2. Bildungskonferenz:
Krise als Normalzustand? Resilienz reloaded – was brauchen Kinder und Jugendliche im Landkreis München heute?

am 26. Oktober 2026

8.30 bis 14.30 Uhr

GEFÖRDERT VOM
Bundesministerium für Bildung und Forschung

Gefördert im Rahmen des ESF Plus-Programms
vom Bundesministerium für Bildung und Forschung
sowie vom Europäischen Sozialfond Plus

Kofinanziert von der Europäischen Union



"Mitten im Winter habe ich erfahren, dass es in mir einen unbesiegbaren Sommer gibt."
Schriftsteller Albert Camus

***KI-generiertes Bild**



Hinweis zur Aufzeichnung

Diese Veranstaltung wird mit Bild und Ton aufgezeichnet.

Die Aufzeichnung erfolgt über die im Saal installierte Kamera.

Haben Sie im Bekannten-, Familien- und/oder Freundeskreis schon Erfahrungen mit psychischen Problemen gemacht?



Wer hat im Arbeitsumfeld regelmäßig mit psychisch belasteten Kindern und/oder Jugendlichen zu tun?

Frau Anke Kühn

Geschäftsführung Operativ der Agentur für Arbeit

Frau Sarah Stadler

Leitung Referat Kinder, Jugend und Familie
Landratsamt München

Agenda

08.30 – 09.00 Uhr	Ankommen
09.00 – 09.30 Uhr	**Begrüßung** durch Fr. Kühn und Fr. Stadler *(Großer Saal)*
09.30 – 09.35 Uhr	**Appetizer SV-Bildungswerk** *(Großer Saal)*
09.35 – 10.50 Uhr	**Fachliche Impulse: Psychische Gesundheit, Resilienz und Bedingungen des Aufwachsens** *(Großer Saal)* Tobias Blenk, Leitender Psychotherapeut des Klinikbereichs München am kbo-Heckscher-Klinikum für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie Margret Rasfeld, Bildungsinnovatorin, Schule im Aufbruch
10.50 – 11.05 Uhr	Kaffeepause *(Foyer)*
11.05 – 11.10 Uhr	**Appetizer Familienportal** *(Großer Saal)*
11.10 – 11.40 Uhr	**Perspektiven aus dem Landkreis, Jugendbefragung und andere Einblicke** *(Großer Saal)*
11.40 – 11.45 Uhr	**Appetizer Krisendienst** *(Großer Saal)*
11.45 – 13.00 Uhr	**Podiumsdiskussion „Kann der Landkreis Mental Health?“***(Großer Saal)*
13.00 – 13.15 Uhr	**Abschluss und Ausblick** *(Großer Saal)*
13.15 – 14.30 Uhr	**Markt der guten Praxis** *(Foyer)*

Appetizer

SV-Bildungswerk



Psychisch gesund – in guten Schulen

Mental Health@School

Bildungswerk für
Schüler*innenvertretung
und Jugendbeteiligung e.V.
(SV-Bildungswerk)
Gneisenaustraße 16
10961 Berlin

www.sv-bildungswerk.de

Wie steht es um die psychische Gesundheit junger Menschen?

MULTIPLE KRISEN…

Ein sich verschlechterndes Selbstbild der Jugendlichen verursacht durch Pandemie, Klimawandel und Zukunftsängsten führen zu einem Gefühl von Machtlosigkeit*

IHRE AUSWIRKUNGEN…

Negatives Wohlbefinden wird zum Zeichen einer Generation: Zunehmend leiden junge Menschen an Angststörungen, Depressionen, Suchterkrankungen und einem geminderten Selbstwertgefühl



…RESULTIEREN IN ALARMIERENDEN ZAHLEN

Fast jede*r dritte Schüler*in zeigt psychische Auffälligkeiten; bei Grundschüler*innen sind es ca. 40%**

…UND DIE JUGEND?

- Gebraucht, aber nicht gehört
- Mit eigenen Bedürfnissen, aber ohne politische Stimme
- Fühlt sich machtlos, allein und nicht repräsentiert
- Wird nicht vorbereitet, Krisen handlungsfähig zu begegnen
- Vermisst Anlaufstellen sowie Räume (safe spaces) am Lernort Schule
- Hält sich zunehmend in virtuellen Räumen auf - mit Risiko der Vereinsamung

** Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) (2023): Abschlussbericht Gesundheitliche Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche durch Corona*
*** (Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (2023): Perspektive Prävention: Psychische Gesundheit von Schülerinnen und Schülern in Deutschland)*
**** Das Progressive Zentrum e.V. (2022): Studie Extrem Einsam: Eine Studie zur demokratischen Relevanz von Einsamkeitserfahrungen unter Jugendlichen in Deutschland*

MentalHealth@School – Ziele und Zielgruppe

Schüler*innen der Klassen 7-12 werden ermächtigt, die psychische Gesundheit bei sich selbst sowie an ihrer Schule zu stärken. Sie entwickeln niedrigschwellige Maßnahmen rund um die Verbesserung der psychischen Gesundheit an ihren Schulen (Verhältnisprävention).
Hierfür werden sie von Mental-Health-Peers, die von Psycholog*innen ausgebildet wurden, im Peer-to-Peer-Ansatz unterstützt.

Verantwortliche der Schule (z.B. Schulleitung, Schulsozialarbeit, Schüler*innenvertretung, …) sind von Beginn an eng eingebunden.

ZIELE

1. Schüler*innen zu den Themen Mentale Gesundheit, Vermittlung von Resilienzwerkzeugen und Entstigmatisierung sensibilisieren, sowie Hilfsangebote bekannt machen

2. Aspekte von Prävention, Partizipation und Selbstwirksamkeit Jugendlicher und struktureller Veränderung an Schule miteinander verzahnen



3. Stärkung des Engagements von Schüler*innen sowie deren Selbstwirksamkeit durch z.B. Gründung einer Mental Health-AG

4. Verhältnisbezogene Veränderung im Setting Schule durch enge Einbindung der Schulleitung sowie Überführung des Projekts in bestehende Gremien, z.B. in die Schüler*innenvertretung (SV)

Mental-Health-Workshops an Schulen - Inhalte

1 Tag bis 6 Wochen

2 bis 6 Monate

1. Sensibilisierungs-Workshop

Vermittlung von Basiswissen zum Thema mentale Gesundheit:

→Entstehung und Ursachen von psychischen Belastungen
→Risiko- und Schutzfaktoren
→Erkennen und Aktivieren von eigenen Ressourcen
→Erlernen von Bewältigungs- und Resilienzstrategien
→funktionale und dysfunktionale Bewältigungsstrategien
→Entstigmatisierung
→Hilfsangebote

Schulsozialarbeit, interessierte SuS oder alle Klassensprecher*innen einer Schule

2. Maßnahmenentwicklungs-Workshop

- Bedarfsermittlung von Schüler*innen bezüglich mentaler Gesundheit an ihrer Schule
- Übersetzung der Bedarfe in konkrete Maßnahmen
- Strukturierung entwickelter Maßnahmen mittels Projektmanagement-Plan (Verwendung von u.a. SMART-Methode, SWOT-Analyse, OKR-Methode)
- Vereinbarung nächster Treffen; bei Bedarf Gründung einer Mental-Health-AG

Schulsozialarbeit, interessierte SuS, zusätzlich Schulsprecher*innen/ engagierte Klassensprecher*innen

3. Verstetigungs-Workshop

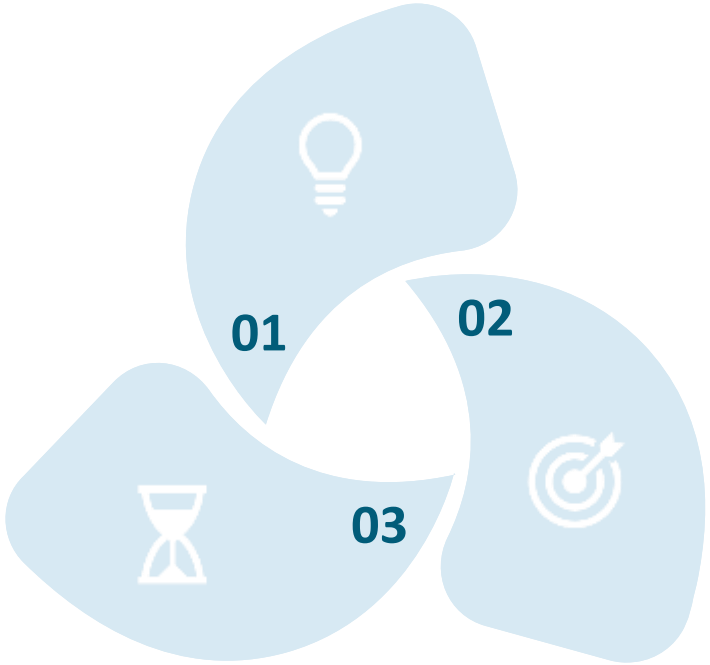
- Ziel ist das Übertragen der von Schüler*innen entwickelten Maßnahmen in das neue Schuljahr
- Im Rahmen einer Retrospektive werden Prozesse evaluiert und optimiert
- Überführung dieser Maßnahmen in bestehende Gremien (z.B. Schüler*innenvertretung der Schule)

Schulsozialarbeit, interessierte SuS, zusätzlich Schulsprecher*innen/ engagierte Klassensprecher*innen, Schulleitung

Aspekte von Prävention, Partizipation und Selbstwirksamkeit miteinander verzahnen

kein punktueller Ein-Mal-Workshop, sondern nachhaltige verankerte Wirksamkeit durch Workshop-Reihe

Der innovative Ansatz unserer Workshops



01 – Jugendliche als Hauptakteur*innen

1. Schüler*innen und Jugendliche lernen von und mit Gleichaltrigen
2. In den Seminaren und darüber hinaus verstehen wir Jugendliche als Expert*innen für Jugendbeteiligung und ihre eigene Lebensrealität

Glaubwürdigkeit

02 – Selbstwirksamkeit als Grundlage

1. Durch den Peer-to-Peer Ansatz werden Jugendliche in ihrer Entscheidungs- und Handlungskompetenz sowie in ihrer Eigeninitiative gestärkt
2. Jugendliche werden befähigt, ihre eigene Meinung zu vertreten und für ihre Belange aktiv einzutreten, an der Schule sowie in ihrem Umfeld und darüber hinaus
3. Es entsteht Bereitschaft für relevante Einstellungs- und Verhaltensänderungen in der Zielgruppe (sowie bei erwachsenen Akteur*innen im System Schule)

Veränderung im Inneren

03 – Erprobte Methoden individuell eingesetzt

1. Anhand von aktuellen Herausforderungen an der Schule bzw. in der Klasse werden Methoden und Seminarinhalte schulindividuell angepasst
2. Innovative Methoden wie Design Thinking und agiles Projektmanagement werden Bottom-up in das System Schule eingeführt

Nachhaltigkeit

Welche Wirkung erzielt MentalHealth@School?

Jung, bundesweit und mental stark
Jugend verändert Gesellschaft

IMPACT

Einstellung der Jugendlichen ändern sich

Mentale Gesundheit von Jugendlichen führt zu stärkerem Resilienzempfinden
Krisen unserer Zeit werden von jungen Menschen als veränderbar wahrgenommen
Positive Wirkung auf das Einsamkeitsgefühl junger Menschen

OUTCOME

Engagement und Vernetzung der Schüler*innen

Stimme der Schüler*innen an der Schule wird ernst genommen und ist repräsentiert
Engagement Jugendlicher an der Schule steigt, ihre Partizipation wird gefördert
Positive Veränderungen bei Schüler*innen, der MH-Peers und in den Schulstrukturen

OUTPUT

Umsetzung von Maßnahmen an der Schule

Stärkung der Entscheidungs- & Handlungskompetenz & Eigeninitiative der Schüler*innen
Verbesserung des Wissens rund um Faktoren zur mentalen Gesundheit von Schüler*innen
Etablierung von nachhaltigen Strukturen an der Schule zum Thema Mentale Gesundheit

INPUT

Ausbildungen und Peer-to-Peer Seminare in Präsenz

Erleben von Selbstwirksamkeit und Gemeinschaft
Erlernen der Vermittlung von Psycho-Edukation, Entstigmatisierung, Resilienzstrategien
Erlernen von 21st Century Skills

Das SV-Bildungswerk als starker Partner für Jugendbeteiligung

Unser Alleinstellungsmerkmal:

- Der Verein: von Jugendlichen gegründet und noch immer jugendlich verwaltet
- Agenda-Setting durch jugendlichen Vorstand und das Netzwerk (Bottom-up)
- Peer-to-Peer-Ansatz – von Jugendlichen für Jugendliche
- Über 20 Jahre Erfahrung mit Beteiligungs-prozessen und Projektförderungen
- Wirkung von lokaler bis europäischer Ebene mit starken Partner*innen
- Ausgezeichnet als wirksam und leistungsfähig (PHINEO „Wirkt!“)

Wir sind Teil der Zielgruppe
Wir sind das Ohr "am Markt"
Wir sind die Stimme der Jugendlichen

Ein starkes Team von Jugendlichen und erwachsenen Expert*innen im Hintergrund

VEREINSMITGLIEDER UND NETZWERK



450 Jugendliche in ganz Deutschland (davon 120 Vereinsmitglieder zw. 14-27 J. und 20 Fördermitglieder >27 J.)

DER VORSTAND



10 ehrenamtlich engagierte junge Menschen im Vorstand

DIE GESCHÄFTSSTELLE



11 Mitarbeitende in der Berliner Geschäftsstelle + Geschäftsführung



MentalHealth@School

Prävention, Partizipation und
Selbstwirksamkeit
eng miteinander verknüpfen

Laura Sophie Paschen
Stella Mitschka

MentalHealth
@sv-bildungswerk.de

Fachliche Impulse: Psychische Gesundheit, Resilienz und Bedingungen des Aufwachsens

Tobias Blenk, Leitender Psychotherapeut des Klinikbereichs München am kbo-Heckscher-Klinikum für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie



kbo Heckscher-Klinikum
Zuverlässig an Ihrer Seite

Bildungskonferenz des Landkreises München

Krise als Normalzustand? Resilienz reloaded – was brauchen Kinder und Jugendliche im Landkreis München heute?

Tobias Blenk-Schilling
Dipl. Sozialpädagoge
Kinder- und Jugendpsychotherapeut (VT)

Belastung - Resilienz - Lebenswelten

Belastung ≠ Erkrankung

Psychische Belastung ist häufig. Eine Diagnose ist nur ein Teil der Realität

Resilienz ist dynamisch

Resilienz entsteht im Zusammenspiel von Person, Beziehungen und Lebenswelt

Lebenswelten wirken

Schule und Pädagogik können Schutzfaktoren stärken, Belastungen reduzieren und Hilfe zugänglich machen

Belastung - Auffälligkeit - Erkrankung

Normale Reaktion

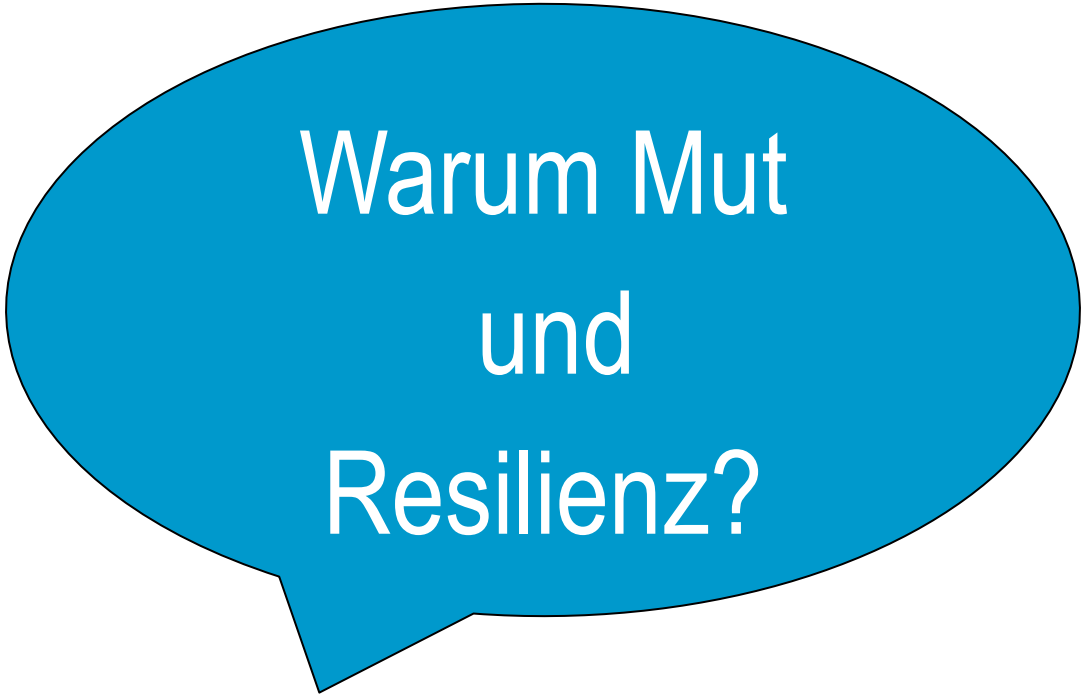
z.B. Prüfungsangst, Trauer, Konflikt

Psychische Belastung

Anhaltender Rückzug, Schlaf-/ Essprobleme, Vermeidungsverhalten

Psychische Störung

Leidensdruck und Beeinträchtigung im Alltag


Warum Mut
und
Resilienz?

Warum Mut und Resilienz?

Herausfordernde Zeiten – Aufwachsen in einer „Dauerkrise“:

- Vielfalt an Lebenslagen, Orientierungen und Zugehörigkeiten
- Unterschiedlich starke Privilegien und Benachteiligungen
- vielfältige Krisenerfahrungen
  - Klimawandel
  - Covid-19-Pandemie
  - Verlust der vermeintlichen Selbstverständlichkeit von Frieden in Europa
  - wirtschaftliche Unsicherheiten
  - gesellschaftliche und politische Polarisierung - Demokratie unter Druck



Warum Mut und Resilienz?

Herausfordernde Zeiten – Stress, Überforderung und Leistungsdruck:

- Schulischer Leistungsdruck
- Stress und Überforderung im Alltag
- Hohe Anforderungen in verschiedenen Lebensbereichen
- Finanzielle Unsicherheit
- Zukunftsängste




Was ist
Resilienz?

Resilienz

- „Immunsystem der Seele“

- Kompetenz, herausfordernde Situationen und Krisen
  - durch Rückgriff auf persönliche und sozial vermittelte Ressourcen zu meistern
  - als Anlass für individuelle Entwicklungen zu nutzen

Resiliente Menschen verfügen über…

…Bewältigungsstrategien, die sie situationsspezifisch nutzen

„Ich habe ein Netzwerk, das mich unterstützt.“

„Wenn ich aufgeregt bin, kann ich mich durch Atemübungen beruhigen.“

Resiliente Menschen …

…zeichnen sich besonders durch ihren optimistischen Bewertungsstil aus.

„Auch wenn ein Tag nicht so gut verlaufen ist, erinnere ich mich an schöne Momente, für die ich dankbar bin.“

Resiliente Menschen…

… verfügen über eine hohe Selbstwirksamkeit, d.h. sie sind davon überzeugt, dass sie durch ihr Handeln ihre Situation verbessern können.

„Mir gelingt es, wertschätzend mit meinen Mitmenschen zu kommunizieren.“

„Ich kennen meine Stärken. Ich vergleiche mich nicht mit anderen, weil ich mich dadurch leicht abwerten kann.“


Was macht resilient?

Was macht es schwerer?

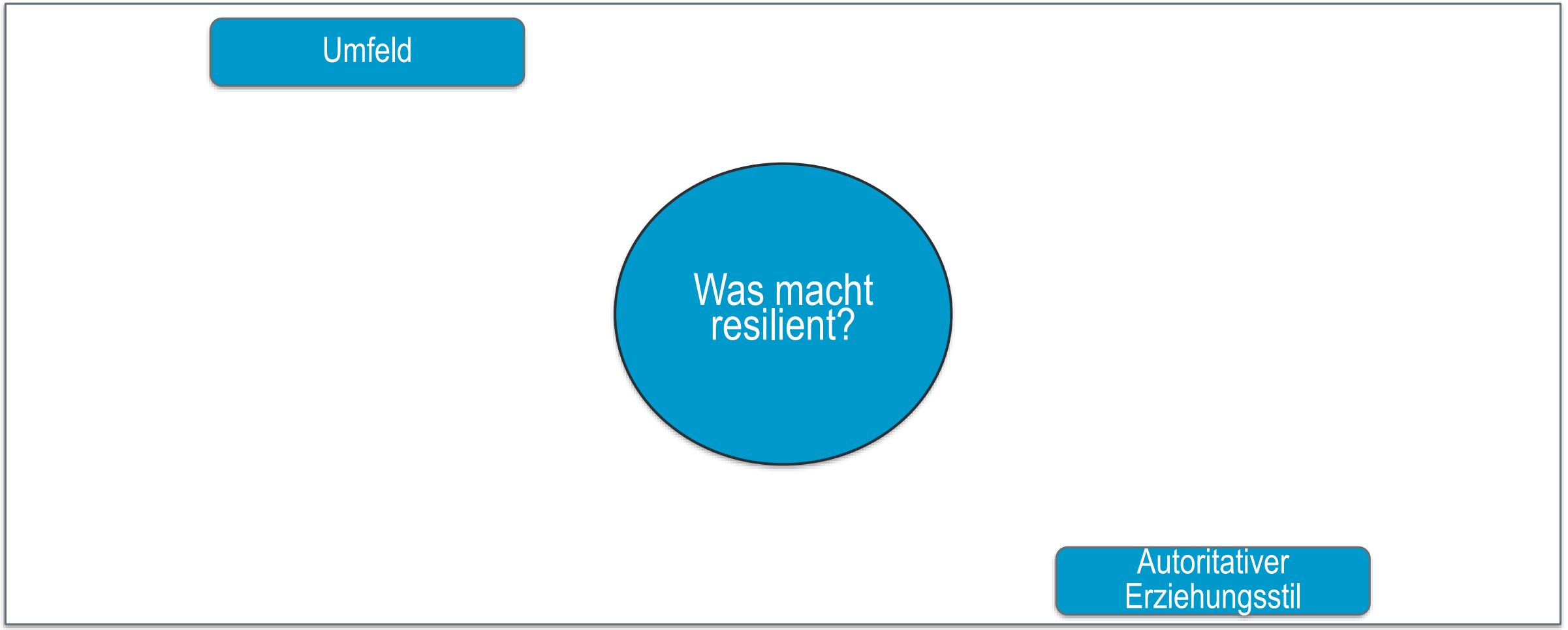
- Angeboren: Genetik, chronische Erkrankungen
- Unsicheres Bindungsverhalten
- Geringe Stressregulation und Impulssteuerung
- Chronische Stressoren: Armut, familiäre Disharmonie, Missbrauch, psychische Erkrankung eines Elternteils
- Stresssituationen: elterliche Trennung, Arbeitslosigkeit, schwierige Übergänge (Schulwechsel, Pubertät) oder Mobbingerfahrungen
- Traumatische Erlebnisse: Naturkatastrophen, Kriegserfahrungen, lebensbedrohliche Erkrankungen, Tod eines Angehörigen

Umfeld



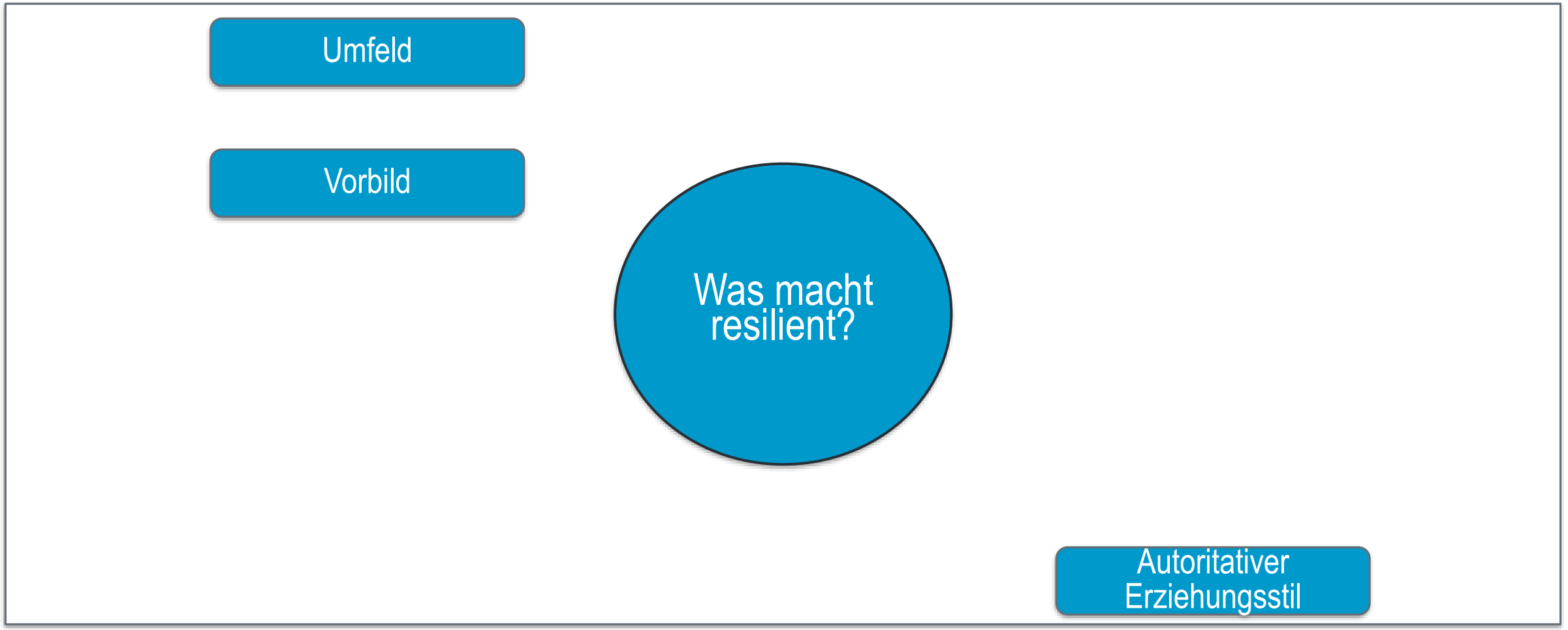
Welches Umfeld hilft?

- Harmonische Elternbeziehung
- Enge Geschwisterbeziehungen
- Gutes Bildungsniveau und ein hoher sozioökonomischer Status der Familie


Umfeld
Was macht resilient?
Autoritativer Erziehungsstil

Autoritativer Erziehungsstil

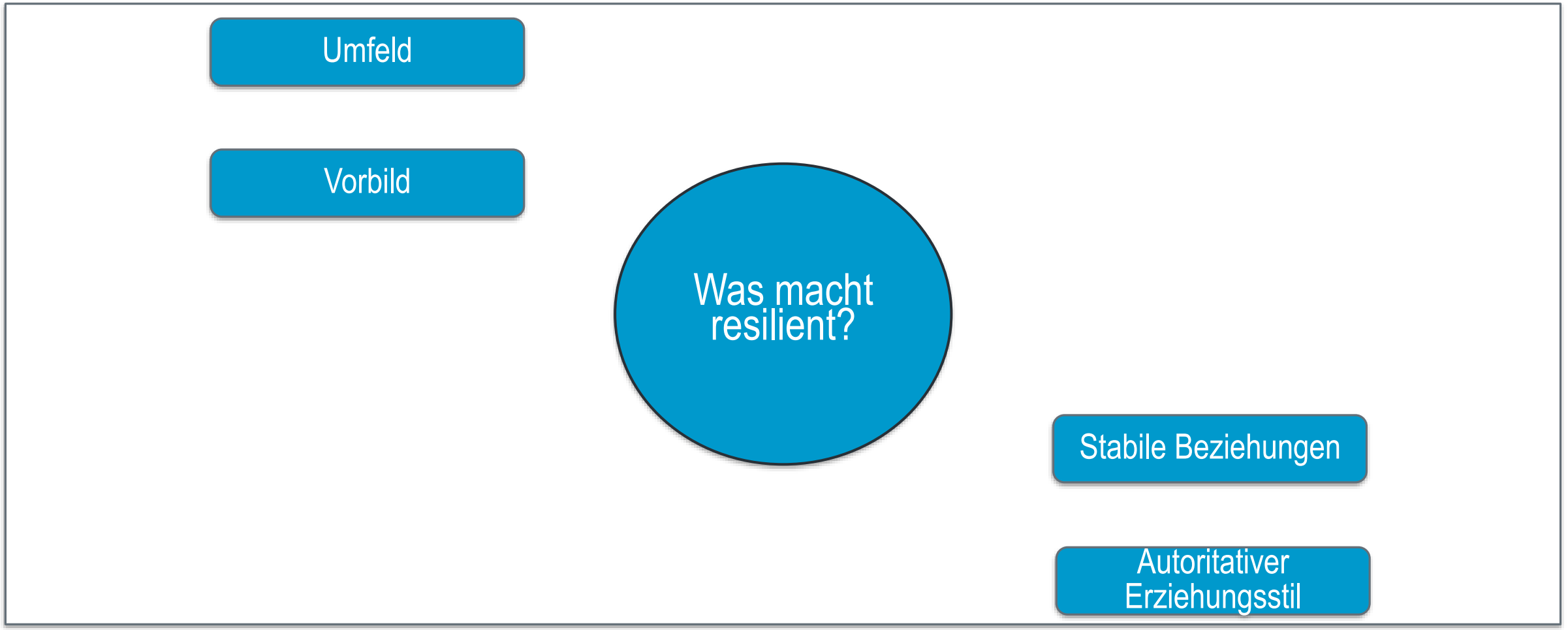
- Hohe Responsivität, aber auch ohne Kontrolle und Autorität
- Struktur, Wertschätzung und Akzeptanz
- „Klare Leitplanken“: Routinen und klare Regeln geben dem Kind Halt und Sicherheit


Umfeld
Vorbild
Was macht resilient?
Autoritativer Erziehungsstil

Vorbild sein

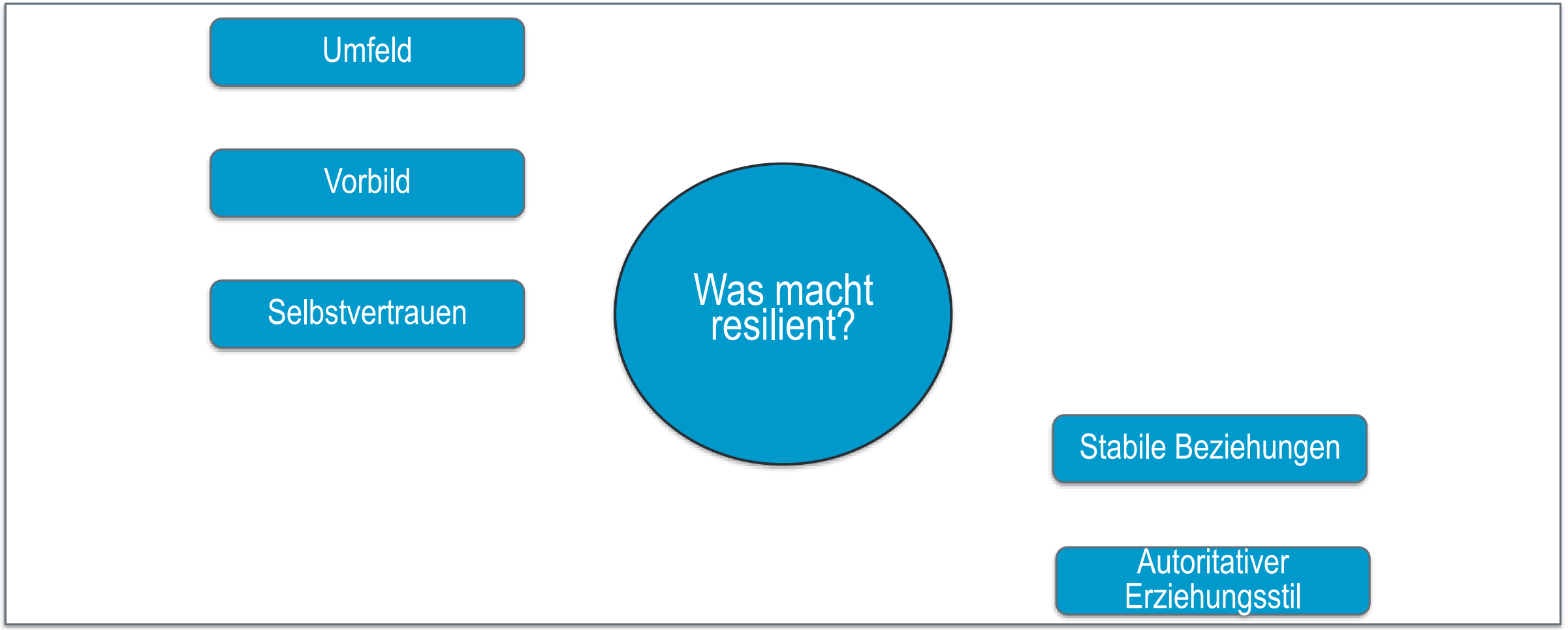
- Selbst einen positiven Umgang mit eigenen Gefühlen zeigen

- Authentisch sein
  - Laut denken: *„Manchmal klappen Dinge nicht so, wie ich sie gerne hätte…“*


Umfeld
Vorbild
Was macht resilient?
Stabile Beziehungen
Autoritativer Erziehungsstil

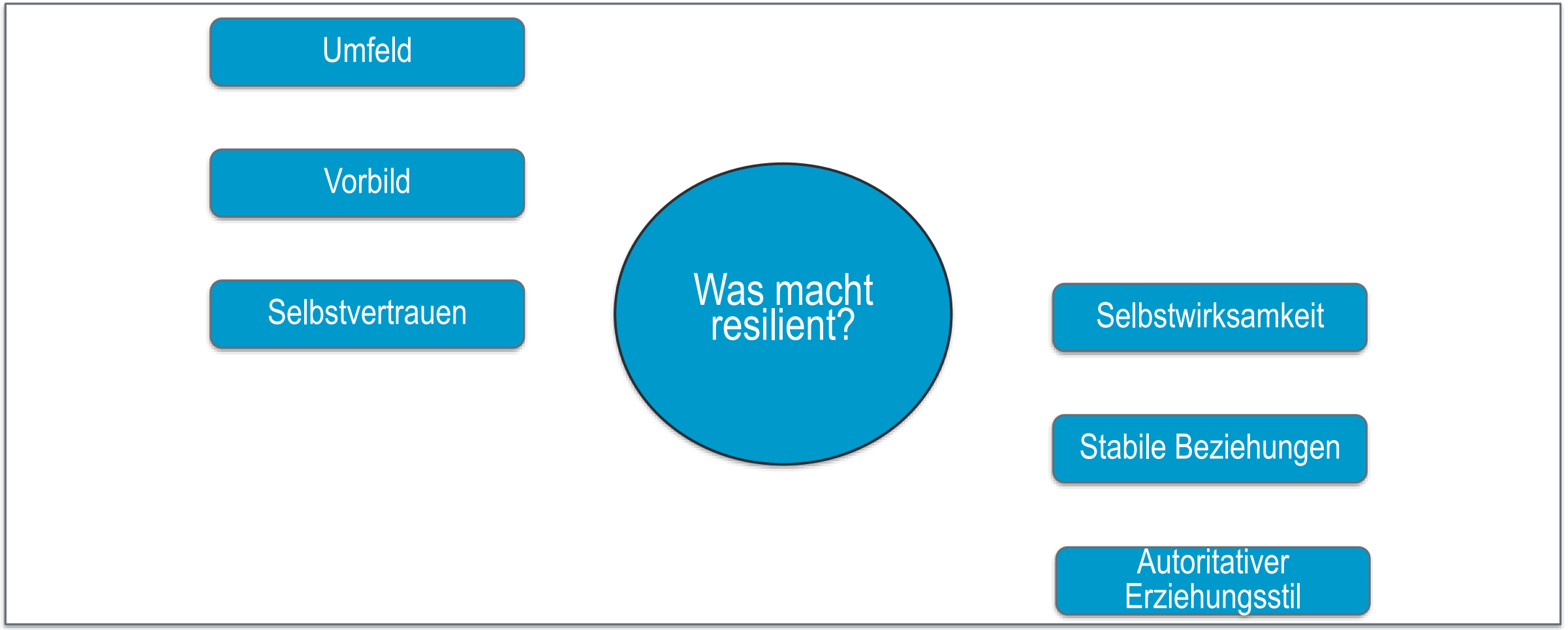
Stabile Beziehungen

- Vertrauensvolle Beziehungen zu mindestens einer Bezugsperson
- Sicherheit und Struktur
- Emotionaler Rückhalt
- Stabiler Freundeskreis


Umfeld
Vorbild
Selbstvertrauen
Was macht resilient?
Stabile Beziehungen
Autoritativer Erziehungsstil

Selbstvertrauen

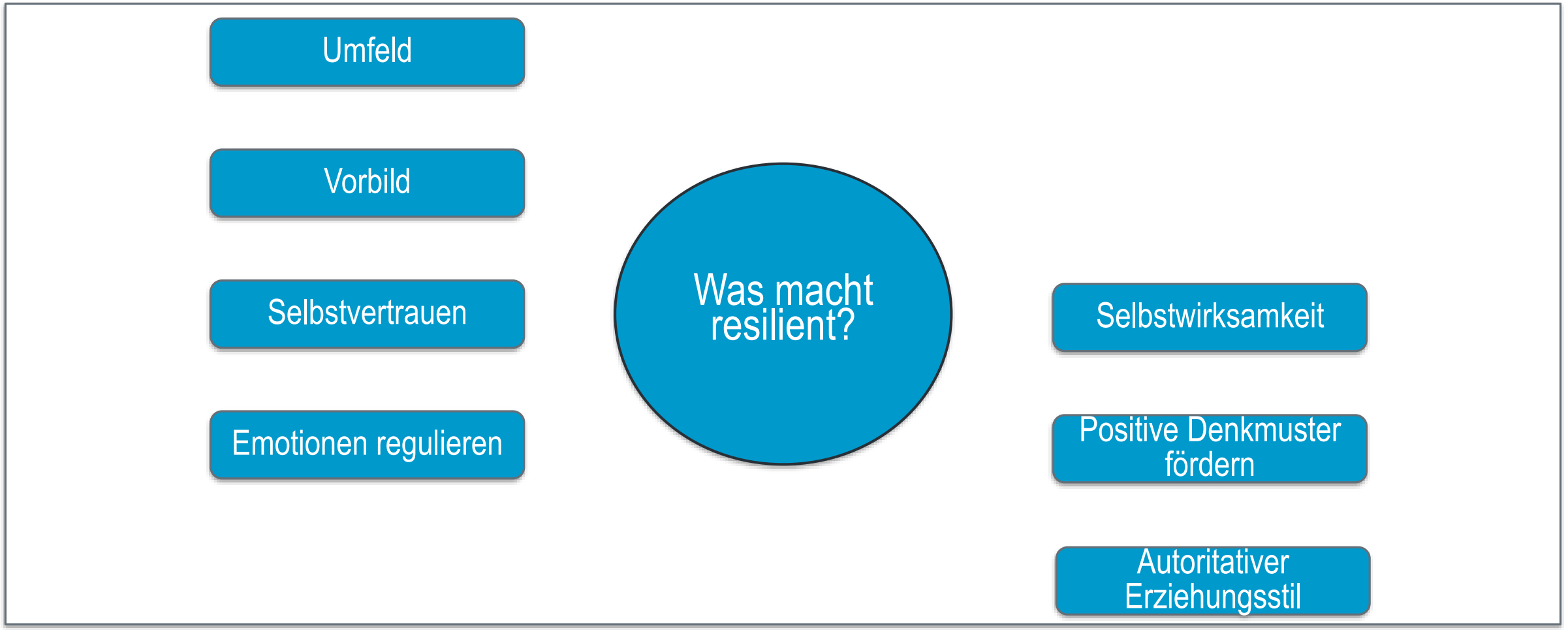
- „Ich weiß was ich kann“
- Sich fragen, was das Kind besonders gut kann und in welcher Weise es seine Stärken zum Ausdruck bringt
- Vertrauen in seine/ihre Fähigkeiten signalisieren und loben
- Übertragen von Verantwortung, z. B. eine kleine Aufgabe übergeben, den Schulweg alleine bewältigen


Umfeld
Vorbild
Selbstvertrauen
Was macht resilient?
Selbstwirksamkeit
Stabile Beziehungen
Autoritativer Erziehungsstil

Selbstwirksamkeit

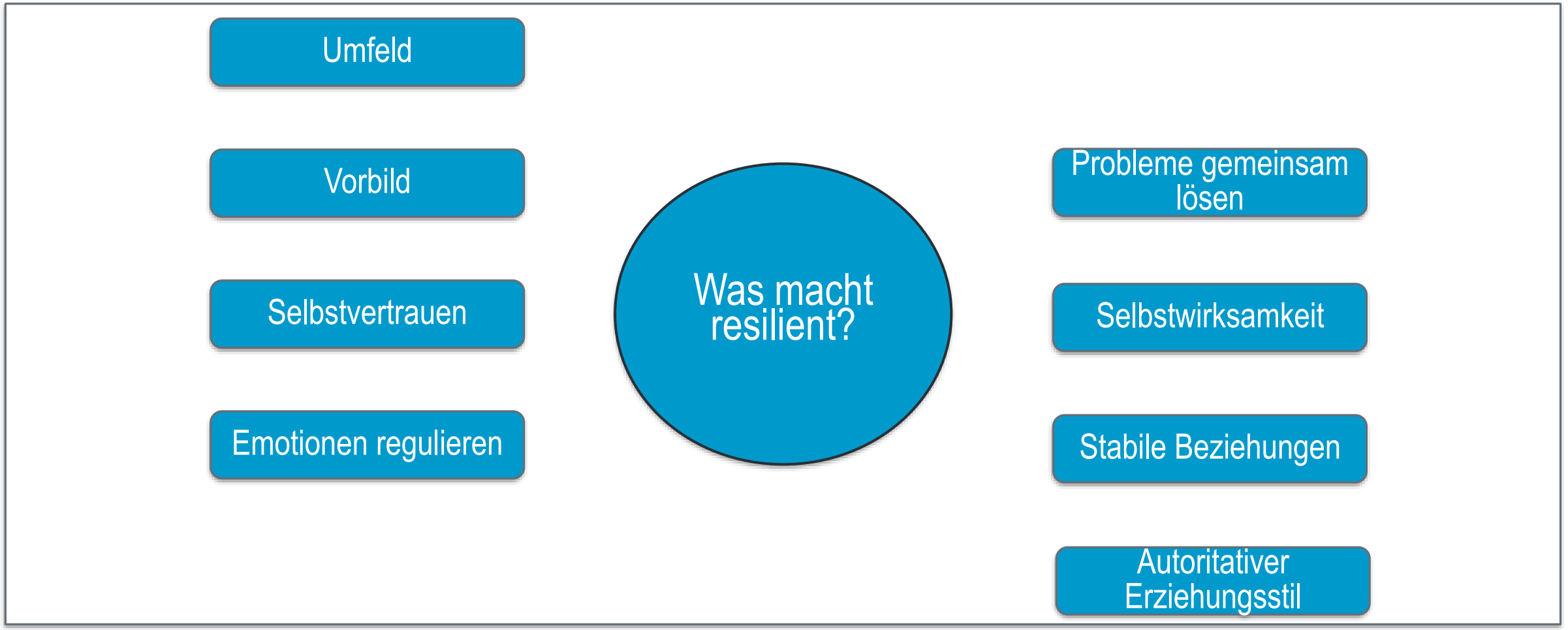
- in Entscheidungen miteinbeziehen z.B. bei der Planung des Abendessens oder der Auswahl des Spielplatzes

- Gemeinschaftliche Projekte fördern die Zuversicht und das Gefühl, etwas bewirken zu können (z.B. ein Hochbeet bauen, einen Kuchen backen)


Umfeld
Vorbild
Selbstvertrauen
Emotionen regulieren
Was macht resilient?
Selbstwirksamkeit
Positive Denkmuster fördern
Autoritativer Erziehungsstil

Emotionen regulieren

- Gefühle zulassen und benennen - auch negative Gefühle sind normal
- Beruhigen und Ruhe ausstrahlen
- Stressbewältigung durch Atemübungen, Meditation

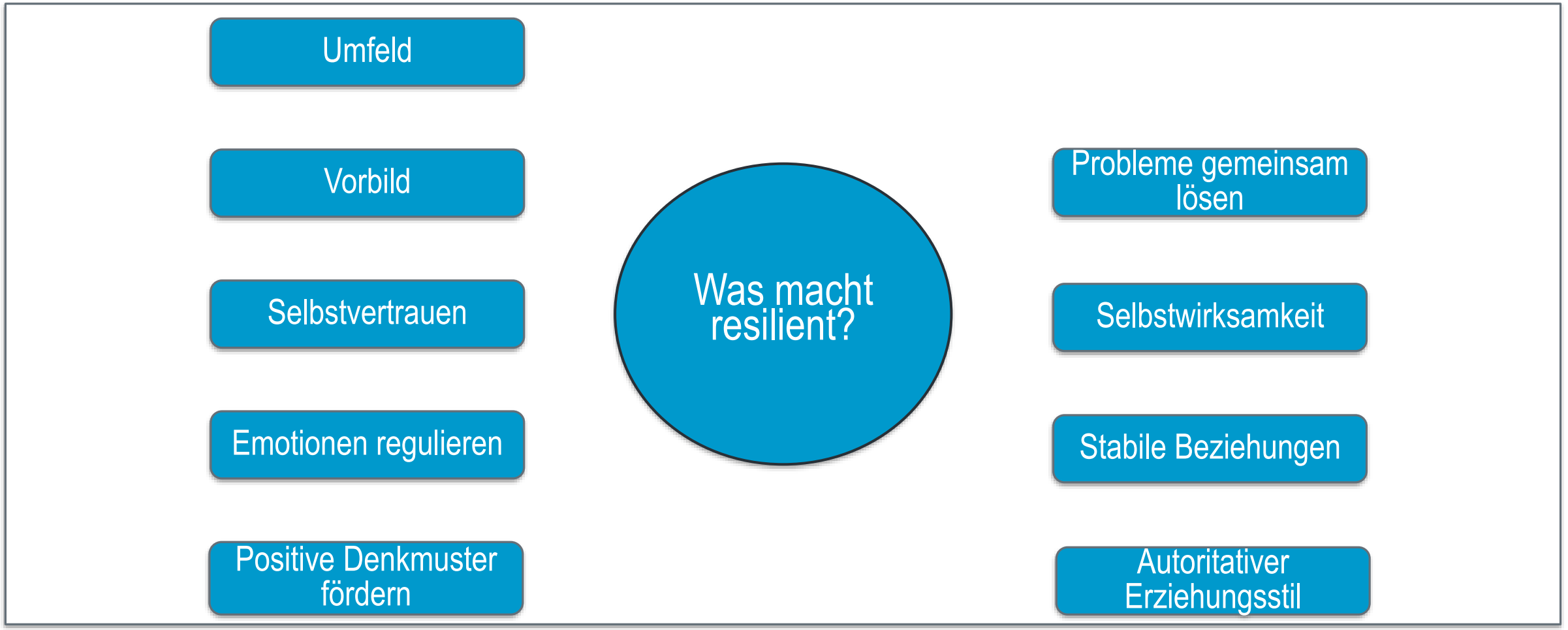

Umfeld
Vorbild
Selbstvertrauen
Emotionen regulieren
Was macht resilient?
Probleme gemeinsam lösen
Selbstwirksamkeit
Stabile Beziehungen
Autoritativer Erziehungsstil

Probleme gemeinsam lösen

- Unterstützung anbieten, aber nicht die Probleme abnehmen

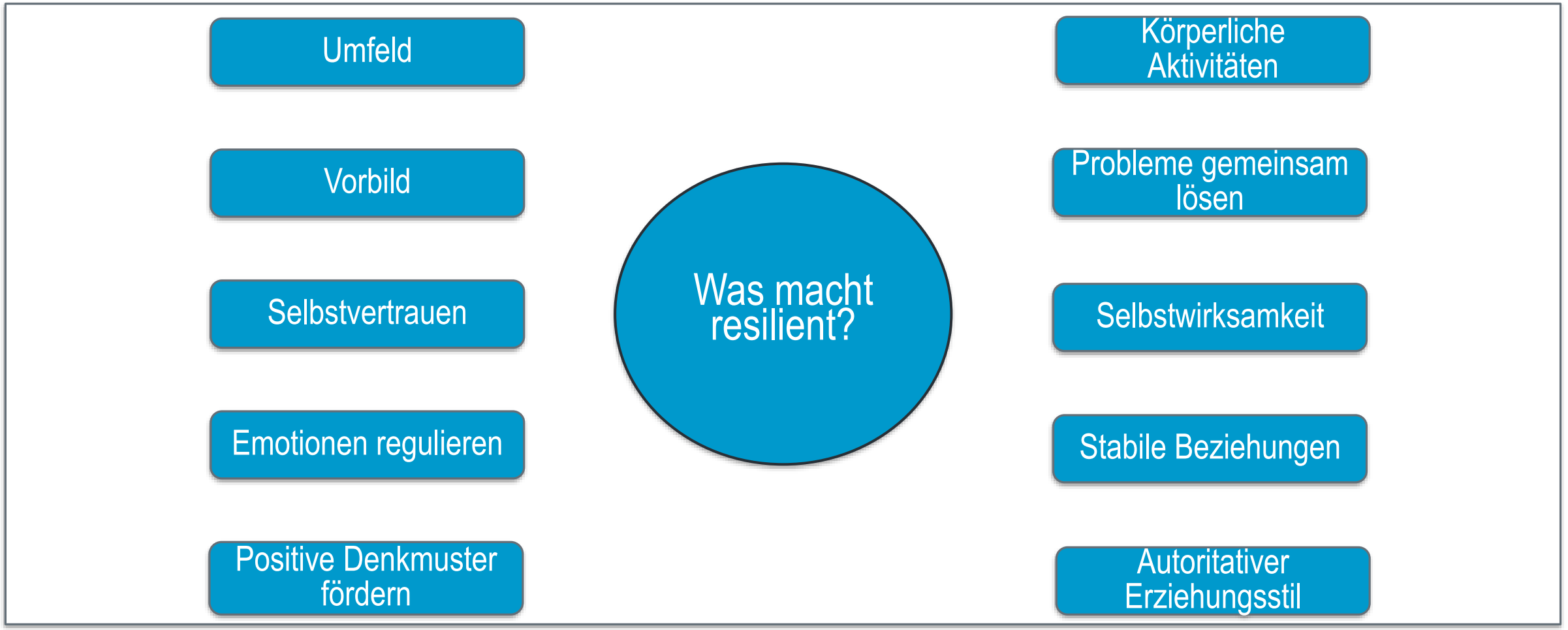
- Ermutigen eigene Lösungen zu finden
  - Was könntest du tun, wenn das passiert?
  - Was würde Deine beste Freundin machen?

- Situation im Nachhinein reflektieren
  - Würdest du es wieder so machen?
  - Hättest du dir Unterstützung holen sollen?


Umfeld
Vorbild
Selbstvertrauen
Emotionen regulieren
Positive Denkmuster fördern
Was macht resilient?
Probleme gemeinsam lösen
Selbstwirksamkeit
Stabile Beziehungen
Autoritativer Erziehungsstil

Positive Denkmuster fördern

- Unterstützen, dabei optimistisch zu bleiben und aus Fehlern zu lernen
- „Mutmacher-Tagebuch“: positive Erlebnisse festhalten, um den Fokus auf das Gelungene zu lenken

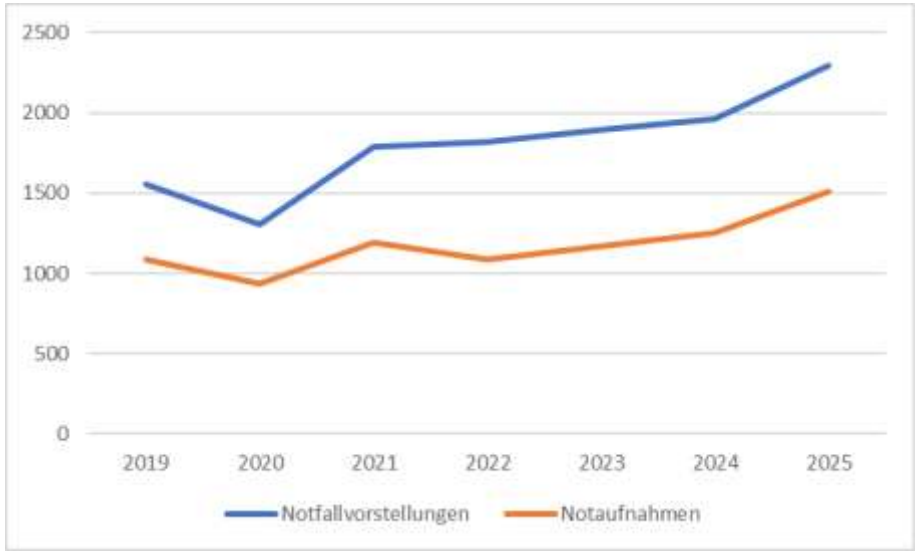

Umfeld
Vorbild
Selbstvertrauen
Emotionen regulieren
Positive Denkmuster fördern
Was macht resilient?
Körperliche Aktivitäten
Probleme gemeinsam lösen
Selbstwirksamkeit
Stabile Beziehungen
Autoritativer Erziehungsstil

Körperliche Aktivität

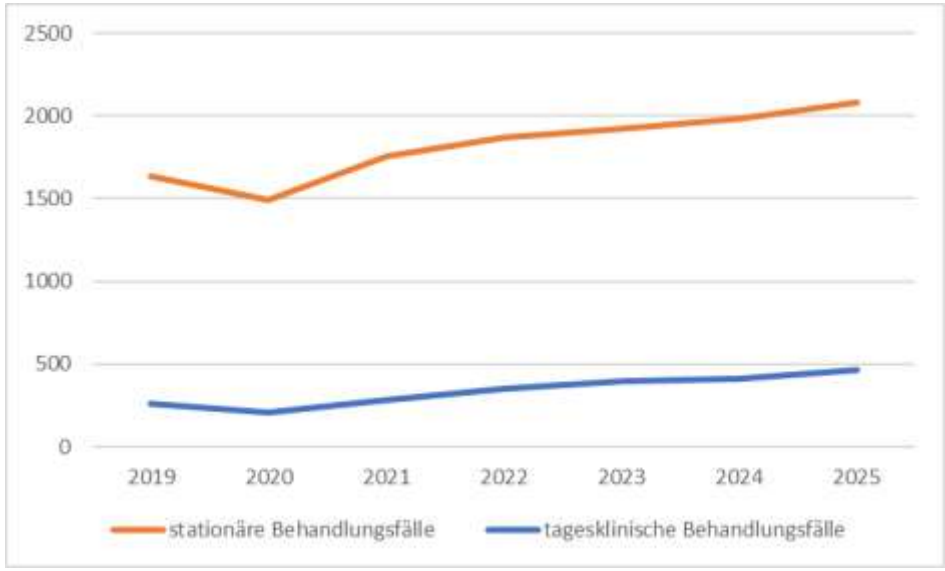
- Führt zur Ausschüttung von Glückshormonen
- Erhöht die Stresstoleranz dauerhaft
- Vereinssport?

Steigende Inanspruchnahme von …

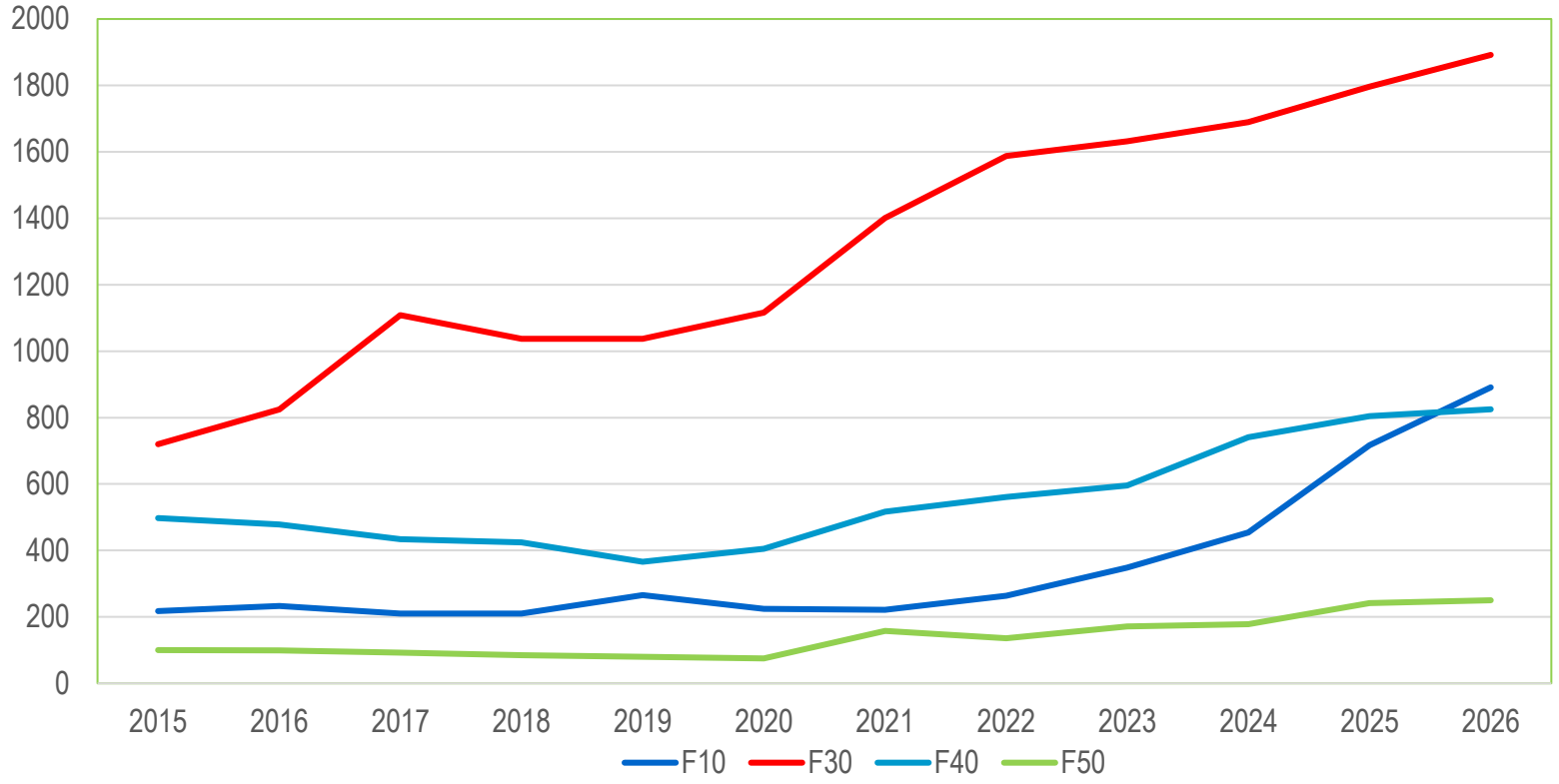
Notfälle



(Teil-) Stationäre Behandlungen

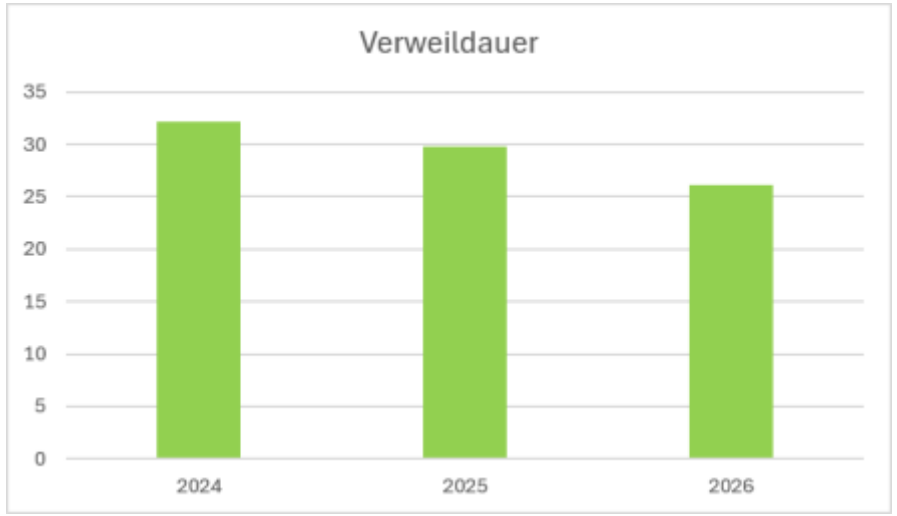


Entwicklung der letzten 10 Jahre nach Diagnose



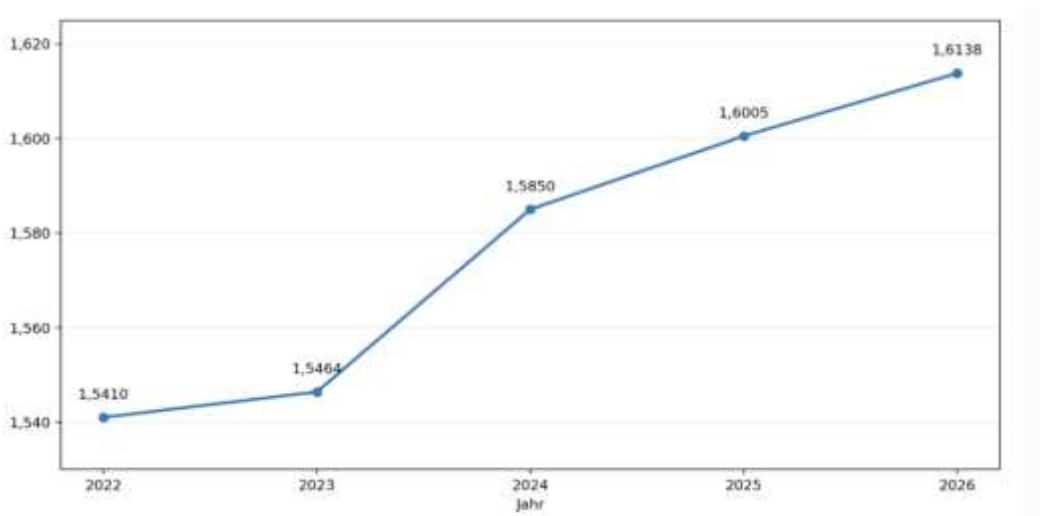
Verdichtung von Arbeitsaufträgen

Verkürzte Verweildauer



TK-Plätze auf Stationen integriert

Höhere Krankheitschwere



PPP-RL: Belegungssteuerung bei Pflichtversorgung?




Vielen Dank
für Ihre
Aufmerksamkeit!

Fachliche Impulse:
Psychische Gesundheit, Resilienz und Bedingungen des Aufwachsens

Margret Rasfeld, Bildungsinnovatorin, Schule im Aufbruch

Resilienz reloaded

Was Kinder und Jugendliche heute wirklich stark macht


Ökologische
Krise
Soziale
Krise
Entfremdung

Polykrisen

Mental Health Krise

Kindheit heute

Schule als Verstärker

Peer Education & Community Center

Wie geht es Mutter Erde?



Ökologische krise

soziale krise



Entfremdung

Sinn-Krise

Beziehung

Verbundenheit

Empathie

Ich-Mitmensch-Natur

Moderne Kindheit

Wie geht es den Kindern?







Pihkala (2021): Eco-anxiety among children an adolescents in ight of recent research

Covid




Richard Louv
DAS LETZTE KIND IM WALD?
Geben wir unseren Kindern die Natur zurück!
Mit 80 Umwelt-aktionen für unsere Kinder
BELTZ




FAKE
NEWS
racisme
RACISM
razzismo
расизм
Demokratie
Instagram
Facebook
Twitter




YIPPY
FANTA
Capri-Sun


Coca-Cola

Weniger autonome Kindheit

Mehr organisierte Kindheit

Weniger echte Erfahrungsräume

Ungleichheit

Das Paradox moderner Kindheit

Wir kümmern uns immer mehr um Kinder –

und geben ihnen gleichzeitig immer weniger Gelegenheit, ihr Leben selbst zu gestalten.

Autonomieproblem

Drei Schieflagen

demografisch

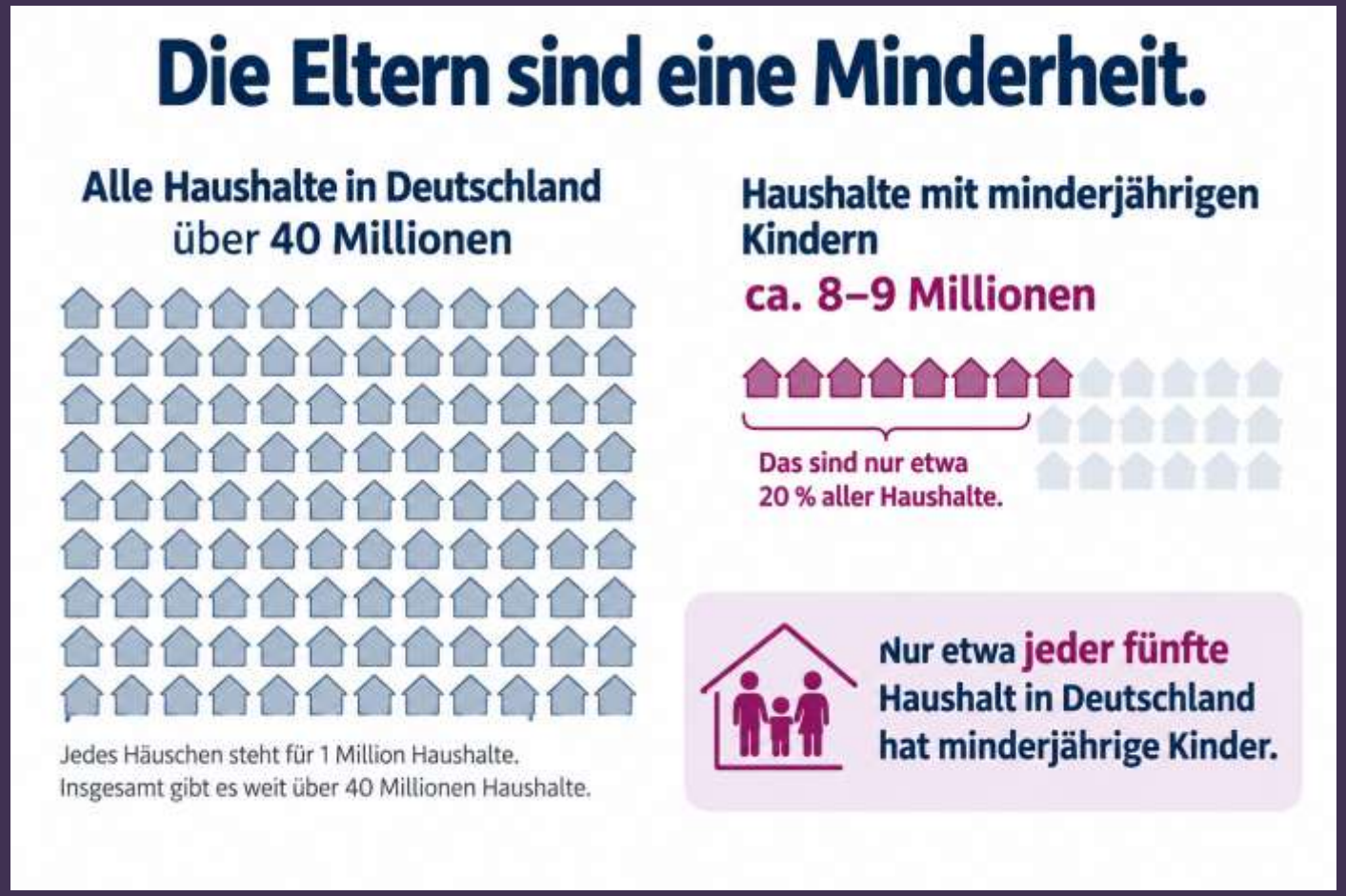
demokratisch

finanziell

Demografische Schieflage



Demokratische Schieflage



Finanzielle Schieflage



Kindheit ist in der alternden Gesellschaft **strukturell prekär.**









Kindheit ist in der alternden Gesellschaft strukturell prekär.



hyperdivers

hyperdivers

Herausforderung & Chance

Institutionen gehen noch von Normalität aus

Gefahr der Entfremdung!

Kinder - Minderheit ohne Schutz

Die alternde Gesellschaft ist weder kindgerecht noch gerecht zu Kindern!



Mental health Krise

Schule als Risikofaktor

Die größte Pandemie unserer Zeit ist die Ohnmacht





90%

Deutschland

9 von 10 Jugendlichen
erleben im Alltag
regelmäßig
das Gefühl von

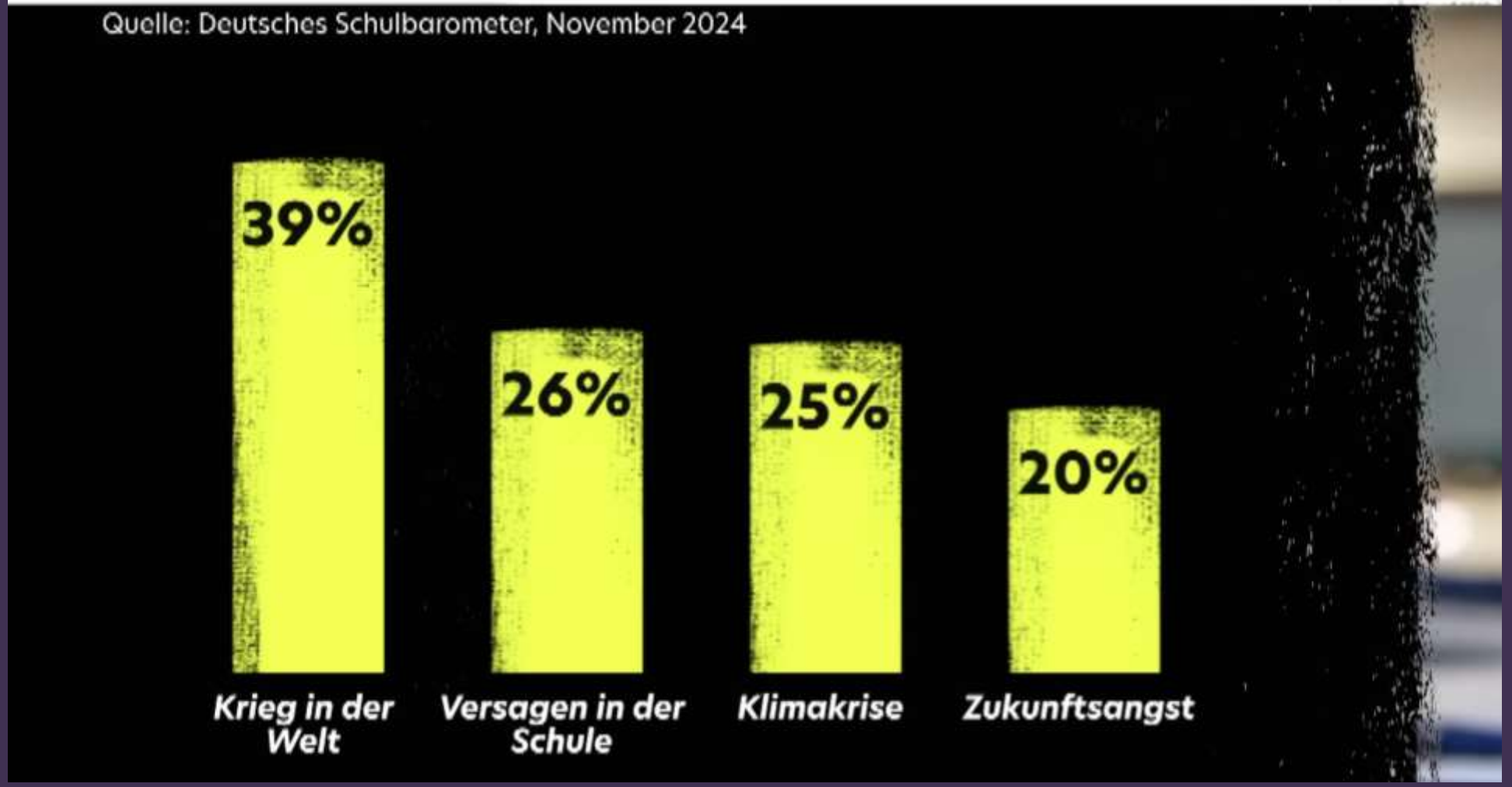
Ohnmacht

https://yep-works.org/yep-jugendbericht-mental-health/



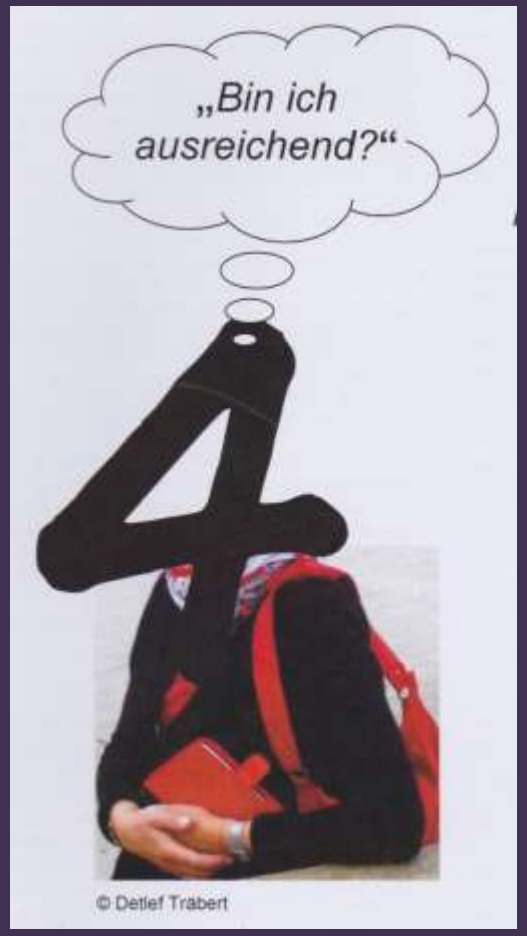
Ohnmachtsfalle Schule

AKTUELLE SORGEN UND BELASTUNGEN



Alte Schule - heimlicher Lehrplan

Selektion
Prüfung und Noten
Leistungsdruck
Fächerkorsett
Fehlerangst



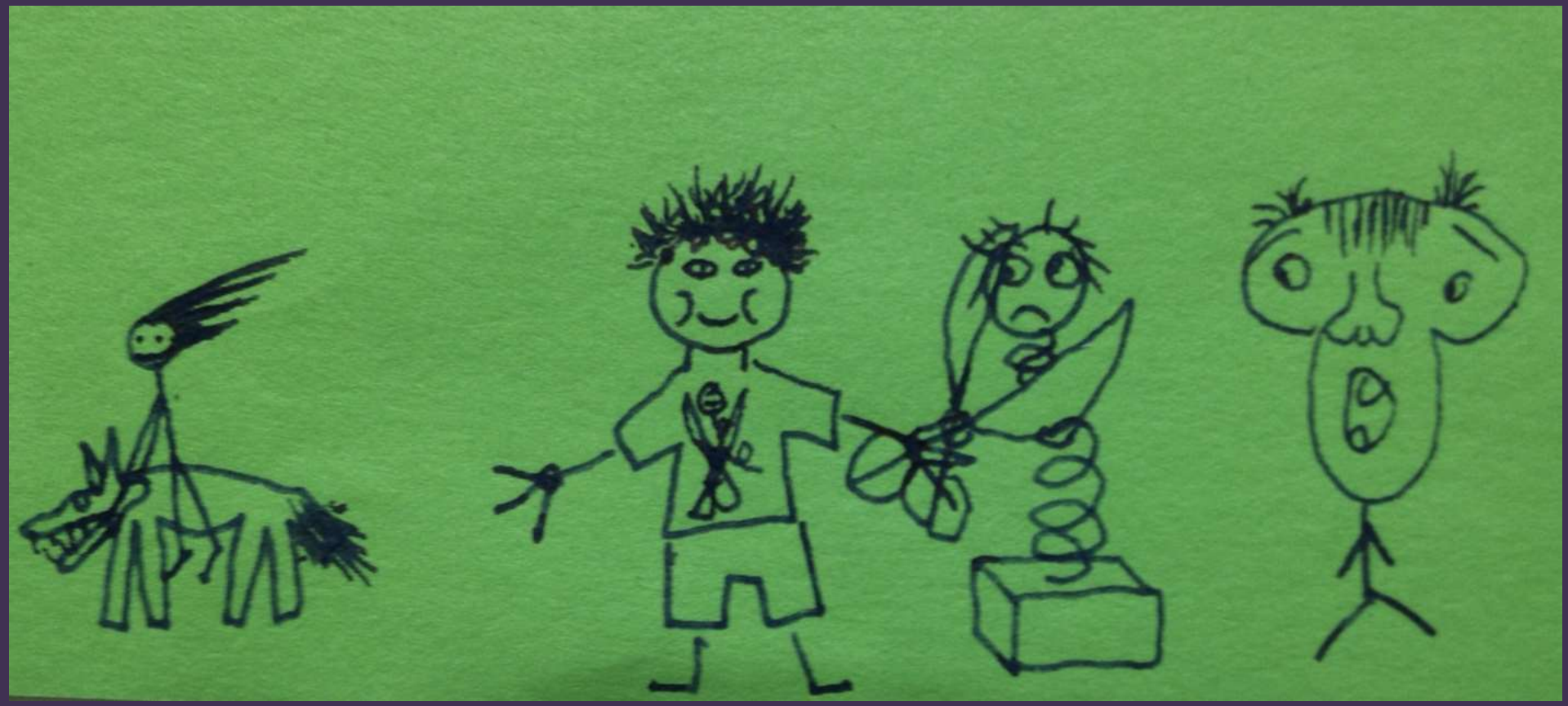


Gleichschritt
Normierung

Zeitdruck
Taktung







Angst vor Tests und Noten, Schüler, 10



eingestuhlt

fremdbestimmt

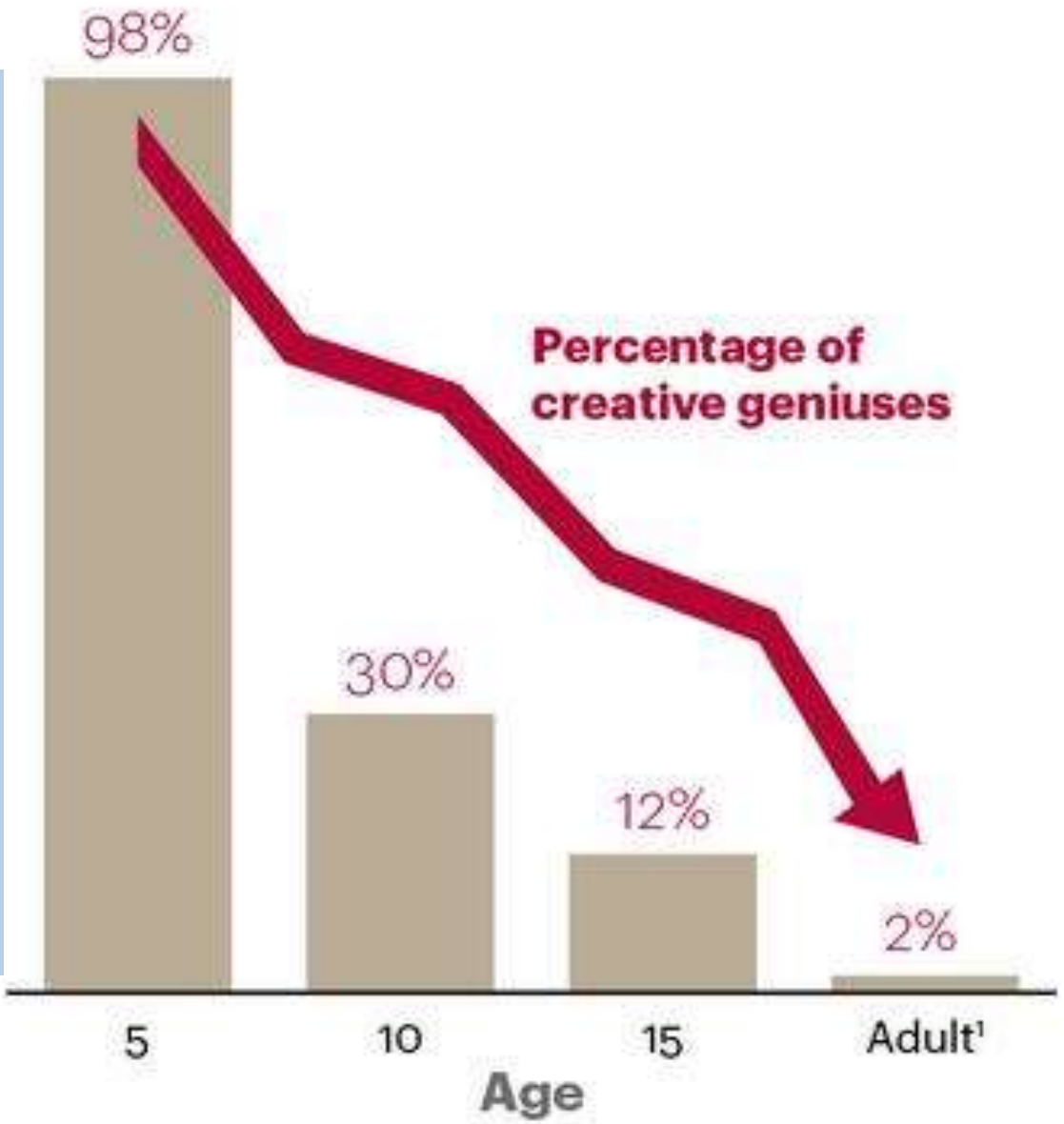
dauer-bewertet

abgeschnitten
von Herz und Körper

OBJEKT

Erwartungen
Bewertungen
Maßnahmen

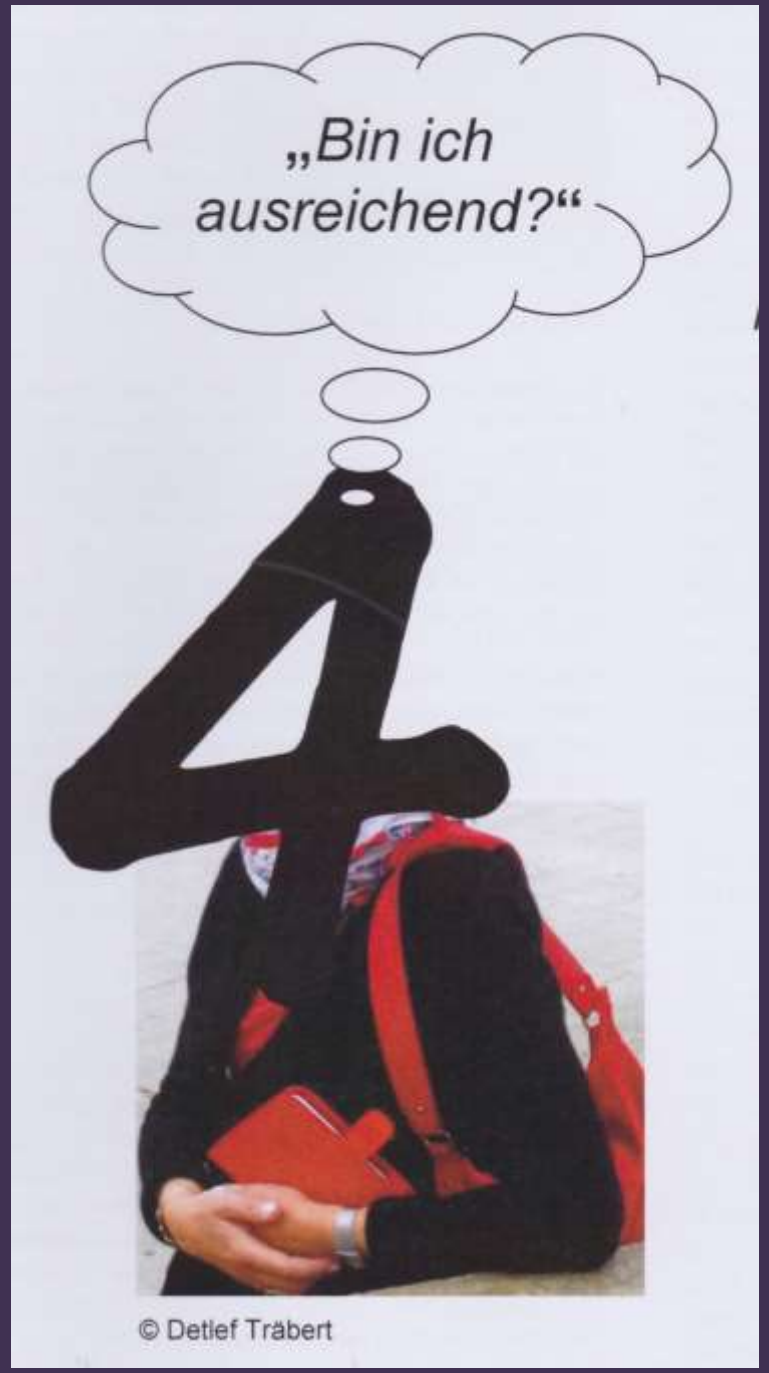
Begeisterung
Kreativität



Quelle: Breakpoint ad Byond; A.T.Kearney analysis

¹The same test was given to 280,000 adults.

Sources: *Breakpoint and Beyond: Mastering the Future Today* by George Land; A.T. Kearney analysis


„Bin ich ausreichend?“
© Detlef Träbert


BURN OUT KIDS
Wie das Prinzip Leistung unsere Kinder überfordert
Michael Schulte-Markwort
PATTLOCH

Entfremdung

Das Unterdrücken von
emotionalen Botschaften führt dazu,
dass Menschen den Kontakt
zu sich selbst verlieren.

Funktionsmodus
Konsummodus
.....

Ein zentrales Element von psychischer Belastung sind fehlende Selbstwirksamkeit und Hilflosigkeit

Schulbarometer 25/26

Mitbestimmung ist ein Schutzfaktor

Sie stärkt die Selbstwirksamkeit
und das Gefühl der Zugehörigkeit.

Studien: Schüler:innen erleben nur geringe Mitbestimmungsmöglichkeiten,
insbesondere im Unterricht und bei Prüfungen (Fremdbestimmung)

HANDLUNGSEBENEN



Prof. Julian Schmitz, Uni Leipzig

Lucy Wirth — Gesamtschule Kamen

Pädagogik Olympiade 2026 – wie wollen wir lernen?

wir lernen früh still zu sitzen aber nie still zu fühlen

Stärkung psychische Gesundheit

Beziehung

Selbstwirksamkeit

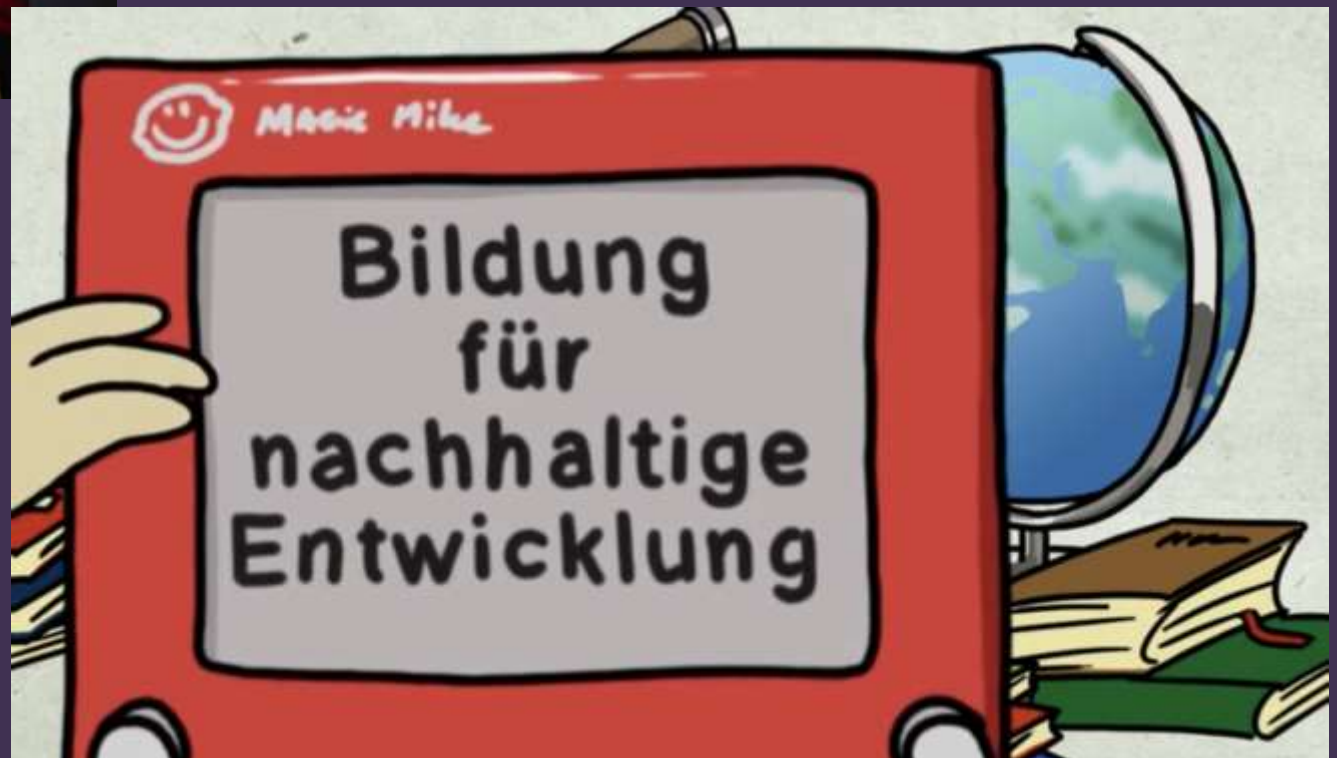
Sinn

17 Nachhaltigkeitsziele - SDGs





Kernauftrag in Bildungsstätten




Lernen
Wissen zu erwerben
zusammen zu leben
zu handeln
zu sein



Learn for our planet,
act for sustainabilty!

BNE 2030
Transformative Bildung

Junge Menschen empowern



Lernen die Welt zu verändern

Gestaltungs-Kompetenz

Beispiele für eine neue Lernkultur

Im Leben lernen Verantwortung













Flüchtlingsheim

Hausaufgaben, spielen, renovieren, Fest organisieren

Was mir ein gutes Gefühl verleiht,
ist, dass die Kinder,
wenn ich komme,
angerannt kommen und mich umarmen,
und dabei haben sie ein
strahlendes Gesicht.

Memmet, 14 Jahre



Computerkurs für Senioren





Bildungsbande



FreiDay

Lernen die Welt zu verändern



1 KEINE ARMUT
2 KEIN HUNGER
3 GESUNDHEIT UND WOHLERGEHEN
4 HOCHWERTIGE BILDUNG
5 GESCHLECHTER-GLEICHHEIT
6 SAUBERES WASSER UND SANITÄR-EINRICHTUNGEN
7 BEZAHLBARE UND SAUBERE ENERGIE
8 MENSCHENWÜRDIGE ARBEIT UND WIRTSCHAFTS-WACHSTUM
9 INDUSTRIE, INNOVATION UND INFRASTRUKTUR
10 WENIGER UNGLEICHHEITEN
11 NACHHALTIGE STÄDTE UND GEMEINDEN
12 NACHHALTIGER KONSUM UND PRODUKTION
13 MASSNAHMEN ZUM KLIMASCHUTZ
14 LEBEN UNTER WASSER
15 LEBEN AN LAND
16 FRIEDEN, GERECHTIGKEIT UND STARKE INSTITUTIONEN
17 PARTNER-SCHAFTEN ZUR ERREICHUNG DER ZIELE

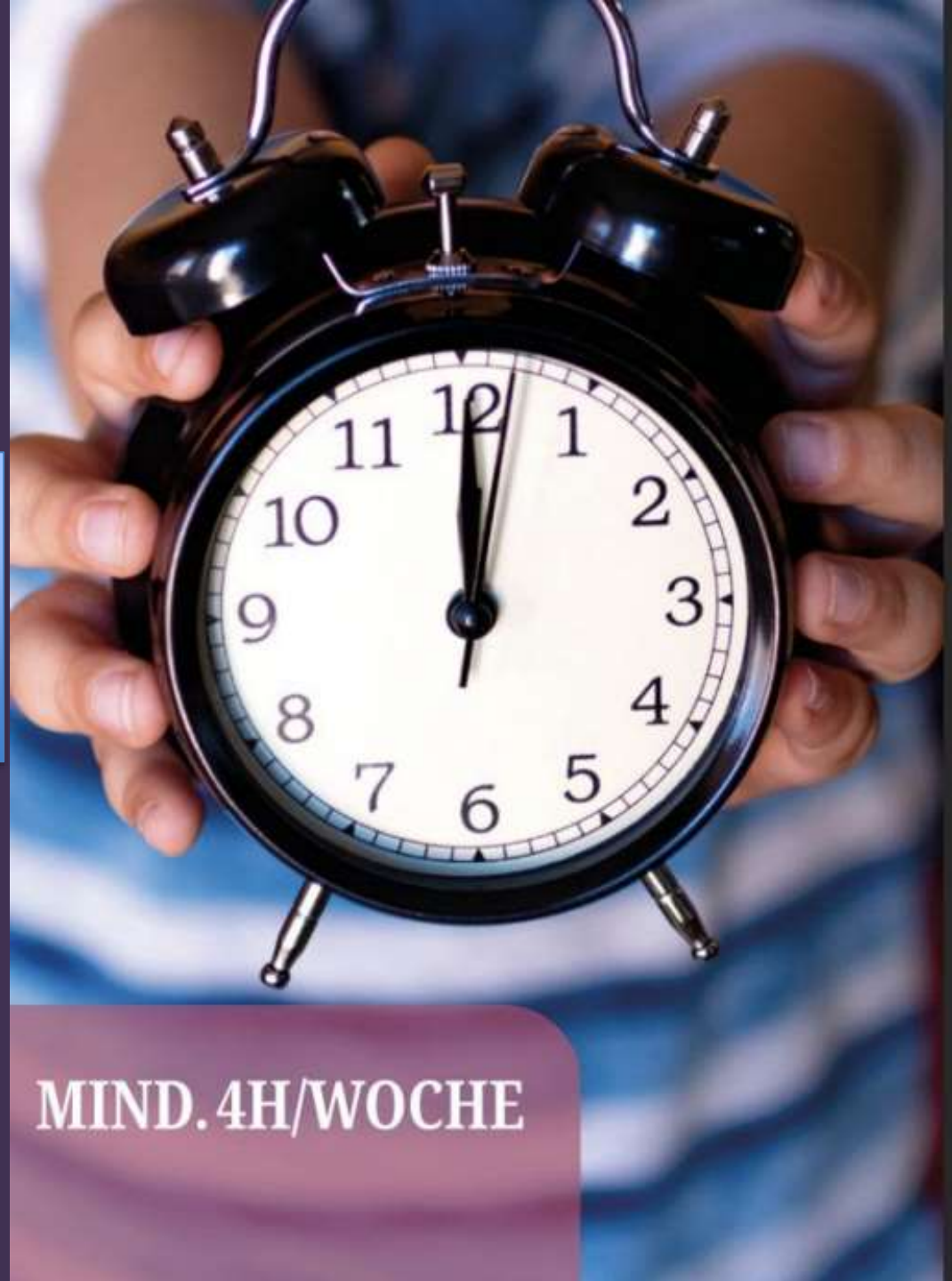
SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



Aktions- und Freiräume strukturell verankern



nachhaltig,
da strukturell verankert



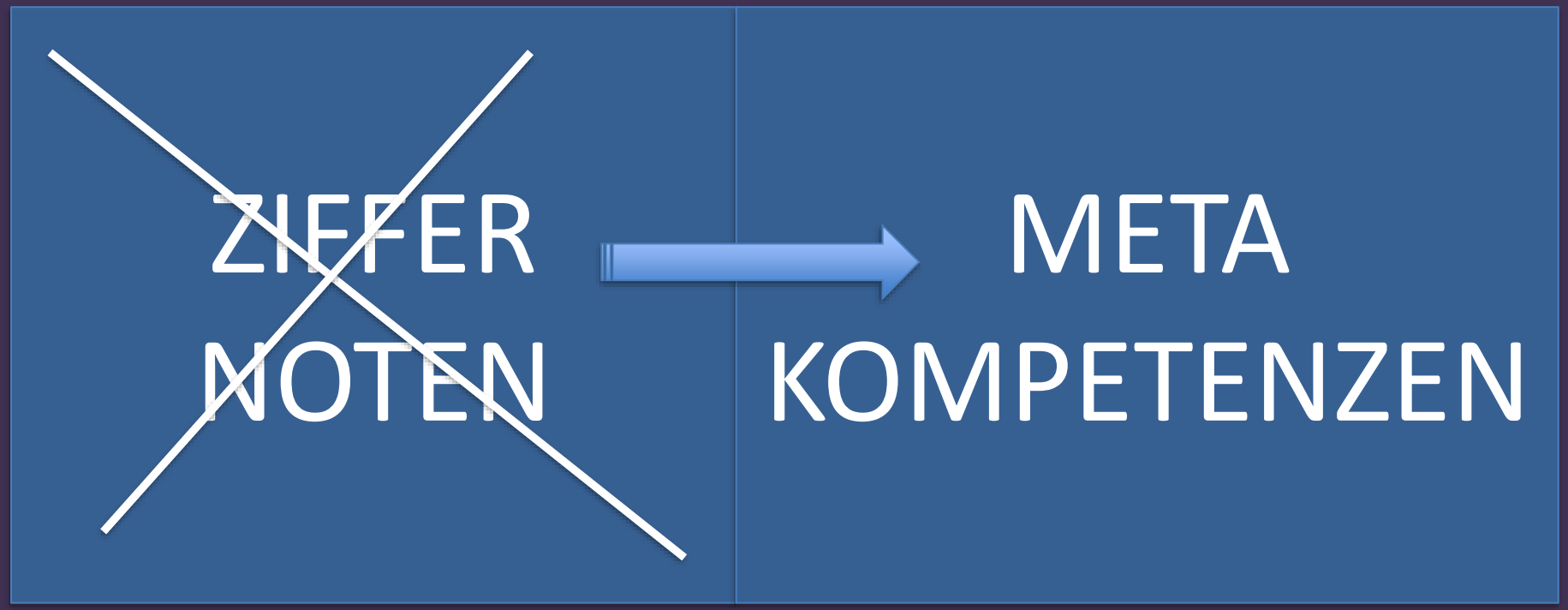
Das Format

interessensorientierte Projektarbeit an Zukunftsfragen



Wissen
Handeln
Netzwerken




ZIFFER
NOTEN
META
KOMPETENZEN



www.frei-day.org

Das unterschätzte Potenzial der Kinder


MITTELSCHULE
LANGENZENN
-VEITSBRONN


NDR
4
HOCHWERT
BILDUNG
7
BEZAHLBARE UND
SAUBERE ENERGIE

Peer Learning

München liest

Fast jedes 5. Kind erreicht am Ende der Grundschule den Mindeststandard im Lesen nicht.
Gut 18 % verfehlen den Mindeststandard beim Zuhören.

Quelle: IQB-Bildungstrend 2021

30% der Eltern lesen ihren Kindern nicht vor.

Vorlesemonitor 2024

.Altes Muster
zusätzliche Förderstunden

Perspektivwechsel

München liest

Vorlesen ist eine wahre Superkraft:

schafft Nähe und Auszeit
vergrößert den Wortschatz
fördert Aufmerksamkeit, Fantasie
und Empathie
stärkt durch Vorbilder
öffnet das Tor zu Wissen
macht Lust auf lesen



Kinder, denen regelmäßig vorgelesen wird, sind besser für die Kita, die Schule und den Alltag gewappnet.

Das unterschätzte Potenzial der Kinder
Die Kraft von Peer-Learning



Wir dachten, Kinder ohne Fantasien und Ideen
sind keine richtigen Kinder mehr.
Deshalb haben wir mit acht Mädchen
die Aktion Lauschohr gegründet.

Vanessa und Franziska, 7d



PISA 2001



Mit bedeutet das ganz viel.
Die Kinder mögen mich, die mögen, dass wir kommen.
Die Kinder warten auf uns. Wir sind ihnen wichtig.
Sie fragen: „Könnt ihr nicht jeden Tag kommen?“
Das fragen die uns!



WIRK-STÄTTEN

für welt-verantwortliches HANDELN



Der FREI DAY – ein Lernformat zur Stärkung der Resilienz

Partizipation
Selbstwirksamkeit
Sinn



Die Kraft der Zivilgesellschaft

Schulen als Community Center



Stadtteilcampus, Initiativen und Vereine, von der freiwilligen Feuerwehr, über die Sportgruppe und Beratungseinrichtung bis hin zur Nachbarschaftsinitiative, die sich aktiv an der Gestaltung von Schule beteiligen. Auch Kitas können integriert werden!





- Im Makerspace arbeiten Erwachsene und Kinder zusammen.

- Schule wird entlastet, da sie die Leistungen aus dem Stadtteil nicht aktiv suchen muss.

- Campus-Leitung (z.B. heutige OGS-Leitung).

Ein Community Zentrum vereint Gemeinschaft und Gesellschaft
und stellt ihre Leistungen Kindern zur Verfügung!

Wenn die „Sonderumwelt“ Schule zu einem Mittelpunkts-Ort weiter
Teile der Gesellschaft wird, geht es Kindern besser!



Die „Boomer“-Generation ist besser gebildet, technisch kompetenter, mobiler und gesünder als jede Großelterngeneration zuvor.

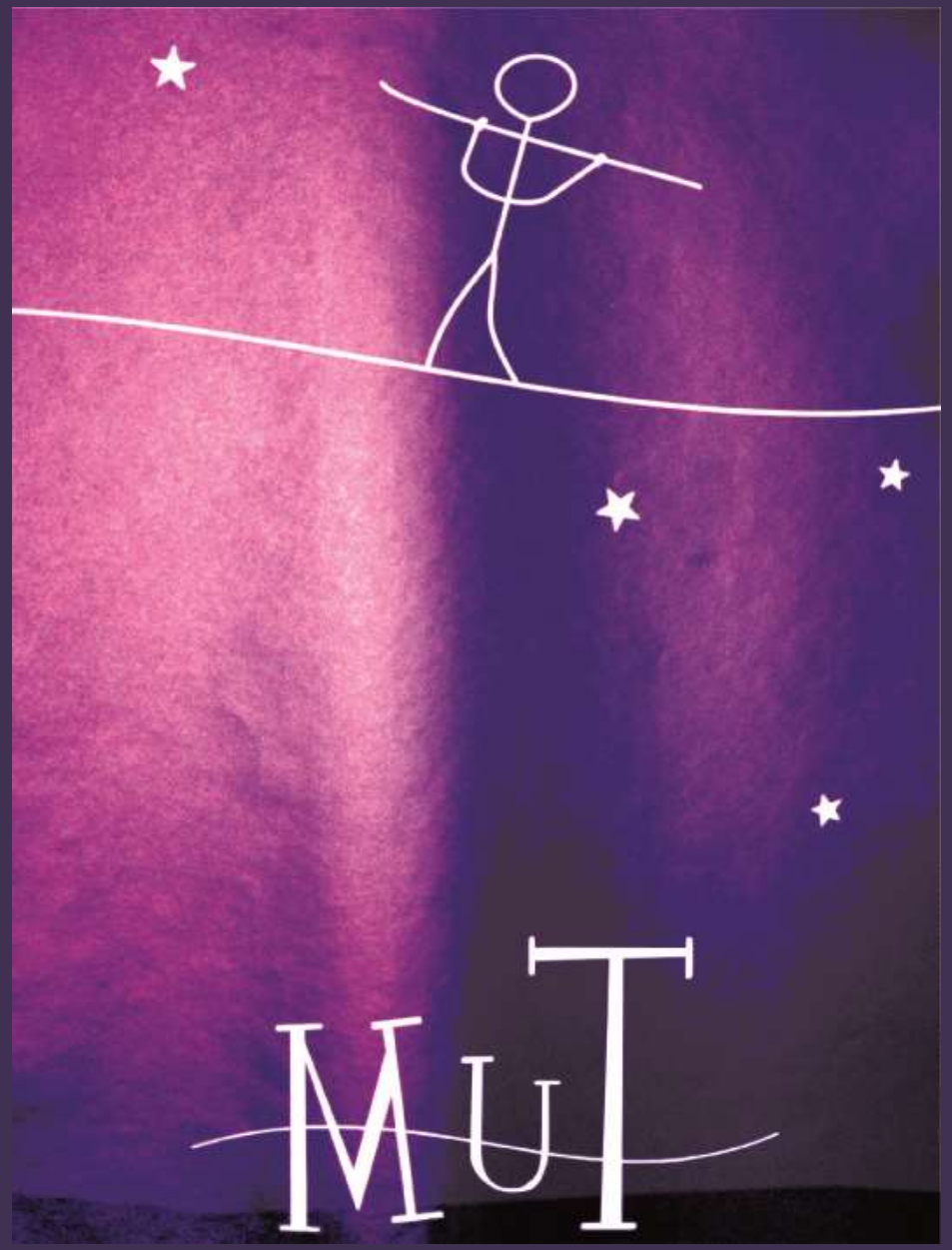




Erwachsene können Arbeitsplatz in der Nachbarschaft finden.
→ *Oft kein Arbeitszimmer zuhause*

- Das Essen aus der Schulmensa gibt es auch für kleines Geld in der Stadtteilmensa

→ *Auf einmal ist es nicht mehr so egal, was die Kinder essen!*


MUT

Kaffeepause

Bis 11.05 Uhr



Appetizer

Familienportal

Familienleben
Landkreis München

familienleben.landkreis-muenchen.de



Das sind Sie…

als Fachkraft

als Partner*in

als Freund*in



als Elternteil

als Verwandte*r

als Kolleg*in

Wo würdest du denn XY hinschicken?

Da muss es doch Unterstützung geben…?

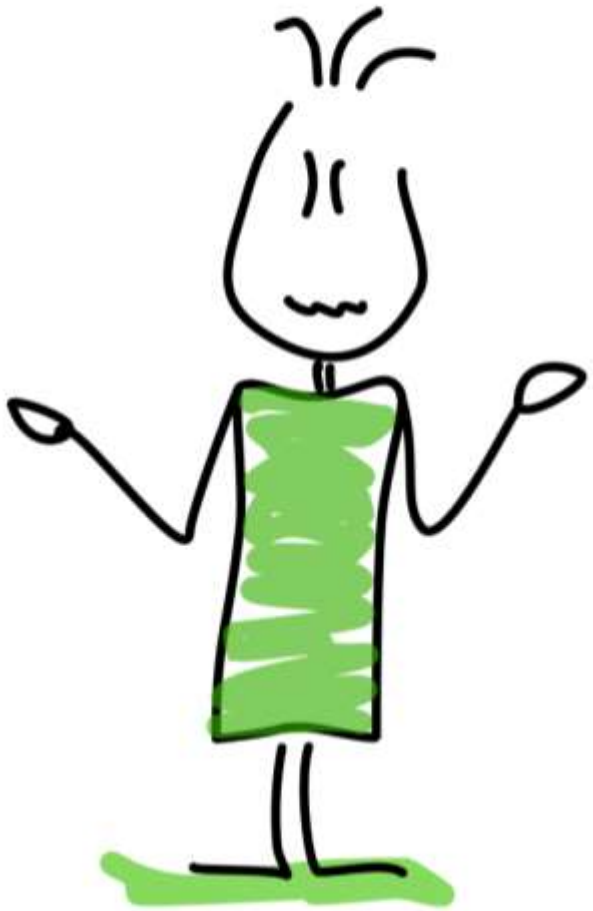
Wollen wir da nicht mal ein Angebot machen…?



Du hast mir doch mal erzählt von der Tochter deines Arbeitskollegen…

Gibt es da nicht einen guten Referenten…?

Wie hieß denn die Einrichtung nochmal?



...?

Hatten wir da nicht mal eine Excel-Liste...?


Familienleben
Landkreis München
Wo finde ich Unterstützung?
Neuigkeiten
Veranstaltungen
Wissenswertes
Veranstaltung eintragen
Impressum
Landkreis München
familienleben.landkreis-muenchen.de
Das zentrale Informationsportal für Familien
mit dem Überblick über Angebote, Beratungsstellen
und Veranstaltungen im Landkreis München

Coming soon...



Besuchen Sie uns gerne beim Markt der guten Praxis…

Familienleben
Landkreis München

familienleben.landkreis-muenchen.de

Perspektiven aus dem Landkreis, Jugendbefragung und andere Einblicke

Blandine Ehrl, Kreisjugendring München-Land
und
Chiara Wackermann, AK Stimme der Jugend



Bildungskonferenz des
Landkreises München

Montag, 26.10.2026

Krise als Normalzustand?
Resilienz reloaded –
was brauchen Kinder und
Jugendliche im Landkreis
München heute?



Perspektiven aus dem Landkreis
Ergebnisse der Jugendbefragung 2025
und andere Einblicke

Stimme der Jugend

Referentinnen

Stimme der Jugend

Blandine Ehrl (44)

Referentin für Jugendarbeit & Ehrenamt

Projektleitung Jugendbefragung

Mitglied im AK Stimme der Jugend

Chiara Wackermann (19)

Psychologiestudentin

aus Höhenkirchen-Siegertsbrunn

Mitglied im AK Stimme der Jugend

Fragenüberblick

- Wie erleben Jugendliche im Landkreis Krisen?

- Wie gefährden soziale Medien?
- Wie nützen soziale Medien in der Krise?

- Wie gehen Jugendliche mit Krisen um?
- Wie kann man sinnvoll mit Krisen umgehen?

- Wie stark belastet sind Jugendliche?

- Wie können wir Jugendliche bei der Krisenbewältigung unterstützen?
  Individuell, gemeinschaftlich, strukturell?

- Was bedeutet und fördert Resilienz?

Wie erleben Jugendliche im Landkreis Krisen?

Süddeutsche Zeitung · 10 T.

Wenn Eltern nur noch streiten: Warum Zusammenbleiben den Kindern zuliebe falsch sein kann

Manche Eltern streiten sich dauernd und bleiben den Kindern zuliebe trotzdem zusammen. Hier erklärt eine Betroffene, welche tiefen Verletzungen dabei entstehen können und wie Eltern vermeiden, die Kin ...



DIE ZEIT · 12 T.

Trennung von Paaren: »Man will ein Mindestmaß an Familie aufrechterhalten«

Anders als ihre Eltern sehen Millenni an. Eine Paartherapeutin erklärt, ...



Merkur · 17 T.

Haushaltssperre: Gemeinde setzt Musikförderung aus

Die Haushaltssperre in Höhenkirchen-Siegertsbrunn zeigt erste Folgen für freiwillige Leistungen. Auch das Klimabonus ...

Märkische Oderzeitung · 1 J.

: Eltern streiten sich um den Umgang – wer hilft?

Das Familienrecht hat viele Facetten. Eine davon: das Umgangsrecht mit Kindern, wenn Eltern sich trennen. Auch das

taz · 21 Min.

Künstliche Intelligenz und Klimakrise: UN-Klimachef sieht Tech-Konzerne in der Pflicht

Die großen Tech-Konzerne müssten mehr tun gegen die Klimakrise, fordert der Klimachef der UN – gerade in Hinblick auf künstliche Intelligenz.

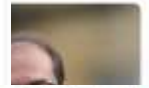


1 T.

Rheinland-Pfalz So wappnet sich eine Landwirtin aus Meckenheim vor den Folgen der Klimakrise

Eine junge Landwirtin in der Pfalz setzt auf syntropischen Agroforst – und damit au





taz · 6 T.

Ölkrise durch Irankrieg: Merz will Autofahrer entlasten

Wegen der hohen Spritpreise verspricht der Kanzler Entlastungen. Eine Übergewinnsteuer oder eine Wiederbelebung des ...



Wie tief steckt VW in der Krise?

Betriebsversammlungen begonnen, in dener ht dabei zur Debatte? Und warum kämpft d...

Berliner Zeitung · 4 Mon.

Ölkrise: Airlines reagieren auf mögliche Eskalation im Juni – „Frühzeitig buchen"

Die Ölkrise im Nahen Osten könnte im kommenden Monat einen kritischen Punkt erreichen. „Bis Ende Juni dürften die globalen ...

DIE ZEIT · 6 T.

Kanzler-Krise: Brandenburgs CDU-Fraktions Keine «Sonntagsreden» mehr

Hier finden Sie Informationen zu dem Thema „Kanzler-Kris Lesen Sie jetzt „Brandenburgs CDU-Fraktionsvize: Keine ...

Süddeutsche Zeitung · 5 T.

Freising: Stadt erlässt Haushaltssperre wegen Finanzierungslücke

Wegen gestiegener Personalkosten vor allem bei der Kinderbetreuung klafft im Freisinger Haushalt eine Lücke von 1,3 Millionen ...



SWR · 4 T.

Krise in der Autoindustrie: Özdemir, Söder und Lies fordern EU-weite Strategie

Die Regierungschefs von Baden-Württemberg, Bayern und Niedersachsen warnen vor weiteren Jobverlusten in der...



WELT · 12 Std.

Maschinenbau: I Vorzeigebranche

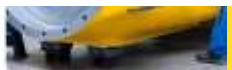
Schon zum zweiten Mal muss der Maschinenbauverband VDMA die Jahresprognose nach unten korrigieren. Die bereits chronisch...

BSZ Bayerische Staatszeitung · 9 T.

Wenn jede Kleinigkeit genehmigt werden muss - die Zahl der Haushaltssperren nimmt weiter zu

Nachrichten aus Bayern. Aktuelle Informationen, Hintergrundberichte aus Politik, Wirtschaft, Kommunalem und Kultur ...





DER SPIEGEL · 11 Std.

SPD in der Krise: Wahlgewinnerin und Verlierer setzen Bas und Klingbeil zu

In Mecklenburg-Vorpommern hinter der AfD, in Berlin nur noch zwölf Prozent: Die SPD-Chefs werden nun von zwei Seiten unter Druck gesetzt – von der Wahlgewinnerin im...

Wie erleben Jugendliche im Landkreis Krisen?

Krisen sind Teil des Alltags.

Arten von Krisen:

- Persönlich: Streit, Trennung, Depression (selbst, andere), Job-Stress, Wirtschaft, Arbeitsmarkt
- Regional / Landkreis: Haushalts-/ Sozialkürzungen, Angriffe auf Rathäuser
- Gesellschaft & Politisch: Demokratieverlust, Rechtsruck
- Global: Klimakrise, Kriege,

Wie:

- über soziale Medien und Internet ⟶ Viel Informationen / Desinformationen und Emotionen, das ist Stress!
- “Überbelastung durch soziale Medien” (OKJA-Bericht)

Jugendliche sind....

DER WELT ausgesetzt.

Jugendliche sind....

DER WELT ausgesetzt.



Wie gefährden soziale Medien?

- Informationsüberfluss & Überforderung
- Problematische Nutzung & Addictiveness
- Unsicherheit
- Emotionale Belastung
- Desinformation & Fake News
- KI-generierte Inhalte: kein Vertrauen oder Parasozialität
- Hate Speech, Cybermobbing, Bodyshaming Grooming
- Polarisierung & Verzerrte Weltbilder

(JB25 / OKJA-Bericht / WHO)





Wie nützen soziale Medien in der Krise?









Jugendliche sind...



Im Krisenregen
gelernte Regenschirme.

Wie gehen Jugendliche mit Krisen um?

- Vermeidungsstrategie (Nachrichtenmüdigkeit)
- Ablenkung
- Rückzug, Einsamkeit
- Leugnung
- Emotional: Wut, Trauer, Angst
- Drogenkonsum



Wie kann man sinnvoll mit Krisen umgehen?

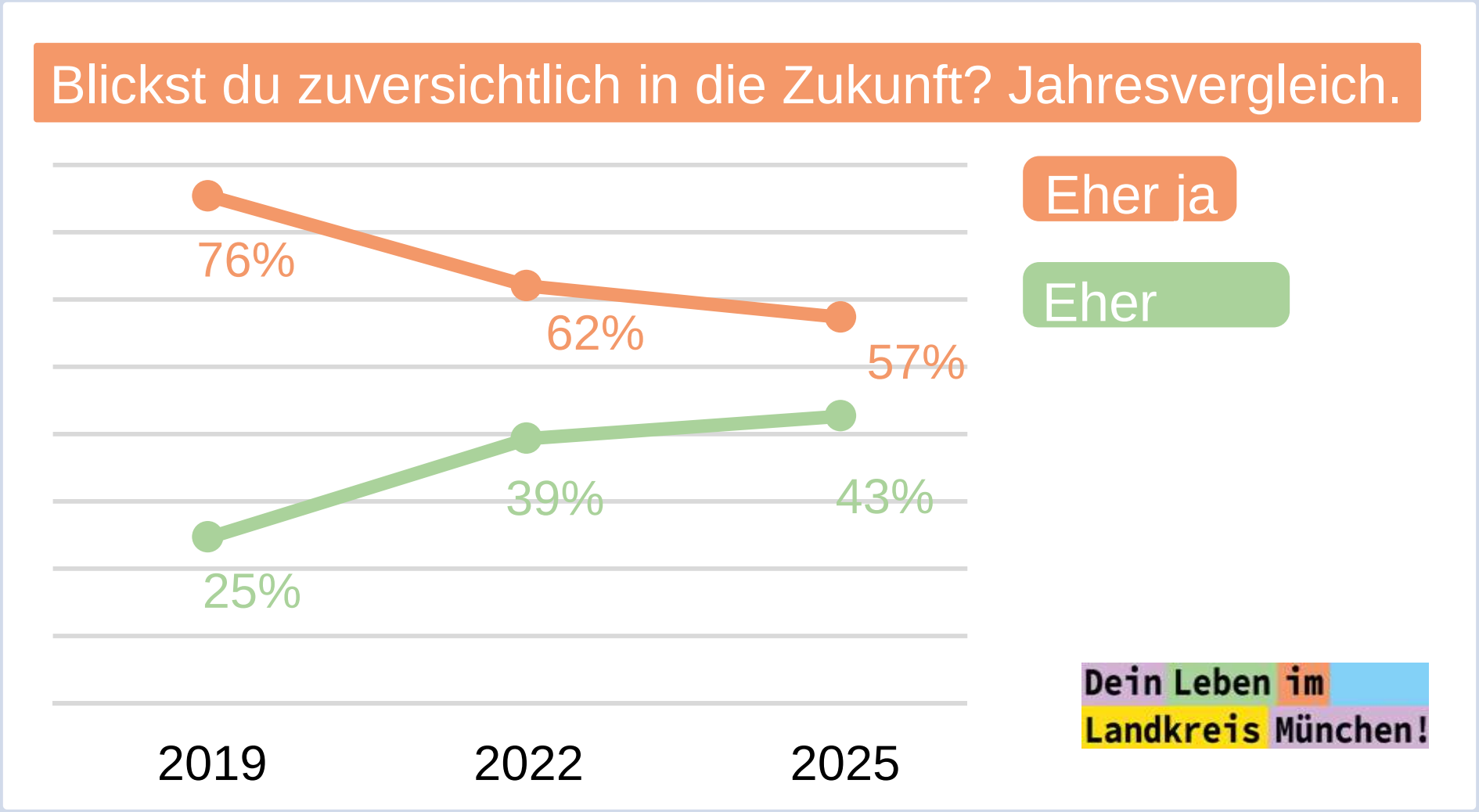
Wie stark belastet sind Jugendliche?

Jugendbefragung 2025

- **Stress 61 %**
- **Leistungsdruck (Noten) 57 %**
- **Rauchen, Vapen, Dampfen 53 %**
- **Finanzielle Belastungen 52 %**
- **Zukunftsängste 50 %** *(COPSY 60 %)*

- Alkohol 44 %
- psychische Probleme 39 %
- Rechtsextremismus 28 %
- Cannabis 26 %
- Fake News & Verschwörungstheorien 24 %
- Spaltung der Gesellschaft 22 %
- Krieg & Terror 20 %

Wie stark belastet sind Jugendliche?



Jugendliche sind...

Schützenswert.



Wie können wir Jugendliche bei der Krisenbewältigung unterstützen? Individuell, gemeinschaftlich, strukturell?

?

Individuell

- zuhören & ernst nehmen
- psychische Gesundheit, Resilienz, soziale Handlungskompetenz stärken
- Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit fördern
- Medien- und KI-Kompetenz fördern

Gemeinschaftlich

- Freundschaften und Gruppen ermöglichen
- Jugendzentren und Vereine stärken
- Begegnungsräume schaffen
- Soziale Kompetenzen und Konfliktfähigkeit stärken



Strukturell

- Beteiligung ausbauen
- Beratungsangebote sichern
- Mobilität und Zugänge verbessern
- Demokratiebildung / Politische Bildung fördern

?

Jugendbefragung 2025

Was bedeutet Resilienz?

Was fördert Resilienz?



Was bedeutet Resilienz?

- Emotionsregulation
  (z.B. Bonanno et al. / Polizzi & Lynn)

- Widerstehen können: **Robustheit**
- Sich regenerieren können: **Erholung**
- Sich anpassen können: **Flexibilität**
- Kreativ mit Störungen umgehen und sich entwickeln können: **Transformation**

(Rike Grüterich Psy4F)



Was fördert Resilienz?

- Frieden, Sicherheit / Feste, sichere Strukturen
- Familiäre, freundschaftliche Unterstützung / Intaktes soziales Umfeld
- Rückzugsorte, Safer Spaces
- Selbstentfaltung / Selbstwirksamkeit

“Praxisnahe, lebensweltorientierte und in die Zukunft gerichtete Lernangebote schaffen”

- Beteiligung: Jugendliche wollen sich einbringen
- Ressourcenorientierung: Genug Schlaf, gesunde Ernährung, Bewegung

(JB25 / COPSY-Studie / Leipold et al.)

Fazit:

Resilienz ist keine individuelle Leistung, sie entsteht durch soziale Verbundenheit, Beteiligung, psychische Stärkung und verlässliche Strukturen.

Mehr Beziehung,
mehr Gemeinschaft,
mehr Beteiligung.



Appetizer

Krisendienst

Krisendienst Psychiatrie Oberbayern



Geschäftsstelle Krisendienst Psychiatrie Oberbayern
Stabstelle Wissens- und Informationsmanagement

Wie wir helfen
Angebote und Leistungen

0800
/655
3000

Wer

Betroffene, Angehörige, Bezugspersonen, Fachstellen, Polizei, Behörden…

Anlass

Seelische Notlagen, psychische Krisen, psychiatrische Notlagen, Beratungswunsch in zugespitzten Situationen

Schweigepflicht und Datenschutz werden eingehalten

Ambulante Krisentermine

Kurzfristige Termine: Was geschieht, wenn die telefonische Beratung nicht ausreicht? Dann ist ambulante Krisenhilfe angezeigt.

Mobile Einsätze

Hilfe am Ort in der Krise: In besonders dringenden Fällen kann eine Krisenintervention durch erfahrene Fachkräfte am Ort der Krise die richtige Hilfe sein.

Telefonische Beratung

Zuhören, nachfragen und ordnen: In einer seelischen Krise genügt es manchmal schon, wenn jemand am Telefon zuhört, nachfragt und die Situation klärt.

Leitstelle

24/7

Stationäre Behandlung

Milieuwechsel und Schutz: Bei manchen akuten Notlagen kann eine vorübergehende stationäre Krisenbehandlung die geeignete Hilfe sein.

ohne Altersbeschränkung
in über 120 Sprachen, sowie
Gebärdenverdolmetschung

Podiumsdiskussion

„Kann der Landkreis Mental Health?“




Ambrosi
Schulleiter der Johann-Andreas-Schmeller-Realschule Ismaning
Krebs
1. Bezirksschülersprecherin der Gymnasien in Oberbayern-Ost, Gymnasium Hohenkirchen-Siegertsbrunn
Stadler
Leiterin des Referats Kinder, Jugend und Familie, Landkreis München
Margret Rasfeld
Bildungsinnovatorin, Schule im Aufbruch
Tobias Blenk
Leitender Psychotherapeut der Kinderklinik München im Kbo-Heckscher-Klinikum
Moderation
Martina Neubauer
Kreisentwicklung Landratsamt München

Das Podium

Marcus Fink

Geschäfts-führer des Kreisjugend-rings München-Land

Stefan Ambrosi

Schulleiter der Johann-Andreas-Schmeller-Realschule Ismaning

Louisa Krebs

1. Bezirksschüler-sprecherin der Gymnasien in Oberbayern-Ost, Gymnasium Höhenkirchen-Siegertsbrunn

Sarah Stadler

Leiterin des Referats Kinder, Jugend und Familie, Landkreis München

Margret Rasfeld

Bildungs-innovatorin, Schule im Aufbruch

Tobias Blenk

Leitender Psychotherapeut des Klinikbereichs München am kbo-Heckscher-Klinikum

Moderation

Martina Neubauer

Kreisentwicklung Landratsamt München

Abschluss und Ausblick

Bildungsbüro
Landratsamt München



Ausstellung „Mein Zuhause ist gelb.“

Noch bis zum 12.11. zu den Öffnungszeiten des Landratsamts im A-Bau am Mariahilfplatz

1. bis 4. Stock

Wie Transformation gelingen kann:

NEUARTIGE PROJEKTE IN NEUEN ALLIANZEN

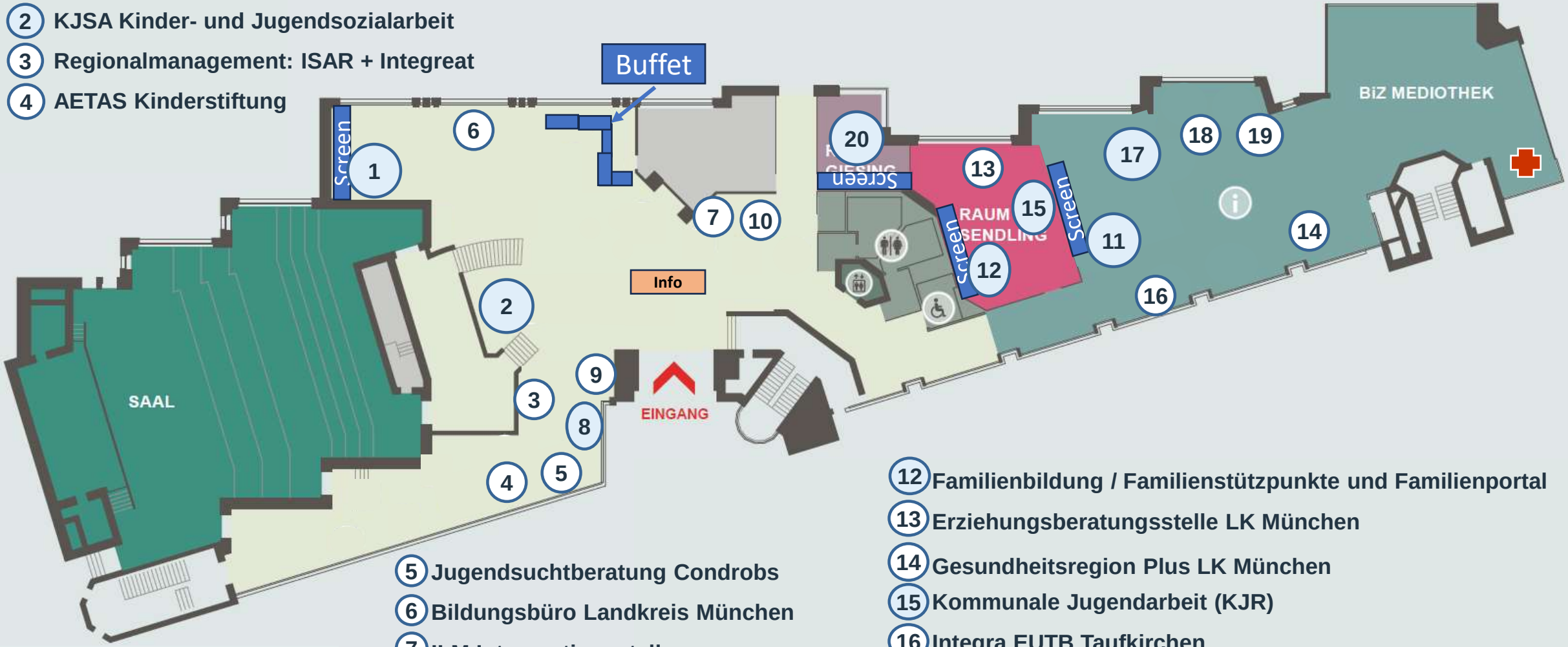


Lit.: Kristof, K. (2020). Wie Transformation gelingt. Erfolgsfaktoren für den gesellschaftlichen Wandel

Markt der guten Praxis mit Snacks

13.15 – 14.30 Uhr

1. SV Bildungswerk
2. KJSA Kinder- und Jugendsozialarbeit
3. Regionalmanagement: ISAR + Integreat
4. AETAS Kinderstiftung



Berufs Informations Zentrum München

5. Jugendsuchtberatung Condrobs
6. Bildungsbüro Landkreis München
7. ILM Interventionsstelle
8. JiBB – Jugend in Bildung und Beruf
9. Jobcenter U25
10. Aktionsplan Inklusion
11. STARK-Projekt (bbw)

12. Familienbildung / Familienstützpunkte und Familienportal
13. Erziehungsberatungsstelle LK München
14. Gesundheitsregion Plus LK München
15. Kommunale Jugendarbeit (KJR)
16. Integra EUTB Taufkirchen
17. Verfahrenslotsin und Fachdienst Eingliederungshilfe
18. Krisendienst Bayern
19. Die Arche – Suizidprävention
20. Refugio+ Ausstellung

Vielen Dank für Ihre Teilnahme an der zweiten Bildungskonferenz des Landkreises München!

Bitte nehmen Sie sich die Zeit und geben uns ein Feedback zu unserer Veranstaltung.