

**UNS
GEHTS
GUT
?**

**MENTAL-
HEALTH
!**

"Uns geht's gut?"

Eine Kampagne der Bundesschülerkonferenz

Wir erleben eine Krise der mentalen Gesundheit unter jungen Menschen. Die Bundesschülerkonferenz fordert daher zusammen mit einem breiten Bündnis von Stiftungen, Krankenversicherungen, Bildungsverbänden und -gewerkschaften, Wissenschaft und zivilgesellschaftlichen Initiativen die Bundesregierung und die Kultusministerkonferenz zum Handeln auf.

Immer mehr Kinder und Jugendliche leiden unter Angststörungen, Depressionen, Selbstverletzungen und Essstörungen. Laut Deutschem Schulbarometer bezeichnen sich 21 Prozent der Schülerinnen und Schüler als psychisch belastet. Mehr als ein Viertel berichtet von geringer Lebensqualität. Darüber hinaus fühlen sich mehr als ein Fünftel der Kinder und Jugendlichen einsam (Copsy 2024).

Millionen von Jugendlichen blicken unsicher in die Zukunft – geprägt von Krisen, Angst, Ausgrenzung in sozialen Medien und dem Gefühl, von Politik und Institutionen nicht ausreichend gehört zu werden. Dies hat direkte Folgen für die Volkswirtschaft, das Gesundheitswesen und das Vertrauen in die Demokratie.

Die Schulen sind überfordert

Lehrkräfte sollen entlasten, zuhören, unterstützen – und gleichzeitig den Bildungsauftrag erfüllen. Doch sie sind überlastet. 78 Prozent der Lehrkräfte fühlen sich nicht ausreichend ausgebildet, um mit diesen Herausforderungen umzugehen (Deutsches Schulbarometer 2024). Darüber hinaus mangelt es an professioneller Unterstützung durch mehr Personal im schulpsychologischen Dienst und in der Schulsozialarbeit. Junge Menschen lernen kaum, mit psychischen Belastungen umzugehen oder ihre Gefühle zu regulieren. Angemessene Medienbildung und Vermittlung von Digitalkompetenz fehlen meist komplett. Statt Schutz und Orientierung erleben viele Überforderung und Verunsicherung.

So wird die Krise psychischer Gesundheit nicht bekämpft – im Gegenteil. Schule schafft es zu selten, die Belastungen junger Menschen aufzufangen. Zu häufig erleben Kinder und Jugendliche ihre Schule als Herausforderung für die eigene mentale Gesundheit.

**UNS
GEHTS
GUT
?**

**EINE INITIATIVE DER
BUNDESSCHÜLERKONFERENZ
UND ALLER IHRER
MITGLIEDSLÄNDER**



**KONTAKT | QUENTIN GÄRTNER
UNSGEHTSGUT@BUNDES-
SCHUELERKONFERENZ.COM**

**UNS
GEHTS
GUT
?**

**MENTAL-
HEALTH
!**

Wenn wir nicht handeln, hat das Folgen für das ganze Land

Bis 2036 gehen rund 20 Millionen Menschen aus den geburtenstarken Jahrgängen in Rente. Schon heute ist klar: Das Arbeitskräftepotenzial schrumpft spürbar, während immer weniger junge Leute nachrücken. Heute sind nur etwa 22 Prozent der Bevölkerung unter 25 Jahre alt – jeder einzelne junge Mensch wird gebraucht, um Rente, Wirtschaft und öffentliche Infrastruktur zu sichern.

Psychische Erkrankungen sind längst ein relevanter volkswirtschaftlicher Faktor. Sie gehören zu den häufigsten Ursachen für Krankheitskosten und verursachen allein im Gesundheitswesen jährlich Ausgaben von über 63 Milliarden Euro. Für Unternehmen bedeutet das Produktivitätsverluste, für Krankenkassen steigende Behandlungskosten und damit unnötig hohe Beitragssätze, die wiederum Deutschland als Wirtschaftsstandort belasten. Prävention bei jungen Menschen ist daher nicht nur eine Frage von Fürsorge, sondern auch eine Investition in die Zukunftsfähigkeit unseres Landes. Jede vermiedene Erkrankung spart langfristig immense Kosten – und erhält die Leistungsfähigkeit der kommenden Generation.

Junge Menschen wollen Verantwortung übernehmen und Deutschland mitgestalten

Ob im Beruf, in der Politik oder im Gemeinwesen: Trotz aller Belastungen möchten Kinder und Jugendliche zuversichtlich in die Zukunft blicken. Sie sind gewillt, Leistung zu bringen, sich zu beteiligen und Verantwortung zu tragen – ein Potenzial, das unsere Gesellschaft dringend braucht. Laut einer Studie der Bertelsmann-Stiftung liegt die Engagementquote der jungen Generation bei fast 47 Prozent – deutlich über dem Bevölkerungsdurchschnitt.

Das zeigt: In uns jungen Menschen steckt enormes Potenzial. Es lohnt sich, in uns zu investieren. Als Bundesschülerkonferenz fordern wir daher, den mentalen Herausforderungen von Kindern und Jugendlichen die dringend notwendige Aufmerksamkeit zu widmen und zehn Punkte umzusetzen:

**UNS
GEHTS
GUT
?**

**EINE INITIATIVE DER
BUNDESSCHÜLERKONFERENZ
UND ALLER IHRER
MITGLIEDSLÄNDER**



**KONTAKT | QUENTIN GÄRTNER
UNSGEHTSGUT@BUNDES-
SCHÜLERKONFERENZ.COM**

**UNS
GEHTS
GUT
?**

**MENTAL-
HEALTH
!**

Unser 10-Punkte-Plan:

1. Mehr Personal in Schulsozialarbeit und im schulpsychologischen Dienst
2. Bessere Schulstrukturen: individuelle Förderung, mehr Pausen, Entlastung der Lehrkräfte, gute Ganztagsmodelle
3. Förderung von Medienkompetenz in allen Unterrichtsfächern
4. Mentale Gesundheit als Querschnittsaufgabe für alle Schularten und Unterrichtsfächer
5. Fortbildungen, die Lehrkräfte und pädagogisches Personal befähigen, sich den Herausforderungen psychischer Belastungen zu stellen
6. Gesundheitsförderung als Teil der Schulkultur etablieren mit Strategien zur Prävention und Früherkennung von psychischen und physischen Krankheiten (z.B. Angebote für mehr Bewegung, gesunde Ernährung und Einsatz schulgerechter digitaler Tools zur Unterstützung von mentaler Gesundheit)
7. Verbindliche Schutzkonzepte gegen Mobbing und Diskriminierung
8. Vermittlung von Schlüsselkompetenzen wie Selbstregulation und Stressbewältigung im Unterricht und in außerunterrichtlichen Angeboten
9. Schulbauten mit Rückzugsräumen, guter Akustik, viel Licht und ausreichend Platz
10. Umfassende Begleitung, Unterstützung und Nachteilsvermeidung für Kinder und Jugendliche mit Behinderung sowie für junge Menschen in risikobehafteten Lebenssituationen

Was wir brauchen, sind gesunde, medienkompetente und resiliente junge Menschen! Wir fordern die Politik auf, denen zuzuhören, die es betrifft!

KONTAKT

Quentin Gärtner

Generalsekretär der Bundesschülerkonferenz

generalsekretaer@bundesschuelerkonferenz.com

**UNS
GEHTS
GUT
?**

**EINE INITIATIVE DER
BUNDESSCHÜLERKONFERENZ
UND ALLER IHRER
MITGLIEDSLÄNDER**



**KONTAKT | QUENTIN GÄRTNER
UNSGEHTSGUT@BUNDES-
SCHUELERKONFERENZ.COM**