

Mentale Gesundheit in Wiens Schulen: Ein Schritt zur Enttabuisierung

In 150 Wiener Schulen finden die „Mental Health Days“ statt, ein Projekt zur Förderung der mentalen Gesundheit von Schülern. Vizebürgermeister Wiederkehr hebt die Bedeutung von Unterstützung und Sensibilisierung hervor.

Die mentalen Herausforderungen, denen Schüler heutzutage gegenüberstehen, sind vielseitig und komplex. Seit drei Jahren organisiert eine Initiative die sogenannten „Mental Health Days“ an Wiens Schulen, um in dieser wichtigen Thematik Aufklärung und Unterstützung zu bieten. Diese Programme, die auch durch die sogenannte Mutmillion der Stadt finanziert werden, haben in den letzten Jahren an Bedeutung gewonnen und werden mittlerweile in 150 Schulen der Stadt durchgeführt.

Der Vizebürgermeister und Bildungsstadtrat Christoph Wiederkehr (Neos) hob die Bedeutung dieser Initiative bei einem aktuellen Besuch in der Berufsschule Embelgasse hervor. Während des Workshops erinnerte er daran, dass Schulen nicht nur Orte des Lernens sind, sondern auch Räumlichkeiten, in denen das Wohlbefinden der Schüler im Vordergrund stehen sollte. Es ist von zentraler Bedeutung, den jungen Menschen die Möglichkeit zu geben, über ihre Belastungen zu sprechen und die richtigen Hilfsangebote zu erkennen.

Die Hintergrundgeschichte

Die Beweggründe für die Einführung dieser Tage sind tiefgreifend und persönlich. Golle Marboe, der Initiator des

Programms, erzählt von seiner eigenen Tragödie: Vor sechs Jahren nahm sich sein Sohn das Leben, und dieser schmerzliche Verlust führte zur Erkenntnis, dass oft das Wissen um mentale Gesundheit fehlt. Marboe möchte anderen Familien helfen, ähnliche Situationen zu vermeiden. Das Programm bietet hier einen praxisnahen Ansatz. In Workshops lernen Schüler, die Unterschiede zwischen einfacher Traurigkeit und ernsthaften Depressionen zu erkennen und diese Themen offen zu besprechen.

Die Workshops dauern zwei Stunden und sind so gestaltet, dass sie den Teilnehmern helfen, sich selbst sowie andere besser zu verstehen. Themen wie Leistungsdruck, Körperselfbild und die bewusste Wahrnehmung von eigenen Gefühlen stehen im Fokus. Ziel ist es, die Schüler zu ermutigen, über ihre Probleme zu sprechen, was als wichtiges Zeichen der Stärke angesehen wird.

Wiederkehr betont, wie essentiell es ist, das Stigma rund um psychische Erkrankungen abzubauen. Ein Offener Umgang soll dazu führen, dass es für Schüler selbstverständlich wird, sich bei Bedarf Unterstützung zu suchen – so wie man dies bei einer körperlichen Verletzung tun würde.

Die Direktorin der Berufsschule, Daniela Kirnbauer, ergänzt, dass die Herausforderungen, vor denen viele Schüler stehen, nicht nur emotional, sondern auch praktisch sind. Lehrlinge verbringen oft nur wenig Zeit in der Schule, was zusätzlichen Druck erzeugt. Die „Mental Health Days“ bieten einen Rahmen, um über diesen Druck zu sprechen und Strategien zu entwickeln, die einen positiven Schulalltag fördern.

Ein weiterer Schritt zur Unterstützung der Schüler wird die Einführung von eigenen PSD-Teams (Psychosozialer Dienst) sein. Ab dem 1. November werden diese Teams, bestehend aus Psychologen und Sozialarbeitern, in 52 Schulstandorten zur Verfügung stehen. Sie werden zusätzlich eingesetzt, um akute Fälle von Mobbing, Depressionen oder Gewalt zu bearbeiten. Über eine Hotline können Schulen die Unterstützung dieser

Teams anfordern, was der Betreuung von Schülern einen weiteren wichtigen Baustein hinzufügen wird.

Insgesamt ist das Ziel der „Mental Health Days“ nicht nur, über psychische Gesundheit zu informieren, sondern ein stark vernetztes Hilfsangebot zu schaffen und das Bewusstsein für diese Thematik deutlich zu erhöhen. Weitere Informationen zu dieser wichtigen Initiative finden sich auch in **Berichten auf www.meinbezirk.at**.

Details

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at