

: Mentale Gesundheit von jungen Menschen fördern

Die Förderung der mentalen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen ist eine politische und gesellschaftliche Aufgabe. Kriege, Pandemie und Klimakrise machen Kindern und Jugendlichen Angst und setzen sie unter Stress. Zudem müssen Kinder und Jugendliche immer mehr Zeit für die Schule aufwenden. Anstatt Zeit zum Spielen, im Freundeskreis, für eigene Interessen und zum Ausprobieren zu haben, sorgen sich Kinder und Jugendliche um Bildungserfolge, ihre Zukunft und die des Planeten. Hinzu kommt, dass Kinder und Jugendliche das eigenen Heranwachsen und die eigene Pubertät als eine Zeit der Verunsicherung, in der viele Dinge in Frage gestellt und neu bewertet werden, empfinden. All diese gesellschaftlichen und entwicklungspsychologischen Herausforderungen können sich auf der individuellen Ebene als Beeinträchtigung der mentalen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen teilweise massiv auswirken. Aus der COPSY-Studie, die seit Mai 2020 durchgeführt wird, geht hervor, dass Beeinträchtigungen der mentalen Gesundheit bei jungen Menschen zunimmt. Zu diesen Beeinträchtigungen zählen (Leistungs-)Druck und Stress aber auch Angst, psychische und psychosomatische Erkrankungen. Alle haben sie gemeinsam, dass sie sich negativ auf Wohlergehen, selbstbestimmtes Aufwachsen, Bildungsbiografien und gesellschaftliche Teilhabe von Kindern und Jugendlichen auswirken. Kinder und Jugendliche brauchen viel mehr zeitliche Freiräume und Perspektiven, um gefestigte Persönlichkeiten und Resilienzen herausbilden zu können und dem Anstieg psychischer und psychosomatischer Erkrankungen bei jungen Menschen entgegenwirken zu können. Hauptberufliche und Ehrenamtliche, Eltern, Sozialpädagog_innen und Lehrer_innen waren und sind mit diesem Thema häufig überfordert und Hilfe für die Betroffenen

bleibt oft aus. Kinder und Jugendliche brauchen deutlich mehr selbstbestimmten Raum und mehr Zeit ohne Druck.

In Betrachtung der Erfahrungswelt junger Menschen wird deutlich, dass Kinder- und Jugendarbeit einen maßgeblichen Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung und zur mentalen Gesundheit junger Menschen beitragen kann. Neben Familie, Peergroup, Schule und Medien, bietet sie Freiräume an in denen sich Kinder und Jugendliche ausprobieren, sich und andere kennenlernen und gemeinsam wachsen können.

In der COPSY-Studie ist deutlich zu erkennen, dass sich 70,7% der Kinder und Jugendlichen durch die Pandemie und die dadurch entstehenden Einschränkungen belastet fühlen und 24,1% Symptome einer Angststörung zeigen. Psychische und psychosoziale Belastungen haben aber vielfältige und komplexe Ursachen und lassen sich nicht allein auf die Corona-Pandemie zurückführen. So sind beispielsweise Kinder und Jugendliche aus Familien mit geringen oder prekären Familieneinkommen, stärker betroffen.

Um Kinder und Jugendliche zu befähigen Resilienzen zu entwickeln, müssen ihre Bedürfnisse stärker berücksichtigt werden. Sie brauchen mehr Anerkennung, Entlastung von den gesellschaftlichen Erwartungen und dem aus dem Bildungssystem resultierenden Druck. Sie brauchen mehr freie Zeit und mehr Freiräume. Mentale Gesundheit ist kein neues Thema. Die Kinder- und Jugendarbeit in Hessen muss weiterhin in Bezug auf mentale Gesundheit junger Menschen ausgebaut und unterstützt werden.

: Forderungen



Unterstützung und Ausbau telefonischer Hilfeangebote 24/7 und mehrsprachig

Das Netzwerk von telefonischen Hilfsangeboten für Menschen, die unter psychischen Belastungen leiden, ist leider nicht ausreichend und nur sehr begrenzt abrufbar. Die Erreichbarkeit befindet sich oftmals außerhalb von benötigten Zeiten (nach der Schule/Ausbildung/Universität und weitere) und deckt dadurch nur einen sehr kleinen Teil des Bedarfes ab. Dies wird dadurch, dass bisherige Angebote nicht mehrsprachig sind und auch nicht vom Ausland aus erreichbar, noch verstärkt. Es geht hierbei um Menschen, die diese Angebote wirklich brauchen. Das Land Hessen soll telefonische Hilfsangebote bereitstellen oder bereits bestehende unterstützen, um eine bessere Erreichbarkeit zu gewährleisten. Des Weiteren muss es auch für Ehrenamtliche bei Freizeiten, Zeltlagern, außerschulischer Jugendbildung und weiteren Angeboten der Kinder und Jugendarbeit im In- und Ausland die Möglichkeit geben, ein solches Hilfs- und Beratungsangebot zu konsultieren.

Junge Menschen im Ehrenamt bei Kinder- und Jugendfreizeiten: Juleica- Baustein (präventiv) und Beratungsstelle (interventiv) als kontinuierliche Betreuung

Der Umgang mit psychischen Erkrankungen ist oftmals, sowohl für die Betroffenen als auch für ehrenamtliche Betreuer_innen überfordernd und schwierig. Als präventive Maßnahme soll ein Juleica-Baustein erarbeitet werden, in dem Menschen den Umgang mit psychischen Erkrankungen erlernen, souverän Hilfesuchenden eine Unterstützung sein aber auch Resilienz vermitteln können. Diese Entwicklung soll durch das Land Hessen finanziell gefördert werden. Des Weiteren fordern wir eine Beratungsstelle für Ehrenamtliche zum Umgang mit jungen Menschen, die psychisch erkrankt sind und zum möglichen Austausch über Probleme und Problembewältigung.

Ausweitung psychosozialer Beratung an Berufsschulen, Schulen, Universitäten und Hochschulen

Psychosoziale Beratung ist an vielen Stellen ein schulischer Standard, dennoch ist es kein umfassendes Angebot. An vielen Hochschulen finden sich psychosoziale Beratungsstellen, die aber oft sehr lange Wartelisten haben und keine ausreichende Unterstützung für junge Menschen bieten. An Berufsschulen und Schulen findet man ein solches Angebot noch seltener. Wir fordern einen durch das Land Hessen geförderten Ausbau der bereits bestehenden psychosozialen Beratungsstellen und eine Unterstützung zum Aufbau von solchen Stellen an den Orten, an denen sie sich noch nicht befinden.

Mentale Gesundheit als verpflichtendes Modul in Lehrer_innen- Ausbildung

Lehrer_innen sind Personen, die häufig mit Kindern und Jugendlichen im Alltag zu tun haben und deshalb negative Entwicklungen wie emotionalen Rückzug, Verschlechterung der mentalen Gesundheit, Verhaltensstörungen und ähnliches erkennen können sollten. Das Konzept von Vertrauenslehrer_innen ist aus unserer Sicht nicht ausreichend, um diesem wichtigen Thema angemessen zu begegnen. Wir fordern die Lehrkräfteakademie Hessen und das Kultusministerium Hessen auf, dass das Thema „Mentale Gesundheit von jungen Menschen“ in die Ausbildung von Lehrer_innen aufgenommen wird und Lehrer_innen darüber hinaus verpflichtende Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen erhalten. Lehrer_innen müssen insofern aus-, fort-, und weitergebildet werden, so dass die Themen mentale Gesundheit und Resilienzförderung in den Fokus des pädagogischen Handelns gesetzt werden.