

**UNS  
GEHTS  
GUT  
?**

**MENTAL  
HEALTH  
!**

**Call to Action**



# “Uns geht's gut?”

Eine Kampagne der Bundesschüler\*innenkonferenz

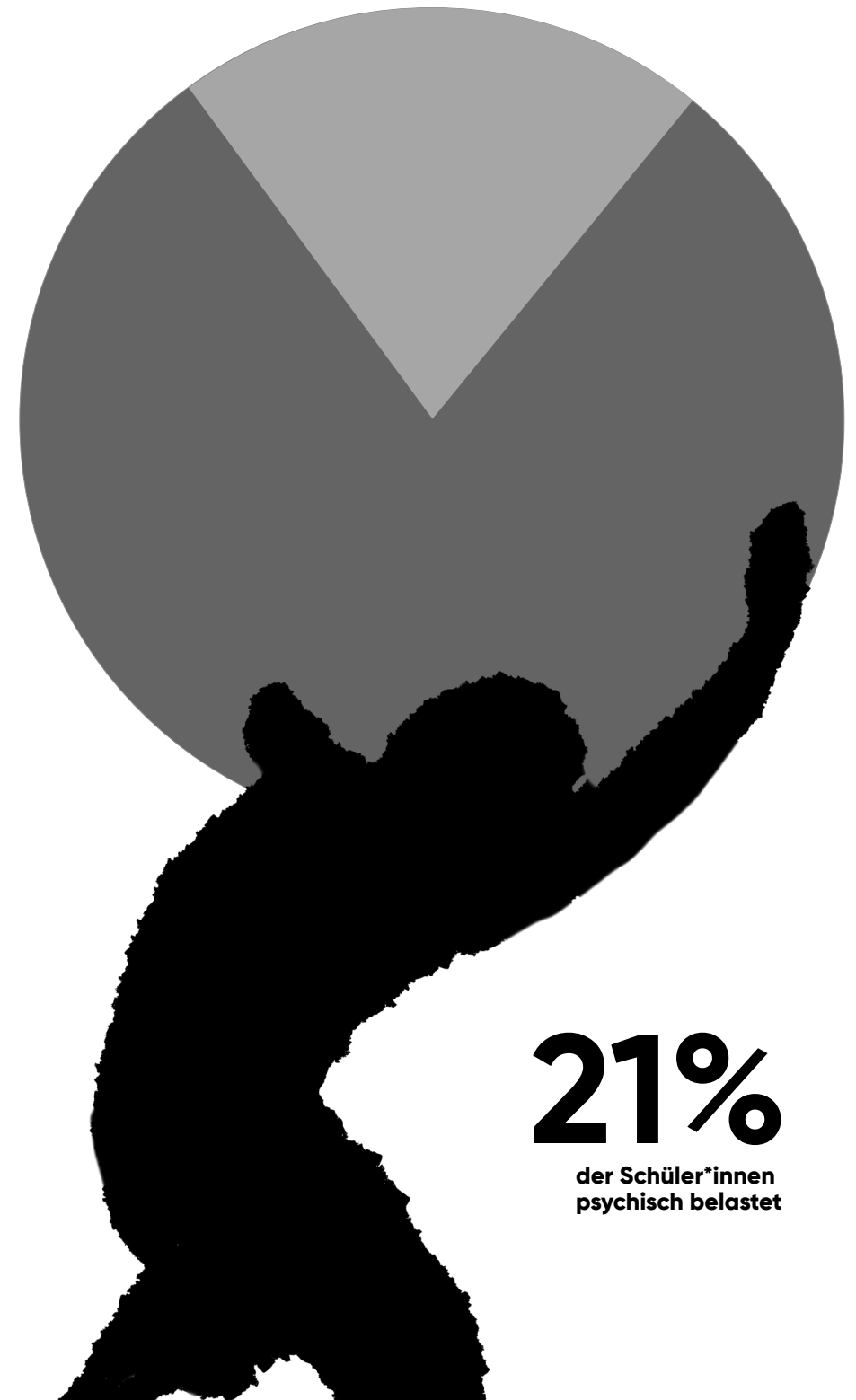
Wir erleben eine Krise der mentalen Gesundheit unter jungen Menschen. Die Bundesschüler\*innenkonferenz fordert daher zusammen mit einem breiten Bündnis von Stiftungen, Krankenversicherungen, Bildungsverbänden und -gewerkschaften, Wissenschaft und zivilgesellschaftlichen Initiativen die Bundesregierung 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 Schüler\*innen** als psychisch belastet.\*

Mehr als ein Viertel berichtet von geringer Lebensqualität. Darüber hinaus fühlen sich mehr als ein Fünftel der Kinder und Jugendlichen einsam.\*

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.



<sup>1</sup> Deutsches Schulbarometer 2024 Robert Bosch Stiftung  
<https://www.bosch-stiftung.de/de/publikation/deutsches-schulbarometer-befragung-von-schuelerinnen>

<sup>2</sup> Copsy-Studie 2024 UKE  
<https://www.uke.de/kliniken-institute/kliniken/kinder-und-juugendpsychiatrie-psychotherapie-und-psychosomatik/forschung/arbeitgruppen/child-public-health/forschung/copsy-studie.html>

# Unsere Schulen sind überfordert.

---



## Lehrkräfte leisten unglaublich viel.

Lehrkräfte sollen entlasten, zuhören, unterstützen und gleichzeitig den Bildungsauftrag erfüllen. Doch sie sind überlastet.

---

**78%**

## Fühlen sich nicht ausreichend vorbereitet.

78 Prozent der Lehrkräfte fühlen sich nicht ausreichend ausgebildet, um mit diesen Herausforderungen umzugehen.\*



## Es fehlt an Unterstützung.

Es gibt zu wenig Personal im schulpsychologischen Dienst und in der Schulsozialarbeit.

# Junge Menschen brauchen mehr als Unterricht.

---

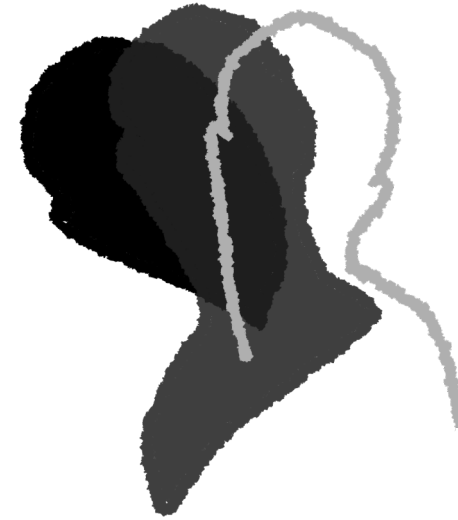
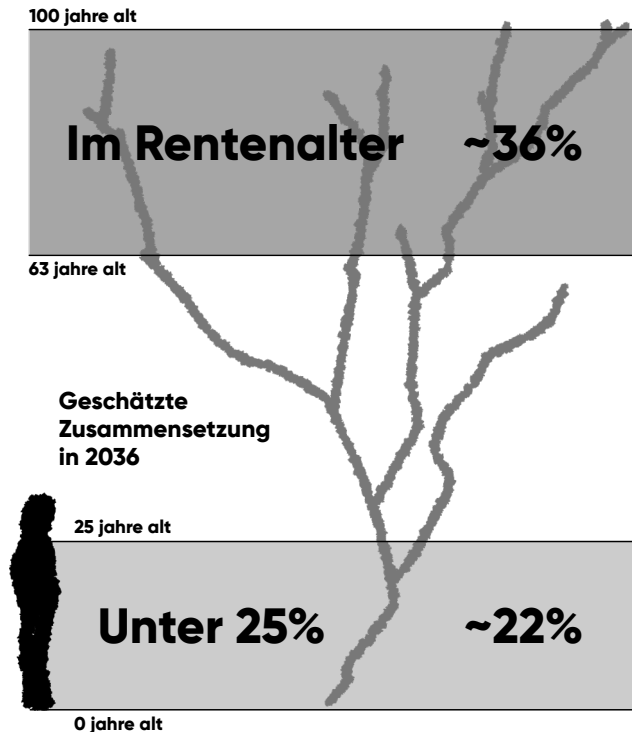


Junge Menschen lernen kaum, mit psychischen Belastungen umzugehen oder ihre Gefühle zu regulieren. Angemessene Medienbildung und Vermittlung von Digitalkompetenz fehlen meist komplett. Statt Schutz und Orientierung erleben viele Überforderung und Verunsicherung.

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.

# 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 Beitragsätze, 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.

**63.000.000.000€**  
Eine Zahl mit 9 nullen.

**WIR PACKEN MIT AN**

# **Junge Menschen wollen Verantwortung übernehmen! Wir wollen Deutschland mitgestalten!**

---

Ob im Beruf, in der Politik oder im Gemeinwesen: Trotz aller Belastungen möchten Kinder und Jugendliche zuversichtlich in die Zukunft blicken.

Wir sind gewillt, Leistung zu bringen, uns 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 Bundesschüler\*innenkonferenz fordern wir daher, den mentalen Herausforderungen von Kindern und Jugendlichen die dringend notwendige Aufmerksamkeit zu widmen und zehn Punkte umzusetzen.



**47%**

**Engagementquote der  
jungen Generation**

# Unser 10-Punkte-Plan:

---

- 1.** Mehr Personal in Schulsozialarbeit und im schulpyschologischen 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

# Damit sich etwas ändert!

---

- 6.** Gesundheitsförderung als Teil der Schulkultur etablieren mit Strategien zur Prävention und Früherkennung von psychischen und physischen Krankheiten

---

- 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!

WAS SICH WIRKLICH ÄDERN MUSS

# Unterstützende unseres Call to Action

## Gesundheitswesen & Krankenversicherung

Deutsche Gesetzliche  
Unfallversicherung e.V. (DGUV)

Verband der Privaten  
Krankenversicherung e. V.

Techniker Krankenkasse

BARMER

DAK Krankenkasse

KKH Kaufmännische  
Krankenkasse

mkk – meine krankenkasse

Spitzenverband Digitale  
Gesundheitsversorgung e.V.

## Bildung, Schule & Lehrkräfte

DigitalSchoolStory gGmbH

Didacta Verband e. V. - Verband  
der Bildungswirtschaft

Deutscher Lehrerverband (DL)

Gewerkschaft Erziehung und  
Wissenschaft (GEW)

Verband Bildung und Erziehung  
e.V. (VBE)

Deutscher Philologenverband e.V.  
(DPhV)

Verband Deutscher  
Realschullehrer (VDR)

Bundesverband der Lehrkräfte für  
Berufsbildung e.V. (BvLB)

Kommission Psychologie in  
Lehramtsstudiengängen der  
Deutschen Gesellschaft für  
Psychologie (DGPs)

Forum Bildung Digitalisierung e. V.

Ganztagsschulverband e.V.

Katholische Erziehergemeinschaft  
Deutschland e.V. (KEG)

Bildungswerk für  
Schüler\*innenvertretung und  
Jugendbeteiligung e.V. (SV-  
Bildungswerk e.V.)

GGG – Gemeinnützige  
Gesellschaft Gesamtschule –  
Verband für Schulen des  
gemeinsamen Lernens e.V.

Stiftung Kinder forschen

Dieter Schwarz Stiftung

### **Psychologie, Psychotherapie & mentale Gesundheit**

Berufsverband Deutscher  
Psychologinnen und Psychologen  
e.V. (BDP)

Bundespsychotherapeutenkammer  
(BPTK)

Deutsche Gesellschaft für Kinder-  
und Jugendpsychiatrie,  
Psychosomatik und Psychotherapie  
(DGKJP)

Deutsche Gesellschaft für  
Psychiatrie und Psychotherapie,  
Psychosomatik und  
Nervenheilkunde e. V. (DGPPN)

Deutsches Zentrum für  
Präventionsforschung Psychische  
Gesundheit (DZPP)

Der Berufsverband für Kinder- und  
Jugendpsychiatrie, Psychosomatik  
und Psychotherapie in Deutschland  
e. V. (BKJPP)

Bundesarbeitsgemeinschaft der  
Leitenden Klinikärztinnen und -  
ärzte für Kinder- und  
Jugendpsychiatrie, Psychosomatik  
und Psychotherapie e. V. (BAG  
KJPP)

Berufsverband der Kinder- und  
Jugendärzt\*innen e.V. (BVKJ)

Aktionsbündnis Seelische  
Gesundheit

Bundesverband Burnout und  
Depression e.V. (BBuD)

Mental Health Alliance

Mental Health Initiative  
gemeinnützige GmbH

MBSR-MBCT Verband e.V.

Kopfsachen e.V.

krisenchat gGmbH

tomoni mental health gGmbH

Praevenio

### **Kinder, Jugend, Teilhabe & Zivilgesellschaft**

Bundesverband Legasthenie und  
Dyskalkulie e. V.

Der Kinderschutzbund  
Bundesverband e.V.

Stiftung Bildung

Stiftung Deutsche Depressionshilfe  
und Suizidprävention mit ihrem  
Jugendbeirat

Deutsche Kinder- und  
Jugendstiftung GmbH (DKJS)

Legmon e.V.

ProjectTogether gGmbH

Jugendnetzwerk Lambda e.V.

### **Wirtschaft, Digitalisierung & Sozialpartner**

Deutscher Gewerkschaftsbund  
(DGB)

Bitkom e. V.

eco – Verband der  
Internetwirtschaft e.V.

Vodafone Stiftung Deutschland  
gGmbH



**Dieser Call to Action wur-  
de im Rahmen der Kampa-  
gne “Uns geht’s gut?” der  
Bundesschler\*innenkonfe-  
renz entwickelt.**

**Dieses Engagement wird  
von folgenden Trägern  
unterstützt:**

**Techniker Krankenkasse**

**Robert Bosch Stiftung**

**Bertelsmann Stiftung**

**Deutsche Telekom Stiftung**

**WEPA Stiftung**

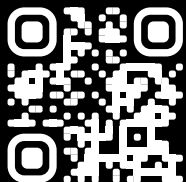
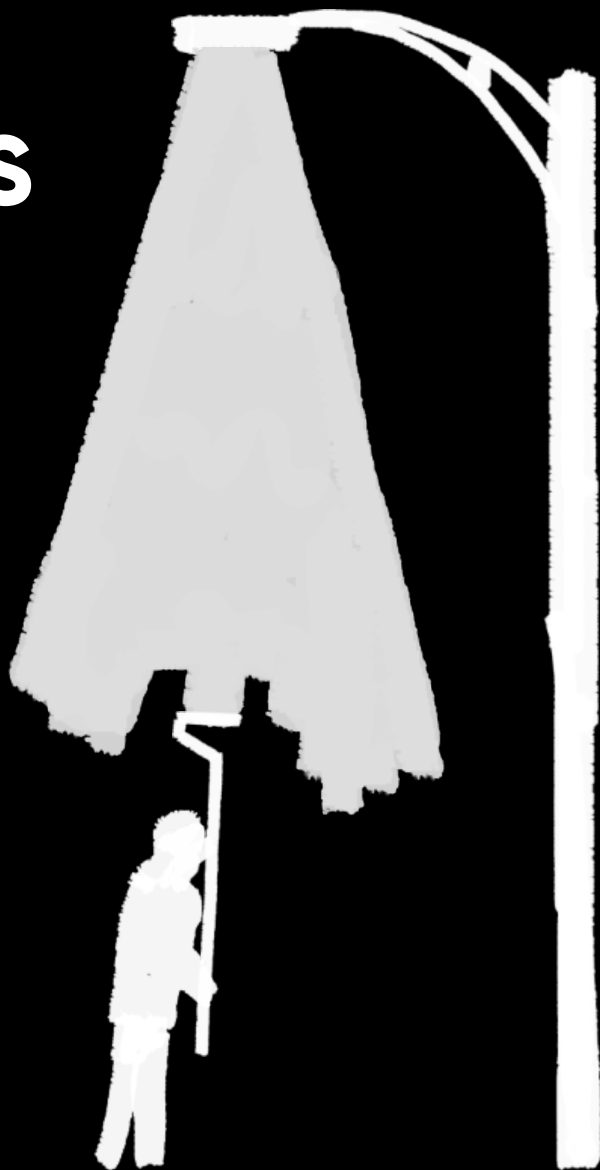
**Verband der Privaten  
Krankenversicherung e.V. –  
PKV Verband**

**Deutsche Gesetzliche  
Unfallversicherung – DGUV**

### **Impressum**

Publikation der Bundesschüler\*innenkonferenz  
Bundesschüler\*innenkonferenz, c/o Stiftung Bildung  
Am Festungsgraben 1 / 10117 Berlin  
V. i. S. d. P. Christoph Timmermann  
© Grafiken: Christoph Timmermann

# UNS GEHTS GUT ?



KOMM UNS BESUCHEN UNTER: [WWW.UNS-GEHTS-GUT.DE](http://WWW.UNS-GEHTS-GUT.DE)



Eine Initiative der  
BundeschülerInnenkonferenz  
und aller ihrer Mitgliedsländer



Jugendbildungsförderung  
Chemnitz