

Jeder dritte Schüler leidet an depressiven Stimmungen DAK-Studie: Schulstress und Leistungsdruck sorgen für Probleme

Hamburg/Lüneburg, 28. April 2011. Sie fühlen sich allein, unverstanden oder antriebslos: Nach einer neuen DAK-Studie leidet fast jeder dritte Schüler unter depressiven Stimmungen. An Haupt- und Realschulen sind deutlich mehr Schüler als an Gymnasien betroffen. Die Probleme der Jugendlichen hängen oft mit Schulstress und Leistungsdruck zusammen. Das zeigt eine aktuelle Befragung von fast 6.000 Jungen und Mädchen zwischen elf und 18 Jahren, die die Leuphana Universität Lüneburg im Auftrag der Krankenkasse an 25 Schulen in sieben Bundesländern durchgeführt hat.

Viele Betroffene in Hauptschulen

In der Studie geben 24 Prozent der Schüler an, „oft da zu sitzen und nichts tun zu wollen“. Jeder zehnte Befragte stimmt der Aussage zu „kein Mensch versteht mich“. Dabei steigt der Anteil der Schüler mit depressiven Stimmungen mit zunehmendem Alter stetig an - von 23 Prozent im 11. Lebensjahr auf 33 Prozent im 18. Lebensjahr. Der Anteil von Jungen und Mädchen ist bei den Betroffenen nahezu gleich. Allerdings sind die Probleme je nach Schulform sehr unterschiedlich. An Haupt- und Realschulen ist die Zahl der betroffenen Schüler mit 32 Prozent deutlich größer als an Gymnasien mit 24 Prozent. Bei Schülern mit Migrationshintergrund liegt der Anteil mit 36 Prozent besonders hoch.

„Bei Erwachsenen ist die Zahl der psychischen Erkrankungen in den vergangenen Jahren sprunghaft gestiegen“, erklärt Dr. Cornelius Erbe, Leiter des DAK-Geschäftsbereiches Produktmanagement. „Die aktuelle Studie zeigt, dass die Probleme häufig schon im Schulalter beginnen.“ Es sei deshalb wichtig, die Lehrer für die Symptome von Schülern mit Auffälligkeiten zu sensibilisieren und offene Beratungsmöglichkeiten zu schaffen. Auch gezielte Elternangebote zum Thema seien erforderlich.

Schulalltag macht Jugendlichen zu schaffen

Vielen Jugendlichen mit depressiven Stimmungen macht der Schulalltag zu schaffen. Die Betroffenen leiden deutlich häufiger unter einem

belastenden Klassenklima, unter starkem Leistungsdruck (43 Prozent) und Schulstress (23 Prozent) als ihre Mitschüler. Die Schüler sind auch doppelt so oft unzufrieden mit ihren Leistungen als die Jungen und Mädchen ohne Probleme. Nach den Ergebnissen der DAK-Studie schätzen die Jungen und Mädchen mit depressiven Stimmungen ihre Lebenskompetenz im Mittel als niedriger ein. 22 Prozent der Schüler mit depressiven Stimmungen schätzen ihre Lebenskompetenz niedrig ein im Vergleich zu lediglich 6 Prozent der Befragten ohne depressive Stimmungen. „Die Betroffenen verfügen häufiger über ungünstige Bewältigungsstrategien im Umgang mit Problemen“, erklärt Projektmanagerin Silke Rupprecht von der Leuphana Universität Lüneburg. „Mehr als doppelt so viele Jungen und Mädchen mit depressiven Stimmungen (37 Prozent) gehen Problemen lieber aus dem Weg, anstatt sie aktiv zu lösen – gegenüber 18 Prozent der Befragten ohne depressive Stimmungen.“ Das Vermeiden von Problemen könne aber zur Stabilisierung der psychischen Probleme beitragen.

Hilfsangebote für Schulen und Eltern

Gemeinsam mit anderen Experten empfehlen DAK und Leuphana Universität, gezielte Präventions- und Interventionsmaßnahmen durchzuführen. So könnte zum Beispiel über spezielle Förderprogramme bei Schülern mit depressiven Stimmungen die Lebenskompetenz verbessert werden. Ziel ist das Erlernen von kreativem Denken und der Fähigkeit, Probleme aktiv zu lösen. Ansatzpunkte für die Schulen können sein:

- Fortbildungen und Beratung für Lehrer zum Thema depressive Störungen bei Schülern;
- Kooperative Lernformen einsetzen, um die Verantwortungsübernahme zu stärken;
- Elternabende und –angebote zum Thema psychische Störungen anbieten.

Betroffenen Eltern wird empfohlen:

- Gefühle der Kinder akzeptieren und das Gespräch suchen;
- Gleich bleibende Rituale in der Familie einführen, da sie Sicherheit geben und damit Stress vorbeugen;
- Eigenständigkeit des Kindes fördern und gezielt loben;
- Körperlichen Ausgleich der Kinder fördern.



Unternehmen Leben

PresseServer

DAK-ZENTRALE

Tel 040-2396-1409 | Fax 040-2396-2219 | E-Mail: presse@dak.de
DAK-Pressestelle | Nagelsweg 27-31 | 20097 Hamburg

Die aktuelle Studie „Depressive Stimmungen bei Schülern“ entstand im Rahmen der DAK-Initiative „Gemeinsam gesunde Schule entwickeln“. Dabei begleitet und berät die Leuphana Universität Lüneburg für die Krankenkasse bundesweit 30 Schulen, die sich für das dreijährige Projekt beworben haben. Die Gesundheitsziele werden von jeder Schule individuell festgelegt. Grundlage ist eine umfassende Befragung von Schülern, Lehrern und Eltern zum Schulalltag und Schulklima. An den Befragungen im Mai 2008, Mai 2009 und Mai 2010 haben sich insgesamt 5840 Schüler von neun Haupt-, Real- und Regionalen Schulen, drei Gesamtschulen, sieben Gymnasien und sechs Berufsschulen beteiligt.

Kontakt: Rüdiger Scharf, Tel. 040/2396-1505, eMail ruediger.scharf@dak.de
Ina Cramer, Tel. 04131/677-7988, eMail ina.cramer@leuphana.de