

# Starke Schule – starke Schülerinnen und Schüler

**Psychische Gesundheit Schulphobien, Depressionen, Essstörungen... Das sind nur einige der Probleme, die Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe II vom erfolgreichen Absolvieren ihrer Schulzeit abhalten können. Was unternimmt die Schule, um ihre Schülerschaft in Krisensituationen zu unterstützen?**

Karin Gruber-Ruffner

Es gibt nur wenige Studien zum Thema psychische Gesundheit der Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe II. Und trotzdem: «Umfragen zur subjektiven Wahrnehmung zeigen, dass fast jede/r zweite Jugendliche zu irgend einem Zeitpunkt in ihrer oder seiner Ausbildung auf Sekundarstufe II von einem psychischen Leiden betroffen ist, das über eine übliche Teenager-Krise hinaus geht», erklärt Susanne Lorenz, Dozentin an der HES-SO Valais-Wallis in Siders. Psychische Beschwerden, die meist nicht diagnostiziert werden, die aber dennoch zu Absenzen und/oder Lernschwierigkeiten führen können: Depressionen, Essstörungen wie Magersucht oder Bulimie, Angststörungen, Schulphobie... «Solche Probleme müssen ernst genommen werden», warnt die Spezialistin, «da sie zu Schulabbrüchen oder unangebrachtem Verhalten wie Gewalt gegenüber sich selbst oder anderen führen können.»

## Situation an Walliser Schulen

Bei den offiziellen Zahlen zu den betroffenen Schülerinnen und Schülern gehen die Meinungen im Wallis weit auseinander. Während das Kollegium Les Creusets in Sitten von einem Anteil Betroffener von rund 10 Prozent spricht, relativiert Dr. Gerd Dönni, Prorektor des Kollegiums Spiritus Sanctus in Brig: «Selbstverständlich ist bei ungefähr 1000 Schülerinnen und Schülern eine gewisse Wahrscheinlichkeit gegeben, dass es zu psychischen Erkrankungen kommt. In der Regel sind unsere Schülerinnen und Schüler jedoch von guter mentaler Gesundheit – ohne diese ist es nicht ganz einfach, die nötigen An-

## UNTERSTÜTZUNG VON SCHÜLERINNEN UND SCHÜLERN IN SCHWIERIGKEITEN

**1 Achten Sie auf Warnzeichen**  
(Absenzen, Stress, Müdigkeit, Gewichtsverlust, soziale Isolierung usw.)



**2 Sprechen Sie mit der Schülerin oder dem Schüler, der Klassenlehrperson, den Eltern, der Schuldirektion.**



**3 Setzen Sie auf ein Vertrauensverhältnis, das auf dem Aufbau von Eigenverantwortung basiert**  
(«Was wird passieren, wenn sich nichts ändert?», «Wie kann dir das helfen?»), statt fertige Lösungen vorzuschlagen («Wende dich doch an diese oder jene Stelle.»)



**4 Wenn nötig, wenden Sie sich an die Schulmediatorinnen/-mediatoren, an Psychologinnen/Psychologen oder an eine Gesundheitsfachperson**



**Seien Sie sich dessen bewusst, dass es eine Weile dauern wird, bis sich diese Probleme lösen lassen**

chischen Gesundheit an der Schule bewusst. Florian Walther, Koordinator der Regionalstelle Oberwallis von Gesundheitsförderung Wallis, führt aus: «In praktisch allen klassischen Präventionskampagnen an den Schulen sprechen wir die psychische Gesundheit an: Sucht, neue Medien, Ernährung, Körperbild, Mobbing... Viele Lehrpersonen verpacken diese Themen auch in den Lehrplan21 und so wird plötzlich im Englisch über das Thema Körperbild debattiert oder klassisch im Sportunterricht über Ernährung gesprochen.» Prorektor Dönni erklärt, was am Kollegium Spiritus Sanctus in Brig alles unternommen wird: «Wir bieten unserer Schülerschaft beispielsweise Workshops mit Gesundheitsfachpersonen an. Letztes Jahr stand bei uns Online-Sucht im Fokus.» Das Angebot

es gibt auch speziell ausgebildete Teams, die für Schüler/innen mit Problemen jederzeit ein offenes Ohr haben: «Wie alle Schulen haben wir ein Mediatorenteam. Zudem ist das ZET (Zentrum für Entwicklung und Therapie des Kindes und Jugendlichen) ein guter Ansprechpartner und ebenso das PZO (Psychiatriezentrum Oberwallis). Mit allen arbeiten wir sehr gut zusammen. Es werden fast immer Lösungen gefunden, um auch Schülerinnen und Schülern mit psychischen Problemen gerecht werden zu können.» Eine Aussage, die auch Florian Walther bestätigt: «Die Vernetzung vor Ort (ZET, PZO, Mediatorinnen und Mediatoren) ist ein wesentlicher Punkt, um Schülerinnen und Schüler mit psychischen Problemen bestmöglich betreuen zu können. Dank der grossartigen Zusammenarbeit mit dem ZET dürfen wir vom Schulnetz21/Gesundheitsförderung Wallis auch Teil der Aus- und Weiterbildung der Oberwalliser Mediatorinnen und Mediatoren sein.»

## Starke Schule

Das Schulnetz21 unterstützt die Schulen, indem es ihnen möglichst gebündelt und praxisnah Informationen zum Thema psychische Gesundheit liefert – sei es über Vorträge oder Weiterbildungen beziehungsweise indem die Kosten von themenbezogenen Aktivitäten übernommen werden. Florian Walther führt aus: «Das Schulnetz21 – Schweizerisches Netzwerk gesundheitsfördernder und nachhaltiger Schulen – setzt sich unter anderem für die psychische Gesundheit von Schülerinnen und Schülern, aber auch von Lehrpersonen und Schulleitungen ein. Gesunde Schülerinnen und Schüler brauchen gesunde Lehrpersonen, daher arbeiten wir seit drei Jahren auch am Thema psychische Gesundheit bei Lehrpersonen. So haben wir bereits zwei Impulsnachmittage zum Thema Lehrergesundheit angeboten. Ganz allgemein gibt es sehr viele Angebote, daher klären wir jeweils genau, was die Schule will oder braucht und versuchen so das richtige Produkt für die jeweilige Situation zu finden.» Eine starke Schule kann nämlich nur starke Schülerinnen und Schüler hervorbringen, wenn alle Mitglieder am selben Strang ziehen und den selben «Spirit» teilen, wie Prorektor Gerd Dönni präzisiert: «Oft ist nämlich die empathisch-menschliche Begleitung schon ein wichtiger erster Schritt, um schwierige Situationen auffangen zu können.»

Weitere Informationen:  
[www.schulnetz21.ch](http://www.schulnetz21.ch)

**«Wir haben ein Care-Team an unserer Schule, das in Krisensituationen betroffene Schülerinnen und Schüler begleiten kann»**

Dr. Gerd Dönni  
Prorektor Kollegium Spiritus Sanctus in Brig

forderungen für die Aufnahme in ein Gymnasium zu erfüllen.» Konkret spricht er von weitaus tieferen Zahlen als im französischsprachigen Wallis: «Zum einen gibt es die Fälle mit sogenanntem Nachteilsausgleich wegen Legasthenie oder anderen Problemen. Das sind momentan unter 1%. In stationärer Behandlung sind momentan 0.2% der Schülerschaft, was in etwa der Erfahrungswert über die Jahre ist.» Wenn aus einer Umfrage zur psychischen Gesundheit der Schülerschaft hervorgeht, dass jede/r zweite Jugendliche im Laufe der Schulzeit von einem psychischen Leiden betroffen sei, muss man sich also dessen bewusst sein, dass es sich hierbei einerseits um die subjektive Wahrnehmung der Jugendlichen handelt und dass andererseits lange nicht alle Fälle statistisch erfasst werden. Dies präzisiert auch Prorektor Dönni: «Wie viele Schülerinnen und Schüler ambulant behandelt werden, entzieht sich meist der Kenntnis der Schule, da diese Probleme immer noch zu oft verheimlicht werden beziehungsweise die Schule nicht direkt betreffen.»

## Präventionsarbeit

Vorbeugen ist bekanntlich besser als heilen – dessen ist man sich auch im Bereich der psy-

reicht aber noch weiter: «Da wir in den letzten Jahren leider auch Todesfälle in der Schüler- und Lehrerschaft zu beklagen hatten, haben wir auch ein Care-Team an unserer Schule, das in Krisensituationen betroffene Schülerinnen und Schüler begleiten kann.» Ein Angebot, das Florian Walther in höchsten Tönen lobt: «In meiner täglichen Arbeit mit den Oberwalliser Schulen merke ich, dass sehr viel für die psychische Gesundheit der Schülerschaft getan wird. Man ist sich dieser Problematik bewusst und weiss auch um die Verantwortung der Schule.»

## Gute Vernetzung

Dr. Gerd Dönni bekräftigt dies: «Auch wenn wir prozentual von wenigen Fällen wissen, erfordert jeder einzelne von ihnen spezielle Massnahmen und grosses Verständnis.» Ein wesentlicher Punkt ist auch, dass die Schülerinnen und Schüler wissen, an wen sie sich bei Problemen wenden können. «Am Kollegium von Brig haben wir jedes Jahr für die Erstklässler/innen ein spezielles Programm, in dem nicht nur Arbeitsmethoden vermittelt werden, sondern auch Ansprechpersonen vorgestellt werden», erklärt der Prorektor. Häufig ist die Klassenlehrperson die erste Anlaufstelle in solchen Fällen – aber

GESUNDHEIT: DIE OMBUDSSTELLE INFORMIERT

**SAGEN SIE MAL ...**  
LUDIVINE DÉTIENNE  
LEITERIN DER OMBUDSSTELLE



## Wie werden unsere persönlichen Gesundheitsdaten geschützt?

Die Respektierung der Privatsphäre des Patienten\* ist durch das Berufsgeheimnis, dem alle Gesundheitsfachpersonen sowie ihre Hilfspersonen unterstellt sind, sowie durch die Datenschutzgesetzgebung geschützt. Wenn eine Gesundheitsinstitution oder eine Gesundheitsfachperson persönliche Daten zur Gesundheit von Patienten bearbeitet, muss sie die Grundsätze des Datenschutzes und die Patientenrechte einhalten. In Bezug auf sein Patientendossier verfügt der Patient über ein Auskunftsrecht, ein Berichtigungsrecht und ein Lösungsrecht. Er verfügt auch über das Recht, sein Einverständnis zur Erfassung und Weiterleitung seiner persönlichen Daten zu geben. So ist grundsätzlich weder ein Arzt noch ein Spital dazu berechtigt, Dritten Informationen zu Ihrem Gesundheitszustand zukommen zu lassen, ohne vorgängig Ihre Einwilligung erhalten zu haben. Das ist insbesondere auch im Rahmen der Schutzmassnahmen gegen das Coronavirus der Fall.

\*Jede Personenbezeichnung gilt für Frauen und Männer gleichermaßen.

ombudsman

## Bleib gesund

Einfache Gesten halten das Virus in Schach



**Masken tragen**

Insbesondere wenn Abstand halten nicht möglich ist



**Abstand halten**



**Regelmässiges Händewaschen**



**In die Armbeuge husten**

[www.vs.ch/covid-19](http://www.vs.ch/covid-19)



Departement de la santé, des affaires sociales et de la culture  
Service de la santé publique



Promotion santé Valais  
Gesundheitsförderung Wallis

PARTNER

LIGUE PULMONAIRE VALAISANNE  
LUNGENLIGA WALLIS

[www.lungenliga-ws.ch](http://www.lungenliga-ws.ch)

Gesundheitsförderung  
Wallis

[www.gesundheitsfoerderungwallis.ch](http://www.gesundheitsfoerderungwallis.ch)

CANTON DU VALAIS  
KANTON WALLIS

[www.vs.ch/gesundheit](http://www.vs.ch/gesundheit)

**Coronavirus-Hotline Kanton Wallis**  
+41 58 433 0 144 (täglich von 08.00 bis 20.00 Uhr)

**Hotline Bundesamt für Gesundheit**  
+41 58 463 00 00 (täglich 24 Stunden)