

Pressemitteilung

Welttag der psychischen Gesundheit: Schule darf nicht krank machen!

Dresden, 10. Oktober 2023. Heute jährt sich der Welttag der psychischen Gesundheit. Rund 300.000 Schüler*innen gehen jeden Tag zur Schule und müssen ihre Leistung fast täglich unter Beweis stellen. Der LandesSchülerRat Sachsen (LSR) erinnert daran, was das für viele Schüler*innen bedeutet: der Lern- und Notendruck und die damit verbundenen psychischen Belastungen.

Schule ist nur dafür da, Schüler*innen in einzelnen Fächern schlau zu machen, sondern auch zur Persönlichkeitsbildung beizutragen. Schule ist ein Lern- und ein Lebensort. Dabei ist es essenziell, ein Schulklima zu schaffen, in dem sich Schüler*innen wohlfühlen und ihr Potenzial entwickeln können, an dem man gern lernt und der auf die individuellen Bedürfnisse aller Schüler*innen eingeht. »Schule muss auf die psychische Gesundheit der Schüler*innen Rücksicht nehmen. Bulimielernen, Notendruck und ständige Hausaufgaben tun genau das Gegenteil. Der zu hohe Leistungsdruck an Schulen schadet der psychischen Gesundheit der Schüler*innen, so darf das nicht bleiben«, fasst Lilly HÄRTIG, Vorsitzende des LSR, zusammen.

Der LSR setzt sich daher unter anderem für die Abschaffung der Hausaufgaben ein. Hausaufgaben verhindern effektives Lernen, sie sorgen dafür, dass sie auch nach der Schule nicht zur Ruhe kommen können. »Hausaufgaben lagert den Unterricht in die Freizeit aus. Zu Hause sollen Schüler*innen sich ausruhen können, oft müssen sie sich um viele private Dinge kümmern, statt Hausarbeiten zu schreiben oder Aufgaben zu lösen. Wenn Schüler*innen kaum Freizeit haben und sich nicht von der Schule erholen können, dann ist das sehr problematisch«, so Lilly HÄRTIG.

Um Schüler*innen zusätzlich zu unterstützen, ist der Ausbau der Schulsozialarbeit und der Schulpsychologie von großer Bedeutung. Schulsozialarbeit kann bei vielen Problemen helfen oder vorbeugen, von denen viele Schüler*innen betroffen sind bzw. seien können. Das reicht von Mobbing über Schulangst bis hin zu schwierigen familiären Verhältnissen. Geschultes Personal ist dabei wichtig, damit Schüler*innen bei diesen belastenden Situationen gut geholfen werden kann. Schulsozialarbeit greift nicht erst wenn es eigentlich schon zu spät ist, sondern viel früher. Mit Präventions- und Aufklärungsarbeiten oder Schulprojekten, die das Gemeinschaftsgefühl der Schülerschaft stärken, sind Schulsozialarbeiter*innen unverzichtbar bei der Vorbeugung möglicher Problem. Aus Sicht des LSR braucht jede Schule nicht nur Zugang zu Schulsozialarbeit, sondern auch feste Sprechzeiten von Schulpsycholog*innen.