

**ANFRAGE** von Gianna Berger (AL, Zürich), Nicola Siegrist (SP, Zürich), Benjamin Walder (Grüne, Wetzikon) und Tina Deplazes (Die Mitte, Hinwil)

Betreffend Massnahmen zur Stärkung der Resilienz bei Schüler:innen

---

Die Zahl der Kinder und Jugendlichen mit psychischen Belastungen nimmt stetig zu. Mittlerweile leiden bis zu 30% eines Jahrgangs an psychischen Problemen<sup>1</sup>. Dies führt, abgesehen vom Leidensdruck der Betroffenen und ihren Familien, zu steigenden Kosten im Gesundheitswesen und einer Belastung der Therapieangeboten mit langen Wartezeiten.

Schätzungen vom BAG gehen von über sieben Milliarden Franken jährlich aus. Arbeitsausfälle wegen psychischer Erkrankung erreichten 2023 einen Rekord und haben um 20 Prozent zugenommen: Jede zweite IV-Rente in der Schweiz hat inzwischen psychische Ursachen. Eine dauerhaft IV beziehende Person kostet von der ersten Rente bis zur Pensionierung im Schnitt allein die Pensionskasse rund 460'000 Franken.

In psychiatrischen Einrichtungen in der Schweiz sowie in Schulen beider Basel<sup>2</sup> hat sich das evidenzbasierte Programm Start Now<sup>3</sup> zur Emotionsregulation als äusserst erfolgreich erwiesen. In Deutschland wird das Programm ebenfalls eingesetzt und mittlerweile, wegen seiner Wirksamkeit, teilfinanziert vom Staat.

Es ist nicht das Verschulden der Kinder und Jugendlichen, das die Zahl der Belasteten steigt und auch sind nicht alle gleich stark betroffen. Aber es ist erwiesen, dass eine gesunde Emotionsregulation einhergeht mit verstärkter Resilienz und somit in direktem Zusammenhang mit der psychischen Belastbarkeit steht.

Während Heilpädagog:innen bereits mit Kindern arbeiten, die auffälliges Verhalten zeigen, stellt sich die Frage, ob präventive Massnahmen in Schulen ausgeweitet werden könnten.

Raum dafür bietet der Lehrplan 21, der den Aufbau von überfachlichen Kompetenzen während der gesamten Schulzeit sowie Schwerpunkte in einzelnen Fachbereichen vorsieht.

Vor diesem Hintergrund bitten wir den Regierungsrat um die Beantwortung folgender Fragen:

1. Inwiefern werden Themen wie Emotionsregulation aktuell in den Schulen thematisiert?
2. Welche Möglichkeiten sieht der Regierungsrat, die Schulsozialarbeit, Lehrerinnen und Heilpädagoginnen stärker in die Vermittlung solcher Inhalte einzubinden?
3. Gibt es Überlegungen, evidenzbasierte Konzepte wie das Start NOW zur Stärkung der Resilienz an Schulen einzuführen, ähnlich wie in den erfolgreichen Modellen in den Basler Schulen und der Kinder- und Jugendpsychiatrie in Zürich? Falls nein, weshalb nicht?
4. Wie schätzt der Regierungsrat den Bedarf an zusätzlichem Personal in der Schule ein, um solche Massnahmen flächendeckender umzusetzen?

---

<sup>1</sup> [https://www.news.uzh.ch/de/articles/news/2023/jugendpsychiatrie.html#:~:text=Schon%20lange%20leiden%20etwa%2020,vermehrt%20in%20Anspruch%20genommen%20werden](https://www.news.uzh.ch/de/articles/news/2023/jugendpsychiatrie.html#:~:text=Schon%20lange%20leiden%20etwa%2020,vermehrt%20in%20Anspruch%20genommen%20werden.). 12.2.2025

<sup>2</sup> <https://kurse-pz.bs.ch/paedagogische-kompetenz-10362947/klassenfuehrung-10363093/start-now-skillstraining-fuer-stress-und-emotionsregulation-1818-2> 14.3.2025

<sup>3</sup> <https://www.istartnow.ch/de/>

5. Welche finanziellen und personellen Ressourcen wären erforderlich, um eine verstärkte Förderung in diesem Bereich zu ermöglichen?
6. Gibt es eine wissenschaftliche Begleitung oder Evaluation bestehender Präventionsmassnahmen an Schulen, insbesondere im Bereich psychischer Gesundheit?

Gianna Berger  
Nicola Siegrist  
Benjamin Walder  
Tina Deplazes