Fachhochschule Nordwestschweiz
Pädagogische Hochschule

Psychische Gesundheit von Lernenden: Konzepte, Prävention und Intervention für die duale Berufsbildung

1) Ausgangslage: Definitionen, Prävalenzen
2) Gesundheit beim Eintritt in die berufliche Grundbildung
3) Massnahmen bei externalisierenden Problemen: eine Heuristik
4) Schlussfolgerungen

Prof. Dr. Markus Neuenschwander
Institut Forschung und Entwicklung

26.10.2026, SGAB Tagung in Olten

Fachhochschule Nordwestschweiz
Pädagogische Hochschule

1) Ausgangslage

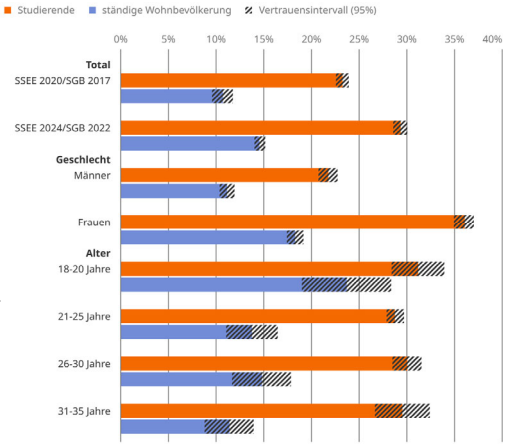
- 95% eines Jahrgangs sollte einen Sek II-Abschluss erreichen. Aktuell erreichen rund 90% einen Abschluss (Tendenz leicht sinkend). Möglicherweise tragen psychische Gesundheitsprobleme zur Abnahme der Sek II-Abschlussquote bei.
- Psychische Probleme werden oft in internalisierende und externalisierende Probleme gegliedert (Achenbach et al., 2016)
  internalisierend: Angst, Depression, Psychosomatik, u.a.
  externalisierend: Aggression, Hyperaktivität, Gewalt, Delinquenz u.a.

Fachhochschule Nordwestschweiz
Pädagogische Hochschule

Prävalenz von mittelschwerer bis schwerer Depressionen 2025

- 12% der ständigen Wohnbevölkerung leiden 2017 an Depression, 14% im Jahr 2022.
- Bei Frauen sind Depressionen deutlich häufiger (18%) als bei Männern (12%).
- Depressionen nehmen im Alter zwischen 18 und 35 ab.
- Studierende (28%) zeigen deutlich häufiger Depressionen als die ständige Wohnbevölkerung (14%).

Mittelschwere bis schwere Depressionssymptome nach Geschlecht und Alter, in % der 18–35-jährigen Studierenden und der 18–35-jährigen ständigen Wohnbevölkerung



Anmerkung: Die Daten 2020 repräsentieren die Situation vor der Covid-19-Pandemie.

Datenstand: 20.11.2025
Quelle: BFS – Erhebung zur sozialen und wirtschaftlichen Lage der Studierenden (SSEE), Schweizerische Gesundheitsbefragung (SGB)

gr-d-15.02.05.58
© BFS 2025

Fachhochschule Nordwestschweiz
Pädagogische Hochschule

Verbreitung von Depressivität und Angst unter Lernenden (workmed-Studie 2025)

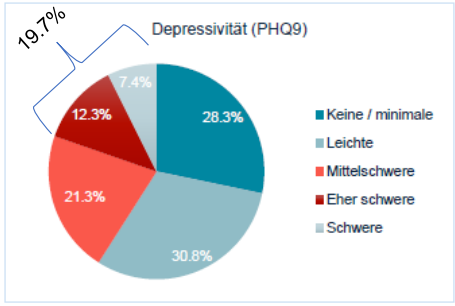


Abbildung 80: PHQ

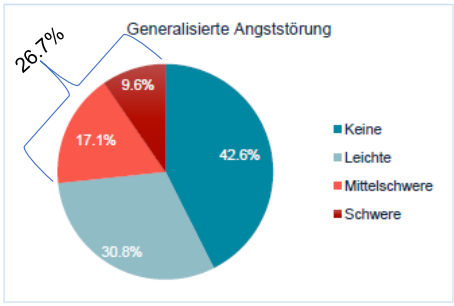
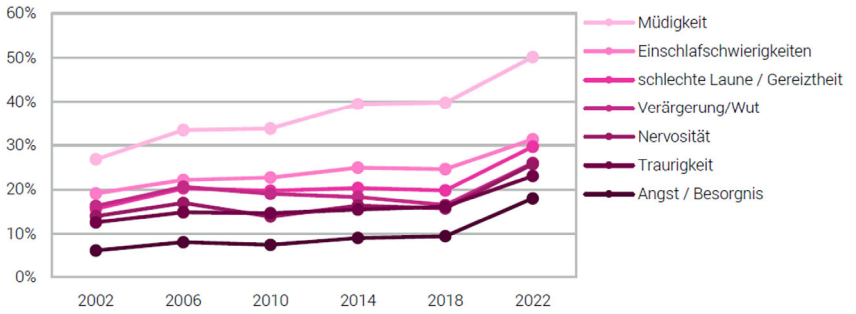


Abbildung 79: Generalisiere Angststörung

Psychoaffektive Beschwerden bei Schülerinnen und Schülern G2.2

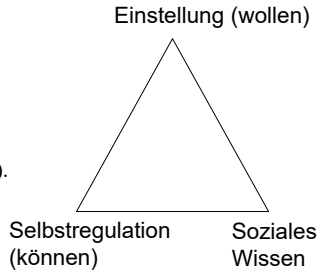


Anmerkung: Anteil Kinder und Jugendlicher (in Prozent) mit mehrmals wöchentlich oder täglich in den letzten sechs Monaten aufgetretenen Beschwerden.
2002: N=9288, 2006: N=9502, 2010: N=9869, 2018: N=10 970, 2022: N=9046

Quelle: Sucht Schweiz – HBSC © Obsan 2025

b) Externalisierende Probleme

- Verhaltensprobleme von Jugendlichen in der obligatorischen Schule gelten als eine Belastung von Lehrpersonen (Wettstein et al., 2016) und beeinflussen die Zuweisung in eine Schulform der Sekundarstufe I und II (Neuenschwander & Malti, 2009).
- Externalisierende Probleme in der Berufsbildung wurden seltener untersucht.
- Verhaltensprobleme können
  - eine psychische Krankheit ausdrücken (z.B. Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivität-Störung ADHS, Autismus-Spektrum-Störung ASS),
  - mit geltenden Normverstössen zusammenhängen (Bilsky et al., 2018) oder
  - Ausdruck geringer sozial-emotionaler Kompetenzen sein (Jones et al., 2021).

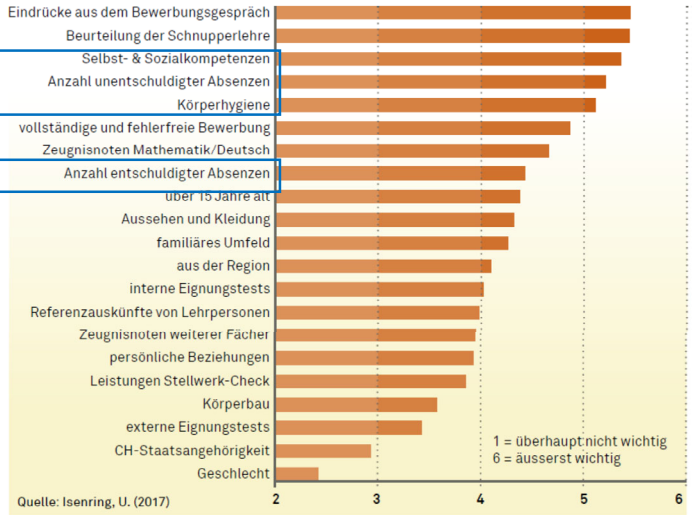


2) Gesundheit beim Eintritt in die berufliche Grundbildung

- Internalisierende und externalisierende Probleme könnten im Lehrstellenmarkt eine wichtige Rolle spielen.
- Internalisierende Probleme im 8. Schuljahr erhöhen deutlich das Risiko für Lehrvertragsauflösung (Lustenberger, 2023). Externalisierende Probleme sind in Betrieben mögliche Gründe für Kündigungen/Lehrvertragsauflösungen (Verhaltensproblem als Kündigungsgrund).
- Sie treten bei Jugendlichen aus Realschulen und Sonderschulen besonders häufig auf.

→ **Frage:** Wie wichtig sind internalisierende und externalisierende Probleme von Jugendlichen aus Realschulen und Sonderschulen beim Eintritt in die berufliche Grundbildung?

Gewichtung aller Selektionskriterien



Quelle: Isenring, U. (2017)

Isenring, U., & Neuenschwander, M. P. (2018). Selektionskriterien von Berufsbildenden. *Panorama, 32(6), 22.*

Transition in Berufsbildung (log. ML)

	kein Direktübertritt (1, vs. VET 0)	kein Direktübertritt (1, vs. VET 0)	kein Direktübertritt (1, vs. VET 0)
Sprachregion (0: Dt vs. 1: Franz)	**.33*****	**.34*****	.34***
Kohorte	.05	.07	.07*
Geschlecht	.06	.03	.03
Migration Hintergrund	**.20*****	**.18*****	**.16*****
HISEI	.02	.03	.04
Distale Faktoren			
T: Schulform (0 vs. Sonderschulung 1)		**.09***	**.08***
Leistungen Mathematik		.02	.02
Leistungen Schulsprache		-.04	-.04
S: keine emotionalen Probleme		**-.14*****	**-.10****
T: keine Verhaltensprobleme		-.01	-.01
Proximale Faktoren			
S: Elternunterstützung im Berufswahlpr.			-.05
S: Berufliche Selbstwirksamkeit			**-.19*****
R^2	.15***	.18***	.23***
N	1366	1366	1366

(Neuenschwander & Müller, im review)

Transition in Berufsbildung (log. ML)

	Passung	Passung	Passung
S: Kein Direktübertritt (1, vs. VET 0)	**-.20*****	**-.19*****	**-.10****
Sprachregion (0: Dt vs. 1: Franz)	**-.07***	**-.09***	**-.11****
Kohorte	.03	.03	.02
Geschlecht	.01	.05	.05
Migration Hintergrund	**-.14*****	**-.13*****	**-.10*****
HISEI	.01	.01	-.02
Distale Faktoren			
T: Schulform (0 vs. Sonderschulung 1)		-.02	.00
Leistungen Mathematik		.01	.01
Leistungen Schulsprache		.00	.00
S: keine emotionalen Probleme		**.13*****	**.06***
T: keine Verhaltensprobleme		.01	.02
Proximale Faktoren			
S: Elternunterstützung im Berufswahlpr.			**.12*****
S: Berufliche Selbstwirksamkeit			**.41*****
R^2	.09***	.11***	.30***
N	1366	1366	1366

Legende. ***: $p < .001$, **: $p < .01$, *: $p < .05$ (einseitige p - Werte)
L: Lehrpersonendaten, S: Schüler*innendaten;

3) Massnahmenheuristik bei externalisierenden Problemen

- Externalisierende Probleme fordern die Lehrpersonen und Berufsbildner*innen heraus. Konflikte mit Berufsbildner*innen gehören zu den häufigen Gründen für Lehrvertragsauflösungen.
- Halbstrukturierte Interviews mit 40 Berufsbildner*innen und Lehrpersonen der Berufsfachschule (EBA, Pra; Romandie und Deutschschweiz) nach bewährten Handlungsstrategien bei internalisierenden und externalisierenden Problemen.
- Auswertung mit qualitativer Inhaltsanalyse

Das sozial-emotionale Lernen (CASEL-Modell)

- **Selbstwahrnehmung**:
  Eigene Emotionen, Gedanken und Stärken erkennen und wissen, wie diese das Verhalten beeinflussen
- **Selbstmanagement:**
  Emotionen, Gedanken und Verhalten regulieren sowie Ziele setzen und verfolgen.
- **Soziale Wahrnehmung:**
  Emotionen des Gegenübers wahrnehmen, Perspektiven anderer verstehen, Empathie zeigen und Unterschiede oder Gemeinsamkeiten respektieren können.
- **Pflege von sozialen Beziehungen:**
  Positive Beziehungen gestalten, kommunizieren, kooperieren und Konflikte lösen.
- **Verantwortliche Entscheidungen treffen:**
  Verantwortungsvoll handeln und die Folgen des eigenen Handelns berücksichtigen. Entwicklung alternativer Handlungsstrategien und kritischem Denken.

CASEL (2026)

Massnahmen bei Verhaltensproblemen in Betrieb und Schule: Heuristik

Individuum:	Beziehung, Kommunikation. Empathie	Verhaltenssteuerung, Emotionsregulation, Werte vermitteln	Konfliktbewältigung	Peeraustausch, Sozialkompetenz
Klasse/ Arbeitsgruppe:	Führung: Gestalten von sozialen Kontexten	Didaktik: Diagnose und Vermittlung	Ermahnung, Ausbildungsabbruch, Ausschluss	
Institution (Schule, Betrieb):	Professionsentwicklung und Prozesse	Delegation/Zusam-menarbeit mit externen Professionellen	Elternarbeit	

Grundlage: 40 Interviews nach bewährten Handlungsstrategien mit Berufsbildner*innen und Lehrpersonen aus EBA und Pra der deutschen und französischen Schweiz

Genannte bewährte Massnahmen
Beispiele Individuum: Beziehung, Empathie, Kommunikation

Gespräch Lernende (b&s)

Lehrperson/Berufsbildner*in-Lernende Beziehung (b&s)

Empathie (b)

Individuelle Regeln (b&s)

Legende: b: Betrieb, s: Schule

Genannte bewährte Massnahmen
Beispiele Individuum: Verhaltenssteuerung, Emotionsregulation, Werte vermitteln

- Selbstwert fördern (b&s)
- Strategien zur Gestaltung der Tagesstruktur entwickeln (b&s)
- Kooperation und Teamarbeit stärken
- Selbstkontrolle trainieren
- Betriebs- und Schulwerte erklären, vorleben; Verantwortung delegieren

Legende: b: Betrieb, s: Schule

Genannte bewährte Massnahmen
Beispiele Gruppe: Führung, Gestaltung von Kontexten

Austauschgefässe (b)

Peerbeziehung durch Gruppenbildung fördern (b&s)

Günstige soziale Strukturen in Betrieben schaffen

Regeln und Rituale im Alltag stärken

Legende: b: Betrieb, s: Schule

Genannte bewährte Massnahmen
Beispiele Gruppe: Didaktik, Diagnose und Vermittlung

Verhaltensdokumentation (b&s)

Workshops für Lernende durchführen zu sozio-emotionalem Lernen (b&s)

Systematische Emotionsförderung (b)

Zufriedenheitsumfrage bei Lernenden (s)

Programme zur Förderung von sozio-emotionalem Lernen durchführen: Erläutern – vorleben – üben – diskutieren/anwenden

Legende: b: Betrieb, s: Schule

Genannte bewährte Massnahmen
Beispiele Institution: Professionsentwicklung und Betriebliche Prozesse

Betriebs- und Schulregeln (b&s)

Handlungsleitfaden (b&s)

Aus-/Weiterbildung der Berufsbildner*innen (b)

Zusammenarbeit Fachpersonen - Persönliche Weiterbildung (b&s)

Legende: b: Betrieb, s: Schule

Genannte bewährte Massnahmen
Beispiele Institution: Delegation

Coachingangebote (b&s)

Selbsthilfegruppen (b)

Klassenassistenzen einsetzen (s)

Zusammenarbeit Fachpersonen, externe Massnahmen initiieren (b&s)

Einbezug von Vorgesetzten (b&s)

Legende: b: Betrieb, s: Schule

Massnahmen bei Verhaltensproblemen in Betrieb und Schule: Heuristik

Individuum:	Beziehung, Kommunikation. Empathie	Verhaltenssteuerung, Emotionsregulation, Werte vermitteln	Konfliktbewältigung	Peeraustausch, Sozialkompetenz
Klasse/ Arbeitsgruppe:	Führung: Gestalten von sozialen Kontexten	Didaktik: Diagnose und Vermittlung	Ermahnung, Ausbildungsabbruch, Ausschluss	
Institution (Schule, Betrieb):	Professionsentwicklung und Prozesse	Delegation/Zusam-menarbeit mit externen Professionellen	Elternarbeit	

Grundlage: 40 Interviews nach bewährten Handlungsstrategien mit Berufsbildner*innen und Lehrpersonen aus EBA und Pra der deutschen und französischen Schweiz

4) Schlussfolgerungen

- Internalisierende und externalisierende Probleme müssen mehr Aufmerksamkeit erhalten, wenn wir das **95%-Ziel** erreichen wollen.
- Lehrbetriebe und Berufsfachschulen verfügen auf verschiedenen Ebenen über bewährte Handlungsoptionen zum Umgang mit Verhaltensproblemen von Lernenden, die über Bestrafung/Belohnung und Androhung hinausgehen. Das **Handlungsrepertoire könnte erweitert** werden.
- Erfahrungen von Betrieben/Schulen mit **Pra-Ausbildenden** nutzen.
- Interventionen bei internalisierenden und externalisierenden Problemen als **Verbundaufgabe von Betrieb, Schule, externe Fachstelle, Lernende, Eltern** denken.
- Herausforderung: Interventionen erfordern **pädagogische Kompetenzen und Zeit** von Ausbildner*innen und Lehrpersonen. Diese erhöhen aber die Wirksamkeit der Ausbildung.

Strukturelle Massnahmen: Vorschläge

- Heilpädagog*innen in Berufsfachschulen einbinden
- Weiterbildung von Berufsbildner*innen und Lehrpersonen im Bereich der sozial-emotionalen Kompetenzen
- Evtl. verlängerte Ausbildungszeit für Jugendliche mit vielen antizipierten Fehlzeiten (analog Sport Ausbildung)

Ausblick

Projekt Balance:
Entwicklung der psychischen Gesundheit und der Leistungen in Unterricht und Familie in der Sek I

→ www.balance-studie.ch

Vielen Dank!

Forschungszentrum Lernen und Sozialisation

www.fhnw.ch/ph/zls

markus.neuenschwander@fhnw.ch