

Mental Health Now – stärkt unsere Jugend!

Die Corona-Pandemie dauert inzwischen zwei Jahre und hatte mehrmalige, monatelange Lockdowns zur Folge. Das hat deutliche Spuren bei Kindern und Jugendlichen hinterlassen. An dem Punkt, an dem wir uns jetzt befinden, sind bereits nachhaltige Schäden für die psychische und physische Gesundheit sowie Bildungslücken evident. Seit zwei Jahren Pandemie ist nichts geschehen, um die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zu schützen. Dabei können wir keinen Tag länger zusehen, wie die Krise der Kinder- und Jugendgesundheit neben der Corona-Krise untergeht.

Kinder und Jugendliche sind es, die von den Folgen der Pandemie besonders stark betroffen sind. Das zeigen nicht nur Berichte von Schüler_innen und Lehrpersonal, sondern auch Studien; wie etwa jene des Departments für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit der Donau-Universität Krems zur psychischen Gesundheit von Schüler_innen. Laut dieser Studie weisen 62 Prozent der Mädchen und 38 Prozent der Burschen eine mittelgradige depressive Symptomatik auf. **Depressive Symptome, Angstsymptome**, aber auch **Schlafstörungen** haben sich in den vergangenen Monaten **verfünf- bis verzehnfacht**.

Besonders dramatisch ist die Tatsache, dass rund ein Fünftel der Mädchen und 14 Prozent der Burschen unter **wiederkehrenden suizidalen Gedanken** leiden. Gerade in Anbetracht der Auswirkungen der Pandemie als auch der aktuellen geopolitischen Entwicklungen in Bezug auf die eskalierende Lage in der Ukraine ist davon auszugehen, dass die **belastende Situation für Kinder und Jugendliche** noch schwieriger einzuordnen ist. Expert_innen warnen bereits davor, dass Kinder und Jugendliche durch den aktuellen Konflikt zusätzlichem Stress, Ängsten und seelischer Belastung ausgesetzt werden.

Besonders dramatisch zeigt sich die geschilderte Situation auf der stationären Kinder- und Jugendpsychiatrie. **Kinder und Jugendliche warten teilweise monatelang auf Therapieplätze**. Der **Bedarf an Psychotherapieplätzen** ist seit Beginn der Pandemie **massiv gestiegen**, eine Bedarfsdeckung liegt noch immer in weiter Ferne. In Anbetracht multipler Krisen braucht es gerade jetzt einen nachhaltigen und umfassenden Ausbau von Betreuungs- und Therapieangeboten.

Auch an den Schulen braucht es dringend mehr Möglichkeiten, um Schüler_innen mit psychischen Problemen aufzufangen, zu betreuen und zu unterstützen. Dennoch ist es so, dass es in Österreich immer noch stark an Schulpsycholog_innen mangelt: In ganz Österreich gibt es nur 216 Schulpsycholog_innen, die nicht annähernd alle Schüler_innen betreuen können.

Wir stellen daher folgende Forderungen:

- Lehrkräfte sind die zentralen Akteur_innen der Bildungspolitik. Wenn es also darum geht, ein Bildungssystem zu schaffen, das die mentale Gesundheit der Schüler_innen nicht belastet, muss zuallererst bei den Lehrkräften angesetzt werden. In einem ersten Schritt muss der Bund veranlassen, dass Lehrkräfte durch gezielte Schulungen sensibilisiert und ihre Kompetenzen im täglichen Umgang mit der psychischen Gesundheit von Schüler_innen gestärkt werden. Durch eine Ausbildung von Lehrkräften zu sogenannten „Vertrauenslehrkräften“ soll eine erste Anlaufstelle für betroffene Schüler_innen geschaffen werden, die auch dazu beitragen kann, dass Schulpsycholog_innen entlastet werden.
- Neben den Lehrkräften gilt es auch die Schüler_innen selbst aufzuklären. Psychische Gesundheit soll im regulären Lehrplan integriert werden, denn nur so kann eine echte Enttabuisierung stattfinden. Dadurch können Schüler_innen bereits ab der Volksschule auf altersgerechte Art und Weise sensibilisiert werden. Im Rahmen des Unterrichts sollten den Jugendlichen auch grundlegende Techniken des Selbstschutzes und der Selbsthilfe mitgegeben werden. Die Schüler_innen sollten ebenfalls lernen, wo sie Hilfe finden können.
- Der Bund soll verpflichtende Workshops an Schulen einführen, die zur Prävention von psychischen Problemen, Sensibilisierung und Hilfe für Betroffene dienen. Schulen können vor Ort mithilfe konkreter Projekte echte Veränderungen anstoßen.
- Langfristig braucht es deutlich mehr ausgebildete Fachkräfte in den Schulen. Die Rahmenbedingungen für eine starke Steigerung der Menge an Schulpsycholog_innen und Schulsozialarbeiter_innen muss - in Kooperation mit den Bundesländern – zeitnah geschaffen werden. Hier braucht es eine Prüfung, inwieweit es ausreichend Ausbildungsplätze gibt, sowie eine Attraktivierung des Arbeitsumfelds. Ziel ist, dass alle Schüler_innen regelmäßige Routineuntersuchungen bei Schulpsycholog_innen haben.