

## 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-  
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 zukunftsähiges  
37 Schulsystem muss Lernen und Unterricht neu denken. Der Rahmenlehrplan sieht  
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 Unterrichtsaltag 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 Unterstützungscentren (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 Krisenteams in jedem Berliner Bezirk, die flexibel und schnell eingreifen. Wir  
75 fordern, dass  
76 Schulabwesenheit weiterhin konsequent an die Schulaufsicht gemeldet werden muss,  
77 um  
78 Schulabstinenz möglichst schnell Einhalt gebieten zu können. Langfristig sollen  
79 Schulbegleitungen oder Mentoringprogramme finanziert und eingesetzt werden  
80 können, bevor  
81 eine Lernende Person schulabstinent wird. Mit der fortschreitenden  
82 Digitalisierung entstehen  
83 neue Risiken wie Mediensucht, Cybermobbing oder ein gesteigertes Vergleichen mit  
84 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.  
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)