

PRESSEMELDUNG

Studie: STARK-Stresspräventionsprojekte an bayerischen Berufsschulen zeigen positive Ergebnisse

SCHULEWIRTSCHAFT Akademie präsentiert Ergebnisse der Präventionsinitiative „STARK – Resilienz und Stresskompetenz in Schule und Ausbildung“

München, 8. Mai 2019 – Die **SCHULEWIRTSCHAFT Akademie im Bildungswerk der Bayerischen Wirtschaft (bbw) e.V.** legt die Ergebnisse ihrer seit 2016 an bayerischen Schulen durchgeführten und wissenschaftlich ausgewerteten Stresspräventions-Initiative **STARK** vor. Die durch das Internationale Institut für empirische Sozialökonomie (INIFES) erhobenen Daten belegen, dass die Maßnahme präventiv gegen Überforderung und Stress in der Ausbildung wirkt.

Laut deutscher Krankenkassen steigt jährlich die Zahl von Krankschreibungen und Fehlzeiten aufgrund psychischer Belastungen bei Jugendlichen und Auszubildenden. Der Gesundheitsreport der Techniker Krankenkasse (TK) aus dem Jahr 2017 zeigt darüber hinaus, dass Auszubildende in 2016 fast doppelt so häufig krankgeschrieben wurden wie Berufstätige.

Hier setzt seit 2016 die Präventionsinitiative „STARK – Resilienz und Stresskompetenz in Schule und Ausbildung“, ein Projekt der SCHULEWIRTSCHAFT Akademie in Zusammenarbeit mit INIFES und der TK, an. Ziel der Initiative ist die nachhaltige Förderung der psychischen Gesundheit und die Stärkung der Lebenskompetenz von Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Bayern. Im Rahmen des Projektes sensibilisiert und schult STARK Multiplikatoren, wie Lehrkräfte, Schulpsychologen und Sozialpädagogen an beruflichen und allgemeinbildenden Schulen sowie Ausbilder/innen in Betrieben, zum Thema Stress und Auswirkungen bei jungen Menschen. Die Initiative stellt Lehrkräften und Ausbilder/innen Unterrichtsmaterial für die Ermittlung individueller Stressfaktoren, das Training von Schlüsselqualifikationen und den Aufbau von Stresskompetenz bei Schüler/innen und Auszubildenden zur Verfügung.

Seit Oktober 2016 hat die Initiative in 40 Workshops und Schulungen rund 600 Multiplikatoren aus Bayern für das Thema sensibilisiert und mit wissenschaftlich fundierten Arbeitsmaterialien für den Einsatz in bayernweit 52 Berufs-, Wirtschafts- und Fachoberschulen sowie an 66 Mittel-, Realschulen und Gymnasien ausgestattet. An sieben Berufsschulen in Bayern wurde die Umsetzung der STARK-Maßnahmen wissenschaftlich durch INIFES begleitet und ausgewertet. Dabei wurden über 1.200 Berufsschüler/innen befragt.

Erkenntnisse der Studienauewertung (2016-2019 an sieben bayerischen Berufsschulen):

Stärkere Differenzierungsfähigkeit

Die umgesetzten Maßnahmen helfen, die Differenzierungsfähigkeit zu verbessern. Diese erlaubt ein größeres Bewusstsein für Zusammenhänge und erleichtert es den jungen Erwachsenen, Situationen besser einzuschätzen und adäquat darauf zu reagieren. Gefragt nach Situationen, die ausschlaggebend für gesundheitliche Belastungen sein können, reduziert sich die Anzahl genannter Ursachen bei den jungen Menschen, die an dem Programm teilgenommen haben. 28 Prozent der Teilnehmer/innen nennen nur 1-2 Ursachen (Kontrollgruppe: 25 Prozent). 29 Prozent halten sieben oder mehr Ursachen für wahrscheinlich (Kontrollgruppe: 35 Prozent).

Aktives Problemlösen versus Verdrängung

Tendenziell reagieren Auszubildende nach dem Programm stärker mit aktivem, problemorientiertem Verhalten (aktives Coping) auf Herausforderungen. 62 Prozent versuchen, Probleme gemeinsam mit Freund/innen anzugehen (Kontrollgruppe: 58 Prozent), 43 Prozent sprechen Probleme sofort an (Kontrollgruppe 38 Prozent). Die Neigung zu Verdrängungstaktiken sinkt, 39 Prozent der Teilnehmer/innen denken möglichst nicht über Probleme nach (Kontrollgruppe: 46 Prozent).

Höhere Selbstwirksamkeit und Bewältigungskompetenzen

Die Jugendlichen und jungen Erwachsenen erzielen nach Teilnahme eine höhere Selbstwirksamkeitserwartung als die Kontrollgruppe und fühlen sich tendenziell kompetenter darin, Herausforderungen in der Ausbildung erfolgreich meistern zu können. Der subjektiven Einschätzung der eigenen Bewältigungskompetenzen nach, freuen sich 76 Prozent der Auszubildenden auf das, was in der Ausbildung noch folgen wird (Kontrollgruppe: 73 Prozent) und 85 Prozent sind zuversichtlich, in nächster Zeit gut zurecht zu kommen (Kontrollgruppe: 80 Prozent). Dass ihnen die Probleme über den Kopf wachsen werden, befürchten von den Teilnehmer/innen 21 Prozent (Kontrollgruppe: 27 Prozent) und Zukunftssorgen äußern sie zu 34 Prozent (Kontrollgruppe: 37 Prozent). Insgesamt sehen die Teilnehmer/innen die berufliche Ausbildung eher als Herausforderung und seltener als Bedrohung.

Geringere Ausbildungsabbruchsraten

41 Prozent der befragten Auszubildenden gaben an, schon einmal ernsthaft über einen Ausbildungsabbruch nachgedacht zu haben. Die prinzipielle Bereitschaft, die Ausbildung abzubrechen, variiert dabei nach soziodemografischen Merkmalen (Alter, Geschlecht), nach betrieblichen Merkmalen sowie dem Verhältnis zum/r Ausbilder/in. Bei Teilnehmer/innen aus Gesundheitsberufen fällt die Abbruchneigung nach dem Programm mit 45 Prozent niedriger aus, als bei der Kontrollgruppe mit 56 Prozent. In den kaufmännischen Berufsgruppen reduziert sich die Rate der Abbruchsüberlegungen sogar von 64 Prozent auf 38 Prozent.

STARK-Studienergebnisse in der Zusammenfassung

Die Studie zeigt, dass Teilnehmer/innen Stressquellen besser identifizieren und einschätzen können, sich in ihrer Selbstwirksamkeit gestärkt fühlen, Probleme aktiver angehen und ihrer (beruflichen) Zukunft positiver gegenüberstehen.

„In Anbetracht der Komplexität des Themas Stressbewältigung bei Menschen im Übergang von Schule in den Beruf und der Herausforderung, Einstellungs- und Verhaltensänderungen zu messen, ist der über quantitative Messzahlen erfassbare Erfolg des Programms erfreulich. Vereinzelt zeigen die Vergleiche der Teilnehmenden mit der Kontrollgruppe eher geringe Unterschiede. Alle Ergebnisse deuten jedoch auf die theoretisch festgelegte Wirkungsweise und zeigen die erwartete Richtung“, sagt STARK-Studienleiter Dipl. Soz. Constantin Wiegel, wissenschaftlicher Mitarbeiter INIFES.

Anette Henrich, Projektleiterin STARK bei der SCHULEWIRTSCHAFT Akademie im bbw e.V., ergänzt: „Mit der Initiative setzen wir wichtige Impulse und liefern ein Maßnahmenpaket, das wirkungsvoll in der Praxis eingesetzt werden kann. Auszubildende darin zu unterstützen, ihre Lebenskompetenz zu stärken, war unser erklärtes Ziel und dass wir das erreichen können, freut uns sehr“.

ÜBER STARK

STARK (www.stark-bayern.de) ist die im Jahr 2016 ins Leben gerufene Präventionsinitiative zur Förderung der psychischen Gesundheit von Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Schule und Ausbildung in Bayern.

Die Initiative will Gesundheitsthemen in Schule und Ausbildung nachhaltig etablieren, indem sie zum Thema Stressempfinden sensibilisiert und informiert sowie Lehrkräfte und Ausbilder qualifiziert. Das Ziel ist es, die Lebenskompetenz junger Menschen dadurch zu stärken, dass ein positiver Umgang mit psychischen Belastungssituationen gelehrt, Schlüsselqualifikationen erkannt und trainiert sowie Resilienz und Stresskompetenz aufgebaut werden. Im Fokus stehen dabei Selbstverantwortung, die Stärkung der Persönlichkeit und die Aktivierung persönlicher Ressourcen.

STARK ist eine Initiative der SCHULEWIRTSCHAFT Akademie im Bildungswerk der Bayerischen Wirtschaft (bbw) e. V. und dem Internationalen Institut für empirische Sozialökonomie (INIFES), in Kooperation mit der Techniker Krankenkasse.

Über die SCHULEWIRTSCHAFT Akademie

Die SCHULEWIRTSCHAFT Akademie im Bildungswerk der Bayerischen Wirtschaft (bbw) e. V. fördert mit zahlreichen Aktivitäten und Projekten den Kontakt zwischen Wirtschaft und Gesellschaft, unternehmerisches Denken und Handeln sowie das Verständnis für wirtschaftliche Zusammenhänge. Sie bietet Fortbildung, Personal- und Organisationsentwicklung für Lehrkräfte und Schulen an. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der Förderung der guten Kooperation zwischen Schule und Wirtschaft, ökonomischen Bildung und Berufsorientierung. Weitere Informationen finden Sie unter: www.schulewirtschaft-akademie.de

Der Bildungswerk der Bayerischen Wirtschaft (bbw) e. V. fördert seit 50 Jahren die staatsbürgerliche, soziale, wirtschaftliche und berufliche Bildung im Sinne einer sozialverpflichteten Wirtschafts- und Gesellschaftsordnung. Mit einem weit verzweigten Netzwerk aus 17 Bildungs- und Beratungsunternehmen, Personal- und Sozialdienstleistern unterstützt der bbw e. V. gesellschaftliche Gruppen, Institutionen und Verbände in ihrem Bestreben nach Beschäftigungsfähigkeit und sozialem Frieden. Mehr Informationen unter: www.bbww.de

Ansprechpartnerinnen:

SCHULEWIRTSCHAFT Akademie

Anette Henrich
Projektleiterin STARK
T.: +49 (0)89 44108153
E.: anette.henrich@bbw.de

Pressekontakt

Kathrin Aue
Freiberufliche Kommunikationsberaterin
M.: +49 (0)151 70090039
E.: kathrinaue@gmail.com