

Schulstress und Überforderung: Wie Jugendliche unter Druck leiden!

Die Umfrage des Lernquadrat zeigt, wie Prüfungsstress und Schulalltag das Wohlbefinden junger Menschen 2025 beeinflussen.

Ort, Österreich - Die Schullandschaft steht unter enormem Druck! In einer aktuellen Umfrage des Lernquadrats bewerteten österreichische Oberstufenschüler ihre „School-Life-Balance“ mit alarmierenden 5,26 von 10 Punkten, was als bescheidenes Zeugnis interpretiert wird. Prüfungsstress, familiäre Konflikte und fehlende Freizeit belasten nicht nur die Schüler seelisch, sondern auch körperlich. Angela Schmidt, Sprecherin von Lernquadrat, warnt: „Die Belastungen des Schullebens wirken sich in vielerlei Hinsicht auf die Jugendlichen aus.“ Über die Hälfte der Befragten fühlt sich durch unfaire Benotungen und mangelnde Anerkennung im Unterricht unter Druck gesetzt. Dies verstärkt nicht nur den Stress, sondern führt auch zu starken gesundheitlichen Beschwerden wie Schlaflosigkeit und Kopfschmerzen.

Psychische Probleme unter Schülern

Ein weiterer beunruhigender Aspekt ist die Studie des „Deutschen Schulbarometers“, die über das psychische Wohlbefinden von Schülern Aufschluss gibt. Etwa ein Fünftel der Jugendlichen gibt an, psychische Auffälligkeiten zu erkennen, und bei ebenso vielen zeigt sich ein geringes schulisches Wohlbefinden. Wichtige Faktoren wie die Qualität des Unterrichts und das allgemeine Schulklima sind hier entscheidend. Laut den Forschungsergebnissen, die im Auftrag

der Robert Bosch Stiftung erhoben wurden, weisen 25 Prozent der Schüler eine niedrige Lebensqualität auf. Solche alarmierenden Zahlen belegen, dass der Handlungsbedarf in Schulen größer ist denn je, um das Wohlbefinden der Schüler zu fördern und die Entwicklung positiv zu beeinflussen.

Beide Untersuchungen verdeutlichen die Ernsthaftigkeit der Lage an Schulen und zeigen auf, wie wichtig Veränderungen in der Bildungskultur sind. Schüler wünschen sich laut Lernquadrat beispielsweise weniger Prüfungen und praxisorientiertere Inhalte. Eine positive Schulatmosphäre könnte durch mehr Rückmeldungen und Transparenz bei der Notengebung geschaffen werden. Diese Einblicke sollten als Anstoß gesehen werden, um das Bild des Schulalltags grundlegend zu reformieren und den Fokus auf das Wohl der Schüler zu legen. Sowohl die Gesellschaft als auch die Bildungseinrichtungen sind gefordert, um die psychischen und physischen Belastungen der jungen Menschen zu mindern.

Die Ergebnisse und die daraus abgeleiteten Handlungsempfehlungen bieten einen klaren Weg für zukünftige Entwicklungen im Bildungswesen. Die Anliegen der Schüler und deren Wunsch nach mehr Mitbestimmung und Unterstützung müssen ernst genommen werden, um die Bildung nachhaltig zu verbessern.

Für mehr Informationen zu den belastenden Faktoren im Schulalltag lesen Sie die Studie von Lernquadrat auf **NOEN**, und die Ergebnisse der Untersuchung des Deutschen Schulbarometers auf **Deutsches Schulportal**.

Details	
Ort	Ort, Österreich
Quellen	• m.noen.at • deutsches-schulportal.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at