

Wirkungsbericht Mental Health@School 2024-2026

Kontakt:
E-Mail: mentalhealth@sv-bildungswerk.de
Telefon: 030 61203771
Adresse: Bildungswerk für Schüler*innenvertretung und
Jugendbeteiligung e.V.
Gneisenaustraße 16, 10961 Berlin

Vorwort

Liebe Freund*innen, Unterstützer*innen und Wegbegleiter*innen des SV-Bildungswerks,

junge Menschen wollen mitgestalten. Sie wollen ihre Ideen einbringen, Verantwortung übernehmen und die Gesellschaft, in der sie leben, aktiv prägen. Gleichzeitig erleben viele Jugendliche, dass ihre Perspektiven zu selten gehört und ihre Beteiligungsmöglichkeiten begrenzt werden. Genau deshalb setzen wir uns als SV-Bildungswerk seit über 20 Jahren dafür ein, jungen Menschen Räume für Mitbestimmung, Bildung und Engagement zu eröffnen. Wir erleben jeden Tag, wie viel Potenzial, Kreativität und Veränderungskraft in jungen Menschen steckt, wenn sie die Möglichkeit erhalten, Verantwortung zu übernehmen und ihre Interessen wirksam zu vertreten.

Besonders stolz sind wir darauf, dass unsere Arbeit bis heute von jungen Menschen selbst gestaltet wird.

Was als Initiative engagierter Schüler*innen 2005 begann, ist heute ein bundesweites Netzwerk, das Jugendbeteiligung stärkt und demokratisches Engagement fördert.

All dies wäre nicht möglich ohne die vielen Menschen, die unsere Arbeit tragen: unsere Ehrenamtlichen, Teamenden, Vereinsmitglieder*innen, Partnerorganisationen, Förder*innen und vor allem die Jugendlichen selbst. Ihr Engagement, ihre Ideen und ihre Beharrlichkeit machen unsere Arbeit jeden Tag aufs Neue lebendig und wirksam.

Mit Zuversicht blicken wir nach vorn. Die Herausforderungen unserer Zeit sind groß. Umso wichtiger ist es, junge Menschen zu ermutigen, Verantwortung zu übernehmen, demokratische Prozesse mitzugestalten und ihre Zukunft selbst in die Hand zu nehmen.

Vielen Dank für Ihr Vertrauen und Ihre Unterstützung.
Das Mental Health@School Team

Inhalt

Problemlage mentale Gesundheit.....	2
Über das SV-Bildungswerk, unsere Vision, Mission.....	3
Unsere Wirkungsfelder.....	3
Mental Health@School in Zahlen.....	4
Feedback zu den Mental Health@School Workshops.....	5
Förderpartner*innen & Ausblick.....	6

Problemlage mentale Gesundheit

Junge Menschen wachsen in einer Zeit auf, die von tiefgreifenden Veränderungen und Unsicherheiten geprägt ist. Die Auswirkungen der Corona-Pandemie, globale Krisen, die Klimakrise, gesellschaftliche Polarisierung und die ständige Verfügbarkeit digitaler Medien beeinflussen ihren Alltag und ihr Wohlbefinden. Gleichzeitig steigen die Anforderungen in Schule, Ausbildung und Freizeit.

Aktuelle Studien zeigen, dass psychische Belastungen unter Kindern und Jugendlichen weiterhin auf einem hohen Niveau liegen. Viele junge Menschen berichten von Stress, Erschöpfung, Zukunftsängsten und dem Gefühl, mit ihren Sorgen allein zu sein. Besonders alarmierend ist, dass psychische Belastungen häufig bereits im Schulalter beginnen und sich ohne frühzeitige Unterstützung langfristig verfestigen können.

Dabei sind junge Menschen nicht das Problem. Sie bringen Neugier, Kreativität, Verantwortungsbewusstsein und ein hohes Bewusstsein für gesellschaftliche Herausforderungen mit. Viele wünschen sich mehr Austausch über mentale Gesundheit, mehr Unterstützung im Umgang mit Belastungen und mehr Möglichkeiten, ihre Lebenswelt aktiv mitzugestalten.

Schulen spielen dabei eine Schlüsselrolle. Kaum ein anderer Ort erreicht so viele junge Menschen unabhängig von Herkunft, sozialem Status oder familiären Voraussetzungen. Gleichzeitig stehen Schulen vor großen Herausforderungen: Lehrkräfte und Schulsozialarbeitende erleben die Belastungen ihrer Schüler*innen täglich, verfügen jedoch häufig nicht über ausreichend Zeit, Ressourcen oder Strukturen, um präventiv zu handeln.

Mentale Gesundheit und Beteiligung gehören dabei eng zusammen. Junge Menschen, die sich gehört, ernst genommen und wirksam erleben, entwickeln stärkere Schutzfaktoren für ihre psychische Gesundheit. Umgekehrt fällt es schwer, sich aktiv einzubringen, wenn Belastungen den Alltag bestimmen.

Deshalb braucht es Schulen, die mentale Gesundheit nicht erst dann thematisieren, wenn Krisen entstehen, sondern präventiv fördern. Schulen, die junge Menschen stärken, Beteiligung ermöglichen und Räume für Austausch schaffen. Genau hier setzt unser Programm Mental Health@School an.

Über das SV-Bildungswerk

Das SV-Bildungswerk ist eine bundesweite Organisation für Jugendbeteiligung, Demokratiebildung und gesellschaftliches Engagement. Seit 2005 stärken wir junge Menschen darin, ihre Interessen zu vertreten, Verantwortung zu übernehmen und gesellschaftliche Veränderung aktiv mitzugestalten.

Unsere Vision

Wir streben eine gerechte, demokratische und zukunftsfähige Gesellschaft an, in der junge Menschen selbstverständlich an Entscheidungen beteiligt werden, die ihr Leben betreffen. Wir sind überzeugt: Demokratie lebt davon, dass Menschen ihre Stimme erheben, Verantwortung übernehmen und sich wirksam einbringen können.

Unsere Mission

Wir schaffen Bildungs- und Beteiligungsangebote, die junge Menschen befähigen, ihre Ideen umzusetzen und ihre Anliegen zu vertreten. Durch Workshops, Qualifizierungen, Jugendkongresse und Beteiligungsmöglichkeiten vermitteln wir Wissen, stärken Kompetenzen und fördern demokratisches Handeln. Dabei setzen wir auf einen Peer-to-Peer-Ansatz: Junge Menschen lernen voneinander, gestalten gemeinsam Projekte und werden selbst zu Multiplikator*innen für Beteiligung und gesellschaftliches Engagement. Unser Ziel ist es, Jugendbeteiligung nachhaltig zu verankern – in Schulen, Kommunen und der Gesellschaft insgesamt.

Unsere Wirkungsfelder

Das SV-Bildungswerk entwickelt Bildungs- und Beteiligungsangebote für junge Menschen in ganz Deutschland. Gemeinsam mit Schüler*innen, Lehrkräften, Schulen, Kommunen und weiteren Institutionen schaffen wir Räume für Mitbestimmung, Lernen und gesellschaftliches Engagement.

SV & Demokratie

Demokratie muss erlebt werden, um verstanden zu werden. Mit Workshops, Trainings und Beteiligungsformaten setzen wir an der Basis an und stärken Schüler*innenvertretungen und demokratische Kompetenzen. Junge Menschen lernen, ihre Interessen zu vertreten, Projekte umzusetzen und Verantwortung in Schule und Gesellschaft zu übernehmen.

Klima & Nachhaltigkeit

Junge Menschen beschäftigen die Fragen unserer Zukunft. Mit Bildungsangeboten zu Klima, Nachhaltigkeit und Klimagerechtigkeit vermitteln wir Wissen, stärken Handlungskompetenzen und unterstützen Jugendliche dabei, gesellschaftlichen Wandel aktiv mitzugestalten.

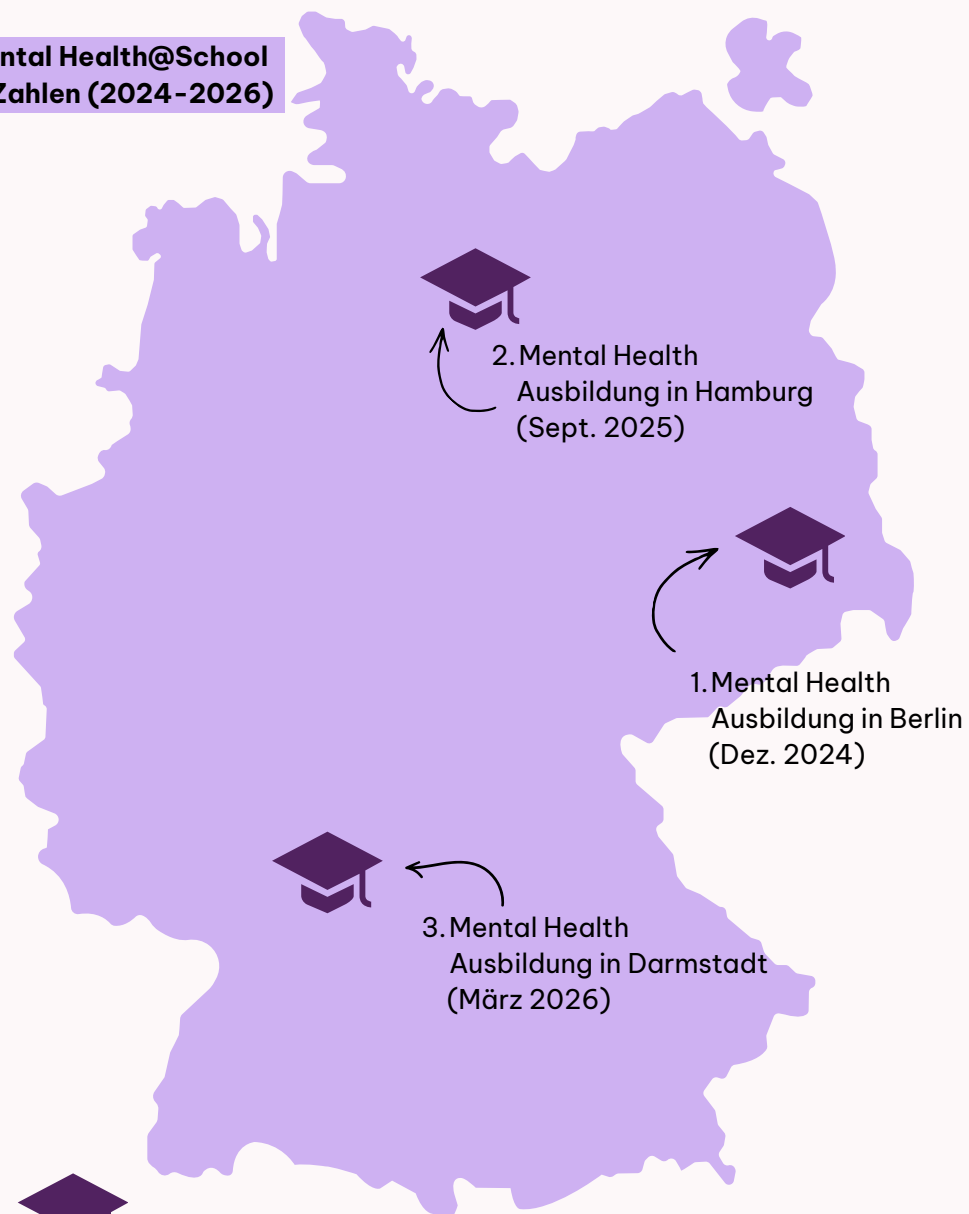
Jugendbeteiligung

Wir begleiten Schulen, Kommunen und Institutionen dabei, junge Menschen wirksam in Entscheidungsprozesse einzubeziehen. Durch Beteiligungsverfahren, Qualifizierungen und Beratungsangebote fördern wir nachhaltige Strukturen der Mitbestimmung.

Mental Health@School

Psychische Gesundheit ist eine zentrale Voraussetzung für erfolgreiches Lernen und gesellschaftliche Teilhabe. Seit Dezember 2024 stärken wir mit unserem Projekt Mental Health@School junge Menschen im Umgang mit psychischer Gesundheit und setzen uns für eine nachhaltige Verankerung von Mental Health im Schulalltag ein. In dem dreistufigem Workshopkonzept (1.Sensibilisierung, 2.Maßnahmenplanung, 3.Reflexion) schaffen wir Räume für Aufklärung, Austausch und Prävention. Gemeinsam mit Schüler*innen, Lehrkräften und weiteren schulischen Akteur*innen fördern wir einen offenen Umgang mit psychischer Gesundheit, bauen Stigmata ab und stärken Wissen, Selbstfürsorge und Handlungskompetenzen. Die Wirkung und Entwicklung dieses Programms stehen im Mittelpunkt des vorliegenden Wirkungsberichts.

Mental Health@School in Zahlen (2024-2026)



3 Mental Health Ausbildungen in Präsenz

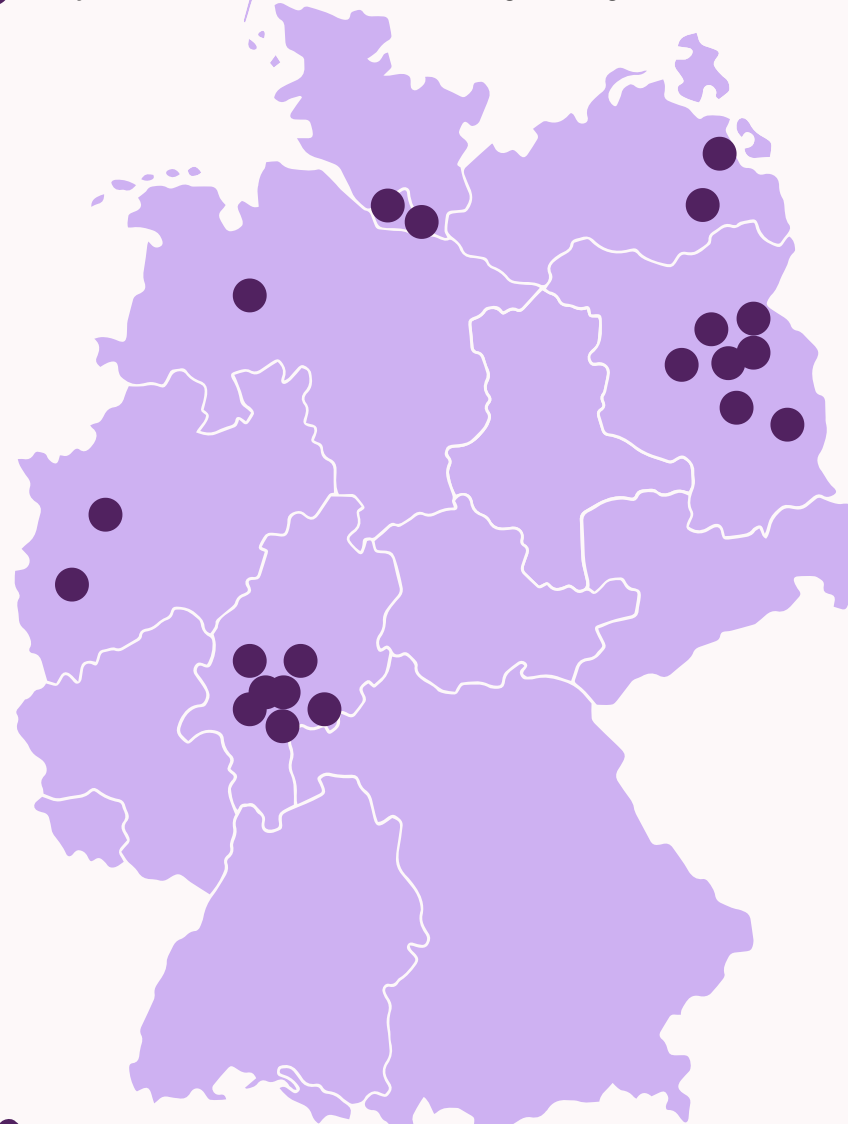
49 ausgebildete Mental Health-Peers



in 7 Bundesländern aktiv



Projekt an 21 Schulen in Durchführung/durchgeführt



insgesamt 46 durchgeführte Workshops

ca. 1104 erreichte Schüler*innen bundesweit

Feedback von Schüler*innen zum 1. Workshop (Sensibilisierung)



Wie bewertest du den Workshop insgesamt?



*Ergebnisse beruhen auf der Befragung von 61 Schüler*innen. Für die prozentuale Auswertung wurden die Antworten „Stimme voll und ganz zu“ und „Stimme eher zu“ als Zustimmung („Ja“) zusammengefasst.

Was hat dir am 1. Workshop am besten gefallen?

*Direktzitate von teilnehmenden Schüler*innen aus dem 1. Workshop

“Die Erklärungen, und das Verständnis für das nicht immer Verständliche”

“Wir wurden Ernst genommen und es war nicht so streng”

“Das wir offen reden konnten”

“Mir hat am besten gefallen das ich mehr wissen jetzt über die Mentale Gesundheit habe”

“Die interaktive Teile im Workshop(wir mussten nicht nur zuhören sondern konnten was machen)”

Feedback von Schüler*innen zum 2. Workshop (Maßnahmenplanung)

Was hat dir am 2. Workshop am besten gefallen?

“Die gemeinsame Entwicklung an unsere konkreten Ideen für die Schule”

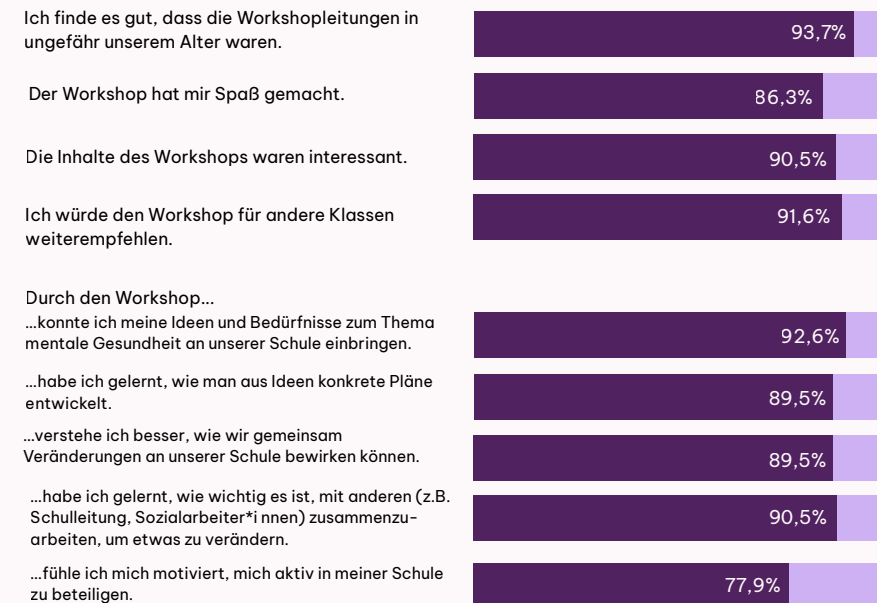
“Dass man die chance bekommt, etwas zu ändern”

“Die kreative Projektarbeit, bei der wir frei unsere Ideen Umsätzen konnten”

“Die Inhalte, also dass wir selber Projekte gestartet haben, die wir auch wirklich umsetzen wollen.”

“Die positive Dynamik und das Gefühl von Selbstwirksamkeit”

*Direktzitate von teilnehmenden Schüler*innen aus dem 2. Workshop



Wie bewertest du den Workshop insgesamt?



*Ergebnisse beruhen auf der Befragung von 95 Schüler*innen. Für die prozentuale Auswertung wurden die Antworten „Stimme voll und ganz zu“ und „Stimme eher zu“ als Zustimmung („Ja“) zusammengefasst.

Ausgewählte Bedarfe und umgesetzte Maßnahmen von Schüler*innen



Verschönerung der Klassenräume

Ruhe- und Aufenthaltsräume für Schüler*innen

Peer-to-Peer-Angebot von Schülerinnen für Schülerinnen zur niedrigschwelligen Unterstützung bei mentaler Gesundheit

Wärmflaschen für Menstruationsschmerzen

Einrichtung eines Kummerkastens

Alternative Leistungsnachweise in Nebenfächern

Was hat dir am 3. Workshop (Reflexion) am besten gefallen?

*Direktzitate von teilnehmenden Schüler*innen aus dem 3. Workshop

“Die Interaktivität und das Gefühl des Safes Space. Die Stimmung war auch super und der vibe und dass die Leiter*innen ungefähr in unserem Alter waren.”

“Es war so ein toller Safe Place und alle waren so toll . Ich habe soo viel Neues gelernt.”

“die abwechslungsreichen Methoden”

“Es hat sich nicht wirklich nach Arbeit angefühlt und trotzdem waren wir sehr produktiv.”

“Das sogar Schüler die sonst nicht besonders motiviert sind trotzdem durch das Programm motiviert waren und zu einer Lösung beitragen haben”

Danke für Ihre Unterstützung und den gemeinsamen Blick nach vorn

Seit mehr als 20 Jahren setzen wir uns dafür ein, dass junge Menschen Demokratie erleben, Verantwortung übernehmen und ihre Interessen wirksam vertreten können. Dass diese Arbeit heute bundesweit so viele Jugendliche erreicht, verdanken wir nicht zuletzt Ihnen. Mit Ihrer Förderung schaffen Sie Räume für Mitbestimmung, politische Bildung und Engagement. Sie ermöglichen jungen Menschen, ihre Ideen einzubringen, Projekte umzusetzen und Demokratie aktiv mitzugestalten. Dafür danken wir Ihnen herzlich.

Gerade in einer Zeit, in der demokratische Werte unter Druck geraten und gesellschaftlicher Zusammenhalt keine Selbstverständlichkeit ist, bleibt unsere Aufgabe wichtiger denn je. Gemeinsam mit Ihnen möchten wir auch in Zukunft junge Menschen stärken, Beteiligung ermöglichen und eine lebendige Demokratie fördern. Vielen Dank für Ihr Vertrauen, Ihre Verbundenheit und Ihre Unterstützung. Wir freuen uns darauf, diesen Weg auch weiterhin gemeinsam mit Ihnen zu gehen.

Crespo Foundation

Stiftung Polytechnische Gesellschaft Frankfurt am Main

Schöpfung Stiftung :

SOFTWARE AG - Stiftung

HOLISTIC FOUNDATION

Heidehof Stiftung

iKKBB

LANDKREIS VORPOMMERN-GREIFSWALD

GKV-Bündnis für GESUNDHEIT Mecklenburg-Vorpommern