

Fact Sheet

Präventionsinitiative STARK

„Resilienz und Stresskompetenz in Schule und Ausbildung“

Was ist STARK:

- STARK ist die im Jahr 2016 ins Leben gerufene Präventionsinitiative zur nachhaltigen Förderung der psychischen Gesundheit von Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Bayern.
- STARK hilft durch gezielte Maßnahmen dabei, Stresskompetenz und Resilienz aufzubauen, um positiv mit Belastungssituationen umzugehen und negativen Folgen, von Überforderung bis Burn-out, vorzubeugen.
- STARK sensibilisiert und schult Multiplikatoren, wie Lehrkräfte, Schulpsychologen und Sozialpädagogen an beruflichen Schulen sowie Ausbilder*innen in Betrieben, zum Thema Stress und die Auswirkungen bei jungen Menschen.
- STARK stattet Multiplikatoren mit wissenschaftlich fundierten Arbeitsmaterialien aus, um sie bei der Ermittlung individueller Stressfaktoren und dem Aufbau von Stresskompetenz bei ihren Schüler*innen und Auszubildenden zu unterstützen.
- STARK liefert wissenschaftliche Erkenntnisse über Stresserleben und Folgen bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen und zeigt auf, wie Stressprävention gelingen kann.
- Seit Oktober 2016 hat STARK in 53 Workshops und Schulungen 770 Teilnehmer*innen aus Bayern sensibilisiert, informiert und geschult.

Ziele von STARK:

- STARK will die Lebenskompetenz junger Menschen stärken, indem der positive Umgang mit psychischen Belastungssituationen gelehrt, Schlüsselqualifikationen erkannt und trainiert sowie Resilienz und Stresskompetenz aufgebaut werden.
- STARK will Gesundheitsthemen in Schule und Ausbildung nachhaltig etablieren, indem sie für das Thema Stressempfinden sensibilisiert und informiert sowie Lehrkräfte und Ausbilder qualifiziert.
- STARK will dazu beitragen, dass die Arbeitszufriedenheit bei den jungen Menschen verbessert und Ausbildungsabbrüchen vorgebeugt wird.
- STARK sucht weitere Förderer, um die Initiative ausweiten und noch mehr junge Menschen unterstützen zu können.

Hintergrund: Psychische Gesundheitsrisiken bei jungen Erwachsenen

Der Gesundheitsreport 2017 der Techniker Krankenkasse* macht deutlich, wie wichtig Präventionsmaßnahmen für eine bessere psychische Verfassung bei Jugendlichen sind:

- Bereits seit Jahren steigt der Anteil psychischer Erkrankungen als Ursache von Krankschreibungen und Fehltagen bei Jugendlichen.
- Depression ist nach Atemwegs- und Magen-Darm-Infekten die häufigste Ursache von Krankschreibungen.
- Die Anzahl der an Jugendliche verordneten Psychopharmaka hat sich im Laufe der letzten Jahre enorm erhöht: jeder Auszubildende erhält statistisch gesehen für zehn Tage jährlich Medikamente gegen psychische Erkrankungen.

* Gesundheitsreport 2017 – Gesundheit von Auszubildenden. Techniker Krankenkasse

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 STARK 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 von STARK stehen Selbstverantwortung, die Stärkung der Persönlichkeit und die Aktivierung persönlicher Ressourcen.

STARK ist eine Initiative der SCHULEWIRTSCHAFT Akademie im Bildungswerk der Bayerischen Wirtschaft e. V. (bbw e.V.) und dem Internationalen Institut für empirische Sozialökonomie (INIFES). STARK wird gefördert von der AOK Bayern, der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung e. V. – Landesverband Südost sowie der vivida bkk.

Über die SCHULEWIRTSCHAFT Akademie

Die SCHULEWIRTSCHAFT Akademie im Bildungswerk der Bayerischen Wirtschaft 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

PRESSEMELDUNG

Modellschul-Auszeichnung 2021: Stress-Prävention im Schulalltag verankert

Initiative STARK und Bayerisches Kultusministerium ehren Berufliche Schulen in Wiesau und Haar

München, 15.12.2021 - Die Initiative „**STARK – Resilienz und Stresskompetenz in Schule und Ausbildung**“ hat am **14.12.2021** gemeinsam mit dem Bayerischen Kultusministerium zwei bayerische Berufliche Schulen ausgezeichnet: das Berufliche Schulzentrum Wiesau und die Fachoberschule Haar werden zu **Stark-Modellschulen 2021**, weil sie sich intensiv und nachhaltig für das psychische Wohl ihrer Schüler*innen einsetzen. Die jährliche Auszeichnung wurde bereits zum dritten Mal in Folge verliehen, Corona-bedingt auch in diesem Jahr rein virtuell.

Immer mehr Menschen leiden unter psychischen Belastungen, immer häufiger schon Kinder und Jugendliche. Nicht jeder ist in der Lage, belastende Situationen gut zu meistern oder gestärkt aus ihnen hervorzugehen. Doch diese Fähigkeit, Resilienz, ist erlernbar. Wie junge Menschen ihre eigenen Kräfte mobilisieren können, um sich psychisch gesund zu halten, vermitteln inzwischen immer mehr bayerische (Berufs)Schulen ihren Schüler*innen auf Basis des STARK-Präventionsprogramms. Auch das Berufliche Schulzentrum Wiesau und die Fachoberschule Haar setzen auf die wissenschaftlich fundierten Ansätze und Methoden, um ihre Schüler*innen für das Thema Stressempfinden zu sensibilisieren, sie in ihrer Persönlichkeit zu stärken und darin zu unterstützen, ihre persönlichen Ressourcen zu aktivieren.

Seit 2016 schult die Initiative interessierte Schulvertreter*innen wie Pädagogen, Psychologen und Sozialarbeiter als wichtige Multiplikatoren auf freiwilliger Basis zum Thema Resilienz und Stresskompetenz. Teilnehmer*innen erhalten einen aus sieben Modulen bestehenden Leitfaden, der Übungen, Methoden und Tipps enthält und für die Umsetzung im Schulunterricht individuell angepasst, erweitert und gestaltet werden kann. Der Fokus des Programms liegt auf persönlichen Stärken und Ressourcen, die mit den Schüler*innen im Rahmen des Unterrichts erarbeitet und besprochen werden.

Die von der Initiative ausgezeichneten Modellschulen haben das Präventionsprogramm fest in ihrem Schulalltag verankert, fördern die psychische Gesundheit der gesamten Schulfamilie nachhaltig und stärken damit alle Beteiligten weit über den schulischen Rahmen hinaus. **Anette Henrich**, Projektleiterin STARK, sagt: „Wir freuen uns sehr, dass immer mehr Schulen von unserem Programm überzeugt sind und es fest im Schulalltag verankern. Mit inzwischen fünf Modellschulen und zahlreichen weiteren Schulen in Bayern, die Stark bereits umsetzen, können wir viele Jugendliche erreichen. Ein herzlicher Dank geht an die in diesem Jahr ausgezeichneten Modellschulen in Wiesau und Haar für ihr großes Engagement und ihren unermüdlichen Einsatz für ihre Schüler*innen – selbst unter den seit Monaten erschwerten

Bedingungen. Wir freuen uns sehr, alle zusammen dazu beizutragen, junge Menschen in ihrer Selbstwirksamkeit und Lebenskompetenz und damit für ihre Zukunft zu stärken“.

Ministerialdirigent Werner Lucha, bayerisches Staatsministerium für Unterricht und Kultus, sagt: „Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) bezeichnet Stress als die größte Gesundheitsgefahr des 21. Jahrhunderts. Stressprävention ist daher eine gesamtgesellschaftliche Notwendigkeit. Je früher Stresskompetenz erlernt und trainiert wird, desto besser gerüstet sind die jungen Menschen für die aktuellen und zukünftigen Herausforderungen. Deshalb ist die Initiative Stark wichtiger denn je. Und ich freue mich sehr, heute das Berufliche Schulzentrum Wiesau und die Staatliche Fachoberschule Haar für ihr besonders Engagement bei der Umsetzung von Stark auszuzeichnen und das Stark-Gütesiegel zu verleihen“.

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 verankern, indem sie Lehrkräfte und Ausbilder als wichtige Multiplikatoren zum Thema Stressempfinden sensibilisiert, informiert und qualifiziert. Das Ziel ist es, die Lebenskompetenz junger Menschen zu stärken, indem 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). STARK wird gefördert von der ISU – der Interessengemeinschaft Selbständiger, Unternehmer und Freiberuflich Tätiger e. V., der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung e. V. – Landesverband Südost sowie der vivida bkk.

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

Das Bildungswerk der Bayerischen Wirtschaft (bbw) e. V. wurde 1969 von den Bayerischen Arbeitgeberverbänden gegründet und ist gemäß seiner Satzung im gesellschaftspolitischen Auftrag tätig. Die gemeinnützige Organisation ist heute eines der größten Bildungsunternehmen in Deutschland. Unter dem Dach des bbw e. V. sind 17 Bildungs-, Integrations- und Beratungsorganisationen mit rund 10.500 Mitarbeiter*innen tätig – vor allem in Bayern, aber auch bundesweit sowie international in 25 Ländern auf vier Kontinenten. Das bbw bietet sowohl frühkindliche Betreuung, Aus- und Weiterbildung für öffentliche

Auftraggeber und Unternehmen als auch ein Studium an der Hochschule der Bayerischen Wirtschaft. Zum Portfolio gehören zudem weitere Dienstleistungen wie Zeitarbeit und eine Transfergesellschaft.

Ansprechpartnerinnen:

SCHULEWIRTSCHAFT Akademie

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

Pressekontakt

Kathrin Aue
Kommunikationsberaterin
M.: +49 (0)151 70090039
E.: kommunikation@kathrinaue.de