

Zwischenruf der BAG EJSA zur Entwicklung einer Strategie der Bundesregierung „**Mentale Gesundheit für junge Menschen**“

Ausgangslage

„Die Jugend“ - wird pauschal mal als „Humankapital für die schwächelnde Wirtschaft“, mal als „Negativschlagzeile in der Kriminalstatistik“, mal als „verantwortlich für gefüllte Rentenkassen und gesteigerten Konsum“ adressiert. Zudem soll sie verzichten: Auf Unterstützung und Begleitung, auf nichtkommerzielle Freizeitangebote, auf Förderung in der Phase ihres Lebens, die die herausforderndste überhaupt ist. Denn Bund, Länder und Kommunen müssen sparen. Was machen diese Widersprüchlichkeiten mit der mentalen Gesundheit junger Menschen? Wie soll gesundes Aufwachsen gelingen, wenn medienwirksam gleichzeitig Leistung und Verzicht gefordert, Teilhabe aber immer mehr eingeschränkt wird?

Was wir wissen

Deutsches Schulbarometer 2026¹:

Jedes vierte Kind ist psychisch belastet. Ein Drittel erlebt regelmäßig Mobbing. Die Hälfte der Befragten erlebt hohen Leistungsdruck und berichtet, dass die Anforderungen im Schulalltag kaum zu bewältigen sind. Gleichzeitig fehlt Mitbestimmung. Die große Mehrheit der Schüler*innen wünscht sich mehr Einfluss auf die Gestaltung des Schulalltags, fühlt sich aber bislang kaum gehört.

COPSY Studie 2025²:

Jedes fünfte Kind zeigt depressive Symptome. Die Belastungen sind nicht nur hoch, sondern dauerhaft hoch – mit Stress, Angst und zunehmenden psychosomatischen Beschwerden.

SINUS/BARMER Jugendstudie 2024/25³:

61 % der Jugendlichen waren bereits psychisch belastet, aber nur wenige sprechen darüber.

Die Daten stehen für echte junge Menschen: Für Kinder, die den Tag mit Angst beginnen, für Jugendliche, die sich überfordert fühlen, für junge Menschen, die sich zurückziehen, weil ihnen niemand zuhört. Die meisten von ihnen sind noch nicht krank, ihre Beschwerden sind noch nicht chronisch oder gar pathologisch. Das aber wird sich ändern, wenn sie keine Unterstützung erhalten.

Mentale Gesundheit junger Menschen wirksam unterstützen – so kanns gehen!

Der Schutz mentaler Gesundheit als wichtiger Bestandteil eines gesunden Aufwachsens junger Menschen wird von verschiedenen Professionen gefördert, die Soziale Arbeit ist eine davon. Was sie mit ihren Kompetenzen leisten kann, zeigte exemplarisch das Bundesmodellprogramm Mental Health Coaches, das auch in den Strukturen der BAG EJSA von 2023 bis 2025 bundesweit umgesetzt wurde.

¹ https://www.bosch-stiftung.de/de/presse/2026/03/deutsches-schulbarometer-psychische-belastung-bei-kindern-und-jugendlichen-steigt?utm_source=copilot.com; https://www.bosch-stiftung.de/sites/default/files/documents/2026-03/Deutsches%20Schulbarometer%20Sch%C3%BCler_innen%202025_26_.pdf

² <https://www.uke.de/allgemein/mediathek/filme/ausgefragt/copsy-studie.html>

³ https://www.sinus-institut.de/media-center/presse/barmer-jugendstudie-2024-25-mental-health?utm_source=copilot.com; <https://www.sinus-institut.de/media-center/studien/barmer-jugendstudie-2024-25>

Die Mental Health Coaches haben jungen Menschen Halt gegeben, Zugang zu Unterstützung erleichtert und ihre Resilienz gestärkt, bevor aus Belastungen Krisen werden konnten. Ihre Arbeit zeigt, dass Präventionsangebote der Jugendsozialarbeit zur Förderung der mentalen Gesundheit junger Menschen wirken.

Der Umsetzungsort Schule war für das Modellprogramm sinnvoll gewählt, da das Angebot dort für viele junge Menschen niedrigschwellig erreichbar war. So wurde aber auch deutlich, dass Schulen dauerhaft verankerte psychosoziale Strukturen brauchen, um ihrer Verantwortung gegenüber Kindern und Jugendlichen gerecht werden zu können.

Gezeigt hat sich aber auch: Damit Bundesmodellprogramme nicht verpuffen, muss bei der Konzipierung und Umsetzung von Anfang an mitgedacht werden, wie mit den Ergebnissen umgegangen und wie sie über den Projektrahmen hinaus nutzbar gemacht werden können. Dafür gab und gibt es bei diesem Modellprojekt leider kein Konzept.

Prävention wirkt – wenn sie nachhaltig gefördert wird!

Eine Strategie zur mentalen Gesundheit junger Menschen darf sich nicht auf den Lernort Schule beschränken. Junge Menschen haben ein Recht auf bewertungsfreie Räume und Orte, die sie nicht aufgrund einer gesetzlichen Verpflichtung aufsuchen müssen. Auch dort braucht es Angebote sozialer Arbeit mit präventivem Ansatz.

Die Ergebnisse des Bundesmodellprogrammes Mental Health Coaches zeigen exemplarisch, dass die Prinzipien und Methoden der Kinder- und Jugendhilfe gut geeignet sind, einen relevanten Beitrag zur Förderung der mentalen Gesundheit und zum gesunden Aufwachsen junger Menschen zu leisten. Die systematische Stärkung der niedrigschwelligen und freiwilligen Angebote von Kinder- und Jugendarbeit und Jugendsozialarbeit sollten deshalb – neben dem konsequenten Ausbau der Angebote sozialer Arbeit an Schulen - ein wichtiger Bestandteil der Strategie „Mentale Gesundheit für junge Menschen“ sein.

Gesundes Aufwachsen darf nicht weiter davon abhängig sein, in welche Familie, an welchem Ort und in welcher Region in unserem Land ein Kind geboren wird. Junge Menschen brauchen die Gewissheit, dass sie mit ihren Bedarfen gesehen und ernst genommen werden. Sie brauchen Unterstützung und Schutz in einer immer komplexer werdenden Welt.

Die BAG EJSA setzt sich dafür ein, dass alle jungen Menschen in diesem Land Zugang zu förderlichen Bedingungen des Aufwachsens haben. Der Einbezug der Angebote der Jugendsozialarbeit in die Strategie „Mentale Gesundheit für junge Menschen“ und damit einhergehend nachhaltige Investitionen in die soziale Infrastruktur sind ein wichtiger Beitrag zum Erreichen dieses Zieles. Dazu bedarf es politischer Entscheidungen und eines konsequenten Zusammenwirkens aller föderalen Ebenen.