht, sind möglicherweise darauf zurückzuführen, dass eine erhöhte Sensibilisierung und/oder Belastungssituation im Schulalltag zu einer erhöhten Aufmerksamkeit gegenüber möglichen Symptomen von psychischen Störungen führt. Möglich ist auch eine steigende Prävalenz, welche jedoch in der Literatur noch nicht schlüssig erfasst wurde. Den zunehmend festgestellten Problemlagen in Primarschulen sollte Rechnung getragen werden. Um einer Zunahme der psychischen Auffälligkeiten entgegenzuwirken, sollten die bestehenden Aktivitäten weiter unterstützt werden.

Empfehlungen

- Bestehende, qualitativ gute Angebote (wenn möglich solche, die evaluiert sind) insbesondere auf der Primar-, jedoch auch auf der Sekundarstufe I, fördern und verbreiten. Diese Förderung kann je nach Akteur auf unterschiedliche Art und Weise erfolgen. Wertvoll ist die Gewährleistung einer flächendeckenden Verbreitung der Angebote, insbesondere auch in allen Sprachregionen. Wichtig ist auch, Schulen über gute Angebote zu informieren sowie sie personell oder finanziell bei der Umsetzung zu unterstützen.

3.3.2 Lebenskompetenzen fördern

Sachverhalt

Es stehen zahlreiche themenspezifische Angebote und Aktivitäten, wie z.B. Gewaltprävention, zur Verfügung. Problemspezifische Aktivitäten und Angebote werden entsprechend häufig umgesetzt. Hingegen werden problemunspezifische Aktivitäten und Angebote wie die Förderung von Lebenskompetenzen nur selten genannt (TP 2: Kapitel 2.2.1; 3.2; 3.3; TP 3: Kapitel 4.4.4). Dem gegenüber steht ein hohes Bedürfnis nach Angeboten zur Förderung von Lebenskompetenzen. Die Befragten in Schulen nennen dieses Bedürfnis nach Beratungsangeboten an zweiter Stelle (TP 3: Kapitel 4.4.4; 4.8).

Schlussfolgerungen

Es besteht ein grosses Bedürfnis nach Angeboten, die die Förderung der Lebenskompetenzen stärken. Dazu gibt es nur wenige Angebote und Aktivitäten.

Empfehlungen

- Angebote, welche die thematisch unabhängige Stärkung der Lebenskompetenzen fördern, national verbreiten.
- Den Ansatz „Lebenskompetenzen stärken“ in bestehenden thematisch fokussierten Angeboten weiterentwickeln und sichtbar machen (z.B. Ernährung und Bewegung).
- Bestehende, themenspezifische und evaluierte Angebote weiterführen, keine neuen Angebote lancieren.

3.3.3 Sensibilisierung für Symptome von Angststörungen und anderen internalisierenden Störungen

Sachverhalt

Wenn verschiedene Quellen zur Prävalenz von psychischen Störungen verglichen werden, zeigt sich, dass rund 10% der Kinder und Jugendlichen von Angststörungen betroffen sind. Zwischen fünf und sieben Prozent leiden an hyperkinetischen, aggressiv-dissozialen oder depressiven Störungen. Bei 2% bis 4% liegt eine Zwangsstörung vor und bei bis zu rund einem Prozent autoaggressives Verhalten, Essstörungen oder eine schizophrene Psychose (TP 1: Kapitel 4.2).

Wenn Schulleitende oder Lehrpersonen gefragt werden, mit welchen Problemlagen sie konfrontiert sind, nennen die meisten störendes Verhalten (TP 1: Kapitel 7) respektive Ablenkbarkeit und Unruhe (TP 3: Kapitel 4.2). Deutlich weniger Lehrpersonen erachten Ängste von Schülerinnen und Schülern als Problem. Auffallend ist, dass Lehrpersonen aus der italienisch- und der französischsprachigen Schweiz sieben von neun Problemlagen deutlich häufiger nennen als Lehrpersonen der Deutschschweiz, wobei es sich dabei sowohl um Symptome von internalisierenden als auch externalisierenden Störungen handelt.

Dies ist ein Befund, der aufgrund der vorliegenden Daten nicht erklärt werden kann. In der Studie des Teilprojektes 3 hat sich zudem gezeigt, dass 12% keine Angaben über das Vorliegen von Ängsten machen können.

Schlussfolgerungen

Lehrpersonen nehmen in erster Linie solche Verhaltensweisen oder Äusserungen von Schülerinnen und Schülern als Problem wahr, welche den Unterricht stören (externalisierende Störungen). Verhaltensweisen, welche als Symptome von psychischen Störungen gedeutet werden können, den Unterricht aber nicht stören (internalisierende Störungen), werden von Lehrpersonen offenbar viel weniger deutlich als problematisch wahrgenommen. Eine mögliche Erklärung dafür könnte sein, dass Symptome von Angststörungen von vielen Lehrpersonen nicht als solche wahrgenommen werden. Dies ist möglicherweise auch bei Symptomen von anderen internalisierenden Störungen der Fall, die von den Lehrpersonen nicht als störend wahrgenommen werden, wie z.B. bei Depressionen. Damit Lehrpersonen ihre Handlungsmöglichkeiten im Bereich der Früherkennung ausschöpfen können, ist es wichtig, dass sie auch Symptome von internalisierenden Störungen erkennen.

Empfehlung

- Die Lehrpersonen für die Symptome von Angst- und anderen internalisierenden Störungen sensibilisieren.
- Wissensgrundlagen für Lehrpersonen in der Aus- und Weiterbildung entwickeln und bereitstellen.

3.3.4 Verfahren der Früherkennung und Frühintervention auch im Umgang mit psychischer Gesundheit verwenden

Sachverhalt

Die Strategie der *Früherkennung und Frühintervention* (F&F) wurde ursprünglich für die Suchtprävention entwickelt. Da sie Vorgehensweisen beschreibt, wie Lehrpersonen und andere Beteiligte vorgehen können, wenn sie vermuten, dass eine Gefährdung vorliegen könnte, eignet sie sich auch für die Früherkennung von Gefährdungen der psychischen Gesundheit und die Frühintervention bei möglichen psychischen Störungen.

Die Schulen wurden gefragt, ob F&F auch eingesetzt wird, wenn die Verantwortlichen bei einem Kind oder Jugendlichen Anzeichen für eine psychische Störung vermuten. 35% der Befragten bejahen dies und geben an, dass sie über ein schriftlich festgelegtes Verfahren für die Früherkennung und Frühintervention verfügen. Bei knapp der Hälfte der Schulen ist das Vorgehen innerhalb der Schule abgesprochen, es gibt jedoch keine schriftliche Regelung. An Primarschulen gibt es signifikant weniger schriftliche Verfahren, resp. häufiger mündliche Absprachen und in der französischsprachigen Schweiz sind schriftlich festgehaltene Vorgehen ebenfalls weniger vorhanden als in den anderen Sprachregionen (TP 3: Kapitel 4.5).

In der Schweiz gibt es ein Instrument und eine erprobte Strategie für diese Früherkennung: Das Instrument für das schulische Standortgespräch und die Strategie zur Früherkennung und Frühintervention (F&F) (TP 1: Kapitel 6.5). In sieben Kantonen stehen den Schulen Angebote zur Verfügung, welche die Strategie der Früherkennung und Frühintervention berücksichtigen (TP 2: Kapitel 3.2).

Schlussfolgerungen

Der Beitrag der Schulen zur Prävention von psychischen Störungen und zur Früherkennung von Symptomen ist dann besonders wirkungsvoll, wenn in der einzelnen Schule das Vorgehen definiert und bekannt ist. Dadurch wissen Lehrpersonen wie sie vorgehen können, wenn sie Auffälligkeiten bei Schülerinnen und Schülern beobachten. Ein Handlungsleitfaden gibt Sicherheit für die Verantwortlichen in der Schule und ermöglicht eine frühe Unterstützung in vulnerablen Situationen.

Empfehlungen

- In den Schulen klären, ob die Strategie der Früherkennung und Frühintervention in Bezug auf alle potentiellen Risikoentwicklungen angewendet werden soll und falls ja festlegen, wer dafür die (Mit-)Verantwortung übernimmt (Lehrpersonen, Schulleitende, Schulsozialarbeiter/-innen, Infirmier/-ère scolaire, Médiateur/-trice scolaire, sostegno pedagogico).
- Laufende Aktivitäten und Gefässe der Früherkennung und Frühintervention an Schulen unterstützen und auch für den Umgang mit vermuteten Symptomen von psychischen Störungen nutzen.
- Schulinterne Verfahren zur Früherkennung und Frühintervention schriftlich festhalten und die verantwortlichen Personen zu dessen Nutzung motivieren.
- Massnahmen zu Früherkennung und Frühintervention in Schulen laufend aktualisieren, weiterentwickeln und schriftlich festhalten (Kontextanpassung, neue Mitarbeitende, Traktanden, Gefässe, Datenschutz ...).

3.3.5 Beratungsangebote optimieren

Sachverhalt

Die Befragten in Schulen geben an, dass ein grosses Bedürfnis nach Beratungs- und Unterstützungsangeboten für Eltern von psychisch beeinträchtigten Kindern (23.8%) und für betroffene Schülerinnen und Schuler (20.6%) sowie für Lehrpersonen mit psychisch beeinträchtigten Schülerinnen und Schülern (19%) besteht. Diese Wahrnehmung unterscheidet sich nicht hinsichtlich der Schulstufen, jedoch hinsichtlich der Sprachregionen. Insbesondere in der italienisch- und auch etwas mehr in der französischsprachigen Schweiz als in der Deutschschweiz werden diese Bedürfnisse geäussert (TP 3: Kapitel 4.8).

Schlussfolgerungen

Es wurde festgestellt, dass insbesondere Schulen aus der lateinischen Schweiz ein grosses Bedürfnis an Beratungs- und Unterstützungsangeboten äussern.

Empfehlungen

- Regional prüfen, ob die Bedürfnisse durch bestehende Beratungsangebote gedeckt werden können und ob die Beratungsangebote bekannt und vernetzt sind.
- Bei Bedarf soll das Beratungsangebot für Eltern, Schüler/-innen und Lehrpersonen erhöht, gut kommuniziert und vernetzt werden.

3.3.6 Zusammenarbeit mit Fachstellen verbessern

Sachverhalt

Laut einer Erhebung in der Stadt Zürich mit Vertreter/-innen des Schulpersonals und den Kreisschulpflegern wünschten sich die Befragten eine bessere Zusammenarbeit mit den schulexternen Fachstellen und dabei insbesondere kürzere Wartezeiten (die zum Zeitpunkt der Befragung 2 bis 3 Monate betragen) sowie eine bessere Schulnähe der Fachpersonen (TP1: Kapitel 7).

Im Rahmen der Studie dieses Projektes (TP 3: Kapitel 4.6) gaben die Befragten an, am häufigsten mit dem schulpsychologischen Dienst Kontakt zu haben (57% haben häufigen Kontakt). Zu den anderen acht schulexternen Fachstellen haben zwischen 25% und 9% häufigen Kontakt. 28% der Befragten notierten Wünsche an die Zusammenarbeit mit externen Fachstellen (ob die übrigen 72% keine Wünsche an die Zusammenarbeit haben oder nicht bereit waren, die offene Frage zu beantworten, kann nicht beurteilt werden). Die notierten Wünsche betreffen z.B. kürzere Wartezeiten, Listen mit guten Referent/-innen zu relevanten Themen, ausgearbeitete Konzepte für einen Handlungsplan in verschiedenen Bereichen wie z.B. Mobbing, oder einen vernünftigen Umgang mit Datenschutzbestimmungen.

Schlussfolgerungen

Für eine wirkungsvolle Prävention von psychischen Störungen ist es wichtig, dass die Zusammenarbeit zwischen den Verantwortlichen in den Schulen und denjenigen der schulexternen Fachstellen gut funktioniert. Dass rund ein Drittel der Befragten Wünsche an diese Zusammenarbeit äussern, zeigt, dass ein Bedarf zur Verbesserung dieser Zusammenarbeit besteht.

Empfehlungen

- Projekte fördern, die eine bessere Zusammenarbeit zwischen Schulen und schulexternen Fachstellen im Bereich Prävention zum Ziel haben.
- Schnittstellenmanagement mit Früherkennung und Frühintervention fördern.

3.3.7 Information über Angebote verbessern

Sachverhalt

31% der Befragten in Schulen beantworten die Frage, ob es ihnen leicht fällt ein geeignetes Angebot zu finden, mit „trifft eher nicht zu“ und 15% wissen es nicht. Knapp ein Viertel wünscht sich mehr Angebote und Beratung durch die Anbietenden. In der Deutschschweiz stimmt das Angebot besser überein mit dem Bedürfnis der Schulen als in der französisch- und italienischsprachigen Schweiz. (TP 3: Kapitel 4.7). Es besteht ein Bedürfnis nach einem einfachen Zugang (Kommunikation, Bekanntmachung, Wissenstransfer) zu Angeboten/Aktivitäten der Schulen (TP 2: Kapitel 3.3).

Schlussfolgerungen

Es besteht ein klares Bedürfnis der Schulen für mehr Beratung, Information und Unterstützung, um Angebote einfacher zu finden und umzusetzen.

Empfehlungen

- Bündelung von Information und Angeboten (niederschwelliger Zugang für Interessierte)
- Beratung für die Wahl von passenden Angeboten (z.B. Austauschgefässe).
- Prüfen, ob dem regionalen Bedarf entsprechend genügend Angebote zur Verfügung stehen und gegebenenfalls optimierende Massnahmen einleiten.

3.4 Lehrpersonen

3.4.1 Interkantonale Zusammenarbeit für Angebote zur Lehrpersonengesundheit pflegen

Sachverhalt

Einzelne Kantone (Pädagogische Hochschulen, Schulberatungen) haben grosses Interesse an der Förderung der Lehrpersonengesundheit und bieten viele Angebote an. Andere Kantone haben keine oder nur wenige Angebote. Auf nationaler Ebene sind nur sehr wenige Angebote vorhanden. 17 von 26 Kantone melden ein Bedürfnis für Angebote an (TP 2: Kapitel 2.2.2; 2.3, 3.2.1, 3.3).

Schlussfolgerungen

Das Angebot ist kantonal sehr unterschiedlich. In den (häufig kleineren) Kantonen mit keinen oder sehr wenigen Angeboten ist es schwierig Unterstützung zu erhalten, insbesondere da auch die nationalen Angebote eher knapp sind. Einzelne Kantone bieten Unterstützung über die kantonalen Grenzen hinweg an. Besonders Lehrpersonen aus kleineren Kantonen könnten von den Angeboten in grösseren Kantonen profitieren.

Empfehlungen

- Nationale, sprachregionale und (inter-)kantonale Angebote unterstützen.
- Synergien sprachregional nutzen.

3.4.2 Betriebliche Gesundheitsförderung in Schulen umsetzen

Sachverhalt

Die Befragten an den Schulen geben an, dass bei mehr als der Hälfte der Schulen im Jahr vor dem Befragungszeitpunkt keine Angebote für die Förderung der Gesundheit von Lehrpersonen wie z.B. Stress- oder Burnout-Prävention angeboten worden sind. Bezüglich Schulstufen sind keine Unterschiede festzustellen, hingegen gibt es relevante sprachregionale Unterschiede: In der italienischsprachigen Schweiz sind Elemente der Lehrpersonengesundheit weniger vorhanden als in den anderen Sprachregionen. Grundsätzlich werden Lehrpersonen gut unterstützt, wenn es um Probleme mit Schülerinnen und Schülern geht oder um die Entwicklung von individuellem gesundheitsförderlichem Verhalten.

Die Angabe wonach in der Steuergruppe die Gesundheit der Lehrpersonen klar ein Thema ist, liegt bei rund 22% (34% trifft eher zu). Eine systematische Gesundheitsförderung führen rund 15% durch (44% trifft eher zu) und bei rund 14% beruht die Arbeitsgestaltung klar aus gesundheitsförderlichen Überlegungen (50% trifft eher zu) (TP 3: Kapitel 4.10).

Schlussfolgerungen

Die Resultate der Studien legen nahe, dass die Lehrpersonengesundheit primär über die Unterstützung auf individueller Ebene umgesetzt wird. Strukturelle Elemente der Betrieblichen Gesundheitsförderung, wie beispielsweise die Lehrpersonengesundheit als reguläres Thema in der Steuergruppe zu besprechen oder die Arbeitsgestaltung auf gesundheitsfördernden Überlegungen zu überprüfen und zu verbessern, werden seltener umgesetzt. Ebenso wird Elementen der Personalentwicklung, z.B. die Befähigung der Lehrpersonen im Umgang mit Belastungssituationen, im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung wenig Aufmerksamkeit geschenkt.

Empfehlungen

- Differenzierte Sensibilisierung von Behörden und Schulleitenden für die Wichtigkeit und die unterschiedlichen Elemente der Betrieblichen Gesundheitsförderung in Schulen.
- Nationale, sprachregionale und kantonale Angebote unterstützen, Synergien nutzen.
- Prüfen, ob weitere Bedürfnisse vorhanden sind, insbesondere im Tessin⁶.

3.5 Erfolgsfaktoren und Stolpersteine für die Umsetzung

3.5.1 Gelingensbedingungen für erfolgreiche Programme berücksichtigen

Sachverhalt

Gelingensbedingungen für wirkungsvolle Programme in Schulen sind z.B. der Ansatz auf den Verhaltens- und Verhältnisebenen, die Mischung von universellen und zielgerichteten Interventionen und Vermittlung von Fertigkeiten im regulären Unterricht (TP 1, Kapitel 6.3, Fazit Teil A). Im Weiteren sind v.a. jene Programme wirkungsvoll, welche nicht nur einzelne Klassen, sondern die ganze Schule und relevante Akteure des Umfeldes miteinbeziehen. Starke Wirkung zeigt zudem ein spiralcurricularer Aufbau. Die beteiligten Lehrpersonen benötigen eine fokussierte Weiterbildung und eine Unterstützung von Fachleuten (TP 1: Fazit Teil A).

Die Ergebnisse der Erhebung der Angebote und Aktivitäten auf nationaler und kantonaler Ebene sowie die Befragungen an den Schulen zeigen, dass Aktivitäten und Angebote v.a. auf Verhaltensebene, z.B. zu Gewaltprävention, stattfinden. Aktivitäten und Angebote auf Verhältnisebene (ganze Schule) werden seltener angeboten (TP 2: Kapitel 2.2.1; 3.2.1).

⁶ Zwei Studien dazu werden in nächster Zeit veröffentlicht:

Castelli, L., Crescentini, A. & Marcionetti, J. (2017). *Lavorare a scuola. Condizioni di benessere per gli insegnanti*. Locarno: Centro innovazione e ricerca sui sistemi educativi [in corso di pubblicazione].

Boldrini, E., Sappa, V. *Resilienza e benessere degli insegnanti nella formazione professionale: esperienze di ricerca e formazione*. Lugano: Istituto federale per la formazione professionale. <http://www4.ti.ch/decs/linea/progetti/progetti/resilienza-degli-e-delle-insegnanti-della-formazione-professionale/>

Schlussfolgerungen

Während der Erhebungen war nicht immer offensichtlich, ob Angebote und Aktivitäten der Verhaltens- oder Verhältnisebene zuzuordnen sind. Häufig wird von den Akteuren in den Schulen ein Fokus gewählt, z.B. derjenige auf das Verhalten, und die andere Ebene wird in abgeschwächter Form mit einbezogen. Grundsätzlich zeigen die Analysen jedoch, dass die Verhältnisebene eher selten berücksichtigt wird. Damit diese mit einbezogen wird, müssen die Bemühungen zur Förderung der psychischen Gesundheit ein Anliegen möglichst aller Lehrpersonen einer Schule sowie auch der Schulleitung sein.

Empfehlungen

- Angebote auf nationaler und kantonaler Ebene sollten sich am Settingansatz orientieren
- Förderung der Angebote im regulären Unterricht stattfinden (Kompatibilität mit sprachregionalen Lehrplänen).
- Angebote hinsichtlich Verhältnisebene, Spiralcurriculum und Weiterbildung der Lehrpersonen prüfen.
- Schulen, welche Programme zur Förderung der psychischen Gesundheit umsetzen wollen, bei denen auch der Settingansatz berücksichtigt wird, sollten Unterstützung durch Schulentwicklungscoaches anfordern können.
- Aufbau einer Fachkommission, die kriterienbasierte Empfehlungen zu Angeboten und Aktivitäten auf sprachregionaler und kantonaler Ebene erarbeitet. und Schulen darüber informiert (z.B. über eine Plattform).

3.5.2 Hindernisse für die Umsetzung minimieren

Sachverhalt

Die Befragten der Schulen geben an, dass finanzielle Ressourcen (rund 55%) und organisatorische Abläufe (50%) die wichtigsten Schwierigkeiten für die Umsetzung von Massnahmen der Angebote darstellen. Auch Schwierigkeiten im fachlichen (rund 32%) und personellen Bereich (rund 24%) werden genannt. In der französisch- und italienischsprachigen Schweiz werden die finanziellen Schwierigkeiten signifikant häufiger genannt als in der Deutschschweiz. Schwierigkeiten im fachlichen Bereich werden in der Primarstufe signifikant höher bewertet (TP 3: Kapitel 4.9).

Schlussfolgerungen

Es liegt auf der Hand, dass die finanziellen Ressourcen vorhanden und die organisatorischen, fachlichen und personellen Voraussetzungen gegeben sein müssen, damit Angebote und Aktivitäten zur Förderung der psychischen Gesundheit in Schulen erfolgreich umgesetzt werden können. Da die öffentlichen Ressourcen knapp und die Schulen generell stark beansprucht sind, stellt die Minimierung der Hindernisse eine beachtliche Herausforderung dar.

Empfehlungen

- Sensibilisierung der nationalen, kantonalen und kommunalen Akteuren sowie der Schulleitungen für die Bedeutung der Förderung der psychischen Gesundheit an Schulen.
- Synergien nutzen, indem in bestehende Angebote zur Gesundheitsförderung (z.B. Ernährung und Bewegung) Elemente der Förderung der psychischen Gesundheit aufgenommen werden. Unterstützung für Schulen anbieten, insbesondere für Primarschulen, wie zum Beispiel Fortbildungen, Schulungen, Beratung, Austauschgefässe etc.