Förderung der seelischen Gesundheit – Prävention als zentrale Aufgabe schulpsychologischer Arbeit am IPSN

Ausgangslage

Die psychische Gesundheit an Schulen steht nicht erst seit der Corona-Pandemie zunehmend im Fokus. Kinder und Jugendliche leiden unter anhaltenden Belastungen; rund 20 % gelten als psychisch beeinträchtigt[1] – insbesondere aus sozial schwächeren Familien[2]. Problematische Mediennutzung[3] sowie anhaltende gesellschaftliche Krisen verstärken die Problemlagen. Auch Lehrkräfte sind stark belastet: Ein Drittel fühlt sich emotional erschöpft, Ausfälle durch psychische Erkrankungen nehmen zu.[4,5]

Engpässe und Herausforderungen

Dem steigenden Bedarf stehen nach wie vor zu wenige Therapieplätze und lange Wartezeiten gegenüber[6]. Die kommunale Schulpsychologie am IPSN trägt durch Erstversorgung, Beratung und Begleitung wesentlich zur Stabilisierung im schulischen Alltag bei – auch für das Lehrpersonal.

Schulpsychologische Prävention – Wirksamer Ausbau durch zusätzliche Stelle

Mit der Einrichtung einer zusätzlichen Stelle im Bereich der Schulpsychologie im Jahr 2022 konnte auf diese Entwicklungen aktiv reagiert werden. Der Fokus liegt dabei klar auf Prävention, früher Erkennung und Stärkung psychischer Gesundheit – sowohl bei Schülern und Schülerinnen als auch bei schulischem Personal.

Ein Vergleich der Zahlen zeigt die Wirkung dieser Maßnahme deutlich:

Jahr	Ø 2017-2021	2022	2023	2024
Beratungskontakte	2.859	3.375	3.632	4.237
Gruppenangebote	61	123	179	229
Maßnahmen Krisenprävention/- intervention	100	153	309	375

Tabelle 1: Anzahl der schulpsychologischen Angebote vor und nach Besetzung der zusätzlichen Stelle

Die **Vervierfachung der Gruppenangebote** für Schülerinnen und Schüler belegt die steigende Nachfrage und Wirksamkeit dieser präventiven Arbeit. Die Angebote richten sich

---

[1] Robert Bosch Stiftung (2024). *Deutsches Schulbarometer: Befragung Schüler:innen. Ergebnisse von 8- bis 17-Jährigen und ihren Erziehungsberechtigten zu Wohlbefinden, Unterrichtsqualität und Hilfesuchverhalten*. Robert Bosch Stiftung.

[2] ebd.

[3] Wiedemann, H., Thomasius, R., Paschke, K. (2025). *Problematische Mediennutzung bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland: Ergebnisbericht 2024/2025. Ausgewählte Ergebnisse der siebten Erhebungswelle im September/Oktober 2024.* DAK-Gesundheit.

[4] Robert Bosch Stiftung (2024). Deutsches Schulbarometer: Befragung Lehrkräfte. Ergebnisse zur aktuellen Lage an allgemein- und berufsbildenden Schulen. Robert Bosch Stiftung.

[5] Forsa Politik- und Sozialforschung GmbH (2021). *Die Schule aus Sicht der Schulleiterinnen und Schulleiter – Berufszufriedenheit von Schulleitungen und Digitalisierung an Schulen – Ergebnisse einer bundesweiten Repräsentativbefragung*.

[6] Föckersperger, H., Kellermeier, B.: *Jung und depressiv – das lange Warten auf einen Therapieplatz,* in: tagesschau.de, 19.03.2025, https://www.tagesschau.de/inland/regional/bayern/br-jung-und-depressiv-das-lange-warten-auf-einen-therapieplatz-102.html (Abruf 30.5.2025)

sowohl an alle Jugendliche einer Klasse (**primärpräventive[7] Maßnahmen)** als auch gezielt an besonders belastete Gruppen (**sekundär[8]- und tertiärpräventive[9] Formate)**. Beispiele sind maßgeschneiderte Programme für ganze Klassen zu Resilienz und seelischer Gesundheit oder eben Gruppenangebote für Jugendliche mit besonderen Bedarfen, bspw. soziale Ängstlichkeit.

Auch die Zusammenarbeit in **multiprofessionellen Teams** sowie die Anzahl der **Kriseninterventionen** und **präventiven Maßnahmen** hat sich stark ausgeweitet. Dies zeigt die gestiegene Bedeutung der Schulpsychologie als systemischer Partner in der Schulgemeinschaft. Die Schulleitungen und ihre Teams profitieren von der fundierten Unterstützung durch die Schulpsychologie bei der Entwicklung ihrer Schulen zu resilienten Systemen – ein zentrales Entwicklungsziel im Rahmen der *Schule Vision 2040*.

Darüber hinaus wurden **Coachings und Supervisionen für Schulpersonal** verstärkt nachgefragt. Sie bieten emotionale Entlastung, stärken die Gesundheit der Lehrkräfte und wirken vorbeugend gegen Ausfälle – besonders relevant ist dies bei einem angespannten Arbeitsmarkt.

Sicherung der präventiven Angebote: Gesundheit fördern statt Feuer löschen

Mit der Schaffung der Stelle wurde das klare Ziel verfolgt, die „seelische und körperliche Gesundheit zu fördern" – auch, um eine gelingende gesellschaftliche Integration zu unterstützen. Im Sinne der Nachhaltigkeit ist es unerlässlich, den begonnenen Weg der Prävention konsequent weiterzugehen:

- Präventive Arbeit ist nicht nur wirksam, sondern langfristig auch **ökonomisch sinnvoll**: Frühes Erkennen und Handeln bei psychischen Belastungen verhindert hohe Folgekosten durch Schulabbrüche, chronische Erkrankungen oder spätere Arbeitsunfähigkeit.
- ein **Großteil der Jugendlichen (86%) wünscht sich mehr Wissen über mentale Gesundheit** – etwa zwei Drittel sehen die Schule als geeigneten Ort dafür[10]
- Um Lehrkräften das Unterrichten zu ermöglichen, ist eine **Entlastung und Unterstützung beim Umgang mit psychisch belasteten Schülerinnen und Schülern** durch schulpsychologische Fachkräfte eminent.
- Angesichts des **Lehrkräftemangels** gilt es, Pädagoginnen und Pädagogen bestmöglich gesund zu erhalten und bei Problemen frühzeitig aufzufangen. Coaching stärkt Arbeitszufriedenheit, löst Konflikte und hilft, die wertvollen Fachkräfte an den Nürnberger Schulen zu halten. Die Studienlage zeigt, dass gerade Berufseinsteigerinnen und -einsteiger diese besondere Unterstützung brauchen, um die Laufbahn als Lehrkraft nicht unter dem Anfangsdruck abzubrechen.
- Angesichts stetig neuer Herausforderungen braucht es **Monitoring als datenbasierte Grundlage**, um Probleme früh zu erkennen und **gezielt mit neuen Konzepten zu reagieren.**

[7] primärpräventiv= Maßnahmen, die darauf abzielen, das erstmalige Auftreten von psychischen Problemen oder Störungen zu verhindern.

[8] sekundärpräventiv= Maßnahmen, die darauf abzielen psychische Probleme frühzeitig zu erkennen, um eine Verschlimmerung zu verhindern

[9]tertiärpräventiv = Maßnahmen, die nach der Diagnose einer psychischen Erkrankung darauf abzielen, die Folgen zu minimieren und die Lebensqualität der Betroffenen zu erhöhen.

[10] YEP – Youth Empowerment Participation. (2025). *Mental Health: Jugendbericht 2025*. https://yep-works.org/wp-content/uploads/2025/04/20250401_Mental-Health_Jugendbericht_Download.pdf (Abruf 5.6.2025)

Angebote, die bereits in der Schulentwicklung verankert sind, sollten nachhaltig gesichert werden. Angesichts der vielfältigen und komplexen Herausforderungen dürfen Schulen nicht allein gelassen werden. Eine Verstetigung, um diese Aufgaben dauerhaft und weiterhin wie oben beschrieben wirksam bewältigen zu können, ist aus Sicht des Teams Schulpsychologie unerlässlich.